



# persönliche Weisheiten

über 60 Ansichten und Devisen für den  
Menschen von heute

Alexandra Herdt







Alexandra Herdt, geb. am 25.08.1971 Life Coach, Beraterin, Philosophin, Lebenskünstlerin, verheiratet mit Christian Herdt-Wipper, wohnhaft in München, zwei Katzen, Kater Principe und Kater Vincenzo.



Herzlich Willkommen,

wer sich mit Menschsein beschäftigt, erfährt ein bißchen über die Geheimnisse des Lebens. Vielleicht hat er auch schon die ein oder andere Antwort auf seine Fragen bekommen. Dieses Buch enthält persönliche An- und Einsichten über uns und unser Dasein. Es ist eine Perspektive und erhebt keinen Anspruch auf alleinige Wahrheit, sondern ist nur zu verstehen als ein kleiner Strahl von vielen.

Von Herzen Ihre

Alexandra Herdt

Dieses Buch ist meinem geliebten Mann Christian gewidmet.

# LEBEN



Nichts kommt in dein Leben,  
was mit dir nichts zu tun hat.

# AUSSEN



Der Mensch wird im Außen nie finden,  
was er im Inneren nicht hat.

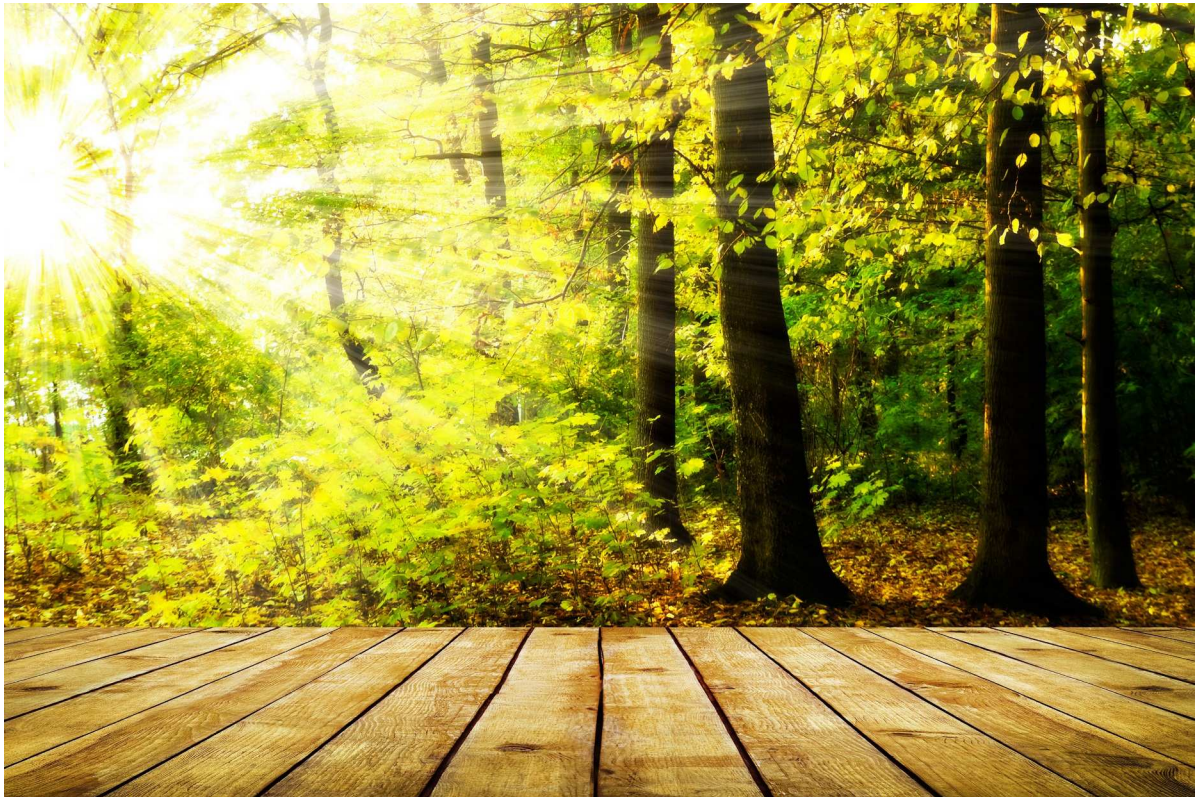
# SUCHE



Nicht der Verstand entscheidet, wonach du suchst,  
sondern die Sehnsucht deiner Seele.



