

Leseprobe



365 Streicheleinheiten für die Seele

immerwährender Kalender

ca. 380 Seiten, 11 x 16,5 cm, gebunden, durchgehend zweifarbig, mit Schmuckfarbe, mit zahlreichen Illustrationen, mit Lesebändchen

ISBN 9783746247908

Mehr Informationen finden Sie unter st-benno.de

Alle Rechte vorbehalten. Die Verwendung von Text und Bildern, auch auszugsweise, ist ohne schriftliche Zustimmung des Verlags urheberrechtswidrig und strafbar. Dies gilt insbesondere für die Vervielfältigung, Übersetzung oder die Verwendung in elektronischen Systemen.

©St. Benno Verlag GmbH, Leipzig 2016

• 365 •
Streicheleinheiten
für die Seele

benno



Man sollte stets und in allen Lagen ruhig leben.
Macht uns ein Kummer zu schaffen,
komme er nun von außen oder von innen,
so gilt es, ihn gelassen anzunehmen.
Erreicht uns aber die Freude,
so wollen wir auch sie ebenso gelassen
annehmen.

Franz von Sales

1 JANUAR

Die wahre Freude wandelt auf der Erde
wie die wahre Weisheit:
von wenigen gesehen
und von der Ruhe begleitet.

Friedrich Leopold Graf zu Stolberg-Stolberg

JANUAR 2

Luft und Licht heilen und Ruhe heilt,
aber den besten Balsam
spendet doch ein gütiges Herz.

Theodor Fontane

3

JANUAR

Wünsche nicht,
etwas anderes zu sein,
als du bist, aber versuche,
dies so gut wie möglich zu sein.

Franz von Sales

JANUAR

4

Gibt es schließlich eine bessere Form
mit dem Leben fertigzuwerden
als mit Liebe und Humor?

Charles Dickens

5 JANUAR

Man soll alle Tage
wenigstens ein kleines Lied hören,
ein gutes Gedicht lesen,
ein treffliches Gemälde sehen und,
wenn es möglich zu machen wäre,
einige vernünftige Worte sprechen.

Johann Wolfgang von Goethe

JANUAR 6

Das schönste,
was wir erleben können,
ist das Geheimnisvolle.

Albert Einstein



7 JANUAR

Bäume sind Meister der Geduld:
Sie lehren uns, jedes Jahr aufs Neue,
mit frischem Mut wieder anzufangen.

Dom Hélder Câmara

JANUAR 8

Heute, nur heute
werde ich mich bemühen,
den Tag zu leben,
ohne die Probleme meines Lebens
auf einmal lösen zu wollen.

Papst Johannes XXIII.

9

JANUAR

Wir Menschen plagen
uns ab, um die Mittel
zum Leben zu erwerben,
nur das Leben lassen
wir darüber bleiben.

Adalbert Stifter

JANUAR 10

Die schönste Freude
erlebt man immer da,
wo man sie
am wenigsten erwartet.

Antoine de Saint-Exupéry

11 JANUAR

Menschen fragen manchmal,
was Mönche in einem Kloster tun.

Die Antwort lautet:

Wir fallen und stehen auf,
wir fallen und stehen auf, und abermals
fallen wir und stehen wieder auf.

Und wir finden die Stärke aufzustehen,
indem wir Gott
unsere Schwäche bekennen.

Pachomius

JANUAR 12

Ich weiß nicht,
wohin Gott mich führt,
aber ich weiß,
dass er mich führt.

Gorch Fock



13 JANUAR

Der Wunsch unseres Schutzengels,
uns zu helfen,
ist weit größer als unser Wunsch,
uns von ihm helfen zu lassen.

Don Bosco

JANUAR 14

Blick in dein Inneres!
Dort ist die Quelle des Guten,
und wenn du immer nachgräbst,
kann sie immer hervorsprudeln.

Marc Aurel

15 JANUAR



Glücklich ist,
wer sich bei Sonnenuntergang
über die aufgehende Sonne freut.

Adalbert Ludwig Balling



JANUAR 16



Sei heiter –
es ist gescheiter
als alles Gegrübel.
Gott hilft weiter...

Theodor Fontane



17 JANUAR

Es ist die Aufgabe eines jeden Menschen,
zu sich selbst zu kommen,
das innerste Wesen seines Ichs zu entdecken.
Wie man dorthin gelangen kann,
und mit welchen Erfahrungen
diese Entdeckung zusammenhängt,
ist und bleibt aber ein Geheimnis.

