

A serene sunset scene over a body of water. The sun is low on the horizon, creating a bright, golden glow that reflects on the water's surface. The sky transitions from a deep orange near the sun to a darker, muted orange and then to a dark, almost black sky at the top. In the background, the silhouettes of mountains and a forested ridge are visible against the bright sky. The overall mood is peaceful and contemplative.

44

*Starke
Gedanken
für Dich*

Bruno Tanner

Adresse des Autors Bruno Tanner, Sonnhaldenstrasse 9, CH-6212 St. Erhard
+41 41 920 24 10, b-tanner@bluewin.ch, www.atlaslogie-tanner.ch

Adresse der Fotografinnen Edith und Michelle Tanner, Sonnhaldenstrasse 9, CH-6212 St. Erhard
+41 41 921 38 84, e-tanner@bluewin.ch

Herstellung und Verlag SWS Medien AG Print, Am Viehmarkt 1, CH-6130 Willisau
+41 41 925 61 25, www.swsmedien.ch

Copyright und ISBN-Nummer Bruno Tanner und Edith Tanner
ISBN 978-3-033-03968-1

Gestaltung Agentur Frontal AG, Bruggmatt 1, CH-6130 Willisau
+41 41 972 56 56, www.agentur-frontal.ch

Liebe Leserin, lieber Leser

Dieses Büchlein mit seinen starken Gedanken und attraktiven Bildern wird deinen Alltag dank mehr Gelassenheit und Freude erleichtern und verschönern. Es erhöht deine Lebendigkeit und zeigt dir auf, wofür du dankbar sein kannst.

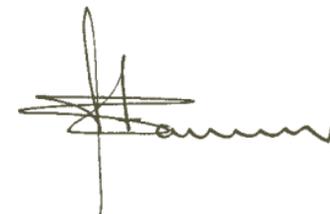
In schwierigen Situationen wird es dir helfen, einen passenden Gedanken zu finden, um den Alltag besser zu meistern. Oft braucht es nur einen Wechsel der Blickrichtung, um glücklicher, gesünder und erfolgreicher zu sein.

Die **44 starken Gedanken für Dich** dienen dir, diesen gedanklichen Richtungswechsel schneller zu vollziehen.

44 starke Gedanken für Dich ist eine Anreihung von wertvollen Botschaften in einer logischen Reihenfolge, die jedoch auch gut einzeln gelesen werden können.

Sie werden dir helfen, das Leben voller Vertrauen und mit Freude zu geniessen.

Herzlichst
Bruno Tanner



1

Der Mensch lebt in der Dualität

zwischen Selbstbestimmung und Fremdbestimmung
und somit der beiden Fragen:

1. Was will ich vom Leben?
2. Was will das Leben von mir?

Wenn du freudig und erfolgreich durchs Leben gehst,
sagt das Leben, du bist auf dem richtigen Weg.

Wenn du mit Problemen konfrontiert bist,
teilt das Leben mit, es ist Zeit für eine Änderung.

2

Wenn du glaubst, dass es in deiner Macht liegt,
dein Leben in Selbstverantwortung zu steuern,
lebst du in der Schöpferrolle
und bist selbstbestimmt.

Erkenne, welche Dinge du ändern kannst
und welche nicht.

Entwickle mutig deine Anlagen und Fähigkeiten

und setze diese auch bewusst ein.
Nimm jene Dinge mit Gelassenheit hin,
die du nicht beeinflussen kannst.

3

Egal was geschieht – urteile nie.
Oft weisst du nicht, wieso etwas geschieht.

Doch alles hat einen Sinn,
auch wenn sich dieser dir erst zu einem
späteren Zeitpunkt zeigt.

Vertraue dem Leben!



4

Stellt sich dir ein Problem,
hat es den Sinn, dich anzuregen,
dein bisheriges Denken kritisch zu überprüfen
und durch ein neues Denken zu ersetzen.

Da dein altes Denken das Problem verursacht hat,
kann nur ein neues Denken dieses lösen.

Du darfst dich also freuen,
wenn dir das Leben ein Problem schickt,
denn es will dich weiterbringen.
Das Problem ist deine Aufgabe und gelöst wird
diese zu einer Gabe des Lebens.

5

Eigentlich gibt es gar keine Probleme.
Es gibt nur problematische Einstellungen.

Es gibt jedoch immer eine Lösung.

Das Lösungsdenken gibt dir sofort Energie.
Dies auch dann,
wenn du die Lösung noch nicht gefunden hast.



6

Im Leben hat alles immer zwei Seiten.

Das gibt dir die Chance, überhaupt etwas zu erkennen.
Du kannst etwas erst als klein bezeichnen,
wenn du daneben etwas Grosses kennst.

Beide Seiten sind gleich-wertig und gleich-wichtig.

Der Wert liegt allein im Bewusstsein des Betrachters.

Deshalb ist es gut möglich,
dass das, was für dich gestern falsch schien,
heute richtig ist,
und das, was gestern für dich richtig schien,
heute falsch ist.

7

Wenn du nur einen Pol siehst und lebst,
bist du einseitig.

Wenn du beide Pole siehst,
kannst du bewusst wählen
und lebst ganzheitlich.

Wenn du nur nach deinem Verstand lebst, bist du genauso einseitig,
wie wenn du nur nach deinem Gefühl lebst.
Wenn du Verstand und Gefühl gleich wichtig nehmen kannst,
wirst du ganzheitlich und weise.

Diese Sowohl-als-auch-Mentalität
befreit dich und macht grosszügig.

8

Alles, was dir begegnet,
hat immer mit dir zu tun
und hält dir einen Spiegel vor.

Ändern kannst du aber nicht den Spiegel,
sondern immer nur dich selbst.

Wenn du etwas ablehnst,
könnte es auch einer deiner geheimen Wünsche sein,
die du dir (noch) nicht erlaubst.