

Wertebewusste Entwicklung für Menschen und Organisationen.



Herzlich willkommen

ZU UNSEREM IMPULS  
AUFEINANDER HÖREN, DAMIT GEMEINSCHAFT GELINGT  
MIT STEPHAN RÖDER AM 26.01.2021



## Ablauf unseres benediktinischen Impulses heute:

- Meditation
- Gedanken zum Hören, Gehören, Gehorsam, aus Literatur und Benediktsregel
- Assoziationsübung mit Übung (Papier und Stift ist hilfreich)
- Austausch in kleinen Gruppen
- Kurze Zusammenfassung aus den Gruppen im Plenum
- Ergänzende praktische Hinweise
- Abendritual

**Meditation, bitte deaktiviere Mikrofon und Kamera.**



**Am Ende der Meditation ertönt ein Klang durch den Kursleiter.**



# AUFEINANDER HÖREN, DAMIT GEMEINSCHAFT GELINGT



## Zuhören als Gabe und Aufgabe

Was die kleine Momo konnte wie kein anderer, das war: Zuhören. Das ist doch nichts Besonderes, wird nun vielleicht mancher Leser sagen, zuhören kann doch jeder.

Aber das ist ein Irrtum. Wirklich zuhören können nur ganz wenige Menschen. Momo konnte so zuhören, dass dummen Leuten plötzlich sehr gescheite Gedanken kamen. Nicht etwa, weil sie etwas sagte oder fragte, das den anderen auf solche Gedanken brachte, nein, sie saß nur da und hörte einfach zu, mit aller Aufmerksamkeit und aller Anteilnahme. Sie konnte so zuhören, dass ratlose oder unentschlossene Leute auf einmal ganz genau wussten, was sie wollten. Oder dass Schüchterne sich plötzlich frei und mutig fühlten. Oder dass Unglückliche und Bedrückte zuversichtlich und froh wurden.

Aus: Michael Ende, Momo

## Zuhören können – eine seltene Gabe, weil ...

Nur wenige Menschen können zuhören. Ihre gehetzte Eile zieht sie aus dem Gespräch heraus, oder sie versuchen innerlich, die Situation zu verbessern, oder sie überlegen sich ihren Auftritt für den Moment, in dem man selber die Klappe hält, damit sie sich nun ihrerseits in Szene setzen können.

Mit dem Mann vor mir war das anders. Wenn ich rede, hört er unzerstreut zu, was ich sage, und nichts sonst.

Aus: Peter Hoeg, Fräulein Smillas Gespür für Schnee

# AUFEINANDER HÖREN, DAMIT GEMEINSCHAFT GELINGT

Voraussetzungen, damit Zuhören gelingt:

**Wir hören einander zu, weil wir uns etwas zu sagen haben.**

Wir wissen, was wir können. Lernen können wir zuerst vom anderen - daher nehmen wir unsere Vorgesetzten, Kolleginnen und Kollegen, Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter als Menschen und Fachleute ernst und hören ihnen zu.

Aus einem Unternehmensleitbild

# AUFEINANDER HÖREN, DAMIT GEMEINSCHAFT GELINGT

Alt und gut 😊

Audiatur et altera pars: Auch der andere Teil muss gehört werden (bevor ein Urteil gefällt werden darf).

Römischer Rechtsgrundsatz

Dialog als Haltung und Methode zum Erkenntnisgewinn

Dia: Zwischen(-raum)

Logos: Wort, schöpferische Idee, Geist(-esblitz) Einsicht

Im Infragestellen „sicheren“ Wissens und im aufeinander Hören entsteht ein Raum, in dem eine neue Einsicht/Idee sich zeigen kann.

Griechische Lehrmethode



## Aus der Regel des heiligen Benedikt

„Höre, mein Sohn, ... neige das Ohr deines Herzens, ...“  
Hören wir mit aufgeschrecktem Ohr ...“ RB Prolog 1, 9, ff

Er (der Abt) soll den Rat der Brüder anhören, dann mit sich selbst zu Rate gehen.“ RB 3, 2

„Die Jünger müssen ihn (den Gehorsam) mit fröhlichem Herzen leisten, denn Gott liebt einen fröhlichen Geber.“ RB 5, 16

„Das Gut des Gehorsams sollen alle nicht nur dem Abt erweisen. Die Brüder müssen ebenso einander gehorchen.“ RB 71, 1.

