



Die Blumen des Anderen wässern: Vier Schritte zur friedlichen Kommunikation

Chan Khong

 **Download**

 **Online Lesen**

Die Blumen des Anderen wässern: Vier Schritte zur friedlichen Kommunikation Chan Khong

 **Download** [Die Blumen des Anderen wässern: Vier Schritte zur friedlichen Kommunikation Chan Khong.pdf](#)

 **Read Online** [Die Blumen des Anderen wässern: Vier Schritte zur friedlichen Kommunikation Chan Khong.pdf](#)

Die Blumen des Anderen wässern: Vier Schritte zur friedlichen Kommunikation

Chan Khong

Die Blumen des Anderen wässern: Vier Schritte zur friedlichen Kommunikation Chan Khong

Downloaden und kostenlos lesen Die Blumen des Anderen wässern: Vier Schritte zur friedlichen Kommunikation Chan Khong

160 Seiten

Kurzbeschreibung

Missverständnisse ausräumen, umsichtig miteinander sprechen und Versöhnung ermöglichen: Sister Chan Khong, langjährige Beraterin, Lehrerin und Nonne in der Tradition von Thich Nhat Hanh, zeigt, wie man Beziehungen heilt. Dazu sind nur vier Schritte nötig: die Blumen des Anderen wässern, Bedauern ausdrücken, nachfragen, ob alles in Ordnung ist und Wut oder Kränkungen ansprechen. Wer möchte, kann die Praxis mit einer Umarmungsmeditation beenden.

Das in Plum Village entwickelte Konzept des Neubeginns ist nicht nur in Paarbeziehungen hilfreich, sondern funktioniert auch für Eltern, Freunde, Geschwister oder Arbeitskollegen und führt zu einem besseren Verständnis und mehr Harmonie in jeder Beziehung. Auch bereits bestehende Verletzungen durch gedankenlose Worte können damit aufgelöst werden. Klappentext

„Die Übung der Kunst des achtsamen Zusammenlebens hilft uns (...). So können wir sehen und akzeptieren, dass es sowohl in uns als auch im Anderen ebenso Blumen wie auch Kompost gibt. Unsere Aufgabe ist es, die Blumen der Anderen zu wässern und nicht, ihnen noch mehr Abfall aufzubürden.“ (Thich Nhat Hanh)

Die Praxis des Neubeginns gab es bereits zur Zeit des Buddha und wird in Plum Village regelmäßig praktiziert. Sie ist eine konkrete Praxis in vier Schritten, mit der wir Missverständnisse klären, Beziehungen heilen und uns mit anderen Menschen versöhnen können. Sister Chan Khong beschreibt verständlich und anschaulich, wie wir gut miteinander kommunizieren: Denn sprechen wir achtsam, verletzen wir unser Gegenüber nicht durch unbedacht geäußerte Worte. Um Missverständnissen vorzubeugen, sollten wir regelmäßig nachfragen, nach welchen Motiven der Andere handelt und wie seine Äußerungen gemeint waren.

Konkrete Anleitungen verdeutlichen die einzelnen Schritte. Viele Beispielgeschichten zeigen, wie sich der Neubeginn im Alltag anwenden lässt und wie Paare, aber auch ganze Familien, Arbeitsverhältnisse oder Freundschaften dadurch verbessert werden. Indem wir uns gegenseitig lieben und dabei die Kunst erlernen, einen Menschen glücklich zu machen, lernen wir, der ganzen Menschheit und allen Lebewesen unsere Liebe zu schenken. Über den Autor und weitere Mitwirkende

Sister Chan Khong wurde 1938 in Vietnam geboren. Mit 21 Jahren trat sie der Gemeinschaft um Zen-Meister Thich Nhat Hanh bei, reiste mit ihm durch die Welt, engagiert sich für soziale Belange und hält Vorträge. Sie ist Mitbegründerin von Plum Village, dem spirituellen Zentrum, in dem die Gemeinschaft um Thich Nhat Hanh lebt, und mittlerweile dessen langjährige Weggefährtin. Sie lebt in Plum Village, Frankreich.

Download and Read Online Die Blumen des Anderen wässern: Vier Schritte zur friedlichen Kommunikation Chan Khong #ROPN6H1D43M

Lesen Sie Die Blumen des Anderen wässern: Vier Schritte zur friedlichen Kommunikation von Chan Khong für online ebook Die Blumen des Anderen wässern: Vier Schritte zur friedlichen Kommunikation von Chan Khong Kostenlose PDF d0wnl0ad, Hörbücher, Bücher zu lesen, gute Bücher zu lesen, billige Bücher, gute Bücher, Online-Bücher, Bücher online, Buchbesprechungen epub, Bücher lesen online, Bücher online zu lesen, Online-Bibliothek, greatbooks zu lesen, PDF Beste Bücher zu lesen, Top-Bücher zu lesen Die Blumen des Anderen wässern: Vier Schritte zur friedlichen Kommunikation von Chan Khong Bücher online zu lesen. Online Die Blumen des Anderen wässern: Vier Schritte zur friedlichen Kommunikation von Chan Khong ebook PDF herunterladen Die Blumen des Anderen wässern: Vier Schritte zur friedlichen Kommunikation von Chan Khong Doc Die Blumen des Anderen wässern: Vier Schritte zur friedlichen Kommunikation von Chan Khong Mobipocket Die Blumen des Anderen wässern: Vier Schritte zur friedlichen Kommunikation von Chan Khong EPub