Über Mediation und Lebenskunst

Mediation ist *Konfliktvermittlung* durch eine Vertrauensperson.

Mediation ist ein *gesetzlich geregeltes* Verfahren.

Mediation ist *vertraulich*.

Mediation ist *problem- und lösungsorientiert*.

Mediation ist *wirtschaftlich*.

Mediation ist *zeitschonend*.

Mediation ist *zielführend.*

Mediation macht *frei*.

Mediation ist ein wenig wie *Meditation*: Innehalten und zu sich finden.

Wie beim *Yoga* verbindet sie Haltung mit Flow.

Mit *Lebenskunst* hat Meditation Vieles gemein:

Interesse, Neugier, Lebendigkeit und Kreativität

und auch noch Gelassenheit ob des Ärgers und innerer Not.

Mediation braucht Fairness und nimmt Anleihe beim *Recht.*

*Recht-haben-Wollen* bekommt ihr ganz schlecht.

Mediation bewirkt *Klärung*

ganz ohne *Gericht.*

Wer den *Frieden* sucht, der scheue sie nicht!