

# Donders Motivations Maschine

**Jahrgang 2004**

1. Januar bis  
31. Dezember 2004

**Folge 334 bis Folge 418**

**84 Aussendungen an 863 Passagiere**

**ANDREAS DONDER**

**334.** Der Jahresstarter:

"Gewöhne dich an nichts und es wird alles ungewöhnlich bleiben." Karl Heinrich Waggerl

Ich wünsche allen 745 Passagieren der  
Motivationsmaschine ein ungewöhnliches 2004.

**335.** Wochenender:

"Ein Gedanke, der nicht gefährlich ist,  
ist gar nicht wert, ein Gedanke zu sein."  
Oscar Wilde

**336.** Der Wochenstarter:

"Das Genie gleicht allen und keiner gleicht ihm."  
Honorè de Balzac

**337.** Der Wochenender:

"Du kannst vor dem davonlaufen, was hinter dir her ist.  
Aber was in dir ist - das holt dich ein" Weisheit aus  
Afrika

Ab jetzt online Reisetagebuch incl. Fotos:

**"Das Leben, der Tod und dazwischen  
der Aldi-Markt".**

Unterwegs in Urlaubs-, Götter- und Produktwelten

<http://www.donder-unterwegs.de/pdf/indien.pdf>

Manuskriptversion

**338.** Der Wochenstarter:

"Wir werden vom Schicksal hart oder weich geklopft. Es  
kommt auf das Material an."  
Marie von Ebner-Eschenbach

**339.** Der Wochenender:

"Der Wissende weiss, dass er glauben muss."  
Friedrich Dürrenmatt

**340.** Der Wochenstarter:

"Nimm deine Arbeit ernst, aber niemals dich selbst."

Alan Ayckbourn (\*1939), brit. Schriftsteller u.  
Theaterregisseur

**341. Der Wochenender:**

"The paradox of our time in history is that we have taller buildings but shorter tempers, wider freeways, but narrower viewpoints. We spend more, but have less, we buy more, but enjoy less. We have bigger houses and smaller families, more conveniences, but less time. We have more degrees but less sense, more knowledge, but less judgment, more experts, yet more problems, more medicine, but less wellness.

We drink too much, smoke too much, spend too recklessly, laugh too little, drive too fast, get too angry, stay up too late, get up too tired, read too little, watch TV too much, and pray too seldom. We have multiplied our possessions, but reduced our values. We talk too much, love too seldom, and hate too often.

We've learned how to make a living, but not a life. We've added years to life not life to years. We've been all the way to the moon and back, but have trouble crossing the street to meet a new neighbor. We conquered outer space but not inner space. We've done larger things, but not better things.

We've cleaned up the air, but polluted the soul. We've conquered the atom, but not our prejudice. We write more, but learn less. We plan more, but accomplish less. We've learned to rush, but not to wait. We build more computers to hold more information, to produce more copies than ever, but we communicate less and less.

These are the times of fast foods and slow digestion, big men and small character, steep profits and shallow relationships. These are the days of two incomes but more divorce, fancier houses, but broken homes. These are days of quick trips, disposable diapers, throwaway morality, one night stands, overweight bodies, and pills that do everything from cheer, to quiet, to kill. It is a time when there is much in the showroom window and nothing in the stockroom. A time when technology can bring this letter to

you, and a time when you can choose either to share this insight, or to just hit delete.

Remember, spend some time with your loved ones, because they are not going to be around forever.

Remember, say a kind word to someone who looks up to you in awe, because that little person soon will grow up and leave your side. Remember, to give a warm hug to the one next to you, because that is the only treasure you can give with your heart and it doesn't cost a cent.

Remember, to say, "I love you" to your partner and your loved ones, but most of all mean it. A kiss and an embrace will mend hurt when it comes from deep inside of you. Remember to hold hands and cherish the moment for someday that person will not be there again. Give time to love, give time to speak, and give time to share the precious thoughts in your mind. Life is not measured by the number of breaths we take, but by the moments that take our breath away.

## **HOW TO STAY YOUNG**

1. Throw out nonessential numbers. This includes age, weight, and height. Let the doctor worry about them. That is why you pay him/her.
2. Keep only cheerful friends. The grouches pull you down.
3. Keep learning. Learn more about the computer, crafts, gardening, whatever. Never let the brain idle. " An idle mind is the devil's workshop," And the devil's name is Alzheimer's.
4. Enjoy the simple things.
5. Laugh often, long and loud. Laugh until you gasp for breath.
6. The tears happen. Endure, grieve, and move on. The only person who is with us our entire life, is ourselves. Be **ALIVE** while you are alive.

