LEBENS.WERTE

Magazin für neues Führen und Denken

LEBENS.WERTE – AUSGABE 2 – SOMMER 2021

Unsere Sommerausgabe widmet sich in verschiedenen Artikeln dem Schwerpunkt-Thema **VISION&WERTE**

WIRTSCHAFTS. LEBEN

Neue Gedanken zum Thema Stundensätze

ZUSAMMEN. LEBEN

Ein Gespräch über Unternehmensführung

GEISTES. LEBEN

Zur Geschichte der Physiognomik

IMPRESSUM

HERAUSGEBER
BEWUSSTSEINS!STIFTER e.V
+43 5352 21672 20
tanja@bewusstseinsstifter.org

REDAKTION
Tanja Lemann **(tl)**
lemann@lebenswerte-management.de
Thomas Kriesl **(tk)**
kriesl@lebenswerte-management.de
Anja Egy **(ae)**
info@anja-egy.com

KONZEPTION/GESTALTUNG
Ender Werbung GmbH & Co KG
Simon Ender **(se)**
s.ender@enderwerbung.com

DRUCK
Thurnher Druckerei GmbH, 6830 Rankweil

ABO-, INSERATE-, VERTRIEBS- UND LESERSERVICE
Erscheint viermal jährlich
redaktion@lebenswerte-magazin.online
Einzelheft
8,50 € 9,50 CHF
Abopreis
34,00 € 38,00 CHF
Förderabo
100,00 € 112,00 CHF

BANKVERBINDUNG
Bewusstseins!Stifter e.V.
Sparkasse Kitzbühel
IBAN AT04 2050 5000 1082 3904
BIC SPKIAT2KXXX

Klimaneutral
Druckprodukt
ClimatePartner.com/11280-2106-1006

FOTONACHWEIS:
pexels.com, Adobe Stock, freepik.com,
Bildarchiv Lebenswerte-Management

Die Redaktion freut sich über die Einsendung von Themenvorschlägen. Die mit dem Verfassernamen gekennzeichneten Beiträge geben die Auffassung der Autoren wieder und nicht unbedingt die Meinung der Redaktion. Alle Angaben erfolgen nach bestem Wissen und Gewissen, jedoch ohne Gewähr.

Alle in diesem Magazin enthaltenen Beiträge, Bilder und Illustrationen sind urheberrechtlich geschützt. Nachdruck und Vervielfältigung jeglicher Art sind nur mit schriftlicher Genehmigung der Redaktion gestattet.

GENDERNEUTRALITÄT
Die Mitwirkenden am Lebens.Werte-Magazin wertschätzen alle Menschen unabhängig von ihrer geschlechtsspezifischen Ausrichtung. Im Sinne einer besseren Lesbarkeit verzichten wir jedoch auf die geschlechtsneutrale Sprache und formulieren in all unseren Artikeln mit dem generischen Maskulinum. Wir bitten um Ihr Verständnis und wünschen viel Freude beim Lesen.

EDITORIAL

Wir haben es einfach gemacht. Ideen gesammelt, Menschen kontaktiert, alle Kräfte gebündelt. Mit Begeisterung, Spontaneität und Mut in kurzer Zeit ein neues Magazin herausgebracht, das sich wichtigen Themen verschiedenster Lebensbereiche aus einem anderen Blickwinkel nähert. Kann das gelingen, so ganz ohne aufwändige Analysen, Vorlauf, Marktstudien und sonstige Abwägungen? Und ob! Das melden uns die Leser zurück, seitdem wir die erste Ausgabe verteilen durften.

Wir sind sehr glücklich über die vielseitigen Rückmeldungen, die uns in den letzten Wochen erreichten und bedanken uns ganz herzlich. Neben Lob und ehrlichem Interesse sowie viel positivem Zuspruch hörten wir auch konstruktive Kritik. Doch genau das war unser Ziel mit diesem beherzten Anfang. Dass unser Publikum sich an dem fortwährenden Prozess des Magazins mit ehrlichen Meinungen beteiligt, zu diesem Lernabenteuer und Experimentierfeld beiträgt. So kommen erste Anpassungen im Layout bereits in dieser zweiten Ausgabe zum Tragen und auch zum Organisatorischen, Administrativen rund um den Verein **BEWUSSTSEINS!STIFTER** erfahren Sie auf den letzten Seiten mehr.

Die Begriffe "Vision" und "Werte" bilden den thematischen Schwerpunkt unserer Sommerausgabe. Viele Artikel in den drei Hauptrubriken zeigen auf, welchen immensen Einfluss diese Leitplanken auf eine zukunftsweisende Ausrichtung unseres Lebens haben. Zu einigen unserer Themen finden Sie über die QR-Codes weiterführende Informationen oder Audio-Dateien, über die Sie Inhalte auch nachhören können.

Wir freuen uns, wenn Sie das Magazin auch diesmal mit Neugier und Offenheit lesen. Dabei wünschen wir Ihnen einen strahlend hellen Sommer und eine gute Zeit.

Herzlichst, Anja aus dem
LEBENS.WERTE-TEAM

„WENN DU EIN **SCHIFF BAUEN** WILLST, DANN TROMMLE NICHT MÄNNER ZUSAMMEN, UM HOLZ ZU BESCHAFFEN, **AUFGABEN** ZU VERGEBEN UND DIE ARBEIT EINZUTEILEN, SONDERN **LEHRE** SIE DIE **SEHNSUCHT** NACH DEM WEITEN, **ENDLOSEN MEER.**“

Antoine de Saint-Exupéry (1900 – 1944)

INHALT.

01 Impressum

02 Editorial

06 Portrait
Anja Egy

01 WIRTSCHAFTS.LEBEN

08 Preise neu denken
Gastbeitrag von Markus Hartmann

12 Firmament
die Vision eines Unternehmers

18 Führung neu denken
Interview mit Prof. Hans Wüthrich

02 ZUSAMMEN.LEBEN

22 Artabana
Einblick in eine Solidargemeinschaft

28 Theoretischer Input Vision
Leitplanken in unsicheren Zeiten

34 Die 5-Stunden-Revolution
Gespräch mit Lasse Rheingans

03 GEISTES.LEBEN

36 Abseits der eigenen Werte
Plötzlich ausgebrannt

40 Was uns eine 107-Jährige zu sagen hat
Gastbeitrag von Angela Barzen

46 Zur Geschichte der Physiognomik Teil 1
Gastbeitrag von Autorin Erika Rau

56 Johanniskraut
Gastbeitrag von Antje Schlamberger

60 NACH.GEDACHT
Intelligente Zellen

PORTRAIT

ANJA EGY

- JOURNALISTIN
- TEXTERIN
- FREIGEIST

WAS MICH ANTREIBT:

Wenn ich nicht schreibenderweise tätig bin, umgebe ich mich am liebsten mit geselligen Menschen. Gemeinsam lachen, diskutieren, philosophieren, beim Zusammensein mit meiner Familie, meinen Kindern, Freunden, in der Natur, beim Reisen, bei einem gemeinsamen Essen, das alles erfüllt mich, macht mich zu einem ganzen Menschen.