# ERFAHRUNG



Keiner kann dir sagen, warum du dieses Leben gewählt hast.  
Es gibt kein gutes und schlechtes Leben. Es gibt nur Erfahrung.

# VERTRAUEN



Wer vertraut,  
sorgt sich nicht.

# ERHEBEN



Wer sich selber erhebt,  
herabwürdigt andere zur gleichen Zeit.

# LEBENSWEG



Du denkst, du bist nicht dort, wo du gerne wärst,  
aber es ist genau richtig,  
das du dort bist, wo du gerade bist.

# POLARITÄT



Nichts ist ohne Kontrast wahrnehmbar,  
und somit existiert untrennbar  
die eine Seite neben der anderen.

# ZWEIFEL



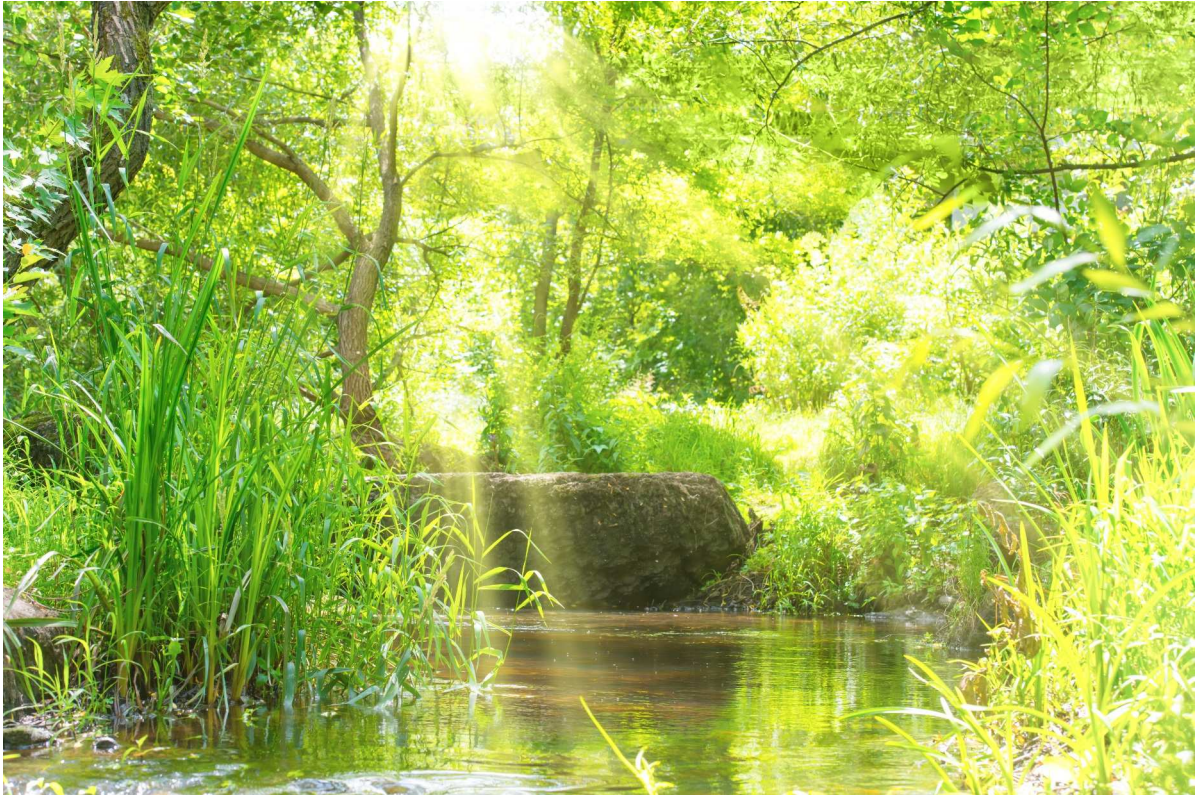
Menschen zweifeln ständig.  
Meistens an sich selbst.

