



Gutshof
Akademie

authentisch **leben**

27



*Fangen Sie
an, Ihre Träume
umzusetzen*



EIN TAG IM GUTSHOF

In dieser Sommerausgabe stellen wir Ihnen einen Tag im Gutshof vor. Jonathan Linker hat das Team bei der täglichen Arbeit mit der Kamera begleitet. Seine Fotos ziehen sich durch das gesamte Heft.

Kurz nach sechs Uhr steht Anne-Marie Helms zum ersten Mal auf dem Balkon und beobachtet den Sonnenaufgang über dem Knüllgebirge. Vom Dachgeschoss des neuen Gästehauses hat sie einen traumhaften Ausblick auf den gesamten Gutshof. Genau ein Jahr ist es her, dass sie mit ihrem Mann Peter von Südafrika hierher gezogen ist. Wehmütig denkt sie zwischen durch an die Wale und Delfine, die sie an der Gartenroute von ihrem Fenster aus beobachten konnte. Jetzt sind es die nordhessischen Spechte und ein Uhu, die mit ihr auf dem Gutshof leben. Sie erkennt einen Gast im knallgelben Sportdress, der bereits seine Runde um den Gutshof dreht. In Kürze wird er frisch geduscht am Frühstückstisch sitzen – gemeinsam mit den anderen Seminarteilnehmern, die heute im Gästehaus schlafen.

Nur zweihundert Meter vom Gutshof entfernt schaut Katharina Dunkel kurz auf der Koppel vorbei: Seit einem Jahr hat sie wieder ein eigenes Pferd und freut sich, dass es sich gut in die Herde integriert hat. Vor 18 Monaten hat sie sich auf gut Glück bei Ilona und Rainer Wälde in Limburg beworben, als sie zum ersten Mal gehört hat, im Gutshof würde eine neue Akademie einziehen. Gemeinsam mit ihrer Kollegin Christine Rüsing-Völker leitet sie das Büro und organisiert auch das Gästehaus und Firmentagungen. Mittlerweile sind beide ein

gut eingespieltes Team und kennen die meisten Seminargäste persönlich. Noch eine halbe Stunde, dann geht es los. Auf dem Weg zur Küche checken sie noch schnell den Pausenraum: Müsliriegel, Obst, Kaffeemaschine – alles parat. Dass in diesem Gewölbe einmal der schwedische König bewirtet wurde, ist eine nette Anekdote aus der 300-jährigen Geschichte. Sie passt zum heutigen Seminarthema in der Biografie-Schmiede.

Während die Teilnehmer noch in der Gutshofküche frühstücken, ist Tanja Priester bereits bei der Vorbereitung der Zimmer. Die Mutter von drei Kindern kommt wie Katharina aus dem Dorf und ist eine fleißige Familien-Managerin. Neben dem Haushalt engagiert sie sich halbtags auf dem Gutshof, pflegt die Gästezimmer und sorgt dafür, dass sich alle Besucher von der ersten Minute an willkommen fühlen.

Kurz vor 9 Uhr trifft sich die Gutshof-Gemeinschaft in der Kapelle zum Morgengebet: Ilona Dörr-Wälde hat schon die Kerzen angezündet. Seit zehn Jahren betet sie mit ihrem Mann jeden Morgen die irischen Gebete – früher zu Hause im Wohnzimmer, jetzt seit einem Jahr auf dem Gutshof. Auch die Mitarbeiter sind meist dabei, und wenn Seminare stattfinden, immer wieder auch Gäste. Die gemeinsame Viertelstunde ist ein guter



(Diese Seite von links nach rechts: Tanja Priester, Christine Rüsing-Völker, Anne-Marie und Peter Helms sowie Katharina Dunkel mit Pferd)

Start, um im Segen Gottes den Tag zu beginnen. Neben dem Altar liegt die neue gusseiserne Glocke, die aufgehängt werden soll. Doch zuerst muss der Denkmalschutz noch zustimmen, ob sie am früheren Mähdrescherschuppen auch angebracht werden darf.

Um 9 Uhr starten Ilona und Rainer Wälde in der Bibliothek den zweiten Teil ihrer Biografie-Schmiede: Wie werde ich zu einem Sinnstifter, der mit seinem Leben sichtbare Spuren hinterlässt? Ein Unternehmerehepaar aus dem Garten- und Landschaftsbau ist mit dabei, ein IT-Experte und eine Beraterin. Während jeder die Landkarte seines Lebens zeichnet und den roten Faden seiner Biografie entwickelt, zieht draußen im Barockgarten der Mähroboter seine Runden. 2.500 Quadratmeter pflegt „Robbi“ Tag für Tag.

Christine Rüsing-Völker schaut kurz in der Küche vorbei, um das Essen für die Ausbildungsgruppe zum Personal Image Coach zu besprechen. Vier Damen, davon eine Vegetarierin, zwei Herren. Je nach Seminarthema ändert sich die Gruppenzusammensetzung und damit auch der Speiseplan. Bei Anne-Marie Helms wird alles frisch zubereitet: Mit Peter hat sie bereits in Kanada ein Gästehaus geleitet. Beide sind Künstler durch und durch – es wird deutsch eingekauft und international gekocht. Bereits ab 11 Uhr ziehen verführerische Düfte durch das Haus.

