

RATSCHLÄGE ZUR LEBENSFÜHRUNG

- DAS GLÜCK IM LEBEN HÄNGT VON DEN GUTEN GEDANKEN AB, DIE DU HAST. LEBE NICHT GEGEN ETWAS ODER JEMANDEN, SONDERN GLAUBE AN DAS DAFÜR.
- Kriterien für Glück: Gemeinschaft, Gesundheit, Genuss, Gerechtigkeit, Deckung der Grundbedürfnisse, Freunde, Familie, Freude, Frieden, Freiheit, Vertrauen.
- ERKENNE, WAS DIR WIRKLICH WICHTIG IST. UND HANDELE DANACH. ENTSCHIEDEND IST NICHT, WAS DU „GETAN HÄTTEST“ ODER TUN „WOLLTEST“, SONDERN NUR DAS, WAS DU TUST.
- FINDE EINEN SINN IN DEM, WAS DU TUST UND SUCHE NICHT DEN SINN DES LEBENS. LEBE DICH SELBST.
- Das Leben ist nicht mit Schleifen eingebunden, aber trotzdem ein wirkliches Geschenk.
- GEHE ENGE BINDUNGEN MIT ANDEREN MENSCHEN EIN. Die liebevolle Bindung an einen anderen Menschen ist für das Glück, die Zufriedenheit und den Erfolg im Leben von entscheidender Bedeutung.
- SIEH BEIM UMGANG MIT DEN MENSCHEN STETS DAS VERBINDENDE, NICHT DAS TRENNENDE. HALTE NACH GEMEINSAMKEITEN AUSSCHAU, STATT NACH DEN STETS VORHANDENEN UNTERSCHIEDEN. Das gibt Sinn in Deinem Leben.
- SCHAU NICHT AUF DEN REICHTUM ODER DEN STATUS DER MENSCHEN, SONDERN AUF IHRE INNEREN WERTE UND AUF IHRE WÜRDE.

- LERNE WERT ZU SCHÄTZEN, WAS DU HAST, STATT DICH ÜBER DAS ZU GRÄMEN, WAS DIR TATSÄCHLICH ODER VERMEINTLICH FEHLT.
- SEI GESTALTER DEINES EIGENEN LEBENS. Blicke auch nach Niederlagen und Schicksalsschlägen nach vorne und akzeptiere diese Wechselfälle des Lebens.
- Akzeptiere Niederlagen. Sie sind Deine Freunde. Erfolg verblendet.
- BLEIBE NEUGIERIG UND WAGE IMMER WIEDER NEUES. WECHSLE DIE PERSPEKTIVEN
- Mit jedem Tag, den wir leben, haben wir einen Tag weniger. Auch einen Tag weniger, etwas zu ändern.
- NUTZE DEINE KRAFT ZUM WANDEL, WO ER NÖTIG, SINNVOLL UND MÖGLICH IST. WENN UMSTÄNDE, DIE DICH BEDRÜCKEN ODER BEENGEN NICHT ZU ÄNDERN SIND, DANN SETZE DEINE KRAFT EIN, SIE AUSZUHALTEN, STATT SIE SINNLOS ZU BEKÄMPFEN.
- Wenn Du Deine Feinde nicht besiegen kannst, dann mache sie zu Deinen Freunden.
- Vergiss, was Du nicht ändern kannst. Sonst zerstörst Du Deine Zukunft.
- SEI HERR ÜBER DEINE GEFÜHLE UND GEDANKEN. LERNE DEINE GEFÜHLE KENNEN UND VERDRÄNGE SIE NICHT.
- LASS NICHT ZU, DASS ANDERE ÜBER DEINE GEFÜHLSWELT BESTIMMEN ODER SIE BEHERRSCHEN. DU ALLEIN ENTSCHIEDEST, WER DICH ÄRGERT, WER DICH BELEIDIGEN ODER VERLETZEN KANN. Über Deine Gefühle bestimmst Du allein!

