

# Jede Nutzung bitte achtsam fuer sich selbst verantwortlich! Ob rauchen oder nicht rauchen,

das Wichtigste ist, relaxt zu sein, um sich das Beste auszusuchen.



Bild von meiner 150 km langen Fahrradtour nach Frankenberg an der Eder (1990)

# Ich schreibe gerne.

---

Andreas Pabst aus Neuwied am Rhein (Deutschland), Tel. (+49) 02631/ 55737 (selten persoendlich erreichbar, meist Mailbox, wo jemand ganz hoch singt - Christian Franke, Interpret)

---

## **Weideland deiner Zuversicht (Gedicht, selbst geschrieben) - etwas inspiriert von Psalm 23 (Bibel): Der Herr ist mein Hirte; mir wird nichts mangeln. Er weidet mich auf gruenen Auen und fuehrt mich zu stillen Wassern ...**

Freunde helfen zu der Hoffnung, dass ein Weg, vielleicht vorbei an einem schoenen See mit Steg, dich immer mit dem Weideland deiner Zuversicht verbindet.

Dort wird das Schwere von heut gelindert.

Jetzt bereits auf dem Weideland oder zumindest mit Freunden ihm schon naeher.

Deine Talente und Faehigkeiten und dein Glaube an Gott sind dein Spaeher mit einem grenzueberschreitenden Blick hin zu neuem Glueck, zu Schritten voraus, da gehst du gut gelaunt aus dem Haus . . .

---

## **Liebe (selbst geschrieben)**

Hier oder dort sagen Menschen ein liebes Wort.

Der Ausdruecke und Reden sind auf dieser Erde sehr viel.

Die Bedeutung des wichtigsten Wortes gibt dem Handeln aller Menschen ein gemeinsames Ziel.

Lasst uns neu erfahren der Liebe tiefer Sinn in dem fuer die Bedeutung einfachsten Beginn:

Alles Glueck des Lebens wie Harmonie, Arbeit, Freundschaft, Friede . . . mit einem Wort ist die Liebe.

## Informationen zu einem moeglichen besseren Umgang mit Zigaretten (selbst geschrieben)

Kopieren Mikrosoft Word Datei "[besserer Umgang mit Zigaretten, Tabak.doc](#)" und mit gleichem Inhalt als PDF Datei "[besserer Umgang mit Zigaretten, Tabak.pdf](#)" erlaubt nur fuer unveraenderte und unentgeltliche Weitergaben an Freunde.

---

fuer alle, die Datei nicht, wie das Bild zeigt, oeffnen koennen, der fotografierte Text - bitte zum Lesen mit strg + vergroessern



## Informationen zum kostenlos bestellbaren Arbeitsheft "Ja, ich werde rauchfrei!" von der Bundeszentrale fuer gesundheitliche Aufklaerung

Professionelle Begleitung bei einem gezielt geplanten Ausstieg mit dem aktiven Arbeitsheft (Beteiligung mit vielen analysierenden eigenen Notizen) Ja, ich werde rauchfrei! von der Bundeszentrale fuer gesundheitliche Aufklaerung, **kostenlos** als Startpaket mit rauchfrei-Kalender und Relex-Ball zu bestellen: Tel. 01805 313131 (auch das Heft allein) oder [www.rauchfrei-info.de](http://www.rauchfrei-info.de), am einfachsten in [www.google.de](http://www.google.de) nach **bzga startpaket rauchfrei** suchen. Tel.gebuehr 14 Cent/Minute aus dem Festnetz, Mobilfunk max. 42 Cent/Minute

---

## Dies schrieb ich ueber einen Zeitraum von mehreren Monaten:

Kopieren Microsoft Word Datei "[Wie vernuenftig auf Frage nach Gott reagieren.doc](#)" und mit gleichem Inhalt als PDF Datei "[Wie vernuenftig auf Frage nach Gott reagieren.pdf](#)" erlaubt nur fuer unveraenderte und unentgeltliche Weitergaben an Freunde.

---

## fuer alle, die Datei nicht, wie das Bild zeigt, oeffnen koennen, der fotografierte Text - bitte zum Lesen mit strg + vergroessern



wuensche gute Zeit

Andreas Pabst

## fuer Sudoku-Interessierte (mit viel Arbeit selbst geschrieben):

Kopieren Microsoft Word Datei "[3 Grundprinzipien fuer Sudokus.doc](#)" und mit gleichem Inhalt als PDF Datei "[3 Grundprinzipien fuer Sudokus.pdf](#)" erlaubt nur fuer unveraenderte und unentgeltliche Weitergaben an Freunde.

## fuer alle, die Datei nicht, wie das Bild zeigt, oeffnen koennen, der fotografierte Text - bitte zum Lesen mit strg + vergroessern

