

*Weisheiten
zum Leben*



„Weisheiten zum Leben “

© 2005 Dieter Langenecker

Dieter Langenecker
Postfach 578
Flüelastr.47
CH-8047 Zürich

Tel: 01/355 3737
Fax: 01/355 3737

eMail: we4u@langenecker.com

WWW: www.langenecker.com

Weisheiten
zum Leben

Zusammengestellt von
Dieter Langenecker

So wie unsere Körper durch Schrammen und Narben aus dem Alltagsleben gezeichnet sind, ist es auch unsere Seele. Und während wir gewöhnlich Heftpflaster und Aspirin gegen unsere körperlichen Schmerzen verwenden, haben wir nichts dergleichen für die Wunden unsres Innenlebens.

Greifen Sie nach diesen "Weisheiten zum Leben" nicht nur für Alltagsprobleme und spirituelle Notfälle, sondern auch, um deren Entstehen von vornherein zu vermeiden.

Dieter Langenecker

1, Ich gehe die Straße entlang
Da ist ein tiefes Loch im Gehsteig
Ich falle hinein
Ich bin verloren. Ich bin hoffnungslos
Es ist nicht meine Schuld
Es dauert ewig, da wieder herauszufinden

2, Ich gehe die selbe Straße
Es ist ein tiefes Loch im Gehsteig
Ich tue so, als ob ich es nicht sehe
Ich falle wieder hinein
Ich kann es kaum glauben,
dass ich wieder an der selben Stelle bin
Aber es ist nicht meine Schuld
Es dauert immer noch lange, wieder herauszukommen

3, Ich gehe die Straße entlang
Da ist ein tiefes Loch im Gehsteig
Ich sehe, dass es da ist

Ich falle immer noch hinein, aus Gewohnheit
Meine Augen sind offen
Ich weiß, wo ich bin
Ich bin schuld
Ich steige augenblicklich heraus

4, Ich gehe die Straße entlang
Da ist ein tiefes Loch im Gehsteig
Ich gehe darum herum

5, Ich gehe eine andere Straße

N.N.

Ein bisschen Kritik, und ich bin verärgert, etwas Zurückweisung und ich bin frustriert. Etwas Lob baut mich auf, und jeder kleine Erfolg beflügelt mich. Es braucht nicht viel, um in mir eine Hochstimmung oder Niedergeschlagenheit hervorzurufen. Oft fühle ich mich wie ein kleines Boot am offenen Meer, komplett den Wellen ausgeliefert. Die ganze Zeit und Energie, die ich einsetze, um etwas Balance zu erhalten und zu verhindern, dass ich durchdrehe zeigt nur, dass mein Leben hauptsächlich ein Krieg ist: kein heiliger Krieg, sondern ein Kampf, der von der absurden Annahme ausgeht, dass es die Welt ist, die mich, mein Sein, mein Selbstwertgefühl definiert.

Henry J.M.Nouwen

Wenn wir nie etwas anderes gekannt haben, dann glauben wir,
dass die Art wie wir leben, mit allen ihren Frustrationen, die
einzig mögliche Art zu leben ist.

Rabbi Harold S Kushner

Fürchten Sie sich weniger,
hoffen Sie mehr,
essen Sie weniger, essen Sie besser,
klagen Sie weniger, atmen Sie tiefer,
reden Sie weniger, sagen Sie mehr,
lieben Sie mehr,
und all die schönen Dinge des Lebens
werden Ihnen gehören.

Schwedisches Sprichwort

Fehler sind Teil der Spesen
die Sie für ein erfülltes Leben bezahlen.

Sophia Loren

Ich gebe nie auf.
Ich kämpfe bis ich umfalle.
Es ist nur eine Frage,
genügend Vertrauen zu haben,
Vertrauen in die Tatsache, daß,
solange Sie noch einen
weiteren Atemzug haben,
es immer noch eine Chance gibt.

Cycely Tyson

Wir erleben die Zeit als absolut und haben das Gefühl,
wir können dieser unerbittlichen Macht nicht enttrinnen.
Andererseits haben wir uns diese absolute Zeit erschaffen,
weil wir nicht wollen, dass alles in diesem
einen Augenblick passiert.
Wir wollen die Klänge eines Musikstücks
schön hintereinander hören.
Viele brauchen die Vergangenheit, um sich
in ihr vor der Gegenwart zu verstecken.
Andere leben in der Zukunft
und bauen ihre Luftschlösser.
Vor der Gegenwart fürchten wir uns mehr
als vor dem Tod.

Peter Lutz

Viele Menschen ändern ihren Beruf,
ihren Partner, ihre Freunde –
aber denken nie daran,
sich selbst zu ändern

Paula Giddings

Ich liebe das Leben.
Sicherlich habe ich manchmal meine
verzweifelten, niedergeschlagenen,
traurigen Phasen, voll mit Sorgen,
aber trotzdem bin ich mir
immer noch sicher,
daß schon die bloße Tatsache,
daß ich am Leben bin,
eine phantastische Sache ist.

Agatha Christie

Was hinter uns liegt
und was vor uns liegt
sind Kleinigkeiten
im Vergleich zu dem,
was in uns liegt.

Ralph Waldo Emerson

Edle Ziele
und warme Bäder
sind die besten Heilmittel
bei Depressionen

Dodie Smith

Legen Sie sich einen Fruchtkorb zu.

Je schöner Ihr Fruchtkorb,
je reichhaltiger er bestückt ist,
um so weniger wahrscheinlich
werden Sie zu Stress fördernden
Knabbereien greifen.

Essen Sie mehr Obst und Sie
werden sich besser fühlen, so süß ist das.

Und wenn Sie Kaffee und Tee
durch Grünen Tee ersetzen,
werden Sie Ihre Fähigkeit,
abschalten zu können,
um ein Mehrfaches vervielfachen.

Paul Wilson

Wir lernen viel mehr Weisheiten
von Niederlagen als von Erfolgen;
Wir finden oft erst was funktioniert
durch das, was nicht funktioniert.

Samuel Smiles

Du wirst Dein Leid vergessen;
Du wirst es als Wasser,
das vorbeigeflossen ist,
in Erinnerung behalten.

Job 11:16

Sorgen sind Zinsen,
die Sie für Probleme zahlen,
bevor diese fällig sind.

Miriam Makeba

Was die Seife für den Körper ist,
sind die Tränen für die Seele.

Jüdisches Sprichwort

So wie ich das sehe,
wenn Sie einen Regenbogen wollen,
müssen Sie den Regen
in Kauf nehmen.

Dolly Parton

Es gibt Wichtigeres im Leben
als seine Geschwindigkeit zu erhöhen

Mahatma Gandhi

Wenn die Dinge außer Kontrolle zu sein scheinen,
denk daran, sie sind es.

Es ist nur der Glaube, dass Du jemals in Kontrolle sein kannst, der
das Leben scheinbar außer Kontrolle geraten lässt.

Umso stärker Du versuchst, das Leben zu beherrschen, umso
stärker
kämpft es zurück.

Lerne, den Unterschied zwischen Erschaffen in der Gegenwart
und die Zukunft kontrollieren wollen erkennen.

Das eine fühlt sich gut an, das andere schlecht.

Beth Johnson

Die wirkliche Aufgabe des Menschen
ist zu leben,
nicht zu existieren

Jack London

Es kommt der Moment im Leben, wenn Du erkennst, dass Du
Dich um alle anderen gekümmert hast, aber vergessen
hast, Dich mit Dir selbst zu beschäftigen. Das ist der Punkt, wenn
innere Leere, Krankheit, das Fehlen
von Energie, Depressionen und diese ganze Liste anderer
negativer Faktoren in deinem Leben auftauchen.
Und zu diesem Zeitpunkt in etwa, beginnst Du zu fühlen, dass,
wenn Du nicht noch tiefer versinken möchtest,
Dein Leben sich verändern muss, jetzt.

N.N.

Wenn Sie eine Tasse abwaschen,
waschen Sie die Tasse ab.
Denken Sie an nichts anderes.
Wir vergessen, die einfachsten
Momente des Tages zu schätzen,
die Wunder im Banalen.

Julia Roberts

Glaube nicht, dass das Wissen, das Du momentan besitzt,
unveränderbar ist, die absolute Weisheit ist.

Wahrheit wird im Leben gefunden
und nicht durch abstraktes Wissen.

Sei offen, während Deines gesamten Lebens zu lernen und die
Realität in Dir und in der ganzen Welt immer zu beobachten.

Thich Nhat Hanh

Seien Sie immer
eine erstklassige Ausgabe
Ihrer selbst, statt
eine zweitklassige Kopie
von jemanden anders.

Judy Garland

Was für ein wunderbares Leben
ich doch hatte!
Ich wünschte mir nur,
ich hätte dies schon früher erkannt.

Colette

Tanze,
wie wenn Dich niemand beobachtet,
 liebe,
wie wenn Du nie verletzt wirst,
 singe,
wie wenn niemand zuhört,
 lebe,
wie wenn der Himmel auf Erden ist.

William Pukey

Wissen, was Sie wirklich wollen
anstatt demütig Amen
zu sagen zu dem,
was Ihnen die Welt sagt, was
Sie zu wollen haben,
heißt Ihre Seele am Leben zu erhalten.

Robert Louis Stevenson

Die meisten von uns gewinnen die großen Preise nie. Den Nobel Preis. Die Oscars. Tonys. Emmys. Aber wir haben alle ein Anrecht auf die kleinen Preise des Lebens: Ein wohl gemeintes Schulterklopfen. Ein Kuss hinter das Ohr. Ein Lotto Vierer. Vollmond. Ein freier Parkplatz. Ein romantisches Lagerfeuer. Ein tolles Essen. Ein wunderbarer Sonnenuntergang. Eine warme Suppe. Ein kaltes Bier.

Bemühen Sie sich nicht darum, die großen Preise gewinnen zu wollen. Genießen Sie die kleinen Freuden. Es gibt genügend von ihnen, für uns alle.

