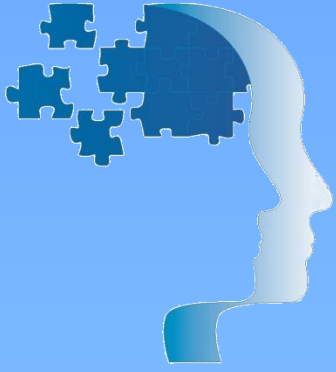


Glücksmomente



Auf der Suche nach dem großen Glück und Feuerwerk übersehen wir nur leicht, dass sich Glück am ehesten einstellt in einer Vielzahl besonderer Augenblicke, die wir fast täglich erleben können.

Für diese Momente lohnt es sich zu leben und lange von ihnen zu zehren.

Nehmen Sie sich die Zeit, herauszufinden, welche der genannten Momente sie anregen und für Ihre alltäglichen Glückssekunden bedeutsam sind.

- Zeit haben, abends im Bett ein gutes Buch zu lesen
- aus Resten im Eisschrank noch ein richtig schönes Abendessen zaubern
- ein frisch bezogenes Bett
- einen Freund um Rat fragen
- nach 10 Jahren Schlittschuh laufen und feststellen, ich kann es noch
- jemandem eine Freude machen
- Frühstück im Bett
- im Frühjahr zum ersten Mal wieder draußen sitzen
- ein Spaziergang durch einen verschneiten Wald
- nach einem anstrengenden Tag nach Hause kommen und die Tür hinter sich schließen
- den DVD-Recorder programmieren und feststellen, er hat wirklich aufgenommen
- frisch gewaschene Haare
- am Feuer sitzen und singen
- nach einem Spaziergang durch beißende Kälte warmen Tee trinken
- durch einen schönen Morgen zur Arbeit radeln
- sich Zeit nehmen, die Zeitung von vorne bis hinten zu lesen
- der Geruch von frischen Brötchen
- Tanzen bis zum Umfallen
- Picknick im Wald
- Füße im Gras
- ein Versprechen halten
- an einem heißen Tag der Sprung ins kühle Wasser
- eine frische Rose auf dem Schreibtisch
- alte Fotos ansehen
- die Erschöpfung nach dem Sport
- Füße auf den Tisch legen nach getaner Arbeit
- Sonnenaufgang
- frisch gepresster Orangensaft
- die Sonne auf dem Bauch
- rote Grütze mit Sahne
- Grimms Märchen wieder lesen
- zwei allein stehende Menschen zusammenbringen
- mit dem Fahrrad statt mit dem Auto fahren
- mit geschlossenen Augen dem Rauschen des Flusses zu lauschen
- alte Schlaflieder singen
- das Prickeln auf der Haut nach einem Bad
- selbst gepflückte Äpfel
- Sonne, die aus Wolken hervorbricht
- frische Erdbeeren
- ein kleines Kätzchen beim Spielen beobachten
- nach 498 erklommenen Stufen auf der Turmspitze ankommen
- einen Baum pflanzen
- frischer Spargel
- nach dem Bad in einen kuscheligen Frotteemantel schlüpfen
- Zuckerwatte auf dem Jahrmarkt
- das Lieblingsbuch noch einmal lesen
- ein Nachmittag in der Hängematte
- 20 Minuten Mittagsschlaf
- ein Risiko eingegangen zu sein
- der Duft von blühendem Flieder
- private Post öffnen / verschicken
- der Geruch von frischem Heu
- einen Wunschzettel schreiben
- einer alten Dame helfen
- nach langem Zögern jemandem endlich die Meinung sagen
- ein Fest gestalten
- sich vor Übermut den Berg hinunterrollen lassen
- das Versinken in Musik
- das Träumen in einer Blumenwiese
- barfuß gehen
- mit seinen Geschwistern alte Kindheitserinnerungen austauschen
- eine Nacht unter freiem Himmel
- im Biergarten mit lieben Menschen sitzen
- laue Sommernächte
- feststellen, dass es noch mehr Glücksmomente gibt: