Meditation, bitte deaktiviere Mikrofon und Kamera.



Am Ende der Meditation ertönt ein Klang durch den Kursleiter.



MEDITATIONSTEXT

IN DER STILLE

Manchmal, wenn ich in die Stille gehe, dann höre ich in mich hinein und begegne tausend Fragen.

Das, was ist, das, was nicht ist, das, was sein könnte, es überwältigt mich.

Ich suche, um zu finden, meinen Kern, meine Begabung, meinen Auftrag, diese stille Formel, nach der sich alles erschließt.

Es gibt so viel zu tun. Ich atme. Es atmet mich. Ein - und aus.

Und ich spüre, es geht nicht darum, was ich will, sondern ob ich mir erlaube, zu sein, gewollt zu sein. Jetzt muss ich nichts müssen. Es ist gut. Ich genüge.

Ich folge den Wellen meines Atems, dem Strom des Lebens, der durch mich fließt, atme ein, atme aus und spüre, ich bin ein Teil von allem. Ich bin wertvoll. Ich komme an, in der Mitte, in der Stille, bei Gott, bei mir.

© Beate Hofmann www.beatehofmann.de

Wertebewusste Entwicklung für Menschen und Organisationen.



Herzlich willkommen

ZU UNSEREM IMPULS RICHTUNGSWECHSEL - DEM WANDEL TRAUEN MIT BEATE HOFMANN AM 16.03.2021



DEM LEBEN RICHTUNG GEBEN



RICHTUNGSWECHSEL

"So ging er also fort, bewusst unwissend, und - weil er weise war - ohne Gelehrsamkeit."

Papst Gregor d. Große, 540 - 604

AUSRICHTUNG FINDEN



PERSÖNLICHE REFLEXION



DIE RICHTUNG FINDEN



RICHTUNGSWECHSEL IM LABYRINTH



WAS WIR FÜR DEN WANDEL BRAUCHEN...

HOFFEND LEBEN

Wir haben Hoffnung für unsere Zukunft.

Nicht weil es uns immer gut gehen wird, sondern weil wir uns entschieden haben, das Gute zu sehen und dankbar anzunehmen.

Wir wissen nicht, was das Morgen bringt an Sorgen, Trauer, Enttäuschung oder Verlusten. Doch wir wissen, dass auch das Leben ist. Und dass die Kraft in uns gelegt ist, die Welt um uns zu verändern, indem wir die Welt in uns verändern.

Wir haben Hoffnung, dass es genügt, einen Schritt nach dem anderen zu gehen im Vertrauen, dass es eine Weisheit gibt, die das Ganze sieht. wo wir nur Bruchteile ahnen und uns sehnen nach dem Sinn.

Wir haben Hoffnung und wir laden euch ein, diese Hoffnung zu teilen indem wir uns entscheiden: zu vertrauen, zu glauben, zu lieben, zu leben.

© Beate und Olaf Hofmann www.hopeandsoul.com

LABYRINTH ALS SYMBOL DES LEBENS



"Das Labyrinth gleicht der Landkarte unserer Seele. Wer es betritt, macht sich auf den Weg zu sich selbst.

Diese Reise führt direkt in das
Zentrum unserer eigenen Kraft und
Weisheit."

Gernot Candolini

AUSRICHTUNG FINDEN





Leben ist nicht geradlinig.
Umbrüche und Veränderungen kommen meist ungewollt.

Lebenskraft

zeigt sich darin,
wie wir mit den
Wandlungen in
unserem Leben
umgehen.

VERTRAUEND DRAN BLEIBEN

Die große Aufgabe, die ein Labyrinth uns mitgibt, es es, dem eignen Weg zu trauen, sich weiter zu wagen und beharrlich Schritt für Schritt zu gehen, selbst dann, wenn das Ziel in weiter Ferne liegt.