# LEBEN



Leben ist die Gelegenheit,  
Altes wieder gut zu machen.

# WASSERMOLEKÜLE



Der Mensch besteht zu siebzig Prozent aus Wasser.  
Weißt du, wann die Wassermoleküle am schönsten schwingen?  
Wenn sie das Wort "Liebe" hören.



# LEICHTIGKEIT



Bei aller Ernsthaftigkeit des Lebens,  
die Leichtigkeit nicht zu verlieren,  
ist eine Lebenskunst.

# FRIEDEN



Wer seinen inneren Frieden findet,  
hat seinen größtmöglichen Beitrag  
zum Weltfrieden geleistet.

# MENSCH SEIN



Wenn du dir Liebe, Glück und Frieden  
für den anderen wünschst,  
dann hast du Menschsein verstanden.

# WEISHEIT



Wahre Weisheit führt zu Demut.  
Demut führt zu Sanftmut.  
Sanftmut führt zu Frieden.

# SEELENFRIEDEN



Wahres Glück  
rührt nicht aus Besitz,  
sondern aus Seelenfrieden.

# TIERE



Tiere haben eine Seele,  
weil sie Geschöpfe Gottes sind.  
Sie freuen sich, haben angst und träumen im Schlaf.  
Sie vertrauen darauf, das der Mensch erkennt:  
alles ist mit allem verbunden.

# AUTHENTIZITÄT



Wir finden andere Menschen sympathisch,  
wenn sie authentisch sind,  
weil es meistens das ist,  
was uns fehlt.

# NAIVITÄT



Naivität gepaart mit Wissen  
ist eine wundervolle Kombination  
für ein wundervolles Leben.



