



✨ TransformAbility Adventkalender ✨

Tag 1. „Der innere Kompass“

„Die innere Stimme ist der Kompass der Seele.“

Andreas Tenzer

Was treibt mich an und motiviert mich?
Was hindert mich und hält mich zurück?

Die Ausrichtung auf Wertvolles und Sinnstiftendes erfordert einen aufmerksamen Blick auf unsere Werte und Glaubenssätze. Dazu gehört die Fähigkeit, sein Welt- und Menschenbild kritisch wahrzunehmen und stetig weiterzuentwickeln. Hinderliche Glaubenssätze mögen wir verabschieden. Neue und heilvolle Haltungen willkommen heißen. Die Ausrichtung auf sinnstiftendes und werthaltiges Sein und Tun – der innere Kompass – ist in der „Kunst zur Transformation“ von essenzieller Bedeutung.

BEING, die erste Dimension der IDGs, richtet sich auf die Beziehung zum eigenen Selbst. Im ersten IDG-Transformationsbereich, dem "Sein", geht es darum, sich der eigenen Fähigkeiten, Ideale und Muster wie auch seiner Schattenseiten – als nützliche Potenziale – bewusst zu werden. Dadurch entsteht Selbstwirksamkeit, Selbstachtung und Selbstliebe.

In den Inner Development Goals, den IDGs, werden in fünf Dimensionen 23 Kompetenzen vorgestellt. Heute habe ich den "Inneren Kompass" vorgestellt.

Tag 2. „Integrität und Authentizität“

„Wer andere kennt ist weise.
Wer sich selbst kennt ist erleuchtet.“
Tao Te Ching

Worauf kann und will ich bauen?

Welche sind meine Werte und Tugenden?

Jeder Mensch ist einzigartig. Die Verwirklichung der Einzigartigkeit gelingt im Üben des „Erkenne dich Selbst“. Selbstwirksamkeit erfahren und Selbstbewusstsein bilden wirkt stärkend und fördert die natürliche Authentizität. Integre Menschen handeln achtsam und folgen schönen Idealen. Wer Integrität besitzt, lebt starke, moralische Prinzipien und verhält sich aufrichtig und vertrauensstiftend. Diese Tugenden sind es, die wir der Welt mehr wünschen.

BEING, die erste Dimension der IDGs, richtet sich auf die Beziehung zum eigenen Selbst. Im ersten IDG-Transformationsbereich, dem "Sein", geht es darum, sich der eigenen Fähigkeiten, Ideale und Muster wie auch seiner Schattenseiten – als nützliche Potenziale – bewusst zu werden. Dadurch entsteht Selbstwirksamkeit, Selbstachtung und Selbstliebe.

Die Inner Development Goals, kurz IDGs, beschreiben in fünf Dimensionen 23 Kompetenzen. Heute habe ich "Integrität und Authentizität" vorgestellt. Es ist das zweite Kompetenzfeld der Dimension BEING.

Tag 3. „Offenheit & Lernbereitschaft“

“Wir werden mit Liebe geboren.

Angst lernen wir.”

Marianne Williamson

Welche Herausforderungen stellen sich mir?

Wie kann und will ich diese meistern?

Lernen bedeutet ein neugieriges Verlassen der eigenen Komfortzone. Liebevolleres Öffnen und zuversichtliches Hineinwandern in Räume des Nichtwissens ist wesentlich für eine gelingende Transformation. Guter Zuspruch von außen und Selbstermutigung von innen dienen dem Loslassen. Hab' Mut und lass' dich couragiert auf das Neue ein! Altes gut sein lassen und Neues willentlich begrüßen, gehört zum Ein-Mal-Eins des Wandels. Du bist nicht allein. Gemeinsam mit deinen Weggefährter*innen schaffst du das.

BEING, die erste Dimension der IDGs, richtet sich auf die Beziehung zum eigenen Selbst. Im ersten IDG-Transformationsbereich, dem "Sein", geht es darum, sich der eigenen Fähigkeiten, Ideale und Muster wie auch seiner Schattenseiten – als nützliche Potenziale – bewusst zu werden. Dadurch entsteht Selbstwirksamkeit, Selbstachtung und Selbstliebe.

Die Inner Development Goals, kurz IDGs, beschreiben in fünf Dimensionen 23 Kompetenzen. Heute habe ich "Offenheit und Lernbereitschaft" vorgestellt. Es ist das dritte Kompetenzfeld der Dimension BEING.

Tag 4. „Selbstwahrnehmung“

“Wir sehen die Welt nicht wie sie ist,
sondern wie wir sind.”

Anaïs Nin

Wen erkenne ich, wenn ich in den Spiegel schaue?
Liebe ich das, was ich dort erblicke?

Sich liebevoll den Spiegel vorzuhalten, gehört zu einer tiefen Erfahrung. In Liebe erkenne ich zuvor nie wahrgenommene Realitäten. Freuden und Stärken werde ich dort ebenso entdecken wie Wunden und Schatten. Doch das "Erkenne dich selbst" macht mich erst wandlungsfähig. Es schlummern Potenziale darin, die ich heben kann. Eine gesunde Selbstwahrnehmung macht mich bekannt mit meinen Wesensteilen, meinem Ego, Ich und Selbst. All diese zu erkennen und anzunehmen, und lichtvolle wie schattenreiche Qualitäten zu integrieren, führt zum eigenen Wachstum. Und erwachsene Menschen ermöglichen auch ein Wachsen des Kollektiven - hin zum Meistern gemeinsamer Aufgaben.

BEING, die erste Dimension der IDGs, richtet sich auf die Beziehung zum eigenen Selbst. Im ersten IDG-Transformationsbereich, dem "Sein", geht es darum, sich der eigenen Fähigkeiten, Ideale und Muster wie auch seiner Schattenseiten – als nützliche Potenziale – bewusst zu werden. Dadurch entsteht Selbstwirksamkeit, Selbstachtung und Selbstliebe.

Die Inner Development Goals, kurz IDGs, beschreiben in fünf Dimensionen 23 Kompetenzen. Heute habe ich die "Selbstwahrnehmung" vorgestellt. Es ist das vierte Kompetenzfeld der Dimension BEING.

Tag 5. „Gegenwärtigkeit – Präsenz“

“Ich möchte singen wie ein Vogel,
ohne mich zu sorgen, wer zuhört
oder was sie denken.“

Rumi

Was schenkt mir das Hier und Jetzt?
Welche Fragen stellt mir das Leben?
Wie antworte ich durch mein Tun?

Präsenz ist das Erkennen eines jeden Moments als Geschenk. Das Hier und Jetzt ist der einzig wahre Zeitraum guten Seins. Nur dieser existiert wirklich. Wer Wachheit und Dankbarkeit für die Geschenke der Gegenwart entwickelt, kann diese machtvoll nutzen. Achtsamkeit und Resonanz üben – mit sich und mit der umgebenden Welt – erzeugt Präsenz und Resilienz. So müssen wir das stetig auf uns zukommende Neue nicht als Bedrohung erfahren, sondern können es voll Hoffnung und Zukunftsvertrauen empfangen.

