

KONSTEN ATT LYSSNA

Enkelt och djupt



Boken *Konsten att lyssna* lär dig i fem steg att lyssna till en annan människa så att hon verkligen känner sig hörd. Allt du behöver finns i fem enkla övningar som du genomför tillsammans med en samtalspartner. Samtidigt lär du dig att lyssna på djupet i dig själv.

I första steget blir du medveten om att du är omedveten. Du ser att den del av dig som påstår att den lyssnar i själva verket inte alls lyssnar.

Sedan blir du bli medveten om hur delen som hindrar dig att lyssna fungerar. Du lär dig skilja mellan vad den säger och vad din samtalspartner säger.

I det tredje medvetandesteget kommer du i kontakt med den del av dig som kan konsten att lyssna på riktigt. Den finns redan i dig, färdig och klar.

När du kommer till fjärde kapitlet hittar du till din inre, bevittnande och lyssnande plats och du kan vara kvar där. Här beskrivs hur du behåller närvaron så att du inte ideligen tappar bort det du är medveten om.

Vid det femte kapitlet har du både den medvetenhet och den närvaro som krävs för att kunna lyssna. Nu kan du konsten. Här får du veta hur du kan njuta av den, hur du kan öppna för nya dimensioner och hur du kan använda den för att bidra till andra människors utveckling och lycka.

“Riktigt, riktigt bra! Verkligen tankeväckande, inspirerande och spännande att läsa.”

Christel Dopping, journalist

Om författaren

Bengt Renander (född 1958) arbetar sedan 1999 som coach, föredragshållare och ledare för utvecklingsprocesser. Han har hjälpt hundratals grupper och individer att utveckla sin kreativa och lyssnande förmåga.

Kontakt

Mail: bengt.renander@kreativitetsutveckling.nu

Telefon: 0708-10 76 38

Fakta om boken

Titel: Konsten att lyssna. Enkelt och djupt

ISBN 978-91-633-7303-9

Förlag: Kreativitetsutveckling AB

175 kr inklusive moms och frakt

Beställ boken på

www.konstenattlyssna.se