# URTEILEN



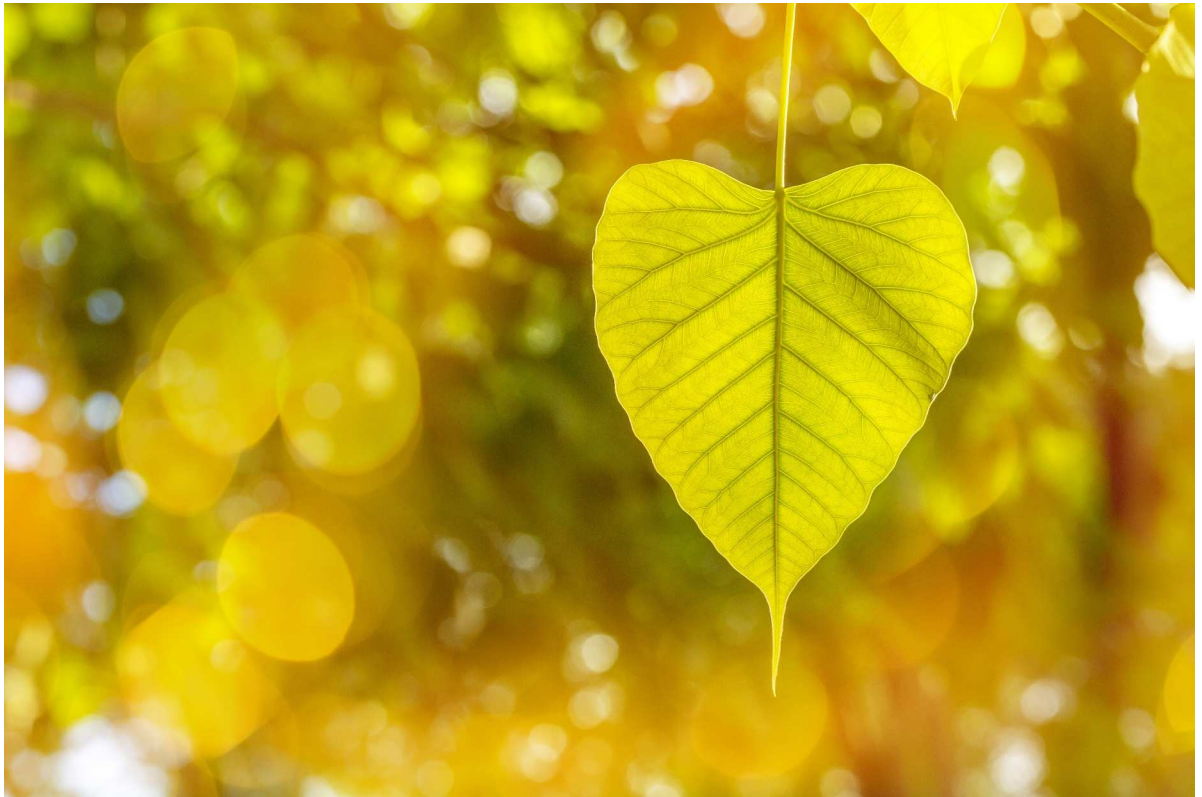
Wir urteilen  
vor dem Hintergrund unserer eigenen Vorstellungen über Gott und  
die Welt und übersehen dabei,  
dass wir über einen gegebenen Umstand nie alles wissen können.  
Wir liegen daher immer nur relativ richtig und gleichzeitig relativ  
falsch.

# EINFACHHEIT



Höre endlich auf so viel zu denken.  
Mach`dein Leben einfacher.  
Einfachheit bringt dir Klarheit  
und inneren Frieden.

# MENSCHEN



Die einen Menschen  
lieben es zu lieben,  
währenddessen die anderen  
zu leiden lieben.

# VERLETZUNG



Eine Verletzung wird häufig  
zum Ausgangspunkt eines  
neuen Lebens.

# HÖFLICHKEIT



Höflichkeit  
ist praktizierte Nächstenliebe.

# GEWISSHEIT



Um Gewißheit zu erlangen,  
muss der Mensch  
durch viel Ungewissheit gehen.

# WARTEN



Alles hat seine Zeit,  
nur hat der Mensch  
das Warten verlernt.

# ANTWORTEN



Auf alles gibt es eine Antwort,  
aber das heißt nicht,  
das wir im Leben alle Antworten  
finden oder bekommen.  
Die einen bekommen wir sofort,  
die anderen später oder nie.



# GLAUBE



Nur weil du an etwas glaubst,  
muss es nicht auch wahr sein.

# FREUDE



Mensch ist Mensch.  
So wie es leichten und schweren Wein gibt.

# VORSTELLUNGEN



Glaube an deine eigenen Vorstellungen und Wünsche und  
lass`alles darüber los, was sein sollte.

