



Für.....

Von.....



The background of the entire page is a dark blue color with a repeating pattern of stylized, light blue line-art flowers and leaves. The flowers have five petals and prominent stamens. A horizontal yellow band runs across the middle of the page, containing the main title text.

# 365 mal Gelassenheit

Mit Fotografien von  
Tina und Horst Herzig

Der höhere Mensch hat Seelenruhe und Gelassenheit,  
der gewöhnliche ist stets voller Unruhe und Aufregung.

*Konfuzius*

Wenn unser Alltag allein durch Stress bestimmt ist, laufen wir Gefahr, die sonnigen Glücksmomente des Lebens zu verpassen. Deshalb legen wir Ihnen ans Herz:  
Holen Sie wieder richtig Atem, entspannen Sie sich und treten Sie allen Widrigkeiten des Lebens mit gleichmütiger Gelassenheit und innerer Ruhe gegenüber.  
Sicherlich liefert Ihnen dieser Kalender zahlreiche und hilfreiche Denkanstöße dazu.



Januar



Die höchste Krone  
des Helden ist die  
Besonnenheit  
mitten in Stürmen  
der Gegenwart.

*Jean Paul*

*1. Januar*

The background of the slide is a solid dark blue color. It is decorated with several white line-art illustrations of dandelion seed heads. Some are tall and thin, while others are shorter and more clustered. The seed heads are scattered across the slide, with a large, dense cluster of them in the bottom right corner. The text is centered in the upper left quadrant.

Gelassenheit gewinnt man nur in der  
Besinnung auf das Wesentliche.

*Georg Moser*

*2. Januar*



Dass wir ein Inneres besitzen,  
von dem wir die Welt  
ausschließen können, in das  
auch kein König  
einbrechen kann, das ist doch  
ein herrliches Gefühl.

*August Pauly*

*3. Januar*

Wenn dein Haus in Flammen  
steht, dann wärme dich daran.

*Aus Spanien*



*4. Januar*



Sich zu entspannen ist besser,  
als beschäftigt zu sein.

*Balthasar Gracián y Morales*

*5. Januar*



Man muss, wie es bei einem Gemälde mit den Farben geschieht, in der Seele das Heitere und Glänzende hervorheben und das Dunkle verbergen und verdecken; eben weil es uns nicht möglich ist, es ganz zu tilgen und uns von ihm loszumachen.

*Plutarch von Chäroneia*

*6. Januar*

Gelassenheit bewahrt  
vor großen Fehlern.

*Bibel, Kohelet 10.4*



*7. Januar*

Ruhig im Gemüt kann man nur werden  
in der Unruhe geistiger Arbeit.

*Ernst Rietschel*



*8. Januar*