

Goldene Regeln für ein erfülltes Leben

Immer für jemand da sein, immer etwas zu tun haben, darin liegt das Geheimnis, wie man alt werden und zugleich jung bleiben kann. Wer liebt, wird nicht alt.

Die Schwierigkeiten, die man weder überwinden noch vermeiden kann, mutig und ohne zu klagen auf sich nehmen. Wenn wir sie großmütig Gott aufopfern, können sie nützlich werden für das Reich Gottes, denn sie stellen einen wertvollen Schatz dar.

Immer daran denken, dass andere schlechter dran sind als wir. Der beste Weg, den eigenen Schmerz zu lindern, besteht darin, die Last anderer auf sich zu nehmen.

Schauen wir auf tausend kleine Dinge, die wir können. Jeder Tag hat seine Sonnenstrahlen: sich bewegen können, hören, lesen, sich unterhalten, dienen, lächeln, verzeihen, beten....

Nicht klagen über das Schöne, das vergangen ist; sich freuen, dass es gewesen ist; Gott danken, dass er es uns geschenkt hat.

Nicht in der Vergangenheit und nicht in der Zukunft leben. So gut es geht, den jetzigen Moment leben; er ist immer neu und voller Hoffnung.

Eine besondere Liebe zu den jungen Leuten haben; sich für ihre Zukunft interessieren, sie nach ihren Ideen fragen, teilnehmen an ihrem Leben und sich an die Wünsche und Freuden der eigenen Jugendzeit erinnern.

Das Altwerden annehmen mit allem, was es mit sich bringt. Die eigenen Grenzen akzeptieren. In besonderer Weise die Tugenden des Dritten Alters betonen: Weisheit, Wohlwollen, Güte, Geduld, Gelassenheit, Friede.

Nach und nach die Überzeugung gewinnen, dass Altwerden ein Geschenk Gottes ist, eine Gnade, durch die wir immer mehr am Erlösungswerk Christi teilhaben: darin Stärke und Freude finden.

Was unseren Geist jung erhält, ist der Glaube; was unser Herz jung erhält, ist die Liebe; was unseren Willen jung erhält, ist die Hoffnung; was unser Leben jung erhält, ist Christus. Denn er ist der Weg, die Wahrheit und das Leben.

Sich nicht unnötig beunruhigen. Gott sorgt für das Wichtigste: die Liebe. Und sie wird uns nie fehlen.