

Leseprobe



Gönn dir Zeit für deine Seele

Gute Gedanken für dich

32 Seiten, 16 x 19 cm, gebunden,
durchgehend farbig gestaltet

ISBN 9783746240497

Mehr Informationen finden Sie unter st-benno.de

Alle Rechte vorbehalten. Die Verwendung von Text und Bildern, auch auszugsweise, ist ohne schriftliche Zustimmung des Verlags urheberrechtswidrig und strafbar. Dies gilt insbesondere für die Vervielfältigung, Übersetzung oder die Verwendung in elektronischen Systemen.

© St. Benno-Verlag GmbH, Leipzig 2014

Gott finden

*Pausen der Stille in meinem Leben,
ich brauche sie.
Sie helfen mir,
Kräfte zu sammeln,
mich auf das Wesentliche zu besinnen,
zu mir selbst zu finden und –
Gott zu finden.*

Anselm von Canterbury



Empfehlung

Wenn du ausgebrannt bist, dann handle wie folgt:

Nimm ein warmes Bad!

Schlafe ausgiebig!

Führe ein gutes Gespräch mit einem Freund!

Denk nach!

Dann sieht die Welt schon anders aus.

Thomas von Aquin



Gönn dir Zeit
für deine Seele



benno

Erleichterung

Jede beliebige Stunde des Tages gewährt dir doch die Möglichkeit, dich in dich selbst zurückzuziehen! Nirgendwo sonst gibt es einen ruhigeren Ort, an den sich ein Mensch flüchten könnte, als die eigene Seele, besonders für jenen, der in sich die Werte bewahrt, deren Schau ihm sofort Erleichterung schenkt.

Marc Aurel



Achte gut auf diesen Tag

Achte gut auf diesen Tag,
denn er ist das Leben
– das Leben allen Lebens.
In seinem kurzen Ablauf liegt
alle Wirklichkeit und Wahrheit des Daseins,
die Wonne des Wachsens,
die Herrlichkeit der Kraft.
Denn das Gestern ist nichts als ein Traum
und das Morgen nur eine Vision.
Das Heute jedoch – recht gelebt –
macht jedes Gestern zu einem Traum
voller Glück
und das Morgen zu einer Vision voller Hoffnung.
Darum achte gut auf diesen Tag.

Aus dem Sanskrit



Zurückziehen

Die Vögel haben ihre Nester in den Bäumen und ziehen sich dorthin zurück, sooft sie es brauchen.

Die Hirsche haben ihre Gebüsche und Lager, wo sie ruhen und in der Hitze des Sommers kühlen Schatten genießen.

Ebenso müssen auch wir jeden Tag einen Ort besitzen, an den wir uns stets zurückziehen und an dem wir Erholung vom Drang der Geschäfte finden können.

Franz von Sales



Bibliografische Information der Deutschen Nationalbibliothek
Die Deutsche Nationalbibliothek verzeichnet diese Publikation
in der Deutschen Nationalbibliografie; detaillierte bibliografische
Daten sind im Internet über <http://dnb.d-nb.de> abrufbar.

Quellenverzeichnis

Fotos:

Cover: © eleana; Seite 2/3: © Dmytro Tolokonov; S. 4: © Natalia Merzlyakova; S. 6/7: © Elena Blokhina, drubig-photo; S. 8/9: © K.-U. Häßler, Vivian Seefeld; S. 10/11: © karandaev, momanuma; S. 12/13: © Natalia Merzlyakova, emmi; S. 14/15: © allegro, maglara; S. 16/17: © sushsh; S. 18/19: © anitasstudio, chamillem; S. 20/21: © Natalia Merzlyakova, monropic; S. 22/23: © thongsee, Delphimages; S. 24/25: © iceman3d, Sandra Cunningham; S. 26/27: © Andrea Haase, Team 5; S. 28/29: © PhotoSG, William Wang; , S. 30/31: © Natis.

Alle Fotos von Fotolia.com

Texte:

Seite 16/17: Gerhard Schöne, Ganz einfach © Alle Rechte beim Autor

Besuchen Sie uns im Internet:

www.st-benno.de

Gern informieren wir Sie unverbindlich und aktuell auch in unserem Newsletter zum Verlagsprogramm, zu Neuerscheinungen und Aktionen. Einfach anmelden unter www.st-benno.de.

ISBN 978-3-7462-4049-7

© St. Benno-Verlag GmbH, Leipzig
Zusammenstellung: Volker Bauch, Leipzig
Umschlag: Ulrike Vetter, Leipzig
Gesamtherstellung: Arnold & Domnick, Leipzig (A)

Segensgebet

Der Herr sei neben dir,
um dich zu bewahren vor den Gefahren dieses Lebens.
Der Herr sei unter dir,
um dich aufzufangen, wenn du fällst.
Der Herr sei in dir,
um dich zu trösten, wenn du traurig bist.
Der Herr sei um dich herum,
um dich zu schützen.
Der Herr sei über dir,
um dich zu segnen.
So segne dich der gütige Gott.

Altchristliches Segensgebet

