

## KINTSUGI

金継ぎ

## Ein **Abbruch** muss **nicht** das **Ende** bedeuten

*Wenn etwas zu Bruch geht, muss es nicht verloren sein. So habe ich eine Erfahrung in Odanur gemacht, der Heimat meines Vaters in Indien. Wir waren da, als sein Geburtshaus - gebaut aus Lehm und Sand - abgerissen wurde. Als eine Schaufel auf etwas Hartes stieß, haben wir einen Fund gemacht. Es war der steinerne Kochtopf meiner Großmutter, in dem sie unter anderem das tägliche Reisgericht für meinen Vater zubereitet hat. Ich habe den Topf eingepackt und mit nach*

*Deutschland gebracht. Als Kochtopf kann ich ihn nicht mehr verwenden, da er eine kleine Bruchstelle hat und so nutze ich ihn als Blumenübertopf. Blicke ich auf den Topf mit den Blumen, bin ich jedes Mal gerührt, weil er schon eine so lange Familiengeschichte hat. Hätte man das Haupthaus nicht abgerissen, wäre der alte Topf meiner Oma auch nicht ans Tageslicht gerückt. Würde er heute nicht mein Herz erfreuen.*

## Ein **Bruch** lässt etwas **Schönes** entstehen

Kintsugi ist eine Restaurationstechnik in Japan.

Zerbrochene Scherben werden behutsam zusammengeführt, neu verklebt und mit Gold oder Silber bestäubt. Dadurch werden Risse auf besondere Art hervorgehoben und die neu kreierten Schalen und Krüge sind wertvolle Kunstwerke und seit 500 Jahren weltweit anerkannt. Die Ästhetik, die hinter Kintsugi steckt, nennt sich Wabi-Sabi. Sie bedeutet so viel wie die Schönheit im Vergänglichen, Alten oder Fehlerhaften zu verstehen. Eine einst zerbrochene Teeschale ist nicht minder wert, als eine makellose neue Schale. Vielmehr erlangt die Schale durch die aufwendige Restauration einen Wert, der kaum einzuschätzen ist.



Die Kunst ist ein Unendliches,  
jedes Kunstwerk ein Bruchstück,  
trotzdem es als ein  
Vollständiges erscheint.

Konrad Fiedler

## Aufbruch zu etwas Neuem

In unserem Leben kommt es immer wieder einmal zu einem Bruch.

Ein Kontakt zu jemanden verebbt nach vielen Jahren. Ein tiefer Riss in einer Beziehung scheint unüberwindbar. Oder die Gespräche verstummen - wir erleben einen Abbruch in der Kommunikation. Ein Bruch kann endgültig sein. Es gibt aber auch Brüche, die wir kitten können und möchten. Es ist uns eine Herzensangelegenheit.

Wir sehen das Schöne hinter dem Zerbrochenen. Wir wollen dran bleiben.

Nur wie kann ich einen Bruch, so schön wie bei der japanischen Technik des Kintsugi, zu etwas Positiven umgestalten und worauf muss ich achten?

## Wie mache ich ein **KINTSUGI**-Gespräch?

### **Optimismus:**

Ich bin optimistisch und suche selbst in schwierigen Situationen das Gute.

### **Akzeptanz:**

Ich akzeptiere den Anderen, die Situation und mich selbst ohne Vorbehalt. Ich akzeptiere, was der Bruch an Veränderung bringt.

### **Lösungsorientiert:**

Ich verbinde den Bruch mit wertigen Zielen und Lösungen. Ich nutze meine Gesprächskunst und entdecke Risse und Fehler als Möglichkeiten und Chancen.

### **Gelassenheit:**

Ich begegne dem Anderen mit Gelassenheit und Respekt für dessen Emotionen und gebe ihm dafür den notwendigen Raum und die dafür erforderliche Zeit.

### **Verantwortung:**

Ich entscheide bewusst, wie lange ich bei dem Bruch verweile. Wie und wann gehe ich in Handlung und fordere dabei das eigenverantwortliche Handeln des Anderen ein.

### **Sinn finden:**

Ich sehe und anerkenne den Wert des Bruchs und finde einen Sinn darin. Dieser Sinn ist mein Auf-Bruch zu meinen Zielen und Visionen.

„Energievampire“ von Susanne F. Gopalan

## Nächste Termine

**reset-Seminar** 31.07.-02.08.2020 | 30.07.-01.08.2021  
**move-seminar** 18.-20.10.2019 | 24.-26.04.2020

Wir senden Ihnen gerne Informationsmaterial zu.

Anfragen bitte per E-Mail an [seminar@gopalan.de](mailto:seminar@gopalan.de)

Susanne F. Gopalan | Performance Coaching & Training | Am Römerkastell 9 | 73525 Schwäbisch Gmünd |

Fon 0049 (0)1728725231 | [susanne@gopalan.de](mailto:susanne@gopalan.de) | [www.gopalan.de](http://www.gopalan.de)

Haben Sie kein Interesse an unserem moveletter, bitten wir um eine kurze Mitteilung per E-Mail