Ein Stock höher schlägt die barocke Uhr: In den ersten Monaten rieselten bei jedem Glockenschlag immer wieder Getreidekörner durch die Holzdecke – der Raum darüber wurde früher als Vorratslager genutzt. Heute bereitet Katharina Dunkel die Jahrestagung der Steuerberater vor. Am Sonntagabend werden Steuerberater aus ganz Deutschland anreisen und dann am Montag über Mitarbeitergewinnung und Digitalisierung diskutieren. Als Referenten haben sie sich Rainer Wälde gewünscht, abends dann eine gemütliche Austauschrunde mit südafrikanischem Wein.

Um 14 Uhr steht eine Baubesprechung mit der Deutschen Stiftung Denkmalschutz auf dem Programm. Seit zehn Jahren wird der Gutshof restauriert – es ist ein Langzeitprojekt, an dem fünf Architekten und Hunderte von Handwerkern mitgewirkt haben. Kilian Enders ist aus Berlin angereist und Marc Förster aus Bonn, um die letzten Details am Gästehaus-Neubau abzustimmen.

Derweil diskutiert Katharina Dunkel mit dem Lieferanten der Gartenmöbel, leider wurden alle Stühle falsch geliefert und sollen wieder abgeholt werden. Peter Helms dreht mit dem Hund Bubbels eine Runde und denkt über seine Vorträge nach, die er nächste Woche halten wird. Als Gastdozent ist er zu einer Mentorenschule in England eingeladen.

Im Seminarhaus startet die Abschlussrunde: Die vier Teilnehmer formulieren ihre nächsten Ziele, bis sie sich beim dritten Modul der Biografie-Schmiede im Herbst wiedersehen. Dann steht der Besuch einer Holzschnitzer-Werkstatt auf dem Programm, um der eigenen Meisterschaft auf die Spur zu kommen.

Auf dem Gutshof kehrt Ruhe ein: Um 17.30 Uhr beginnt das Abendgebet – heute mit zwei Gästen aus der Region. „Im Schatten deiner Flügel singe ich dein Lob, oh Herr“. Alle Anspannung des Tages fällt ab. Die Mitarbeiter freuen sich auf den Feierabend. Helms haben Besuch eingeladen, Wälde werden grillen und Katharina schaut nach ihrem Pferd.





Wie Sie privat und beruflich ein erfolgreiches Netzwerk aufbauen

Von Martina Haas

Erfolgreiches Networking erfordert Sichtbarkeit und Vertrauen. Ein klares, unverwechselbares Profil, ein professioneller Auftritt und kluge Selbstvermarktung eröffnen Chancen im Job.

Erfolgreiche Menschen haben eines gemeinsam: Netzwerke, auf die sie sich verlassen können – beruflich wie privat. Dennoch ist der Begriff „Networking“ nicht nur positiv besetzt. Viele denken dabei an fiese Intrigenspiele von Seilschaften, für die es die unterschiedlichsten Begriffe gibt: Baden-Württemberger regen sich über die Vetterleswirtschaft auf. Kölnern ist der Kölner Klüngel ein Dorn im Auge.

Doch zurück zur Seilschaft: Am Berg rettet sie Bergsteigern das Leben, weil sämtliche Mitglieder sich gegenseitig sichern. Jeder in der Seilschaft ist für die Sicherheit der Gruppe mitverantwortlich. Das Seil minimiert das Risiko für alle – eine klassische Win-win-Situation. Im Grunde ist eine Seilschaft eine super Sache. Wir sollten daher wegen negativer Auswüchse nicht auf ein Erfolgsmodell verzichten und das Kind mit dem Bad ausschütten. Zudem glaube ich, dass das Unbehagen gegenüber Netzwerken und Menschen mit guten Verbindungen oft auf Neid und dem eigenen Unvermögen beruht, sich mit anderen nutzbringend zusammenzutun.

Das Networking-Geheimnis

Das Erfolgsgeheimnis ist: Es gibt kein Networking-Geheimnis. Jeder kann Networking lernen. Erforderlich sind jedoch Engagement, Geduld, Fantasie und Empathie. Der Wahlspruch der drei Musketiere „Einer für alle, alle für einen!“ trifft den Kern. Entscheidend ist die richtige Haltung: Es braucht echtes Interesse an anderen und die Bereitschaft, diese oder die Gemeinschaft ohne eine sofortige Gegenleistung in klingender Münze oder in Form eines Gegengefallens zu unterstützen. Ich habe die Fähigkeit, nachhaltige Beziehungen aufzubauen, in meinem Buch „Die Löwen-Strategie – Wie Sie in 4 Stunden mehr erreichen als andere am ganzen Tag“ als eine von acht Erfolgskompetenzen identifiziert, die zu mehr Effektivität und Effizienz und damit zu mehr Freiraum führen. Gekonntes Networking ist zudem ein Resonanzboden für die anderen Erfolgsfaktoren wie gute Kommunikation und Chancen- und Risikokompetenz.

TIPP: Lassen Sie sich von Profi-Netzwerkern inspirieren, doch bleiben Sie auch beim Networking authentisch. Menschen spüren, ob einer „echt“ ist.

Bestandsaufnahme an der Networking-Front

Der anhaltende Boom der Social-Media-Plattformen zeigt: Networking kommt nicht aus der Mode. Sich auszutauschen, zu unterstützen und unterstützt zu werden, ist ein Grundbedürfnis. Vieles können wir zudem nicht allein erreichen. Beim Netzwerken verändern sich allerdings die Kommunikationsmittel und -formen sowie das Tempo. Jeder rechnet mit schnellen Reaktionen – gerade online.

