



## NEWSLETTER



Liebe Freunde,

wo beginnt der Frieden, den wir uns alle in dieser Welt so sehr wünschen? Weltweit gibt es zahlreiche Krisengebiete und eines der dringlichsten Themen ist sicherlich mehr Frieden in der Welt. Und dieser fängt immer in uns selbst an. Hierzu hatte ich gestern Abend ein Erlebnis, das ich zusätzlich zur Nach-Denk-Geschichte kurz erzählen möchte:

Ich war im Supermarkt, um noch ein paar Lebensmittel einzukaufen. Der Laden war relativ leer, nur zwei nebeneinanderliegende Kassen hatten geöffnet. Vor diesen hatte sich eine Schlange formiert und die Wartenden gingen abwechselnd zu der jeweils freiwerdenden Kasse. Am Ende der Schlange stand ein Mann mit nur einem Artikel, als sich ihm eine Frau mit einem vollen Einkaufswagen näherte und ihn ärgerlich fragte: „Wo stehen Sie?“ Freundlich antwortete dieser: „Ich stehe hier!“ „Ja, aber wo genau?“, fragte die Frau noch ärgerlicher. „Hier“, antwortete der Mann unverändert freundlich, „aber wenn Sie es eilig haben, dann können Sie ruhig vorgehen.“

Während ich diese Szene beobachtete, fragte ich mich, wenn ich der Mann gewesen wäre, wie hätte ich wohl reagiert?

In diesem Sinne wünsche ich uns allen eine entspannte und friedfertige Zeit mit vielen spannenden Erfahrungen mit uns selbst.

Mit herzlichem Gruß

*Ther. Christine Assen*

## DIE „NACH-DENK“ – GESCHICHTE

Einst schrieb ein König einen Preis im ganzen Land aus und lud alle Künstler dazu ein, den Frieden zu malen. Das beste Bild sollte eine hohe Belohnung bekommen. Viele Künstler machten sich eifrig an die Arbeit und brachten dem König ihre Gemälde. Zwei der Gemälde gefielen dem König ganz besonders gut. Zwischen diesen musste er sich nun entscheiden.

Das Erste war das perfekte Abbild eines ruhigen Sees, in dem sich malerische Berge und die weißen Wolken am Himmel spiegelten. Jeder, der das Bild sah, dachte sofort an Frieden.

Das zweite Bild war ganz anders. Auch hier waren Berge zu sehen, doch sie waren zerklüftet, rau und kahl. Am grauen Himmel jagten sich wütende Wolkenberge, es regnete und Blitze zuckten über den Himmel. An einem der Berge stürzte ein tosender Wasserfall in die Tiefe, der Bäume und Geröll mit sich riss. Alle fragten sich, was das denn mit Frieden zu tun haben sollte.

Doch der König hatte etwas entdeckt. Hinter dem Wasserfall wuchs auf der zerklüfteten Felswand ein winziger Busch. Hier hatte ein Vogel sein Nest gebaut. Dort, in dem wütenden Unwetter, saß ein Muttervogel auf seinem Nest – in perfektem Frieden.

Welches Bild gewann den Preis?

Der König wählte das zweite Bild und begründete es so: „Lasst Euch nicht von schönen Bildern in die Irre führen. Frieden braucht es nicht dort, wo es keine Probleme und Kämpfe gibt. Wirklicher Frieden heißt vor allem, auch unter den schwierigsten Umständen, größten Herausforderungen ruhig und friedlich im eigenen Herzen zu bleiben.“

---

Wenn auf der Erde die Liebe herrschte,  
wären alle Gesetze entbehrlich.