## Hören, Ge-hören, Ge-horsam

- ❖ Echtes Hören beschreibt die Fähigkeit, ganz beim anderen zu sein, mich mit ihm zu verbinden
- ❖ Menschen, die Zusammengehören erkennt man daran, dass sie aufeinander hören. Denn Zugehörigkeit entsteht durch zuhören.
- ❖ Gehorsam ist die Bereitschaft, mich mit dem, auf den ich höre, so zu verbinden, dass daraus eine verbindliche Beziehung wird, auf die sich der oder die andere verlassen können.

# AUFEINANDER HÖREN, DAMIT GEMEINSCHAFT GELINGT

Nimm Dir Zeit für Dich:

- Beginne eine Assoziationskette:  
schreibe das Wort „hören“ mehrmals hintereinander auf,  
solange, bis Dir ein anderes Wort dazu einfällt.  
Dann schreibe dieses auf. Lass Dich von Deinen Gedanken und  
Erinnerungen führen, zu Situationen, in denen hören, gehören,  
Gehorsam eine Rolle gespielt hat, egal welche.
- Achte dabei auch auf Deine Gefühle.
- Du hast jetzt 5 Minuten Zeit für Dich

## Gruppenarbeit 10 Minuten

Tauscht Euch über Eure Gedanken / Erfahrungen aus:

- Welche guten aber auch schwierigen Erfahrungen habe ich mit Hören, Gehorsam gemacht?
- Was hilft mir selbst, anderen zuzuhören?
- Wie übe ich mich ins Hinhören ein?

## Plenum 10 Minuten

Kurz, knapp, knackig: 😊

Ein bis zwei Gedanken / Einsichten aus jeder Gruppe,

Dauer: je 1 Minute

## Hör-Übungen für meinen Alltag:

- Kontrollierter Dialog
- Die Stille suchen, um innerlich wieder auf hören schalten zu können
- Bewegung und frische Luft
- ...
- **===) Denn: Wer hört hat mehr zu sagen!**

## AUFEINANDER HÖREN, DAMIT GEMEINSCHAFT GELINGT

### Dankbar sein – anderen die Türe zu wertvollen Erfahrungen öffnen

Sie genießen unsere kostenfreien Impulse und wollen Ihre Wertschätzung ausdrücken?

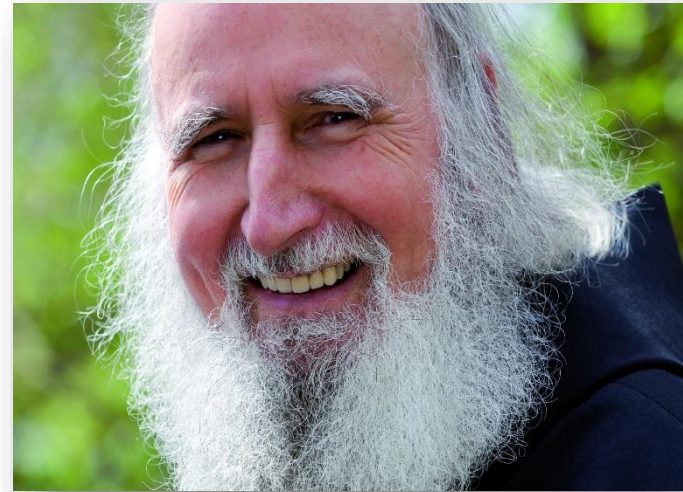
Auf Anregung unserer Teilnehmer haben wir einen „Corona-Fonds“ eingerichtet. Wenn Sie gut durch diese Zeit kommen und Ihre wirtschaftliche Situation es ermöglicht, können wir durch Ihren Beitrag Menschen, die aus finanziellen Gründen unsere Kurse nicht mehr besuchen können, die Türe zu wertvollen Erfahrungen öffnen. Gerade jetzt ist es uns wichtig Orientierung & Entwicklung zu bieten und Solidarität zu fördern. Wenn Sie Fragen haben, kommen Sie gerne auf uns zu.

**IBAN: DE87 7905 0000 0046 5942 71**

**Herzlichen Dank!**

## Abendritual von Pater Anselm Grün

„Mich selbst umarmen –  
bei mir geborgen sein,  
weil das Geheimnis Gottes  
in mir wohnt.“



Zitat von Pater Dr. Anselm Grün

**Meditation,** bitte deaktiviere Mikrofon und Kamera.



Am Ende der Meditation ertönt ein Klang durch den Kursleiter.







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](mailto:info@teambenedikt.de)  
[www.teambenedikt.de](http://www.teambenedikt.de)

TEAM BENEDIKT  
innovativ benediktinisch.