



2025 , 160 Seiten, 12.5 x 20.0 cm, Paperback mit
Abbildungen
ISBN 978-3-290-18689-0
CHF 0.00 - ca. EUR 19,80
Erscheint im März 2025

DEMNÄCHST

Lernt von den Blumen!

Atmen, wahrnehmen, staunen. Achtsamkeit und Spiritualität in der Natur

- **Individuelle spirituelle Erfahrungen in der Natur**
- **Achtsamkeit**
- **Praktische Anleitungen und Reflexionen**
- **Entschleunigen in der Natur**

Schilf, Blumen, Bäume, Pilze, Tiere und Menschen. Alles ein grosses Geflecht von Beziehungen – und wir Menschen mittendrin. Macht man sich in dieser umfassenden Grundhaltung auf den Weg durch die Natur, durch die Schöpfung, lässt sich viel erleben. «Lernt von den Blumen!» leitet an, wie man staunen, Blüten beobachten, Blätter befühlen, Erde ertasten und dem Wind zuhören kann.

Dirk Woltmann ist schon sein Leben lang unterwegs in der Natur. Er gibt konkrete Tipps und hilfreiche Kniffs, die immer genug Raum für alle lassen. Biblische Texte und Traditionen bietet er als Deutungshorizont und Poesie an. Er schlägt einen Weg vor, der einem inneren Rhythmus folgt und immer über die gleichen Stationen führt: vom Innehalten zum Wahrnehmen, vom Wahrnehmen zum Staunen, vom Staunen zum Mehr-wissen-Wollen – und schliesslich zur vertieften Liebe zur Natur und Schöpfung, in die alles eingebunden ist. Ein Buch voller Poesie, das Lust macht, sich in ungeschnittenes Gras zu legen.