

365



WEGE, *Kraft* ZU TANKEN

ars≡dition

365



WEGE, *Kraft*

ZU TANKEN



ars≡dition




Jeden Tag Kraft und Inspiration schöpfen

Es gibt so viele Möglichkeiten, sich zu entspannen und Energie zu tanken. Sei es durch eine Pause in der Natur, ein Innehalten im Alltag, einen Gedanken, den man in Ruhe zu Ende führt, oder eine Inspiration, für die man sich öffnet.

Dieser Aufsteller bietet dir vielerlei Möglichkeiten, deine Kraftreserven wieder aufzufüllen.

Nutze die zahlreichen Zitate und Weisheiten, Impulse und Entspannungstipps für dich und starte jeden Morgen wieder neu gestärkt in den Tag.




Man muss
die *kleinen* Freuden aufpicken.

THEODOR FONTANE



Die Gewohnheit, alle Dinge
von der *Lichtseite* zu betrachten,
ist mehr wert
als ein Einkommen von Tausenden.

DAVID HUME

A full-page background image showing a sunset over the ocean. The sun is low on the horizon, creating a warm, golden glow across the sky and reflecting on the water. Three birds are seen in flight against the sky. The text is centered in the upper half of the image.

Wer *stark* ist,
kann sich erlauben,
leise zu sprechen.

THEODORE ROOSEVELT

Ruhig WERDEN.

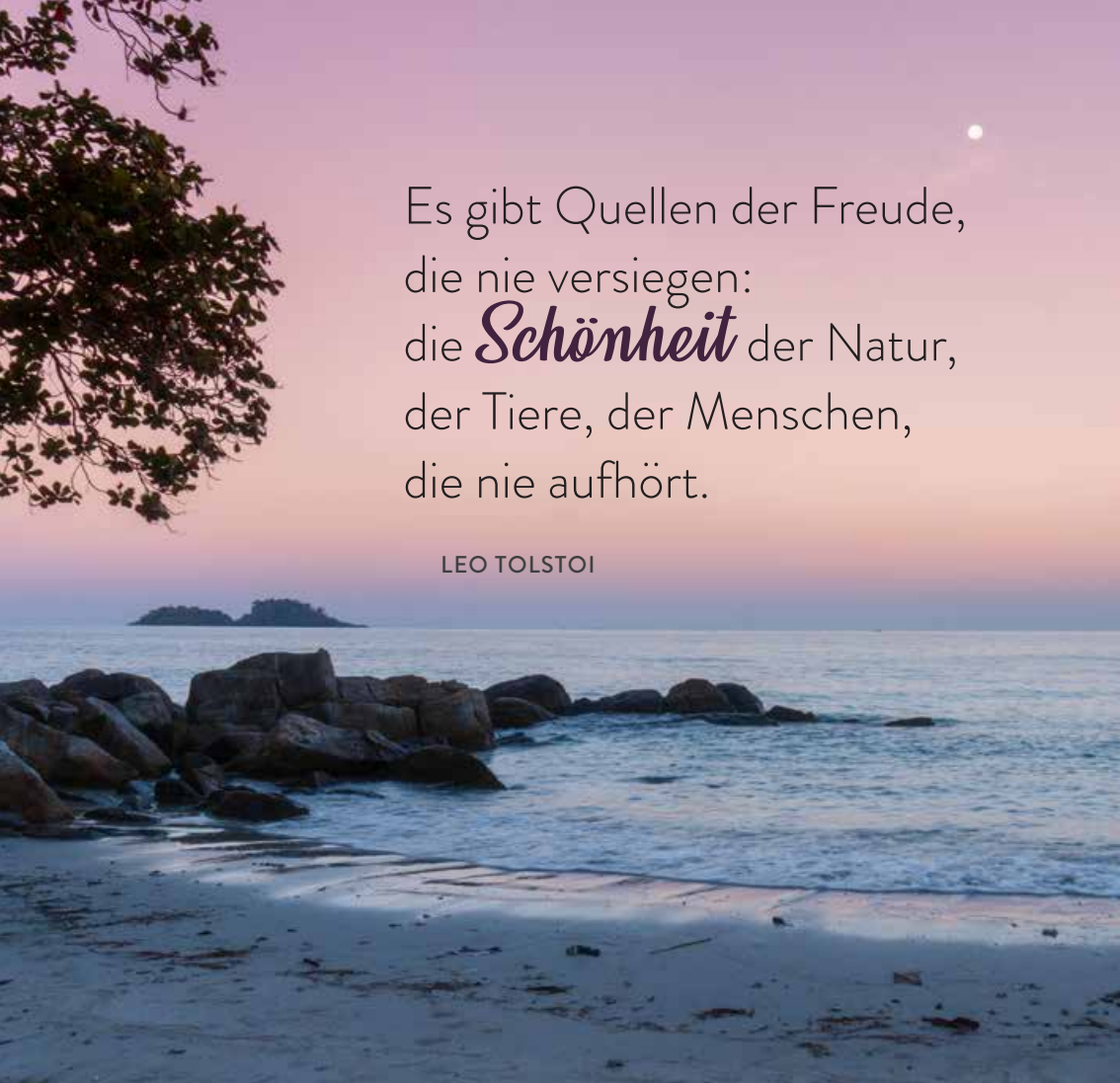
Suche dir deinen Wohlfühl-Ort,
an dem du dich nur auf dich selbst besinnst.
Atme ruhig ein und aus,
mehrmals und ganz bewusst.
Versuche, alle Geräusche zu dämmen.
Lass Stille zu.