-- Anonymus

Sie könnten glauben, dass Ihr
ganzes Lebensglück davon abhängt,
diese eine Sache zu bekommen;
später werden Sie dankbar sein,
sie nicht bekommen
zu haben.

Florence Scovel Shinn

Entwickeln Sie Interesse an der
Welt, wie Sie sie sehen:
an Leuten, Dingen, Literatur, Musik –
die Welt ist so reich, so voll mit Schätzen,
wunderbaren Seelen und interessanten Menschen .
Vergessen Sie sich.

Henry Miller

Eines der Dinge,
die ich auf die harte Art lernen musste,
war, dass es sich nicht auszahlt
sich entmutigen zu lassen.
Etwas zu unternehmen und
Optimismus zu einem
Lebensstil zu machen,
kann Ihnen den Glauben an sich selbst wieder geben.

Lucille Ball

Kein Problem kommt jemals zu Dir, das nicht einen Zweck in
Deinem Leben hat, das nicht zu Deinem
inneren Wachstum beitragen kann.

Peace Pilgrim

Ich weine viel.
Gott sei Dank lache ich auch viel.
Das Wichtigste in Ihrer persönlichen
Welt ist es, so viel zu
lachen wie Sie weinen.

Maya Angelou

Diese Zeit,
ebenso wie alle anderen Zeiten,
ist eine gute,
wenn wir nur wissen,
was wir damit anfangen sollen.

R.W. Emerson

Ihr Verstand, Ihr Leben werden so
wie Ihre Alltagsgedanken:
denn die Seele wird gebleicht
durch die Farbe der Gedanken.

Marc Aurelius

Gehen Sie jeden Tag in sich
und finden Sie Ihre innere Stärke,
sodass die Welt nicht Ihre Kerze ausbläst.

Katherine Dunham

Denken Sie beruhigende Gedanken.
Betrachten Sie beruhigende Bilder.
Hören Sie beruhigende Musik.
Und raten Sie, wie Sie sich fühlen werden ...

Paul Wilson

Wir sollten das Leben
von einer leicht humorvollen
Warte aus sehen,
sonst haben wir es missverstanden.

Lawrence Durrell

Es gibt nichts Gutes oder Schlechtes,
außer das, was wir so sehen.

William Shakespeare

In dem Augenblick, in dem Sie von
Dingen, Menschen, Geld
abhängig sind ...
sind Sie in riesigen Problemen!

Andrew Matthews

Vermeiden Sie die Masse.
Denken Sie Ihre eigenen Gedanken.

Seien Sie der Schachspieler,
nicht eine Schachfigur.

Ralph Charell

Frage an Gott:

“Was überrascht Dich an den Menschen?”

Und Gott antwortete:

„Dass sie ihre Gesundheit verlieren, um Geld zu verdienen und dann das Geld verlieren, um ihre Gesundheit zurückzubekommen. Dass sie durch ängstliche Gedanken über die Zukunft die Gegenwart vergessen, sodass sie weder in der Zukunft noch in der Gegenwart leben. Dass sie so leben, als würden sie nie sterben und sterben, ohne gelebt zu haben...“

Leo Hartong

Nichts kann Ihnen Frieden bringen
außer Sie selbst.

Etwas Sinnvolles zu machen,
etwas Couragiertes zu sagen,
etwas Schönes zu genießen:
das ist genug für ein Leben.

-- T.S. Eliot

In der Tiefe des Winters
habe ich endlich erkannt,
dass es in mir
einen ewigen Sommer gibt.

Albert Camus

Wie können wir jemals das Interesse am Leben verlieren?
Der Frühling ist wieder gekommen
und die Kirschenbäume blühen in den Bergen.

NN

Sei dankbar für jeden Morgen.
Erfreue Dich am Leben und Sorge Dich nicht um Dinge, die in 10
Jahre sowieso unwichtig sind.

NN

Ist es Ihnen jemals aufgefallen,
wie schwer es ist,
mit jemandem zu streiten,
der nicht Recht haben möchte?

-- Wayne W. Dyer

Werde ich von dem motiviert,
was ich wirklich in meinem Leben will,
oder bin ich Massen-motiviert?

Earl Nightingale

Es gibt zwei Tage in der Woche,
über die ich mir
nie Gedanken mache.
Zwei sorgenfreie Tage,
die heilig frei sind
von Angst und Druck.
Einer davon ist Gestern ...
und der andere Tag,
über den ich mir nie Sorgen mache,
ist Morgen.

- Robert Jones Burdette

Alle Tiere, mit Ausnahme des Menschen, wissen,
dass das Wichtigste am Leben ist,
sich daran zu erfreuen.

Samuel Butler

Ein bisschen Übermut, genug um das Leben zu genießen,
und ein wenig Weisheit, um die Fehler zu vermeiden,
das ist ausreichend.

Osho

Du siehst etwas und sagst "Warum?",
aber ich stelle mir Dinge vor,
die es noch nie gegeben hat
und sage "Warum nicht?"

Bernard Shaw

Was die meisten Menschen
in ihrem Leben lernen müssen, ist,
wie sie Menschen lieben
und Sachen verwenden,
und nicht,
wie sie Menschen verwenden
und Sachen lieben können!