„Was du tust, macht einen Unterschied, und du musst entscheiden, welche Art von Unterschied du machen möchtest." Dieses Zitat der britischen Verhaltensforscherin Jane Goodall hallt seit Beginn meines Berufslebens in mir wider. Klar wollte und will ich einen Unterschied machen. Mit Sprache. Mit Worten, die darüber hinausgehen, nur bloße Informationen zu vermitteln.

Ich mache es auf meine Art. Fange Stimmungen, Emotionen, Werte, Haltungen, den Sinn zwischen den Zeilen ein. Laute Töne, manchmal nur Nuancen. Für mich geht das nur über den direkten Kontakt mit den Menschen, die hinter den Themen und Produkten stehen. Dann kommt eine andere Sprache in den Fluss. Bilder, die entstehen, wirken tiefer. Das Wesentliche des Menschen, des Unternehmens oder der Organisation wird sichtbar. Das, was nicht auf den ersten Blick erscheint. Beim Schreiben fließen meine Worte immer vom Kopf übers Herz aufs Blatt. Sprache formt die Wirklichkeit, schafft Realität. Also wähle ich Worte sorgfältig. Schon als Schülerin und Studentin arbeitete ich mit dieser Auffassung, hauptsächlich unbewusst, da mir die Erkenntnisse der anthroposophischen Geisteswissenschaft oder der Quantenphysik und anderer wissenschaftlicher Bereiche noch fehlten. Im Studium der Literaturwissenschaften, Mediävistik und Geschichte sowie als Volontärin an einer deutschen Journalistenschule vertiefte ich mein praktisches Handwerkszeug. Nach Stationen im Magazinjournalismus und in einer Werbeagentur bin ich heute in meiner Selbstständigkeit als freiberufliche Texterin und Journalistin rundum glücklich. Ich kann jeden Tag neue Themen umsetzen, spannende Menschen porträtieren oder Projekte wie das **LEBENS.WERTE** Magazin unterstützen.

„ICH MACHE ES AUF MEINE ART. FANGE STIMMUNGEN, EMOTIONEN, WERTE, HALTUNGEN, DEN SINN ZWISCHEN DEN ZEILEN EIN."

www.anja-egy.com

WAS KOSTET KREATIVE ARBEIT?

ÜBER DEN SINN VON STUNDENSÄTZEN

Ist die Herangehensweise, den Preis für eine Dienstleistung über den Stundensatz zu ermitteln, die richtige? Darüber hat sich Markus Hartmann Gedanken gemacht. Er ist Berater, Seminarleiter, Trainer und Redner. Als Gastautor teilt er seine Erkenntnisse mit uns:

Fotonachweis: Nicole Knelleken

„WAS KOSTET ES?", fragt der Kunde. Diese Frage erfüllt Kreative oft mit Unbehagen. Eine angeblich »leichte« Antwort verspricht seit vielen Jahrzehnten der Stundenverrechnungssatz (Stundensatz) in Verbindung mit dem wahlweise vorab »geschätzten« oder rückwirkend gemäß Zeiterfassung und Stundenzettel abgerechneten Zeitaufwand. Die Stundensatzkalkulation ist die vorherrschende Methode der Preisfindung in vielen Branchen – so auch in der Kreativwirtschaft. Kalkuliere deine »Kosten«, denn diese muss der Kunde bezahlen, heißt es. Aber sind die "Kosten" des Anbieters wirklich der Grund, warum Kunden handeln?

Diese Methode weist viele grundlegende Mängel auf, denn sie führt bei handelnden Menschen zu widerstreitenden Interessen. Ein Beispiel? Während es aus Kundensicht erstrebenswert ist, möglichst schnell und bestmöglich Hilfe und Problemlösung zu erfahren, führt dies dazu, dass es für Anbieter vorteilhaft erscheint, länger zu brauchen, denn dies würde ja die potenziell abzurechnenden Zeitaufwände erhöhen. Anders gesagt: In der Welt des Stundensatzes würde die schnelle und unmittelbare Problemlösung, die den Kunden sofort weiterbringt und hilft, einen vermeintlich niedrigeren Preis (weil niedriger Zeitaufwand) begründen. Ein unauflösbarer Widerspruch.

WORIN LIEGT DER WERT?

Damit ist der erste Mangel auch bereits angesprochen: Er liegt in einem falschen Verständnis von Wert, das die Zeitaufwände und Kosten des Anbieters dramatisch überschätzt, und – was der Hausverstand längst erkannt hat – übersieht, dass es Zeichen von Können ist, mit der richtigen Idee im richtigen Moment zur richtigen Zeit das Problem des Kunden bestmöglich zu lösen. Die dem Stundensatz zugrunde liegende Annahme, dass Wert durch Arbeitskraft und Zeitaufwand bestimmt sei, wurde bereits im 19. Jahrhundert entkräftet. Wert liegt im Auge des jeweiligen Betrachters und ist damit stets eine subjektive Wertung im gegebenen Moment und der Situation – stets unter Abwägung anderer Möglichkeiten und Alternativen.

Aber man müsse doch die eigenen Ausgaben decken, dabei müsse man doch seine "Kosten" kennen? Selbstverständlich müssen Selbständige und Unternehmer darauf Augenmerk legen, mehr »einzunehmen« als »auszugeben« und mit den verfügbaren Mitteln und der knappen Lebenszeit

bestmöglich haushalten. Und dies mit wachem Blick auf die Gegenwart und etwaige Chancen und Risiken der ungewissen Zukunft mit all ihren Unwägbarkeiten – was im Übrigen für alle Menschen gilt.

Hierbei ist ein klares Verständnis von gegenwärtigen Ausgaben nötig, aber auch davon, was wir uns beispielsweise von einer Investition in die Zukunft erwarten. Dazu braucht es jedoch keinerlei Umrechnung beziehungsweise Verrechnung in einen Stunden- oder Tagessatz.

Anders gesagt: Wer gerade keine Aufträge hat, dem wird auch ein wie auch immer berechneter Stundensatz kein Trost sein. Und wer sich wiederum über hohe Nachfrage freuen kann, der übersieht, dass Kunden unter Umständen auch "mehr" als nur den Stundensatz bezahlt hätten – hätte man mit jedem einzelnen Kunden individuell ge- und verhandelt.

VERTRAUEN ALS BASIS

Ein Handel kommt nur zustande, wenn sich beide Handelnden eine Verbesserung der gegenwärtigen Situation erwarten. Hierfür bedarf es nicht zuletzt des wechselseitigen Vertrauens, dass man nichts unversucht lassen wird, um das erwartete Ergebnis zu erreichen. Und womöglich auch das Vertrauen in sich selbst als Anbieter, das sich auch aus vergangenen Erfolgsgeschichten mit anderen Kunden speist. Und gerade diese Erfolgsgeschichten machen wir uns oftmals zu selten bewusst, wiegen doch die vorgeblichen Absagen aufgrund des »zu hohen« Preises oftmals in der Erinnerung schwerer. Die erwartete Problemlösung aus Kundensicht ist nicht nur die Grundlage des möglichen Angebotes, sondern auch – und hier bedarf es auch einer Prise Bauchgefühl und Entdeckerfreude – des Preises. Was kann dabei helfen Offenheit gegenüber den Problemen und Erwartungen des Kunden, welche sich häufig hinter dem geäußerten Wunsch nach einem Logo oder einer Website verbergen. Und dies bedeutet gerade in der Phase der Klärung Zurückhaltung, voreilig über mögliche Lösungen zu sprechen – auch wenn es verlockend erscheinen mag. Geleitet von dem Bewusstsein, dass jeden Kunden die Sorge treibt, die falsche Entscheidung zu treffen, denn diese würde schlimmstenfalls für den Kunden bedeuten, dass er Zeit und Geld sowie die Chance vergeudet hätte, das Richtige und Wichtige zu tun.