Aristoteles

All you need is love



Postkarte aus dem Wochenkalender 2019

## Wochenkalender 2019

inklusive 27 schöner Postkarten zum Verschicken oder Verschenken

- ▶ motivierende Texte und Zitate
- ▶ 2 Wochen pro Seite
- ▶ Format Kalender: 18,4 x 32,5 cm
- ▶ Format Postkarten: 10,5 x 18,4 cm

19,<sup>95</sup> Euro

**3er-Set Vorteilspreis: 49,<sup>85</sup> Euro**  
(10 € gespart!)



## HEUTE

Ruhig und friedlich im eigenen Herzen bleiben, das wünschen sich sicherlich die meisten von uns. Doch es ist eine unserer schwierigsten Übungen. Jeder Mensch trägt neben hellen, liebevollen Charaktereigenschaften auch das Dunkle wie Ärger, Wut und Aggression in sich. Diese können wir nicht so einfach ausschalten wie das Licht im Schlafzimmer.

Wir können jedoch lernen, unsere Gedanken und Verhaltensweisen bewusster zu beobachten, auch zuzulassen, dass z.B. Ärger in uns aufsteigt, aber dann entscheiden, wie wir damit umgehen. Die äußeren Umstände und das Verhalten anderer können wir oft nicht ändern. Wir haben jedoch in jeder Situation die Freiheit, unsere Einstellung dazu zu wählen. Und ein friedfertiger, gelassener Umgang ist nicht nur gut für die anderen und für eine friedlichere Welt, sondern auch für uns selbst. Nicht nur seelisch, sondern auch körperlich.

Also: Spring öfter mal über deinen eigenen Schatten. Reagiere gelassen und freundlich, auch wenn sich nicht jeder so verhält, wie du es gerne hättest. Probier es für ein paar Tage aus: Wenn du merkst, dass Ärger oder Wut in dir aufsteigt, nimm erstmal ein paar tiefe Atemzüge. Dann kannst du entscheiden, wie du reagierst. Der Frieden, den wir uns für die Welt wünschen, beginnt in uns selbst.

Design-Edition zum  
Sonderpreis von **35 Euro**  
(inkl. individueller Namensprägung  
(Aktion gültig bis 31.10.2018))  
(11 € gespart!)

HEUTE  
IST MEIN  
BESTER TAG  
DESIGN EDITION

Lesetagebuch  
Kalender  
2019  
gratis

# HEUTE ist mein bester Tag Inhaus-Seminar

Sichere Dir Deinen Platz für das Intensivtraining  
am 16. November 2018!

(Partnerangebot: 50% Ermäßigung für den zweiten Teilnehmer)

Jetzt Platz sichern!

## DER TAGESTIPP

Cotton-Bag - „HEUTE ist mein bester Tag“  
... für den Gute-Laune-Einkauf



Vorteilspreis: 6,<sup>95</sup> Euro

(2 € gespart!)

## HEUTE ist mein bester Tag Tagesspruchkalender 2019

18 Euro

5er-Set – 80 Euro  
(10 Euro gespart!)

10er-Set – 155 Euro  
(25 Euro gespart!)



## PRODUKTE



**L.E.T.-ERFOLG 2019**  
**Euroformat (21 x 26 cm)**

Idealer Kalender für eine perfekte Terminplanung und: 12 Monatsthemen...

**Preis: 27,00 €**

**Bildkalender 2019**

12 der schönsten Motive aus dem Kalenderprogramm machen jeden Monat zu einem...

**Preis: 25,00 €**

**DANKE-Keksstempel**

An jedem Tag gibt es zahlreiche Möglichkeiten „DANKE“ zu sagen. Tun Sie dies...

**Preis: 7,95 €**

---

**L.E.T. GmbH** | Fliederstraße 19 | 63486 Bruchköbel  
 Telefon: +49 (0)6181-9775-0 | Telefax: +49 (0)6181-9775-77  
 Internet:[www.let-verlag.de](http://www.let-verlag.de) | E-Mail: [kontakt@let-verlag.de](mailto:kontakt@let-verlag.de)

Geschäftsführung: Christine Lassen | Lisa Vivian

Möchten Sie diesen Newsletter zukünftig nicht mehr erhalten, dann klicken Sie bitte hier.