

ABC des glücklichen Lebens

„Ich bin gekommen, damit sie das Leben haben – und es in Fülle haben“, so sagt Jesus Christus (Joh 10, 10)

„Es gibt erfülltes Leben – trotz unerfüllter Wünsche“, sagt ein Sprichwort.

Ein glückliches Leben, erfüllt, gelingend, glückend – das wünschen wir uns. Doch manchmal liegt es eben an uns selbst, an unserer Einstellung, an unserer Sichtweise, dass wir nicht so recht das Glück finden – und manchmal jagen wir dem falschen Glück hinterher.

„Was immer nötig ist, das ist die Freude, die rechte Fröhlichkeit, die aus dem frischen, fröhlichen Glauben hervorgeht, dass unser Herrgott im Himmel die Welt regiert, dass diese Welt nicht gerade morgen schon zugrunde geht, und wenn auch einmal Wetterwolken am Himmel hängen, es sogar einschlägt ...“ sagt unser Gründer Adolph Kolping auf einer seiner Reden zum Katholikentag. (vgl. Heinrich Festing, Mit Gott durch das Jahr, S. 114/342). So gilt für ihn auch: „Froh und glücklich machen, trösten und erfreuen ist im Grunde das Glücklichste und Beste, was der Mensch auf dieser Welt ausrichten kann.“ (Kolpingschriften 4, S. 301).

Vor den Ferien, zu Beginn der Urlaubszeit;
oder auch nach dem Urlaub, wenn es wieder an die Arbeit geht;
wenn wir mit Kolping in ein neues Programm starten;
oder wenn wir einige großen Aktionen durchgeführt haben;
dann ist es einmal Zeit, auf sich selbst zu schauen!

Das ABC des Glücklichseins kann helfen, dass wir uns selbst in den Blick nehmen.

Denn:

- wenn wir nicht genießen können, werden wir ungenießbar - und
- wenn wir für andere da sein wollen, müssen wir auch auf uns selbst achten.

ABC des glücklichen Lebens

- A lles, was dein Leben ausmacht, hat mit Glauben zu tun. Er gibt Lebenskraft.
- B ejahe stets deine Wünsche. Bejahe dein Glück.
- C hristentum in Wort und Tat bedeutet, dass du Kind des göttlichen Vaters bist.
Erkenne diesen großen Schatz deines Lebens.
- D och bleibe nie beim Denken, Träumen, Warten stehen. Nein, handle.
Echter Glaube handelt.
- E rinnere dich immer an die Macht deiner Gedanken.
Was du denkst, das wirst du auch.
- F ühle dich stets glücklich, auch wenn du Enttäuschungen erlebst.
Dein Glaube an das Gute wandelt das Leid.
- G ib immer dein Bestes - einerlei, was du auch tust!
- H alte jeden Ärger und jede Erregung von deiner Seele fern.
Denn Zorn und Kummer schaden dir.
- I deale - lebe sie. Sie sind Keime und Samen zukünftiger Wirklichkeit.
- J asagen ist die große Lebenskunst -
Bejahe immer die Sonnenseite des Lebens.
- K arge nie mit Lob und Ermutigung anderer.
Erwarte von jedem das Höchste und Beste.
- L ass nichts deine immer stete Harmonie stören.
Bleibe bei allem ruhig und gelassen.
- M orgens und abends gehe in Stille.
Bete, um deine Seele mit neuer Kraft zu füllen.
- N iemals gehe schlafen, ohne den Tag
mit einer Rechenschaft beschlossen zu haben.
- O ptimismus ist die beste Selbst- und Lebenshilfe.
- Pessimistischen Menschen und Gedanken begegne bewusst
mit positiven Gefühlen und Taten der Liebe.
- Q uäle dich und andere nie mit unnötigen Sorgen und Befürchtungen.
- R ichte nicht - und niemals - über andere.
Bring keinem anderen Wesen Leid.
- S uche in und an allem stets das Gute zu erkennen.
Versuche aus allem das Beste zu machen.
- T raue dich zu lieben, was dir begegnet,
dann wird dir bald nur noch begegnen, was du liebst.
- Ü beln gehe nicht aus dem Wege,
sondern schreite ihnen mutig entgegen und über sie hinweg.
- V ergiss nie, dass ein väterlicher Gott seine schützende Hand über dich hält.
Sei also nicht kleingläubig.
- W esensmäßig bist du ein Teil des göttlichen Wesens.
Gottes Leben lebt wie ein Funke in deiner Seele.
- Z eit ist das, was du als Mensch daraus machst.
Keine Zeit ist dir geneigter als die Gegenwart.

Verfasser leider unbekannt

Gebet

Herr, guter Gott, uns Vater und Mutter zugleich.

Wir sind Deine geliebten Kinder.

Du willst, dass unser Leben gelingt.

Du willst, dass wir froh und glücklich sind
und dass wir in Eintracht zusammenleben.

Das hast Du uns in Jesus Christus, Deinem Sohn, gezeigt.

In schweren Tagen sollen wir nicht verzagen,
sondern auf Deinen Beistand vertrauen
und Kraft schöpfen aus unserem Glauben.

Die schönen Tage unseres Lebens sollen wir genießen können
und das Gute mit unseren Mitmenschen teilen.

Gib, dass wir die richtige Lebenseinstellung finden,
dass wir mit Schwierigkeiten auf rechte Weise umgehen
und unser Leben positiv gestalten.

Gib, dass wir auch andere froh und glücklich machen, trösten und erfreuen.

Dazu segne uns

(an diesem Abend / an diesem Tag / ...

da wir uns zur Vorstandssitzung / zur Versammlung / zum Ausflug / ... treffen)

der liebevolle und gütige Gott

+ der Vater und der Sohn und der Heilige Geist.