

Mich der Stille anvertrauen

*Wo läufst du hin? -
Es ist alles schon da!*

Ein Buch zu Erfahrungen aus der Stille-Meditation

*Kurze, frische Texte,
konkret auf den Punkt gebracht.*

*Eine Einladung zur **Selbstreflexion**.*

***Unverbrauchte Sprache für die tiefe menschliche
Sehnsucht nach Verbundenheit.***

***Die regelmässige Meditation schärft und weitet die
Sinne. Das spürt man in den Texten. Sie faszinieren mit
differenzierten Wahrnehmungen und frische Sprache für
das überraschend Einfache in folgenden Kapiteln:***

- *Stillen* Die Stille nährt und stellt zugleich infrage
- *Zuneigung* Gelingen und Scheitern von Beziehungen
- *Moment mal* Beobachtungen, kurz und knapp
- *Der Sterne Leuchten* Das Erahnte manifestiert sich in der Natur
- *In Deinem Licht* Variantenreiche Begegnungen mit dem Unsagbaren

Autorin

Silvia Spycher, geboren 1963, ist im Appenzellerland aufgewachsen und wandte nach der Matur ihre Sprachbegabung im internationalen Umfeld an. Sie wohnt in Uzwil und praktiziert die Kontemplation, die Stille-Meditation, seit 2008. Als Kontemplationslehrerin leitet sie verschiedene Gruppen in St. Gallen, Uzwil und Wislikofen, wo sie Menschen begleitet.



Silvia Spycher
Mich der Stille anvertrauen
spurus, 188 Seiten, Fr. 32.00
ISBN 978-3-033-10040-4
Softcover in Fadenheftung
12,5 x 19 cm
Ab August 2023

zu beziehen im Buchhandel
oder direkt bei der Autorin.