Das verpasste Weihnachtsgeschäft ist unwiederbringlich verloren und deshalb ein nicht rechtzeitig online geschalteter Onlineshop dramatisch. Ein verpfuschter Website-Relaunch, der einen Absturz bei den Google-Suchergebnissen nach sich zieht, verheerend. Ein über Monate hinweg – aus welchen Gründen auch immer – verzögertes Projekt erzeugt auf Kundenseite womöglich einen großen und schmerzhaften Verlust. Das erfordert das gemeinsame Beschreiten dieses Weges hin zu einer verständnisvollen Klärung. Und ja: Das dauert vielleicht anfangs länger. Jedoch senkt eine solche Klärung, ganz nebenbei das Risiko für den kreativ Arbeitenden, denn ihm bleiben womöglich Enttäuschungen erspart. Vor allem aber erleichtert es dem Kunden die Entscheidung. Dies erfordert ein vertrauensvolles und verständnisvolles, gar mitfühlendes Miteinander und die Kunstfertigkeit, hier in einen gemeinsamen Austausch zu gehen. Einen Dialog. Und auch mögliche Konflikte als wertvoll für einen Erkenntnisgewinn zu schätzen. Eine hohe Verantwortung, aber eine große Chance, mit voller Energie auf die Probleme bestehender und zukünftiger Kunden zu schauen. Und garantiert wertvoller und erkenntnisreicher als der starre Blick auf den Stundensatz des vermeintlichen Wettbewerbers und sich von der falsche Annahme, ein Kunde würde allein anhand des „niedrigsten“ Preises entscheiden, blenden zu lassen. **(tl)**

Fotonachweis: Nicole Knelleken

MARKUS HARTMANN ist Seminarleiter, Berater, Trainer und Redner. Sein Wissen und seine Erkenntnisse teilt er gerne. Und eines ist sicher: Er inspiriert und unterhält gleichermaßen. Vielleicht weil er an der einen oder anderen Stelle so manchen Glaubenssatz kräftig durcheinander rüttelt. *Vergiss deine Stundensätze. Schalt die Zeiterfassung ab.* Oder: *Controlling ist das Problem, nicht die Lösung*. Um nur ein paar seiner auf den ersten Blick radikal anderen Themen anzusprechen, die aber bei Lichte betrachtet nur eines tun: den Menschen in den Vordergrund stellen und all das klar und deutlich anzusprechen, was wertschaffendes und wirkungsvolles Miteinander be- und verhindert.

WIRTSCHAFTS.LEBEN

Foto: FIRMAMENT
So sieht das Gebäude in der Animation aus: das Firmament in Rankweil

FIRMAMENT –

DIE VISION VON NEUEN BEGEGNUNGSRÄUMEN

Der Vorarlberger Unternehmer Ernst Seidl hatte vor vier Jahren eine Vision, die heute Realität ist. Die Idee, einen Raum für Begegnungen zu schaffen und dabei seinem Kerngeschäft ein neues Format zu verleihen – die Event-Location FIRMAMENT. Wir hatten das Vergnügen, kurz vor der Eröffnung einen Blick hinter die Kulissen werfen zu dürfen und den Visionär Ernst Seidl persönlich kennenzulernen.

Von Götzis in Vorarlberg aus machte sich Ernst Seidl im Anschluss an seine Konditor- und Kochlehre als Caterer selbständig. Er richtete zahlreiche große und kleinere Events auf hohem Niveau aus. Auf unsere Frage hin, warum er kein Sternekoch werden wollte, meinte er, er wolle frei und unabhängig sein. So setzte er seine Karriere als Caterer fort.

Vom Österreichischen Olympischen Comité kam die Anfrage zur kulinarischen Unterstützung während der Spiele in Sotschi 2014. Vier Jahre zuvor hatte er noch abgelehnt, als es zu den Spielen nach London gehen sollte. “Wir sind noch nicht soweit,” war die Antwort. Jetzt sagte Seidl mit gutem Gewissen und der inneren Sicherheit zu, dass seine Mannschaft es schaffen kann. Die Herausforderungen bei solch einem Event liegen im Vergleich zu Firmen- und Messe-Events darin, über zwei Wochen einen gleichbleibend hohen Service zu liefern. Zusätzlich galt es in den verschiedenen Ländern Hürden wie die sprachliche Barriere zu überwinden sowie zuverlässige Mitarbeiter und qualitativ hochwertige Zulieferer vor Ort zu finden. Das gesamte Team meisterte diese große Herausforderung und richtete auch 2016 das Catering bei den Olympischen Spielen in Rio de Janeiro und den Winterspielen 2018 in Südkorea für das Österreichhaus aus. Dabei blieb Ernst Seidl immer sehr bescheiden, bodenständig und seiner Heimat verbunden.

„Was nun?”, lautete mit Anfang 50 die entscheidende Frage. Und so reifte die Vision in ihm heran, einen Raum für Menschen und Begegnungen auf seine ganz persönliche Art

> **Hole dir Menschen an Bord, die Dinge besser können als du selbst und selbst wenn du ein geringes Budget hast, umgib dich mit den Besten.**
>
> Ernst Seidl verfolgte das Credo seines Mentors

Foto: FIRMAMENT

zu schaffen. Es sollte etwas Nachhaltiges und Beständiges sein. Im Mittelpunkt sollte die Begegnung der Menschen bei guter Kulinarik in einer entspannten Atmosphäre stehen.

Ernst Seidl ist eine Persönlichkeit, die mutig neue Sichtweisen und Perspektiven mit viel Bodenhaftung, in seinem Business umsetzt. Er vermittelt Leichtigkeit und Freude bei allem, was er tut. Beim Projekt FIRMAMENT dachte er abseits von eingefahrenen Strukturen. Er erlaubte sich und anderen aus Fehlern zu lernen und hatte den Mut, Neues zu wagen – zu experimentieren, ohne dabei leichtsinnig zu sein.

FIRMAMENT – DAS KONZEPT

Die Idee dieses Ortes der Begegnung ließ Ernst Seidl nicht mehr los. Er fand Mitstreiter, die seine Idee Realität werden ließen. Das "Projekt-Abenteuer" begann und hierbei half auch der Zufall ein wenig nach. Für das ausgewählte Grundstück in Rankweil gab es zunächst zwei Bewerber. Der andere Interessent überließ Seidl letztendlich das Grundstück, da er einen Treffpunkt für Menschen schaffen wollte. Für beide Konzepte wäre kein Platz gewesen. Jetzt konnte es auf dem rund zehntausend Quadratmeter großen Grundstück direkt an der Autobahn, zwischen Bregenz und Liechtenstein, losgehen. Am 12.