Networking ist privat und im Job ein „Muss“ und Networking-Kompetenz kein „nice to have“, sondern ein zentraler, wenngleich vielfach unterschätzter Soft Skill. Doch viele Netzwerken unprofessionell, mit falschem Grundverständnis





und ohne Strategie. Unreflektiertes Visitenkartensammeln oder Event-Hopping von einer Veranstaltung zur nächsten, möglichst mehrere an einem Abend, und unstrukturierte Social-Media-Aktivitäten kosten Zeit. Der ständige Blick auf WhatsApp und den E-Mail-Eingang bringt uns zudem um unsere Konzentration.

Die Erkenntnis, Zeit und Geld zu verschwenden, führt natürlich zu Frust. Doch Sätze wie: „Networking bringt nichts“ muss ich präzisieren: Falsches Networking bringt nichts. Das Tool selbst hat sich bewährt und das Überleben der Menschheit gesichert. Es geht nicht um das OB, sondern das WIE des Netzwerkers. Wir müssen das Richtige mit den richtigen Mitteln tun.

Es besteht eine große Kluft zwischen denen, die hochprofessionell netzwerken, und den vielen, die es „irgendwie“ und ohne erkennbaren Nutzen tun. Daneben gibt es Networking-Muffel und bekennende Networking-Hasser, die meines Erachtens insgeheim gerne würden, wenn sie denn wüssten wie und den Aufwand nicht scheuten. Andere fürchten, Wissen preisgeben zu müssen, wieder anderen fällt bereits schwer, mit Fremden ins Gespräch zu kommen.

Netzwerkaufbau: Die Pflicht vor der Kür

Viele versäumen es, aus Kontakten eine Beziehung zu entwickeln. Wichtig ist das Follow-up, d. h. sich nach einer Begegnung zeitnah zu melden. Erwarten Sie nicht, dass es der andere tut. Lassen Sie sich regelmäßig bei Bekannten und Ihren Netzwerken blicken – bei Gartenpartys in der Nachbarschaft, dem Sommerfest der Kirchengemeinde, Events des Tennis- oder Fußball-Clubs. Und unterschätzen Sie nicht den mittelbaren Nutzen sozialen Engagements für den Job.

Wichtige Menschen zu treffen, nützt nichts, wenn ich nicht geschickt auf sie zugehe. Small Talk ist das perfekte Tool für den Erstkontakt. Danach kommt es darauf an, Kontakte zu pflegen, um sie irgendwann erfolgreich zu nutzen. Der Beziehungsaufbau scheitert oft daran, dass Menschen nur an den eigenen Vorteil denken oder zu schnell zu viel wollen. Viele sind zudem undiplomatisch: Wer mit der Tür ins Haus fällt, sammelt Minuspunkte oder landet gleich im Aus.

TIPP: Gehen Sie in Vorleistung, tun Sie etwas für andere und kommen Sie erst, wenn es sich ergibt, auf eigene Anliegen.

Jeder will beruflich vorankommen. Man muss jedoch wissen: Wenn ich kurzfristig einen Job oder Aufträge brauche, sollte ich auf stabile Beziehungen zurückgreifen können, um jemanden um Rat oder Unterstützung bitten zu können.

TIPP: Es gilt, Vorsorge zu treffen und frühzeitig Netzwerke aufzubauen, denn diese funktionieren mittel- und langfristig und sind weder Job-Generator noch Hängematte zum Ausruhen.

Berlinale-Chef Dieter Kosslick sagte mir, sein Adressbuch sei deshalb so wertvoll, weil er jeden Tag aus Hunderten von Adressen Neues schaffe. Für jeden anderen seien es nur (berühmte) Namen.

Der Nutzen professioneller Vernetzung

Starke Verbindungen gibt es nicht zum Nulltarif. Man muss in Beziehungen investieren: Erst säen, dann ernten und dazwischen das Gießen und Unkrautjäten nicht vergessen. Investiert werden Zeit, Ideen, bisweilen auch Geld. Der Return on Investment folgt gewiss – doch bisweilen zeitversetzt oder durch Menschen, die man nur über Dritte kennt. Gemäß dem „Small-World-Effekt“ sind wir über sechs Personen mit jedem verbunden. Was für ein Potenzial bei weltweit rund 7,5 Milliarden Menschen!

Der Return on Investment lohnt: Netzwerke eröffnen Zugang zu Informationen, erweitern den Aktionsradius, erhöhen den Bekanntheitsgrad und bieten die Chance des direkten Zugangs zu Menschen, die etwas bewegen können. Nicht umsonst ist der „kleine Dienstweg“ so beliebt, denn er spart viel Zeit. Netzwerke helfen gerade im Beruf dabei, Komplexität aufzulösen und durch vernetztes Know-how Unsicherheit und Risiken zu reduzieren. Insgesamt verstärkt Networking die Erfolgshebel Effektivität und Effizienz.

All das führt zu besseren und häufig völlig unerwarteten, innovativeren Ergebnissen und enormer Zeitersparnis. Umgekehrt ist der Preis unzureichender Vernetzung hoch: Sie bringt uns um Anerkennung, Geld und Erfolg, womöglich um unser Glück.

Erfolgsbooster: Networking-Doppelstrategie und Evaluation

Man sollte sowohl spontan als auch strategisch netzwerken. Spontanes Networking bedeutet, sich egal wo und wann auf andere einzulassen: bei Events, beim Sport, im Waschraum, in Warteschlangen, im Flieger, ohne zu wissen, ob daraus ein Nutzen entsteht. Unterschätzen Sie nie den Charme eines guten Gespräches. Es ist der Auftakt zu guten Beziehungen. Schüchterne oder introvertierte Menschen sollten jede Chance zum Üben nutzen. Routine reduziert die Scheu und verleiht Sicherheit.

