



Praxis für Gesundheit und Lebensfragen

Johannes Bollhalder

Eidg. dipl. Naturheilpraktiker TEN • dipl. Astrologe

Kyburgerstrasse 1 • CH-6210 Sursee • Tel. 041 / 210 10 47 • [www.heilwerden.ch](http://www.heilwerden.ch)

## Kleine Anweisungen für's Leben

Singe unter der Dusche • Behandle jeden Menschen, dem Du begegnest, wie Du behandelt werden möchtest • Schau Dir wenigstens einmal jährlich einen Sonnenaufgang an • Weise niemals hausgemachte Kekse zurück • Strebe nach Vorzüglichkeit, nicht nach Perfektion • Pflanze an Deinem Geburtstag einen Baum • Lerne drei saubere Witze • Bringe ausgeliehene Autos mit vollem Benzintank zurück • Mache jeden Tag drei Menschen ein Kompliment • Verschwende niemals eine Gelegenheit, jemandem mitzuteilen, dass Du sie/ihn liebst • Hinterlasse alles immer ein bisschen besser, als du es vorgefunden hast • Halte es einfach • Weise niemals eine Umarmung zurück • Schmiede grosse Pläne, aber geniesse die kleinen Freuden • Werde die positivste und enthusiastischste Person, die Du kennst • Putze Dir die Zähne mit Zahnseide • Frage nach einer Gehaltserhöhung, wenn Du fühlst, dass Du sie verdient hast • Vergib Dir selbst und anderen • Sag oft «Danke» • Sag oft «Bitte» • Meide negative Menschen • Kaufe, was immer Kinder auf ihren Kartontischen im Garten verkaufen • Trage polierte Schuhe • Erwähne Dich an anderer Menschen Geburtstag • Verpflichte Dich selbst zu fortwährender Verbesserung • Gib einem Freund mindestens einmal im Jahr eine Massage • Führe stets Überbrückungskabel in Deinem Kofferraum • Habe einen kräftigen Händedruck • Schicke viele Valentinskarten mit dem Gruss «Jemand, der denkt, dass Du fantastisch bist» • Schau den Menschen in die Augen • Sei der erste, der «Hallo» sagt • Benütze das gute Silber • Gib alles zurück, was Du dir ausleihst • Schliesse neue Freundschaften, aber halte die alten in Ehren • Behalte Geheimnisse für Dich • Singe in einem Chor mit • Pflanze jeden Frühling Blumen • Leg Dir einen Hund zu • Akzeptiere immer eine ausgestreckte Hand • Hör auf, anderen die Schuld zuzuschieben • Übernimm die Verantwortung für jeden Bereich Deines Lebens • Winke den Kindern im Schulbus zu • Sei da, wenn Menschen Dich brauchen • Füttere die abgelaufene Parkuhr eines Fremden • Erwarte nicht, dass das Leben fair ist • Unterschätze niemals die Macht der Liebe • Trink Champagner ohne Grund • Lebe Dein Leben als ein Ausruf, nicht als eine Erklärung • Hab keine Angst, zu sagen «Ich habe einen Fehler gemacht» • Hab keine Angst, zu sagen «Ich weiss es nicht» • Lobe sogar kleine Verbesserungen • Halte Deine Versprechen (egal welche) • Heirate nur aus Liebe • Lass alte Freundschaften wieder aufblühen • Zähle Deine Segen auf • Lächle ohne Grund • Ruf Deine Mutter an • Die schönsten Momente erhalten erst Wert, wenn sie geteilt werden • Schau nach Möglichkeiten und halte Dich nicht an Sicherheiten fest • Das Leben ist eine Reise und nicht ein Ziel, so geniesse den Weg!