

Das christlich-psychologische eMagazin

# ge|halt|voll

alltäglich – verbindend – außergewöhnlich



**Weisheit**  
für jedermann

**Das Weisheitsstudio**

7.1|2019

**Weisheit** (engl. wisdom)  
Verständnis von Zusammenhängen  
und Herausforderungen

Es gibt mehrere Definitionen  
zwischen Rationalität und Intuition  
Weitgehende Übereinstimmung  
Unabhängigkeit zeugt:

- zu denken („eine weise Person“)
- zu sagen („ein weises Wort“)
- ein weises Handeln

# Editorial

---

Diese ge|halt|voll-Ausgabe will Appetit darauf machen, nicht das Richtige, auch nicht das Wahre zu tun oder weiterzugeben, sondern das Passende herauszufinden. Passend zum anderen, zu seiner aktuellen Situation, zu seinen Lebensbedingungen, also weise zu handeln. Dazu braucht der Leser normale „Dummheit“ und Veränderungsbereitschaft, letztere nicht, um weise oder sogar ein Weiser werden zu wollen, sondern „nur“ etwas weiser. In der deutschen Sprachgeschichte ist das Wort Weisheit aus „weisen“, nicht aus „wissen“ hervorgegangen. Weisheit meint, dem Empfinden unserer Vorfahren nach, weisende Wahrheit: Gedanken und Einsichten, die über das hinausweisen, was wir bisher wissen, denken und fühlen.

Freuen Sie sich auf Impulse aus christlich-biblischer Sicht, aus der Weisheitsforschung und von ge|halt|voll-Lesern, die von ihren

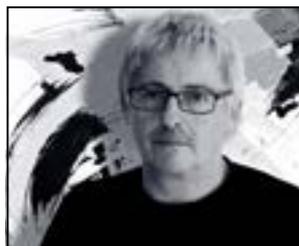
Erfahrungen mit den hier vorgestellten Weisheitsübungen berichten.

„Bitte Herr, gib mir weise Worte“ sollte unser alltägliches Gebet werden.

Werner May, Herausgeber



Henry Wirth, Creative Director



# Bisherige Ausgaben mit ge|halt|vollen-Themen:

Mit einem **Klick auf die bisherigen Titelbilder** auf der nächsten Seite sind Sie beim jeweiligen Thema



## **Gebrauchsanweisung:**

Ein interaktives e-Magazin zu lesen,  
mag ungewohnt sein:

Hilfreiche Tipps (vergrößern, aus-  
drucken...) finden Sie hier 

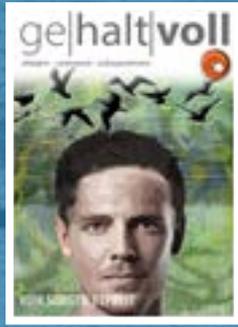
So bestellen Sie eine Printausgabe 

Werden Sie ge|halt|voll Abonnent 

ge|halt|voll **Nr.1**  
Urvertrauen,  
Kreativität, Vorfreude



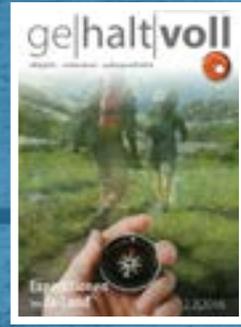
ge|halt|voll **Nr. 2.1**  
**gehalten:** Vom  
Sorgen befreit



ge|halt|voll **Nr. 2.2**  
**halten:** Ein Habender  
werden



ge|halt|voll **Nr.2.3**  
**gehaltvoll:** Expeditio-  
nen ins Ja-Land



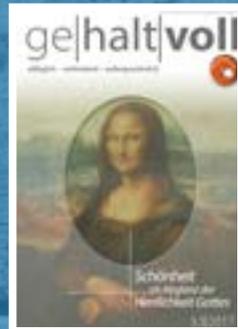
ge|halt|voll **Nr. 3.1**  
**gehalten:** Das Recht  
auf Ruhe



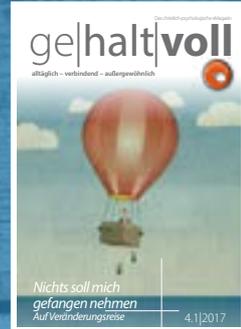
ge|halt|voll **Nr. 3.2**  
**halten:** Unsere Bilder  
von anderen öffnen



ge|halt|voll **Nr. 3.3**  
**gehaltvoll:** Schönheit als  
Abglanz d. Herrlichkeit Gottes



ge|halt|voll **Nr. 4.1**  
**gehalten:** Auf  
Veränderungsreise



ge|halt|voll **Nr. 4.2**  
**halten:** Trösten ist  
unverzichtbar



ge|halt|voll **Nr. 4.3**  
**gehaltvoll:** Die Kunst  
der Synergie



ge|halt|voll **Nr. 5.1**  
**gehalten:** Du brauchst  
dich nicht zu schämen



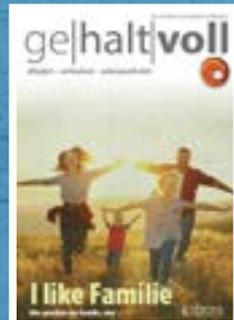
ge|halt|voll **Nr. 5.2**  
**halten:** Das Agape-  
Projekt



ge|halt|voll **Nr.5.3**  
**gehaltvoll:** Ganzheit-  
liche Zeitplanung



ge|halt|voll **Nr.6.1**  
**gehalten:** I like  
Familie



ge|halt|voll **Nr.6.2**  
**halten:** Ermutiger  
gesucht



ge|halt|voll **Nr.6.3**  
**gehaltvoll:** Alltägliche Selbst-  
verständlichkeiten entstauben



# ge|halt|voll

## Inhalt **Nr. 7.1**

- 3 Editorial
- 4 Gebrauchsanweisung, bisherige ge|halt|voll Ausgaben
- 6 Inhaltsverzeichnis
- 8 **halten: „Weisheit erwerben ist besser als Gold“** (Sprüche 16, 16)
- 10 Das Studioteam
- 12 Buch der Weisheit 8,2-9
- 13 Die biblische Landkarte der Weisheit
- 14 Interview mit Johannes Haack: Die Weisheitsforschung
- 16 Weisheit ist nicht gleich Weisheit
- 17 Ein Beispiel für Weisheit
- 18 Was möchten wir unter Weisheit verstehen?
- 19 Praxis 1: Meine Weisheits-Stärken und -Schwächen: Selbstcheck
- 20 Praxis 2: Kenne ich regelmäßige Auswertungs- und Verarbeitungszeiten?
- 22 Praxis 3: Sich von Weisheiten anderer inspirieren lassen – geht das?  
Persönlicher Bericht von Mickey Wiese
- 24 Wie gerne würdest du als weise gelten? Eine Frage an gehaltvoll-Leser
- 25 Gedicht: Immer mehr

- 26 Praxis 4: Sichere Unsicherheit erwerben - Zwei Tipps
- 28 Praxis 5: Für den anderen sein: biographische, kulturelle Sichtweisen einnehmen können und situative Bedingungen berücksichtigen
- 29 Praxis 6: Erste „kleine“ Selbsteinsichten, warum ich so wenig um Weisheit bitte
- 30 Ist Coaching praktizierte Weisheit? Christoph Schalk
- 32 Sind die Wirtschaftsweisen wirklich weise?
- 34 Gibt es Tiere, die als weise gelten?
- 35 Warum ist die Eule ein Symbol für Weisheit?
- 36 Praxis 7: Kennst du einen weisen Menschen?
- 38 Biblische Türen zur Weisheit: Betrachtungen von Elfriede Koch
- 40 Biblische Türen zur Weisheit: Betrachtungen von Andreas Franz
- 42 Weisheiten aus der ganzen Welt kreuz und quer
- 44 Andreas Schmidt zur App2Heaven
- 46 BuchTipp: Die Kinder-Weisheitsschule
- 47 Der ge|halt|**volle** Begriff 7.1: Gewinnreicher Verzicht
- 48 ge|halt|**volle** Horizonterweiterung 7.1: Ihre Stimme hören: Rembrandt und Gletschermann Ötzi
- 50 Wolframs ge|halt|**voller** Witz 7.1:
- 52 Impressum
- 53 Vorschau Nr. 7.2 gehalten: Oskarreif - Das einzigartige Leben jedes Menschen bestaunen
- 54 Gedicht: In den Jahren der Weisheiten



7.1

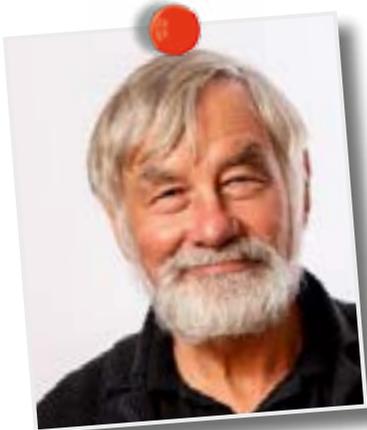
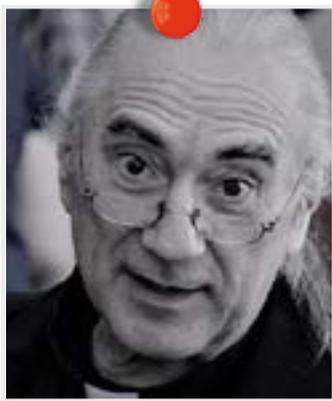
Das Weisheitstudio



„Weisheit erwerben ist besser  
als Gold“ (Sprüche 16, 16)

# Das Studio-Team:





# BUCH DER WEISHEIT **8, 2-9**

**2** Die Weisheit hab ich geliebt und gesucht von meiner Jugend an und danach getrachtet, sie mir zur Braut zu nehmen, und ich hab ihre Schönheit liebgewonnen.

**3** Sie zeigt sich ihrer edlen Herkunft würdig, indem sie bei Gott lebt; und der Herr aller Dinge hat sie lieb.

**4** Denn sie ist in Gottes Wissen eingeweiht und wählt aus, was Gott tut.

**5** Ist aber Reichtum ein Gut, das man im Leben begehrt, was ist dann reicher als die Weisheit, die alles schafft?

**6** Ist's aber Klugheit, die etwas schafft, wer in aller Welt ist dann ein größerer Meister als die Weisheit?

**7** Hat aber jemand Gerechtigkeit lieb - so ist es die Weisheit, die die Tugenden wirkt; denn sie lehrt Besonnenheit und Klugheit, Gerechtigkeit und Tapferkeit, und nichts Nützlicheres als dies gibt es im Leben für die Menschen.

**8** Begehrt aber jemand Erfahrung und Wissen - so ist es die Weisheit, die das Vergangene kennt und das Zukünftige errät. Sie versteht sich auf gewandte Rede und weiß, Rätsel zu lösen. Zeichen und Wunder erkennt sie im Voraus und was Stunden und Zeiten bringen werden.

**9** Ich habe daher beschlossen, sie mir zur Gefährtin zu nehmen, denn ich wusste, dass sie mir ein Ratgeber zum Guten sein würde und ein Trost in Sorgen und Traurigkeit.

## Die biblische Landkarte der Weisheit

Die Aussagen der Bibel zu unserem Thema Weisheit ergeben ein vielschichtiges Bild.

Wurde es im Alten Testament zuerst als ein kluges Verhalten des Menschen im Allgemeinen bezeichnet, das ihm die Meisterung des Lebens ermöglicht, wurde es im weiteren Verlauf immer mehr in die Beziehung zu Gott eingebunden. „Der Weisheit Anfang ist die Furcht des Herrn.“ (Spr 9,10) Weisheit wird dann letztlich sogar personifiziert: „Die Weisheit ruft laut auf der Straße und lässt ihre Stimme hören auf den Plätzen.“ (Spr 1, 20)

Der Weisheit Schüler ist wie ein Liebhaber und gewinnt alle Seligkeiten der Gemeinschaft mit ihr (Sir. 14, 20-27).

Im Buch der Weisheit ist die Weisheit nicht nur bei der Schöpfung anwesend, sondern selber Schöpferin (7,12), was einer göttlichen Personifizierung gleichkommt.

Daneben wird immer wieder deutlich, dass Weisheit ein Geschenk Gottes ist, so zum Beispiel bei Salomo (1. Kön 3,5-14).

Alle diese Aspekte finden sich, wenn auch nicht so zahlreich, im Neuen Testament wieder, aber auch die Warnung vor der Weisheit der Welt.

„Auch ich, meine Brüder und Schwestern, als ich zu euch kam, kam ich nicht mit hohen Worten oder hoher Weisheit, euch das Geheimnis Gottes zu predigen. Denn ich hielt es für richtig, unter euch nichts zu wissen als allein Jesus Christus, ihn, den Gekreuzigten. Und ich war bei euch in Schwachheit und in Furcht und mit großem Zittern; und mein Wort und meine Predigt geschahen nicht mit überredenden Worten der Weisheit, sondern im Erweis des Geistes und der Kraft, auf dass euer Glaube nicht stehe auf Menschenweisheit, sondern auf Gottes Kraft. (1. Kor 2, 1-5)

### Zwei neue Aspekte treten uns deutlich entgegen:

■ Weisheit als Charisma (1.Kor 12,8), also eine Wirkung des Heiligen Geistes in uns.

■ und die Aufforderung, um Weisheit zu bitten für jedermann: „Wenn es aber jemandem unter euch an Weisheit mangelt, so bitte er Gott, der jedermann gern und ohne Vorwurf gibt; so wird sie ihm gegeben werden.“ (Jak 1,5)

*(Nach Lothar Coenen u. a., 1986: theologisches Begriffslexikon zum neuen Testament. Brockhaus. Wuppertal)*

# Interview mit Johannes Haack: Die Weisheitsforschung

**ge|halt|voll:** Weisheit ist schon ein uraltes Thema, aber Weisheitsforschung oder Weisheitspsychologie gibt es wohl noch nicht solange. Woher kommt dieses Zögern?