Manche Vorhaben erfordern eine Networking-Strategie: Wer in eine andere Stadt zieht, in eine Niederlassung in China abgeordnet wird oder den Arbeitgeber wechselt, hat keine Zeit, alle Informationen nach und nach vor Ort zu erarbeiten. Es hilft, zumindest nach einem groben Plan nach Multiplikatoren und Türöffnern zu suchen, die Informationen haben oder konkret weiterhelfen können.

Wichtig ist die Evaluation der Networking-Aktivitäten. Ohne buchhalterisch aufzurechnen, sollte man wissen, mit wem man seine Zeit sinnvoll oder nutzlos verbringt und gegebenenfalls etwas korrigieren.

Seien Sie eine Marke

Erfolgreiches Networking erfordert Sichtbarkeit und Vertrauen. Ein klares, unverwechselbares Profil, ein professioneller Auftritt und kluge Selbstvermarktung eröffnen im Job Chancen. Zentrale Fragen sind: Was ist Ihr Ziel? Was sagt Ihr Auftritt über Ihre Kompetenz? Wie sollen andere Sie wahrnehmen? Orientieren Sie daran Ihre Networking-Aktivitäten und seien Sie mit Freude dabei. Es mögen Ihnen viele große Fische ins Netz gehen!

Martina Haas ist Expertin für Networking & Kommunikation, Keynote Speaker und Best-seller-Autorin von „Crashkurs Networking“ und „Die Löwen-Strategie“. www.martinahaas.com





Warum
machen wir
nicht das,
was uns
glücklich
macht?

Manche Menschen muss man zu ihrem Glück zwingen – ich gehöre mitunter auch dazu!

Von Rainer Wälde

Mit dem Pferd durch die Rocky Mountains? Nein, danke!

Ilona hat einen Lebenstraum: Einmal mit dem Pferd durch die Rocky Mountains zu reiten! Immer wenn sie auf diesen Herzenswunsch zu sprechen kommt, rutsche ich im Sofa etwas tiefer: Oh, nein – lass diesen Kelch an mir vorübergehen. Sofort taucht bei mir wieder ein Kindheitstrauma auf und ich kann spüren, wie mich als kleiner Junge ein riesiges Pferd aus dem Sattel warf: Einmal und nie wieder!

Doch Ilona gibt nicht auf, nimmt Reitstunden und wir beide machen einen Deal, ein Gentleman-Agreement: Ok, ich fliege mit – muss aber nicht reiten. Während Ilona auf dem Pferd ihren Traum lebt, habe ich die Freiheit, genüsslich zu lesen. Gesagt, getan: Gemeinsam fliegen wir nach Calgary und fahren dann mit dem Mietwagen direkt zu einer Pferderanch in den Rocky Mountains. Es ist ein heißer Tag. Ein kurzer Lunch, dann geht es zu den Pferden. Die Rancher stellen uns die Pferde vor: Wally und Seak. Ich habe ziemlich Respekt vor den beiden Quaterhorses, doch Ilona ein Versprechen gemacht: Auch ohne Reitstunden will ich zumindest am ersten Tag mit ihr einen Ausritt versuchen.

Im Flow der Emotionen

Dann geschieht das für mich Unfassbare: Mit einem Schwung sitze ich im Sattel, Ilona ist überrascht, wie schnell ich meinen Platz eingenommen habe. Eine kurze Einführung, schon traben wir beide los. Zugegeben: Ich halte mich noch krampfhaft am Sattelknauf fest, um nicht gleich auf den ersten Metern wieder zu Boden zu gehen. Doch mit jeder Minute weicht meine Anspannung und setzt unglaubliche Mengen von Endorphinen frei. Wir reiten durch unberührte Wälder und an Flüssen entlang, vorbei an majestätischen Bergen. Was für ein gigantisches Glücksgefühl. Ich fühle mich wie in einem Western: Winnetou, der Held meiner Kindheit, und Old Shatterhand – dazu



ein atemberaubendes Panorama in Cinemascope. Ilona strahlt mich an, ich habe Mühe, meine Emotionen in Worte zu fassen. Bereits am ersten Abend ist klar: Ich habe Feuer gefangen, kann kaum erwarten, bis der neue Tag beginnt und unser gemeinsames Reitabenteuer weitergeht.

Vertane Chancen – verpasstes Glück

Bei diesem Erlebnis in den Rockies wird mir bewusst, was mit dem Spruch gemeint ist: „Dich muss man zu Deinem Glück zwingen!“ Obwohl ich ein sehr neugieriger Mensch bin, blockieren mich mitunter negative Erfahrungen aus der Vergangenheit. Jede Einladung zu einem kleinen oder großen Abenteuer ist immer auch ein kleiner Tod: Ich entscheide mich, die Erlebnisse von gestern zu begraben und eine neue Erfahrung zu wagen. Es ist ein Aufbruch zu neuen und unbekanntem Ufern, die mitunter auch Angst machen, weil wir nicht wissen, was uns dort erwartet.

Den größten Aufbruch unseres Lebens haben Ilona und ich gerade hinter uns: Mit 57 Jahren noch einmal bei Null anzufangen. Alles Vertraute, das uns Sicherheit gibt, zu verlassen. Neues Land zu erkunden, zwei neue Firmen zu gründen, neue Seminare zu entwickeln. Bis heute wissen wir nicht, ob dieses neue Abenteuer gelingt. Doch mit dem tiefen Traum in unseren Herzen haben wir uns auf diesen Weg eingelassen und bis heute nicht bereut. Uns ist beiden bewusst: Wir haben diese eine Chance, die wir auf keinen Fall verpassen wollen. Selbst wenn wir scheitern sollten, wollen wir dieses Abenteuer nicht missen.