Frage dich selbst und dann teile deine Erfahrung mit der Gruppe:

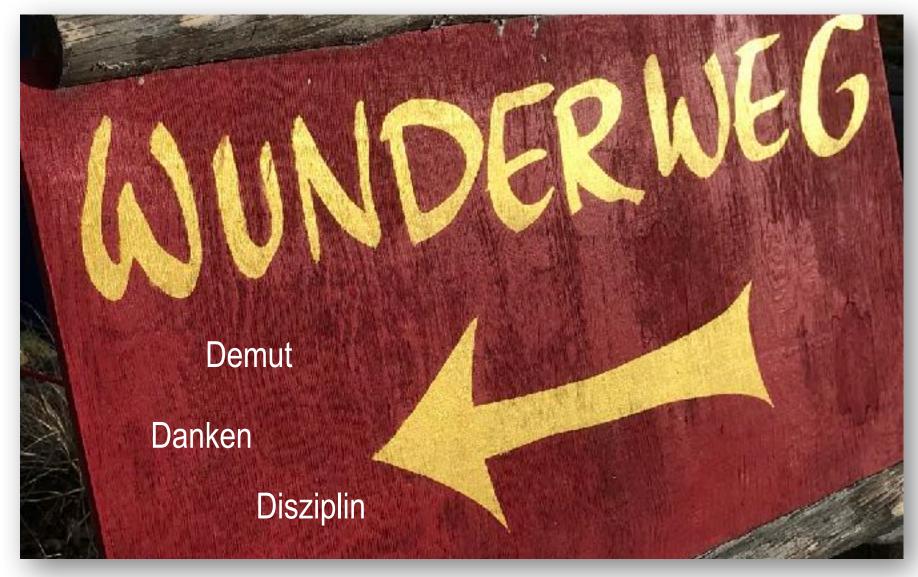
- Wo bin ich bewusst an einem Projekt, einer Vision, einer Person dran geblieben und bin vertrauend durch Wandlungen hindurch weiter gegangen?
- Welche Erkenntnis, welche Erfahrung hat sich dadurch eingestellt?
- Welche davon möchte ich mit anderen teilen?

INNERE FREIHEIT FINDEN - DEN WANDEL BEJAHEN

"Wir dürfen uns nicht das Verschwinden unserer Schwierigkeiten wünschen, sondern die Gnade, sie zu wandeln."

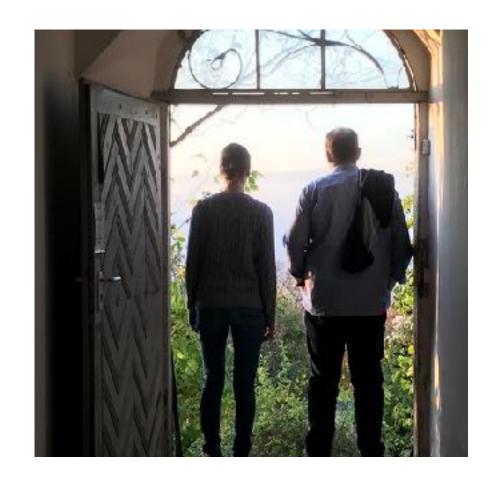
Simone Weil

SOWOHL ALS AUCH - DER SPIRITUELLE WEG



DEMUT - DER MUT, ZU DIENEN

- Mit welchen Begabungen kann ich dem Nächsten zum Segen werden?
- "Ja, und" statt "ja, aber" nutzen.
- Achtsam hören und anderen damit Aufmerksamkeit schenken.
- Ein guter Selbstwert ermöglicht es, andere wert zu schätzen.



DANKBARKEIT - DIE KRAFT, DIE LEBEN WANDELT

- Dankbarkeit ist eine positive Emotion, die alles wandeln kann, wenn sie ausgedrückt wird.
- Beste Frage: "Womit nährt mich das jetzt?
- "Das Einüben der Dankbarkeit führt vom einfachen Ausgangspunkt der alltäglichen Überraschungen bis zu diesen über uns hinausreichenden Höhen" Benediktiner Br. David Steindl-Rast



DISZIPLIN - DIE KUNST SICH SELBST ZU FÜHREN

- Verantwortung übernehmen für das, was ich tue und was ich lasse.
- Gute Rituale einüben und im Alltag praktizieren.
- Verbindlich sein, Zusagen halten und damit Vertrauen schaffen.







Menschen in beruflicher Verantwortung entfalten mit uns ihr Potenzial und stärken ihre Leistungsfähigkeit. Sie erleben in Kursen und Unternehmensangeboten, wie Kompetenz, Struktur, Haltung und Verhalten auf einzigartige Weise zusammenwirken. Wir verbinden gutes Wirtschaften mit gelebter Spiritualität und fördern so Leben und Erfolg von Menschen und Organisationen.



TEAM BENEDIKT

Ebracher Gasse 6 - 8 97070 Würzburg

Tel.: 09 31 - 30 44 59 00 Fax: 09 31 - 30 44 59 40 info@teambenedikt.de www.teambenedikt.de

TEAM BENEDIKT innovativ benediktinisch.