**Johannes Haack:** Empirisch arbeitende Psychologen haben lange gezögert, sich mit einem so komplexen Thema zu befassen. In der Philosophiegeschichte hat es viele faszinierende, aber auch gegensätzliche Positionen zum Thema Weisheit gegeben. Für präzise denkende Wissenschaftler schienen viele Weisheitskonzepte zu nebulös, schwer in klare Definitionen übertragbar und mit dubiosen Messmethoden verbunden.

Seit etwa 20 Jahren gibt es aber einen stetig anwachsenden Forschungsboom mit vielen qualitativen und quantitativen Studien. Das im März 2019 erschienene renommierte Cambridge Handbook of Wisdom dokumentiert in 32 Kapiteln dieses gewachsene Forschungsinteresse. Weltweit befassen sich inzwischen Psychologen und Neurowissenschaftler in 26 WeisheitsPraxisorten mit dieser Schlüsselkompetenz von Menschen.

**ge|halt|voll:** Wie wird denn in der Psychologie „Weisheit“ überhaupt definiert?

**Johannes Haack:** Weisheit wird in der Psychologie als Kompetenz oder Expertise im Umgang mit herausfordernden Fragen der Lebensgestaltung und Lebensdeutung definiert. Grundlage dafür ist ein

reicher Erfahrungsschatz aus Faktenwissen, aber auch aus pragmatischem Wissen, das jemand in die Lage versetzt, in herausfordernden Situationen dieses Wissen kontextspezifisch einzusetzen. Zu diesem letzten Bereich gehören auch alle jene Fähigkeiten, die mit dem weisen Umgang mit anderen Menschen zu tun haben, zum Beispiel mit Empathie, Umsicht und sensibler Beratung.

Im Verständnis einer Psychologie des Lebenslaufs entsteht Weisheit nicht durch die Lektüre kluger Bücher, sondern durch die persönliche Bewältigung lebensverändernder Ereignisse. Dazu können schwierige Ereignisse gehören wie ein Ortswechsel, eine Berufskrise, eine lange Krankheit oder der Verlust eines Partners. Weisheit kann aber auch durch das Erleben positiver erfüllender Ereignisse gefördert werden wie Jobangebote, Traumpartner, die Geburt eines Kindes.

**ge|halt|voll:** Wer waren die Pioniere für diesen neuen Forschungsbereich?

**Johannes Haack:** Als einer der einflussreichsten Forscher ist sicherlich der 2006 verstorbene Psychologe Paul Baltes zu nennen, der am Max-Planck-Institut für Bildungswissenschaften (Human Development) das Berliner Modell der Weisheitsforschung entwickelt hat. Ich hatte die Gelegenheit, ihn bei einigen Vorträgen selbst zu hören. Viele weltweit tätige renommierte Weisheitsforscherinnen wie zum Beispiel Monika Ardelt, Judith Glück und Ursula Staudinger waren seine Mitarbeiterinnen in Berlin. Paul Baltes hat mit seinem Team die Methode der Weisheitsparadigmen entwickelt. Seine Studienteilnehmer wurden dabei aufgefordert, über die ihnen vorgelegten Beschreibungen von kriti-

schen Lebenssituationen laut nachzudenken. Ziel dabei war, einen intimen Einblick in die Prozesse der Problemlösung zu erhalten.

Eine weitere Forschungsmethode ist das Interview mit Menschen, die von anderen als weise nominiert wurden. Die Nominierungsmethode ist ein Versuch, die Personen zu finden, die unabhängig von Alter, Geschlecht, Status und Intelligenz von ihren Mitmenschen als lebenskluge Persönlichkeiten und wertvolle Ideengeber, Berater und Begleiter in einer Gesellschaft betrachtet werden, sich selbst aber nie als weise bezeichnen würden. In einer Gesellschaft, in der Image und Selbstvermarktung oft fehlende innere Qualitäten verdecken, ist dieses Verfahren eine Hilfe für die Forscher, um selbst ernannte Weise aus Interviewstudien auszuschließen.

Außerdem sollte man noch das einflussreiche Balance-Modell zur Weisheit des nordamerikanischen Psychologen Robert Sternberg erwähnen. Aus seiner Sicht erzeugen persönliche Intelligenz, gesunder Alltagsverstand und Wissen, vermittelt durch positive ethische Werte, eine Balance zwischen intrapersonalen Interessen (ich selbst), interpersonalen Interessen (meine Mitmenschen) und extrapersonalen Interessen (Institutionen, Umwelt).

**ge|halt|voll:** Was waren für dich dabei vor allem wichtige Ergebnisse?

**Johannes Haack:** In vielen Interviewstudien wurde deutlich, dass weise Menschen sich der Tatsache bewusst werden, dass Veränderungen zum Leben gehören und dass sogar negative Veränderungen und Krisen eine Chance bieten, als Mensch zu reifen und zu wachsen. Zum Beispiel wurde von einer weisen Interviewpartnerin dafür die

Metapher des Schleifens benutzt. So können durch den unangenehmen Prozess des Abriebs an einem Stein neue glatte und funkelnde Seiten hervorkommen.

In einem der ambitioniertesten Weisheitsmodelle, dem MORE-Modell der Klagenfurter Psychologin Judith Glück, werden 5 innere Ressourcen genannt, über die weise Menschen offenbar verfügen. Hilfreich für die Entwicklung von Weisheit sind natürlich auch äußere Ressourcen wie die Vorbildfunktion und Unterstützung durch andere Menschen. Offenbar ist es aber notwendig, auch über ausgeprägte innere Ressourcen zu verfügen, um an kritischen Lebensereignissen zu wachsen und durch die Auseinandersetzung mit ihnen Weisheit zu entwickeln. Aktuell untersucht Judith Glück gelingendes professionelles weises Handeln und Weisheitshindernisse bei Lehrerinnen/Lehrern und Managerinnen/Managern, zwei Berufsgruppen, bei denen diese Kompetenz wirklich täglich gefragt ist.

**ge|halt|voll:** Um welche inneren Ressourcen geht es denn dabei konkret?

**Johannes Haack:** Es geht dabei um die folgenden Ressourcen:

1. Offenheit für Neues
  2. Emotionsregulation – ein kluger Umgang mit eigenen Gefühlen
  3. Einfühlungsvermögen – Empathie
  4. Reflektivität – komplexe Zusammenhänge verstehen wollen und hinterfragen
  5. Akzeptanz von Unkontrolliertheit – die Einsicht, dass wir nur eine begrenzte Kontrolle über die Dinge haben, die in unserem Leben passieren.
- Liegen diese fünf Ressourcen vor, sicherlich in unterschiedlicher individueller Ausprägung, dann

können herausfordernde Lebensereignisse wie Katalysatoren zur Ausprägung von Weisheit führen.

Wie diese fünf Ressourcen miteinander dazu beitragen, muss noch weiter erforscht werden. Einen wirklich anregenden verständlichen Zwischenstand ihrer Forschung hat Judith Glück in ihrem 2016 erschienenen Buch „Weisheit – Die 5 Prinzipien des gelingenden Lebens“ zusammengefasst.

**ge|halt|voll:** Kann uns die Weisheitsforschung auch helfen, weise zu werden?

**Johannes Haack:** Definitiv ja, ich habe sehr viele neue Einsichten aus der Psychologie der Weisheit darüber gewonnen, wie Lebensklugheit individuell und gesellschaftlich gefördert werden kann. Für welche ethischen Standards und Werte ich mich entscheide, ist allerdings nicht Gegenstand einer empirischen Wissenschaft. Als Christ bin ich dankbar für Maßstäbe der Bibel, die mir Grundlagen für Letztentscheidungen anbieten. Darüber hinaus ist meine persönliche Gottesbeziehung natürlich eine wichtige äußere Ressource für meine Weisheitsentwicklung. Ein Weisheitsmodell christlicher Spiritualität würde dafür eine zentrale Rolle einräumen.

**ge|halt|voll:** Glaubst du, dass Weisheit ganz aktuell sehr wichtig ist? Warum könnten wir sie dringend brauchen, nicht nur im Alltagsleben?

**Johannes Haack:** Ich kann einer Aussage von Robert Sternberg, dem großen alten Mann der Weisheitsforschung, nur beipflichten. Er betont, dass weise Problemlöser nicht nur in persönlichen, sondern auch in globalen Konflikten gefragt sind. Kriege, Fluchtströme,

Umweltkatastrophen, Korruption, autokratische populistische Politiker, ökonomische Ungleichheit, Einsamkeit und Ethik der Künstlichen Intelligenz sind Handlungsfelder, in denen konventionelle Intelligenz und Kreativität nicht ausreichen. Für die Herausforderungen der Zukunft benötigen wir dringend weise Frauen und Männer in Politik, Wirtschaft, Kultur, Wissenschaft und den Medien. Sie sollten nicht nur faktenorientiert und intelligent, sondern weise für das Gemeinwohl handeln.

Zum Schluss noch ein kurzer Hinweis auf die Weisheitstherapie von Michael Linden, einem Arzt und Psychologen an der Berliner Charité. Er hat zusammen mit Kai Baumann dieses Therapieverfahren ursprünglich für Patienten mit posttraumatischen Verbitterungsstörungen entwickelt. Die wissenschaftliche Überprüfung steht noch aus, doch es lohnt sich, die darin beschriebenen praktischen Übungen und Impulse - wie die Methode der unlösbaren Probleme oder des multiplen Perspektivwechsels - auch einmal im Alltag auszuprobieren.

**ge|halt|voll:** Vielen Dank für dieses Interview, Johannes.

**Johannes Haack, M.A.,** ist Kognitionswissenschaftler, System-Technologie und Christlicher Achtsamkeitstrainer. Er hat an mehreren deutschen Universitäten in Lehre, Forschung und Wissenschaftsmanagement gearbeitet. Zurzeit ist er als freiberuflicher Dozent und Trainer für Deep Reading und Deep Work in Berlin und Kändern tätig.



## Weisheit ist nicht gleich Weisheit

Die österreichische Weisheitsforscherin Judith Glück hat sich unter anderem mit Laientheorien der Weisheit beschäftigt und fand heraus:

*Je nach Alter der Befragten werden unterschiedliche Verhaltensweisen als weise angesehen.*

*Was für mich also als weise erscheint, muss nicht für einen anderen so sein.*

Schon Kinder drücken ein unterschiedliches Verständnis von Weisheit aus:

Mädchen, 10 Jahre: „Ein weiser Mensch verhält sich anders als andere. Er ist klug, nett, liest mir Bücher vor, schaut sich nur sinnvolle Sachen im Fernsehen an.“

Junge, 9 Jahre: „Weise Menschen geben schlaue Tipps.“

**15-20 Jährige** erleben etwas als weise, wenn sie einfühlsamem und unterstützendem Verhalten begegnen, mit andern Worten sich wertgeschätzt und verstanden fühlen.

**30-40 Jährige** dagegen nennen bevorzugt solche Verhaltensweisen weise, die Selbstbewusstsein ausdrücken, also wenn jemand zu seinen eigenen Werten steht, Selbstvertrauen und Initiative zeigt.

**60-70 Jährige** wiederum bezeichnen Wissen und Flexibilität als Kennzeichen von weisem Verhalten, was sich darin ausdrückt, ruhig zu bleiben, sich Zeit zu lassen, Kompromisse einzugehen und Lebenserfahrungen anzuwenden.

*Judith Glück (2016): Weisheit: Die 5 Prinzipien des gelingenden Lebens. München: Kösel-Verlag*



# Ein Beispiel für Weisheit

Stellt mir jemand zum Beispiel in der Pause eines Seminars die Frage: „Was denkst du über Ehescheidung?“, dann lege ich nicht einfach mit der Kurzfassung meines theologischen Standpunktes los.

Als erstes werde ich versuchen, mir ein Bild von der Situation des anderen zu machen:

Ist er oder sie selbst geschieden oder steckt in einer Ehekrise?

Geht es mehr um eine Frage, die die eigenen Kinder oder Freunde betrifft, oder ist es ein Pastor, der darüber predigen soll?

Je nachdem wird meine Antwort anders ausfallen, ohne dabei meine eigene Position zu verbergen.

Und egal, was der Hintergrund der Frage ist, möchte ich mit Respekt vor der einzigartigen Situation meines Gegenübers und mit Wertschätzung antworten.

Gleichzeitig werde ich auch anfügen, dass ich selbst mit diesem Thema in meinem Umfeld und in der Beratung wenig Erfahrung habe und dass noch einige Fragen für mich offen sind. Wobei ich innerlich schon eine überlegte Überzeugung von meiner

Position besitze, ohne dass ich ausschliesse, dass ich sie einmal verändern könnte.

Und: Ich werde sagen, dass ich meine geäußerte Meinung als begrenzte Anregung verstehe, weil jede Lebenssituation einzigartig ist.

