



Hoesli - Falk M. & O.  
Muoshofstrasse 24  
CH 6102 Mal ters  
info@GESUNDLEBEN.org

Tel.: ++41 (0) 41 497 38 82  
[www.FREUDE-ERFOLG.ch](http://www.FREUDE-ERFOLG.ch)

Vitaself3 06.09

## **Dein Zuhören ist wichtig für Deine Wahrnehmung.**

Eine neue Qualität von Zuhören erweitert Deine Welt.  
Deine innere Freiheit entsteht durch Deine freien Gedanken.

Teil 2 FREIHEIT

### **Es gibt verschiedene Arten von Zuhören.**

**Das normale Ich-zentrierte Zuhören** schenkt dem Gegenüber nur wenig Aufmerksamkeit.

Es ist in Wirklichkeit mehr ein "sich selbst zuhören". Es wartet eher auf die Gelegenheit auch die eigenen Gedanken einzubringen.

Aussagen lösen beim Zuhörer automatisch Zusammenhänge aus die er einbringen möchte. Es ist schwierig ruhig zu bleiben.

Ich selber erlebe ebenfalls in interessanten Gesprächen wie ganze Kaskaden von Impulsen in meinem Hirn "losgetreten" werden die alle raus wollen. Dann muss ich das Zuhören üben und es gelingt mir immer besser.

Wird der Sprechende unterbrochen, so kann er seine Gedankengänge nicht beenden. **Wertvolle Impulse bleiben aus.** Sie gehen für Beide verloren.

**Das aktive Zuhören ist eine ganz andere Art von Aufmerksamkeit.**

Es wurde erst vor rund 40 Jahren erfunden und beinhaltet mehr aktive Zuwendung zum Gesprächspartner.

Mit Augenkontakt halten, mit klärenden Fragen sowie mit Feedbackschleifen bestätigst Du was gesagt wurde. Der aktive Zuhörer signalisiert, ja ich habe das Gesagte verstanden. Damit ermöglicht er auch Korrekturen bei Missverständnissen.

**Aktives Zuhören ist eine sehr wertvolle Methode. Sie kann nur durch Anwendung im Alltag zur Gewohnheit werden.**

Nun gibt es jedoch noch eine dritte Form des Zuhörens, die in vielen Fällen noch besser ist und die viele neue Ideen, Visionen und neue Gedankengänge erschafft.

**Du kannst sie "Möglichkeitszuhören" nennen.**

Dabei hörst Du mit voller Aufmerksamkeit und mit Augenkontakt einfach nur zu. Es gibt kein Sprechen und keine Fragen, denn Fragen können ein machtvolles Mittel Gespräche zu steuern und zu manipulieren sein.

Nur bei wirklichen Unklarheiten darfst Du kurz zurückfragen.

Ein "hmm" ab und zu zeigt dem Gesprächspartner dass Du da bist.

**Dieses „Möglichkeitszuhören“ soll den sicheren, speziellen "Raum" bieten, in den der Gesprächspartner alles "hineinsprechen" kann.**

Der Vorteil ist, dass der Redner ungestört seine Gedankengänge darlegen und aussprechen kann ohne abgelenkt zu werden.

**Vollständige Gedankengänge erzeugen neue Gedankenverbindungen und dadurch neue Erkenntnisse.**

Der Zuhörer profitiert durch die vollständigen Gedankengänge die zum Nährboden für neue Erkenntnisse, für kreative noch nie gedachte Gedanken und Möglichkeiten werden.

**Durch dieses neue Zuhören verändert sich Deine Welt positiv!**

Deine Weltsicht ist veränderbar!

**Erkenne, Du bist nicht Dein Weltbild. Es ist nur die Landkarte Deiner**

**Denkweise die Dich leitet und beeinflusst.**

Neues Zuhören erweitert also Deine Landkarte.

**Willst Du Dinge erleben die Du noch nie erlebt hast, musst Du Gedanken denke die Du noch nie gedacht hast und so erwarten Dich Wahrnehmungen und Gelegenheiten die Du noch nie gehabt hast.**

Denke was Du denken willst und Du wirst Dich dadurch unabhängiger von den Dich umgebenden Umständen fühlen! - Du wirst frei sein.

**Höre gut zu und du wirst in Deinem Inneren Freiheit erleben, durch Deine neuen Gedanken und Visionen.**

Baue Dir selbst Deine Freiheit!

Ich wünsche Dir viel Freude dabei.

Othmar Hoesli-Falk