Um die oft zitierte Zukunftsfähigkeit zu verwirklichen, braucht es auch Vergangenheitsfähigkeit und Gegenwartsfähigkeit. Vergangenheitsfähigkeit entsteht aus der persönlichen wie kollektiven Heilung alter Wunden. Zukunftsfähigkeit entsteht aus dem Vertrauen auf starke, motivierende Visionen. Gegenwartsfähigkeit entsteht aus der liebevollen Hingabe ans Sein. Hier und jetzt.

BEING, die erste Dimension der IDGs, richtet sich auf die Beziehung zum eigenen Selbst. Im ersten IDG-Transformationsbereich, dem "Sein", geht es darum, sich der eigenen Fähigkeiten, Ideale und Muster wie auch seiner Schattenseiten – als nützliche Potenziale – bewusst zu werden. Dadurch entsteht Selbstwirksamkeit, Selbstachtung und Selbstliebe.

Die Inner Development Goals, kurz IDGs, beschreiben in fünf Dimensionen 23 Kompetenzen. Heute habe ich die „Gegenwärtigkeit – Präsenz“ vorgestellt. Es ist das fünfte Kompetenzfeld der Dimension BEING.

Tag 6. „Kritisches Denken“

„Manche denken, uns festzuhalten macht uns stark. Doch manchmal ist es das Loslassen.“

Sylvia Robinson

Kann ich denken mit dem Herzen verbinden?
Schaffe ich es, eine gelungene Zukunft zu denken?

Eigene und fremde Denkmuster zu erkennen und kritisch zu hinterfragen, gehört zum geistvollen Menschen. Das urteilsfreie Wahrnehmen von Meinungen ist für mein waches Denken unerlässlich. Dazu gehört auch das Prüfen eigener und fremder Ansichten nach ihrer Wahrhaftigkeit. Kritisches Denken führt auch dazu, meine Meinung revidieren zu können. Ich möchte ein kritisches Denken einladen, das sich an Lösungen orientiert, und das den besten Gefährt*innen jederzeit zumutbar ist, weil es liebevoll beflügelt.

THINKING, die zweite Dimension der IDGs, richtet sich auf das „wie und was wir denken“. Das Entfalten unserer kognitiven Fähigkeiten gelingt, indem wir verschiedene Perspektiven einnehmen, Informationen neu bewerten und die Welt mitsamt der Menschheit als ein großes, zusammenhängendes Ganzes begreifen. Denn systemisches, langfristiges Denken ist eine wesentliche Voraussetzung für weise Entscheidungen.

Die Inner Development Goals, kurz IDGs, beschreiben in fünf Dimensionen 23 Kompetenzen. Heute habe ich das „Kritische Denken“ vorgestellt. Es ist das erste Kompetenzfeld der Dimension THINKING.

Tag 7. „Bewusstsein für Komplexität“

„Auf komplexe Fragen gibt es oft
überraschend einfache Antworten.“

Tom Borg

Wann gelingt es mir, komplexe Probleme einfach zu lösen?
Wie kann ich den Anfängergeist dazu einladen?

Ich habe gelernt, mein Denken zu wandeln. Ja, das geht. Meinungen und Denkmuster können wir ändern. Ich kann den unmittelbaren Zusammenhang meines Denkens mit meinen Handlungen und Reaktionen erkennen. Doch ich bin darin nicht gefangen. Ich kann bewusst aus toxischen Denkschleifen aussteigen. Komplexe Herausforderungen sind mit einem fragenden, scheinbar naiven Anfängergeist oft simpel lösbar. Das erweiterte Bewusstsein löst anders: im Fragen, im Zuhören, im Zeit geben, im Alle-mitnehmen. Wenn ich diese Fähigkeiten stärke und ihnen mutig Raum geben, ergeben sich oft unerwartet einfache Lösungen. Wichtig ist doch, dass wir mit und ohne plausible Kausalzusammenhänge denkfähig, handlungsfähig und liebesfähig bleiben. Frei nach dem Motto: „Was nicht einfach gelingt, gelingt einfach nicht.“

THINKING, die zweite Dimension der IDGs, richtet sich auf das „wie und was wir denken“. Das Entfalten unserer kognitiven Fähigkeiten gelingt, indem wir verschiedene Perspektiven einnehmen, Informationen neu bewerten und die Welt mitsamt der Menschheit als ein großes, zusammenhängendes Ganzes begreifen. Denn systemisches, langfristiges Denken ist eine wesentliche Voraussetzung für weise Entscheidungen.

Die Inner Development Goals, kurz IDGs, beschreiben in fünf Dimensionen 23 Kompetenzen. Heute habe ich „Bewusstsein für Komplexität“ vorgestellt. Es ist das zweite Kompetenzfeld der Dimension THINKING.

Tag 8. „Perspektivische Fähigkeiten“

„Willst Du Dich selbst erkennen,
Musst Du die Welt benennen.
Willst Du die Welt verstehen,
Musst Du in Dich gehen.“
Joachim Stiller

Wann gelingt mir ein heilsamer Perspektivenwechsel?
Wie komme ich raus aus der Opfer-, Täter- und Besserwisser-Rolle?

Die Fähigkeit, eine Situation aus unterschiedlichen Perspektiven betrachten, erfassen und bewerten zu können, gehören zum Standardrepertoire eines reflektierten Denkverhaltens. Dazu zählt auch das vorurteilsfreie Wahrnehmen der eigenen Ist-Situation. Das nicht-wertende Betrachten der eigenen Lebensumstände benötigt innere Arbeit. Denn dazu ist es erforderlich, innerlich zu sich selbst auf Abstand gehen zu können. Im Englischen wird dazu „going to the balcony“ gesagt – auf den Balkon gehen, um Abstand zu sich zu gewinnen. Selbstwahrnehmung und Selbstbewusstsein benötigen innere Distanz, um gut auf die eigenen emotionalen, mentalen und physischen Verfasstheiten blicken zu können.

Das Üben des nichtwertenden Betrachtens aus verschiedenen Blickwinkeln – beispielsweise aus der Sicht der Natur, der zukünftigen Generationen oder des globalen Südens – gehört zur Kompetenz erwachsener Menschen. Neugierde, Achtsamkeit und Bescheidenheit sind hilfreiche Haltungen. Die aktive Anwendung unterschiedlicher Perspektiven führt nicht nur zur besseren Einschätzung der Welt, sondern auch zur tieferen Selbsterkenntnis. Denn Selbsterkenntnis ist nicht nur der erste Weg zu Besserung, sondern auch ein wundersamer Weg, die Welt zu erkennen.