Edith Stein

JANUAR 18

Nachdenken enthält eine
unerschöpfliche Quelle
von Trost und Beruhigung.

Novalis



19 JANUAR

Gegen Schmerzen der Seele
Gibt es nur zwei Arzneimittel:
Hoffnung und Geduld.

Pythagoras

JANUAR 20

Wir möchten so viel:
Haben. Sein. Und gelten.
Dass einer alles hat:
Das ist selten.

Kurt Tucholsky

26 DEZEMBER



Die Freude steckt
nicht in den Dingen,
sondern im Innersten unserer Seele.

Theresia von Lisieux



DEZEMBER 27



Die wahre Lust besteht darin,
dass die Seele sich
in einem Zustand
der Ruhe und Heiterkeit befindet.

Diogenes



28 DEZEMBER

Achte auf das Kleine in der Welt,
das macht das Leben
reicher und zufriedener.

Carl Hilty

DEZEMBER 29

Wer einmal
sich selbst gefunden hat,
kann nichts auf dieser Welt
mehr verlieren.

Stefan Zweig

30 DEZEMBER

Monde und Jahre vergehen
und sind immer vergangen,
aber ein schöner Moment
leuchtet das ganze Leben hindurch.

Franz Grillparzer

DEZEMBER 31

Auf diese Weise mache
dein neues Jahr zu einem Fest,
das dich dein Leben feiern lässt.
Es soll das neue Jahr
noch besser werden, wie's alte war.

Aus Deutschland

Fotonachweis

Cover: © Abramov Timur/Shutterstock; Seite 4 © Wizard/
Fotolia, 61 © Ermolaev Alexandr/Fotolia, 12.1, 18.7, 22.10,
7/15.11, 9.12. © Africa Studio/Fotolia, 18.1. © Iliya kulianionak/
Fotolia, 24.1. © inna_astakhova/Fotolia, 30.1, 13.2, 23.4,
5/9/17.5, 4.6. © voren1; 5.2, 5.4, 27.5, 2.7, 5.8. © Rita
Kochmarjova/Fotolia, 19.2. © Jean Kobben/Fotolia, 25.2, 22.3. ©
Fly_dragonfly/Fotolia, 4.3. © Hugo Felix/Fotolia, 10.3. © lipowski/
Fotolia, 16.3. © Wizard/Fotolia, 28.3, 1.12. © Anatoli/Fotolia,
13./27.4, 27.11. © blackday/Fotolia, 17.4. © uzhusky/Fotolia,
21.5, 23.8. © dunga/Fotolia, 8.6. © Utekhina Anna/Shutterstock,
16.6. © otsphoto/Fotolia, 20.6. © 135pixels/Fotolia, 24.6. ©
Clivia/Fotolia, 12.7. © kuzina1964/Fotolia, 30.7. © gertrudda/
Fotolia, 13.8. © lalululala/Fotolia, 27.8, 4.9. © Happy monkey/
Fotolia, 12.9. © nic_d/Fotolia, © Alexandr79/Fotolia, 24.9. © ya-
kub88/Shutterstock, 2.10. © Eric Isselee/Fotolia, 10.10. © Olga
Lyubkin/Fotolia, 18.10. © iko/Fotolia, 30.10. © Guido Grochowski/
Fotolia, 19.11. © adogslifephoto/Fotolia, 13.12. © NK/Fotolia,
21.12. © Dmitry Pichugin/Fotolia, 25.12. © Farinoza/Fotolia.

Bibliografische Information der Deutschen Nationalbibliothek
Die Deutsche Nationalbibliothek verzeichnet diese Publikation
in der Deutschen Nationalbibliografie;
detaillierte bibliografische Daten sind im Internet über
<http://dnb.d-nb.de> abrufbar.

Besuchen Sie uns im Internet unter:
www.st-benno.de

Gern informieren wir Sie unverbindlich und aktuell auch in
unserem Newsletter zum Verlagsprogramm,
zu Neuerscheinungen und Aktionen.
Einfach anmelden unter www.st-benno.de.

ISBN 978-3-7462-4790-8

© St. Benno-Verlag GmbH, Leipzig
Covergestaltung: Rungwerth Design, Düsseldorf
Gesamtherstellung: Kontext, Lemsel (A)