

Mögest du bei jedem Erwachen eine Stimme hören, die zu dir spricht: Heute wird dir Gutes wiederfahren.

(Irischer Segensspruch)

**Der heilige Franz von Sales
pflegte das Kreuzzeichen so zu
machen:**

die Hand an die Stirn
Aus mir kann ich nichts.
die Hand an der Brust
Mit Gott kann ich alles.
von der linken zu rechten Schulter
Alles will ich tun aus Liebe zu Gott.
mit gefalteten Händen
Gott allein die Ehre.



Auf meine Gedanken achten!

Es ist eine wichtige Lebensübung.
Denn mit den Gedanken fängt alles an.
Sie können heilsam sein oder auch schaden.

Guter Gott,

Licht will ich sein – dein Licht in der Welt.
Brot will ich sein – dein Brot auf dem Tisch.
Wort will ich sein – dein Wort unter den Menschen.
Werkzeug will ich sein – dein Werkzeug für die, die mich brauchen.

**Es gibt einen Hunger nachdem täglichen Brot
und einen Hunger nach Liebe,
Freundlichkeit und gegenseitiger Achtung.**

(Mutter Teresa)

Liebe kann man nicht sehen aber zeigen.

(Thomas R. Bökelmann)

Ehre sei dem Vater und dem Sohn
und dem Heiligen Geist.
Ehre sei dem einen Gott, der war
und der ist und der kommen wird.

Vgl. Offb 1,8



2 x SCHMUNZELIGES“

1. Wie fangen die Ostfriesen Fliegen? Sie tragen die Fliegen auf den Heuboden und ziehen die Leiter weg.
2. Warum sind viele Ostfriesen so dünn? Torf hat wenig Kalorien.

**Ich wünsche dir einen Himmel voller Sterne.....
Sterne, die glänzen, wenn du glücklich bist,
Sterne, die den Weg zeigen, wenn du nicht mehr weiter weißt,
Sterne, die leuchten, wenn es dunkel ist,
Sterne, nach denen du greifen kannst, wenn du fröhlich bist,
Sterne, die Menschen dir holen, wenn sie dich erfreuen wollen,
Sterne, die aus dir strahlen, wenn du anderen gut bist.**



**Wir sollten stets eingedenk sein, dass der heutige Tag
nur einmal kommt und nimmer wieder.**

(Arthur Schopenhauer)