THINKING, die zweite Dimension der IDGs, richtet sich auf das „wie und was wir denken“. Das Entfalten unserer kognitiven Fähigkeiten gelingt, indem wir verschiedene Perspektiven einnehmen, Informationen neu bewerten und die Welt mitsamt der Menschheit als ein großes, zusammenhängendes Ganzes begreifen. Denn systemisches, langfristiges Denken ist eine wesentliche Voraussetzung für weise Entscheidungen.

Die Inner Development Goals, kurz IDGs, beschreiben in fünf Dimensionen 23 Kompetenzen. Heute habe ich „Perspektivische Fähigkeiten“ vorgestellt. Es ist das dritte Kompetenzfeld der Dimension THINKING.

Tag 9. "Sinnstiftung"

„Wollen wir eine Brücke schlagen von Mensch zu Mensch – und dies gilt auch von einer Brücke des Erkennens und Verstehens – so müssen die Brückenköpfe eben nicht die Köpfe, sondern die Herzen sein.“

Viktor Frankl

Wie synchronisieren wir Hirn-, Bauch- und Herzverstand?
Was stiftet tiefen Sinn und damit Kraft zur Transformation?

Die Fähigkeit, eigene und fremde Denk- und Handlungsmuster als förderlich, lebensfreundlich und heilsam zu erkennen – und ihnen damit Sinn zu geben – ist von wesentlicher Bedeutung für die Transformationsfähigkeit. Ich möchte Sinnvolles tun; möchte, dass mein Leben und Sein Sinn ergeben. Dabei werde ich jeden Augenblick gefragt, mich nach meinen Werten, Idealen und Sinnzuschreibungen zu entscheiden. Sinn entsteht nicht am Ende des Lebens im Rückblick. Sinnvolles und Sinnstiftendes wird jede Sekunde neu geschaffen – durch meine willentliche Entscheidung.

Hier gilt es auch, hinderliche und toxische Muster abzulösen und heilsame Gedanken, Worte und Taten aus dem Herzen erwachsen zu lassen. Die Meisterschaft liegt darin, durch mein Denken, Sprechen und Wirken sinnstiftend und heilsam für mich und meine Welt zu sein. Viktor Frankl meint: „Die Frage ist falsch gestellt, wenn wir nach dem Sinn unseres Lebens fragen. Das Leben ist es, das Fragen stellt; wir sind die Befragten, die zu antworten haben.“

THINKING, die zweite Dimension der IDGs, richtet sich auf das „wie und was wir denken“. Das Entfalten unserer kognitiven Fähigkeiten gelingt, indem wir verschiedene Perspektiven einnehmen, Informationen neu bewerten und die Welt mitsamt der Menschheit als ein großes, zusammenhängendes Ganzes begreifen. Denn systemisches, langfristiges Denken ist eine wesentliche Voraussetzung für weise Entscheidungen.

Die Inner Development Goals, kurz IDGs, beschreiben in fünf Dimensionen 23 Kompetenzen. Heute habe ich „Sinnstiftung“ vorgestellt. Es ist das vierte Kompetenzfeld der Dimension THINKING.

Tag 10. „Langfristige Orientierung und Visionen“

„Nichts auf der Welt ist so mächtig wie
eine Idee, deren Zeit gekommen ist.“

Victor Hugo

Was macht mir Mut?
Was gibt mir Hoffnung?
Woran glaube ich zutiefst?

Viele Jahrhunderte haben sich unterdrückte Menschen eine neue Staatsform gewünscht. Sie nannten die Idee der Souveränität des Volkes „Demokratie“. Als die Zeit gekommen war, wurden im Namen dieser Idee Revolutionen geführt. Die langgehegten Visionen von Demokratie wurden dadurch verwirklicht. Alle großen Visionen sind erst im Denken und Empfinden der Menschen beheimatet, bevor sie in die Realität treten. Die Charta der Menschenrechte wurde nach dem zweiten Weltkrieg aus einer tiefen globalen Zerrüttung heraus geboren. Artikel 1 spricht von Freiheit, Würde und vom Geist der Brüderlichkeit.

Das sind schöne, heilvolle Bilder. Leben ist für mich ohne diese hoffnungsvollen Bilder undenkbar. Mein ganzes Sein orientiert sich auf Bilder der Hoffnung, des Schönen und Gütigen. Ich weiß, dass die einzelnen Menschen wie auch die ganze Menschheit stetig besser, feiner und edler werden. In meiner Beobachtung arbeiten so viele Menschen beherzt an ihrer persönlichen, heilvollen Entwicklung. Damit unterstützen sie auch das kollektive Lernen und Heilwerden.

Denken in langfristiger Orientierung, in Kreisläufen, in Zusammenhängen und in größeren Kontexten hilft für diese Entwicklung außerordentlich. Am stärksten wirken Narrative einer schöneren Welt, die echten Bezügen zur eigenen Lebensrealität haben. Ich erzähle mir bewusst motivierende Geschichten des Gelingens, die sich in meinem Umfeld ereignen. Es erfordert die willentliche Entscheidung für dieses positive Denken. Ja, das eigene Denken kann und soll weiterentwickelt werden, um zum eigenen Heil und zum Wohl des Ganzen glückend beizutragen.

THINKING, die zweite Dimension der IDGs, richtet sich auf das „wie und was wir denken“. Das Entfalten unserer kognitiven Fähigkeiten gelingt, indem wir verschiedene Perspektiven einnehmen, Informationen neu bewerten und die Welt mitsamt der Menschheit als ein großes, zusammenhängendes Ganzes begreifen. Denn systemisches, langfristiges Denken ist eine wesentliche Voraussetzung für weise Entscheidungen.

Tag 11. „Wertschätzung“

„Der Mensch wird am Du zum Ich.“

Martin Buber

Wie schaffe ich sichere Räume des Vertrauens?
Wie lebe ich im Beruf wahrhaftige Wertschätzung?

Wertschätzung, die Fähigkeit, mit einem grundlegenden Gefühl der Achtung, Dankbarkeit und Freude auf andere und die Welt zuzugehen, ist stark vom eigenen Selbstwert abhängig. Wenn ich erfahren darf, dass ich selbst wirksam bin, wahrgenommen und als wertvoll geschätzt werde, dann führt das zur Selbstachtung. Und die Reflexion über meine eigene Wertschätzung verhilft mir zur Selbsterkenntnis. Wer andere selbstbewusst wertschätzt, möge das auch für sich selbst können.

Wertschätzung gilt auch im Beruflichen. Ich erlebe viel Würdigung und Würdigendes in weiten Teilen des Wirtschaftens. In allen mir bekannten Leadership-Seminaren lernen wir, dass der Erfolg des gesamten Systems, über den eigenen Erfolg zu stellen ist. In einem guten Team hängen alle voneinander ab. Lasst uns einander Wahrnehmen und Wert-Schätzen üben – und immer mehr schenken. Bitte. Denn der Mensch wird erst im wertschätzen des Du zu einem wahrnehmenden Ich.