7. Surround yourself with what you love, whether it's family, pets, keepsakes, music, plants, hobbies, whatever. Your home is your refuge.

8. Cherish your health: If it is good, preserve it. If it is unstable, improve it. If it is beyond what you can improve, get help.

9. Don't take guilt trips. Take a trip to the mall, to the next county, to a foreign country, but NOT to where the guilt is.

10. Tell the people you love that you love them, at every opportunity.

**AND ALWAYS REMEMBER:**

Life is not measured by the number of breaths we take, but by the moments that take our breath away.

George Carlin, Comedian

**342.** Der Wochenstarter:

"Der Mensch kann zwar tun, was er will, aber nicht wollen, was er will." Schopenhauer

**343.** Der Wochenender:

"Versuchungen sollte man nachgeben. Wer weiß, ob sie wiederkommen." Oscar Wilde

**344.** Der Wochenstarter:

"Die Schwierigkeit liegt nicht darin, die neuen Ideen zu finden, sondern darin, die alten loszuwerden."

John Maynard Keynes,  
Ökonom

**345.** Der Wochenender:

"Eine Erfolgsformel kann ich nicht geben, aber ich kann sagen, was zum Mißerfolg führt: der Versuch, jedem gerecht zu werden."

Herbert Bayard Swope (1882-1958), amerik.  
Schriftsteller

**346. Der Wochenstarter:**

"Nur mit dem Unmöglichen als Ziel kommt man zum Möglichen." Miguel de Unamuno (1864-1936), span. Schriftsteller

**347. Der Wochenender:**

"Wer alles aus seiner Sicht sieht und stets nur auf seinen eigenen Vorteil bedacht ist, wird niemals glücklich sein. Du musst für andere da sein, wenn Du echtes Leben erfahren möchtest". Seneca

**348. Der Wochenstarter:**

"Das Glück deines Lebens hängt von der Beschaffenheit deiner Gedanken ab." Marc Aurel

**349. Der Wochenender:**

"Wir sollten nicht versuchen, unsere Probleme zu lösen, sondern versuchen, uns von den Problemen zu lösen".

Kirpal Singh, Schriftsteller, Dichter und Literaturwissenschaftler

**350. Der Wochenstarter:**

"Das Gesetz der Arbeit scheint äußerst ungerecht - aber es ist da, und niemand kann es ändern: Je mehr Vergnügen du an deiner Arbeit hast, desto besser wird sie bezahlt." (Mark Twain, US-amerikanischer Erzähler und Satiriker, 1835 - 1910)

**351. Der Wochenender:**

"Wenn du Erfolg haben willst, begrenze dich".

Charles-Augustin Saint-Beuve

**352. Der Wochenstarter:**

"Man muss auf einem bestimmten Gebiet wesentlich besser und möglichst nirgendwo schlechter als der Durchschnitt sein." Dagobert Duck [Comic-Figur von Walt Disney, geboren am 22. Juli 1947 ]

**353.** Der Wochenender:

"Der Drache lehrt: Wer hoch steigen will,  
muss es gegen den Wind tun".

Chinesische Weisheit

**354.** Der Wochenstarter:

"Es reicht nicht, fleissig zu sein: das sind auch die  
Ameisen. Die Frage ist: Wofür sind wir fleissig." Henry

David Thoreau

**355.** Der Wochenender:

"Man stellt sich im Laufe des Lebens immer dieselben Fragen.  
Was sich ändert sind die Antworten".

Octavio Paz

**356.** Der Wochenstarter:

"Reich wird man erst durch Dinge, die man nicht  
begehrt." Mahatma Gandhi

**357.** Der Wochenender:

"Trau keinem Gedanken, der im Sitzen kommt." Friedrich  
Nietzsche

**358.** Der Wochenstarter:

"Zusammenkunft ist ein Anfang. Zusammenhalt ist ein  
Fortschritt. Zusammenarbeit ist der Erfolg." Henry Ford

**359.** Der Wochenender:

"Glückliche Menschen gehen in ihrer Arbeit auf, aber  
niemals unter. "

Rudolf Scheid

**360.** Der Wochenstarter:

"Die Klage über die Schärfe des Wettbewerbs ist in  
Wirklichkeit meist nur eine Klage über den Mangel an  
Einfällen".

Walter Rathenau

**361.** Der Wochenender:

"Wir brauchen nicht so fortzuleben, wie wir gestern  
gelebt haben. Machen wir uns von dieser Anschauung  
los, und tausend Möglichkeiten  
laden uns zu neuem Leben ein."

Christian Morgenstern

**362.** Der Wochenstarter:

"Ich kann, weil ich will, was ich muß."

