

Die Blumen des Anderen wässern

Vier Schritte zur friedlichen
Kommunikation

Gebundene Ausgabe



18,00 €
inkl. MwSt. [zzgl. Versand](#)

211x133x18mm (LxBxH)
1. Auflage 2016
Seiten: 160
EAN: 9783485028592
Art.-Nr.: 32859

KOSMOS

Produktinformationen "Die Blumen des Anderen wässern"

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.