## Was Freunde von dieser Antwort halten, könnt ihr hier lesen:



*„Mir gefällt der Ansatz 'schnell zum Hören' zu sein. Sich erst ein Bild der Zusammenhänge zu machen, die eigenen Grenzen der Erkenntnis wahrzunehmen und das Gegenüber, den Menschen in seiner Einzigartigkeit, zu würdigen. Unter diesen Umständen hat die Antwort auf die Frage vielleicht eher einen Erkenntnisgewinn als eine weniger bedachte Äußerung. Finde ich gut.“ (David)*



*„Wenn es so klappt, finde ich das genial. Also sehr weise. Besonders der Abschluss gefällt mir: dass es begrenzt ist und für jetzt gilt. Diese ganzen Möglichkeiten aber, wer mein Gegenüber ist, in so kurzer Zeit zu erfassen, wirkt auf mich etwas unrealistisch.“ (Andreas)*



*„Zu den ersten Fragen (sich ein Bild von der Situation machen) fände ich noch hilfreich zu erfahren, ob der Betreffende aus einer Scheidungsfamilie stammt, d.h. selbst Betroffener war. Dann fände ich es aufschlussreich, zunächst zu erfahren, mit welcher Zielrichtung er fragt. Und warum wendet er sich mit der Frage ausgerechnet an mich? Weiter: Was denkt er selbst darüber? Hat er für sich Antworten entwickelt? So könnten die Ausführungen in einen noch größeren Rahmen gestellt werden. Vielleicht entwickelt sich ja auch eine fruchtbare Diskussion mit gegenseitiger Horizonterweiterung? Und schließlich – ja: Unser Erkennen ist Stückwerk...“ (Renata)*

# Was möchten wir unter Weisheit verstehen?

Wenn wir die Ergebnisse der Weisheitsforschung im Lichte des biblischen Befundes beleuchten, kommen wir zu folgendem Verständnis von Weisheit:

**1.** Ich besitze verarbeitete (auch im Lichte meines Glaubens, das meint aus dem Gebet und im Hören auf das Wort) Lebenserfahrungen und

**2.** kann dadurch (mit Gottes Hilfe und im Vertrauen darauf) Lebensfragen und Krisen anpacken oder Rat dafür geben

**3.** unter Berücksichtigung der jeweiligen Situation und Welt des anderen

**4.** und mit Respekt davor (= Toleranz)

**5.** und ich kann dabei Offenheit für Unvorhergesehenes behalten, bzw. vermitteln

**6.** und bin bereit, weiter zu lernen, und weiß zuzugeben, wo ich nichts weiß.

# PRA~~X~~IS



## Meine Weisheits-Stärken und -Schwächen: Selbstcheck

Weisheit, wie sie oben beschrieben wurde, werden wir einem anderen in Begegnungen verbal und nonverbal mitteilen. Schauen wir uns für diesen Mitteilungsprozess die vier „Wege“, wie sie Schultz von Thun beschrieben hat, an:

Wenn wir etwas sagen – nach Schulz von Thun -, teilen wir verbal und nonverbal immer vier Botschaften mit - und der andere hört immer vier Botschaften, die aber nicht mit den „gesendeten“ übereinstimmen müssen:

(1) Den Inhalt, also das, wozu ich spreche oder worüber wir reden (Sachaspekt)

(2) Wer ich vor dem anderen bin oder sein will (Selbstoffenbarungsaspekt)

(3) Was ich von ihm halte und ihm zutraue (Beziehungsaspekt)

Was ich eigentlich erwarte, was er tun sollte (Appellaspekt)

So ist es auch, wenn wir Weisheit vermitteln. Wir werden verbale und nonverbale Botschaften mitteilen.

**Wo Weisheit gefragt ist, wäre es wichtig, bezogen auf den Sachaspekt, vor allem drei Botschaften zu vermitteln:**

■ Das Thema ist mir vertraut und ich habe hier Erfahrungen und Wissen.

■ Meinen Rat halte ich für wertvoll und praktikabel.

■ Ich kalkuliere Ungewissheiten ein.

■ Ich schaue danach, ob er zu dir passt.

**Bezogen auf den Selbstoffenbarungsaspekt geht es um diese Botschaften:**

■ Mein Rat hat sich für mich bewährt, bzw. ich halte mich für kompetent.

■ Ich bin aber bereit, mich zu hinterfragen und dazu zu lernen.

■ Ich bin offen, dass ich mich auch täuschen kann.

**Bezogen auf den Beziehungsaspekt:**

■ Ich achte dich.

■ Ich bin für dich.

■ Es ist mir wichtig, wie es dir jetzt dabei geht.

**Bezogen auf den Appellaspekt**

■ Ich gebe dir Impulse zum Weiterdenken.

■ Das Ergebnis, ob du damit etwas anfangen willst oder wie du es umsetzen willst, halten wir offen.



### Selbstcheck:

Bei welcher dieser Botschaften liegen meine Stärken und meine Schwächen



# PRA~~XIS~~ 2

## Kenne ich regelmäßige Auswertungs- und Verarbeitungszeiten?

Eine der Fragen, die die Weisheitsforschung beschäftigt, lautet: Woher nehmen wir die Informationen für Weisheit?

Unser Pool für Weisheitswissen füllt sich in unseren Lebensjahren mit ausgewerteten Lebenserfahrungen, die den Hauptstoff für Weisheit bieten.

Nach meinen Beobachtungen nehmen wir uns zu wenig Zeit, unsere alltäglichen Erfahrungen bewusst auszuwerten. Natürlich geschehen immer wieder zufällige, schnelle und unbewusste Auswertungen, doch wir gehen ihnen zu wenig nach, fragen zu wenig weiter, ob die Schlussfolgerungen auch richtig sind und ob das wirklich Wichtige in den Blick genommen wurde.

2011 nahm ich mir vor: Ich möchte mir am Ende eines jeden Tages einige Minuten Zeit nehmen, um meinen Tag mithilfe einer Reihe von Fragen auszuwerten. Dabei ging es mir nicht so sehr um die

Fragen: Was kann ich besser machen, was ist gut gelaufen oder was motiviert mich zur Dankbarkeit? Als Hauptfrage sollte mich leiten, ob es eine Weisheitsbotschaft dieses Tages gibt, etwas, was ich aus diesem Tag grundlegend lernen kann.

Natürlich ging es mir nicht um einen rein intellektuellen Check, mit dem ich die Ereignisse eines Tages durchging. Die Auswertung stellte mehr einen kreativen, intuitiven Prozess dar, ich achtete darauf, was an Erinnerungen hochstieg, was sich von alleine meldete. In mir bewegte sich zusätzlich das Gebet, was ich aus diesem Tag lernen kann und darf und welche allgemeinen Regeln sich an einzelnen Ereignissen erkennen lassen. Es ging mir um Fragen, die im Fokus von Weisheit stehen, Lebensfragen und Erkenntnisse, die dabei helfen, in Krisen Rat zu geben.

### An folgenden Fragen orientierte sich meine Auswertung:

- Was war heute alles los? Begegnungen, Routineaufgaben, Herausforderungen, ...
- Inhaltsorientiert: War es richtig? Fehlte etwas? Was kann ich sachlich lernen?
- Beziehungsorientiert: Unabhängig von der Sache, um die es ging, wie waren die Beziehungen? Ist da noch etwas offen, sind sie gut oder nicht gut gelaufen? Was kann ich hier lernen?
- Sinnorientiert: Was war wahr, was war schön, was war gut? Was hat mir als Mensch und Person weitergeholfen?
- Friedensorientiert: Weiß ich und verspüre ich mich im Frieden Gottes, wenn ich an ein Ereignis denke? Oder ist da noch etwas offen, was ich nachholen sollte, eine Richtigstellung, eine Entschuldigung, ...? Gibt es etwas zu vergeben?
- Botschaftsorientiert: Steckt in dem ganzen Ereignis eine wichti-



ge Erkenntnis für mich, für mein Lebenskonzept? Wollte Gott mir etwas mitteilen?

An 192 von 365 Tagen habe ich mir Notizen gemacht. Das empfinde ich als eine gute „Quote“. Aus heutiger Sicht waren darunter viele Gedanken, die mir gar nicht mehr bewusst sind, wenn ich sie heute noch einmal lese. Ich kann nur hoffen, dass all das Notierte mich unbewusst als Weisheitswissen in den vergangenen Jahren geleitet hat.

Ein paar solche Goldstücke aus dem Jahr 2011 möchte ich jetzt verraten. Sie sind sehr persönlich, aber ich hoffe, dass sie trotzdem verständlich sind:

*15. Februar 2011: Das Gesprochene hat eine andere Kraft als das Geschriebene. Und außerdem besteht bekanntermaßen eine Diskrepanz zwischen dem Gesagten bzw. dem Geschriebenen und dem eigentlich*

Gemeinten. All das wird wohl in versöhnten Beziehungen keine so große Rolle spielen, muss aber unbedingt in Konflikten und belasteten Beziehungen berücksichtigt werden.

22. Juli 2011: Wenn du gibst, bekommst du etwas zurück. Wer wenig gibt, bekommt wenig. Das gilt im Leben, im Miteinander, im Gespräch. Geben = sich zeigen, etwas beitragen, geben, schenken.

17. September 2011: Ich kann mich nicht geistlich fit machen, zum Beispiel für ein Seminar, wenn mein Alltag sonst wenig geistlich ist. Ein Grundlevel ist nötig, sollte ja sowieso sein.

Auch heute noch ringe ich immer wieder darum, mir Auswertungszeiten freizuschaukeln, sie zu einer täglichen Gewohnheit werden zu lassen. Ich will das!

Weisheit ist besser als Gold, und ich brauche Weisheit, meine kleine Welt braucht sie und auch die große, in der ich lebe. Das darf und

soll ein Thema für die nächsten Jahrzehnte sein.

#### **Übung Auswertung: (Dauer 10-20 Minuten)**

**Nimm dir ein positives Lebensereignis aus dieser Woche vor:** Steckt in diesem Ereignis eine wichtige Erkenntnis für dich, für dein Lebenskonzept?

Schon 1848 hat Franz Grillparzer in seiner Erzählung „Der arme Spielmann“ bedauernd festgestellt: „Das Neue sollte auf den Platz, den das Alte noch nicht verlassen hatte.“

***Dein Tagesausklang und -nachklang soll eine gute Gewohnheit werden!***





# PRA~~X~~IS 3

**Sich von Weisheiten anderer inspirieren lassen – geht das? Persönlicher Bericht**

# Mickey Wiese hat folgende Übung gemacht:

## Übungsschritt 1:

**Welche der folgenden Weisheiten spielen in deinem Leben keine Rolle, du würdest sie aber gerne übernehmen? Kreuze mal bitte drei davon an und wähle dann eine für die Übung aus.**

- Was lange vorher vorausgesehen ist, greift uns weniger heftig an
- Habe immer mehr Träume, als die Realität zerstören kann.
- Humor und Geduld sind Kamele, die uns durch jede Wüste tragen.
- Jedem Anfang wohnt ein Zauber inne!
- Reden ist Silber, Schweigen ist Gold!
- Viele Türen öffnen sich heute automatisch, doch die wichtigsten musst du selbst öffnen.
- Lachen ist eine gute Medizin!
- Morgenstund hat Gold im Mund!
- Schau erst in das Glas, bevor du trinkst!
- Auch ein Schritt zurück ist oft ein Schritt zum Ziel.
- Schlafende Hunde soll man nicht wecken.
- Die Zeit heilt alle Wunden!
- Einmal ist keinmal.
- Der Ton macht die Musik!
- Auch der längste Marsch beginnt mit dem ersten Schritt.
- Der Klügere gibt nach.
- Gleich und gleich gesellt sich gern!

- Wer zu spät kommt, den bestraft das Leben.
- Vertrauen ist gut, Kontrolle ist besser!
- Du sollst den Tag nicht vor dem Abend loben.
- Weniger ist mehr!
- Was dich nicht umbringt, macht dich stark.
- Müßiggang ist aller Laster Anfang!
- Übung macht den Meister!
- Wer nicht wagt, der nicht gewinnt!

## Wie kommt diese Weisheit jetzt ins Leben? Verinnerlichungsschritte:

1. Entscheide dich dafür.
2. Versuche deine ausgewählte Weisheit zu verstehen, indem du etwa 10 min darüber nachdenkst.
3. Wiedererkennen 1: Wo habe ich schon Erfahrungen damit gesammelt?
4. Wiedererkennen 2: Wo begegnet sie mir heute und in den nächsten Tagen?
5. Gibt es „Gegenweisheiten“ in meinem Herzen?
6. Vor Augen halten + Ausdauer
7. Bitte im Gebet

## Übungsschritt 2:

Nachdem du dich für eine Weisheit entschieden hast, versuche diese ausgewählte Weisheit zu verstehen, indem du etwa 10 min darüber nachdenkst und bitte frage dich auch, ob es Gegenweisheiten dazu gibt, also Überzeugungen, die in dir dagegen sprechen. Und wo hast du schon Erfahrungen mit der Weisheit gesammelt?

## Übungsschritt 3:

### Für zwei Wochen

1. Bitte am Morgen im Gebet, dass diese Weisheit mehr zu dir gehört.
2. Sei täglich wach: Wiedererkennen 2: Wo begegnet sie mir heute und in den nächsten Tagen?
3. Und halte sie dir immer wieder einmal vor Augen.
4. Notiere dir jeden Abend deine Erfahrungen mit dieser Weisheit.