Immanuel Kant (1724-1804), dt. Philosoph

**363.** Der Wochenender:

"Der Mensch ist ja nicht der, der er ist, sondern der, der er sein will. Wer ihn an seinen Wünschen packt, hat ihn." Martin Walser, Schriftsteller

**364.** Der Wochenstarter:

"Zu größerer Klarheit über seine Gedanken gelangt man, indem man sie anderen klar zu machen sucht". Joseph Unger

**365.** Der Wochenender:

"Denk falsch, wenn du magst, aber denk um Gottes willen für dich selber". Doris Lessing

**366.** Der Wochenstarter:

"Der Schwache zweifelt vor der Entscheidung; der Starke danach." Karl Kraus (1874-1936), östr. Kritiker, Satiriker, Essayist u. Dramatiker

**367.** Der Wochenender:

"Wer es einmal soweit gebracht hat, dass er nicht mehr irrt, der hat auch zu arbeiten aufgehört." Max Planck (1858-1947), dt. Physiker (Quantentheorie), 1918 Nobelpreis

**368.** Der Wochenstarter:

"Die Kraft, große Dinge zu entscheiden, kommt aus der ununterbrochenen Beobachtung der kleinen Dinge." Gerd Bucerius (1906-95), dt. Verleger, Herausg. "Die Zeit"

**369.** Der Wochenender:

"Was du sagst, verweht im Wind.  
Nur was du tust, schlägt Wurzeln".  
Karl Heinrich Waggerl

**370.** Der Wochenstarter:

"Was uns in den Schoß fällt, fällt sehr oft unter den Tisch". Friedl Beutelrock deutsche Schriftstellerin  
1889 - 1958

**371. Der Wochenender:**

"Unsere Träume können wir erst dann verwirklichen, wenn wir uns entschließen, daraus zu erwachen."  
Josephine Baker (1906-75), amerik.-frz. Tänzerin u. Sängerin

**372. Der Wochenender:**

"Der Erfolg bietet sich meist denen, die kühn handeln; nicht denen, die alles wägen und nichts wagen." Herodot

**373. Der Wochenstarter:**

"Um all das zu erreichen, was möglich ist, müssen wir das Unmögliche anstreben. Um all das zu sein, was wir sein können, müssen wir träumen, noch mehr sein zu können. Um unsere Träume zu erreichen, müssen wir uns ausstrecken und anderen helfen, ihre Träume zu verwirklichen." John Maxwell

**374. Der Wochenender:**

"Nichtoffenkundige Harmonie ist stärker als offenkundige".  
Heraklit

**375. Der Wochenstarter:**

"Wenn du Wasser suchst, hat es keinen Sinn, an vielen verschiedenen Stellen ein wenig zu scharren. Du mußt vielmehr an einer Stelle tief genug bohren."  
Arabisches Sprichwort

**376. Der Wochenstarter:**

"Die verstehen sehr wenig, die nur das verstehen, was sich erklären lässt". Marie von Ebner-Eschenbach

**377. Der Wochenender:**

"Damit du deinen Hunger und Durst zu stillen vermagst, erübrigt sich's, die Meere zu befahren und auf Eroberungen auszuziehen. Was die Natur verlangt, ist leicht beschafft und schnell bereitet, das Überflüssige aber kostet deinen Schweiß." Seneca, DE VITA BEATA

**378. Der Wochenstarter:**

"Die Freiheit des Menschen liegt nicht darin, dass er tun kann, was er will, sondern, dass er nicht tun muss, was er will". Jean-Jaques Rousseau

**379. Der Wochenender:**

"Halte dich immer für dümmer als die anderen - sei es aber nicht!"

Jean Cocteau (1889-1963), frz. Dichter, Maler u. Filmregisseur

**380. Der Wochenstarter:**

"Lang dauerndes Erträumen und Erwarten des Erfolges bringt Ursachen, Mittel und Wege zu diesem Erfolg." Prentice Milford

**381. Der Wochenender:**

"Die Menschen glauben das, was sie wünschen." Gaius Julius Cäsar (100-44 v. Chr.), röm. Feldherr, Staatsmann u. Schriftsteller

**382. Der Wochenstarter:**

"Es gehört oft mehr Mut dazu, seine Meinung zu ändern als ihr treu zu bleiben." Friedrich Hebbel

**383. Der Wochenender:**

"Wohlbehagen ermattet den Geist, Schwierigkeiten erziehen und kräftigen ihn." Francesco Petrarca (1304-74), ital. Dichter u. Gelehrter

