

Dirk Fischer

STILLE

Wissen sie noch was das ist?

Synergia 

Dirk Fischer

STILLE

Wissen sie noch was das ist?

Synergia 

Erstausgabe 2017
Erschienen im Synergia Verlag, Basel, Zürich, Roßdorf
eine Marke der Sentovision GmbH
www.synergia-verlag.ch

Alle Rechte vorbehalten
Copyright 2016 Synergia Verlag
Umschlaggestaltung, Gestaltung und Satz:
Mario Metz, FontFront.com, Roßdorf
Fotos: Dirk Fischer

Vertrieb durch Synergia Auslieferung
www.synergia-auslieferung.de


Printed in EU
ISBN-13: 9783906873039

Bibliografische Information der Deutschen Bibliothek
Die Deutsche Bibliothek verzeichnet diese Publikation in der deutschen Nationalbibliografie;
detaillierte bibliografische Daten sind im Internet unter <http://dnb.ddb.de> abrufbar.

INHALT

Stille	9
Unsere Welt ist laut	15
Stille ist Einkehr	18
Stille ist Natur	22
Stille kann man abbilden	28
Stille ist Achtsamkeit	30
Stille ist Heilung	35
Stille ist Essenz	40





In der Stille angekommen gehe ich in mich,
stehe ich zu meinen Stärken und Schwächen,
liegen mir mein Leben und die Liebe am Herzen.
In der Stille angekommen, sehe ich mich, dich,
euch und die Welt mit anderen Augen,
mit den Augen des Herzens.

In der Stille angekommen, höre ich auf mein Inneres,
spüre ich Geborgenheit,
lerne ich Gelassenheit, tanke ich Vertrauen.

*Ernst Ferstl (*1955), österreichischer Lehrer, Dichter und Aphoristiker*

ZUM GELEIT DIESES BUCHES

Es gibt eine Vollkommenheit tief inmitten alles Unzulänglichen. Es gibt eine Stille, tief inmitten aller Ratlosigkeit. Es gibt ein Ziel, tief inmitten aller weltlichen Sorgen und Nöten.

Buddah

Stille gehört zur absoluten Essenz unseres Seins. Dieses Buch soll Sie begleiten und motivieren mehr Kontakt zu etwas zu bekommen, was immer mehr aus unserem Leben gedrängt wird, die Möglichkeit in die Stille zu gelangen und Stille als Lebensqualität zu erleben und sie für ein gesünderes und stabileres Leben zu nutzen. Es soll Ihnen eine Idee von Stille und die vielen wertvollen und wohltuenden Aspekte dieses Themas näherbringen.

Dieses Buch führt den Leser von außen, unserer lauten Welt, tief in die innere Welt, vielleicht auch mit der Möglichkeit, sich mit etwas Höherem zu verbinden.

Die Fotografien sollen Ihnen beim Finden der Stille helfen. Es sind Bilder die Sie inspirieren sollen, sich auf Stille einzulassen, Lust auf Stille zu bekommen und Sie motivieren, selbst ein Bild der Stille zu fotografieren. Es sind bewusst einfache Bilder, die beim Betrachten eine Art Einkehr zu sich fördern sollen. Verweilen Sie und tauchen Sie ein in das äußere Bild, um zu einem eigenen inneren Bild zu gelangen.

Ich möchte Sie neu begeistern und wieder näher heranführen an dieses wunderbare Medium. Das Erfahren von Stille darf nicht zu leise werden. Stille muss erlebbar bleiben und sollte immer erstrebenswert und wertvoll in unserem Bewusstsein verankert sein. Machen Sie sich auf, dieses heilsame Medium wieder in ihrem Alltag zu integrieren und nutzen Sie dieses Buch zur Bewusstwerdung und Motivation.





STILLE

Der Mensch besieht sein Spiegelbild nicht im fließenden Wasser, sondern im stillen Wasser.

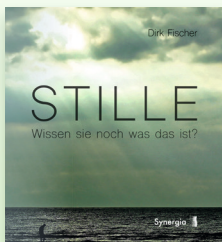
Dschuang Dsi

Stille, wissen Sie noch was das ist? Vielleicht erinnern Sie sich an einen besonderen Moment der Stille in Ihrer Vergangenheit oder Sie denken jetzt, dass Stille doch etwas Langweiliges zu sein scheint und wir so etwas nicht wirklich brauchen.

Stille erscheint wie etwas Ausgedientes in unserer modernen Welt, in der nichts so wenig unterstützt wird, wie die Stille. Wir haben schon fast verlernt unsere Sinne auf etwas wie Stille auszurichten. Stattdessen verlangen unsere Sinne ständig nach neuem Futter, meist in Form von Ablenkungen, Unterhaltung, Amüsement oder das maßlose Aufhalten im Internet. Das sind die treibenden Kräfte, die uns fern halten von uns selbst und in der modernen Oberflächlichkeit gefangen halten. Unsere erschaffene Alltagskultur heißt konsumieren. Wer viel konsumiert, egal in welcher Form, versperrt den Zugang zu wahren Gedanken und Gefühlen und verengt den Kanal zwischen Bewusstsein und Unterbewusstem. Da hilft nur ein wunderbares, völlig natürliches Gegenmittel, die Stille. In allen Kulturen, vielleicht am deutlichsten in der östlichen Philosophie, ist die Kontemplation, also der Rückzug oder die Versenkung in sich selbst, eine der wichtigsten Säulen der Persönlichkeitsentwicklung. Und das aus gutem Grund. Nichts wird so sehr in seiner heilenden, tiefen Wirkung unterschätzt wie die Erfahrung der Stille.

Ich selbst habe mir angewöhnt fast jeden Tag zumindest für einige Minuten, die Stille aufzusuchen. Wenn ich spüre, ich muss mir über etwas klarer werden oder die Tage sehr anstrengend sind und ich langsam den aufkommenden bohrenden, dunklen Stress spüre, nehme ich mir ein paar Minuten, um wieder etwas reiner zu werden.

Ich nutze, so gut ich kann, die ordnende und heilende Wirkung der Natur. Ich suche dann am liebsten den Wald auf, gehe dann zunächst ein Stück auf einem Weg hinein, um mich dann, abseits des Pfades, tiefer zwischen Ästen und Laub einen guten Platz zu suchen. Wenn es ein schöner Tag ist, genieße ich zur stillen Frische des Waldes noch die Sonnenstrahlen, die durch die Äste und Zweige auf den Boden fallen und alles noch verstärken. Ich atme einige Male tief ein und aus und schon nach sehr kurzer Zeit tritt die gleiche, immer wieder befreiende Wirkung ein, die so gut tut und in mir eine starke, positive Veränderung bewirkt! Ich werde schon nach kurzer Zeit immer klarer, nicht nur in meinen Gedanken sondern besonders in meinen Gefühlen, ganz gleich worum es geht.



Buch jetzt bestellen!
Versandkostenfrei!

Interesse geweckt?

Dieses Buch möchte zur Inspiration und Motivation andregen, sich der Stille wieder zuzuwenden und die wohltuende Kraft neu zu erleben.

Dirk Fischer

Stille

Wissen sie noch was das ist?

44 Seiten, mit vielen farb. Abb., Gebunden, **14,90€**
ISBN 978-3-906873-03-9