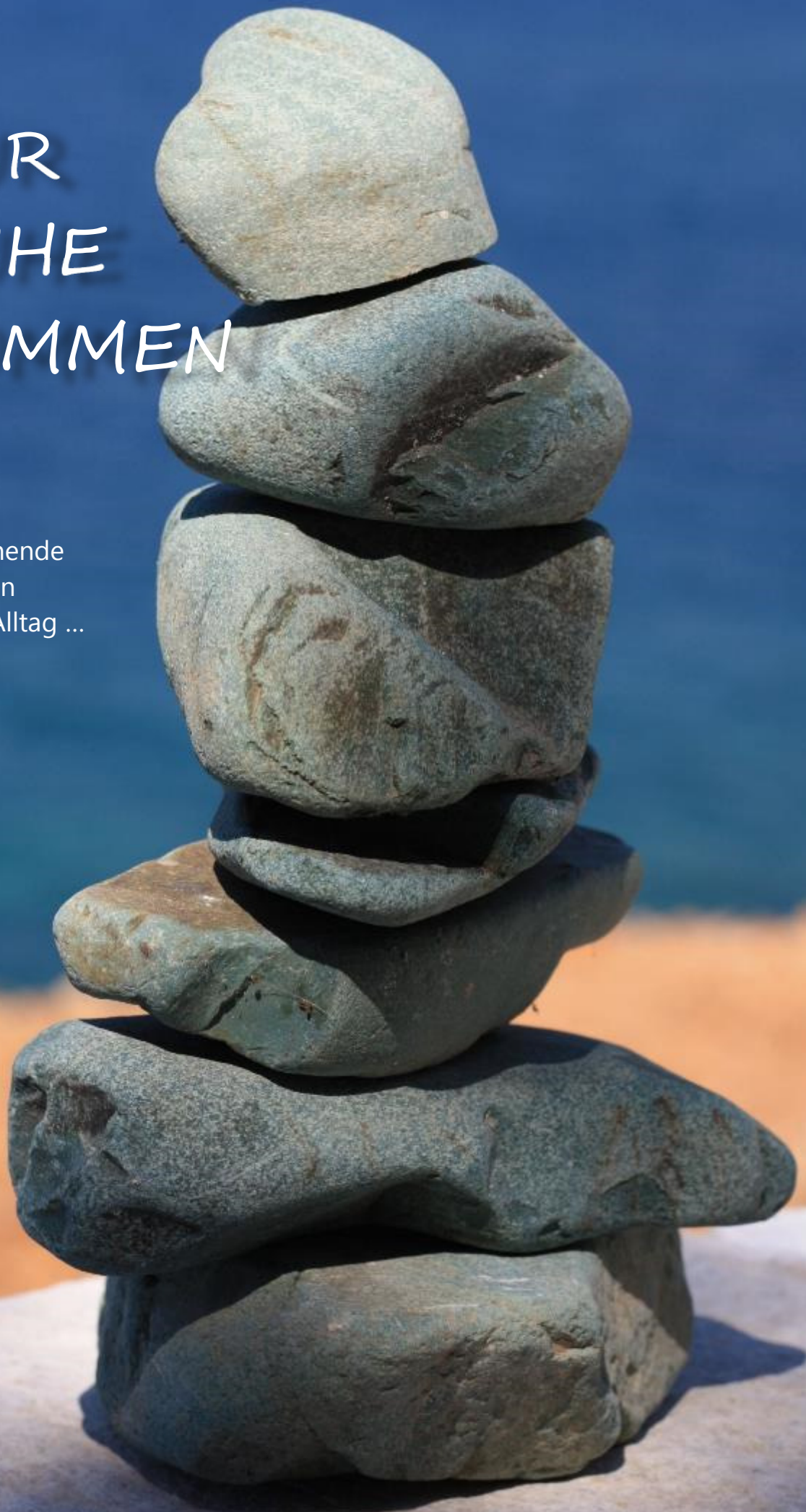


ZUR RUHE KOMMEN

Entspannende
Gedanken
für den Alltag ...





Die Stille ist das
Atemholen der Welt.
(Friedel-Marie Kuhlmann)



Menschen, die die Muße
und Ruhe nicht mehr
kennen, führen auch im
größeren Reichtum ein
armes Leben.

(unbekannt)



GEDULD

Ein Augenblick der Geduld kann vor großem Unheil bewahren,
ein Augenblick der Ungeduld ein ganzes Leben zerstören.