Das Glück der Freundschaft

Neben dem finanziellen Risiko, das bei jedem neuen Weg dazu gehört, spielen die Menschen eine zentrale Rolle: Gelingt es, neue Beziehungen, neue Freundschaften aufzubauen? Ilona und ich sind sehr glücklich, dass wir in Nordhessen herzlich aufgenommen wurden. Ob in der Nachbarschaft oder im Dorf-Chor – immer sprühen uns positive Funken entgegen. Gestern Morgen wurden wir von einer Runde von Pfarrern zum Kaffee und zum Gebet eingeladen und abends von einem netten Ehepaar zum Grillen: Astrid und Gero haben ein leckeres Barbecue zubereitet und wir haben uns bis Mitternacht intensiv ausgetauscht und gelacht. Nach einem langen Tag fielen wir weit nach Mitternacht glücklich ins Bett. In diesen Momenten wird mir bewusst, dass es die Menschen sind, die für mich Heimat bedeuten. In 16 Monaten hat sich um uns herum ein Netzwerk von Beziehungen entwickelt, das mir das Gefühl gibt, in meinem neuen Zuhause angekommen zu sein.

Ich spüre, wie wichtig es war, die Vergangenheit hinter mir zu lassen, und bin zu tiefst dankbar für die positiven Erfahrungen in Limburg und der Mitte Hessens. Doch jetzt geht es darum, meine ganze Aufmerksamkeit der Zukunft zu widmen. Solange ich noch immer das Gestern mit dem Heute vergleiche, verpasse ich den Augenblick und damit auch mein Glück.

Mut, etwas Neues auszuprobieren

Mit dem Umzug habe ich eine weitere Entscheidung getroffen: Ich will mich wieder stärker der Portraitfotografie widmen. Vor 30 Jahren habe ich sehr viele Fotos gemacht, dann kam eine lange Pause, jetzt wage ich einen Neuanfang. Das Analoge war gestern, im Digitalen bin ich noch unerfahren. Deshalb habe ich

erst kürzlich bei einem Workshop mit einem Fotografen und zwei Modellen einen ganzen Tag verbracht: In einer alten leerstehenden Jugendstilvilla habe ich mit einer neuen Digitalkamera mein Glück probiert: Der Meister hat mir als Gesellen gezeigt, worauf es bei der Schwarz-Weiß-Fotografie ankommt. Entscheidend ist, den Augenblick nicht zu verpassen, in dem sich die Seele öffnet. Der „Kairos“ ist in der Portraitfotografie der entscheidende Moment. Manchmal ist es nur ein Wimpernschlag, der über die Meisterschaft eines Bildes entscheidet. Gemeinsam diskutieren wir über meine Aufnahmen. Von den 500 Bildern kommen 100 in die nähere Auswahl. Davon bleiben zum Schluss zwölf, die wirklich den Tag überdauern. Ich freue mich auf die kommenden Wochen, um auch beim Fotografieren eine neue Form der Achtsamkeit zu trainieren. Mich beschäftigt dabei ein Zitat von Meister Eckhart, dem Lehrmeister der Gelassenheit: „Die wichtigste Stunde ist immer die Gegenwart. Der bedeutendste Mensch ist immer der, der dir gerade gegenübersteht. Das notwendigste Werk ist stets die Liebe.“

Machen Sie mehr aus Ihrem Leben

Jetzt bequem online buchen:
www.gutshof-akademie.de

JULI 2018



NEU: Kloster auf Zeit

Entdecken Sie die Quellen eines erfüllten Lebens und tanken Sie auf dem Gutshof neue Kraft auf. Wagen Sie eine neue Begegnung mit allen Sinnen und lernen Sie Ihre eigenen Ressourcen besser kennen. Nehmen Sie das eigene Leben in die Hand und fangen Sie an, Ihre Träume umzusetzen. Entdecken Sie eine neue Leichtigkeit in Ihrem Leben, indem sie Ihre eigene Geschichte wertschätzen. Finden Sie eine gesunde Balance zwischen Leistungsfreude und Lebensglück. Entwickeln Sie im Dialog mit dem Schöpfer eine innere Stärke, die Sie durch den Alltag trägt. Spüren Sie den Herzschlag Ihrer eigenen Passion.

Auszeit auf dem Gutshof 02.07.–12.07.2018

Quellentag auf dem Gutshof 07.07.2018

Pilgern auf dem Lulluspfad 16.07.–18.07.2018

AUGUST 2018

Vitamin-G-Kur auf dem Gutshof 16.08.–19.08.2018

Quellentag auf dem Gutshof 25.08.2018

Jahresreise auf dem Gutshof – Etappe 3 31.08.–02.09.2018

SEPTEMBER 2018



NEU: Sinn-Festival

09.09.2018
 Feiern Sie mit allen Sinnen: Freuen Sie sich auf das große Herbst-Festival mit dem gesamten Team der Gutshof Akademie. Ilona und Rainer Wälde laden Sie ein, einen Erlebnistag für alle Sinne zu erleben. Musik, Kunst und Spiritualität verbinden sich zu einem einzigartigen Erlebnis. Ein Festival für Kopf, Herz und Hand, das alle Sinne berührt. Freuen Sie sich auf eine kulinarische Reise durch unterschiedliche Kulturen.

