



**Sich freuen an dem, was man hat,
sich nicht ärgern über das, was fehlt,
das ist das Geheimnis der Freude.**

(Emil Meier)

GELASSENHEIT

Gelassenheit kann man lernen.

Man braucht dazu nur Offenheit, Motivation,
ein bisschen Ausdauer und vor allem Bereitschaft,
sich von den alten, eingefahrenen Bahnen zu lösen,
in denen unser Denken und Handeln sich häufig bewegt.

(Ludwig Bechstein)



Zehn Tipps zur Gelassenheit

(Papst Johannes XXIII zugeschrieben)

1. Nur für heute will ich mich mühen, den heutigen Tag will ich leben, ohne gleichzeitig an alle Probleme meines Lebens zu denken.
2. Nur für heute will ich mich um mein Auftreten sorgen; ich will niemand kritisieren, will niemand korrigieren oder verbessern, nur mich selbst.
3. Nur für heute will ich gewiss sein, dass ich für das Glück geschaffen wurde, und zwar nicht erst für die andere Welt, sondern auch für diese.
4. Nur für heute will ich mich den Umständen anpassen, ohne zu verlangen, dass die Umstände sich meinen Wünschen unterordnen.
5. Nur für heute will ich mir vornehmen, zehn Minuten lang etwas Gutes zu lesen, wissend, dass gute Lektüre notwendige Nahrung für meine Seele ist.

6. Nur für heute will ich eine gute Tat vollbringen, und ich werde es keinem Menschen erzählen. Es ist mein Geheimnis.

7. Nur für heute will ich etwas tun, wozu ich keine Lust habe; sollte ich mich irgendwie beleidigt fühlen, so werde ich es mir nicht anmerken lassen.

8. Nur für heute will ich ein Programm aufstellen, und ich will mich vor zwei Übeln hüten: die Hetze und der Unentschlossenheit.

9. Nur für heute will ich fest daran glauben, auch wenn äußere Umstände Widersprüchliches nahelegen, dass die Güte Gottes sich um mich kümmert, so als gäbe es sonst niemanden mehr auf dieser Erde.

10. Nur für heute will ich keine Angst haben: Im Gegenteil, ich will mich an allem freuen was schön ist, und ich will an die Güte der Menschen glauben. Für diesen Tag will ich Gutes tun, und ich will nicht daran denken, dass ich ein ganzes Leben lang mich darum bemühen müsste...

Siebenhundert Mal

Seit geraumer Zeit war Edison mit einem Experiment beschäftigt, das schon 700 Mal misslungen war. Seine Mitarbeiter fingen an zu murren, denn nun waren bereits 3 Jahre intensiver Arbeit umsonst gewesen. Doch noch immer begann Edison jeden Tag mit der gleichen Begeisterung wie am Anfang und probierte immer wieder neue Dinge aus. Eines Tages sagten seine Mitarbeiter: „Wir sehen keinen Sinn mehr darin, weiterzumachen. Schon 700 Mal sind alle Versuche fehlgeschlagen. Es wird Zeit, damit aufzuhören.“ Edison aber antwortete: „Wieso fehlgeschlagen? Wir wissen nun von 700 Möglichkeiten, dass sie nicht richtig sind. Das ist eine gewaltige Erfahrung! Heute werden wir es sicher nicht mehr in der gleichen Art und Weise versuchen, denn ich habe eine andere Idee entdeckt. Wir kommen so der Lösung wieder ein Stückchen näher. Wie viele falsche Möglichkeiten kann man denn haben? Es muss doch irgendwann ein Ende haben. Stellt euch vor, wenn es 1000 falsche Ideen gibt, dann haben wir nun bereits 700 davon ausschließen können und es bleiben nur noch 300 übrig. Und dann haben wir die Lösung!“



Tag für Tag lädt Gott mich ein, in Freundschaft mit ihm zu leben, auch wenn wieder einmal Funkstille herrscht zwischen ihm und mir. (Paul Weismantel)

„SCHMUNZELIGES“

Treffen sich zwei Mäuse und plaudern. Auf einmal fliegt eine Fledermaus vorbei. Da sagt die eine Maus zur andern: „Wenn ich groß bin, werd ich auch Pilot!“

**Jeder Mensch, auch der geringste,
ist so in Gottes Hand,
als wäre er Gottes einzige Sorge.**

(Friedrich von Bodelschwingh)

Ich schicke Dir
ein Lächeln
für den heutigen Tag,
damit dieser
ganz besonders
schön wird!