Ihr aber seht und sagt: Warum?
Aber ich *träume* und sage: Warum nicht?

GEORGE BERNARD SHAW



A serene sunset scene over a beach. In the foreground, there are large, dark, wet rocks on the left side of the frame. The beach is sandy and reflects the soft light of the sunset. The ocean is calm, with gentle waves lapping at the shore. In the distance, a small, dark island is visible on the horizon. The sky is a mix of soft pinks, purples, and blues, with a small, bright sun or moon visible in the upper right corner. The overall mood is peaceful and contemplative.

Es gibt Quellen der Freude,
die nie versiegen:
die *Schönheit* der Natur,
der Tiere, der Menschen,
die nie aufhört.

LEO TOLSTOI



Es ist besser,
ein einziges kleines *Licht* anzuzünden,
als die Dunkelheit zu verfluchen.

KONFUZIUS



Die *Glückseligkeit*
scheint in der Muße zu bestehen.

ARISTOTELES

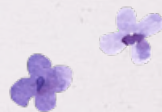


Das *meiste* haben wir gewöhnlich
in der Zeit getan, in der wir meinten, zu wenig zu tun.

MARIE VON EBNER-ESCHENBACH

Es bleibt einem jeden
immer noch so viel *Kraft*,
das auszuführen,
wovon er überzeugt ist.


JOHANN WOLFGANG VON GOETHE



Das ganze Leben besteht
aus einem ständigen *Neubeginn.*

HUGO VON HOFMANNSTHAL



The background of the image is a warm, golden sunset. The sun is a bright, glowing orb on the left side, partially obscured by the silhouettes of trees and hills. The sky is a gradient of soft orange and yellow, fading into a pale blue at the top. In the foreground, there is a field of tall, dry grass or reeds, their stalks catching the low light and creating a shimmering, textured effect. The overall mood is peaceful and contemplative.

Jeder Tag ist ein neuer *Anfang.*

T. S. ELIOT



Hab *Geduld* in allen Dingen,
aber besonders mit dir selbst.

FRANZ VON SALES

SICH IN *Geduld* ÜBEN



Versuche,
ganz ins Hier und Jetzt einzutauchen.
Stell dein Bedürfnis zurück,
eine Situation sofort wieder
verändern zu wollen.
Nimm dir Zeit, deine innere Ruhe
wiederzufinden.
Frage dich: Was macht mich zufrieden?
Wann fühle ich mich wohl?