Foto: FIRMAMENT

November 2019 war Spatenstich. FIRMAMENT steht für „Raum für Begegnungen". Ernst Seidl hat diesen Ort für Menschen geschaffen, in dem nationales und internationales Publikum auf nationale und internationale Küche trifft. Einen Raum, wo Neues entstehen kann. Das ganze Konzept ist darauf ausgerichtet. So bilden der Self-Serving- und Bar-Bereich mit dem Speisenangebot aus den verschiedensten Regionen der Welt den zentralen Mittelpunkt. Links und rechts davon befinden sich jeweils das Hotel zur einen und der Eventbereich für 50 bis 800 Personen sowie entsprechende Meetingräume zur anderen Seite.

NEUE IMPULSE IN DER GASTRONOMIE

Durch seine internationalen Aufträge konnte Ernst Seidl ein ebensolches Netzwerk sowie fundiertes und langjähriges Branchenwissen gewinnen. Daher bietet er im FIRMAMENT eine Zusatzausbildung für internationale Jungköche an. Weiterbildungsschwerpunkte bilden die europäische Küche sowie Kniffe und Tricks im Cateringbereich. Zum Abschluss ihrer Weiterbildung bereiten die Köche im offenen Show-Cooking-Bereich Gerichte aus ihrer Heimatküche zu. Somit ist immer reichlich Abwechslung geboten. Ein schlauer Schachzug. Ernst Seidl setzt stets auf Win-Win-Situationen. Ihm geht es ums Business auf Augenhöhe, mit Mehrwert und Überraschung für den Kunden. Kreative Denkansätze, die überall im Konzept des FIRMAMENT zu finden sind.

KLASSISCHE AUFGABEN NEU GEDACHT

Die Aufgabengebiete klassischer Hotellerie- und Gastronomie-Jobs wurden im FIRMAMENT in manchen Bereichen neu definiert. Unter anderem ist der "Check-in" neu gedacht. Es gibt hier keinen klassischen Front Office Manager. Sogenannte „Gastronauten" übernehmen diese Aufgabe im Barbereich, wo der Mitarbeiter an der Bar den „Check-in" gleich mit übernimmt. Durch die aktuellen technischen Möglichkeiten können die Fähigkeiten als Gastgeber an der Bar durch eine kleine Weiterbildung leicht ergänzt werden.

Auch bei der Vermietung von Flächen gibt es neue Konzepte. So ist ein weithin in der Region bekannter Weinladen zukünftig im FIRMAMENT zu finden. Eine monatliche Miete gibt es dabei nicht. Stattdessen wurde für beide eine Win-Win-Situation geschaffen: Ab 16 Uhr stellt der Weinhändler dem Restaurant einen Sommelier zur Verfügung. Somit können Gäste aus mehr als 600 verschiedenen Weinen und Spirituosen aller Preiskategorien wählen und ihren Tropfen stets wohltemperiert genießen. Durch diese Variante ist der Weinladen vom Umsatzdruck befreit und der Kunde erlebt eine stets hohe Qualität und Vielfalt. Mit diesen Ansätzen mischt Ernst Seidl das Hotel-Metier gehörig auf und nutzt dabei den Vorteil als Newcomer auf seinem Gebiet. Er regt zu einem neuen Rollenverständnis innerhalb der Branche an. Mit

Mut, Begeisterung und Kreativität können solche Denkansätze durchaus auf andere Branchen übertragen werden. Visionen können Wirklichkeit werden. Das zeigt uns Ernst Seidl überdeutlich und gerade in herausfordernden Zeiten. **(tl)**

Jetzt steht es fest: Die Eröffnung des FIRMAMENT findet am 20. Juli 2021 statt.