Anonym

Es ist der größte aller Fehler
nichts zu tun,
weil Sie nur wenig tun können.

Tun Sie was Sie können.

Sydney Smith

Das Einzige,
was Leben möglich macht,
ist permanente Unsicherheit:
Die Freude daran, nicht zu wissen,
was als Nächstes kommt.

Ursula Leguin

Sie müssen wissen was Sie wollen!
Oder sonst verkauft Ihnen
irgend jemand anders irgend etwas,
was nur irreparablen Schaden für
Ihr Selbstwertgefühl und die Verantwortung
für Ihre Talente, die Ihnen Gott gab,
hervorruft.

Richard Nelson Bolles

Was würden Sie machen,
wenn Sie wüssten, dass Sie damit
nicht scheitern können?

Dr. Robert Schuller

Ich habe gelernt,
dass nichts unmöglich ist,
wenn wir unseren
inneren Werten folgen,
selbst wenn die Richtung auch
gegen jede Logik verstößt.

Gerald Jampolsky

Sie müssen einen Ausgleich
finden zwischen dem,
was Menschen von Ihnen wollen
und dem, was Sie brauchen.

Jessye Norman

Nach einiger Zeit erlernst Du den Unterschied zwischen eine Hand halten und eine Seele anketten. Und Du lernst, dass Liebe nicht immer anlehnen bedeutet, und Gesellschaft nicht immer Sicherheit. Und Du beginnst zu erkennen, dass Küsse keine Verträge sind und Geschenke keine Versprechen. Und Du beginnst, Deine Niederlagen mit erhobenem Kopf und den Augen nach vorne, mit der Reife eines Erwachsenen, und nicht der Verletztheit eines Kindes, zu akzeptieren. Und Du lernst, alle Deine Straßen auf dem Heute zu erbauen, denn das Morgen ist ein viel zu unsicherer Boden für Pläne, und die Zukunft tendiert dazu , wie ein Kartenhaus zusammen zu fallen. Und nach einiger Zeit erkennst Du, dass auch die Sonne brennen kann, wenn Du zu viel davon bekommst. Und so legst Du Deinen eigenen Garten an und dekorierst Deine eigene Seele, anstatt darauf zu warten, dass Dir jemand Blumen bringt. Und Du erkennst, dass Du viel aushalten kannst, dass Du stark bist, und dass Du wertvoll bist. Und Du lernst und Du lernst mit jedem 'Leb wohl', Du lernst.

Virginia Shopstall

Vergebung ist der Duft,
den die Blume ausströmt,
nachdem sie der Absatz zertreten hat.

Mark Twain

Liebe ist Vergebung...
und Liebe ist für Geben.

Anonym

Das Bedürfnis nach Anerkennung
ist vergleichbar mit dem Satz
"Deine Meinung über mich
ist wichtiger als meine Meinung
über mich"

Wayne Dyer

Wenn unser Selbstwertgefühl
von der Popularität und der Meinung
anderer Menschen über uns abhängt,
werden wir immer von diesen
abhängig sein.

Und sie haben jederzeit die Macht,
uns den Boden unter den Füßen wegzuziehen.

Rabbi Harold S Kushner

Wenn Du auf Anerkennung durch die Masse wartest,
um Dich vollkommen zu fühlen - wirst Du ewig warten.
Wenn Du darauf wartest,
dass etwas außerhalb von Dir sich verändern wird,
damit Du Dich sicher oder befriedigt fühlst - höre sofort auf
damit.

Beth Johnson

Frieden heißt nicht,
an einem Ort zu sein, wo es keinen Lärm.
Schwierigkeiten oder harte Arbeit gibt.

Frieden heißt,
mitten in all dem zu sein
und dennoch im Herzen ruhig zu sein.

Marcel Morin

Deine Aufgabe ist es,
Deine Aufgabe zu finden,
und sie dann mit Deinem
vollen Herzen zu machen.

Buddha

Das Hauptproblem ist, dass es die Menschen immer so eilig haben. Sie haben keinen Lebenssinn gefunden, und deswegen laufen Sie herum, um ihn zu suchen. Sie glauben, das nächste Auto, das nächste Haus, der nächste Job wird es sein. Und entdecken dann, dass auch diese leer sind, und so laufen Sie weiter. Sie sind wie in Trance, selbst wenn Sie schwer damit beschäftigt sind, die Dinge zu tun, von denen Sie glauben, dass sie wichtig sind. Und all das, weil Sie den falschen Dingen hinterherlaufen. Um Sinn in deinem Leben zu haben, muss es dein Ziel sein, andere zu lieben, anderen zu helfen, etwas zu schaffen, das dir Sinn und Erfüllung gibt.

Morrie Schwartz

Streben Sie Erfolg nicht an – je mehr Sie ihn anstreben, umso mehr werden Sie ihn verfehlen. Denn Erfolg, ebenso wie Glück, kann nicht angestrebt werden. Es muss von alleine kommen, und das tut es nur, wenn es ein nicht beabsichtigter Nebeneffekt aus einer Sache höheren Zweckes, die Sie aus persönlicher Überzeugung machen, kommt...