# HÖHERE WESEN



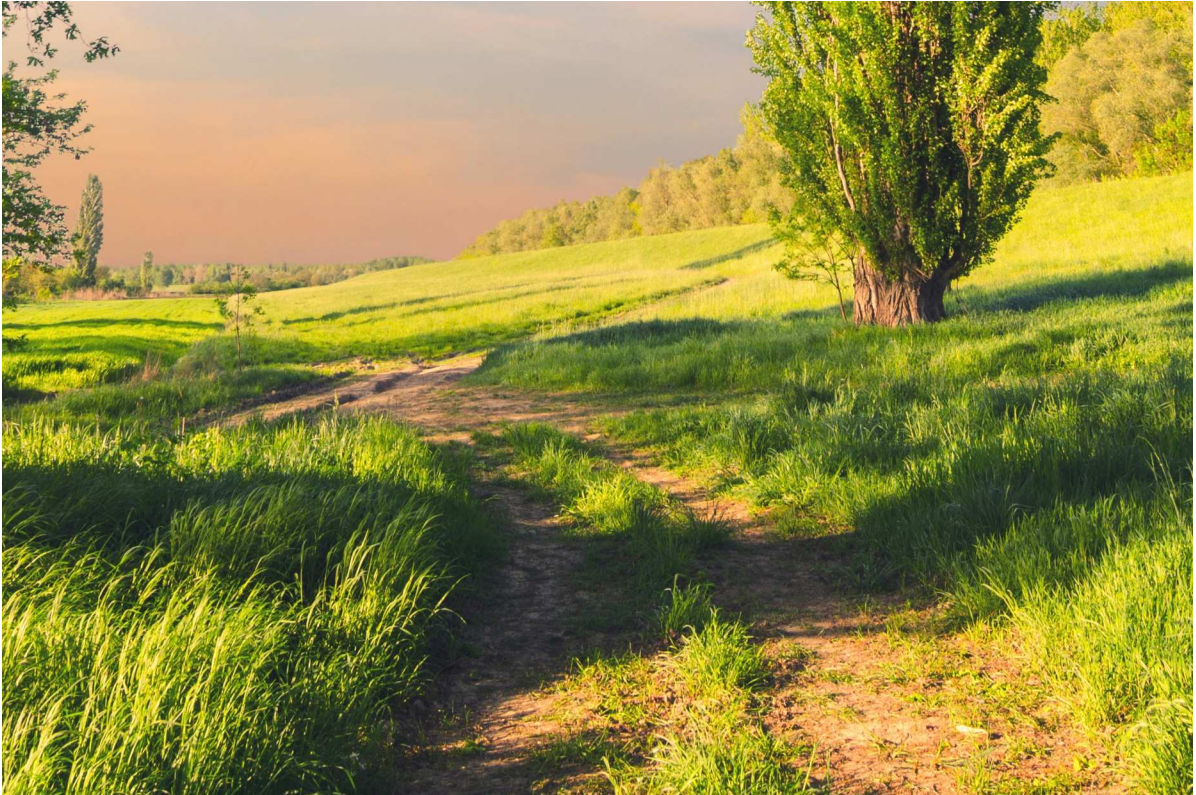
Wenn sich höhere Wesen vor uns kleiner machen,  
heißt das nur,  
das wahre Liebe keine Masken kennt.

# GRÜBELN



In der Zeit,  
in der du grübelst,  
verpasst du zu lächeln und zu lachen.

# INNERE LEERE



Für den einen ist innere Leere  
ein Zeichen von depressivem Verhalten,  
für den anderen ist sie die Suche der Seele  
nach sich selbst- nach Gott.

# VERWIRRT



Verwirrt ist der Geist,  
der alles unter die Lupe nimmt,  
ausgenommen sich  
selbst.

# LERNEN



Nur wer zuhört,  
kann lernen.



# EGO



Nur unser Ego kann etwas persönlich nehmen  
und sich verletzt fühlen.

# EINSICHT



Ohne wahre Einsicht  
geschieht keine Veränderung.

# TIERE



Tiere finden Zugänge zu uns Menschen,  
die uns selber verborgen bleiben.

# GESICHTER



Wer viele Gesichter hat,  
weiß irgendwann nicht mehr,  
welches sein wahres ist.

# HERZ



Wer seinem Herzen folgt,  
braucht keine Ziele mehr.  
Dann ist der Weg das Ziel.

# GRENZE



Wenn andere deine Grenze testen,  
dann entscheide dich für dich,  
sonst entscheidest du dich  
gegen dich.

# KINDER



Vielmehr als Ratschläge  
brauchen Kinder offene Arme und Herzen,  
die sie auffangen,  
wenn sie stolpern.