RELATING, die dritte Dimension der IDGs, richtet sich auf die Qualität der Beziehungen zwischen uns und der Welt. Für die globale Transformation braucht es eine liebende und achtsame Fürsorge für andere, für das uns umgebende Umfeld und für die größere Welt. Wertschätzung, Fürsorge und das Gefühl der Verbundenheit mit anderen, z.B. mit Nachbarn, künftigen Generationen oder der Biosphäre, helfen uns, gerechtere und nachhaltigere Systeme und Gesellschaften für alle zu schaffen.

Die Inner Development Goals, kurz IDGs, beschreiben in fünf Dimensionen 23 Kompetenzen. Heute habe ich „Wertschätzung“ vorgestellt. Es ist das erste Kompetenzfeld der Dimension RELATING.

Tag 12. „Verbundenheit“

„Du und ich – wir sind eins. Ich kann dir nicht wehtun, ohne mich zu verletzen.“

Mahatma Gandhi

Wie forme ich starke Bande zueinander?
Welche Begegnung schafft Verbundenheit?

Verbundenheit heißt zu wissen, dass ich wo dazu gehöre, dass ich eine starke Bande lebe zu „meinen Menschen“. Hier darf ich sein. Da bin ich Mensch. Ganz anders erzeugt das Gefühl des Ausgeschlossenseins oft fruchtlose Destruktion und Zerstörung. Wenn ich mich angenommen und wertgeschätzt fühle, kann ich für mich und für andere ein Verhalten der Verbindlichkeit und Integrität prägen. Sich nicht isoliert zu wähnen, sondern mit dem größeren Ganzen verbunden zu sein, sich als Teil einer Gemeinschaft, ja der ganzen Menschheit und des globalen Ökosystems zu empfinden, ist Gebot der Stunde. Urvertrauen kann verlorengehen. Es kann aber auch wiedergewonnen werden. Wenn wir Liebe zeigen. Wenn wir Liebe leben.

RELATING, die dritte Dimension der IDGs, richtet sich auf die Qualität der Beziehungen zwischen uns und der Welt. Für die globale Transformation braucht es eine liebende und achtsame Fürsorge für andere, für das uns umgebende Umfeld und für die größere Welt. Wertschätzung, Fürsorge und das Gefühl der Verbundenheit mit anderen, z.B. mit Nachbarn, künftigen Generationen oder der Biosphäre, helfen uns, gerechtere und nachhaltigere Systeme und Gesellschaften für alle zu schaffen.

Die Inner Development Goals, kurz IDGs, beschreiben in fünf Dimensionen 23 Kompetenzen. Heute habe ich „Verbundenheit“ vorgestellt. Es ist das zweite Kompetenzfeld der Dimension RELATING.

Tag 13. „Bescheidenheit“

„Nie ist zu wenig was genügt.“

Lucius Annaeus Seneca

Wann ist genug genug?

Wie finde ich das rechte Maß?

„Bescheidenheit ist eine Zier“, sagt das Sprichwort. Den guten Charakter eines Menschen erkannte ich in seinem stillen, feinen und einfachen Sein. Wer in sich ruht, braucht nicht über seine Fähigkeiten und Leistungen prahlen. Viele Menschen sind mit einer helfenden und dienenden Grundhaltung ausgestattet. Sie sind in der Lage, in Übereinstimmung mit den Bedürfnissen der Situation, bescheiden und demütig zu handeln. Sie finden zur gebotenen Zeit am bestimmten Ort das rechte Maß. „Finde dein Maß!“, war die obligate Zukunftsweisung im antiken Delphi.

Wie schaffe ich es, ohne mich – infolge des grassierenden, narzisstischen Zeitgeistes – wichtig zu machen, um für die wesentlichen Dinge meine Stimme zu erheben? Kann ich für das gute Leben, die Nachhaltigkeit, den Reichtum und die Liebe sprechen, ohne mich um die eigene Wichtigkeit zu kümmern? Ich sehe Genügsamkeit und Demut als zentrale Tugend für das Gelingen der sich vollziehenden Transformation. Die Erde ist groß genug für ein gutes Leben aller, die in Ermutigung zur Demut heranwachsen.

RELATING, die dritte Dimension der IDGs, richtet sich auf die Qualität der Beziehungen zwischen uns und der Welt. Für die globale Transformation braucht es eine liebende und achtsame Fürsorge für andere, für das uns umgebende Umfeld und für die größere Welt. Wertschätzung, Fürsorge und das Gefühl der Verbundenheit mit anderen, z.B. mit Nachbarn, künftigen Generationen oder der Biosphäre, helfen uns, gerechtere und nachhaltigere Systeme und Gesellschaften für alle zu schaffen.

Die Inner Development Goals, kurz IDGs, beschreiben in fünf Dimensionen 23 Kompetenzen. Heute habe ich „Bescheidenheit und Demut“ vorgestellt. Es ist das dritte Kompetenzfeld der Dimension RELATING.

Tag 14. „Einfühlungsvermögen und Mitgefühl“

„Das Mitgefühl mit allen Geschöpfen ist es, was Menschen erst wirklich zum Menschen macht.“

Albert Schweitzer

Wie gelingt es mir, mich wirklich einzufühlen?

Kann ich mich selbst so lieben wie das, wofür ich meine höchste Liebe empfinde?

Die Fähigkeit, sich selbst, andere Menschen und die Natur mit liebender Freundlichkeit, sanftem Einfühlungsvermögen und wohlwollendem Mitgefühl zu begegnen sind meine täglichen Lernfelder. Deutlich wird mir fehlende Empathie vor allem dann, wenn Menschen sich selbst nicht liebend begegnen. Ich fühle mich dann oft beschämt und innerlich betrübt. Und ich wünsche dann im Stillen oder auch lautstark, dass sich Empathie und Freundlichkeit ausdehnt bis ins eigene Herz hinein.

Anderen liebend zu begegnen, wird im beherzten Wirtschaften durch die Orientierung auf den Menschen, die Mitarbeitenden und Kund*innen sichtbar. Doch soll dies nicht mit aufgesetzter Maske erbracht werden. Das erhöht nur den Stress und fördert den Leidensdruck. Tief empfundenenes Mitgefühl hilft, gemeinsam Krisen zu meistern und Missstände kooperativ zu überwinden.

„The work that reconnects“, die Weisheit der Tiefenökologie, nutzt die Natur als Lehrmeisterin und Heilerin. Transformative Prozesse und Rituale wie beispielsweise die Visionssuche werden erst im Wunder der Natur möglich. Und das Bewusstsein für echten Dialog, das achtsame Gespräch, das durch den anderen hindurch (dia) den Sinn (logos) erscheinen lässt, hilft im Üben und Pflegen des Einfühlungsvermögens in alles Leben. Einfühlsame Menschen, meinte Ernst Ferstl, sind hellichtig, hellhörig und hellfühlilig. Habt Mut euch zu erhellen!