Glück muss von selbst kommen, und das gleiche gilt für Erfolg: Sie müssen es geschehen, eintreten lassen, indem Sie nicht darum bemüht sind. Ich möchte, daß Sie auf Ihr Gewissen horchen und machen, was es Ihnen sagt, bestmöglich. Und dann werden Sie erleben, erkennen, daß langfristig gesehen – langfristig sage ich! – sich der Erfolg von selbst einstellen wird, ganz einfach deswegen, weil Sie vergessen haben, an ihn zu denken.

Viktor E. Frankl

Was Sie machen müssen, ist,
Beruf als 'Berufung' zu verstehen.

Das Wort mag etwas altmodisch klingen, aber es birgt viel Weisheit in sich. Es kommt von 'Rufen', von etwas und zu etwas 'gerufen zu werden'. Und genau in diesem Sinne definiert es die Arbeit, die Sie tun sollten. Sie sollte etwas sein, das Sie ruft als etwas, das Sie machen möchten, und es sollte Ihnen die Stimme geben, sich und das, was Sie der Welt zu sagen haben, auszudrücken.

Kent Nerburn

Ein Leben der ununterbrochenen Unterhaltung ist nichts anderes als der Versuch, der Herausforderung, etwas Sinnvolles zu tun, dem Leben zu entkommen. Spaß haben kann das Salz in der Suppe des Lebens sein, aber nicht die Hauptspeise. Denn, wenn es vorbei ist, bleibt nichts von Wert zurück.

Rabbi Harold S Kushner

Alles,
was ich im Leben gelernt habe,
kann ich in vier Worten zusammenfassen:

Es geht immer weiter.

Robert Frost

Wir müssen bereit sein,
das Leben, wie wir es geplant
haben zu vergessen,
um das Leben leben zu können,
das auf uns wartet.

Das alte Fell muss zuerst weg sein,
bevor das neue kommen kann.

Joseph Campbell

Wenn Sie das Leben bekämpfen,
gewinnt immer das Leben.
Wenn Sie inneren Frieden wollen,
hören Sie auf, alles mit "gut" oder "schlecht"
zu kategorisieren.

Andrew Matthews

Lass die Dinge ihren natürlichen Verlauf nehmen, und erzwingen
nicht ein bestimmtes Ergebnis.
Das, was nicht natürlich ist, wird nicht richtig sein.

Lao Tse

Viele Menschen fischen ihr
ganzes Leben lang,
ohne zu wissen, dass es nicht der Fisch ist,
hinter dem sie her sind.

Henry David Thoreau

Der reichste Mensch ist der,
der mit dem zufrieden ist,
was er hat.

Robert C. Savage

Die menschliche Seele hat ein größeres Bedürfnis nach Idealem
statt nach Realem. Durch die Realität existieren wir,
durch das Ideal leben wir.

Victor Hugo

Solange Gedanken nicht mit
Sinn gepaart sind,
wird es kein vernünftiges
Erfülltsein geben.

Die Mehrheit der Menschen erlaubt
es dem Schiff der Gedanken
mit den Strömungen des Meeres dahinzutreiben.

Wir sollten jedoch einen ehrlichen Sinn in unseren Herzen haben
und danach trachten, diesen zu erreichen.

James Allen

Wenn Sie sterben und
zum Himmelstor kommen,
wird Sie der Schöpfer nicht fragen
“Warum hast Du keine Heilung für das oder jenes gefunden?“
“Wieso bist Du nicht
zum Messias geworden?“
Die einzige Frage, die wir in diesem
wertvollen Moment gefragt
werden, wird sein
“Warum bist Du nicht Du geworden?“

Elie Wiesel

Vorstellungskraft
ist wichtiger als
Wissen

Albert Einstein

Für den,
der Herr seiner
Gedanken ist,
sind diese seine besten Freunde.
Aber für den, der das nicht
erreicht hat,
werden sein Gedanken seine
größten Feinde sein.

Bhagavad-Gita

Unsere Seelen sind nicht hungrig
nach Ruhm, Bequemlichkeit,
Reichtum oder Macht.

Diese 'Belohnungen' schaffen ebenso
viele Probleme, wie sie lösen.

Was uns frustriert und uns
die Lebensfreude nimmt,
ist das Fehlen eines Lebenssinns.

Wir haben vielleicht all die Dinge
unserer Wunschliste und fühlen uns
immer noch leer. Wir sind vielleicht
auf unserem Fachgebiet Spitze
und fühlen immer, daß etwas fehlt.

Wir wissen vielleicht, daß uns Freunde und Bekannte beneiden
und fühlen dennoch das Fehlen von wahren Sinn in unserem
Leben.

Rabbi Harold S Kushner

Der beste Tag im Leben ist der,
an dem Sie entscheiden,
dass das Leben Ihnen gehört.

Keine Entschuldigen, keine Ausreden. Niemand zum Anlehnen,
zum sich Verlassen,
verantwortlich zu machen.

Es ist Ihr Geschenk an sich - eine erstaunliche und wunderbare
Reise -
und Sie alleine sind für sie verantwortlich.

