

---

## *Lernen und Leben*

---

*Die Menschen folgen ihrem eigenen Plan,  
doch manchmal scheint der wie ein Wahn.  
Ein Lebensabschnitt gelingt uns Schritt für Schritt,  
wirft uns manchmal auch zurück.*

*Vorwärts geht es Stück für Stück,  
im Alter blickt man auf das Geschaffene zurück.  
Wissen und Fähigkeiten werden wir anstreben,  
dass lässt uns leichter leben.*

*Dies alles vermittelt uns die Schule,  
doch die beste Schule ist das Leben selbst.  
Ständiges Weiterbilden und lebenslanges Lernen treibt uns an,  
nur so kommen wir im Beruf und mit der Karriere voran.*

*Mobbing, Enttäuschungen, Sorgen, Nöte oder auch Schicksalsschläge  
führen schnell zu Lebenskrisen.*

*Sie lassen Depressionen und Ängste nur so sprießen.*

*Die Seele ist erschöpft und braucht neue Kraft,  
bevor man wieder Neues schafft.*

*Lege mal wieder eine Pause ein! Lass Schuldzuweisungen,  
hadern, nörgeln, lamentieren einfach mal sein.*

*Den Augenblick genießen und einfach mal Ruhe finden,  
da muss man sich nicht wirklich überwinden.*

*Durch Achtsam sein,  
beten oder meditieren,  
wirst du neue Energie tanken,  
dies bringt dich auf neue Gedanken.*

*Glaube, aber auch Vertrauen  
lassen sich so neu aufbauen.  
Dies hat einen guten Effekt,  
die Lebensgeister werden neu geweckt.*

*Lebe selbst,  
doch setze dich auch für andere ein.  
Die Kunst besteht darin,  
sich auch selbst nicht zu viel abzuverlangen.*

*So kannst du gut leben  
und dich dabei auch entspannen.  
In kurzer Zeit viele Entscheidungen treffen,  
lässt dein Herz höher beben.*

*Doch nicht immer geht etwas daneben,  
du wirst viel Neues erleben.  
Das Leben ist ein ständiger Lernprozess,  
auch das ist ab und zu mal Stress.*

*Unser Charakter ist auch nicht genormt,  
drum wird er ständig umgeformt.  
Drum Denken und Handeln wir nach Herzens empfinden,  
dies wird die Liebe und das Leben weiter verbinden.*