



Prinzipienorientiertes Zeitmanagement

Alles hat seine Stunde

‘Alles was auf der Erde geschieht, hat seine von Gott bestimmte Zeit.

*Leben und Sterben, Säen und Ernten, Sehen und Schauen, Essen und Fasten, Wachen und Schlafen,
Arbeiten und Ausruhen, Vereinen und Entzweien,
Sammeln und Zerstreuen, Aufbauen und Niederreißen, Streiten und Schlichten, Binden und Lösen,
Suchen und Finden, Lernen und Lehren, Nehmen und Geben, Lieben und Hassen, Lachen und
Weinen, Reden und Schweigen,
Denken und Handeln, Bitten und Danken.
Gott aber steht über der Zeit. Er ist Ursprung und Zukunft.’*

Alles, was wir in der materiellen Welt erleben, geschieht in Raum und Zeit. Alles, was wir sehen und wahrnehmen, ist Raum und Zeit unterworfen, hat Anfang und Ende und ist in die Zeit eingebettet, das Intervall zwischen Anfang und Ende. Zeit ist auf die sichtbare für uns wahrnehmbare materielle Welt begrenzt. Wenn wir uns vor Augen halten, dass diese nur 0,01% ausmacht, so bekommt das Phänomen eine andere, relativ belanglose Wertigkeit. Wohl deshalb findet sich ja auch in fast allen Kulturen die Botschaft, dass die Wirklichkeit jenseits von Raum und Zeit liegt. Und zielen viele Anleitungen darauf ab, das Bewusstsein über die Grenzen von Zeit und Raum auszudehnen!

*“Lebe in Raum und Zeit, als ob es weder Raum noch Zeit gibt”*sagte mein Lehrer Selvarajan Yesudian. Und von Jesus kennen wir Sätze wie:

“Das Himmelreich kommt nicht so wie ihr es euch vorstellt, es ist da, jetzt.”

Oder *“Jetzt ist die angenehme Zeit. Jetzt ist der Tag des Heils.”*

Wie sind diese Äußerungen überhaupt zu verstehen, wenn nicht vor dem Hintergrund von Zeitlosigkeit, anders ausgedrückt als der ewigen Gegenwart, dem Augenblick, dem Hier und Jetzt? Wenn wir uns ernsthaft mit dieser Thematik beschäftigen, werden wir wirklich erfahren, dass es gar nichts anderes gibt als diese ewige Gegenwart. Keiner hat je das Morgen gesehen und erlebt. Keiner hat je das Gestern gesehen und erlebt. Ich kann alles immer nur jetzt erleben, in der Gegenwart. Die Existenz von Vergangenheit, Gegenwart und Zukunft setzt Linearität voraus, die es aber in der dreidimensionalen Welt nicht gibt. Alles was hinter uns liegt, bezeichnen wir als Vergangenheit, was vor uns liegt als Zukunft. Ein willkürliches Denkmodell. Es steht auf sehr wackligen Beinen und gibt allenfalls eine Orientierung in der materiellen Welt, beschreibt aber keine Realität. Nehmen wir einmal an, wir projizieren vor uns eine Linie. Sie geht in unsere eigene Zukunft. Wenn wir diese Linie hier auf der Erde immer weiter ziehen, können wir sicher sein, dass die Linie, die wir vor uns projiziert haben, irgendwann von hinten wieder auf uns zu kommen wird. Denn die sphärische Krümmung des Raumes macht aus jeder Linie einen Kreis. Unsere Zukunft kommt also als Vergangenheit wieder zu uns zurück..... Zu erleben allerdings nur in der Gegenwart! Wir können kein Morgen erleben, sondern nur das Heute oder das Jetzt.

Wenn jemand sagt, morgen wird es das und das zu essen geben, braucht er niemals zu kochen, denn er kann nicht morgen kochen, sondern immer nur Heute und jetzt. So sehen wir an banalen Dingen des Alltags: Es gibt keine Zeit, sondern nur das Jetzt. Die ganze Kunst besteht darin, sich dies immer mehr bewusst zu machen und dann auch in diesem Bewusstsein zu leben.

Dr. Bodo Wettingfeld



“Gestern ist tot und vorbei. Morgen ist nur ein Traum. Die Gegenwart jedoch ist hier und jetzt. In der Gegenwart zu leben heißt, in der Ewigkeit zu leben.”