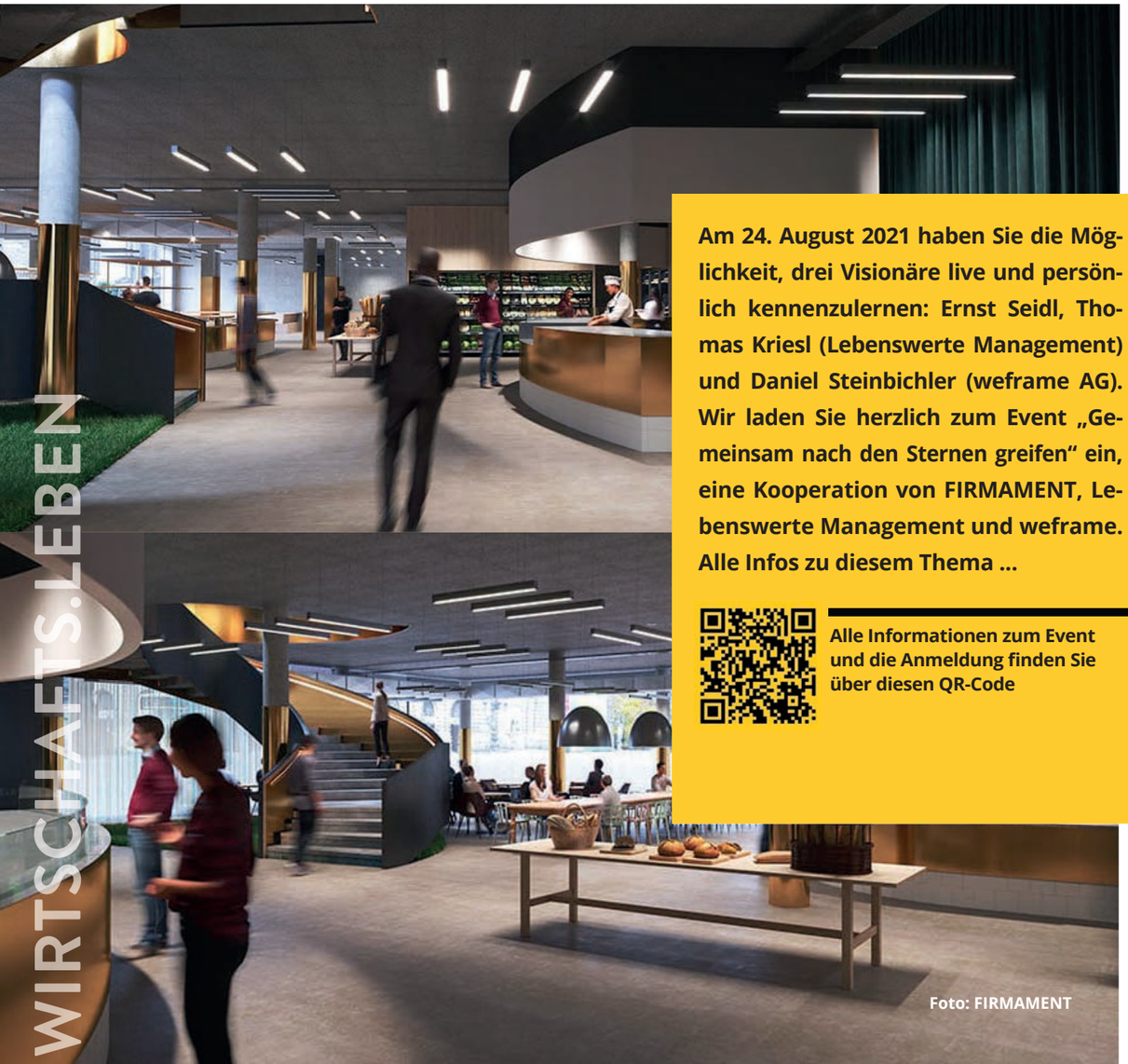


Foto: FIRMAMENT

Am 24. August 2021 haben Sie die Möglichkeit, drei Visionäre live und persönlich kennenzulernen: Ernst Seidl, Thomas Kriesl (Lebenswerte Management) und Daniel Steinbichler (weframe AG). Wir laden Sie herzlich zum Event „Gemeinsam nach den Sternen greifen" ein, eine Kooperation von FIRMAMENT, Lebenswerte Management und weframe. Alle Infos zu diesem Thema ...

Alle Informationen zum Event und die Anmeldung finden Sie über diesen QR-Code

WISSENS.WERT

CROWDFARMING – DER GLOBALE BAUERNMARKT

Die Plattform "CrowdFarming" nahm ihren Anfang vor knapp zehn Jahren. Damals suchten junge Bauern in Spanien einen geeigneten Vertriebsweg für die Orangen ihrer Plantage. Sie kamen auf die Idee, ihre Früchte kistenweise zu verkaufen, ohne Zwischenhandel, sondern auf dem direkten Weg zum Kunden; am besten auf Vorbestellung. Das funktionierte unerwartet gut und schon war ein neues, innovatives Konzept geboren.

„Lebensmittel direkt beim Erzeuger zu kaufen, ist die bedeutendste Alltagshandlung, die jeder durchführen kann, um eine positive soziale und umweltfreundliche Wirkung zu erzielen", heisst es auf der deutschen Webseite der Plattform. Tatsächlich gehen die Teilnehmer via CrowdFarming auf mehreren Ebenen nachhaltige Beziehungen ein. Die Kunden entscheiden sich für einen bewussten, direkten und konsequenten Einkauf, während die Erzeuger ohne Zwischenhandel bessere Preise erzielen, dadurch zusätzliche Arbeitsplätze schaffen und die sozialen Bedingungen in ihrer Gegend verbessern. Zudem können die Bauern auf Bestellung anpflanzen, was ihnen Planungssicherheit gibt und wodurch weniger Lebensmittel verschwendet werden. Die globale Vernetzung macht es möglich, heute als Endverbraucher über die Online-Plattform unmittelbar in Kontakt mit den Bauern zu treten. Ob man in Frankreich ein Schaf adoptiert, in Italien einen Olivenbaum oder in Deutschland einen Bestand Quinoa – man kann quasi live dabei sein und miterleben, wie es vor Ort geht, wann gesät oder geerntet wird. Die Produkte werden nach der Ernte und mit festem Termin geliefert, hauptsächlich in Form von größeren Mengen. Man kann sich dauerhaft mit einem Bauernhof verbinden, Stammkunde werden und eine Nutzpflanze oder ein Tier adoptieren. Selbst Besuche sind möglich. Oder aber man bestellt ganz unkompliziert einmalig Ware. Mittlerweile verbindet CrowdFarming Konsumenten mit Bio-Produzenten und -Produkten in zahlreichen Ländern, darunter Deutschland und Österreich. In der Schweiz existiert mit "CrowdContainer" ein ähnliches Konzept, das ebenfalls einen großen Zuwachs verzeichnet. **(ae)**

Johanna Trenkelbach aus Berlin gehört mit ihrer Bio-Imkerei und dem "Fließgold"-Honig zu den Anbietern auf CrowdFarming.

www.crowdfarming.com

FÜHRUNG NEU DENKEN

DAS TEAM RÜCKT IN DEN VORDERGRUND

Dass es eine neue Form der Führung braucht, davon ist Hans A. Wüthrich, Professor für Internationales Management und Dozent an zwei Universitäten, nach langjährigen Forschungen überzeugt. Das alte Modell sei überholt und könne mit der heutigen, schnelllebigen Zeit nicht mehr Schritt halten. Ein Interview mit ihm gibt Impulse und Anregungen, selbst weiterzudenken und für eine Organisation das „Ideal" zu definieren.

Sie wollen sich weiter ins Thema vertiefen? Hier geht es zum Interview.

Hilton-Talk mit Prof. Hans A. Wüthrich

Wie kann eine neue Art der Führung aussehen, die heute noch in keinem Lehrbuch steht? Sie basiert auf einem zutiefst menschlichen Miteinander: dem gemeinsamen Experimentieren. Sie basiert auf einer guten Fehlerkultur: Sie lässt von alten Gewohnheiten los und legt auch mal den Perfektionismus beiseite. Jeder kennt das Ziel – die gemeinsame Vision – der Weg zeigt sich beim Gehen.

Dazu braucht es Menschen, die sich in einem solchen Umfeld wohl fühlen und immer mehr dort hinein wachsen. Die häufig vorherrschenden Führungsmodelle beruhen darauf, dass die Chefs immer alles zu wissen haben. Das wurde uns so gelehrt und vorgelebt. Die gelebte Hierarchie verankert sich dann in den Köpfen. Auch möchte man meinen, Chefs kennen keine Angst oder Unsicherheiten. Doch so ist es nicht überall. Die Erfahrung und die Forschung zeigen uns, dass kollektives Wissen wesentlich mehr weiß, als ein Einzelner je wissen kann. In der neuen Führungsrolle schafft die Führungskraft den Rahmen, damit im Kollektiv Neues entstehen kann. Die Führungspersönlichkeit gibt die Vision und das zu erreichende Ziel vor, nicht aber den Weg dorthin. Dieser wird aus dem Team heraus entwickelt.

ERKENNTNISSE AUS DER PRAXIS

In einem überaus spannenden Interview mit Hans A. Wüthrich erfahren die Hörer, dass ein übergreifendes Denken zu völlig neuen Ansätzen führt. Ob in Organisationen oder in einer modernen Städteplanung wie in Curitiba, einer Großstadt mit rund 1,9 Millionen Einwohnern im Südosten Brasiliens – überall kann die kollektive Intelligenz sinnvoll genutzt werden. Hans A. Wüthrich gibt dafür zahlreiche inspirierende Beispiele. So haben in einer Organisation die Führungskräfte der obersten Hierarchie für sechs Monate ihre Rollen komplett getauscht. Der Leiter des Controllings wechselte beispielsweise ins Marketing. Das hatte zur Folge, dass nicht mehr über die reine fachliche Kompetenz geführt werden konnte. Die Führungskräfte mussten ausschließlich über Fragen führen und die eigene Persönlichkeit einbringen. Am Ende des Experiments hatte es dazu geführt, dass die Mitarbeiter in den Teams ihre erarbeitete „Freiheit und Selbstverantwortung"

WIRTSCHAFTS.LEBEN

beibehalten wollten und die Führungskraft sich in der Rolle neu finden durfte. Der wesentliche Unterschied zur heute meist vorherrschenden Führungskultur ist, dass eine Führungskraft der neuen Zeit lediglich den Rahmen für die Entscheidungsprozesse vorgeben und selbst immer weniger Entscheidungen allein treffen sollte.