RELATING, die dritte Dimension der IDGs, richtet sich auf die Qualität der Beziehungen zwischen uns und der Welt. Für die globale Transformation braucht es eine liebende und achtsame Fürsorge für andere, für das uns umgebende Umfeld und für die größere Welt. Wertschätzung, Fürsorge und das Gefühl der Verbundenheit mit anderen, z.B. mit Nachbarn, künftigen Generationen oder der Biosphäre, helfen uns, gerechtere und nachhaltigere Systeme und Gesellschaften für alle zu schaffen.

Tag 15. „Kommunikationsfähigkeiten“

„Kommunikation ist die Nabelschnur zum Leben.“
Britta Robertz

Wie kommuniziere ich vertrauensstiftend?

Wann gelingt eine dauerhaft gute Zusammenarbeit?

Wort, Schrift, Sprache, Gestik, Mimik und Rhetorik sind von größter Bedeutung, wenn es um die aktiven Fähigkeiten für gelingende Zusammenarbeit geht. Doch auch passive Fähigkeiten wie das stille Einfühlen und ruhige Zuhören, um einen echten Dialog führen und fördern zu können, sind von höchster Wichtigkeit. Ich habe zum Teil schmerzlich gelernt, dass es im guten Zusammenleben nicht allein um das gekonnte Vertreten der eigenen Meinung geht. Viel öfter geht es darum, die anderen wahrzunehmen und selbst wahrzugeben. Begebenheiten und Meinungen, Konflikte und Kontroversen in Ruhe aushalten und als konstruktive Möglichkeiten zu sehen, sind große Potenziale aneinander zu wachsen.

Es ist eine hohe Kunst, sich in unterschiedliche Gruppen kommunikativ so einzumischen, dass gemeinsame Herausforderungen gut gemeistert werden. Denn jede Zusammenarbeit wird auch von Signalen der Gefühlswelt und der körperlichen Sphäre mitbestimmt. Eine ganzheitliche Kommunikation macht diese Signale aktiv nutzbar. Ich möchte mein Denken über den andern, mein Einfühlen in den andern, mein Verstehen des anderen und mein Zusammenarbeiten mit dem andern so gestalten, wie ich selbst vom andern gedacht, gefühlt, verstanden und behandelt werden will. Ich bin wie ich handle und bin täglich ein Neuling.

COLLABORATING ist die vierte Dimension der IDGs. Eine florierende und für alle förderliche Zusammenarbeit bedarf profunder sozialer Kompetenzen. Für die gegenwärtigen globalen Anliegen brauchen wir die sozialen und miteinander kommunizierenden Fähigkeiten aller. „Niemanden zurückzulassen“, ist dabei keine gutgemeinte Forderung. „Leave No One Behind“ wird zum Generalschlüssel einer Transformation mit menschlichem Antlitz. Güte, Verlangsamung, Wahrgeben, Reichmut und Sinn liegen im liebevollen Fluss geteilter Gegenwart.

Tag 16. „Mitgestaltungsfähigkeiten“

„Nicht jeder Schatz besteht aus Silber und Gold.“
Captain Jack Sparrow

Wie schaffe ich es, dass mitgestalten darf wer kann und will?

Wann gelingt Ko-Kreation, die allem Lebendigen dient?

Nicht jede und jeder verfügt über die Kraft, die Gabe und das Recht auf Mitgestaltung. Vielen wird in Familie und Schule die Lust auf kreatives Gestalten verdorben. Allzu oft begegne ich verdrießte Seelen, die ihre Begabungen und Talente tief unter Kleinmut und Kleinkram vergraben haben. Doch ich sehe dich – hinter allem Zweifeln, Nörgeln, Zaudern und Bangen. Du bist ein liebender, ein hoffender, ein sehrender und herzender Mensch. Und du bist talentiert und begabt.

Wenn ich meine Kooperationsbeziehungen betrachte, so brauche ich für deren „Nachhaltigkeit“ ganz unterschiedliche Fähigkeiten. Ich übe darin Toleranz, Respekt, Beständigkeit, Offenheit, Einfallsreichtum, Demut, Nicht-Rechthaben-Wollen, sondern schöpferische und kreative Mitgestaltung.

Das Einlassen auf Ko-Kreation und Ko-Evolution ist mir dauerhaftes Training im Wachsen und Werden. Für das Schöpferische im Wechselspiel verschiedener Menschengruppen baue ich einen geschützten, sicheren und vertrauensvollen Raum. Ich versuche mich im „sozialen Yoga“, wie mein bester Freund zu sagen pflegt. Ich übe und scheitere täglich. Weil der Wille fürs Werk zählt, halte ich hingebungsvoll durch. Denn ich glaube an alle Menschen, darunter auch an mich.

COLLABORATING ist die vierte Dimension der IDGs. Eine florierende und für alle förderliche Zusammenarbeit bedarf profunder sozialer Kompetenzen. Für die gegenwärtigen globalen Anliegen brauchen wir die sozialen und miteinander kommunizierenden Fähigkeiten aller. „Niemanden zurückzulassen“, ist dabei keine gutgemeinte Forderung. „Leave No One Behind“ wird zum Generalschlüssel einer Transformation mit menschlichem Antlitz. Güte, Verlangsamung, Wahrgeben, Reichmut und Sinn liegen im liebevollen Fluss geteilter Gegenwart.

Tag 17. „Integrative Denkweise und interkulturelle Kompetenz“

„Wenn Fremde sich in unsre Lage fühlen,
sind sie wohl näher als die Nächsten, die
oft unsern Gram als wohlbekanntes Übel
mit lässiger Gewohnheit übersehn.
Johann Wolfgang von Goethe

Wie lerne ich mit der universellen Sprache des Herzens zu sprechen?
Wie viele Schattierungen meiner Selbst erlaube ich mir zu bejahen?

Die Welt ist bunt, vielfältig und divers. Ich bin bunt, vielfältig und in ach' so vielen Dingen divers und unentschlossen. Die Welt ist voll von Andersartigkeit und Unterschiedlichkeit. Und auch in mir sind Areale des Dunkelbunten und Himmelgrünen. Doch die Welt und inmitten dieser auch ich, sind geprägt von durchdringenden Gemeinsamkeiten und universellen Lebensgesetzen. Wie kann ich Getrennt-sein und gleichzeitiges All-eins-sein erfassen und leben?

Integratives Denken und interkulturelle Kompetenz hilft mir, die Vielfalt in der Welt, in den Kulturen, in der Natur, in allem Lebendigen und Menschlichen anzunehmen und anzuerkennen. Hierzu zählt auch die Kompetenz, Menschen und Organisationen mit unterschiedlichen Ansichten und Hintergründen ins eigene Wirken einzubeziehen. Wie gelingt mir das? Indem ich bisweilen als fremder Wanderer durch die vertrauten Gassen meiner Heimat schlendere – und staunen möge über so viel Wunder.