Selvarajan Yesudian

In seinem Werk *‘Klein und Wagner’* lässt Hermann Hesse Klein sprechen:

“Von allem, was der Mensch begehrt, ist er immer nur durch Zeit getrennt.”

Wir kommen an Dinge noch nicht heran, weil wir sie noch nicht erlebt haben. Deswegen projizieren wir sie in die Zukunft. Wenn ich das hätte, wenn ich jenes hätte, könnte ich glücklich sein. Dann sind die ersehnten Dinge da und wir sehen, eigentlich ist es immer noch nicht das, was wir suchen. So geht die Suche weiter und immer weiter und hört auf dieser Ebene niemals auf.

Ein Beispiel: Zu Beginn der Saison in der Fußballbundesliga treten 18 Mannschaften an. Sie spielen, um Meister zu werden. Was trennt sie davon? Zeit! Am Ende der Saison hat es ein Team geschafft. Auch dieses war zu Beginn von der Meisterschaft durch Zeit getrennt. Alle anderen 17 sind immer noch von der Meisterschaft getrennt, durch den Faktor Zeit. Den können wir natürlich jetzt endlos dehnen. Vielleicht in einem, in 5 oder 10 Jahren wird eines davon Meister. Das Prinzip ist immer gleich. Die Zeit trennt uns von allem, was wir wünschen.

Doch nehmen wir einmal die Umkehrung vor: Hätten wir das Vermögen, uns aus der Zeit herauszulösen, wäre das doch der Schlüssel zum Glück, denn wir besäßen bereits alles, was wir wünschten, jetzt.

Ist es nicht interessant, dass wir im Schlaf von unserer irdischen Existenz und somit auch von Raum und Zeit nichts wissen und erst nach dem Aufwachen sagen: *‘Ich habe geschlafen?’* Es muss also etwas geben, das jenseits von Schlaf und auch jenseits von Wachen, was somit jenseits von Raum und Zeit existiert und diesem als Grundlage dient. Etwa wie die Leinwand auf der ein Film projiziert wird oder das Papier auf dem etwas gedruckt wird! Wir bezeichnen es als Ich. Und ich bin es wirklich. Je mehr mir die Identifikation mit diesem Ich gelingt und das Festhalten daran, desto mehr lösen sich alle anderen Raum und Zeit Identifikationen auf in das Empfinden: Ich bin.

Beobachten wir die Natur. Wir sehen dort universelle Prinzipien an der Arbeit – das sind Gesetzmäßigkeiten, auf denen die ganze für uns wahrnehmbare Welt aufgebaut ist. Etwa den Rhythmus - Jahreszeiten, Mondzyklen, Ebbe und Flut - die Schwingung, die Entsprechung, die Polarität. Doch gehen wir weiter und lassen uns durch das Erkennen dieser Gesetzmäßigkeiten zum zentralen Prinzip führen, das alles trägt, dem Gesetz der Geistigkeit: Das All ist Geist, das Universum ist geistig, wird dieses erste Gesetz umschrieben.

Je tiefer wir uns in die Materie verwickelt haben, desto inniger sind Erfahrung und Identifikation mit Raum und Zeit. Je mehr wir uns entwickeln und es uns gelingt daraus auszusteigen, desto mehr kommen Raum und Zeit zusammen und werden zu Raumzeit oder Gleichzeit.

Im Grunde gibt es nichts anderes als diese Gleichzeit. Am Erleben hindern uns lediglich unsere Identifikationen mit oder in Raum und Zeit. Nehmen wir zum Beispiel ein Museum mit 50 Zimmern. Wir betreten das erste Zimmer und erleben den Raum Nummer 1. Dort treffen wir jemanden, der uns von etwas ganz besonders Schönerem erzählt. Wir fragen: *‘Wo ist denn das?’* Er sagt: *‘Es ist hier im Haus, Raum Nummer 45.’* Je intensiver nun unsere Identifikation mit Raum Nummer 1 ist, desto weniger werden wir für möglich halten, dass es noch andere Räume gibt. Wir sagen: *‘Ich glaube nicht, dass es noch andere Räume gibt, denn ich sehe sie nicht. Es gibt nur den*

Raum, den ich erlebe. Wenn nun unsere Bereitschaft da ist, unsere Wahrnehmung zu weiten, wir unsere Identifikation lockern können um andere Räume zu erleben, haben wir die Möglichkeit auch andere Zimmer kennen zu lernen. Dazu brauchen wir aber Zeit. Um das Gleichzeitige wahrzunehmen - denn alle 50 Räume sind ja bereits da, jetzt - müssen wir es parzellieren und über Anfang und Ende in ein Hintereinander zerlegen. Dabei vergeht im Außen Zeit. Wir machen den Weg durch das Gebäude und gehen scheinbar in der Zeit voran.