# LIEBE



Wahre Liebe ist einfach:  
sich bewusst füreinander zu entscheiden,  
einzusetzen und ein lebenslang  
miteinander zu heilen,  
lieben und zu lernen.



# EGO- WAHRES SELBST



Jeder Mensch hat ein Ego.  
Mit unserem Ego erfahren wir die Welt,  
bis uns unseres wahren Selbst  
nach Hause führt.

# BAUM



Nur ein gerader Baum lässt dich  
aufrecht anlehnen.

# ANHAFTEN



Alles Anhaften wird irgendwann  
in einem Verlust enden.

# ENTTÄUSCHUNG



Jede Enttäuschung  
ist nur eine Selbsttäuschung.

# GERECHTIGKEIT



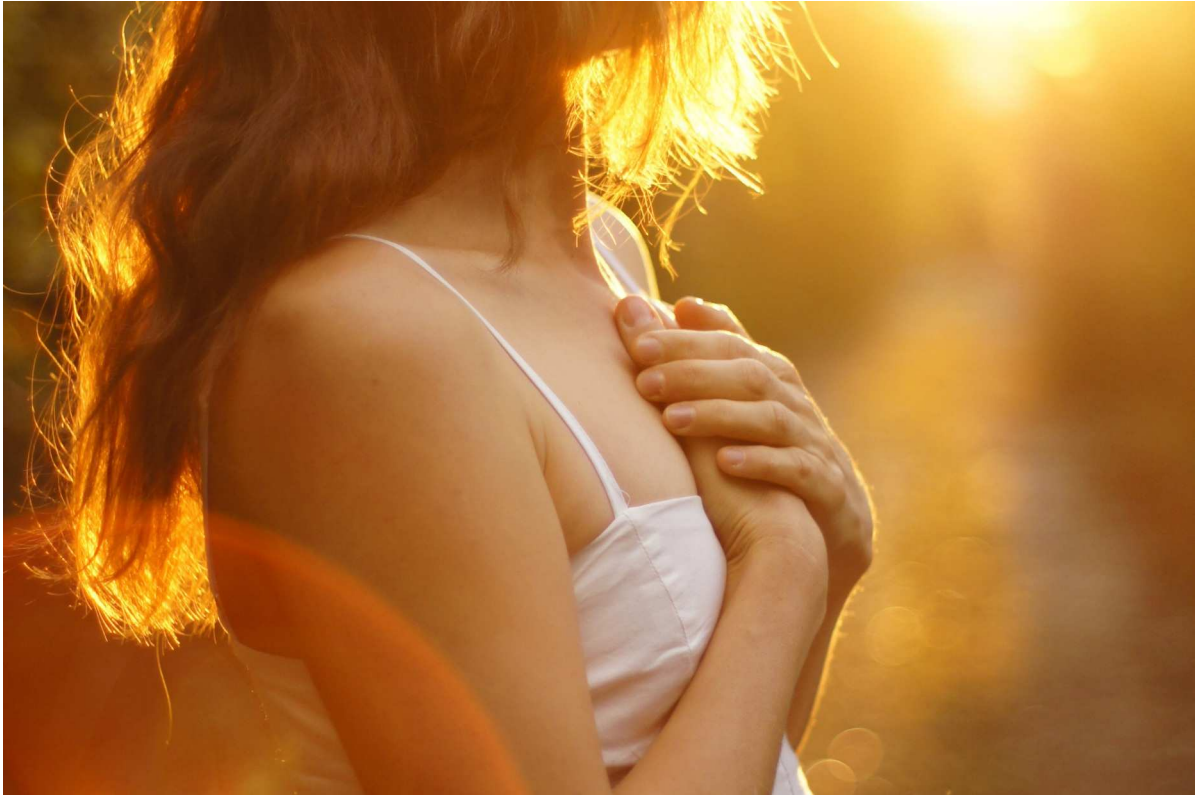
Nur unser Ego schreit nach Gerechtigkeit-  
Gerechtigkeit ist nicht erzwingbar.