**384. Der Wochenstarter:**

"Wer nicht mehr will, als er kann, bleibt unter seinem Können." Herbert Marcuse (1898-1979), amerik. Soziologe dt. Herkunft

**385. Der Wochenender:**

"Ich spreche wenig, aber ich sage das Wichtige. Und ich sage es vor den anderen. Das macht den ganzen Unterschied aus." Pierre Cardin (\*1922), frz. Modeschöpfer

**386. Der Wochenstarter:**

"Wir werden nicht durch die Erinnerung an unsere Vergangenheit weise, sondern durch die Verantwortung

für unsere Zukunft." George Bernard Shaw (1856-1950),  
ir. Schriftsteller, 1925 Nobelpreis für Literatur

**387.** Der Wochenender:

"Die Leute wissen nicht, was sie wollen, bis man es  
ihnen anbietet." Terence Conran, Möbeltycoon

**388.** Der Wochenstarter:

"Was bedeutet schon Geld? Ein Mensch ist erfolgreich,  
wenn er zwischen Aufstehen und Schlafengehen das tut,  
was ihm gefällt."

Bob Dylan (\*1941), eigtl. Robert Allen Zimmermann,  
amerik. Sänger u. Komponist, Begründer d. Folk- Rock

**389.** Der Wochenender:

" Eine Stunde konzentrierter Arbeit hilft mehr, deine  
Lebensfreude anzufachen, deine Schwermut zu  
überwinden und dein Schiff wieder flottzumachen, als ein  
Monat dumpfen Brütens. "

Benjamin Franklin (1706-90), amerik. Politiker,  
Schriftsteller u. Naturwissenschaftler, 1776  
Mitunterzeichner d. amerik. Unabhängigkeitserklär.

**390.** Der Wochenstarter:

"Über dem ängstlichen Gedanken, was etwa morgen uns  
zustoßen könnte, verlieren wir das Heute, die Gegenwart,  
und damit die Wirklichkeit."

Hermann Hesse

**391.** Der Wochenender:

"Ein Bild sagt mehr als tausend Worte.

Sagen Sie das mal mit einem Bild."

Wilfried Salus Bienek, Texter

**392.** Der Wochenstarter:

"Das Geschäftemachen und der Reichtum kann den Menschen  
nicht Zufriedenheit geben. Und jene, die in einem gewissen  
Lebensabschnitt ihre ganze Energie ins Geld machen stecken,  
werden eines Tages merken, dass dies nicht die Antwort auf ihr  
Leben ist."

Dalai Lama

**393.** Der Wochenender:

"Der Mensch bringt sogar die Wüsten zum Blühen. Die einzige Wüste, die ihm noch Widerstand leistet, befindet sich in seinem Kopf." Ephraim Kishon (\*1924), isr. Schriftsteller u. Satiriker

**394.** Der Wochenstarter:  
"Life´s too short to be afraid."  
Robbie Williams

**395.** Der Wochenstarter:  
"Je nachdem, wie mutig ein Mensch ist, expandiert oder schrumpft sein Leben." Anais Nin

**396.** Der Wochenender:  
"Für jene, die glauben, keine Worte sind notwendig; für jene, die nicht glauben, keine Worte sind möglich." Dom Inacio de Loyola

**397.** Der Wochenstarter:  
"Es gibt nur einfache Lösungen. Einziges Problem: Man muss sie finden."

Robert M. Pirsig (\* 1928), amerik. Schriftsteller ("Zen und die Kunst ein Motorrad zu warten. Ein Versuch über Werte.")

**398.** Der Wochenstarter:  
"Müde macht uns die Arbeit, die wir liegenlassen, nicht die, die wir tun." Marie von Ebner-Eschenbach (1830-1916), östr. Schriftstellerin

**399.** Der Wochenender:  
"Du gewinnst nie allein. Am Tag, an dem du was anderes glaubst, fängst du an zu verlieren." Mika Häkkinen (\* 1968), finn. Formel-1-Rennfahrer

**400.** Der Wochenstarter:  
"Handle stets so, daß die Anzahl der Wahlmöglichkeiten größer wird".  
Heinz von Foerster, der ethische Imperativ

**401.** Der Wochenstarter:  
"Je mehr die Macht eines Menschen wächst, je weiter sein Wissen reicht, desto enger wird der Pfad, auf dem er wandeln kann. Bis er schließlich nichts mehr wählt, sondern ausschließlich das tut, was er tun muss." Ursula Le Guin

**402.** Der Wochenender:

"Wenn wir keine Fehler machen, heißt das, daß wir nicht genug Dinge ausprobieren." Phil Knight, Nike

**403.** Der Wochenstarter:

"Wenn das Leben keine Vision hat, nach der man strebt, nach der man sich sehnt, die man verwirklichen möchte, dann gibt es auch kein Motiv, sich anzustrengen." Erich Fromm

**404.** Der Wochenstarter:

"Um nach vorne zu kommen und dort zu bleiben, kommt es nicht darauf an, wie gut du bist, wenn du gut bist, sondern wie gut du bist, wenn du schlecht bist."