Wir sehen dieses Phänomen überall. Etwa bei den verschiedenen Fernsehsendern! Alle sind gleichzeitig da, doch wenn wir sie über unser polares Bewusstsein wahrnehmen wollen, wird aus der Gleichzeitigkeit ein Hintereinander. Die Geburtsstunde von Zeit und Raum. Das Wesentliche, das Wirkliche, ist immer gleichzeitig da, jetzt. Wo ist die Schweiz? Sie ist da, jetzt und gleichzeitig. Aber wenn wir sie erleben wollen, müssen wir hinfahren und wenn wir von Ort zu Ort fahren, benötigt das Zeit und Raum. Nehmen wir noch folgendes Beispiel: Sie sind etwa in Düsseldorf und möchten nach Zürich. Zürich ist bereits da, aber noch nicht für sie, denn Sie werden morgen mit dem Flugzeug dorthin fliegen. Für Sie also liegt es in der Zukunft, obwohl es bereits da ist.

Gehen wir auf eine andere Ebene. Wo ist das Jahr 2012! Es ist bereits da, nur wir haben es noch nicht erlebt. Kann uns klarer werden, dass es eigentlich gar keine Zeit gibt? Es gibt auch nicht 2015 oder 2020, genauso wenig wie es 1999 oder 1980 gab! Alles ist da gleichzeitig und jetzt.

Stunden

„Sie kommen und gehen. Woher und wohin, davon weißt du nichts. Du weißt nur, dass sie eine kleine Weile da sind. Dann rinnen sie zu den anderen der Vergangenheit in das Meer der Ewigkeit. Nun musst du aber nicht denken, dass eine Stunde nichts sei. Du kannst sie, wenn du willst, zu Gold münzen, zu vergänglichem und unvergänglichem Gold.

Du kannst sie, wie du willst, mit Güte, Schönheit und Größe, mit Liebe, Glauben, Treue und seliger Hoffnung erfüllen. Auch mit dem Gegenteil von alledem. Oder du kannst sie auch taub verklingen lassen, dass gar nichts in ihnen ist als Dumpfheit. Ganz wie du willst. Aber eines musst du wissen: Keine von ihnen kommt zurück, die einmal ausgeschlagen hat mit klingendem Glockenschlag oder schicksalsschwerem Zittern. Keine!

Auch die Glückliche nicht, die wie eine Maienblüte leuchtet und die Leid dunkle nicht, in der Tränen perlen. Keine! Jede aber mahnt dich: Nimm mich in acht! Jede will etwas von uns: Die eine Liebe, die andere Glauben, diese Pflicht, jene Opfer oder milde Duldung - sie wollen soviel von uns. Soviel!

Aber keine ist, die Hass fordert. Jede fordert Liebe. Und doch kommt der Hass mit seinem rot glühenden Fieber, und die Liebe steht einsam und schweigt. Die Liebe steht oft gar einsam und schweigt... und weint...“

Ein paar Worte zu dem was als Reinkarnation oder Wiedergeburt bezeichnet wird: Da es keine Zeit gibt, gibt es auch keine Reinkarnation, sondern nur Identifikation, ähnlich wie bei dem Gang durch das Museum. Jedes Leben ist eine Identifikation. Ähnlich wie bei einem Film den ich im Fernsehen anschau! Irgendwann ist er zu Ende. Ich ziehe mich ein wenig zurück, schaue mir dann einen anderen Film an, und trete so in eine neue Identifikation ein. Diese können einzeln in unserer subjektiven Wahrnehmung unterschiedlich lange dauern, doch das ist nicht wichtig, da es ja keine Zeit gibt.

A portrait of Dr. Bodo Wettingfeld, a man with short grey hair, looking upwards and to the right against a clear blue sky. The name 'Dr. Bodo Wettingfeld' is overlaid in white text on the left side of the image.

Dr. Bodo Wettingfeld

Auch dies haben wir schon erlebt. Bei spannenden Filmen in Kino oder Fernsehen haben wir die Zeit verloren. Was für ein wunderbarer Ausdruck aus der Umgangssprache: Ich habe die Zeit verloren.

