



Gandhi für den Hausgebrauch ... und schlagfertig wie Jesus

Streitkunst à la Gandhi und Jesus hat es in sich. „...die andere Wange hinhalten“ heißt nicht: ich bin ein Schwächling, sondern: ich werde gewaltfrei offensiv. Konflikte gehören zum Leben. Gütekräftiges, d.h. wohlwollendes und gerechtes Streiten ist wirksam und zum Besten aller Beteiligten. Neulingen wie Fortsetzern bietet der Workshop Theorie und Praxis für eine positive Streitkultur. Wir spielen Alltagskonflikte von Teilnehmenden exemplarisch durch. So können innere Stärke und Schlagfertigkeit wachsen.

Kursleitung: Dr. Martin Arnold, Friedensforscher
Brigitte Venker, Klinische Psychologin

Kosten: 15,00 EUR

Anmeldung erforderlich

Kursnummer: 152.1A009F

<https://vhs-programm.essen.de/webbasys/index.php?kathaupt=11&knr=152.1A009F>

Samstag, 9. Januar 2016, 11:00 bis 17:30 Uhr
Kulturforum, Raum 1, Dreiringstr. 7, 45276 Essen

Informationen: Tel. 0201 / 88 43 200 (VHS) oder Mail an
Martin.Arnold@ekir.de oder b-venker@web.de



➔ **Offener Gütekraft-Stammtisch mit herzlicher Einladung an alle Interessierten**
jeden zweiten Mittwoch im Monat ab 19 Uhr, Essen, Unperfekthaus, Friedrich-Ebert-Str. 18

Wirksam durch Gütekraft.....

Martin Luther King: „Das ist die Schwäche von Gewalt: Sie erzeugt genau das, was sie zerstören will. Anstatt das Böse zu verringern, vervielfältigt sie es. Mit Hilfe von Gewalt ermordet man den Hassenden, aber nicht den Hass. Gewalt vermehrt Hass. Wer Gewalt mit Gewalt erwidert, vervielfältigt damit die Gewalt: eine abwärtsführende Spirale. So wird eine sternenlose Nacht noch dunkler. Dunkelheit kann Dunkelheit nicht vertreiben, das kann nur Licht. Hass kann Hass nicht vertreiben, das kann nur Liebe.“



Pariser Witwer schreibt Brief an Terroristen:

«Ich werde euch nicht das Geschenk machen, euch zu hassen», schreibt Antoine Leiris.

Seine Frau kam am 13.11.15 in der Konzerthalle Bataclan ums Leben. <http://t1p.de/zz58>

**Ich werde weiter glauben,
auch wenn alle Welt die Hoffnung aufgegeben hat.**

**Ich werde weiter lieben,
auch wenn andere Hass versprühen.**

**Ich werde weiter aufbauen,
auch wenn die anderen niederreißen.**

**Ich werde weiter vom Frieden reden,
auch mitten im Krieg.**

**Ich werde weiter Licht bringen,
auch mitten in der Finsternis.**

**Ich werde weiter säen,
auch wenn andere die Ernte zertreten.**

**Und ich werde weiter aufschreien,
auch wenn die anderen schweigen.**

**Und ich werde ein Lächeln malen
auf die weinenden Gesichter.**

Und ich werde Linderung bringen, wo Schmerz ist.

**Und ich werde Freude anbieten,
wo nichts als Traurigkeit herrscht.**

**Ich werde die zum Gehen einladen,
die sich entschieden haben, stehen zu bleiben...**

**Und ich werde meine Arme zärtlich auf die legen,
die sich erschöpft fühlen.**

(Abbé Pierre, Gründer der Emmaus Bewegung)



➔ **Offener Gütekraft-Stammtisch mit herzlicher Einladung an alle Interessierten**
jeden zweiten Mittwoch im Monat ab 19 Uhr, Essen, Unperfekthaus, Friedrich-Ebert-Str. 18