## Übungsschritt 4:

### Fasse alles in einem Bericht zusammen.

Hier zu Mickeys Bericht



# Wie gerne würdest du als weise gelten?

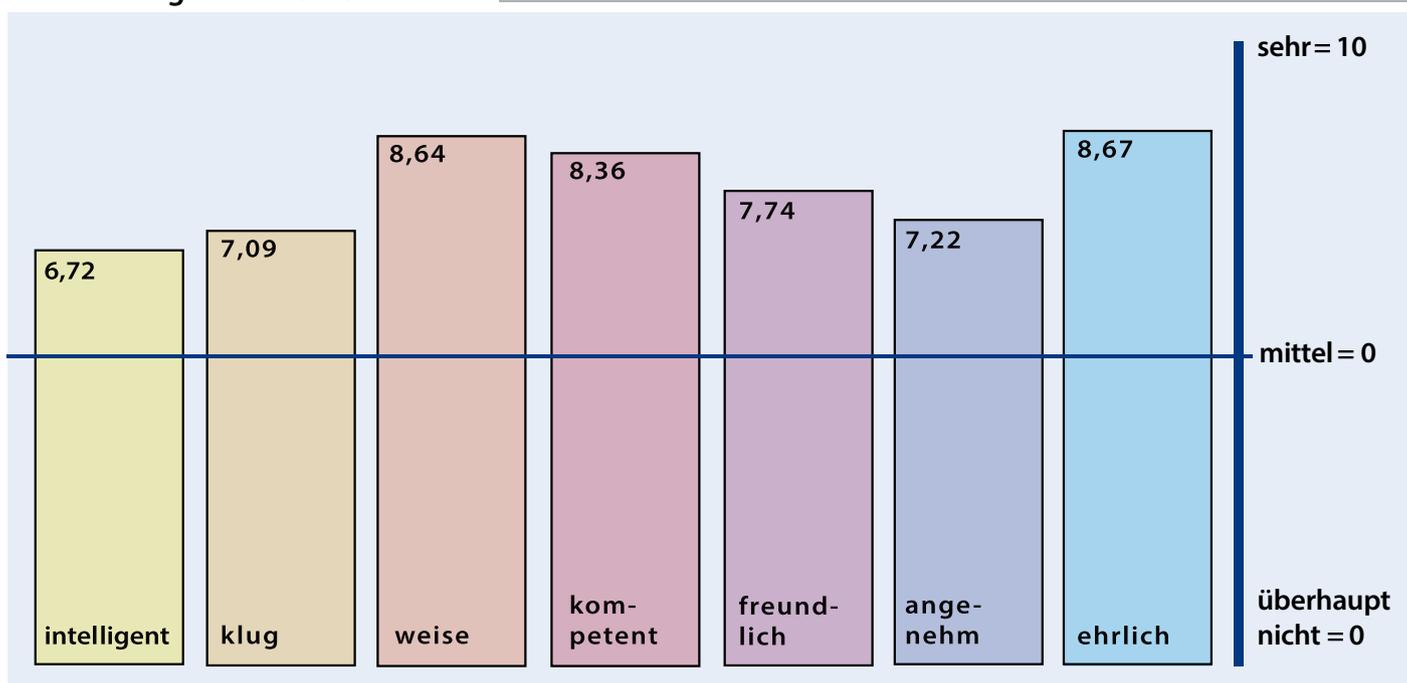
ge|halt|voll-Leser haben folgenden Fragebogen zurückgeschickt:

Bitte ordne deinen Antworten auf die folgende Frage jeweils eine Bewertung zwischen 0 und 10 zu:

überhaupt nicht 0 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 sehr  
mittel

Wie sehr würde es dich freuen, wenn jemand anderes dich grundsätzlich und ernsthaft als  
... intelligent:  
... klug:  
... weise:  
... kompetent:  
... freundlich:  
... angenehm:  
... ehrlich:  
bezeichnen würde?

Hier das Ergebnis von 58 Lesern:



## Vorsichtige Bewertung:

Da man bei dieser Fragestellung grundsätzlich etwas zum positiven Ankreuzen neigt, würde ich es wagen, zu sagen, dass wir ab einem Durchschnittswert von 8 von einer wirklichen Freude über die Zuschreibung der Eigenschaft ausgehen können.

Das würde hier auf die Eigenschaften „weise“, „kompetent“ und „ehrlich“ zutreffen, ohne eine Rangreihe. (Aus wissenschaftlicher Redlichkeit muss natürlich gesagt werden, dass eine Anzahl von 58 Antworten zu wenig ist, um eine objektive Aussage zu tätigen.)

Zwei ge|halt|voll Leserinnen vertragen uns, warum sie „weise“ mit 10 angekreuzt haben. Bitte Foto anklicken.



# Immer mehr

Ein Umweg  
über Gott  
zu Seinem Rat  
ist eine Abkürzung  
für jeden Weg.

Wenn auch noch selten,  
doch immer mehr,  
dieser Umweg  
ums eigene Raten  
zum nächsten Schritt  
mit Horizont.

(Werner May)

## Sichere Unsicherheit erwerben – Zwei Tipps

Zwei Eigenschaften unseres Weisheitsverständnisses - die Offenheit für Unvorhergesehenes zu behalten, bzw. zu vermitteln, und die Bereitschaft, auszuhalten oder zuzugeben, wo man etwas nicht weiß - sind Teile einer Eigenschaft, die Wolfram Soldan von der IGNIS Akademie, „Sichere Unsicherheit“ nennt.

Sichere Unsicherheit lernen wir zu schätzen, wenn uns bewusst wird, dass in vielen Lebenssituationen eine Sicherheit im Sinne des Selbstbewusstseins, der Überzeugung und der Gewissheit der Zielerreichung nicht unbedingt erwartet wird, also eine Sicherheit, die schon ganz genau weiß, was richtig ist. Wir haben zwar eine Meinung, tragen etwas bei, aber sind gleichzeitig fragend.

Um nicht missverstanden zu werden, Sichere Unsicherheit meint nicht Orientierungslosigkeit, sondern Offenheit für Neues. Und es ist gerade diese Offenheit, die Sicherheit vermittelt. Und ich weiß mich dabei von Gott gehalten,

dessen Gedanken tausendfach höher sind als meine.

### Zwei Übungen möchten wir vorstellen, um diese Sichere Unsicherheit zu fördern:

■ Die Faustübung, die uns eine falsche, vorschnelle Handlungssicherheit nehmen und Zurückhaltung fördern kann.

■ Die Übung „Was kann man von dir lernen?“, bei der wir erleben können, dass es sich lohnt, nicht zu schnell zu glauben, jemand zu kennen oder richtig einschätzen zu können.

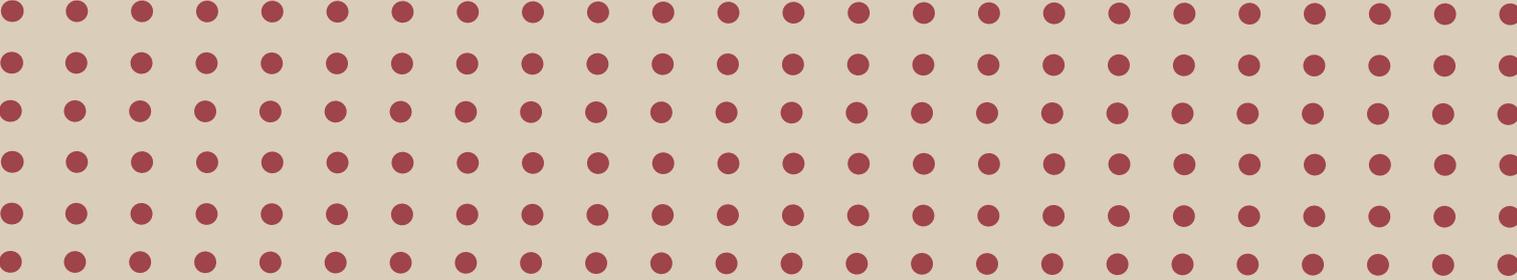
### Die Faustübung

Zwei Personen sitzen einander gegenüber. Die eine macht eine Faust (mit der Anweisung, sie geschlossen zu halten solange sie wolle), die andere hat die Aufgabe, diese Faust zum Öffnen zu bringen, allerdings ohne Worte und ohne Gewalt anzuwenden.

Ein typischer Verlauf der Faustübung:

Zuerst versucht der „Öffner“ irgendetwas zu machen, er streichelt oder versucht vorsichtig einzelne Finger zu bewegen. Die Faust öffnet sich nicht, vielleicht verschließt sie sich sogar noch mehr.

Jetzt wendet er sich der ganzen Per-



son zu, berührt vielleicht den Arm oder drückt auf die Schultern. Aber auch dies bringt nichts.

Vielleicht gibt er jetzt schon innerlich auf. Das Angebot, Gewalt einzusetzen, bietet sich im Hinterkopf an.

Oder er wird kreativer: kitzelt, lässt etwas Wertvolles fallen, damit der andere zugreift, ... Nichts passiert. Wahrscheinlich wird er jetzt resignieren - oder er begreift, dass nicht er die Faust öffnen kann, nur der andere, wenn dieser es will.

Jetzt ist die Chance vom Machen zum Sichern umzusteigen, seine Hand sichernd unter die Faust zu halten, bis diese sich freiwillig öffnet, wie lange das auch dauern mag.

Diese Faustübung verdeutlicht gut, was es bedeutet, beim anderen zu sein.

### **„Was kann man von dir lernen?“**

Suche dir eine zweite Person, egal ob du sie gut kennst oder nicht, und frage sie: „Was kann man von dir lernen?“

Wichtig ist hier, dass es nicht darum geht, was du von der Person lernen kannst, sondern „man“.

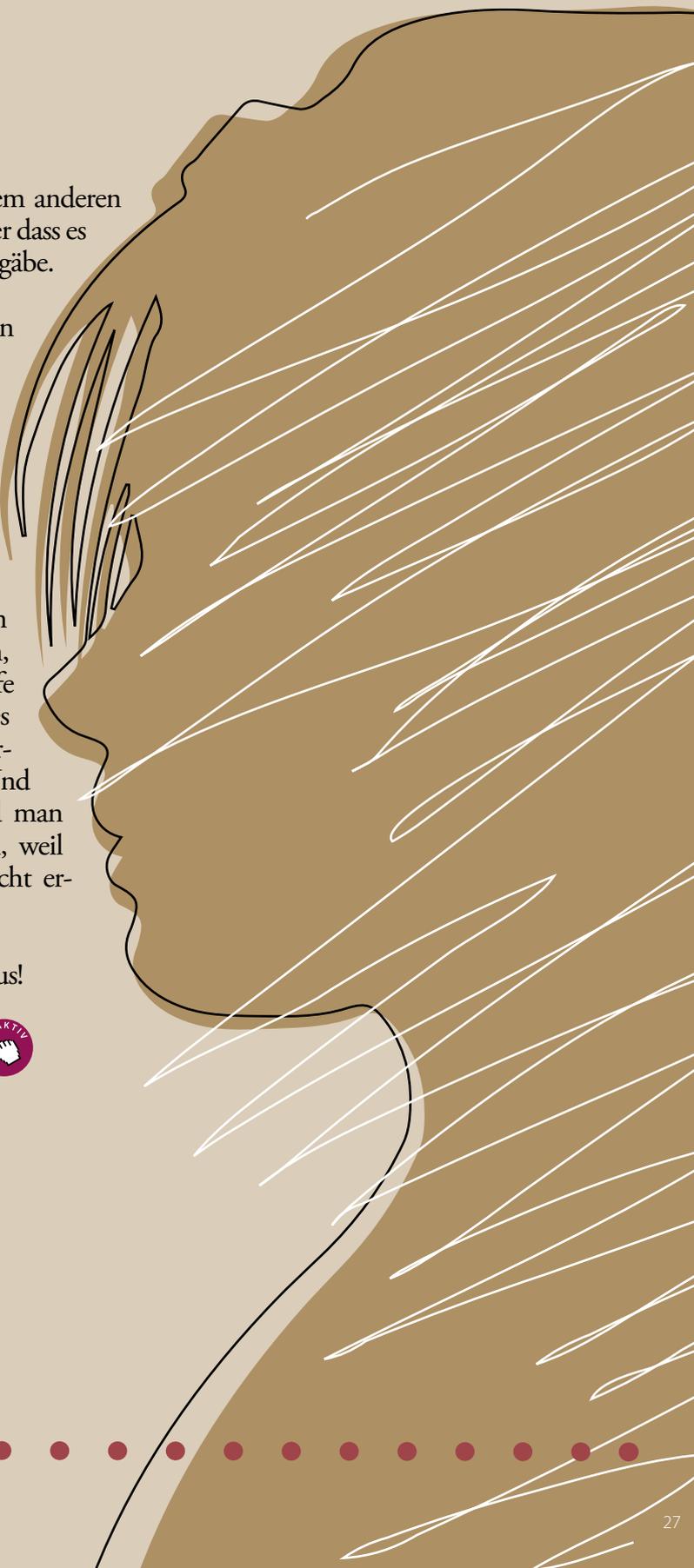
Oft passiert es, dass einem erst einmal eine abwehrende Haltung

begegnet, dass dem anderen nichts einfällt oder dass es nichts Wichtiges gäbe.

Dann muss man den anderen ermutigen, einfach das zu erzählen, was ihm als erstes in den Sinn kommt, ob es nun wichtig ist oder nicht. Man wird staunen, wie er im Laufe des Gespräches immer mehr erzählen wird. Und als Zuhörer wird man ebenfalls staunen, weil man das alles nicht erwartet hat.

Probiere es mal aus!

Mehr dazu:



# PRA~~X~~IS

5

## Für den anderen sein: biographische, kulturelle Sichtweisen einnehmen können und situative Bedingungen berücksichtigen

Diese Eigenschaften der Weisheit zu erklären, biographische, kulturelle Sichtweisen einnehmen und situative Bedingungen berücksichtigen zu können, überfordert dieses ge|halt|voll-Weisheitsstudio. Sie repräsentieren Komponenten, die eigene ge|halt|voll-Ausgaben notwendig machen würden. Im Eingangsbeispiel in dieser Ausgabe wird auch etwas von diesen Komponenten sichtbar.



Ich kann nur etwas berücksichtigen, wenn ich es kenne, einigermaßen verstehe und akzeptiere, bzw. respektiere. Aber:  
Habe ich Respekt vor dem einzigartigen Leben jedes Menschen?

Wertschätzung über vorbereitete Wege im Leben des anderen, über Durchlittenes und Erworbenes. Auch wo er oder sie aufgegeben hat, resigniert hat, Spielball der Geschichte, des Schicksals war, Opfer von Macht oder Willkür?

Davon berichtet z. B. der polnische Künstler Kazek Kowalczyk aus seinem Leben:



# PRA~~X~~IS 6

## Erste „kleine“ Selbsteinsichten, warum ich so wenig um Weisheit bitte

Kürzlich traf ich einen alten Freund, der mir zu meinem Erstaunen sagte, dass er täglich um Weisheit bete. Ich hatte mich selbst einige Zeit beobachtet, und musste feststellen, dass dies für mich in keiner Weise eine Gewohnheit war und ich sie mir auch nicht leicht angewöhnen konnte. Natürlich bete ich. Ich bete um Führung, Entscheidungen, neue Ideen, Gottes Reden und um vieles andere. „Geht es da nicht auch um Weisheit?“, frage ich mich. Aber direkt um Weisheit bitten, allgemein oder für konkrete Angelegenheiten? Und das jeden Tag! Die Übungen dieses Weisheitsstudios sind mir natürlich vertraut, aber fehlt da nicht noch etwas?