Wir sind gefesselt von der Identifikation und werden manchmal erst dadurch wieder herausgerissen, dass uns jemand anstößt und weckt. Dann merken wir, wie viel Zeit vergangen ist, und dass wir durch unsere Identifikation völlig Zeit und Raum vergessen haben. Oder wir lesen ein Buch. Es ist so spannend, so fesselnd, dass wir gar nicht merken, wie die Zeit vergeht. Nach einigen Stunden sehen wir auf die Uhr und wundern uns, wie viel Zeit vergangen ist.

Manchmal erinnern wir uns an Situationen, die lange zurückliegen und sagen: Mir ist es, als wäre es erst gestern gewesen. Das Zeitempfinden von Kindern ist ein ganz anderes als von alten Menschen. Für Kinder geht alles viel zu langsam. Bei älteren Menschen rennt die Zeit. Sie scheint mit zunehmendem Alter immer schneller zu laufen.

Noch ein weiterer Aspekt: Normalerweise verbinden wir mit Zeit immer nur einen quantitativen Aspekt. Wann, wie schnell, wie lange! Doch gibt es auch den qualitativen Aspekt. Darin steckt die Botschaft, dass, wenn mir die Qualität der Zeit bekannt ist, ich sie für bestimmte Prozesse nutzen kann.

Von Goethe kennen wir die Sätze:

“Wie der Anfang so das Ende.”

Und: *“Wer das erste Knopfloch verfehlt, kommt mit dem Zuknöpfen nicht zu Rande.”*

Das bedeutet, die Qualität des Anfangs bestimmt die Qualität des Endes. Somit aber auch die Qualität dessen, was dazwischen liegt! Mit dem Hilfsmittel des Biorhythmus können wir bestimmte Qualitäten der Zeit berechnen, die etwa im ärztlichen Bereich einem chirurgischen Eingriff einen harmonischen oder eher disharmonischen Verlauf geben können. So ist der Biorhythmus ein Instrument, um mit Zeitqualität in Berührung zu kommen. Ansonsten können wir unsere Augen aufmachen und diesen qualitativen Zeitaspekt erleben, der ebenso wie der quantitative vor Augen liegt, aber nicht fest im Bewusstsein der Menschen verankert ist.

Der Frühling hat eine andere Zeitqualität als der Winter, der Herbst oder der Sommer. Der Sonntag hat eine andere Zeitqualität als der Montag. Der Morgen hat eine andere Qualität als der Abend. Und so weiter! Beide Aspekte sind untrennbar miteinander verbunden, doch die Masse der Menschen hat wenig gelernt, den quantitativen Aspekt für das eigene Wohlbefinden, für die eigene Entwicklung zu nutzen. Noch heute werden bestimmte Heilkräuter zu bestimmten Zeiten gepflückt, abhängig von der Stellung des Mondes. Nur so kann das daraus hergestellte Heilmittel die optimale Wirkung erzielen. Wir kennen die Redewendung, zur rechten Zeit am rechten Ort sein. Und sehen daran wie wenig die Menschen auf dem normalen Bewusstseinsniveau davon verstanden haben. Denn im unerlösten Aspekt versuchen sie den Anspruch zu erfüllen, indem sie immer in Hetze sind, als würden sie vor der Zeit davon laufen, als wären sie ständig auf der Flucht. Anders herum, laufen sie der Zeit hinterher, hetzen von Termin zu Termin, in der Vorstellung, immer zur rechten Zeit am rechten Ort sein zu müssen. Sie stehen mit der Zeit in einem recht merkwürdigen Verhältnis. Versuchen sie imaginär zu erreichen, laufen hinter ihr her wie hinter einer Besonderheit, oder laufen vor ihr weg wie vor einem Gegner. Scheint die Zeit dann einmal für sie subjektiv eingeholt zu sein und haben sie jetzt die Zeit, die sie so lange vermisst haben, dann wird sie sehr häufig wie ein



lästiges Insekt behandelt und totgeschlagen oder immer wieder vertrieben. Wie viele Menschen üben sich fast täglich fast verzweifelt im Zeitvertreib, und darin Zeit tot zuschlagen?

