

Newsletter Ausgabe 70/09

23. Dezember 2009



Was ist wirklich wichtig im Leben?

"Ohne die Liebe sind wir Vögel mit gebrochenen Flügeln"
- Das Vermächtnis eines todgeweihten Professors an seine Studenten -

Was ist wirklich wichtig im Leben?

Ein US-Professor hat uns verblüffend einfache Antworten gegeben.
Morrie Schwartz lehrte Psychologie und Philosophie an der Brandeis-Universität.

Über die Familie: "Wenn Du nicht die Unterstützung, die Liebe, die Aufmerksamkeit, die Sorge einer Familie spüren kannst, hast Du nicht sehr viel im Leben. Nichts auf der Welt kann das ersetzen. Das Geld nicht. Der Ruhm nicht. Der Job nicht. Denn ohne die Liebe sind wir Vögel mit gebrochenen Flügeln. Wenn Du erfahren willst, was totale Verantwortung für einen Menschen bedeutet und wie man am intensivsten liebt, dann solltest Du Kinder haben."

Über Gefühle: "Sich von Erlebnissen zu lösen - das ist wichtig. Lerne dich zu lösen. Die Buddhisten sagen: Klammere dich nicht an Dinge. Alles ist vergänglich. Um dich von Gefühlen lösen zu können, musst Du sie durchleben. Du lernst, was Schmerz ist. Du lernst, was Liebe ist. Du lernst, was Kummer ist."

Über das Altern: "Altern heißt nicht nur gebrechlich zu werden. Es heißt auch zu wachsen. Jedes Alter ist ein Teil von mir. Ich bin zugleich drei Jahre, fünf Jahre, 37 Jahre und 50 Jahre alt. All das war ich schon einmal. Ich weiß wie das ist. Ich bin gerne ein Kind, wenn das angemessen ist, ein Kind zu sein. Ich bin gerne ein alter weiser Mann, wenn es angemessen ist, ein alter weiser Mann zu sein."

Über Geld: "Die Menschen reden sich dauernd ein: Besitz ist gut. Mehr Geld ist gut. Die Menschen sind verwirrt. Sie wissen nicht, was wirklich wichtig ist. Weißt Du, was dich wirklich befriedigt? Anderen Menschen zu geben, was dir möglich ist. Ich meine nicht Geld. Ich meine Zeit, Fürsorge und Gespräche."

Über den Sinn des Lebens: "Die Menschen sind immer in Eile. Sie rennen rastlos umher. Sie denken an das nächste Auto, das nächste Haus, den nächsten Job. Dann merken sie, daß diese Dinge leer sind und rennen weiter. Materielle Dinge können niemals Liebe, Zärtlichkeit und Vertrauen ersetzen."

Über das Verzeihen: "Wir müssen nicht nur anderen Menschen verzeihen, sondern auch uns. Für all die Dinge, die wir nicht getan haben. Du mußt mit dir selbst und den Menschen um dich herum Frieden schließen."

Über den Tod: "Lerne zu sterben, und Du lernst zu leben. Der Tod beendet das Leben, aber eine Beziehung kann dadurch nicht beendet werden."

Quelle Mitch Halbom:

Wir wünschen Ihnen und den Menschen die Ihnen lieb sind gesegnete Festtage und einen rauschigen Übergang in das neue Jahrzehnt



Ihr

IFEGO-Team
Mühlenweg 69
37120 Bovenden
Fon: 0 551 - 4 53 30
Fax: 0 551 - 4 28 44
E-Mail: info@ifego.com
Homepage: <http://www.ifego.com>

TIPP: <http://www.Food-Rechner.de>

Der Kalorienrechner (FoodRechner.de) hilft Ihnen bei der Auswahl gesunder Lebensmittel, z. B. wenn Sie gezielt abnehmen möchten oder sich einfach gesünder ernähren wollen. **Zusätzlich können Sie Ihren Kalorienverbrauch aus mehr als 250 Aktivitäten berechnen.**