

Meditation, bitte deaktiviere Mikrofon und Kamera.



Am Ende der Meditation ertönt ein Klang durch den Kursleiter.



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



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

Papst Gregor d. Große, 540 - 604

AUSRICHTUNG FINDEN



PERSÖNLICHE REFLEXION

Nimm Dir bitte einige Minuten Zeit, um die Fragen für Dich zu beantworten.

Vom Weg des Wissens
zum Weg der Erfahrung...

Wo habe ich in meinem Leben bewusst
die Richtung gewechselt?

Was hat mich dabei geleitet?
(Intuition, Glaube, Sinne, Ratgeber, Freunde...)

Welche Erfahrung nehme ich daraus mit?

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 eigenen 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?

„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.



Den Tag
und
das Leben
segnen.





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.