

Zitate von Eckhart Tolle:

„Viele Menschen sind so in ihrem Verstand gefangen, dass die Schönheit der Natur für sie nicht wirklich existiert. Sie sagen wohl: ‚Was für eine schöne Blume‘, aber das ist nur ein mechanisches, gedankliches Benennen. Weil sie nicht still, nicht gegenwärtig sind.“

„Stell dir die Welt ohne menschliches Leben vor, nur von Pflanzen und Tieren bewohnt. Würde es immer noch Vergangenheit und Zukunft geben? Könnten wir immer noch sinnvoll von Zeit reden? Die Fragen ‚Wie viel Uhr ist es?‘ oder ‚Welches Datum ist heute?‘ wären ziemlich bedeutungslos – falls es überhaupt jemand gäbe, der diese Fragen stellt. Die Eiche oder der Adler wären verwirrt durch solche Fragen. ‚Zeit?‘ würden sie fragen. ‚Was für eine Zeit? Es ist doch Jetzt. Die Zeit ist jetzt. Was sonst?‘“

„Auf die Stille zu hören, wo immer du bist, ist ein leichter und direkter Weg, um in die Gegenwärtigkeit zu kommen. Selbst hinter allem Lärm und zwischen allen Geräuschen findest du immer die Stille. Ihr zu lauschen erschafft sofort Stille in dir. Nur die Stille in dir kann die äußere Stille wahrnehmen. Und was ist Stille anderes als Gegenwärtigkeit, Bewusstsein befreit von Gedankenformen?“

„Aufmerksamkeit ist wie ein Lichtstrahl – die konzentrierte Kraft deines Bewusstseins, das alles in sich selbst umwandelt.“