Mein Freund meinte, dass ein Gebet um Weisheit doch das Klügste sei, was man tun könnte.

„Warum bitte ich so wenig direkt um Weisheit?“, dieser Frage wollte ich nachgehen.

Zuerst merkte ich, dass ich recht schnell mit dem Reden bin, dass ich schnell Antworten gebe oder Lösungen finde, wenn jemand eine Frage oder ein Problem hat. Ja, das wusste ich schon lange von mir:

Ich bin zu schnell: Es gilt erst einmal Schweigen zu lernen!

Ich bin zu schnell: Ich muss erst einmal zuhören lernen!

Im Laufe der Jahre ist beides schon etwas besser geworden, ein klein wenig.

Ob es mir passte oder nicht, ich musste außerdem vor mir zugeben: Ich bin so stolz auf meine eigenen „Weisheiten“ - und deshalb bitte ich so wenig um Weisheit, die Gott mir schenken kann und will!

Und dann ist mir noch etwas bewusst geworden: Ich unterschätze Dummheiten! Torheiten!

Wenn ich sehen könnte, was mein Mangel an Weisheit schon alles angerichtet oder versäumt hat und was mein selbstgefälliger Stolz alles produziert hat, ich wäre wahrscheinlich zutiefst geschockt!

Aber aktuelles, ehrliches Fazit: Ich verspüre keinen Mangel an Weisheit.

Meine Weisheit sagt mir: Da bleibt nichts anderes übrig, als dass ich das vor Gott im Gebet zugebe, um Vergebung bitte und ihn dann bitte, dass er mich verändert und mir Sehnsucht nach Weisheit gibt. Und dass ich bereit bin, zu sehen, was ich ohne Weisheit alles anrichtete, bzw. angerichtet habe.

Ich gebe zu, das ist für mich kein

einfaches Gebet, weil ich weiß, dass mir das etwas kosten wird.

Ich hole mir Mut dazu, in der unfassbaren Liebe Gottes zu mir, in der ich schon alles habe, was ich brauche, und von der mich nichts scheiden kann.

**Freunde sagen mir ehrlich, was sie über meine obigen Gedanken denken:**



# Ist Coaching praktizierte Weisheit?

*Der Begriff der Weisheit ist in der Vorstellung der meisten Menschen mit Lebenserfahrung, Alter und grauen Haaren verbunden. Schon die alten Griechen verstanden unter Weisheit ein umfassendes, ganzheitliches Wissen, das nicht jedem zugänglich ist, sondern besonderen Menschen – eben den Weisen – vorbehalten bleibt. Sind Coaches solche weise Menschen?*

Auch die Vorstellung einer herrscherlichen oder magischen Weisheit, die Könige oder Zauberer besitzen sollen, gab es schon immer. Ebenso wie die Idee der väterlichen Weisheit, bei der der Vater seinem Sohn praktischen Rat für unterschiedliche Lebenssituationen mitgibt. Fast allen Weisheitskonzepten gemeinsam ist die Überzeugung von der Nützlichkeit der Weisheit für das praktische Leben. Der Weise verfügt über das Wissen, was für Menschen richtig ist, um sich klug zu entscheiden und ein gutes Leben zu führen. Weisheit scheint also die Grundlage für jede Form einer beratenden Tätigkeit zu sein. Nur – Coaching ist von seinem Selbstverständnis her ja keine Beratung.

Wie sieht es die Bibel? Sie gehört

immerhin zur Fachliteratur in Sachen Weisheit. Das Alte Testament beinhaltet die so genannten „Weisheitsbücher“ (Hiob, Sprüche, Prediger, das Hohelied der Liebe sowie die Schriften Jesus Sirach und Weisheit). Auch das Neue Testament ist voll von Anleitungen zur Lebensweisheit. Im jüdischen Kontext bedeutet Weisheit weniger die Fähigkeit, theoretische Fragen zu beantworten. Weisheit ist hier zuallererst die Fähigkeit, sich im Lebensalltag zurechtzufinden, die Fähigkeit, mit Dingen und Menschen zurechtzukommen. So ist Weisheit etwa der Sachverstand des Handwerkers oder Künstlers, der Verstand des Herrschers oder Richters oder einfach die Lebensklugheit.

Spannend finde ich dabei, dass



diese biblische Weisheit immer vor dem Hintergrund eines nüchternen, realistischen Weltbildes gesehen wird: Ja, wir werden in unserem Leben durch schwierige Zeiten gehen. Ja, wir müssen lernen, mit Ungewissheit zu leben. Ja, oft wird es darum gehen, eigene Ansprüche herunterzuschrauben und bescheiden zu werden. Ja, es wird uns helfen, weise zu leben, wenn wir das große Ganze und nicht nur uns mit unseren Nöten und Bedürfnissen sehen. Ja, wenn wir von uns selbst wegsehen und auch einmal die Perspektive wechseln, werden wir besser leben können. Und ja, wir dürfen unseren Humor dabei nicht verlieren. Beim Erwerb von Lebensweisheit geht es also um die Fähigkeit, schwierige Lebenssituationen und

-belastungen umsichtig und klug zu bewältigen. Weisheit ist hier - übrigens in Übereinstimmung mit aktuellen psychologischen Definitionen – die Kenntnis und Anwendung der Fähigkeiten, die man braucht, um persönliche Lebenswidrigkeiten gut überwinden zu können.

Diese Definition macht Weisheit nun für alle zugänglich, nicht nur für Coaches. Coaches sind weise, wenn sie sich in der Haltung des Nichtwissens üben und Fragen stellen, statt Antworten zu geben. Wenn sie die Fähigkeiten und Ressourcen ihrer Coachees fördern. Erfolg haben sie mit ihrem Coaching, wenn ihre Klienten dadurch an Weisheit zunehmen und lernen, besser mit ihrem Leben zurechtzukommen.



Zum Weiterlesen:



**Christoph Schalk:**  
Weisheit entwickeln. Krisen meistern und belastbar werden.



**Sind die**

**Wirtschaftsweisen**

**wirklich weise?**





Z

uerst einmal ist der Name „Wirtschaftsweise“ nicht die offizielle Bezeichnung, sondern er wird mehr umgangssprachlich für die fünf Mitglieder im „Sachverständigenrat zur Begutachtung der gesamtwirtschaftlichen Entwicklung“ verwendet. Das Gesetz dafür wurde 1963 verabschiedet.

Wer den Spitznamen „Wirtschaftsweise“ erfunden bzw. eingeführt hat, konnte ich nicht feststellen.

Die Aufgabe der Wirtschaftsweisen ist es, immer wieder aus wissenschaftlicher Sicht die gesamtwirtschaftliche Entwicklung in Deutschland zu begutachten und dadurch mitzuhelfen, wirtschaftspolitisch verantwortungsvoll zu handeln. Zusätzlich können sie von der Bundesregierung beauftragt werden, Sondergutachten zu erstellen, oder selbst handeln, wenn eine Gefährdung, ein gesamtwirtschaftliches Ziel nicht zu erreichen, erkennbar ist. Der Rat wird für fünf Jahre berufen. Einer der fünf Wirtschaftsweisen ist ein Vertreter der Gewerkschaften, die anderen repräsentieren mehr die Arbeitgeberseite. Primär sind die Wirtschaftsweisen Wissenschaftler, also Professoren mit einem universitären Lehrstuhl.

Nun zu unserer Frage, ob die Wirtschaftsweisen wirklich weise sind.

Ich hoffe es!

Normalerweise verbindet man mit einer wissenschaftlichen Karriere nicht automatisch Weisheit. Letztlich sind sie nicht mehr als – aber doch auch – wissenschaftliche Gutachter, die in ihren Beurteilungen nicht übereinstimmen, was nicht immer eine Hilfe ist.

Immerhin sagte der 2019 neu berufene Vertreter der Gewerkschaften, Achim Truger, laut tagesspiegel: „>Wir müssen uns als Ökonomen eingestehen, wenn wir etwas nicht genau wissen.< Bemerkenswert ist das, weil es eigentlich der Job der Wirtschaftsweisen ist, Empfehlungen abzugeben. Sie raten zu einem höheren oder niedrigeren Renteneintrittsalter. Sie beziehen Stellung zu Mietpreisbremse oder Arbeitszeitgesetz. Und dann kommt Truger, der im Zweifel lieber sagen will: Das weiß ich nicht.“

Das verweist auf das Weisheitskriterium der sicheren Unsicherheit!

# Gibt es Tiere, die als weise gelten?

Aus: Fast so klug wie du: Das sind die Top 5 der schlauesten Tiere



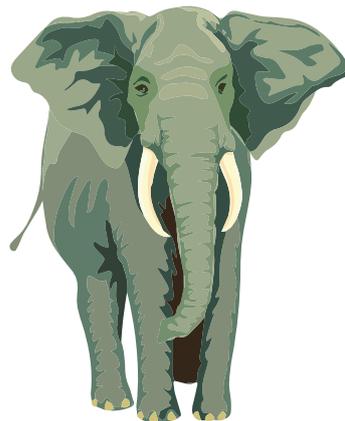
## Menschenaffen

Die Gorillas, die Orang-Utans und die Schimpansen benutzen Werkzeuge und bearbeiten diese sogar, wenn auch in unterschiedlichem Ausmaß. Sie lernen voneinander und erkennen sich im Spiegel. Zudem können sie sich in andere hineinversetzen. Schimpansen können lernen, via Zeichensprache mit Menschen zu kommunizieren. Sie zeigen Gedächtnisleistungen mit Zahlen, die weit besser sind als bei vielen Menschen: Im Zahlenmemory erinnerte ein Schimpanse sich an die richtige Reihenfolge von neun Zahlen, die nur für kurze Zeit zufällig auf einem Touchscreen erschienen.



## Papageien

Papageien sind in der Lage, mit Menschen zu kommunizieren und zielgerichtet Probleme zu lösen, auch mithilfe von Werkzeugen. Einige sind sogar in der Lage, erlernte Strategien zu ändern. Sie besitzen genau wie Menschen ein in zwei Hälften geteiltes Gehirn, was ihnen erlaubt, mehrere Informationen zeitgleich zu verarbeiten. Die Intelligenz von Papageien entspricht etwa der eines vierjährigen Kindes. Sie können zielgerichtet bestimmte Aufgaben lösen.



## Delfine

Delfine kennen einander und besitzen alle ihren eigenen Namen, eine Folge von Pfeifönen. Sie kommunizieren untereinander mit einem reichhaltigen Repertoire an Lauten und sind leicht zu dressieren. Sie bestehen den Spiegeltest.



Wie intelligent sie sind, ist allerdings umstritten. So sind ihre Riesenhirne weniger vernetzt als jene von Landtieren. Ihr Abstraktionsvermögen scheint nicht sehr stark entwickelt zu sein; bei entsprechenden Tests schnitten sie nicht besser ab als Tauben oder Ratten.

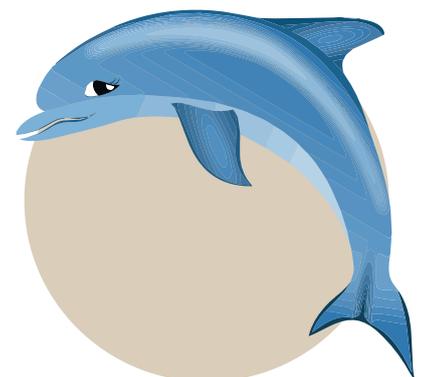
## Rabenvögel

Rabenvögel galten schon in früheren Zeiten als weise. Die Intelligenz der Rabenvögel zeigt sich beispielsweise bei den Krähen, deren Hirn in der Vogelwelt das größte im Verhältnis zur Körpergröße ist. Sie sind in der Lage, spontan abstrakte Zusammenhänge zu erkennen, was man lange nur Menschen und Affen zutraute. So ordnen sie Spielkarten nach abstrakten Kategorien. Werkzeuggebrauch ist verbreitet; bekannt ist auch, dass Krähen und Elstern Nüsse auf die Straße fallen lassen, damit sie aufplatzen.

## Elefanten

Die Dickhäuter haben ein großes und hoch entwickeltes Gehirn. Ihre Schläfenlappen sind gefurcht, was auf hohe Intelligenz und ein gutes Gedächtnis hindeutet. Viele Elefanten – jedoch nicht alle – erkennen sich selbst im Spiegel.

Die Rüsselriesen erkennen nur an der Stimme Herkunft, Alter und Geschlecht eines Menschen. Wie smart Elefanten sind, zeigt sich auch daran, dass sie gezielt Gebiete umgehen, in denen Wilderer auf sie lauern. Elefanten, die laut Untersuchungen Mitgefühl, Trauer, Freude, Furcht und Rachsucht empfinden können, nutzen Werkzeuge nicht nur, sie stellen sie auch her. In diesem Bereich stehen sie annähernd auf einer Ebene mit Menschenaffen.



# Warum ist die **Eule** ein Symbol für **Weisheit?**



**D**ie Eule als Symbol der Weisheit ist eine griechische Besonderheit: Die Eule war das Begleittier der Göttin Athene, der Göttin der Weisheit. Auf den alten griechischen Silbermünzen war deshalb auf der einen Seite ein Bild der Athene eingeprägt, auf der anderen das einer Eule. Und von diesen Münzen waren in Athen ziemlich viele in Umlauf. Daher die Redewendung „Eulen nach Athen tragen“ als Ausdruck für einen überflüssigen Vorgang – weil es in Athen schon so viele Eulen in Form von Münzen und Statuen gab.

