

Wolf-Alexander Melhorn:

# Aus der Zeit gebrochen

Sinnsprüche über Sein  
und Leben

published by: epubli GmbH,  
Berlin, [www.epubli.de](http://www.epubli.de)

## **Impressum**

Copyright: © 2012 Wolf-

Alexander Melhorn

Druck und Verlag: epubli

GmbH, Berlin, [www.epubli.de](http://www.epubli.de)

Cover: Alissa Melhorn

Foto: © Curt Demmler,

Donauwörth

ISBN 978-3-8442-3994-2

## Inhalt

Vorwort.....	6
1. Alter, Altern und Tod.....	10
2. Glück und Erfolg .....	23
3. Gesundheit und Medizinisches.....	41
4. Die Zeit.....	51
5. Gefühle und Charakter- züge .....	61
6. Gedanken.....	76
7. Zwei Seiten einer Medaille?.....	80
8. Zum Nachdenken .....	107
9. Liebe - und deren Ende.....	115
10. Wissen und Weisheit.....	124

11. Vertrauen und Nähe.....	132
12. Macht und Größe.....	142
13. Lebensweisheiten.....	162
14. Gesellschafts- kritisches.....	195
15. Religion und Glaube.....	209
 Kurzbiografie über Wolf- Alexander Melhorn .....	 213

## Vorwort

Dem Leben und sich selber nahekommen ist eine der schwersten Aufgaben. Da braucht es Wissen, Weisheit und Erfahrung, die uns weiterbringen.

Der Sinnspruch hat hier einen festen Platz. Nicht unterhalten will er - wie der Witz - sondern Denkanstoß für besseres und leichteres Verstehen unseres Alltags sein. Auch soll er nicht belehren, denn das Fachbuch kann das besser.

Sein Gegner ist nur selten der Verstand. Feind ist vielmehr die Hektik unserer Zeit, die kaum

mehr Raum dem Denken lässt  
und Handeln auf die Reaktion  
verkürzt.

Was Freiraum einem  
Geist verschafft, ist schon als  
Anderssein verdächtig und  
Muse heute die Gefahr von  
Selbstauflösung des Systems,  
das unsere Welt  
zusammenhält.

Dabei hält nur Gelassenheit  
zusammen, was uns  
Gemeinschaft ist. Uns fehlen  
heute nicht die Ziele, sondern  
die Bereitschaft, Wege  
nachzugehen, auf denen sie  
erreicht. Dadurch gehen Werte

ebenso verloren wie der  
Mitmensch neben uns.

Dem einen Rat, dem anderen  
vielleicht ein Tritt, den Denken  
manchmal gleichfalls braucht.  
Auf jeden Fall nie Zeitvertreib  
der Langeweile, denn sonst  
erreicht der Sinnspruch nicht  
sein Ziel. Er ist und bleibt nur  
Denkanstoß! Nur so hat er  
dann Zeit für sich und Raum,  
sich zu bewegen. Erst so kann  
er sich auch entfalten. Die  
Schlüsse zieht dann jeder  
selber.

Das gilt es wieder zu begreifen!

Ich wünsche meinen Lesern,  
dass sie sich diese Freiheit  
nehmen dürfen.

Diplomvolkswirt  
Wolf-Alexander Melhorn  
Heilpraktiker

im November 2012



## 1. Alter, Altern und Tod

### **Abgrenzungen**

Jugend ist das Privileg, nichts wissen zu müssen!

Alter manchem der Fluch, noch immer nichts zu wissen!



### **Alleinsein**

Allein zu sein ist altersgerecht -  
Einsamkeit nicht!

## **Alter**

Ein alter Mensch hat wenig  
Zukunft,  
immer aber die Vergangenheit  
- und nur aus ihr kann Jugend  
lernen.



## **Altern**

Das Altern ist die Frucht des  
Lebens.

## **Altern**

Die Gunst des Alterns ist  
Verzichtenkönnen!



## **Alterung**

Einer versuchte, auf dem  
Laufband seiner Alterung  
davonzulaufen  
- und diese sieht ihm lächelnd  
dabei zu.

## **Bestimmung**

Der Zeitpunkt Deines Todes  
wurde Dir mit der Geburt  
bestimmt.

Du selbst darfst ihn Dir nicht  
verändern wollen!



## **Erstarrung**

Die Hilflosigkeit des  
Depressiven ist Ausdruck einer  
Erstarrung seiner seelischen  
Beweglichkeit  
- und der Selbstmord der  
Beweis seines Aufgebens bei  
der Suche nach einer neuen  
Bewegungsfähigkeit.

## **Gedächtnis**

Ein schlechtes Gedächtnis im  
Alter  
ist bei manchem weises  
Unterscheiden zwischen  
Wichtigkeiten!



## **Grenzen**

Die Jugend quält den Leib, um  
dessen Grenzen zu erspüren  
- das Alter schont ihn, weil es  
diese fürchten lernte!

## **Jugend**

Unsicherheit lässt Jugend  
hinterfragen

Gewohnheit überträgt sich  
durch das Alter!



## **Lebensaufgabe**

Gib Dich nie auf, denn du  
wurdest geboren um zu leben.