Das ist der Tag,
an dem Ihr Leben wirklich beginnt.

N.N.

Der, der andere kennt, ist clever.
Der, der sich kennt, hat Einsicht.
Der, der andere führt, hat Macht.
Der, der sich führt ist stark.
Der, der ausharrt, ist ein Mensch mit Sinn.
Der, der seine Basis nicht verliert, wird dauern.
Der, der seine Tage voll lebt, wird ein langes Leben haben.

Lao Tse

Der, der auf seinen Zehenspitzen steht,
ist nicht stabil.

Der, der eilt, kann nicht Schritt halten.

Der, der auf Schein aus ist, ist nicht erleuchtet.

Der, der selbstherrlich ist, wird nicht respektiert.

Der, der prahlt, erreicht nichts.

Der, der angibt, wird nicht aushalten.

Sie bringen kein Glück.

Deswegen vermeiden die,
die dem Tao folgen, dies.

Lao Tse

Die wirkliche Entdeckungsreise
besteht nicht in der Suche
nach neuen Landschaften,
sondern darin, neue Augen zu haben.

Marcel Proust

Ich habe den starken Verdacht, daß die glücklichsten Menschen, die Sie kennen, die sind, die anderen helfen, die hilfsbereit und unterstützend sind – und Lebensglück schleicht sich sozusagen in deren Leben, während sie mit diesen Dingen beschäftigt sind. Es ist ein Nebenprodukt, nie das Hauptziel.

Rabbi Harold S Kushner

Es gibt keine Notwendigkeit für Tempel;
oder für komplizierte Philosophien.
Unser Geist, unser eigenes Herz
ist unser Tempel;
meine Philosophie ist Freundlichkeit.

Dalai Lama

Der weise Mensch ist wie Wasser.
Wasser tut gut für alle
und kämpft mit keinem.
In der Arbeit, sei der Erde nahe.
Beim Denken, sei offen
für neue Ideen.
In Beziehungen, sei freundlich.
Beim Sprechen, sprich die Wahrheit und halte Dein Wort.
In Alltagsachen, wisse, was Du tust.
In der Handlung beachte
den richtigen Zeitpunkt.
Wenn Du nicht versuchst, über den anderen zu stehen, wirst Du
unangreifbar sein.

Tao Te Ching

Nach Gott zu suchen,
ist wie einen Pfad
in einem Schneefeld finden;
wenn es keinen Pfad gibt,
und Du einen suchst,
gehe über das Feld,
und da ist Dein Pfad.

Thomas Merton

Ein religiöser Mensch
wird in seinen Handlungen
nicht geleitet von
den Folgen seiner Handlungen,
sondern vom Wissen
um seinen Lebenssinn.

Leo Tolstoy

Ich habe versucht, Ihn am Kreuz der Christen zu finden,
aber Er war nicht da.

Ich ging zu den Tempeln der Hindus und den alten Pagoden,
aber ich konnte keine Spur von Ihm entdecken.

Ich suchte auf den Berggipfeln und in den Tälern,
aber weder auf den Höhen noch in den Tiefen
konnte ich Ihn finden.

Ich ging zur Kaaba in Mekka, aber auch dort war Er nicht.

Ich fragte die Lehrer und Meister,
aber Er war zu viel für Ihr Verständnis.

Ich schaute dann in mein Herz, und dort war es,
wo Er sich aufhielt und wo ich Ihn fand.

Er konnte sonst nirgendwo
anders gefunden werden.

Jelaluddin Nurmi

Wahrlich, es ist die Dunkelheit,
in der man das Licht findet,

so wenn wir in Sorge sind,
dann ist dieses Licht uns am nächsten.

Meister Eckhart

Niemand kann Dir
den Sinn des Lebens vermitteln
Es ist Dein Leben,
der Sinn muss also aus Dir kommen.
Und nur durch das Leben Deines Sinns wirst seine Mystik
erkennen.

Chandran Mohan

Gehen Sie auf einen spirituellen Retreat. Ein spiritueller Retreat ist Medizin für die erkrankte Seele. Durch Stille, Alleinsein und einfaches Leben beginnen wir, unsere leeren Reservoirs wieder aufzufüllen. Dies beflügelt den Geist, lässt die Masken fallen und schafft Raum in uns für Gefühle wie Vergebung, Mitgefühl und Einfühlungsvermögen, Dinge, die so oft blockiert sind.

David. A. Cooper

Es erfordert Einsamkeit unter den Sternen,
um an unseren ewigen Ursprung
erinnert zu werden.

Archibald Rutledge

Innerhalb jedes Menschen
ist die Seele des Ganzen;
die weise Ruhe;
die universale Schönheit;
zu der jeder Teil und jeder Partikel
gleichermaßen in Verbindung stehend ist;
das Ewige.

Ralph Waldo Emerson

Seien Sie bereit zu tun,
was Ihnen Ihre Seele sagt zu tun,
wenn Sie erschaffen wollen,
was Sie wollen.

Sanyana Roman

Das Schönste, was wir erleben können ist das Mysteriöse. Es ist
die Quelle aller Kunst und Wissenschaft. Der, dem dieses
Gefühl fremd ist,
der nicht länger innehalten
kann um ein Wunder
zu bestaunen, der ist so gut wie tot:
seine Augen sind geschlossen.

