

Leseprobe



Reinhard Abeln

Du bist im besten Alter

Lebensweisheiten für die Seele

96 Seiten, 10,5 x 15,5 cm, Flexcover, durchgehend farbig,
mit zahlreichen Fotos

ISBN 9783746269306

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 2026

Reinhard Abeln

Du bist im besten Alter

Lebensweisheiten
für die Seele



benno

Danke

Herr, ich danke dir für mein ganzes Leben,
für Licht und Schatten, für Freude und
Leid, denn ich brauche alles.

Danke für den Sonnenschein,
aber auch für den Regen.

Die Sonne erwärmt mich,
und der Regen erfrischt mich.

Danke für das Lob,
aber auch danke für den Tadel.

Das Lob bestärkt mich,
und der Tadel berichtigt mich.

Danke für den Freund,
aber auch für den Feind.

Der Freund übt Nachsicht gegen mich,
und der Feind erfordert sie von mir.

Danke für die Gesundheit,
aber auch für die Krankheit.

Die Gesundheit schafft mir Möglichkeiten,
und die Krankheit zeigt mir Grenzen.



Danke für die Gemeinschaft,
aber auch für die Einsamkeit.
Die Gemeinschaft schenkt mir Menschen,
und in der Einsamkeit bist du.

Herr, du bist in allen Lebenslagen bei mir.
Dafür danke ich dir
an meinem Geburtstag.



Von Herzen Ja

Sagen wir von Herzen Ja
zu dem Jahr,
in dem wir geboren sind,
zu dem Jahr, in dem wir leben,
zu dem Tag, der uns heute
durch Gottes Güte
geschenkt ist!
Das macht uns froh
und gelassen.

Reinhard Abeln



Spuren hinterlassen

Geh Wege,
die noch niemand ging,
damit du Spuren hinterlässt!

Antoine de Saint-Exupéry

Was ist das Leben?

An einem schönen Sommertage war um die Mittagszeit eine Stille im Wald eingetreten. Die Vögel steckten ihre Köpfe unter die Flügel. Alles ruhte. Da steckte der Buchfink sein Köpfchen hervor und fragte: „Was ist das Leben?“

Alle waren betroffen über diese schwere Frage. Eine Rose entfaltete gerade ihre Knospe und schob behutsam ein Blatt ums andere heraus. Sie sprach: „Das Leben ist eine Entwicklung.“

Weniger tief veranlagt war der Schmetterling. Lustig flog er von einer Blume zur anderen, naschte da und dort und sagte: „Das Leben ist lauter Freude und Sonnenschein.“

Drunten am Boden schleppte sich eine Ameise mit einem Strohalm, zehnmal länger als sie selbst, und sagte: „Das Leben ist nichts als Mühe und Arbeit.“

Geschäftig kam eine Biene von einer honighaltigen Blume zurück und meinte dazu: „Das Leben ist ein Wechsel von Arbeit und Vergnügen.“

Wo so weise Reden geführt wurden, steckte der Maulwurf seinen Kopf aus der Erde und sagte:

Die Elster, die selbst nichts weiß und nur vom Spott über die anderen lebt, sagte: „Was ihr für weise Reden führt! Man sollte wirklich meinen, dass ihr gescheite Leute seid!“

Es hätte nun einen großen Streit gegeben, wenn nicht ein feiner Regen eingesetzt hätte, der sagte: „Das Leben besteht aus Tränen, nichts als Tränen.“ Dann zog er weiter zum Meer. Dort brandeten die Wogen und warfen sich mit aller Gewalt gegen die Felsen, kletterten daran in die Höhe und warfen sich dann wieder mit gebrochener Kraft ins Meer zurück und stöhnten: „Das Leben ist ein stets vergebliches Ringen nach Freiheit.“

Hoch über ihnen zog majestätisch ein Adler seine Kreise, der frohlockte: „Das Leben ist ein Streben nach oben.“

Nicht weit davon stand eine Weide, die hatte der Sturm schon zur Seite geneigt. Sie sprach: „Das Leben ist ein Sich-Neigen unter eine höhere Macht.“ Dann kam die Nacht. In lautlosem Flug glitt ein Uhu durch das Geäst des Waldes und krächzte: „Das Leben heißt, die Gelegenheit nutzen, wenn die anderen schlafen.“

Schließlich wurde es still im Wald.

Freu dich über jede Stunde



Freu dich über jede Stunde,
die du lebst auf dieser Welt.
Freu dich, dass die Sonne aufgeht
und auch, dass der Regen fällt!

Freu dich an jedem Morgen,
dass ein neuer Tag beginnt.
Freu dich an den Frühlingsblumen
und am kalten Winterwind!

Freu dich an jedem Abend,
dass du ein Zuhause hast.
Freu dich an schönen Stunden
und vergiss die laute Hast!



Glücklich

Glücklich ist der Mensch dann,
wenn er eine Aufgabe hat,
geliebte Menschen
und ein großes Ziel.



Ricarda Huch

Die Musik der Seele

Nimm dir Zeit,
um zu lachen!
Es ist die Musik der Seele.



Aus Irland



Auf der Suche nach Glück

Jedes Jahrzehnt des Menschen
hat sein eigenes Glück.

Johann Wolfgang von Goethe

Die Güte des Herzens

Ein Rabbi, so lesen wir im Talmud, fragte einmal seine Schüler: Was ist es, worauf der Mensch im Leben den größten Wert legen soll?

Der eine sagte: ein wohlwollendes Auge. Der andere: ein guter Freund. Der dritte: ein guter Nachbar. Der vierte: das Schauen der kommenden Dinge.

Der fünfte schlug vor: Die Güte des Herzens – die ist es, worauf der Mensch den größten Wert im Leben legen soll!

Der Rabbi billigte den fünften Vorschlag mehr als die anderen vier. Denn, er sagte, in der Güte des Herzens ist alles inbegriffen ...

Die Güte des Herzens – davon leben wir und unsere Mitmenschen. Wenn wir uns an diesen fünften Vorschlag halten, dann wird unser neues Lebensjahr gelingen.



Worauf es ankommt

Wenn durch einen Menschen
ein wenig mehr Liebe und Güte,
ein wenig mehr Licht und
Wahrheit in der Welt war,
dann hat sein Leben
einen Sinn gehabt.

Alfred Delp