## **Lebensqualität**

Vielen ist erst die Anhäufung  
von Ereignissen Beweis ihrer  
Lebensqualität

- daher warten sie von Ereignis  
zu Ereignis, bevor sie  
begreifen,  
was sie versäumt haben.



## **Mannesalter**

Das Alter **i s t** die erektile  
Dysfunktion des Mannes!

## **Nachruf**

Erst bei Abfassen des  
Nachrufes begreifen manche,  
mit wem sie sich ihr Leben  
teilten!



## **Neugier**

Die Neugier öffnet Dir die  
Welten, das Alter schließt sie  
wieder ein  
- und geht daran zugrunde!



## **Reifung**

Erst Zeit erkennt die Reife!



## **Richtungen**

Seinem Alter entgegengehen -  
nicht seiner Jugend nachlaufen!



## **Sterben**

Der Tod trifft keine Wahl.  
Er handelt stets im Auftrag!

## **Sterben**

„Zum Sterben bereit!“ – Ein  
Ausspruch jugendlicher  
Unerfahrenheit oder gereiften  
Alters!



## **Tod**

Nie holt der Tod ein Leben!  
Stets holt das Leben sich den  
Tod!

## **Todesangst**

Gesteigerte Angst vor dem Tod  
flüchtet sich oftmals in die Gier!



## **Todsicher**

Allein der Tod findet immer zum  
Leben!

## **Untergang**

Ein Mensch, der in sich stehen  
bleibt,  
vergeht im Sog seines Lebens.



## **Verfall**

Die Faszination des Alterns  
ist der Zerfall der Leiber,  
die sich - trotz Wissens ihrer  
Endlichkeit  
– so unterschiedlich diesem  
Ziel verleugnen.



## 16. Religion und Glaube

### **Apostel**

'Jesus Christus habe nur Männer zu Aposteln berufen, weil er Priesterberuf und Bischofsamt den Männern vorbehalten wollte',  
ist Machtanspruch von Männern!

Tatsächlich hatten nur die Männer Muße für Seelsorge  
- Jesus kannte eben das Leben!

## **Brücken**

Gott gab Dir auf den  
Lebensweg,  
dass er Dich niemals über  
Brücken schicke, die nicht  
tragen.  
Nur begehen musst Du sie  
noch selbst!



## **Das Angebot**

Jeder Gedanke, der Gutes in  
sich birgt, ist Gottes Angebot!  
Erhöre es - um Dich so selber  
zu befreien.

## **Gläubige**

Was manche Islamisten aus  
der Weisheit ihres Glaubens  
machen

- Mohammed würde sich im  
Grabe drehen, wie Christus bei  
den Seinen!



## **Religion**

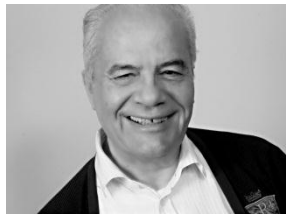
Bindungskraft der Religionen ist  
oft die Furcht vor  
Vereinsamung  
und der Unfähigkeit,  
dies durch Nächstenliebe  
wettzumachen.





## Kurzbiografie über Wolf- Alexander Melhorn

Der Autor - Jahrgang 1941 – entschied sich nach seinem Tübinger Staatsexamen gegen die Option auf Promotion und für einige Jahre im Controlling eines US- IT-Unternehmens als Diplomvolkswirt. 1979 kehrte er der Industrie endgültig den Rücken und legte in Tübingen seine Prüfung als Heilpraktiker ab. Im Jahre 1984 zog er mit seiner Familie nach Ellwangen,



wo er  
auch  
heute  
noch  
lebt.

© Foto Demmler, Donauwörth

Zeit seines Lebens waren ihm Gerechtigkeit und die Verbesserung der allgemeinen Lebensumstände wichtig. In rund 100 Leserbriefen, insbesondere bei den STUTTGARTER NACHRICHTEN, wurde er daher jahrelang zum kritischen Begleiter der Politik. Seine Einstellung veranlasste ihn 1984 auch gegen die Auflösung des seit 500 Jahren bestehenden Ellwanger Altenheimes anzugehen und eines der ersten Bürgerbegehren in Baden-Württemberg durchzuführen. Die dadurch provozierten Reaktionen örtlichen Politiker

fürten zu schmerzhaften Eingriffen in das Privatleben des Autors, was er später im Internet unter der Thematik ‚Macht‘ und ‚Machtumgang‘ in zwei Theaterstücken bearbeitete.

Aufgrund seiner inzwischen 33-jährigen Tätigkeit als Heilpraktiker stellte er im Laufe der Zeit über 50 medizin- und pharmakritische Krankenberichte ins Internet, sowie Artikel zu verschiedenen ethischen wie insbesondere auch politischen Fragestellungen. Neben Theaterstücken schreibt er seit Jahren Aphorismen sowie

Kurzgeschichten, Novellen,  
Fabeln, Essays und Gedichte,  
von denen einige in  
verschiedenen Anthologien  
erschienen sind. Sein  
vielschichtiges Engagement  
spiegelt sich hier in seinen über  
400 Sinnsprüchen wider,  
mit denen ihm plausible  
Aussagen über das Leben und  
Sein gelingen.

Weiteres unter  
[www.melhorn.de](http://www.melhorn.de).