Albert Einstein

Wenn Ihre Definition des Selbst
nicht mehr an Gedanken gebunden ist, nicht mehr begrifflich ist,
ergibt sich eine Tiefe des Gefühls,
der Richtung, des Mitleids,
der Liebe, das nicht da war, als Sie in den
Verstandeskonzepthen eingeschlossen wurden.
Sie sind diese Tiefe.

Eckhart Tolle

Optimismus und Pessimismus, als kosmische Philosophien,
zeigen den gleichen naiven Humanismus. Das Universum, soweit
wir es von der Philosophie der Natur kennen, ist weder schlecht
noch gut, und ist nicht
bemüht, uns glücklich oder unglücklich zu machen.

Bertrand Russell

Mache nichts aus Selbstsucht oder mit Hintergedanken,
sondern werte in Demut die anderen besser als Dich.

Lasset jeden von euch
nicht nur seinen eigenen
Interessen trachten, sondern auch
nach den Interessen der anderen.

Philippians 2.3-4

Akzeptiere – und handle dann.

Was auch immer der momentane Augenblick bringt, akzeptiere
ihn, als ob Du ihn gewählt hättest.

Arbeite immer mit ihm, nicht gegen ihn.

Mache ihn zu Deinem Freund und Verbündeten, nicht zu Deinem
Feind.

Das wird Dein ganzes Leben wie durch ein Wunder verändern.

Eckhart Tolle

Der Mensch ist ein Teil des Ganzen, das wir als das 'Universum' bezeichnen, ein Teil begrenzt durch Zeit und Raum. Er erlebt sich, seine Gedanken und Gefühle als etwas vom Rest Abgetrenntes – eine Art optischer Illusion seines Bewusstseins. Diese Illusion ist ein Art Gefängnis für uns, das uns auf unsere persönlichen Wünsche und Zuneigungen zu den wenigen uns nahe stehenden Menschen beschränkt.

Unsere Aufgabe muss es sein, uns aus diesem Gefängnis zu befreien, indem wir den Kreis unserer Anteilnahme erweitern und alle lebenden Wesen einschließen, ebenso wie die Gesamtheit der Natur in ihrer Schönheit.

A. Einstein

Wenn Du erkennst, woher Du kommst,
wirst auf natürliche Art und Weise tolerant, unabhängig,
belustigt, liebevoll wie eine Großmutter, würdig
wie ein König. Eins mit dem Wunder des Seins kannst Du mit
allem, was das Leben bringt, umgehen, und wenn der Tod
kommt, bist Du bereit.

Lao Tse

Nimm Anteil, denn Anteilnahme ist die Basis aller ehrlichen Beziehungen; es bedeutet, mit Liebe anwesend zu sein – für uns und für alles Leben, inklusive den Tieren, Fischen, Vögeln und Bäumen. Anteilnahme bringt unsere tiefste Wahrheit zur Handlung, egal, wie sehr die Welt sich auch dem zu erwehren scheint, denn das ist es letztendlich, was wir dieser Welt und uns gegenseitig zu geben haben.

Ram Dass

So wie ich das sehe,
ist die über das Ego
hinausgehende Befreiung
die herausfordernde Aufgabe,
der sich ein Mensch gegenüber sehen kann,
abgesehen vom Ablassen physischen Form zum Zeitpunkt des
Todes.

Andrew Cohen

Gehe weiter, auch wenn es keinen Ort gibt, wo Du hingelangen kannst. Versuche nicht, die Distanzen zu überblicken. Das ist nichts für Menschen. Gehe in Dich, aber gehe nicht den Weg, den die Angst Dich gehen machen möchte.

Rumi

Wenn Du erkennst, dass sich alle Dinge verändern, gibt es nichts,
an das Du Dich anklammern versuchst.
Wenn Du keine Angst vor dem Sterben hast, gibt es nichts, was
Du nicht erreichen kannst.

Lao Tse

Nachdem alles nur ein Bild ist,
perfekt in dem wie es ist,
in keiner Weise
gut oder schlecht,
Annahme oder Zurückweisung,
könnte man genauso gut laut loslachen.

Longchenpa

Zwei Menschen
haben in Deinem Leben
in Dir gelebt.

Der eine ist das Ego, verängstigt, verlangend, hysterisch,
berechnend, der andere das spirituelle Sein, dessen stille Stimme
der Weisheit Du kaum gehört oder beachtet hast.

Sogyal Rinpoche

In jedem von uns ist ein Meister des Universums. Nicht das
Universum draußen, sondern unser inneres Universum
der Gedanken, Gefühle und Einstellungen. Es ist das Universum,
das man uns nicht ermuntert zu
erforschen; und wenn wir es dennoch machen, werden wir oft von
denen verspottet, die lieber nicht in sich
gehen. Und dabei basieren alle Wahrheiten, die in unseren
Märchen, Mythologien und Legenden erzählt werden,
auf Erwachen, Erforschen und Erlernen der inneren Welt. Aber
wozu, fragst Du vielleicht? Einfach deswegen,
weil, wenn wir es nicht tun, wir nie wissen werden, was es heißt,
vollkommen bewusst zu sein, wirklich zu leben - ein erfülltes
Leben zu leben.

