

Karl-Heinz Boßan / 14.02.2016 / [www.client-consult.de](http://www.client-consult.de)  
[www.khb-radios.de](http://www.khb-radios.de) / [www.ostbahn.eu](http://www.ostbahn.eu) / [www.iovg.de](http://www.iovg.de)

KHB-Sonntagsmail Nr. 04/2016

## ***Spruch der Woche***

*"Das Ärgerliche am Ärger ist, dass man sich schadet, ohne anderen zu nützen."*

Kurt Tucholsky (1890 - 1935 (Freitod)), Pseudonyme: Kaspar Hauser, Peter Panter, Theobald

Ein freundliches Hallo in die Runde,

haben Sie sich letzte Woche geärgert? Natürlich, man ärgert sich jeden Tag über etwas, meistens aber nicht über sich selbst!

Dem Ärger Luft machen schafft einen Moment Genugtuung im Kopf. Ärger entsteht aber auch oftmals aus dem Gefühl, nicht verstanden zu werden, oder ungerecht behandelt worden zu sein. Warum macht denn der andere nicht, was man von ihm erwartet? Oder warum macht es nicht, obwohl er es mehrmals versprochen hat?

Regt man sich auf, ändert man die Situation in den seltensten Fällen, so wie man sich das wünscht.

Am einfachsten und am schwierigsten ist es, sich über sich selbst zu ärgern. Es bekommt ja in vielen Fällen niemand mit, dass man etwas gemacht hat, was man eigentlich nicht getan haben sollte!

Je mehr man darüber nachdenkt, ist man erstaunt, welche Facetten im Zusammenhang mit "Ärger" sich darstellen lassen. So ist das Leben!

Aber Ärger macht krank, und deshalb sollte man das Wort "Ärger" möglichst in seiner Lebensphilosophie streichen. Das ist nicht immer einfach, aber Versuch macht klug!

Lassen Sie sich von nichts und niemandem ärgern, aber ärgern Sie auch niemanden wissentlich.

Einen guten Start in die neue Woche und regen sie nicht mehr auf. Sie schaden sich nur selbst!!!

Ihr Karl-Heinz Boßan

Bemerkung bitte: Wenn Sie aus dem Verteiler genommen werden möchten, bitte lassen Sie es mich wissen.