- WILLST DU ZUFRIEDENHEIT, SO MISSACHTE
die Lücke zwischen dem, was Du hast und dem, was Du Dir wünschst
oder glaubst, dass es Dir zusteht,
die Lücke zwischen dem, was Du hast und dem, was andere wirklich oder
scheinbar haben,
die Lücke zwischen dem, was Du heute hast und dem Besten, was Du
jemals hattest.
- Wer Nichtleistung belohnt, erhält Nichtleistung!
- Das Leben ist nicht fair, aber trotzdem gut.
- Im Zweifel: Mach den nächsten kleinen Schritt.
- Deine Arbeit wird sich nicht um dich kümmern, wenn du krank bist. Nur wer
dich liebt oder mag, kümmert sich um dich.
- Mach Frieden mit deiner Vergangenheit, damit sie die Gegenwart und Zukunft
nicht stört.
- Vergleiche dich und dein Leben nicht mit den anderen. Du hast keine Ahnung,
wie es bei ihnen wirklich aussieht.
- Alles kann im Handumdrehen morgen schon anders sein.
- Es ist nie zu spät. Beginne jetzt!
- Niemand anderes ist für dein Glück verantwortlich. Nur du alleine!
- Was andere Leute von dir halten, geht dich nichts an.
- Zeit heilt. Fast alles.
- Gefühle kommen und gehen. Halte schlechte Gefühle aus, denn sie gehen
vorbei. Alles geht vorbei, auch Katastrophen und Unglück.
- Nimm dich nicht so ernst und wichtig. Andere tun das auch nicht mit dir.
- Neid ist Zeitverschwendung. Du hast schon alles, was du wirklich brauchst. Du
musst es nur wahrnehmen und schätzen lernen.

- Egal wie du dich fühlst. Steh auf, zieh dich gut an und zeige dich.
 - Verändere dich selbst und nicht die Welt. Nur wer sich selbst verändert, kann auch in der Welt eine Veränderung bewirken. Verändere dein Denken und Handeln, dann wird sich auch die Welt um dich herum verändern.
 - Ein Ortswechsel wird deine Probleme nicht lösen. Du wirst ihnen nicht entgehen, denn sie gehen mit dir, egal wohin.
 - Wenn du Großzügigkeit erwartest, dann sei selbst zuerst großzügig. Wenn du Toleranz erwartest, pflege die Toleranz als Vorbild.
 - Ein Jota Handeln ist mehr wert, als eine lange Predigt oder ein großes Studium. Wissen alleine genügt nicht. Die Umwandlung von Wissen in Tun ist entscheidend.
 - Lebe heute, lebe jetzt. Die Gegenwart hat genug Probleme, die bewältigt werden müssen. Schon der nächste Tag liegt nicht mehr in deiner Kontrolle. Schau die Vögel auf dem Feld. Sie säen nicht, sie ernten nicht und doch lassen sie jeden Morgen ihren Gesang erschallen.
 - Liebe die Menschen mit all ihren Schwächen. Liebe dich trotz all deiner Fehler und Schwächen. Es ist wichtig, immer wieder daran erinnert zu werden, dass auch die Starken schwach werden und die Klugen und Weisen sich irren. Denn: **Auf Erden lebt kein Menschenkind, an dem man keinen Mangel findet!**
- Schwäche verbergen oder leugnen, kostet enorme Kraft und bindet viel Energien. Schwäche zugeben gibt Stärke und Kraft zurück, setzt stets Ressourcen frei.
- Sei beharrlich und gib nie auf. STABILITAS ist die Losung! Gehe deinen Weg und verfolge dein Ziel, auch wenn Misserfolge dich immer wieder zurückwerfen und dich entmutigen wollen. Schnelle Lösungen haben keinen Bestand. Wundergeschichten sind Opium für den Geist und führen zu Kater und Resignation. Nur wer mit Beharrlichkeit und Geduld auf seinem Weg bleibt, wird gewinnen. Mit Humor und Lachen hat er dabei auch noch Spaß.
 - „Zuerst ignorieren sie dich, dann lachen sie über dich, dann bekämpfen sie dich und dann gewinnst du!“

- Suche nicht die Fehler der anderen Menschen, sondern ihre Qualitäten und ihre guten Seiten. Kein Mensch ist ohne Fehler, auch du nicht. Aber jeder Mensch hat auch etwas Gutes in sich. Wenn du das findest, wird es dir nützen, deine Beziehungen leichter und angenehmer gestalten. Wenn du den Menschen positiv gegenüber trittst, hast du mehr Erfolg. So kannst du dich selbst, aber auch sie besser motivieren.