# LEBENSWEG



Du besitzt deine eigenen Fußstapfen in diesem Leben.  
Wenn du in die Fußstapfen eines anderen trittst,  
wirst du nur feststellen müssen,  
das diese zu dem anderen  
mit seinem Leben gehören.

# VERSTEHEN



Es reicht dir  
ein Mensch,  
der dich  
versteht.

# HERZENSWÄRME



Herzenswärme-  
eine Wärme  
über die jeder verfügt,  
aber nicht jeder  
Gebrauch davon macht.



# EINZIGARTIGKEIT



Einzigartigkeit  
lässt sich nicht vergleichen  
und damit  
ist jeder Mensch  
unvergleichbar.

# MENSCH



Der Mensch ist Energie,  
und Energie  
geht nicht verloren.

# PRIVATSPHÄRE



Für den Schutz  
der Privatsphäre  
gibt es keine Altersbeschränkung.

# LASTEN



Je mehr wir die Lasten  
anderer tragen,  
umso schwerer wird unser Leben.

# KRITISIEREN



Der liebende Mensch kritisiert andere nicht,  
denn er weiß nie wie schmutzig sein Fenster ist,  
durch das er gerade schaut.

# WESEN



Positive Wesen inspirieren.  
Negative manipulieren.

# GNADE



Die göttliche Kraft erhält der Mensch aus Gnade  
und nicht von Amts wegen.

# WIRKLICHKEIT



Der Mensch sucht nach Beweisen  
und nebenbei wirkt  
die Wirklichkeit  
ohne bewiesen zu sein.



# WAHRHEIT



Nur die Wahrheit  
hat  
bestand.

# LERNEN



Der Mensch lernt durch Schmerz,  
weil er ihm seine Gleichgültigkeit nimmt  
und dem Ego  
für einen Augenblick seine Bedeutung.

# MASSE



Wer sich  
der Masse anpasst,  
verliert.

# GLÜCK



Glück im Leben  
ist der Segen  
anderer.

# GLÜCKLICHSEIN



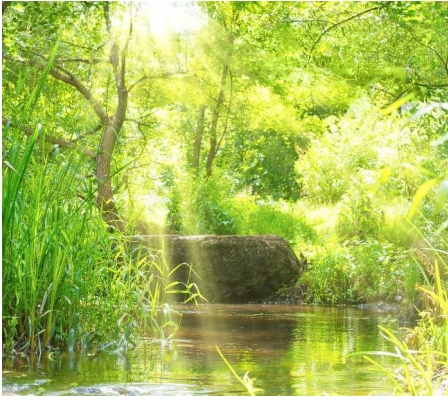
Mach` jeden Tag einen Menschen glücklich  
und du hast den Schlüssel  
zum glücklichsein gefunden.

# Impressum



Bilder: pixaby, shutterstock  
Texte, Sprüche, Layout: Alexandra Herdt





Unsere Gedanken formen unser Leben. Dieses Buch möchte Sie mit einfachen Ansichten unterstützen, Ihr Bewusstsein zu erweitern. Es sind Denkanstöße zu den Themen, die unser Leben ausmachen wie Liebe, Gerechtigkeit, Ego. Mit schönen Bildern wird versucht, Ihrer Seele auch etwas für das Auge zu bieten. Sonst wurde auf Einfachheit Wert gelegt. Dies entspringt dem Geist der Verfasserin, die lieber alles in einem Satz sagt, als ein ganzes Buch darüber zu schreiben. Sie erfahren hier mit über 60 Sinnsprüchen kleine Anstöße. Die Richtung bestimmen immer Sie selber. Sein Bewusstsein zu erweitern ist nicht alles. Je höher wir steigen, desto tiefer können wir fallen. Vielmehr kommt es darauf an, dass Herz und Verstand sich gleichermassen nach oben bewegen und wir uns zu einem wahren Menschen entwickeln. Der Mensch will viel lernen, dabei hat er als erstes Menschsein zu lernen.