



Bibliographische Information der Deutschen Nationalbibliothek:  
Die Deutsche Nationalbibliothek verzeichnet diese Publikation in  
der Deutschen Nationalbibliographie; detaillierte Daten sind im  
Internet über <http://dnb.d-nb.de> abrufbar.

7. Auflage 2024

Alle Rechte vorbehalten.

© 2010 Verlag am Eschbach

Verlagsgruppe Patmos in der Schwabenverlag AG, Ostfildern

Im Alten Rathaus/Hauptstr. 37

D-79427 Eschbach/Markgräflerland

[www.verlag-am-eschbach.de](http://www.verlag-am-eschbach.de)

Gestaltung: Ulli Wunsch, Wehr

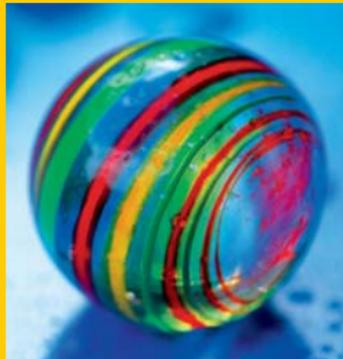
Satz und Repro: Schwabenverlag AG, Ostfildern

Herstellung: Holzer Druck und Medien Druckerei und

Zeitungsverlag GmbH + Co. KG, Weiler im Allgäu

Hergestellt in Deutschland

ISBN 978-3-88671-874-0



Zehn Gebote  
der  
Gelassenheit  
nach Johannes XXIII.





Nur für heute

werde ich mich bemühen,  
den Tag zu erleben,  
ohne alle Probleme  
meines Lebens  
auf einmal lösen  
zu wollen.





Nur für heute

werde ich grosse Sorgfalt  
in mein

Auftreten legen:

vornehm in meinem  
Verhalten;

ich werde niemanden  
kritisieren, ja, ich werde  
nicht danach streben,  
die anderen zu

korrigieren

oder zu verbessern -  
nur mich selbst.