Personal Coaching im Unternehmen 14.09.–15.09.2018

NEU: Nonverbale Kommunikation 17.09.–18.09.2018

SEPTEMBER 2018



Biografie-Schmiede – Modul 1

20.09.–21.09.2018

Ilona und Rainer Wälde zeigen Ihnen, wie Sie zu einem Sinnstifter werden, der mit seinem Leben sichtbare Spuren hinterlässt.

Schaffen Sie sich zeitliche Freiräume, um Ihre Träume zu leben. In der Biografie-Schmiede geht es um Ihre zentralen Lebensthemen. Reduzieren Sie die Energieräuber und fokussieren Sie sich ganz neu auf die Ziele in Ihrem Leben, die Ihnen wirklich wichtig sind. Gewinnen Sie neue Stärke im Leben und neue Kraft im Beruf. Entfachen Sie ein neues Feuer der Begeisterung.

Ausbildung Typberater

21.09.–23.09. + 19.10.–21.10. + 23.11.–25.11.2018

OKTOBER 2018

Ausbildung Knigge-Trainer 01.10.–03.10.2018

NEU: Telefonakquise 05.10.2018

Quellentag auf dem Gutshof 13.10.2018



NEU: Ausbildung zum Hochzeitsredner

15.10.–17.10.2018 + 16.11.–17.11.2018

Leben Sie Ihre Berufung und begleiten Sie glückliche Paare beim Start in die gemeinsame Zukunft. Profitieren Sie vom reichen Erfahrungsschatz Ihres Ausbildungsteams, damit Sie als Trauredner erfolgreich starten – nebenberuflich oder als Haupttätigkeit. Video und Ausbildungsbeschreibung: www.gutshof-akademie.de

Auszeit im Gutshof

Suchen Sie noch einen besonderen Ort für diesen Sommer?
Im Juli und August können Sie den Gutshof für eine persönliche Auszeit nutzen.
Ob alleine oder in einer kleinen Gruppe – wir bieten Ihnen für Ihre Bedürfnisse ein maßgeschneidertes Angebot an.

Sie können sich für ein paar Tage oder eine ganze Woche gemütlich im Gästehaus einquartieren. Suchen Sie sich Ihren Lieblingsplatz – entweder auf der eigenen Terrasse oder im großen Barockgarten. Vom Gutshof gelangen Sie über einen kleinen Feldweg in fünf Minuten zum örtlichen Freibad. Rund um den Gutshof gibt es etliche Wanderwege zum nahegelegenen Wildgehege oder durch den schattigen Wald zum Biergarten im Nachbarort.

Falls Sie mit dem Auto anreisen, können Sie in kleinen Touren die Heimat der Gebrüder Grimm erkunden: Alsfeld, Homberg, Fritzlar, Frankenberg, Schwalmstadt sind leicht erreichbar. Oder Sie besuchen die bekannten Sommerfestspiele in Bad Hersfeld – nur 30 Minuten vom Gutshof entfernt.

Wenn Sie das Besondere lieben: Am Rande des Gutshofs liegt völlig ungestört das historische Schäferhaus. Es verfügt über zwei Zimmer, die mit handwerklichen Möbeln aus der Epoche des Jugendstils neu eingerichtet sind. Dazu eine gut ausgestattete Küche und Bad. Damit Sie auch in der Nacht tief entspannt schlafen, haben wir beide Betten mit dem neuen Lattoflex-Komfort ausgestattet.

Auf Wunsch bieten Ihnen Ilona Dörr-Wälde und Rainer Wälde direkt vor Ort auch persönliche Coaching-Gespräche an. Das historische Schäferhaus können Sie jetzt direkt online buchen. Alle verfügbaren Termine werden sofort angezeigt: www.gutshof-akademie.de. Gerne können Sie auch an unserem „Kloster auf Zeit“ teilnehmen.

*Entdecken Sie
die Quellen eines
erfüllten Lebens*

EXERZITIEN:

Geben Sie Ihrem Leben mehr Weite und Tiefe

02.–12. Juli 2018

Stillen Sie Ihre Sehnsucht nach einem erfüllten und glücklichen Leben. Entwickeln Sie neue Perspektiven und gewinnen Sie neue Kraft. Nutzen Sie das persönliche Coaching, um Ihrem Herzen auf die Spur zu kommen. Sie können in diesem Zeitraum täglich anreisen und Einzelgespräche mit Ilona Dörr-Wälde vereinbaren.

QUELLENTAGE:

Neue Lebenskraft schöpfen

7. Juli und 25. August 2018

Entdecken Sie die Quellen eines erfüllten Lebens und tanken Sie neue Kraft auf. Wagen Sie eine neue Begegnung mit allen Sinnen und lernen Sie Ihre eigenen Ressourcen besser kennen. Nehmen Sie das eigene Leben in die Hand und fangen Sie an, Ihre Träume umzusetzen. Entdecken Sie eine neue Leichtigkeit in Ihrem Leben, indem Sie Ihre eigene Geschichte wertschätzen. Finden Sie eine gesunde Balance zwischen Leistungsfreude und Lebensglück. Entwickeln Sie im Dialog mit dem Schöpfer eine innere Stärke, die Sie durch den Alltag trägt. Spüren Sie den Herzschlag Ihrer eigenen Passion.

