

Hoffnungsvoll leben

Mein Gänseblümchen-Tagebuch



Psychologen haben herausgefunden: Dankbare Menschen sind hoffnungsvoller und insgesamt zufriedener mit ihrem Leben. Auch haben Sie weniger Kopf- und Bauchschmerzen. So will ich jeden Abend vorm Schlafengehen eine Tagesrückschau halten und überlegen, für welche drei schönen Erlebnisse („Gänseblümchen“) ich Gott Danke sagen kann. Ich versuche, mindestens drei Wochen durchzuhalten.

Montag, den _____	1. 2. 3.
Dienstag, den _____	1. 2. 3.
Mittwoch, den _____	1. 2. 3.
Donnerstag, den _____	1. 2. 3.
Freitag, den _____	1. 2. 3.
Samstag, den _____	1. 2. 3.
Sonntag, den _____	1. 2. 3.

Montag, den _____	1. 2. 3.
Dienstag, den _____	1. 2. 3.
Mittwoch, den _____	1. 2. 3.
Donnerstag, den _____	1. 2. 3.
Freitag, den _____	1. 2. 3.
Samstag, den _____	1. 2. 3.
Sonntag, den _____	1. 2. 3.

Klaus Glas