COLLABORATING ist die vierte Dimension der IDGs. Eine florierende und für alle förderliche Zusammenarbeit bedarf profunder sozialer Kompetenzen. Für die gegenwärtigen globalen Anliegen brauchen wir die sozialen und miteinander kommunizierenden Fähigkeiten aller. „Niemanden zurückzulassen“, ist dabei keine gutgemeinte Forderung. „Leave No One Behind“ wird zum Generalschlüssel einer Transformation mit menschlichem Antlitz. Güte, Verlangsamung, Wahrgeben, Reichmut und Sinn liegen im liebevollen Fluss geteilter Gegenwart.

Tag 18. „Vertrauen“

„Die wahre Liebe ist voller Vertrauen.“

Claudine Guérin de Tencin

Wie stifte ich das Wunder „Vertrauen“?

Was gebe ich, um Vertrauen dauerhaft zu mehren?

Vertrauen zu entwickeln, dauerhaft zu schenken und vertrauensvolle Beziehungen zu leben sind mir höchstes Anliegen. Lebenslänglich. Ich glaube, dass wir dann Vertrauen stiften, wenn wir gegenüber dem wahrhaft präsenten Sein treu, loyal und solidarisch sind. Dabei bemerke ich, dass sich mein Vertrauen oft im Wechselspiel von Kopf und Herz abhetzt. Der Kopf ist kritisch, doch unser Herz kann Urvertrauen. Andreas Tenzer formuliert es so: „Alles wird gut, posaunt das positive Denken. Alles ist gut, flüstert das Urvertrauen.“

Vertrauen über Grenzen, Kulturen und Kontinente hinweg zu pflegen, ist größtes Kapital in Politik, Wirtschaft und gesellschaftlichem Leben. Ich vertraue meinen besten Freunden. Ich vertraue meinen innigsten Partnern. Doch gelingt es mir, mein Vertrauen auch auf ein unbekanntes Du und auf die ganze Menschheit auszudehnen? Braucht es nicht gerade jetzt tiefes Urvertrauen in uns alle – als eine vernunft- und liebesbegabte lebendige Wesenheit?

Optimismus, Zuversicht, Glaube und Zutrauen fördern diese Grundhaltung. Vertrauen ist das Fundament für das friedvolle Zusammenleben auf unserem Planeten. Die gute Nachricht ist, dass verloren gegangenes Vertrauen wiedergelernt und wiedergewonnen werden kann. Hierzu darf der Blick am Wesentlichen weilen, am Langsamen und Behutsamen. Nicht müde werden, schreibt Hilde Domin, sondern dem Wunder – leise – wie einem Vogel – die Hand hinhalten.

COLLABORATING ist die vierte Dimension der IDGs. Eine florierende und für alle förderliche Zusammenarbeit bedarf profunder sozialer Kompetenzen. Für die gegenwärtigen globalen Anliegen brauchen wir die sozialen und miteinander kommunizierenden Fähigkeiten aller. „Niemanden zurückzulassen“, ist dabei keine gutgemeinte Forderung. „Leave No One Behind“ wird zum Generalschlüssel einer Transformation mit menschlichem Antlitz. Güte, Verlangsamung, Wahrgeben, Reichmut und Sinn liegen im liebevollen Fluss geteilter Gegenwart.

Tag 19. „Mobilisierungsfähigkeiten“

„Wir sind die, auf die wir gewartet haben.“

Ashley Yates

Wodurch motiviere ich dich und mich zum Wandeln?

Wie formiert sich eine Bewegung?

Die Fähigkeiten zur Mobilisierung sind gerade in Zeiten der Furcht und des persönlichen Rückzugs besonders gefordert. Andere zu inspirieren, zu motivieren und zu mobilisieren, sind Grundbedingungen für eine gelingende Zusammenarbeit. Nur wenn ich mich für gemeinsame Aufgaben und Ziele einsetze, will oder kann ich auch erwarten, dass sich jemand für Anliegen einsetzt, wenn meine Kräfte dafür nicht mehr reichen. Ich bin beflügelt von der Idee und der Erfahrung der Reziprozität.

Reziprozität wird das Prinzip der Gegenseitigkeit genannt und bedeutet, dass wir gegenseitig und wechselbezüglich voneinander abhängen. Es stellt ein tiefes Grundprinzip menschlichen Handelns in allen Kulturen und Erdteilen dar – und beschreibt das hin- und zurückfließen von Qualitäten: „wie ich dich behandle, so wirst du auch mich behandeln.“ Ich versuche gut zu sein und in Güte und Liebe einander zu begegnen. Dieses Verhalten kommt, so hoffe ich, immer wieder auch gut und liebevoll zu mir zurück.

Jedes gesunde Beziehungsnetz, das sind auch Wertschöpfungssysteme in der Wirtschaft, die sich für eine gerechte, inklusive und nachhaltige Welt einsetzen, sind erfüllt vom Gedanken der Reziprozität. Für mich bedeutet das, dass ich als ersten mich selbst motiviere, wenn ich wen anderen motivieren will. Dort wo es mir gelingt, mich selbst zu motivieren und zu mobilisieren, werden Taten und Aktivitäten anderer in diesem Sinne folgen. Ich bin mein erster Nachfolger. Und wir sind die, auf die wir immer schon gewartet haben.

COLLABORATING ist die vierte Dimension der IDGs. Eine florierende und für alle förderliche Zusammenarbeit bedarf profunder sozialer Kompetenzen. Für die gegenwärtigen globalen Anliegen brauchen wir die sozialen und miteinander kommunizierenden Fähigkeiten aller. „Niemanden zurückzulassen“, ist dabei keine gutgemeinte Forderung. „Leave No One Behind“ wird zum Generalschlüssel einer Transformation mit menschlichem Antlitz. Güte, Verlangsamung, Wahrgeben, Reichtum und Sinn liegen im liebevollen Fluss geteilter Gegenwart.

Die Inner Development Goals, kurz IDGs, beschreiben in fünf Dimensionen 23 Kompetenzen. Heute habe ich „Mobilisierungsfähigkeiten“ vorgestellt. Es ist das fünfte und damit letzte Kompetenzfeld der Dimension COLLABORATING.

Tag 20. „Mut“

**„Das habe ich vorher noch nie versucht –
also bin ich mir völlig sicher, dass ich es schaffe.“
Pippi Langstrumpf**

Was gibt mir Mut?

Wie ermutige ich andere?

Mut tut gut. Das wissen wir dann, wenn wir eine Herausforderung gemeistert haben, die uns zuvor Mut abverlangt hat. Im Mut und in der Ermutigung wachsen wir. Ja, ich sollte mir gelegentlich etwas zumuten, um lebendig und innerlich beweglich zu bleiben. Doch ich erlebe in vielen Initiativen und Unternehmen, dass mutiges Vorgehen nicht honoriert wird. In Schule und Erziehung wird Tapferkeit und Courage eher abtrainiert als eingeübt.