WIE SCHAUT DAS ORGANISATIONSMODELL DER ZUKUNFT AUS?

Das klassische Organisationsmodell hat nach der Meinung von Hans A. Wüthrich heute ausgedient. Jede Führungskraft sollte sich folgende Fragen stellen: „Weshalb haben wir die Organisationsstruktur, die wir haben? Wozu dient sie und was wird dadurch verhindert?“ Man darf sich ins Bewusstsein rufen, dass jede gelebte Hierarchiestufe Entscheidungsprozesse verlangsamt. Entscheidungen werden von einer Person mit ihrem persönlichen Blickwinkel, den darauf basierenden Annahmen sowie Vorprägungen getroffen. Gleichzeitig wird die kollektive Intelligenz im Team heruntergeschraubt, denn das Team kann sich darauf verlassen, dass es „oben“ jemanden gibt, der entscheidet. Das führt häufig dazu, dass viele Arbeitnehmer nicht mehr wirklich mitdenken und Entscheidungen nicht mehr hinterfragt werden. Die Mitarbeiter geben die Verantwortung an den Vorgesetzten ab. Dieser nimmt sie dankbar an, denn darin, so meint er, liege seine Berechtigung. Die neue Art der Zusammenarbeit schließt das gerade aus. Hier wird gemeinsam nach der besten Lösung gesucht. Die Mitarbeiter sind ein Teil des ganzen Prozesses. Für diese innovative Art der Führung gibt es keine vorgefertigten Methoden, denn so vielfältig wie die Organisationen sind, so vielfältig sind auch die zu definierenden Entscheidungsprozesse und damit einhergehend die optimale Struktur für jede Organisation.

Hans A. Wüthrich spricht von drei Metakompetenzen, die als Basis entwickelt werden sollten.

1. METAKOMPETENZ
weg von perfekten Lösungen, hin zu viablen Lösungen

2. METAKOMPETENZ
Fähigkeit zur Mobilisierung der dezentralen Intelligenz entwickeln

3. METAKOMPETENZ
organisationale Resilienz aufbauen – Organisationen so ausstatten, dass sie mit Störungen intelligent umgehen lernen

Weiter dürfe jede Organisation ihr Ideal für sich entwickeln und sich dann selbst auf den Weg begeben, reflektieren und anpassen. Ganz im Sinne der ersten Metakompetenz.

Vor den aufkeimenden, neuen Methoden wie VUCA oder Holacracy, um nur zwei zu nennen, warnt Hans A. Wüthrich, da hier auf einer anderen Ebene ein Ideal definiert wird, was aber nicht für jede Organisation passt.

CHANCEN FÜR MORGEN

Heute gelte es ein Bewusstsein zu entwickeln, welche Vor- und Nachteile durch die jeweils vorherrschende Organisationsform und das gemeinsame Miteinander entstehen. Dann gelte es, die Vision für die Organisation zu entwickeln, um resilient auf die Einflüsse von außen und innen als ganze Organisation reagieren zu können. Standardisierte Management-Methoden haben dabei ausgedient. Ein Blick auf andere Organisationen darf sein, eine exakte Kopie jedoch wäre wenig sinnvoll. Denn jede Organisation entwickelt ihr eigenes Ideal und richtet die Personalentwicklung auf dieses Ideal aus. Sicherheit in der Unsicherheit zu entwickeln, das wird eine der Kernkompetenzen für Führungspersönlichkeiten von morgen sein. Auch ein permanentes Hinterfragen und Reflektieren des eigenen Denkens und Handelns wird notwendig sein, denn nur so kann Wachstum entstehen und schnell gegengesteuert werden.

VISION UND MUT

Die neue Art der Führung braucht Mut und Freude am Experimentieren – was heute häufig noch etwas ganz Ungewohntes im Bereich der Organisationsentwicklung darstellt. Deshalb bleibt in vielen Fällen meist alles beim Alten. Unsere aktuelle gesellschaftliche Situation zeigt uns, dass auch auf der Ebene der Organisationen vieles neu gedacht werden darf. Wir vom LEBENS.WERTE-Management-Team wollen Unternehmen Mut machen, jetzt loszulegen, zunächst einmal außerhalb der Komfortzone zu denken und später in gangbaren Schritten in die Handlung zu kommen.

Um die Hintergründe zu verstehen, eignet sich der Artikel über lebendiges Denken in unserer Ausgabe 01/21. **(tl)**

Foto: Privat

Prof. Hans A. Wüthrich
Inhaber des Lehrstuhls für Internationales Management an der Universität der Bundeswehr München und Privatdozent an der Universität St. Gallen.

WIRTSCHAFTS.LEBEN

ARTABANA

EINBLICK IN EINE SOLIDARGEMEINSCHAFT

Als Netzwerk aus Solidargemeinschaften erfüllt Artabana in Deutschland, der Schweiz und Österreich Aufgaben der Gesundheitsvorsorge und -Nothilfe. Die Menschen bei Artabana suchen eine Ergänzung zur staatlichen Krankenkasse. Sie möchten einen individuellen, selbstbestimmten Gesundheitsweg beschreiten. Doch Artabana ist weit mehr als eine zweckorientierte Gemeinschaft. Sie ist ein Ort für vielschichtige persönliche Entwicklungsmöglichkeiten.

„Kann das wirklich funktionieren?“, fragt man sich, wenn zum ersten Mal dem Konzept hinter Artabana begegnet. Eine Gruppe von Menschen, die sich gegenseitig ohne jegliche Verträge zusichern, im Fall von Krankheit und vielen anderen schwierigen Lebenssituationen beizustehen, sich in Form von Geld und tätiger Arbeit zu helfen. Eine Art alternative Krankenversicherung, bei der es keinen festgelegten Leistungskatalog, wohl aber das Versprechen gibt, auch in medizinischen Extremsituationen vollumfänglich für ein Mitglied da zu sein.

„Ja, es funktioniert sogar sehr gut. Artabana ist eine riesengroße, tolle Geschichte", betont Tatjana Stenzel aus dem Vorstand von Artabana Deutschland e.V. „Unsere Gemeinschaft lebt die Selbstverantwortung, die man sich für die Gesellschaft als Ganzes wünscht. Das ist eine große Errungenschaft."