- Sei authentisch. So bist du am besten unterwegs zu einem glücklichen Dasein. Wenn das, was du denkst, was du sagst und was du tust in Übereinstimmung und Harmonie ist, dann bist du authentisch. Harmonie der Gedanken, Worte und Taten setzt voraus, dass du zuerst deine Gedanken ordnest und dann handelst. Nicht umgekehrt. So kannst du durch deine Körpersprache, deinen Ton, deine Sprache und deine Mimik die Menschen überzeugen. Sie registrieren deine Harmonie und schätzen dies.

- Wachse stets weiter, entwickle und ändere dich, von Tag zu Tag, von Jahr zu Jahr. „Panda rei“, alles fließt. Fließe auch du, denn ein Festhalten an Vergangenen, ein Leben in der Erinnerung, in den „guten, alten Zeiten“ führt zu Versteinerungen. Entwicklung und Wachsen ist unsere Aufgabe und unser Glück, Tag für Tag, Stunde für Stunde.

- Bewahre dir deine Neugierde, forsche und gehe immer weiter voran. Denn es liegt noch so viel Schönes und Interessantes vor dir.

- Verträge und Abmachungen, sozialer Ausgleich garantieren das friedvolle Zusammenleben der Menschen, in der Familie, der Nachbarschaft und der Gesellschaft. Nicht Krieg, Beherrschung, Gier, Siege, Macht, Urteile und Rechthaberei. Die Niederlage des Anderen ist der Samen für den nächsten Konflikt, für den nächsten Kampf.

- DER EGOISMUS UND DIE GIER DES MENSCHEN IST
UNAUSSROTTLICH UND BEHERRSCHT DIE MENSCHEN; ABER AUCH
DIE MENSCHLICHEN GESELLSCHAFTEN. BEDENKE DAS STETS.

- Ein Gramm Handeln ist mehr, als eine große Moralpredigt oder ein großes Parteiprogramm. Wer nicht handelt, bewegt nichts, weder sich selbst, noch die Umgebung, noch die Gesellschaft. Wissen alleine genügt nicht. Das Wissen muss stets noch in die Tat umgesetzt werden.

- Lebe den Augenblick und das Jetzt. Das Schicksal hat uns die Möglichkeit gegeben, im Jetzt zu handeln und dort die Dinge zu beeinflussen. Wir haben aber von niemanden die Kontrolle über die Zukunft, noch nicht einmal Macht über den nächsten Moment erhalten. Wer sich nur über die Zukunft sorgt, verliert die Zeit und die Kraft, die Gegenwart zu gestalten und zu kontrollieren.

- Sei beharrlich. Stabilitas!! Du wirst kaum sofort erfolgreich sein. Mißtraue dem schnellen Erfolg und Gelingen. Es ist meist nicht von Dauer und fundiert. Wirkliche Erfolge müssen erkämpft und errungen werden. Mit Beharrlichkeit und Ausdauer. Gebe nicht zu früh auf. Nutze jede noch so kleine Chance für dein Ziel. Die notwendige Zeit zur Erreichung deines Ziels ist im Zweifel viel länger, als uns die Gesellschaft und unsere Einschätzung glauben machen. Deshalb ist Ausdauer und Geduld entscheidend. Mit dem Absenken der Wünsche und dem Herabschrauben der Ansprüche lassen sich viele Ziele viel leichter und realistischer erreichen. Und dann ist allemal eine gute Portion Gelassenheit und Humor hilfreich und von großer Bedeutung. Damit lässt es sich viel leichter und beschwingter kämpfen.

- Bei deinem Kampf und deinen Zielen berücksichtige noch eines: Nimm dich und deine Ziele nicht so wichtig. Du bist nicht alleine berufen, die Welt zu retten. Sie will es im Zweifel von dir auch gar nicht annehmen. Also bescheide dich.

- Sag was du denkst und sei authentisch. Verstelle dich nicht und arbeite nicht gegen deine Überzeugungen. Die Harmonie deiner Gedanken, Worte und Taten muss dein Ziel sein.

- Wer selbst nicht brennt, kann andere nicht entflammen. Das sei deine Devise und dein Leitfaden!

- Vergeben und vergessen öffnet die Tür zur Zukunft. Die Schwachen können nicht verzeihen. Verzeihen ist ein Zeichen von Stärke.