

# benno

## Leseprobe



### **Man sieht nur mit dem Herzen gut**

Gedanken, die guttun

32 Seiten, 12 x 14 cm, gebunden, durchgehend farbig

**ISBN 9783746264684**

Mehr Informationen finden Sie unter [st-benno.de](http://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 2024



## Höre auf die Stille

Merk auf dieses feine,  
unaufhörliche Geräusch;  
es ist die Stille.

Horch auf das, was man hört,  
wenn man nichts vernimmt.

Paul Valery



Man *sieht* nur  
mit dem  
*Herzen* gut



GEDANKEN, DIE GUTTUN

**benno**

*Stets* achte ich die Gelassenheit  
für eines der höchsten Güter,  
welche der Mensch  
auf dieser Erde erringen kann;  
aber die Gelassenheit  
unter allen Umständen,

die Gelassenheit jedem Wesen  
und Dinge gegenüber,  
die Gelassenheit in jeder Lage,  
sei sie bequem oder unbequem,  
drohend oder lächelnd,  
gut oder böse.

Wilhelm Raabe



Wer gesammelt  
in der Tiefe lebt,  
der sieht auch  
die kleinen Dinge  
in großen  
Zusammenhängen.

Edith Stein

## Gönne dich dir selbst

Wenn also alle Menschen ein Recht auf dich haben, dann sei auch du selbst ein Mensch, der ein Recht auf sich selbst hat. Warum solltest einzig du selbst nichts von dir haben? Wie lange noch schenkst du allen anderen deine Aufmerksamkeit, nur nicht dir selber?

Ja, wer mit sich selbst schlecht umgeht, wem kann der gut sein?

Denk also daran: Gönne dich dir selbst. Ich sag nicht: Tu das immer, ich sage nicht: Tu das oft, aber ich sage: Tu es immer wieder einmal.

Sei wie für alle anderen auch für dich selbst da, oder jedenfalls sei es nach allen anderen.

Bernhard von Clairvaux



## Schenke

dir einen Moment Stille

Stille ist das Zwiegespräch einer bewussten Seele mit sich selbst. Wird sie ihrer eigenen Unendlichkeit gewahr, entsteht in diesem Moment Stille. Alle Menschen können sie zu jeder Zeit und an jedem Ort vernehmen, und sofern wir es wollen, können wir ihrem Ruf jeden Augenblick lauschen.

Henry David Thoreau



## Lass auch einmal die Seele baumeln

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

