

Wert-SCHÄTZUNGS-Papiere

beim [StimmVolk Friedens-Singen «Wind des Wandels» in Bern, 24. August 2024](#)

Herzlichen Dank an Felix Glatz-Böni, Claudia Böni Glatz und Margrit Roth... & Konrad Seidel (Fotos)

Impuls 18 der [stimmvolk.ch/kur-friedfertigkeit](#)

Wenn du mal vergisst

Wenn du mal vergisst, wenn du mal vergisst, wie schön du bist und wie stark du bist, ... Ja, dann kommst du zu mir und ich erinner' dich, ich erinner' dich dran wie schön du bist, wie stark du bist. (... oder: Wenn *ich* mal vergess ...)

Friedens-Impuls **“Wertschätzung für sich & andere”** Halte immer wieder inne und erforsche, was du in diesem Augenblick gerade an dir oder an jemandem anderen schätze. Teile dies dir selber oder der Person, mit der du zusammen bist, mit Du kannst auch jemandem (oder dir selbst) eine Karte schreiben, auf der du zu Ausdruck bringst, was du an der Person schätzt und wie sie dein Leben bereichert. Ein konkretes, echtes Kompliment berührt am meisten: “Ich beeindruckt mich immer wieder, in welcher fröhlichen und gleichzeitig einfühlsamen Art du auf Menschen zugehst.”

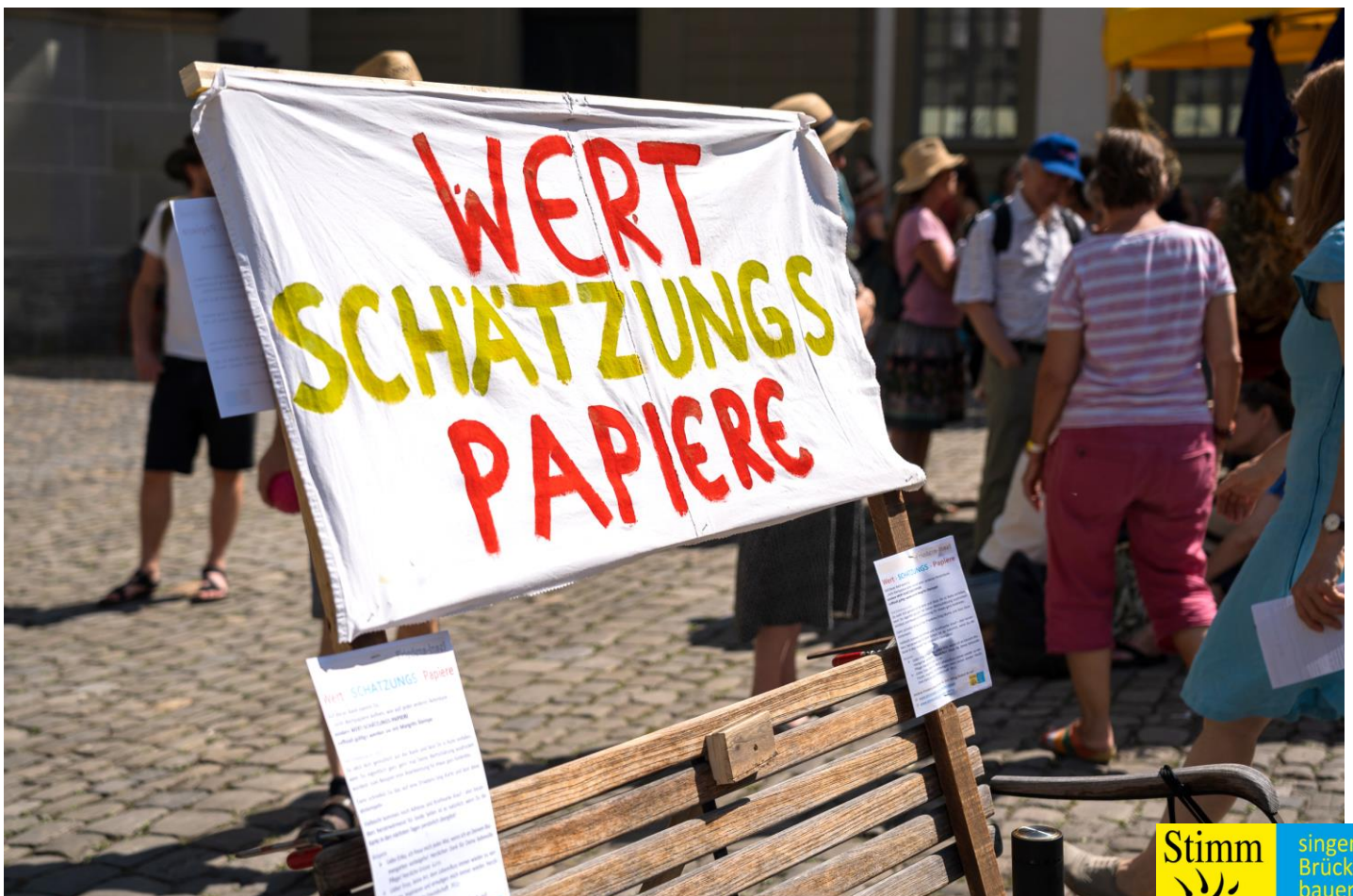
Impuls 18 der [stimmvolk.ch/kur-friedfertigkeit](#)