Wir werden nie die Schönheiten der inneren Landschaft kennen.
Wir werden die Energie und Kraft unseres kreativen Verstandes
nicht nützen können, die Kraft unserer Tugenden nicht kennen.

Die meisten Menschen erkennen zu spät, was in ihnen wartet und wie wertvoll es ist. Viel zulange lassen wir es zu, abgelenkt und verhext zu werden von all dem, was sich

draußen ereignet. Der Meister deiner inneren Welt zu sein heißt, der Meister Deiner Bestimmung zu sein. Wirst Du ein Meister oder ein Sklave sein?

www.relax7.com

Das Ende der Worte

Nichts weniger als das ungeteilte Universum ist unser wahres Heim. Und dennoch, wie kann man über die Gesamtheit, das Alles sprechen oder selbst nur nachdenken? Die Sprache ist nur von bescheidener Hilfe. Jeder Satz ist ein löchriges Netz, das nur einige Teile der Bedeutung auffängt. Die Sonne scheint ohne Vokabular. Der Lachs hat keinen Namen für den Drang, stromaufwärts zu schwimmen. Das Neugeborene, das nach dem Nippel sucht, kennt Hunger lange bevor es das erste Wort kennt. Selbst mit einem kompletten Duden im Kopf kommt man irgendwann an das Ende der Worte.

N.N.

Und was dann ?

Dann trinke intensiv wie ein Baby, schwimme wie ein Lachs und
brenne wie eine kurzlebige Sonne.

Scott Russel Sanders

Was immer Sie tun können,
oder träumen, dass Sie tun können,
beginnen Sie es.
Mut bringt Genialität, Stärke
und Magie mit sich.
Beginnen Sie es jetzt.

J.W.Goethe

Desiderata

Gehe ruhig und gelassen durch Lärm und Hast und denke an den Frieden, den die Stille bergen kann.

Stehe, soweit ohne Selbstaufgabe möglich, in freundlicher Beziehung zu den Menschen.

Äußere Deine Wahrheit ruhig und klar und höre anderen zu, auch den Geistlosen und Unwissenden - auch sie haben ihre Geschichte. Meide laute und aggressive Menschen, sie sind eine Qual für den Geist.

Wenn Du Dich mit anderen vergleichst, könntest Du bitter werden und Dir nichtig vorkommen, denn immer wird es jemanden geben, größer als Du.

Freue Dich Deiner eigenen Leistung wie auch Deiner Pläne. Bleibe weiter an Deiner eigenen Laufbahn interessiert, wie bescheiden sie auch sein mag. Sie ist ein echter Besitz im Wechsel der Zeiten.

In Deinen geschäftlichen Beziehungen lasse Vorsicht walten, denn die Welt ist voller Betrug. Aber das soll Dich nicht blind machen

gegen die gleichermaßen vorhandene Rechtschaffenheit. Viele Menschen ringen um hohe Ideale, und überall ist das Leben voller Heldentum.

Sei Du selbst und heuchle keine Zuneigung, noch sei zynisch in der Liebe, denn auch im Angesicht aller Dürre und Enttäuschung ist sie doch immerwährend wie Gras.

Ertrage freundlich-gelassen den Ratschluss der Jahre und gib die Dinge der Jugend mit Grazie auf.

Stärke die Kraft des Geistes, damit sie Dich in plötzlich hereinbrechendem Unglück schütze. Aber beunruhige Dich nicht mit Einbildungen. Viele Befürchtungen sind die Folge von Erschöpfung und Einsamkeit.

Bei einem heilsamen Maß an Selbstdisziplin sei gut zu Dir selber. Du bist ein Kind des Universums, nicht weniger als die Bäume und Sterne. Du hast ein Recht, hier zu sein. Und ob es Dir nun bewusst ist oder nicht: Zweifellos entfaltet sich das Universum wie vorgesehen.

Darum lebe in Frieden mit Gott, was für eine Vorstellung Du auch immer von Ihm hast und was immer Dein Mühen und Sehnen ist. In der lärmenden Wirrnis des Lebens erhalte Dir den Frieden mit Deiner Seele. Sei vorsichtig. Strebe danach, glücklich zu sein.«

Max Ehrmann

Was ist die eine Sache,
die Sie heute
aufhören
oder anfangen
oder anders
machen könnten,
die Ihr Leben am Meisten
zu einem besseren hin
verändern würde?

N.N.

Für Informationen über öffentliche
und firmeninterne Vorträge,
Workshops und Seminarprogramme
zu den Themen Führungsmanagement,
Lebensmanagement und Inspiration
rufen Sie uns an unter (0041) 1 3553737, oder
senden Sie uns ein eMail unter info@langenecker.com, oder
besuchen Sie uns im Internet unter www.langenecker.com

*Dieter Langenecker Management Mentoring
Postfach 578, Flüelastr 47,
CH-8031 Zürich, Schweiz*