



Siebenmal Freude

Impuls 1 - Suche die kleinen Dinge die dem Leben Freude geben
(Konfuzius)

Gehen Sie spazieren! Freuen Sie sich an der erwachenden Natur, an den Blüten und dem frischen Grün. Lauschen Sie dem Gesang der Vögel.

Impuls 2 - Die wahre Freude kommt zu jenen, die andere erfreuen
(Theresa Keiter)

Rufen Sie jemanden an, von dem Sie wissen, dass es ihm in dieser Zeit nicht besonders gut geht. Schreiben Sie doch mal wieder einen Brief.

Impuls 3 - Ich bin so froh. dass ich froh bin. Wenn ich nicht froh wäre, wär's auch nicht anders!
(Alte Volksweisheit)

Nehmen Sie die Situation an. Denken Sie daran: Diese Zeit wird vorbeigehen. Freuen Sie sich auf das, was dann kommt.

Impuls 4 - Unsere tägliche Freude gib uns heute

Lesen Sie doch mal wieder in Gesangbuch und Bibel. Dort ist die Freude vielfältig zu entdecken.

Evangelisches Gesangbuch – Lieder 1, 2, 6, 13, 398, 500, 503, 510, 515 und viele andere
Gotteslob – Lieder 228, 241, 318, 326, 337, 748, 803 und viele andere
Bibel – Sacharja 9, Vers 9, Lukas 6, Verse 20 bis 23, Johannes 16, Verse 20 bis 22, 1. Petrus 1, Verse 3 bis 9 und an vielen anderen Stellen

Impuls 5 - Was der Sonnenschein für die Blumen ist.
dass sind lachende Gesichter für Menschen
(Joseph Addison)
Lächeln Sie doch mal jemanden an. Sie werden merken, es kommt etwas zurück...

Impuls 6 - Freude an der Arbeit lässt das Werk vortrefflich geraten
(Aristoteles)

Schmerzt Dich in tiefer Brust
Das harte Wort „Du musst“
So macht Dich eins nur still
Das stolze Wort „Ich will“
(aus einem Poesiealbum)

Impuls 7 - Wenn wir Freude am Leben haben, kommen die Glücksmomente von selber
(Ernst Ferstl)

Bewahren Sie sich Ihre Freude am Leben auch in schwierigen Zeiten. Das wünschen wir Ihnen von Herzen. Und denken Sie an das Wort von Charlie Chaplin: Jeder Tag an dem du nicht lächelst ist ein verlorener Tag!