Trotzdem stellt sich natürlich die Frage, warum die Eule – und nicht ein Esel oder eine Eidechse? ... Vermutlich war dieses Tier eine gute Projektionsfläche: Die Eule mit ihrem ruhigen, beobachtenden, melancholisch-abgeklärten Blick wirkt nun einmal weiser als eine Möwe oder ein Moorhuhn. Hinzu kam aber auch, dass die Göttin Athene von Homer als „eulenäugig“ beschrieben wird, wobei sich die Gelehrten nicht ganz einig sind, was Homer damit sagen wollte: Ob Athene einfach schöne große Au-

gen hat oder ob sie Dinge sieht, die sich im Dunklen abspielen. Auch das hat ja im übertragenen Sinn etwas mit Weisheit zu tun: Dinge sehen, die andere nicht sehen, weil sie sich im Dunklen, im Verborgenen abspielen.



## Kennst du einen weisen Menschen?

Sprüche 13,20

Luther: Wer mit den Weisen umgeht, der wird weise; wer aber der Toren Geselle ist, der wird Unglück haben.

Gute Nachricht: Wer sich zu Klugen gesellt, wird klug; wer sich mit Dummköpfen befreundet, ist am Ende selbst der Dumme.

Einheitsübersetzung: Wer mit Weisen umgeht, wird weise, wer mit Toren verkehrt, dem geht es übel.

### Beispiele

Auf die Frage „Kennst du persönlich einen weisen, noch lebenden Menschen, Frau oder Mann, also jemanden, den du grundsätzlich als weise bezeichnen würdest?“ haben von gehaltvoll-Lesern, denen ich diese Frage zugeschickt habe, 21 mit Ja und 9 mit Nein geantwortet.

Ich habe einige, die mit „Ja“ geantwortet hatten, gebeten, mir diese Person zu schildern und warum sie sie als weise bezeichnen würden.

---

„Mehrere Eigenarten dieses Mannes, der verheiratet ist, Vater mehrerer Kinder, lassen mich ihn als weise erleben:

Vorab seine Persönlichkeit. Er ist ein ruhiger, zurückhaltender Mensch, der nicht so leicht aufzuregen ist. Im Umgang mit Menschen hört er sehr genau zu und ist sparsam mit Ratschlägen.

Dann hat er aufgrund seines hohen Lebensalters und langen Berufslebens eine Menge Lebenserfahrung. Diese hat er offensichtlich bewusst und durchdacht aufgenommen.

Er war zunächst Handwerker, dann Pastor, dann Leiter eines Begeg-

nungszentrums.

Über viele Jahre hat er mit vielen Menschen intensiv zusammengearbeitet. Nicht nur Einzelpersonen, sondern auch Gruppen. Er hat es gelernt, Gruppen effektiv zu leiten. Nicht zuletzt erweist er sich als begeisterter Familienmensch.

Seine Liebe zu Gott und seinem Wort ist nicht zu übersehen. In seinem Umgang mit Menschen ist die daraus resultierende Gnade und Barmherzigkeit zu erleben.

Er strebt nicht alleine nach Harmonie und Frieden. Er weiß diese auch zwischen Menschen zu stiften. Konflikten weicht er nicht aus.

Wenn man seinen Rat sucht, spürt man in seinen Antworten, dass er nicht nur das grundlegende Wissen erarbeitet hat, er hat auch das Wissen erarbeitet, wie man diese Grundlagen im praktischen Leben umsetzen kann.

Ebenso weiß er, dass er nicht auf alles eine Antwort geben kann und dass weder er selbst noch ein anderer Mensch perfekt ist. Er erwartet also auch keine perfekte Umsetzung seiner Ratschläge. Vielmehr hilft er, so wie er kann, auf dem Weg zu bleiben.

Er weist bei allem von sich weg auf unseren Gott hin. Bei alledem zeigt er viel Humor und auch seine Schrullen. Bei ihm hat man meist den Eindruck, dass er einem auf Augenhöhe begegnet, dass er nicht besser oder schlechter ist als man selbst. Also beileibe kein Übermensch, sondern ein echtes Gegenüber.“ (C.L.)

---

„Eine wirklich weise Person in meinen Augen ist die ehemalige Schwiegermutter meines Mannes, zu der ich, als Ehefrau Nr. 2, eine ganz außergewöhnliche Beziehung haben darf und deren „Herzensweisheit“ mich angezogen hat wie ein Magnet. Sie wird dieses Jahr 92 Jahre alt, ist gebürtig aus Schle-

sien, hat den Verlust von Heimat erfahren, eine äußerst dramatische Flucht überlebt, eine sehr schwierige Nachkriegszeit, beladen mit Familienkonflikten, durchlebt. Selber hat sie sieben Kinder großgezogen, ihre zweitjüngste Tochter (die sie sehr unterstützt hat) beerdigen müssen und einen Schlaganfall hinter sich. Woran erkennt man ihre Weisheit? Sie ist rein äußerlich eine unscheinbare Person, aber sie hat so eine Ausstrahlung. Sie ist sehr zugewandt, offen und interessiert an den Lebensdetails der anderen, ohne zu werten, bei all den Schicksalsschlägen nicht bitter geworden, sie ist ganz einfach bei sich, lebt einen Tag nach dem anderen, sie kann gut allein sein, fordert nicht und ihr Haus ist der Anziehungspunkt für die in alle Welt verstreute Familie... Das Geheimnis ihrer „Herzensweisheit“ kann sie nicht benennen – es ist ein tiefes Ruhen und Vertrauen, ein Annehmen, dass Einer über all dem wacht, welches sie aber nie an die „große Glocke“ hängt. In ihrer Nähe wird man ruhig und nimmt sich selber nicht mehr so wichtig – Weisheit von oben, finde ich.“ (C.P.)

---

„Er ist Mitte 50, verheiratet, drei Kinder, selbstständig und bodenständig. Warum ich ihn für weise halte? Seine ganze Art und Weise, wie er mit sich, seinen Mitmenschen und seiner Umwelt umgeht, ist erstaunlich und regt mich zur Nachahmung an. Ich habe es noch nie erlebt, dass er mal laut geworden wäre, sich über irgendetwas oder irgendjemanden aufgeregt bzw. schlecht geredet hätte.

In schwierigen Situationen oder bei meinen "Problemen" bleibt er ruhig, geht in sich und hat die passende Lösung parat (jetzt nicht zack da hast du eine Antwort, kann auch schon mal etwas länger dauern). Und dann kommt sein Gesagtes ganz tief aus dem Herzen und ist so gut durchdacht, dass man "gezwungen" ist

inne zu halten, die ganze Situation Revue passieren zu lassen, nur um dann für sich selber festzustellen, dass das an sich gar kein Problem bzw. keine schlechte Situation ist.

Wenn ich mich mit meinen "Problemen" rumplage, schildere ich ihm meine Situation und warte seine Antwort ab und denke trotzdem weiter darüber nach. Seine Antworten zeigen mir meistens eine andere Sicht auf, auf die ich von allein nie gekommen wäre. Seine Antworten enthalten auch kurze Zitate aus der Bibel, was einem nur auffällt, wenn man die Bibel kennt, da er dies stets mit eigenen Worten wiedergibt.

Bsp.: Ich war Ende letzten Jahres in einer beruflichen Umbruchphase, da mich meine Anstellung nicht mehr glücklich machte und ich nicht wusste, ob ich es dieses Jahr noch weiter machen sollte. Also fragte er mich einfach nur "Was willst du eigentlich wirklich?" Nur dadurch habe ich mich dazu entschlossen, ein Studium in christlicher Psychologie zu machen, um mich dann auf dem Gebiet der Kinder- und Jugendseelsorge ausbilden zu lassen. Mit seinen kurzen Fragen, wie ich etwas sehe, oder mit seiner Sicht auf die Dinge des Lebens und seinen Antworten sehe und weiß ich, dass ich einen Menschen vor mir habe, der eine weise Sicht auf die Dinge hat und sich von Gott zu den richtigen Antworten leiten lässt." (C.R.)

---

„L. ist 81 Jahre jung - ja, sie ist jung. Denn sie ist in ihrem Herzen weich und liebend geblieben. Dabei hätte sie während ihres Lebens auch viel Grund zur Verbitterung gehabt: Ihr Vater kam nicht mehr vom Krieg zurück, als Halbwaise musste sie ihre Mutter unterstützen und deshalb einen Beruf ergreifen, der ihr gar nicht gefiel und eigentlich nicht zu ihr passte. Sie jedoch gab ihr Bestes

und wurde sogar recht erfolgreich. Sie heiratete die Liebe ihres Lebens und obwohl sie gerne mehrere Kinder gehabt hätten, bekamen sie lediglich einen Sohn und bald musste sie ihren noch relativ jungen Ehemann im Sterben begleiten. Geduldig nahm sie jedes "Schicksal" aus Jesu Händen (auch eine eigene schwere Krebserkrankung). Nach Jahren traf sie meinen verwitweten Schwiegervater und beide freuten sich darauf, noch einmal eine kleine gemeinsame, glückliche Zeit miteinander zu verbringen. Mitten in der Planung - ganz plötzlich - rief der Herr über Leben und Tod meinen Schwiegervater zu sich. L. ist tief traurig - aber in aller Trauer sehr dankbar. Diese tiefe Dankbarkeit und der Friede, der darin gründet, sind für jeden sichtbar, der sie kennenlernt. Sie achtet fürsorglich auf sich selbst (treibt regelmäßig Sport - wie es ihre Kräfte noch erlauben - liest und informiert sich fortwährend, um auch geistig rege zu bleiben). Ihrem Gegenüber hört sie so sehr geduldig zu, fragt klug nach und gibt nur dann Antworten, wenn diese vom Fragenden gewünscht sind. Sie ist fröhlich, achtsam und hilfsbereit (nur da, wo sie um Hilfe gebeten wird!). Ansonsten nimmt sie sehr behutsam Anteil an unserem Leben. Wir spüren und wissen, dass sie betend hinter uns steht. Welch großer Schatz an Weisheit und Besonnenheit! Von dieser in sich ruhenden Weisheit möchte ich gerne lernen.“ (C.V)

# Biblische Türen zur Weisheit:

In Christus liegen verborgen alle Schätze der Weisheit und der Erkenntnis.

Kol 2, 2.3.

Betrachtung von Elfriede Koch

Jahrelang war ich als Religionslehrerin darum bemüht, an weiterbildenden Schulen Wissen und Weisheit zu vermitteln. Oft fragte ich mich, ob vieles, was in unseren Schulen gelehrt wird, nicht auch nur zur Aufblähung des menschlichen Egos dient. Da erlebt man, wie junge Menschen stöhnen, weil sie sich irgendwelche Fakten einpauken müssen, die für sie völlig irrelevant und uninteressant sind. Wie sie das eingbläute Wissen schnellstmöglich wieder vergessen, aber andererseits meinen, nun alles besser zu wissen als weniger Gebildete. Und oft passiert es, dass oberflächliche Scheinwissenschaftlichkeit zum Verlust der Gottesfurcht führt.

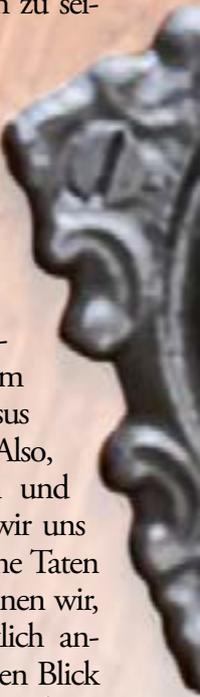
All das hat in mir ziemlich viele Fragen geweckt. Welchen Sinn macht es, unglaublich viele Details genau zu beobachten, zu katalogisieren, zu berechnen, oder sich mühsam um das Verständnis uralter wissenschaftlicher Texte zu bemühen? Und kommt es beim Lernen überhaupt

auf Nutzen und praktische Anwendbarkeit an oder geht es einfach um die Freude am Forschen und am Gebrauch des eigenen Verstandes? Ähnliche Fragen tauchen schon in der Weisheitsliteratur des Alten Testaments auf und der Prediger „Salomo“ seufzt bereits resigniert über die Vergeblichkeit alles Forschens und Nachdenkens.

Im Kontrast dazu spürt man das freudige Staunen, wenn Paulus anbetend und dankbar feststellt: „In Christus liegen verborgen alle Schätze der Weisheit und Erkenntnis!“ Da gibt es keinen Zweifel: Hier handelt es sich um Weisheit, die schön und wohltuend, sinnvoll und beglückend ist. Da wird selbstverständlich vorausgesetzt, dass die Sehnsucht des Menschen nach Wissen und Verstehen gut ist. Dieser Wunsch, die Geheimnisse in unserer Welt zu erforschen, ist offenbar etwas Gottgewolltes, was der Schöpfer in seine Ebenbilder hineingelegt hat. Doch wie alle anderen Wünsche

und Sehnsüchte des Menschen findet auch dieses Streben nur in Gott selbst sein Ziel. Nur durch Christus kann der Mensch das wahre Wesen der Welt erkennen. Nur durch Christus findet der Mensch zu seiner Bestimmung.

Was heißt das nun für uns? Wie können wir diese Schätze der Weisheit, die in Christus verborgen sind, heben? Es wird wohl ganz von selbst dadurch geschehen, dass wir uns zum obersten Ziel machen, Jesus Christus zu erkennen. Also, Ihn immer mehr kennen und lieben zu lernen. Je mehr wir uns in Seine Worte und in Seine Taten vertiefen, desto mehr erkennen wir, worauf es im Leben wirklich ankommt. Wir gewinnen einen Blick für die Schönheit der Welt und wir lernen, unsere Mitmenschen tiefer zu verstehen. Wir ahnen etwas





von dem tieferen Sinn hinter allem Weltgeschehen, aber wir werden frei von dem Zwang, alles mit unserem berechnenden Verstand erfassen zu müssen. Im Gebet und im anbetenden Kontakt mit dem lebendigen Jesus erleben wir immer wieder, wie unsere aktuellen Probleme sich bewältigen lassen. Jesus gibt uns die Weisheit, die wir tatsächlich brauchen, um Seinen Willen zu tun.