(Chinesische Weisheit)

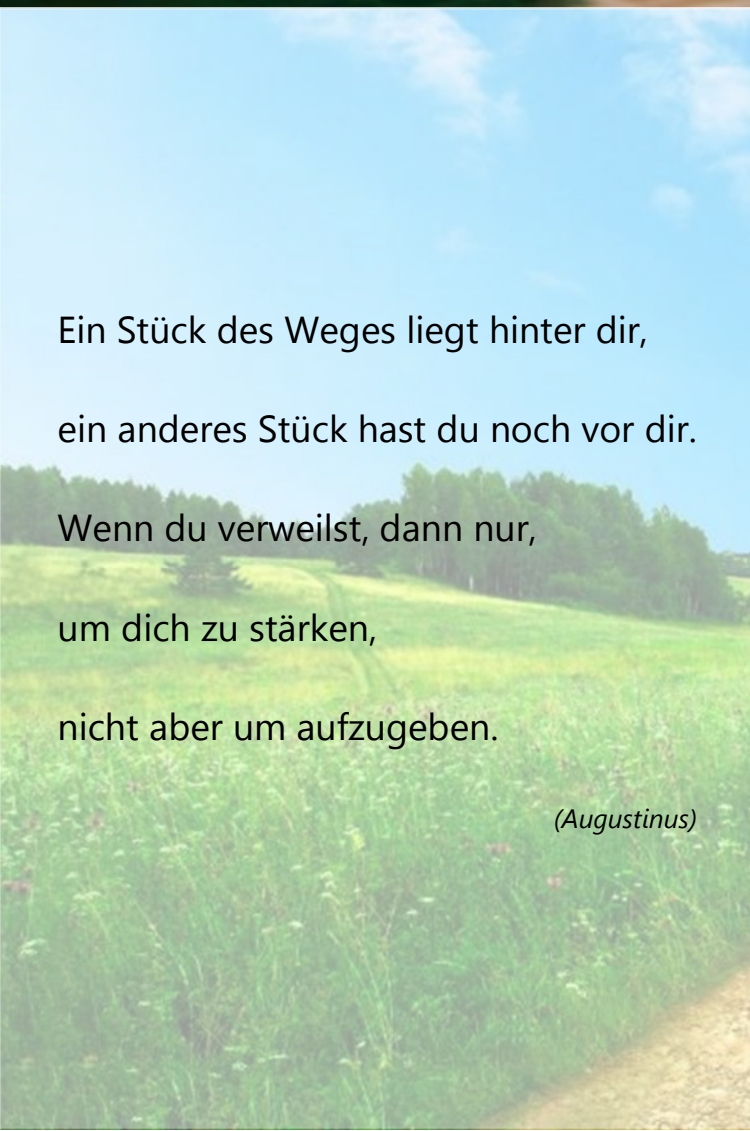
Statt zu sagen: Sitz nicht einfach nur da - tu
irgendetwas, sollten wir das Gegenteil fordern:
Tu nicht einfach irgendetwas - sitz nur da!"

(Thich Nhat Hanh)



Ein Stück des Weges liegt hinter dir,
ein anderes Stück hast du noch vor dir.
Wenn du verweilst, dann nur,
um dich zu stärken,
nicht aber um aufzugeben.

(Augustinus)



Nimm dir Zeit zum **Träumen**,
das ist der **Weg** zu den Sternen.

Nimm dir Zeit zum **Nachdenken**,
das ist die **Quelle** der Klarheit.

Nimm dir Zeit zum **Lachen**,
das ist die **Musik** der Seele.

Nimm dir Zeit zum **Leben**,
das ist der **Reichtum** des Lebens.

Nimm dir Zeit zum **Freundlichsein**,
das ist das **Tor** zum Glück.

(Unbekannt)





Stille und Ruhe
bringen die ganze
Welt ins rechte
Maß zurück

(Laotse)



Narren hasten - Kluge warten -
Weise gehen in den Garten.

(Rabindranath Tagore)



So wie nicht jeder **träumt**,
der schläft, so **schläft**
auch **nicht jeder**, der
träumt.

(Georg Christoph Lichtenberg)



UND ICH ERKANNTEN, DASS SIE DIE STILLE
NÖTIG HATTEN. DENN NUR IN DER STILLE
KANN DIE WAHRHEIT EINES JEDEN FRÜCHTE
ANSETZEN UND WURZELN SCHLAGEN.

(ANTOINE DE SAINT-EXUPÉRY)



Die moderne Zeit liefert uns
tausend Bequemlichkeiten,
aber keinen einzigen
warmen Platz für die Seele.