ZUM HINTERGRUND DER ORGANISATION

Eine Gruppe von Menschen um den Arzt Roland Koller gründete Artabana 1987 in der Schweiz. Von dort aus verbreitete sich der Impuls ab 1999 nach Deutschland und Österreich. Inzwischen umfasst Artabana alleine in Deutschland etwa über 3000 Mitglieder, untergliedert in mehr als 300 lokale Gruppen, die das zentrale Organ des Vereins darstellen. Dabei sind die jeweiligen Gemeinschaften sehr heterogen. Keine ist wie die andere. Häufig gehören zu einer Gruppe weniger als zehn Mitglieder, in wenigen Fällen sind es derzeit mehr. Diese größeren Gemeinschaften unterteilen sich in Untergruppen, um zu gewährleisten, dass die persönliche Atmosphäre und die Prozesse innerhalb der Gemeinschaft intakt bleiben. Alle Gruppen treffen sich monatlich mindestens einmal, gemeinsam nimmt man zusätzlich an regionalen und überregionalen Zusammenkünften teil.

Artabana ist nach dem Subsidiaritätsprinzip organisiert. Das bedeutet, dass alles, was auf der kleinen Ebene, also in der lokalen Gruppe, geleistet werden kann, auch dort erfolgt. Erst wenn Hilfe von außen nötig ist, kommt eine höhere Ebene unterstützend zum Einsatz. Dies bezieht sich auch auf die Geldtöpfe. Jede Gruppe hat ihr eigenes Konto. Viele Gruppen legen für sich einen Topf mit einem Volumen aus meist 60 Prozent der lokalen Beiträge fest. Hieraus speisen sich die Zuwendungen, wenn jemand Hilfe benötigt. Die restlichen 40 Prozent der Mitgliederbeiträge gelangen in einen „Regionaltopf“, aus dem verschiedene Gruppen Geld beziehen, wenn sie ein Hilfsversprechen nicht alleine leisten können. Dass man sich dann gegenseitig hilft, gehört zur gemeinsamen Philosophie und kommt durchaus häufiger vor. Zudem gibt es einen bundesdeutschen „Feuerwehr-Topf“ für besonders große Schadens-

ZUSAMMEN.LEBEN

fälle oder für solche, bei denen sehr schnell Geld fließen muss. Die Finanzsituation ist seit Jahren stabil. Ein unabhängiger, staatlich vereidigter Rechnungsprüfer attestiert Artabana regelmäßig eine solide Wirtschaftlichkeit. „Das Bundesgesundheitsministerium nimmt uns durchaus wahr und will uns als Bestandsschutz anerkennen. Trotzdem sind wir derzeit noch nicht als Gesundheitskasse anerkannt“, erklärt Tatjana Stenzel. Das liegt unter anderem daran, dass Artabana ihren Mitgliedern keinen festen Leistungskatalog anbietet, woraus sie einen Rechtsanspruch ableiten könnten. „So ein Rechtsanspruch auf eine medizinische Leistung würde die Idee von Artabana ohnehin ad absurdum führen“, erklärt Tatjana Stenzel. Jedes Mitglied wählt seinen ganz eigenen Heilungsweg und die dazugehörigen Medikamente oder Therapie-Modelle selbst – aus einer freien, persönlichen Entscheidung heraus. Ob diese Leistungen, die vielseitige alternative Behandlungsmöglichkeiten sowie Vorsorgemaßnahmen umfassen, durch die Gruppe finanziell gedeckt werden, hängt allein von der Zustimmung der anderen Mitglieder ab.

„DIE MEDIZINISCHEN LEISTUNGEN, DIE UNSERE GEMEINSCHAFT TRÄGT, GEHEN WEIT ÜBER EINEN STANDARD-LEISTUNGSKATALOG HINAUS.“

DIE GRUPPE ENTSCHEIDET

Jedes Jahr legen die Mitglieder fest, was jeder für sich an regelmäßigen Beiträgen für die Gruppe einbringen kann. Dieses Beitragsversprechen beinhaltet meistens auch die Haltung, zuerst mit dem eigenen Vermögen für die Gesunderhaltung aufzukommen. Erst wenn jemand mehr Kosten für Medikamente oder Therapien aufbringen muss, als er aus eigener Kraft schafft, richtet er eine Bitte um Hilfe an die Gemeinschaft. „Dann erörtern wir jeweils auf einer offenen, persönlichen und wohlwollenden Ebene, was der Einzelne braucht, um seinen eigenen Weg gehen zu können", erklärt Wilfried Schmidt, der eine Artabana-Gruppe in Donaueschingen im südlichen Baden-Württemberg leitet. „Dann kommt eine Solidarität aus dem tiefen Wunsch heraus zum Ausdruck, dem anderen wirklich zu helfen. Jeder in der Gruppe hat seinen persönlichen Platz. Es gibt viele Anker für Situationen, wenn etwas schwierig wird, nicht nur im Gesundheitlichen. Und manchmal zeigt sich bei so einem Hilfegesuch, dass Geld gar nicht die Lösung ist." Häufig wirke alleine die persönliche Anteilnahme schon

stärkend auf eine Situation. Artabana-Mitglieder sind vielfach Selbständige in Kreativ- oder Heilberufen und im Handwerk sowie Künstler, wobei etwa ein Drittel von ihnen in der staatlichen Krankenkasse verbleibt. Man lernt sich im Laufe der Zeit und durch die vielseitigen Treffen, Veranstaltungen oder Unternehmungen auf einer sehr persönlichen Ebene kennen – die wesentliche Voraussetzung dafür, sich dann öffnen zu können, wenn es um eigene, gesundheitliche Themen geht. Im Gruppenprozess läuft so der Weg vom Ich in die Gemeinschaft. „Eine Befindlichkeitsrunde eröffnet jedes unserer Treffen“, erzählt Tatjana Stenzel von ihrer Gruppe in Dresden. „Dann erzählt jeder, was ihn gerade bewegt und wie es ihm geht, mental und körperlich." Zuwendungen werden dem um Hilfe Bittenden als freiwillige Schenkungen gewährt, wenn alle Gruppenmitglieder damit einverstanden sind. „Das führt mitunter natürlich auch zu Widerständen, die es dann konstruktiv zu lösen gilt. Manchmal lohnt für die Beteiligten dann die Frage danach, was diese Resonanz mit ihnen selbst zu tun hat." erwähnt Wilfried Schmidt.

ZUSAMMEN.LEBEN

Es kam und kommt auch vor, dass innerhalb von Artabana Mitglieder die Situation ausnutzen, lediglich eine billige Krankenkassenalternative suchen, aber nicht wirklich für die Gemeinschaft da sind und die Werte des Vertrauens, der Solidarität oder der Mildtätigkeit überbeanspruchen, sogar missbrauchen. Wenn es im Sozialen nicht stimmt, folgt dann der Austritt aus der Gemeinschaft.

DIE VISION IM SOZIALEN ZUSAMMENSPIEL

Das Soziale spielt bei Artabana eine elementare Rolle. Viele strukturbildende Leitplanken, die Artabana in ihrem Leitbild darstellt, weisen dabei Parallelen zum Modell der sozialen Dreigliederung auf, das Rudolf Steiner beschrieb. Die drei gesellschaftlichen Glieder, das heisst die Gebiete des Rechtslebens, des Geisteslebens und des Wirtschaftslebens sollten sich laut Steiner nach ihren eigenen Prinzipien weitestgehend selbständig entfalten. Diese drei Prinzipien lauten Freiheit, Gleichheit und Brüderlichkeit. Artabana versucht diese, Ideale zu verwirklichen.