Zwar wird unser Wunsch, alles kontrollieren und begreifen zu können, nicht befriedigt. Auf unzählige Fragen gibt uns Jesus keine Antwort. Ja, es scheint mir, je länger wir mit Jesus unterwegs sind, desto mehr ungelöste Fragen bleiben offen. Doch das verhilft uns zu einem wesentlichen Element der Weisheit: der Demut. Ein tiefes, einführendes Verstehen, ein ehrfürchtiges Staunen vor den Wundern der Schöpfung, eine herzliche Liebe zum Leben und zu allen Geschöpfen - das sind die Schätze der Weisheit und Erkenntnis, die

wir in Jesus finden. Sie eröffnen sich uns nach und nach, so wie wir es erfassen und würdigen können. Und immer mehr begreifen wir, dass es letztendlich nur auf das Eine ankommt: Jesus immer mehr zu lieben. Das ist der Weisheit letzter Schluss!

**Elfriede Koch** ist evang.-luth. Pfarrerin im Ruhestand, war 25 Jahre lang im Schuldienst tätig und hat an der IGNIS-Akademie die Ausbildung zur christlichen Beraterin und Therapeutin gemacht. Sie ist mit Albrecht verheiratet, Mutter



von zwei erwachsenen Kindern und siebenfache Großmutter. Nach dreißig Jahren Tätigkeit in Lohr am Main lebt sie jetzt mit ihrem Mann in Bergisch Gladbach.

# Biblische Türen zur Weisheit:

## „Die Furcht des Herrn ist der Weisheit Anfang“

Spr 9,10

Betrachtung von Andreas Franz

Verglichen mit griechischen Denkern, die sich an der Philosophie erfreuen, lieben Hebräer viel mehr die Aktivität. Sie begnügen sich nicht mit geistigen Erkenntnissen, sondern wollen deren Auswirkungen im Alltag sehen. Die „Furcht des Herrn“ ist fester Bestandteil hebräischer Frömmigkeit. Die Redewendung begegnet uns in der alttestamentlichen Weisheitsliteratur mehrfach. Dabei muss man verstehen, dass es den Hebräern nicht um eine bloße geistige Attitüde oder einen Glaubenssatz ging wie z.B. eine respektvolle Grundhaltung Gott gegenüber. Dies ist nur eine Seite der Medaille. Die andere Seite ist die Furcht Gottes als Aktion. Weisheit wird lebensnah alltäglich.

Doch wie wirkt sich die Furcht des Herrn im Alltag aus? Hier hilft uns der Dichter von Psalm 34 weiter, der seine Hörer ganz ausdrücklich die Furcht des Herrn „lehren“ will (V. 12-15). Erwartungsgemäß wird er sehr praktisch. Seine Reime zur Furcht des Herrn waren im jüdischen Alltag so fest verankert, dass Petrus sie über 1000 Jahre später problemlos als Handlungsanweisung zitiert (1 Pt 3,10f).

Konkret bedeutet Furcht des Herrn:

### 1. Achte auf deine Worte!

Der Poet drückt dies mit einem synonymen Parallelismus aus: „Bewahre deine Zunge vor dem Bösen, deine Lippen vor dem Trugreden“. Furcht des Herrn – und damit Weisheit – zeigt sich darin, wie man über andere Menschen redet. Irreführende, manipulierende Worte oder fälschliche Beschuldigung anderer widersprechen der Furcht des Herrn. Gleichgültig, ob sie gesprochen oder geschrieben sind. Heute gilt dies auch für den Gebrauch sozialer Medien. Ein Leben, das den Herrn fürchtet, beginnt bei der Kommunikation.

### 2. Tue Gutes!

Um dies zu unterstreichen, bedient sich der Dichter eines antithetischen Parallelismus: „Weiche vom Bösen – tu Gutes“. Zur Umsetzung dieser Aufforderung lernte der Hebräer einen zusammenfassenden Kodex mit klaren Handlungsanweisungen auswendig: die 10 Worte – bei uns heute besser bekannt als die „Zehn Gebote“

(Ex 20,1-17). Sie sind Furcht Gottes pur. Diese Worte verkörpern Gottes Weisheit, da sie für alle, die sich daran orientieren, Wohlergehen bedeuten. Sie blieben fester Bestandteil der Lehre Jesu und seiner Apostel, denn sie sind „heilig, gerecht und gut“.

### 3. Suche Schalom!

In der hebräischen Poesie klingt das so: „Trachte nach Frieden (shalom), jage ihm nach“. Unser deutsches Wort „Frieden“ drückt nicht ansatzweise das aus, was das hebräische „Schalom“ umfasst. Es bedeutet u.a. harmonisches Zusammenleben in Familie und Gesellschaft, körperliche Gesundheit und seelisches Wohlergehen, Versöhnung, Vergebung, äußere und innere Sicherheit. Bei Gott ist Schalom und er schenkt Schalom. Der Mensch kann und soll sich danach ausstrecken – für sich und seinen Nächsten. Das ist Weisheit und Teil der Furcht des Herrn.

Bei der „Furcht des Herrn“ geht es also nicht (nur) um ein Gefühl, eine Attitüde oder einen philosophischen Diskurs. Es geht



um ganz praktische Anweisungen für alltägliches Tun. Diese umzusetzen ist der Anfang der Weisheit, was ein gutes, harmonisches, sinnerfülltes und langes Leben ermöglicht.



*Dr. Andreas Franz (Jg. 1958) ist Studienleiter der Theologisch-Missionswissenschaftlichen Akademie ([hww-ev.delthema](http://hww-ev.delthema)) und Vorsitzender der Arbeitsgemeinschaft Pfingstlich Charismatischer Missionen ([www.apcm.de](http://www.apcm.de)).*

# Weisheiten

## **Tibet**

Ein Baum, der fällt, macht mehr Lärm, als ein ganzer Wald, der wächst.

## **Indianische Weisheit**

Wirklich weise ist, wer mehr Träume in seiner Seele hat, als die Realität zerstören kann.

## **China**

Nicht durch Aufschlagen, sondern durch Ausbrüten wird das Ei zum Küken.

## **Togo**

Buttere nicht die Bratpfanne, bevor du die Fische fängst.

## **Indien**

Am reichsten sind die Menschen, die auf das meiste verzichten können.

## **Kenia**

Baue nur eine Brücke, wo es einen Fluss gibt.

## **Somalia**

Das beste Bett, wo ein Mann einschlafen kann, ist Frieden.

## **Südafrika**

Wende dein Gesicht der Sonne zu, dann fallen die Schatten hinter dich.

## **Algerien**

Es ist der kleine Ast, den du vernachlässigst, der dein Auge verletzt.

## **Neuseeland**

Vergeude keine Zeit mit Menschen, die du nicht respektierst.

## **Sudan**

Zwei Könige fahren nicht in einem Kahn.

## **Argentinien**

Alles ändert sich, nicht aber der Tango.

## **Jamaika**

Auch auf dem besten Feld gibt es Unkraut.

## **Mexiko**

Betreffs des Geschmacks ist nichts geschrieben.

## **Kuba**

Es fehlt nie eine Entschuldigung für das Trinken.

## **USA**

Wie wenig wir wissen, erkennen wir, wenn unsere Kinder anfangen zu fragen.

# aus der ganzen Welt kreuz und quer

**Kasachstan**

Armut ist keine Schwäche.

**Kamerun**

Wer Fragen stellt, muss auch akzeptieren, dass er Antworten bekommt.

**Pakistan**

Schau auf eines Mannes Taten, nicht, ob er groß oder klein ist.

**Russland**

Zu Gast sein ist schön, aber zu Hause ist es schöner.

**Libanon**

Deine eigene Hand ist es, die deine Tränen fortwischt.

**Mongolei**

Besser Schweres lernen als verwöhnen.

**Brasilien**

Alles zu glauben ist Torheit – gar nichts zu glauben ist Torheit.

**Vietnam**

Das Leben ist zu kurz, um schlechte Suppe zu essen.

**Japan**

Auch durch ein Nadelöhr kann man den Himmel sehen.

**Australien**

Menschen essen alle Arten von Fischen, aber dem Hai machen sie einen Vorwurf daraus.

**Samoa**

Sammele die Brotfrucht von den entferntesten Zweigen zuerst.

**Marokko**

Ausdauer durchbohrt Marmor.

**Nigeria**

Ein Einäugiger wird Gott erst in dem Moment danken, da er einem Blinden begegnet.

**Chile**

Zehn, die schreien, bekommen viel mehr als zehn, die ruhig bleiben.

**Iran**

Der Gruß führt zur Unterhaltung.

**Indonesien**

Den kleinen Fisch sollst du nicht teilen; gib ihn ganz!

# Die App2Heaven



# auf persönliche Weise online mit Gott

**E**s gibt Apps für so ziemlich alles im Leben. Die mobilen Geräte erlauben nicht nur Telefonie und Messaging, sondern sind ein umfassender Organizer für unser Tagesgeschäft geworden. In kurzen Pausen oder wenn einem gerade langweilig ist, kann der Griff zum mobilen Gerät zum Reflex werden. Das hat gewiss nicht nur positive Seiten. Aber gerade das bietet auch die Chance, uns mitten im Alltag immer wieder an Gott zu erinnern. Es gibt eine Reihe von Apps für die Glaubenspraxis, die eher statischer Natur sind: Man kann mobil auf vorgefertigte religiöse Texte wie die Bibel, geistliche Impulse oder Gebetssammlungen zugreifen.

Die App2Heaven liegt auf dieser Linie, möchte aber noch einen Schritt weiter gehen. Sie will einen digitalen Raum schaffen für die je individuellen Glaubensvollzüge, die grundlegend sind für Christen aller Konfessionen. Ich kann mir Motivation und Inspiration holen für mein Gebet - in Textform oder als Audio-Impuls. Ich kann in der App die Bibel an gewünschter Stelle aufschlagen oder per Zufallsfunktion ein „Wort ziehen“, mir Worte notieren, die mich angesprochen haben, und mich den Tag über per Mitteilung an sie erinnern lassen. Ich kann mir Gebetsanliegen und Erlebnisse aufschreiben, die für meinen Glauben Bedeutung haben, und werde ermutigt, Taten und Entscheidungen umzusetzen, die ich aus dem Gebet heraus angehen will.

Aber die App2Heaven will mehr sein als nur ein persönliches geistliches Notizbuch. Sie will helfen, sich im Gebet zu vernetzen und mit an-

deren geistliche Weggemeinschaft zu suchen. Gedanken, Bibeltexte, Gebetsanliegen und Glaubenserfahrungen können mit anderen geteilt werden. Das Sharing funktioniert per SMS oder über alle gängigen Messenger. Wenn der Empfänger auch die App2Heaven nutzt, kann er mit einem Klick den Inhalt, z.B. ein Gebetsanliegen, auch in seine App übernehmen.

Dabei ist das Sharing-Prinzip über Einzelne hinaus auch ausgeweitet auf geistliche Gemeinschaften. Sie können geistliche Impulse aus ihrer Spiritualität und Lebenszeugnisse aus ihrer Gemeinschaft für alle Nutzer der App zur Verfügung stellen. Viele traditionelle Orden und neue geistliche Gemeinschaften haben sich bereits an der App2Heaven beteiligt. So können die App-User den großen spirituellen Reichtum der Kirche kennenlernen und dadurch vielleicht auch mehr ihre eigene Spiritualität und ihren persönlichen geistlichen Weg entdecken.

Die App2Heaven enthält außerdem eine Menge an kurzen Erklärungen und Einführungen, so dass Jugendliche mit der App beten lernen können. Die Schwelle, ein Buch zur Einführung in das geistliche Leben zu lesen, liegt heute eher hoch. Aber viele sind es gewohnt, sich durch eine App zu klicken und die einzelnen Funktionen individuell und auf das persönliche Leben zugeschnitten zu nutzen. Genau das bietet die App2Heaven. Auch kann man Apps unkompliziert unter Freunden weiterempfehlen oder anlässlich von Ereignissen wie der Firmung bzw. Konfirmation, einer Taizéfahrt oder Jugendcamps be-

kannt machen. Die App2Heaven will nach solchen punktuellen geistlichen Ereignissen die Jugendlichen zu einer persönlichen Weiterführung des religiösen Lebens motivieren. Viele fühlen sich nach solchen Ereignissen zu Hause im Glauben wieder auf sich allein gestellt. Oft fürchten sie, nicht die Kraft zu haben, den Weg des Glaubens weiterzugehen. Genau dafür ist die App2Heaven ein wertvolles Hilfsmittel. Sie hilft, persönlich „dranzubleiben“ am Kontakt mit Gott, sich mit anderen zu vernetzen und so gemeinsam weiterzugehen auf dem Glaubensweg.

Papst Franziskus sieht die „Revolution der Kommunikationsmittel und der Information“ nicht nur negativ als eine Quelle vieler Gefahren, die es sicher auch gibt, sondern als „eine große und begeisternde Herausforderung, die frische Energien und eine neue Vorstellungskraft verlangt, um den Menschen die Schönheit Gottes zu vermitteln“ (Botschaft zum Welttag der sozialen Kommunikationsmittel 2014). Die App2Heaven möchte ein einfaches Mittel sein, um Gott mitten hinein-zunehmen in unseren vom Smartphone geprägten Alltag.