Weil auch ich all das nicht verstanden hatte, bin ich selbst früher einer der größten Verfolger der Zeit gewesen. Viele Termine reihten sich eng aneinander. Die Intervalle zwischen ihnen waren teilweise so kurz, dass ich mittels äußerster Anstrengung meines Autos oftmals ein hohes persönliches Risiko eingehen musste, in der Vorstellung, zur rechten Zeit am rechten Ort zu sein. Irgendwann klopfte die unsichtbare Welt sehr heftig bei mir an, und ich musste mir bei diesem äußerst aufreibenden, Substanz fordernden Wirken die Frage stellen: Was tust du eigentlich? Hinter wem läufst du her? Vor wem fliehst du?

Die Worte meines Lehrers kamen mir mehr und mehr ins Bewusstsein:

“Lebe in Zeit und Raum, so als ob es weder Zeit und Raum gibt.”

und *“Wer von den Fesseln der Zeit befreit ist, dessen Werk wird das Beste sein.”*

Immer und immer wieder habe ich mir dies gesagt. Das mündete ganz langsam in einen sehr tief greifenden Bewusstseinschritt. Was auch passiert: Ich bin immer zur rechten Zeit am rechten Ort. Denn ich bin da, jetzt. Seitdem habe ich ein Vermögen gespart an Energie, die ich nicht mehr ausgeben brauchte, um die Zeit zu verfolgen, vor ihr davonzulaufen oder sie zu bekämpfen. Damit darf ich nun all die Schäden reparieren, die in Flucht- und Kriegsphase entstanden sind. Das mache ich bewusst und voller Freude.

Kommen wir noch einmal zu dem Begriff Identifikation zurück und definieren ihn als einen Zustand des Bewusstseins. So ist die Definition von Zeit die Dauer dieses unseres Bewusstseinszustandes. Dadurch ist Zeit individuell für jeden subjektiv erfahrbar und existiert nur für uns selbst.

Zeit ist somit das im menschlichen Bewusstsein verschieden erlebte Vergehen von Gegenwart, die als Vergangenheit erinnert oder von erwarteter Zukunft, die zur Gegenwart wird. Insgesamt ist Zeit das Ergebnis eines Zeitstromes, der aus der Vergangenheit zur Zukunft fließt und im jeweiligen Augenblick als `jetzt` aktuell wird.

Die Zeitschwelle ist diejenige Zeitmenge, die eine Erfahrung kleinster Zeiträume oder die Unterscheidung von Zeitstrecken erlaubt. Denken wir hier beispielhaft an Zeitmessungen im Sport. Wenn etwa ein Läufer startet, wird die Zeitmessung ausgelöst. Hat er das Ziel erreicht, die Zeit wieder gestoppt. Die Differenz von End- minus Anfangszeit ergibt die tatsächlich gelaufene oder während des Laufens vergangene Zeit. Die wird dann wieder in Relation zu anderen Läufern gesetzt. Wer am schnellsten gelaufen ist, wer bei seinem Laufe die wenigste Zeit verbraucht hat, ist der Sieger.

Was für eine überragende Symbolik. Wer die wenigste Zeit benötigt, ist der Sieger. Wenn wir das hochrechnen, haben wir die Bedeutung, dass der größte aller Sieger der ist, der keine Zeit mehr braucht, der aus Zeit und Raum herausgetreten ist. Vielleicht erahnen Sie hierbei eine zentrale Symbolik des Sportes, des Wettkampfes. Mittler, Hilfsmittel, Trainingsgelände zu sein, um den Menschen genau dieses Prinzip klarzumachen! Es gibt keine Zeit und wir sollten alles daran setzen, in diesem Sinne Sieger zu sein. Immer weniger bis letztlich keine Zeit mehr zu brauchen, somit zeitlos zu sein und das auch mehr und mehr in unserem Bewusstsein zu erleben!

Dr. Bodo Wettingfeld



Zeitunterschiede werden heute bis in den tausendstel Sekundenbereich gemessen. Aber selbst dort finden wir noch eine Zeitschwelle mit Anfang und Ende. Als absolute Zeitschwelle wird die Zeitmenge bezeichnet, die durch zwei Ereignisse verstreichen muss, damit diese als aufeinander folgende Zeitstrecke erlebt werden kann. Schauen Sie einmal vor dem Spiegel in ihre Augen. Die Allerwenigsten können in ihre beiden Augen gleichzeitig schauen. `Entweder oder´ ist ein – unerlöster - Aspekt vom Gesetz der Polarität – sowohl als auch übrigens der Erlöste. Selbst wenn der Umschaltvorgang nur wenige Sekundenbruchteile dauert, benötigt dieses Switchen wieder Zeit, denn es hat Anfang und Ende. Zeitschwelle ist also auch die Zeit, die ein Ereignis dauern muss, damit ein Eindruck von Zeit entsteht.

