



Dankbarkeit trägt das Gute der Vergangenheit in die Gegenwart.

(Arno Backhaus)

Lebe achtsam

Ein alter und weiser Indianerhäuptling sitzt eines Abends am Lagerfeuer im Tipi mit einem seiner Enkelsöhne beisammen und erzählt ihm über seine Erfahrungen im Leben: „Im Leben eines jeden Menschen gibt es zwei innere Wölfe, die ständig miteinander ringen und kämpfen. Der eine Wolf ist böse. Er arbeitet mit Trennung, Angst, Schuld, Verleugnung, Unterdrückung, Zwietracht, Eifersucht, Neid, Gier, Habsucht, Überheblichkeit, Feindschaft und Hass. Der andere Wolf ist gut. Er nutzt Verbindung, Vertrauen, Offenheit, Liebe, Wohlwollen, Güte, Verständnis, Mitgefühl, Freundschaft, Friede, Rücksicht,

Gelassenheit, Wahrhaftigkeit, Hoffnung und Freude.“ Der Enkel schaut nachdenklich in die züngelnden Flammen des auflodernden Feuers. Nach einer langen Weile fragt er seinen Großvater: „Und welcher der beiden Wölfe wird gewinnen, Großvater?“ Und der alte Häuptling schaut ihn eindrucklich an und entgegnet: „Der wird letztendlich gewinnen, den du am häufigsten fütterst! Darum lebe achtsam und lerne beide Wölfe gut kennen. Und dann wähle jeden Tag von Neuem deinen bevorzugten Wolf!“

Gibt es schließlich eine bessere Form, mit dem Leben fertig zu werden, als mit Liebe und Humor?

(Charles Dickens)

„SCHMUNZELIGES“ Auf dem Programm einer landwirtschaftlichen Ausstellung: 10.00 Uhr Eintreffen des Rindviehs, 11.00 Eintreffen der Ehrengäste, 12.00 Uhr gemeinsames Mittagessen.



Beglückende Momente –

das sind Augenblicke, die unvergessen bleiben,
Geschichten, die unter die Haut gehen,
Worte, die das Herz berühren,
Engagements, die zur Nachahmung reizen,
Momente, die Dankbarkeit hervorrufen,
Gottesbegegnungen die Leib, Seele und Geist verändern.
Vater im Himmel, Du schenkst beglückende Momente
und innige Begegnungen mit Menschen mit der Natur und mit Dir.
(Reinhold Ruthé)



Wichtig ist, dass wir annehmen, was ist, geben, was wir haben, tun, was wir können, sein, wie wir sind, leben und Leben ermöglichen.

(Max Feigenwinter)

„SCHMUNZELIGES“ Zwei Urlauber möchten mit dem Boot über den See Genezareth paddeln. Sie fragen den Bootvermieter, was es kostet, ein Boot zu mieten. Sagt dieser 30 Dollar. Erstaunt antwortet einer der Touristen: "Was so teuer, da wundert es mich nicht, dass Jesus damals zu Fuß rüber ist".

Ich wünsche dir, dass du lebst, als wäre die Welt ein Paradies.

(Irischer Segenswunsch)

„SCHMUNZELIGES“ „Frau Hoffmann, ich möchte Ihren Mann erst einmal durchleuchten.“ – „Nicht nötig, Herr Doktor, ich habe ihn längst durchschaut!“



Unser Glück wächst in dem Maße, wie wir das Wohl der anderen fördern. (Jakob Terny)