Martina Navratilova (\*1956), amerik. Tennisspielerin  
tschech. Herk.

**405.** Der Wochenender:

"Am liebsten erinnere ich mich an die Zukunft".  
Salvador Dali

**406.** Der Wochenstarter:

Die Geschichte der Woche.

Ein klarer Tag in San Francisco. Eine Frau in einem roten Wagen fährt zur Golden Gate Brücke und macht sich daran, den Brückenzoll zu bezahlen.

"Ich zahle für mich selber und für die sechs nächsten Wagen", sagt sie mit einem Lächeln und gibt dem Beamten sieben Pendlertickets.

Den nächsten sechs Fahrern sagt der Wärter:

"eine Frau da vorne habe schon für sie bezahlt und gibt ihnen freie Durchfahrt und wünscht ihnen einen schönen Tag".

Die Frau, so stellte sich heraus, entdeckte am Kühlschrank einer Freundin eine Zettel mit der Aufschrift "Übe dich in zufälligen Wohltaten und zweckloser

Schönheit". Ihr Mann, ein Lehrer, mochte den Satz so gern, dass er ihn im Schulzimmer in großen Buchstaben auf ein Plakat schrieb.

Von dort gelangte er zur Mutter einer seiner Schülerinnen, einer Kolumnistin. All die guten Dinge, von denen man denkt, dass sie sich zufälligerweise ereignen sollten, eben selber zu tun, das ist die Idee.

Gefälligkeiten und Wohltaten können sich genauso verbreiten wie Gewalt nur im positiven Sinne. "Tue Gutes und rede nicht darüber", hat Jesus gesagt. Es sind die Energien die unsichtbar wirken.

**407.** Der Wochenender:

"Glück besteht in der Kunst, sich nicht zu ärgern, dass der Rosenstrauch Dornen trägt, sondern sich zu freuen, dass der Dornenstrauch Rosen trägt." (Arabisches Sprichwort)

**408.** Der Wochenstarter:

"Die Glücklichen sind neugierig". Friedrich Wilhelm Nietzsche (1844 - 1900), Philosoph und Altphilologe

**409.** Der Wochenender:

"Die Zukunft ist keine Bestellung, auf deren Lieferung wir warten, Zukunft wird gemacht!"  
Oliver W. Schwarzmann

**410.** Der Wochenstarter:

"Es gehört oft mehr Mut dazu, seine Meinung zu ändern als ihr treu zu bleiben." Friedrich Hebbel

**411.** Der Wochenender:

"Die eigentlichen Geheimnisse auf dem Weg zum Glück sind Entschlossenheit, Anstrengung und Zeit." Tenzin Gyatso (1935 - ), XIV. Dalai Lama

**412.** Der Wochenstarter:

"Bitte nicht um eine leichte Bürde - bitte um einen starken Rücken." Theodore Roosevelt (1858-1919), amerik. Politiker, 26. Präs. d. USA (1901-09)

**413.** Der Wochenender:

"Wahrheit ist die Erfindung eines Lügners".

Heinz von Foerster

**414.** Der Wochenstarter:

"Wir glauben, Erfahrungen zu machen, aber die Erfahrungen machen uns." Eugène Ionesco (1912-94), rumän.-frz. Schriftsteller

**415.** Der Wochenstarter:

"Wenn dein Ziel groß ist und deine Mittel klein, handle trotzdem. Durch dein Handeln allein werden auch deine Mittel wachsen." Aurobindo, eigentlich Sri Aurobindo Ghose, indischer Philosoph, 1872 - 1950

**416.** Der Wochenender:

"Nicht durch die Kraft höhlet der Tropfen den Stein, sondern durch häufiges Fallen." Publius Ovidius Naso

**417.** Der Wochenender:

"Mache dich von deinen Vorurteilen los, und du bist gerettet." Mark Aurel, römischer Kaiser und Philosoph, 121 - 180 n. Chr.

**418.** Der Wochenender:

"Wenn du einmal Erfolg hast, kann es Zufall sein. Wenn du zweimal Erfolg hast, kann es Glück sein. Wenn du dreimal Erfolg hast, so ist es Fleiß und Tüchtigkeit." (Aus der Normandie)