(August Pauly)



Ich glaube herausgefunden zu haben,
wofür die Woche gut ist: Nämlich,
um sich von den langweiligen
Sonntagen zu erholen.
(Mark Twain)



Natürlich kann ich jeden Abend und am Wochenende einen
Aktenkoffer mit nach Hause nehmen. Aber damit tue ich weder
mir noch dem Unternehmen einen Gefallen. Um etwas leisten zu
können, muss man entspannt und ausgeglichen sein.“
(Wolfgang Habel)



Ruhe ist eine Eigenschaft, die herangebildet
und nach und nach erworben werden kann,
aber die Schule der Ruhe bist immer du selbst.

(Prentice Mulford)



Ein Feld, das geruht hat, trägt herrlich Ernte.

(Ovid)

A photograph of a light-colored rope hammock hanging from palm fronds. A wide-brimmed straw hat with a black ribbon is resting inside the hammock. The background shows a clear blue sky and a calm blue ocean. The text is centered in the upper right portion of the image.

DIE KUNST DES AUSRUHENS
IST EIN TEIL DER KUNST
DES ARBEITENS.
(JOHN STEINBECK)

A person with dark skin, wearing a light brown ribbed sweater and blue jeans, is sitting on a concrete surface. They are barefoot and are weaving a basket using a dark red cord. Their hands are dark and weathered. The background is a plain, light-colored concrete floor.

*Tausend Meilen vom
nächsten Land entfernt
beginnt die Stille.
(Joseph Conrad)*

An abstract background featuring a deep blue sky with vibrant, diagonal streaks of orange and red, resembling a sunset or sunrise. The streaks are thick and textured, creating a sense of movement and depth.

*Die Trägen, die zu Hause liegen,
erquicket nicht das Morgenrot;
Sie wissen nur von Kinderwiegen,
von Sorgen, Last und Not um Brot.
(Joseph von Eichendorff)*

Sechs Stunden sind genug für die Arbeit.
Die anderen Stunden sagen zum Menschen: Lebe!

(Lukian)



RUHE SUCHE ICH NICHT,
ABER **STILLE.**

(RICHARD ROTHE)





Entspanne Dich!
Lass das Steuer los!
Trudle durch die Welt,
sie ist so schön.

(Kurt Tucholsky)



Ist die Seele ruhig, so wird auch
der Körper bald beruhigt.

(Novalis)

Bildnachweis

Dieter Schütz / pixelio.de.....	10	pixsti / pixelio.de.....	7
Heinz Müller / pixelio.de.....	12	Rainer Sturm / pixelio.de	8, 9
Lisa Spreckelmeyer / pixelio.de	3	sascha erbach / pixelio.de	10
Marianne J. / pixelio.de	12	twinlili / pixelio.de	1
mela-b / pixelio.de	2	Unbekannt-Karl-Heinz Laube / pixelio.de.	9
Petra Bork / pixelio.de.....	2, 13	Uwe Steinbrich / pixelio.de	5

Copyright & Lizenz

© 2013 Tom Glasauer – www.tomglasauer.de – Dieses Dokument wird unter folgender Creative Commons Lizenz veröffentlicht:



Sie dürfen das Werk bzw. den Inhalt vervielfältigen, verbreiten und öffentlich zugänglich machen, zu den folgenden Bedingungen:

- **Namensnennung** — Sie müssen den Namen des Autors/Rechteinhabers in der von ihm festgelegten Weise nennen.
- **Keine kommerzielle Nutzung** — Dieses Werk bzw. dieser Inhalt darf nicht für kommerzielle Zwecke verwendet werden.
- **Keine Bearbeitung** — Dieses Werk bzw. dieser Inhalt darf nicht bearbeitet, abgewandelt oder in anderer Weise verändert werden.

Details zur Lizenzvereinbarung: <http://creativecommons.org/licenses/by-nc-nd/3.0/de/>

Erklärung

Dieses eBook ist ein nichtkommerzielles, privates Projekt und dient nicht dem gewerblichen Verkauf von Produkten oder Dienstleistungen.

Für die Zitate-Sammlung wurde nach bestem Wissen recherchiert. Soweit bekannt, werden alle Autoren schriftlich unterhalb der Spruchausgabe genannt. Sollten doch einmal falsche oder fehlende Angaben auftauchen, so bitten wir um eine Nachricht. Ich werde diese Informationen dann selbstverständlich aktualisieren.

Für die Aktualität und Richtigkeit der Informationen kann trotz der umfangreichen Recherche keine Gewährleistung gegeben werden. Die Rechte der verwendeten Zitate selbst verbleiben beim Autor, sofern dieser noch nicht länger als 70 Jahre tot ist. Die hier nicht-kommerziell ausgestellten Zitate werden nicht verkauft oder anderweitig gewerblich genutzt, sondern lediglich hier unter Angabe des Autors zitiert.

Tom Glasauer ist in keiner Weise Autor oder Urheber der zitierten Texte und macht sich diese auch nicht zu Eigen.