Wenn ich bestehende Ansichten in Frage stelle und beherzt von der Norm abweichende Entscheidungen treffen, gelte ich rasch als „ab-normal“ und „verrückend“. Doch jede Transformation braucht tiefgreifendes Verrücken. Tapferkeit ist jene Tugend, die ein Handeln bezeichnet, das trotz vermeintlicher Niederlage aus Gründen tiefer Überzeugung, Leidenschaft und Hingabe getroffen wird. Wenn alles zu scheitern droht und ich dennoch handle, weil ich muss, dann meine ich es wirklich ernst. Der Wille zählt. Dafür, so die alten Griechen, lieben uns die Götter.

Entschlossen zu handeln und, wenn nötig, bestehende Muster und Strukturen aufzubrechen, verlangt in der auf Effizienz, Fleiß (= lat. Industria) und Operationalität ausgelegten Wirtschaft großen Mut. Die gute Nachricht ist: der Muskel der Mutkraft kann trainiert werden, sooft er bewegt wird. Lasst und also couragiert und mutig bewegen!

ACTING / HANDELN ist die fünfte Dimension der IDGs. Das Innen bestimmt im Wesentlichen die im Außen vollzogenen Handlungen. Für die Nachhaltigkeit bedeutet dies, die sozial-ökologische Transformation engagiert im Beruflichen vorantreiben. Eigenschaften wie Mut und Optimismus helfen uns, echte Handlungsfähigkeit zu erlangen, alte Muster zu durchbrechen, originelle Ideen zu entwickeln und in unsicheren Zeiten mit Ausdauer zu operieren. Denn Erfolg hat, nach Goethe, drei Buchstaben: tun.

Die Inner Development Goals, kurz IDGs, beschreiben in fünf Dimensionen 23 Kompetenzen. Heute habe ich „Mut“ vorgestellt. Es ist das erste Kompetenzfeld der Dimension ACTING.

Tag 21. „Kreativität“

**„Du kannst Kreativität nicht aufbrauchen.
Je mehr du sie nutzt, desto mehr hast du.“**
Maya Angelou

Wie geht gemeinsames Kreieren?

Wie gestalte ich Räume, die zugleich förderlich für Vertrauen und Kreativität sind?

Originelle, bedeutsame Ideen entspringen in Umgebungen, die zugleich offen und befreiend als auch vertrauensstiftend und sicher wirken. Scheinbare Widersprüche wie Offenheit und Sicherheit, Vertrautheit und Fremde, Mann und Frau, jung und alt, bunt und einfarbig, mono und multi, laut und leise ergeben jene spannungsvollen Räume, in denen Kreativität gelingen kann. Auch das Sich-finden-lassen, das In-die-Antwort-hineinwachsen auf beherzt gestellte Fragen sind Möglichkeiten für Kreativität, die aus dem Stillen und Werden entspringt.

Serendipität bezeichnet das Finden und Innovieren von etwas, das ich ursprünglich gar nicht gesucht habe. Vielleicht betrachte ich die vielen täglichen Begegnungen einmal als glückliche Zufälle, um Neues und Unerwartetes im Alltäglichen zu entdecken. Denn glückliche Zufälle treffen nur den Vorbereiteten. Im nachhaltigen Sinne bin ich dann innovativ und kreativ, wenn ich konventionelle, nicht-nachhaltige Werte, Muster und Prozesse hinterfrage, schöpferisch durchbreche und durch andere – neue und auch altbewährte – Normen und Verfahren zu ersetzen wage. Denn die einzige Konstante in lebendigen Systemen, ist der stete Wandel.

Albert Einstein hat einmal gemeint: „Das wahre Zeichen der Intelligenz ist nicht Wissen, sondern Fantasie.“ Für den gelingenden Wandel braucht es fantastische Ideen, phantasievolle Ko-Kreation, keine Angst vor dem Fremden, dem Neuen und dem Scheitern - und eine Kultur der Wertschätzung. Willkommen fremde Kraft, die du mich zu dir traut. Du bist's, der ich bittend danke.

ACTING / HANDELN ist die fünfte Dimension der IDGs. Das Innen bestimmt im Wesentlichen die im Außen vollzogenen Handlungen. Für die Nachhaltigkeit bedeutet dies, die sozial-ökologische Transformation engagiert im Beruflichen vorantreiben. Eigenschaften wie Mut und Optimismus helfen uns, echte Handlungsfähigkeit zu erlangen, alte Muster zu durchbrechen, originelle Ideen zu entwickeln und in unsicheren Zeiten mit Ausdauer zu operieren. Denn Erfolg hat, nach Goethe, drei Buchstaben: tun.

Die Inner Development Goals, kurz IDGs, beschreiben in fünf Dimensionen 23 Kompetenzen. Heute habe ich „Kreativität“ vorgestellt. Es ist das zweite Kompetenzfeld der Dimension ACTING.

Tag 22. „Optimismus“

„Für den Optimisten ist das Leben kein Problem, sondern bereits die Lösung.“
Marcel Pagnol

Kann ich Optimismus lernen?
Sind Optimisten ansteckend?

Ja! Ja, zum Leben und zu Welt sagen! Michail Gorbatschow hat einmal gesagt: „Ich bin unverbesserlicher Optimist, selbst wenn es heißt: Chaos, Chaos, Chaos, Zerfall, Zerfall.“ Manchmal geht es mir auch so. Ich höre wie viele sagen, die Welt würde schlechter, betrüblicher und sie würden dadurch ängstlicher und matter. Ich bin obsessiver Optimist. Das ist keine Talent. Das ist meine tägliche Entscheidung. Situationen und Umstände haben oft mehrere Seiten. Ich entscheide mich bewusst für die lichte, helle, glückende. So gehe ich voran. Und mit mir wandeln sich auch die Umstände.

Ich möchte keine Welt um mich, die allein von Pessimisten entworfen und regiert wird. Das wäre unheilvoll. Optimismus hilft, heilt, beflügelt, aktiviert, schafft und macht. Wem das zu enthusiastisch ist, der möge Optimismus mit ruhiger, sinnlicher und einfühlsamer Lebensfreude, mit Lebensbejahung und Lebensfreundlichkeit gleichstellen. Das Gute zu sehen ist mir eine Lebensgrundlage geworden. Indem ich das Gute sehe, säe ich das Gute.

Klar weiß ich, dass die Welt auch traurig, ungerecht und schmerzvoll sein kann. Und bisweilen suchen mich Kummer und Unglück heim. Doch ich verharre nicht darin. Ich begrüße die Dunkelheit solcher Momente. Und ich gehe durch sie hindurch – traurig, schmerzlich und immer ängstlich. Doch am Ende des Gangs empfängt mich ein Licht. Immer wird mir die Morgenröte geschenkt. Ich sehe den Sonnenaufgang jeden Morgen. Ich sehe ihn auch hinter dichtem Wolkenmeer. Ich sehe mit dem Herzen.

