Lebensqualität und Lebenszufriedenheit

- Äussere Bedingungen schaffen Lebensqualität; die innere Haltung macht Lebenszufriedenheit.

- „Suchen ist Schmerz, Nicht-Suchen ist Heil." Bodhidharma

- „Die Gesundheit ist nicht alles. Aber ohne Gesundheit ist alles nichts."
- „Jegliche Beschränkung beglückt; auch die geistige." Arthur Schopenhauer

- „It is not length of life, but depth of life."
- „Money often costs too much." Ralpf Waldo Emerson

- Die wahre Lebenskunst besteht darin, im Alltäglichen das Wunderbare zu sehen." Pearl S. Buck

- Fülle entsteht nicht durch mehr Besitz, sondern durch weniger Wünsche. (Zen)

- „The good life is one inspired by love and guided by knowledge." Bertrand Russell

- „Die Welt ist voll von kleinen Freuden - die Kunst besteht nur darin, sie zu sehen." Li Tai-po

- Vergleichen ist das Ende des Glücks und der Anfang der Unzufriedenheit." Sören Kierkegaard

- „It's not what you look at that matters, ir's what you see." Henry David Thoreau

- Der Sinn des Lebens ist es zu leben.

- Zufriedenheit wächst wie ein Garten: nicht durch Eile, sondern durch Pflege und Licht.

- Wer im Kleinen Schönheit findet, trägt im Grossen Frieden.

Dr. phil. Bruno Rhyner Bad Ragaz & Zürich dr.rhyner@sunrise.ch