[www.app2heaven.com](http://www.app2heaven.com)

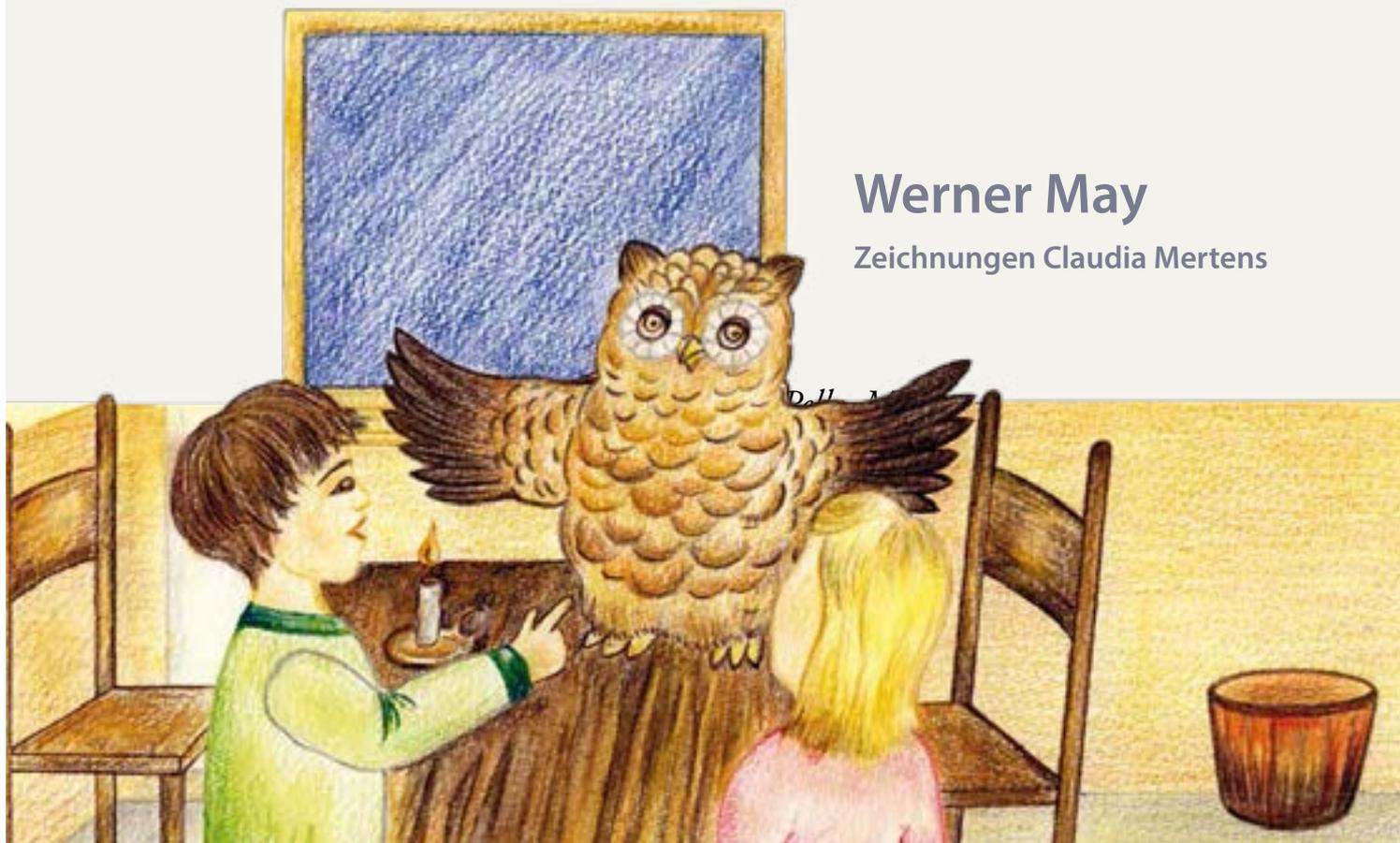


*Spiritual Dr. Andreas Schmidt*

# Die Kinder-Weisheitsschule

Werner May

Zeichnungen Claudia Mertens



## Buch-TIPP

### „Was ist das, eine Kinder-Weisheitsschule?“

„Das ist eine Schule für Kinder, in der sie Weisheit lernen“, erklärt die Eule. „Ja, und was ist Weisheit?“ fragt Erik. „Weisheit ist, wenn man weiß, wie man etwas richtig macht, nicht so sehr, wie du dein Fahrrad reparierst, sondern wie die Menschen besser zusammenleben können.“ „Das verstehe ich nicht“, schüttelt Erik den Kopf. „Ich will dir mal eine Frage stellen. Wenn du mit deiner Schwester Streit hast, dann bist du oft ganz ratlos und weißt nicht, was du tun sollst. Du fühlst dich hin und her gerissen, zwischen dem, was du möchtest, was deine Eltern wollen und dem, was

deine Schwester will. Stimmt das?“ „Ja, so kann man es sagen“, erwidert Erik. „Und wenn du aber das Richtige tust, dann ist das gut für deine Eltern und gut für deine Schwester und gut für dich - und nicht nur gut für deine Schwester oder gut für dich oder gut für deine Eltern, sondern für euch alle drei. Das ist Weisheit.“

Hier zur Leseprobe:



Bestellen hier:



## Gewinnreicher Verzicht

Verzichten ist nichts Negatives, ist keine Strafe. Es ist kein Resignieren, dass man eben der ist, der immer zu kurz kommt.

Der Gott, dem alles gehört, der alles hat, definiert sich nicht über sein Haben oder Tun, nicht weil ihm das alles gleichgültig wäre, weil ihm das alles ein Nichts ist, sondern weil er verzichten kann aus Liebe: „Er verzichtete auf alle seine Vorrechte und stellte sich auf dieselbe Stufe wie ein Diener. Er wurde einer von uns – ein Mensch wie andere Menschen“ (Philipper 2,7), blieb aber Gott. Aus Liebe zu uns verzichtete er bis in den Tod.

Auch wir können im Verzichten erfahren, dass wir nicht untergehen, sondern ganz im Gegenteil, dass sich wirkliches Leben entfaltet. Gewinnreicher Verzicht.

„Es ist niemand, der Haus, ... verlässt um meinetwegen und um des Evangeliums willen, der nicht hundertfach empfangt: jetzt in dieser Zeit ... mitten unter Verfolgungen - und in der zu künftigen Welt das ewige Leben.“ (Mk 10, 29. 30)

Ich will (auf gewisse Gewinne) verzichten – um des Reiches Gottes Willen.

Und Jesus gibt hundertfach zurück.

Wenn wir verzichten um Jesu willen, werden wir etwas Besseres (100-fach) bekommen!

In dieser Zeit (Mk 10,30)! Nicht erst in der Ewigkeit!

Dieses Bessere ist eine Frucht der Gnade!

Sich gegen den Gewinn vor Augen zu entscheiden, ist ein Vertrauensschritt auf Gott zu.

Worauf können oder sollten wir verzichten? „Um meinetwegen und um des Evangeliums willen“, was das konkret bedeutet, mag von Person zu Person unterschiedlich sein. Sogar als Christen haben wir unterschiedliche ethische Vorstellungen.

Einig können wir uns sein, auf das zu verzichten, was uns selbst oder anderen schadet.

Ohne den Bezug zu Gott ist es oft keine einfache Aufgabe, über die Frage des Verzichts um eines höheren Wertes willen zu ringen.

Was könnte dieser Wert sein? Berufliche Karriere? Soziale Anerkennung? Eine bessere Gesellschaft? Irgendeine Belohnung?

Nicht jeder ist fähig, auf die augenblickliche Befriedigung von Bedürfnissen, auf augenblickliche angenehme Gefühle zu verzichten und diese für länger, ja sogar auf unbekannte Zeit aufzuschieben.

Nicht jeder kann sich schon jetzt im Geiste ausmalen, was einmal in der Zukunft sein wird, wenn an die Stelle des Verzichts etwas Positives mit reichem Gewinn treten soll.

Ich erinnere mich, wie ich so einen Verzicht einmal bezüglich meiner Vorliebe erlebte, gelegentlich zum Mittagessen ein Glas Rotwein zu trinken. Überraschend verspürte ich im Gebet, aufs Weintrinken verzichten zu sollen. „Warum denn das, ich trinke doch gar nicht viel!“ Das waren meine ersten Gedanken, aber als mir dann deutlich wurde, dass ich in dieser Gewohnheit eine "Weinseligkeit" suchte, war ich zutiefst betroffen. Ich wollte nicht weinselig sein, sondern geistselig! Und ich legte mich fest, ein Jahr lang keinen Wein zu trinken.

Nun zum Gewinn, den ich gar nicht erwartet hatte.

Ungefähr einen Monat später fing ich völlig überraschend an, mein erstes Gedicht zu schreiben und damit begann eine fünfzehnjährige „Lyrikerkarriere“ mit einer Unmenge positiver Erfahrungen. Ich kann niemand beweisen, dass dies der Gewinn für den Verzicht auf Wein war, aber persönlich bin ich davon überzeugt. Das war ein gewinnreicher Verzicht damals!

////////////////////  
**Ihre Stimme hören:**

# *Rembrandt und Gletschermann Ötzi*

„Was es nicht alles gibt!“ - war meine erste Reaktion, als ich hörte, dass man versucht hatte, die Stimme des holländischen Meisters Rembrandt zu rekonstruieren, alleine aus seinen Selbstporträts. Ausgangspunkt für diese wissenschaftliche Leistung war, dass es zunächst gelungen war, von der Stimme einer lebenden Person auf ihr Äußeres zu schließen. Und umgekehrt hatte man dann experimentiert, vom Aussehen her die Stimme aufzubauen. Dies hatte man dann auch für Rembrandts

Stimme genutzt, hatte aus den Selbstportraits seinen Kopf digital nachgebildet und seine Lungenkapazität erschlossen.

Wir würden Rembrandt nicht verstehen, nicht weil seine Stimme undeutlich ist, sondern weil sie im Niederländisch des 17. Jahrhunderts spricht.

Der Rembrandt-Experte Jonathan Bikker sagte, er finde die Stimme Rembrandts "etwas hochmütig und mürrisch".

Hier kann man Rembrandt zuhören:



Über Rembrandt:



Und wie es mit Gletschermann Ötzis Stimme nach 5300 Jahren ausging, kann man hier nachlesen:





*Erasmus*

*Erasmus*

Halt!  
Hier  
Grenze



## Wolframs ge|halt|voll -Witz Nr. 7.1

Zwei DDR-Grenzsoldaten an der Mauer nachts um 2 Uhr.

Der eine fragt den anderen:

"Mal unter uns, im Vertrauen: Wenn plötzlich die Mauer aufginge. Was würdest Du tun"

"Schön brav auf meinem Wachturm bleiben!"

"Also echt, ehrlich?"

"Aber ganz sicher!"

"Ich hab gar nicht gedacht, dass Du so ein 150%iger bist!"

"Ach was, 150%iger! Aber meinst Du, ich will tot-getrampelt werden?!"

Wer ist Wolfram?



# Impressum

**Herausgeber:** Werner May, Würzburg

**Redaktion:** Werner May - werner.may@gehaltvoll-magazin.de

**Lektorat:** Agnes May, Würzburg

**Gestaltung / Artdirektion:** Design Company, Henry Wirth, www.design-comp.de

**Technische Betreuung:** Heiko Gneuß, pro-webART, www.pro-webART.com

## **Beirat:**

Prof. Ulrich Gieseke, Ph.D. Psychologie

Ulrike Gloger, freie Journalistin

Prof. Romuald Jaworski, Dr., Priester, Psychologe, Psychotherapeut

Elfriede Koch, Pfarrerin, Autorin

Dr. Roland Mahler, Theologe, Psychologe

Dr. Markus Müller, Heilpädagogik, Erziehungswissenschaft und Anthropologie

Henriette Seekamp, Dipl. Freizeit- u. Kulturpädagogin

Beiträge ohne Autorenangaben wurden von der Redaktion erstellt.

## **Redaktionsadresse:**

Pilziggrundstr. 103b, 97076 Würzburg, ge|halt|voll-Magazin,  
erscheint alle 2-3 Monate

**Bestellung und Abo unter:** info@gehaltvoll-magazin.de

www.gehaltvoll-magazin.de

**Leserbriefe:** info@gehaltvoll-magazin.de

Jetzt auch auf Facebook:



## **Auf Wiedersehen!**

Bitte senden Sie uns eine Rückmeldung, wie Sie diese Ausgabe 7.1 fanden. Danke!



### **Kostenlos?**

Ja, dieses e-Magazin ist für Sie kostenlos. Doch bitten wir um eine Spende, denn dieses Magazin kostet zwar keine Druckkosten, aber kostet uns schon einiges, an Zeit, Besprechung, Honorare für Design und Webarbeiten. Wir freuen uns über jede Unterstützung.

Überweisung an: Gehaltvoll-Magazin, IBAN: DE44 7909 0000 0243 3516 70

BIC: GENODEF1WU1

Stichwort: Spende

oder per PayPal an info@gehaltvoll-magazin.de

**Werden Sie Abonnent: Warum?**



# Vorschau Nr. 7.2



**halten:** Oskarreif - Das einzigartige Leben jedes Menschen bestaunen



Wahrnehmung  
schärfen.  
Weitblick gewinnen.  
Glauben vertiefen.

Fernkurs  
Glaube und Psychologie

**Kontakt:**  
IGNIS - Akademie  
für Christliche Psychologie  
Kanzler-Stürtzel-Straße 2  
97318 Kitzingen



IGNIS Akademie  
GLAUBE. PSYCHOLOGIE. LEBEN.

**Das  
Kleinste  
Beziehungs-1x1**

Vertrauen wagen



Misstrauen überwinden

Werner May

Mit einem Klick hier zum Download  
und dann reinlesen - Auch smartphonegerecht

ge|halt|voll

wird unterstützt von Frankana und Freiko Gollhofen



# In den Jahren der Weisheiten

Als Kind fragte ich viel

Warum, wie etwas heißt

Und woher

Jetzt im Alter

Notiere ich die Fragen

Finde neue nach ein paar Tagen

In den Jahren dazwischen

Glaubte ich den Antworten

Je schneller sie kamen

Werner May

7.1|2019