ACTING / HANDELN ist die fünfte Dimension der IDGs. Das Innen bestimmt im Wesentlichen die im Außen vollzogenen Handlungen. Für die Nachhaltigkeit bedeutet dies, die sozial-ökologische Transformation engagiert im Beruflichen vorantreiben. Eigenschaften wie Mut und Optimismus helfen uns, echte Handlungsfähigkeit zu erlangen, alte Muster zu durchbrechen, originelle Ideen zu entwickeln und in unsicheren Zeiten mit Ausdauer zu operieren. Denn Erfolg hat, nach Goethe, drei Buchstaben: tun.

Die Inner Development Goals, kurz IDGs, beschreiben in fünf Dimensionen 23 Kompetenzen. Heute habe ich „Optimismus“ vorgestellt. Es ist das dritte Kompetenzfeld der Dimension ACTING.

Tag 23. „Beharrlichkeit“

**Was immer ich beginne, ich halte es durch,
ich bleibe beharrlich treu und vernichte niemanden.**
Hildegard von Bingen

Wem ist mein Herz geneigt?

Was beflügelt mich über alle Berge?

Erfolg erfolgt. Erfolgreiche Prozesse sind gekennzeichnet von stetem Bemühen, von Versuch und Irrtum, von Scheitern, um daraus gescheiter zu werden. Was lange währt wird endlich gut. Denn der Gewinn aus Langmut und Geduld sind resiliente, robuste und lebensbejahende Strukturen und Systeme. Entschlossenheit, Ausdauer und Standhaftigkeit sind wesentliche Kennzeichen für gelingende Unternehmungen. Wer solch' Kompetenzen erworben hat, kann das eigene Engagement dauerhaft aufrechterhalten.

Doch wie erwerbe ich die Fähigkeit einer beständigen Entschlossenheit? Für mich sind hier die beiden Zauberwörter: Widmung und Neigung. Jenes, dem sich mein Herz tief widmet und diejenigen, denen sich mein Inneres liebevoll zuneigt, geben mir alle Macht. „Die Neigung schlägt die Eignung“, habe ich einmal von [Othmar Hill](#) gehört. Für eine Mission sind jene Menschen, die im Herzen von der Mission überzeugt sind, stets denen vorzuziehen, die den Job aufgrund ihrer Eignungen besser machen könnten.

Meine Passion, meine Leidenschaft und Hingabe sind die Triebfedern im Uhrwerk der Beharrlichkeit. In vielen Dingen übe ich mich, langmütig, geduldig und frohgemut zu bleiben. Auch wenn meine Bemühungen hohen Aufwand bedeuten und lange Zeit brauchen, so weiß doch mein Herz, dass couragierter Einsatz einmal reiche Früchte tragen wird. Denn da sind meine Ideale, meine Hoffnungen und Träume. Sie beflügeln mich. Sie leiten mich in dunklen Nächten und mühevollen Niederungen. Ich lebe die Sehnsucht, dass der Mensch liebevoll und gut ist. In dieser Güte und Liebe möchte ich verharren. Immerdar.

ACTING / HANDELN ist die fünfte Dimension der IDGs. Das Innen bestimmt im Wesentlichen die im Außen vollzogenen Handlungen. Für die Nachhaltigkeit bedeutet dies, die sozial-ökologische Transformation engagiert im Beruflichen vorantreiben. Eigenschaften wie Mut und Optimismus helfen uns, echte Handlungsfähigkeit zu erlangen, alte Muster zu durchbrechen, originelle Ideen zu entwickeln und in unsicheren Zeiten mit Ausdauer zu operieren. Denn Erfolg hat, nach Goethe, drei Buchstaben: tun.

Die Inner Development Goals, kurz IDGs, beschreiben in fünf Dimensionen 23 Kompetenzen. Heute habe ich „Beharrlichkeit“ vorgestellt. Es ist das vierte und letzte Kompetenzfeld der Dimension ACTING.

Tag 24. „Hoffnung“

**„Höher als alle Vögel fliegen
Wunsch und Hoffnung.“
Spruch aus Java**

Was wage ich zu hoffen?

Wem halte ich meine Tür geöffnet?

Schritt für Schritt bin ich die letzten Wochen über die Kompetenzenleiter der IDGs geklettert. Ich bin über die Felder des SEINS, des DENKENS, der BEZIEHUNG, der ZUSAMMENARBEIT und des HANDELNS gewandert. Auf meiner Reise durch den Advent öffne ich nun das letzte Türchen. Es ist dies die Kraft, offen zu sein für das Wunder. Den letzten Tag meiner Reise widme ich der Hoffnung. Neben Glaube und Liebe gehört Hoffnung zu den drei großen Tugenden. Ich verstehe Hoffnung, wie sie uns Bruder David Steindl-Rast erklärt, als die Kunst, offen zu bleiben für das Höhere.

Im Wort Hoffnung wird die Offenheit zum Ausdruck gebracht, dass eine Fügung aus dem Übergeordneten, Größeren und Höheren heraus zu einer guten Wendung führt. Das „H“ in der Hoffnung steht für dieses Höhere. Darin können wir die Kraft der Natur, die Weisheit der Menschheit oder die Stärke des Lebens erkennen. In der H-offn-ung sind wir offen für das Höhere, Schöne und Gütige. Darum ist die Hoffnung jene Haltung, die bleibt, selbst wenn die eigenen Kräfte für das Notwendende nicht mehr zu reichen scheinen.

In ihrer Radikalität vertraut die Hoffnung auf die Hände und Kräfte des Größeren. Das tue auch ich. Ich vertraue auf die Weisheit, Güte und Schönheit unserer eigenen Spezies, des Menschen. Ich wage zu hoffen und glaube fest daran, dass uns die große Transformation als ein lichtvoll durchdachtes Streben und beherztes Anliegen der ganzen Menschheit gelingt. Der Glaube an die Welt stütze und geleite mich! Die Hoffnung auf das Glückende weise mir den Weg! Die Liebe für die Menschen führe mich durch alle inneren und äußeren Stürme – heim ins Wesentliche.

Die Inner Development Goals, kurz IDGs, beschreiben in fünf Dimensionen 23 Kompetenzen. Heute habe ich die Kompetenz der „Hoffnung“ vorgestellt. Sie ist wie viele andere Kompetenzen nicht explizit in den IDGs enthalten. Denn uns Menschen macht eine Vielzahl wundervoller Eigenschaften, Fähigkeiten und Tugenden aus. Alle gehören zu uns, die Hellen und die Dunklen, die Lauten und die Leisen, die Schrilla und die Stillen, die Worte und die Weisen, die Taten und Gedanken, das Bitten und das Danken.

Gemeinsam mit [Sylvia Brenzel](#) und [Jochen Reiter](#) biete ich gemeinsam mit [respACT - austrian business council for sustainable development](#) und [Pioneers of Change](#) ab April 2024 die Ausbildung „TransformAbility“ zu den IDGs und deren Verbindung zu den SDGs an. Wenn du mehr erfahren willst, schau' beim Webinar am 10. Jänner 2024 um 19:30 vorbei:

<https://lnkd.in/guMaRAf2>

[#InnerDevelopmentGoals](#)

[#GlobalTransformation](#)

[#SustainableSkills](#)