**IN DIESEM
SOMMER
BIETEN
WIR DREI
ANGEBOTE**

VITAMIN-G-KUR

16.–19. August 2018

Stärken Sie Ihr geistiges Immunsystem mit dem Vitamin G: Gemeinschaft. Der Körper kann nur mit Hilfe von Vitaminen die Aufnahme von Nahrung regulieren und dann in der richtigen Dosis verwerten. Was für den Körper die Vitamine, sind für den Geist Geschichten, Worte und Symbole, die ihm helfen, aus den täglichen Informationsfluten das jeweils passende aufzunehmen und zu verwerten. Gönnen Sie sich Zeit für Ihre inneren Prozesse und stärken Sie Ihre Leitbilder. Klären Sie Zwickmühlen unterschiedlicher Erwartungen oder eigener Ziele und lassen Sie sich durch die Gruppe ermutigen. Denken Sie nach über Ihre ganz persönliche größere Geschichte, die Ihnen Sinn und Heimat gibt. Setzen Sie sich mit Ihren Aufgaben auseinander und schärfen Sie Ihre Wirkkraft.



Die belebende Kraft der Kommunikation

Wenn sich der ganze Raum mit Wertschätzung und einem Gefühl der Verbundenheit füllt

Von Ilona Dörr-Wälde

Anne-Marie erzählt, wie sie auf ihrem Spaziergang eine Nachbarin getroffen hat und sie mit einem Strauß Blumen, tief berührt und glücklich, nach Hause gekommen ist. Anne-Marie hat etwas für sie sehr Kostbares mit uns geteilt und hat damit bei uns, den Zuhörern, ebenfalls eine erfrischende Lebendigkeit ausgelöst. Der ganze Raum füllt sich mit Wertschätzung und einem Gefühl der Verbundenheit. Spontan denke ich darüber nach, wie es dazu gekommen ist.

Mir kommt das lateinische Wort „communicatio“ in den Sinn. Es bedeutet etwas teilen, sich mitteilen. Das ist es. Gerade habe ich gelungene Kommunikation erlebt. Doch welche Schritte sind nötig für ein erfolgreiches Teilen? Unwillkürlich spüre ich ein merkwürdiges Gefühl in der Magengegend. Viele Episoden ziehen an meinem inneren Auge vorbei, in denen überhaupt keine Zeit war, etwas zu fühlen oder zu teilen. Die Information führt direkt zum Handeln und wehe, wenn ich nicht schnell genug reagiere, nicht pünktlich liefere. Stimmt, es gibt eine Phase der

Kommunikation, da gilt es, seinen Verantwortungsbereich auszufüllen und abzuarbeiten. Wenn um 4 Uhr der Wecker klingelt, damit ich um 10.55 Uhr in das Flugzeug steige, das mich zu dem Zielort einer geschäftlichen oder privaten Reise bringt, stehe ich auf und arbeite fast wie eine Maschine alle nötigen Schritte ab. Ich bin noch viel zu müde für erhebende Gefühle.

Vor einem Jahr sind wir mit unseren Gefährten nach Edinburgh geflogen. Anhand dieser Reise und ihrer Vorbereitung kann ich noch einmal gut nachvollziehen, welche Faktoren für eine gelingende Kommunikation wichtig sind:

1. Einen konkreten Begegnungsort finden

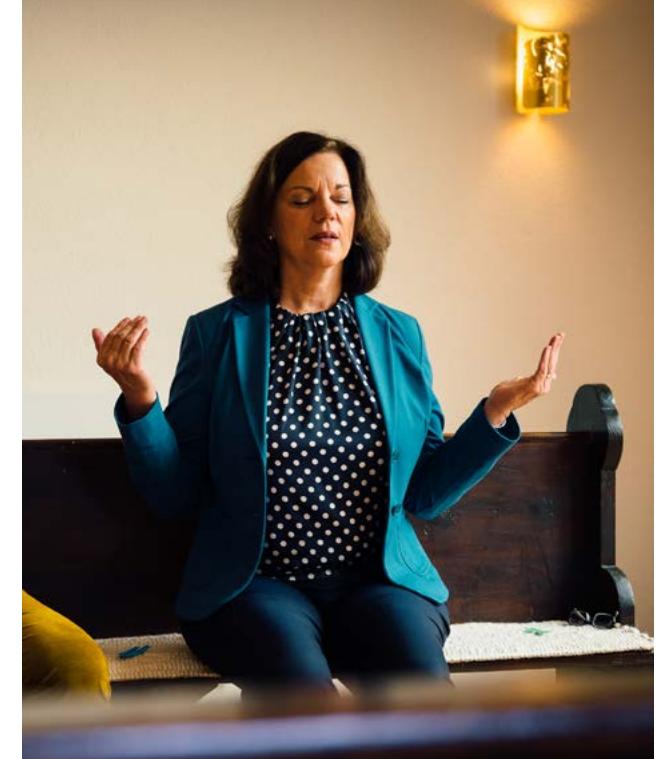
Bei einem unserer monatlichen Treffen sagt eine Gefährtin während des Kaffeetrinkens, dass sie sich eine gemeinsame Reise nach Iona wünscht. Das Stichwort Iona löst Erinnerungen aus und wir reden durcheinander. Nach kurzer Zeit kommt ein anderes Thema auf und erst mal ist die Idee wieder vom Tisch. Das heißt: Zunächst braucht es den Mut, sich mitzuteilen, seinen Wunsch zu teilen und sich anderen anzuvertrauen. Das ist ein Risiko. Es ist ungewiss, welche Reaktion mein Teilen auslöst. Es scheint so, als ob dieser Reisewunsch ins Leere gelaufen ist. Wir spürten kurz die verbindende Kraft der gemeinsamen Erlebnisse, aber der ausgesprochene Wunsch fand wenig Raum.

