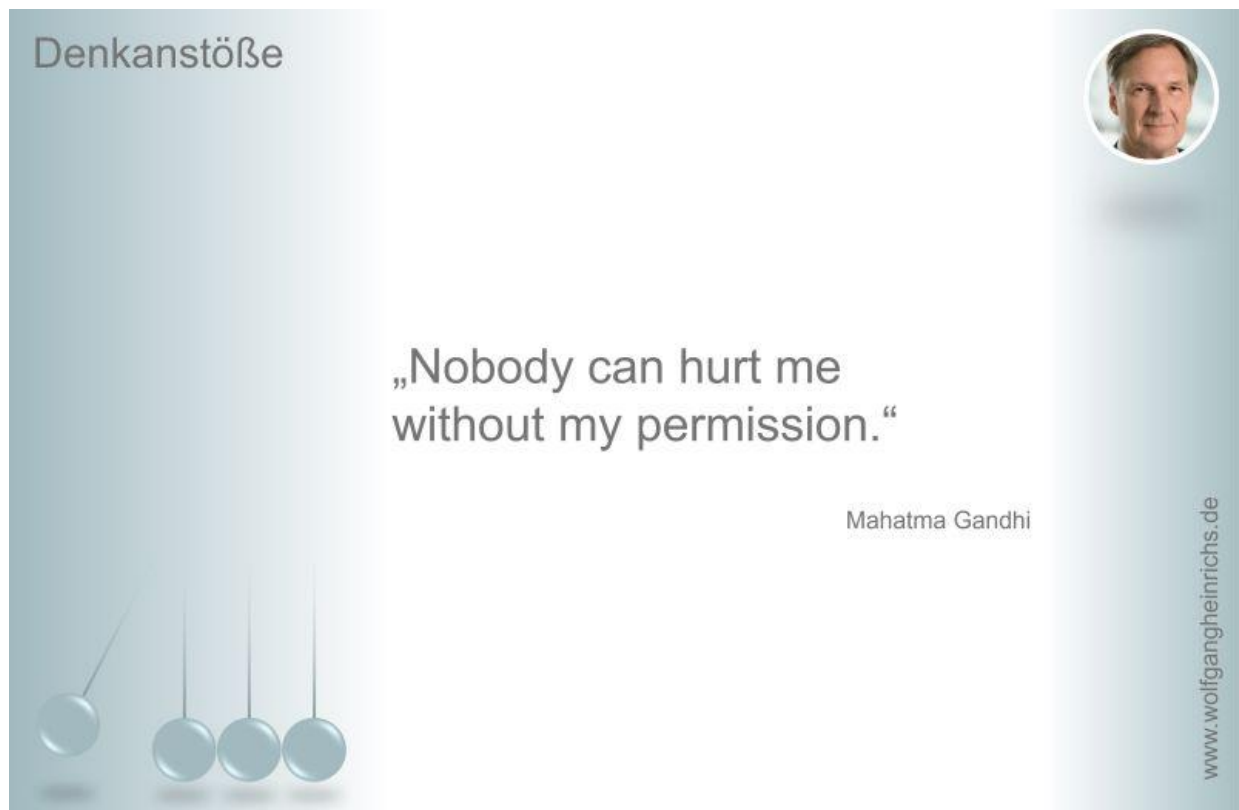


## Zum Thema „Verletzlichkeit“



Dieses Gandhi-Zitat begleitet mich schon lange und ich verwende es gern im Coaching-Kontext. Ich stimme aus ganzem Herzen zu und zugleich weiß ich, wie herausfordernd es sein kann, danach im Alltag zu leben.

Dabei hat der Gedanke von Gandhi eine so große versöhnende und befreiende Kraft, weil er im Kern daran erinnert, dass niemand Macht über uns hat - es sei denn, wir selbst „verleihen“ diese Macht, bewusst oder unbewusst.

Wenn es gelingt, sich in schwierigen Situationen und Konflikten (und natürlich auch sonst) von der „verliehenen“ Macht und eigenen Wirklichkeitskonstruktionen zu lösen, kann das den Weg zu Verständigung, zu innerem Frieden und innerer Freiheit ebnen.