

Doris Wolf & Rolf Merkle

Verschreibungen zum Glücklichsein



PAL

Zutaten
für mehr
Zufriedenheit
im Leben.

Lass dich
überraschen.

PAL Verlagsgesellschaft mbH

Seit 35 Jahren der Verlag
für praktisch anwendbare Lebenshilfen
erfahrener Psychotherapeuten

Bibliografische Information der Deutschen Nationalbibliothek.

Die Deutsche Nationalbibliothek verzeichnet diese Publikation in der Deutschen Nationalbibliografie, abrufbar im Internet über <http://dnb.d-nb.de>

© PAL Verlagsgesellschaft, Mannheim

www.palverlag.de

ISBN 978-3-923614-04-2

20. Auflage 2017

Alle Rechte vorbehalten

Bild Umschlag: © ivofet - Fotolia.com

Die Internetseiten der Autoren

www.rolfmerkle.de

www.doriswolf.de

Die Ratschläge dieses Buches sind von den Autoren und vom Verlag sorgfältig geprüft. Autoren und Verlag können jedoch keine Garantie geben und schließen jede Haftung für Personen-, Sach- und Vermögensschäden aus.

Mach dein
Leben
zu
einem
blühenden
Garten.

In diesem Buch erfährst du,
wie du trotz allem,
was dir bisher widerfahren ist
und noch widerfahren wird,
mehr Lebensfreude, Zufriedenheit
und Begeisterung in dein Leben
bringen kannst.

Du allein bestimmst nämlich
über dein Glück und
dein Wohlbefinden.

Die Quelle deines Glücks
und deiner Zufriedenheit liegt in dir,
in der Art, wie du über dich, die Welt
und deine Mitmenschen denkst.

Stell dir deinen Geist
als eine sehr fruchtbare Erde vor,
in der sowohl wunderschöne Blumen
als auch Unkraut gedeihen.

Gedanken, die dich daran hindern,
dich am Leben zu erfreuen,
sind das Unkraut deines Geistes.

Deine positiven Gedanken,
die dir zu einem Gefühl des Glücks
und der Liebe verhelfen,
sind die Blumen deines Geistes.

Da Unkraut nur wenig Pflege benötigt,
musst du aufpassen,
dass es sich nicht in deinem Garten
ausbreitet.

Mithilfe der vier Verschreibungen
zum Glücklichen,
die du in diesem Buch findest,
kannst du deinen Garten
vom Unkraut befreien
und in ein blühendes
Paradies verwandeln.

Beginne heute damit,
das Unkraut deines Geistes
durch Blumen zu ersetzen.

Es ist dein Garten.

Du hast die Freiheit,
zu pflanzen, was du möchtest.

Nutze diese Freiheit,
um dein Leben zu bereichern
und zu verschönern.

Du hast die Fähigkeit,
dein Leben nach deinen Wünschen
und Vorstellungen zu gestalten.

Du bist der Schöpfer
und Meister
deines Lebens.

Lass den Samen
deiner positiven Gedanken aufgehen
und verwandle dein Leben
in einen blühenden Garten.

Wenn es dir
wie den meisten Menschen geht,
dann hast du dich bisher
von Vielem abgehalten,
das dein Leben bereichern kann,
und wofür es sich lohnt
zu leben:

Freude

Liebe

Glück

innere Harmonie

Gesundheit

V erzweifle nicht.

Du kannst dein Leben ändern,
wenn du deine Einstellungen
änderst.

Du musst deine düstere Liste
des Unglücklichseins nicht fortsetzen,
wenn du bereit bist,
die vier Verschreibungen
in deinem Leben anzuwenden.