2. Zuhören und sich auf die Welt des andern einlassen

Ich habe die Worte der Gefährtin gehört und doch nicht wirklich zugehört. Innere Bilder von Iona steigen in mir auf. Ich rieche das Meer und erinnere mich an die Geschichte von Columba, aber bleibe ganz bei mir. Ein anderer erzählt von einem Film, und meine Gedanken gehen weiter.

Ich habe nicht wirklich zugehört. Erst, wenn ich tatsächlich in die Welt des andern einsteige, sozusagen meine Insel verlasse und bereit bin, seine Insel zu betreten, kann ich tatsächlich sehen und verstehen, was gemeint ist. Schnell passiert es, dass wir aneinander vorbeireden. Dann kommt nichts Neues zustande.

Was könnte ich tun, um meine Aufmerksamkeit zu fokussieren, bis ich tatsächlich verstanden habe und ganz bei dem andern angekommen bin? Ich hätte nachfragen können. Wie ist es zu diesem Wunsch gekommen? Was erwartest du von der Reise? Warum möchtest du ausgerechnet mit uns nach Iona gehen? Überraschend geht der Prozess weiter.



3. Ideen spinnen auf Augenhöhe

Mir fällt ein Artikel über eine Gemeinschaft in Wales in die Hände und ich schicke ihn weiter an die Gefährten. Einige informieren sich näher und beim nächsten Treffen äußern schon mehr den Wunsch, gemeinsam nach Großbritannien zu reisen. Ideen und mögliche Reiseziele werden geteilt. Jeder hat so seine eigenen Vorstellungen. Jetzt gilt es, jedem Vorschlag mit Wertschätzung zuzuhören. Es scheint keinen gemeinsamen Nenner zu geben. Dann ergreift einer das Wort und sagt: Lasst uns einen Termin suchen.

4. Spontanes Handeln aus einem persönlichen Antrieb heraus

Das Abwägen und miteinander Teilen der unterschiedlichen Vorstellungen hat in jedem die Energie geweckt, sich auf dieses Abenteuer einzulassen. Jetzt folgen konkrete Schritte. Termin kalender werden gewälzt, Reiserouten per E-Mail ausgetauscht, Vetos eingelegt, Bedenken geäußert, festgestellt, dass Downton Abby, das wir auf dem Weg besuchen wollten, zu der fraglichen Zeit geschlossen ist, neue Reiseziele gefunden und verworfen. Beinahe kippte das gemeinsame Vorhaben. Doch dann wurde es tatsächlich konkret.

5. Aufgaben übernehmen und verantworten

Urlaub nehmen, Übernachtung, Mietauto und Flug buchen und



*Geteilte
Freude
ist doppelte
Freude*

die entsprechenden Rechnungen bezahlen: Jeder übernimmt Aufgaben, handelt entschlossen und geht ein Risiko ein. Und dann geht es los. Wir sitzen im Flugzeug nach Edinburgh. Während der gemeinsamen Reise teilen wir tiefe und erfrischende, aber auch herausfordernde Erlebnisse. Dann kommt die Zeit, in der jeder seine Bereiche auch wieder loslassen muss. Zu Hause geht für jeden sein Leben weiter, das sich durch diese Reise verändert hat. Auch das Loslassen und Abschließen gehört zur gelungenen Kommunikation. Nur so kann sie in neuen Begegnungen wieder weitergehen.

Was bleibt, ist eine tiefe Verbundenheit und innere Ressourcen, die das weitere Leben bereichern und gelingen lassen. Wie das

Sprichwort sagt: Geteilte Freude ist doppelte Freude. Geteiltes Leid ist halbes Leid. Teilen macht lebendig und gibt Sinn. Wenn ich meine Geschichte teile, die mich ausmacht und bewegt, gewinnt sie an Bedeutung. Beglückende Energie fließt hin und her. Vielleicht ist es genau das, was erfülltes Leben ausmacht?

Deshalb möchte ich Sie ermutigen: Gönnen Sie sich Zeiten echter Kommunikation von Herz zu Herz mit Freunden, in der Familie mit der Natur, aber auch mit Kollegen und Kunden. Auch Geschichten von Prominenten und Vorbildern sind inspirierend. Geschichten aus dem Buch der Bücher sind großartiger Lehrmeister in Sachen guter Kommunikation. Machen Sie sich auf den Weg zu einem erfüllten Leben.

Impressum

Herausgeber: **Gutshof Akademie, Ilona & Rainer Wälde GbR (V.i.S.d.P.)**, Gutshof 2, 34621 Frielendorf, www.gutshof-akademie.de / Verlag: Rainer Wälde media, Gutshof 2, 34621 Frielendorf, Tel.: +49 5684 922 69 88, E-Mail: info@waeldemedia.de / Autoren: Rainer Wälde, Martina Haas, Ilona Dörr-Wälde / Lektorat: Dorothee Köhler, www.dorothee-koehler.de / Konzept: Sven Kaun / Gestaltung: Sarah Augustin, www.bluetezeit.biz / Druck: Schmidt printmedien / Fotos: Jonathan Linker, www.jonathan-linker.de, Janine Guldener, www.janine-guldener.com / Gedruckt auf umweltfreundlichem, chlorfrei gebleichtem Papier / Alle Rechte vorbehalten / Wiedergabe, auch auszugsweise, nur mit schriftlicher Genehmigung des Verlages / ISSN: 2193-6137 Postvertriebsstück: ZKZ 24882