Mit unserem momentanen Bewusstsein können wir Gleichzeit nicht wahrnehmen. Wir müssen alles, was wir materiell erkennen wollen, in ein Hintereinander zerlegen, in Raum und Zeit verpacken.

Zeit heißt im lateinischen `tempus´, was zugleich auch Geschwindigkeit bedeutet, eine Assoziation die wir ja auch in unserer Umgangssprache als `Tempo´ finden. Wenn Zeit vergeht, während sich die Pole – etwa Anfang und Ende - abwechseln und wir diesen Wechsel wahrnehmen, bedeutet Erhöhung von Geschwindigkeit oder Tempo eine Verkürzung dieses Vorganges. Je mehr wir die Geschwindigkeit erhöhen können, umso kürzer wird die Zeit. Je schneller wir mit dem Auto fahren, desto eher sind wir am Ziel. Wenn wir die Geschwindigkeit etwa eines Rades gen unendlich erhöhen, haben wir das Gefühl des Stillstandes. Das Rad scheint in der Nabe zu stehen, obwohl gerade hier die maximale Geschwindigkeit ist. Je höher sie ist, desto kürzer die Zeit, die beim Wechsel der Pole vergeht! Bis sie so hoch ist, dass beide Pole zusammenfallen und wir wieder den Einheitszustand erleben. Darin sind die Pole wieder eins geworden und wir erlangen die Befähigung, so in Raum und Zeit zu leben, als ob es diese gar nicht gibt.





‘Zeit’ das tägliche Wunder

Die Zeit ist das unerklärliche Rohmaterial für alles und jedes. Mit ihr ist alles möglich, ohne sie nichts. Der Vorrat an Zeit ist ein täglich sich vollziehendes Wunder. Das Phänomen Zeit wird immer geheimnisvoller, versucht man nur ihm auf den Grund zu kommen. Sie wachen am Morgen auf und schon ist ihr Behälter gefüllt mit 24 Stunden des unverbrauchten Gewebes Ihres Lebens. Es gehört ihnen - der wertvollste Besitz überhaupt... Er kann ihnen von niemand entrissen werden. Man kann ihn nicht stehlen und keiner erhält mehr oder weniger davon als sie. Wem dieses tägliche Einkommen von 24 Stunden nicht genügt, um alle Ausgaben zu decken, der macht aus seinem Leben ein hoffnungsloses Durcheinander. Denn mehr Zeit gibt es einfach nicht. Immerzu aber gehört uns alle vorhandene Zeit. Wer keine Zeit für sich hat, ist unfrei. Zeit zu haben heißt: Wissen, wofür man Zeit haben will und wofür nicht. Wer keine Zeit hat für das Wesentliche, sollte sich einmal hinsetzen und fragen warum? Für alles Zeit haben zu wollen ist die größte Illusion jener, die nie Zeit haben für die Hauptsache. Die Kunst, Zeit zu haben, ist auch die Kunst sich Leute vom Halse zu halten, die einem die Zeit stehlen. Es gibt Leute, die erklären ständig, keine Zeit zu haben ohne darüber nachzudenken, wie viele Stunden sie monatlich beim Fernsehen, beim Sport, bei jeder Neugierde, beim Bierklatsch und bei scheinbaren gesellschaftlichen Verpflichtungen verlieren. Vergnügungen die keine sind, sollte man konsequent meiden. Wenn jemand sagt, er habe keine Zeit, meint er in Wirklichkeit: Er glaube keine Zeit zu haben. Wenn er über die Zeit Buch führen würde, sähe er, dass er Zeit hätte.

- **Nimm dir Zeit um zu arbeiten, es ist der Preis des Erfolges.**
- **Nimm dir Zeit um nachzudenken, es ist die Quelle der Kraft.**
- **Nimm dir Zeit um zu lesen, es ist die Grundlage des Wissens.**
- **Nimm dir Zeit um zu träumen, es ist der Weg zu den Sternen.**
- **Nimm dir Zeit um zu lieben, es ist wahre Lebensfreude.**
- **Nimm dir Zeit um zu spielen, es ist das Geheimnis der Jugend.**
- **Nimm dir Zeit um freundlich zu sein, es ist das Tor zum glücklich sein.**