The universe is singing a song

The universe is singing a song, the universe is dancing along, the universe is singing on a day like this / It's high time to dance – sing – love, so wake up and dance!

Das Universum singt gerade ein Lied, tanzt mit, singt an einem Tag wie diesem. / Es ist höchste Zeit zu tanzen – singen – lieben, also wach auf und tanze!

Friedens-Impuls **“Freude ausstrahlen und schenken”** Heute begegne ich bekannten und auch unbekanntem Mitmenschen mit einer guten Laune und finde Wege, dem Gegenüber ein Lächeln und meine Freude und Wertschätzung zu schenken: in freundlichen Kontakt gehen, ein unerwartetes Kompliment geben, Interesse an der Herkunft zeigen, ... Ich genieße das kontaktfreudige, freundliche Mensch-Sein. Am Abend erinnere ich mich, wo meine Freude ansteckend war und staune, wie wenig es oft braucht!



Wert - SCHÄTZUNGS - Papiere

Auf dieser Bank kannst Du

...nicht Wertpapiere äufnen, wie auf jeder anderen Notenbank
sondern **WERT-SCHÄTZUNGS-PAPIERE**

«**offiziell gültig**» werden sie mit Margrits Stempel

Eine Einladung an Dich

Du setzt dich gemütlich auf die Bank und lässt Dir in Ruhe einfallen, wem Du eigentlich ganz gern mal Deine Wertschätzung ausdrücken würdest; zum Beispiel eine Anerkennung für etwas ganz Konkretes.

Dann schreibst Du das auf eine (Friedens-Sing-)Karte und lässt diese abstempeln.

Vielleicht kommen noch Adresse und Briefmarke drauf – aber besonders herzerwärmend für beide Seiten ist es natürlich, wenn Du die Karte in den nächsten Tagen persönlich übergibst!

Beispiele

- Liebe Erika, ich freue mich jedes Mal, wenn ich an Deinem Blumengarten vorbeigehe! Herzlichen Dank für Deine liebevolle Pflege! Herzliche Grüsse Luna
- Lieber Enzo, deine Art, dem Lebensfluss immer wieder zu vertrauen, inspirieren und ermutigen mich immer wieder. Herzlichen Dank für deine Freundschaft Milo

Weitere Friedens-Inspirationen für den Alltag findest du auf

☀ www.stimmvolk.ch/kur-friedfertigkeit

☀ www.stimmvolk.ch/friedensimpulse

