



## Haltestille vom 15. Mai 2025

### Einleitung zur Stille

*Haltestille vom 15. Mai 2024*

*Augustinerkirche*

*Im stillen Wald, wo Bäume steh'n,  
Die Wurzeln tief, die Äste weit,  
Ein Ort der Kraft, der Ewigkeit.*

*Die Äste singen leise Lieder,  
Ein sanfter Wind, der Frieden bringt,  
In diesem still mein Herz erklingt.*

*Der Wald, mein Freund, mein Hort,  
In der Stille, wo das Herz verweilt,  
Wird jeder Augenblick zum Traum, der heilt.*

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](http://www.haltestille.ch)



## Geschichte: Anna und der Baum

*Am Rande eines stillen Waldes stand ein alter, weiser Baum, dessen Wurzeln tief in die Erde reichten und dessen Äste hoch in den Himmel wuchsen. Anna, eine junge Frau, die unter dem Gewicht des modernen Lebens zu zerbrechen drohte, fand Zuflucht in seinem Schatten. Sie kam zu dem Baum, wenn ihr die Sorgen überhandnahmen und das ständige Rauschen der Welt ihr keine Ruhe ließ.*

*Eines Tages, als die Last besonders schwer auf ihren Schultern lastete, lehnte sie sich gegen den Baum und hörte zu. Sie hörte, wie der Wind sanft durch die Blätter streifte, wie die Vögel ihre Lieder sangen und wie die Welt um sie herum einen Rhythmus hatte, der beruhigend und konstant war. In diesem Moment fühlte Anna etwas in sich aufblühen, eine Ruhe, die sie lange nicht gespürt hatte.*

*Der Baum zeigte ihr, dass im Standhalten und im Loslassen eine Stärke liegt, die tief verwurzelt ist in der Akzeptanz des gegenwärtigen Moments. Der Baum flüsterte ihr zu, dass die Antwort auf ihre Unruhe nicht darin lag, dem Lärm der Welt zu entkommen, sondern zu lernen, in Harmonie mit ihm zu leben.*

*Anna begann, regelmäßig den Baum zu besuchen, und mit jeder Begegnung wuchs ihre Fähigkeit, die Schönheit des Jetzt zu erkennen und zu schätzen. Sie lernte, wie der Baum zu sein: stark und anmutig, fest verwurzelt in der Gegenwart.*

*Der weise Baum wurde Annas Lehrer in der Kunst der Achtsamkeit, ein ständiges Symbol dafür, dass Frieden und Klarheit in der Stille der Natur gefunden werden können, und dass jede Antwort, die wir suchen, bereits in uns liegt, warten darauf, im stillen Beobachten des Lebens entdeckt zu werden.*

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](http://www.haltestille.ch)