



Haltestille vom 2. Mai 2024

Einleitung zur Stille

Sei still
und aus der Stille wird Weisheit zu dir kommen
Sei still
und die Stille wird dich in die Ganzheit deines Menschenseins
führen
Sei still
und du wirst erfahren, wer du bist
und wer all die andern um dich herum sind
darum
sei still
und die Stille wird als Weisheit
zu dir kommen
sei still
sei

Kraftwort: «Die zwei Wölfe in unseren Herzen»

Eine indianische Weisheitsgeschichte, die bereits seit Jahrhunderten erzählt wird (Verfasser unbekannt):

Eines Abends sitzt ein alter Cherokee-Indianer mit seinem Sohn am Lagerfeuer. Schweigend betrachten sie die züngelnden Flammen, als der alte Indianer plötzlich das Wort ergreift: „Weisst du, mein Sohn, wir Menschen tragen zwei Wölfe in unseren Herzen. Wir alle. Und zwischen diesen zwei Wölfen tobt ein Kampf...“

Haltestille Bahnhofstrasse

Donnerstags
12.15 bis 12.35 Uhr:
Musik / Stille / Wort
anschliessend
Gesprächsmöglichkeit

Ein Angebot der
christkatholischen,
reformierten und
römisch-katholischen Kirche
in Zürich

Lars Simpson
Cornelia Carmichel
Thomas Münch
www.haltestille.ch



Er hebt den Kopf, sein Blick schweift in die Ferne. Erwartungsvoll schaut der Junge seinen Vater an: „Erzähl weiter, Papa.“

„Nun ja, mein Sohn: Der eine Wolf ist schwarz. Er verkörpert die Schattenseiten des Lebens: Neid und Hass, Missgunst und Gier, Lügen und Schuld, Krankheit und Schmerz.

Der andere Wolf ist weiss. Er steht für alles Gute im Leben: Für Liebe und Zuneigung, Friede und Hoffnung, Dankbarkeit und Güte, für Tugend, Glaube und Mitgefühl. Seit Menschengedenken wüten diese zwei Wölfe in unseren Herzen...”

Der Blick des alten Cherokee gleitet wieder in die Ferne. Sein Sohn ist nachdenklich geworden. Nach einer Weile fragt er seinen Vater: „Papa, welcher Wolf gewinnt? Der schwarze Wolf – oder der weisse Wolf?“

Der Vater wendet ihm bedächtig den Kopf zu. In seinen tiefschwarzen Augen funkeln die Sterne, und er schmunzelt: „Mein Sohn, es ist ganz leicht: Den, den du fütterst.“

Was soll uns die Geschichte der zwei Wölfe sagen?

Mein Freund, es ist ganz leicht: Fütterst du dich selbst mit negativen Gedanken, Neid, Hass und Selbstmitleid? Oder füllst du dein Leben mit Liebe, Freude und Dankbarkeit? DU setzt den Fokus. DU bestimmst, wie du durchs Leben gehst.

Denn DEINE Gedanken können dein Leben beeinflussen:

Negativität zieht Negatives. Es ergibt sich eine Abwärtsspirale.

Positivität zieht Positives an. Es ergibt sich eine Aufwärtsspirale.

Schauen wir gut zu unseren inneren Wölfen.

Haltestille Bahnhofstrasse

Donnerstags
12.15 bis 12.35 Uhr:
Musik / Stille / Wort
anschliessend
Gesprächsmöglichkeit

Ein Angebot der
christkatholischen,
reformierten und
römisch-katholischen Kirche
in Zürich

Lars Simpson
Cornelia Carmichel
Thomas Münch
www.haltestille.ch