Das Ziel der Gemeinschaft ist es, die soziale Sicherheit zu fördern. Weiter sollen die Lebensbedingungen in mitmenschlichen Gemeinschaften und im Entwicklungsweg des Einzelnen verbessert werden. In den menschlichen Begegnungen entsteht jene Solidarität, die im Einzelnen ein Bewusstsein für Notlagen bildet. Wenn diese gemeistert werden, wächst das Vertrauen, aus dem heraus die Menschen den Mut für ihren eigenen Weg in Freiheit fassen.

Im Leitbild heißt es: **„Die rechtlichen Beziehungen in Artabana-Gemeinschaften haben zum Ziel, die Achtung der Persönlichkeit des Anderen und seine Gleichwertigkeit als Mitmensch im Lebensalltag sichtbar zu machen, sowie seine persönlichen Freiheiten zu garantieren. Grundlage ist die gegenseitige Anerkennung des Anderen und seiner Individualität, seiner persönlichen Entscheidungen und seiner Lebensführung."**

Besonders im Bereich des Wirtschaftslebens zeigt sich, dass bei Artabana anders und neu gedacht wird. Die wirtschaftlichen Tätigkeiten haben das Ziel, sozial heilsame Geldflüsse zu bilden. „Das Geld der Gruppen soll fliessen. Wenn Menschen um eine Leistung bitten, dann kommt das Geld in Fluss und es fliesst auch wieder zurück. Sobald wir erkennen, dass dieses Prinzip funktioniert, entstehen Vertrauen und Brüderlichkeit. Ein Vertrauen auch darauf, dass man sich tatsächlich vom staatlichen System lösen kann", betont Tatjana Stenzel. Die Solidargemeinschaft Artabana sieht sich gerade in der aktuellen Zeit mit vielen Situationen konfrontiert, die ihrem Grundsatz von nahen Beziehungen und menschlichem Zusammenhalt zuwiderlaufen. Doch das birgt auch große Chancen. Wilfried Schmidt sieht sehr optimistisch in die Zukunft.

> **„WIR WOLLEN EIN ANKER SEIN FÜR MENSCHEN IN DIESER UNRUHIGEN ZEIT UND STELLEN FEST, DASS EIN GROSSES INTERESSE AN UNSERER GEMEINSCHAFT BESTEHT."**

Und so entwickeln sich heute aus dem Bewusstsein, das Artabana schuf, Kontakte auch mit anderen Solidargemeinschaften. Visionäre Projekte entstehen, die viele Bereiche des Zusammenlebens neu denken. Denn im Gegensatz zur Gründungszeit von Artabana, geht es heute in den Gruppen um weit mehr als nur um Gesundheitsthemen. Die Gemeinschaft bietet eine Fülle von Entwicklungsmöglichkeiten, sowohl auf persönlicher als auch auf organisatorischer und gesellschaftlicher Ebene. Es ist ihr und auch anderen Solidargemeinschaften zu wünschen, dass die Zeiten sich ändern, damit die Ideen weiter gedeihen können. **(ae)**

Der Name Artabana leitet sich von der Legende des vierten Königs ab, der mit den Heiligen Drei Königen zum Gottessohn nach Bethlehem pilgern wollte und doch nie dort ankam. Denn immer wieder begegnete er auf seinem Weg Menschen in Not, denen er zu Hilfe eilte. Lebenslang suchte er nach Jesus. Kurz vor seinem Tod erkannte Artaban, dass Jesus ihn während seines Lebensweges der Mildtätigkeit und Nächstenliebe schon immer begleitet hatte.

ZUSAMMEN.LEBEN

VISION&WERTE

LEITPLANKEN IN UNSICHEREN ZEITEN

Heute gehört es zum guten Ton jeder Unternehmung, ein Leitbild zu erarbeiten, Vision und Werte zu definieren. Meist jedoch hängen diese Texte in Papierform unbeachtet in der Eingangshalle. Oder sie geraten in veralteten Unternehmensbroschüren in Vergessenheit. Doch das könnte sich als verlorene Chance entpuppen.

Vision und Werte sind Leitplanken im Unternehmensalltag. Richtig umgesetzt geben sie Halt und Orientierung, gerade in unruhigen Zeiten. Langfristige klassische Planungen wie in der Vergangenheit wird es in Zukunft wohl nicht mehr geben. Was kommt stattdessen? Was kann der Organisation wieder neue Sicherheit und eine Ausrichtung geben?

Viele große Führer der Menschheit hatten ein klares Ziel in weiter Ferne – ihre Vision. Wie das Eingangszitat dieser **LEBENS.WERTE**-Ausgabe auf der zweiten Seite ankündigt, kommt es im Leben auf eine Vision an. Dies gilt für jeden Menschen im Privaten, aber auch für Unternehmen. Mit einer Vision können Menschen für eine Idee begeistert werden.

Der Begriff der Vision wird hier mit dem Verständnis verwendet, dass sie quantitativ nicht messbar ist, sondern nur qualitativ. Anders als beim „Ziel“ eines Unternehmens. Eine Vision gewinnt während des Prozesses immer mehr an Tiefe. Somit verhält es sich anders als bei messbaren Zielen.

Doch diese Vision nur einmalig zu verschriftlichen und daran festzuhalten, reicht nicht aus. Die Vision muss hinunter bis in die Entscheidungsprozesse einfließen.

ESSENZIELLES HINTERFRAGEN

„Bringt es uns ein Stück näher zu unserer Vision, wenn wir gewisse Projekte annehmen oder nicht?" So könnte eine Frage beziehungsweise Erkenntnis in diesem Prozess lauten. Oder es tauchen Fragen nach dem Grund auf, was ein Team antreibt ein Projekt anzunehmen, das es von seiner Vision abhält. Jeder Unternehmer weiß, dass man manchmal Aufträge annehmen muss, um damit die Existenz des Unternehmens zu sichern. Nur sollte der Arbeitsalltag nicht ausschließlich aus Projekten bestehen, die ein Unternehmen von seiner Vision abhält, sondern die Ausnahme in schwierigen Zeiten bilden.

DURCH WERTE ZUR KLARHEIT IN DER ZUSAMMENARBEIT FINDEN

Während die Vision die Basis des Handelns und der Richtungspfeil ist, geben gelebte Unternehmens-Leitwerte Halt und Orientierung. Für jede Organisation sind die Unternehmens-Leitwerte essenziell, gerade wenn sich ein neuer Führungsstil oder eine neue Organisationsstruktur entwickeln soll. Wenn geplant wird, die Organisation stärker in Richtung Selbstverantwortung auszurichten, braucht es neue Formen von Vorgaben in der Zusammenarbeit. Starre Regeln und Anweisungen sollten immer mehr ausrangiert werden.

Ein neues Miteinander kann nur auf Augenhöhe und gemeinsam entstehen, deshalb ist der Werteprozess und die Werte-Integration in den Unternehmensalltag ein gemeinsamer. Denn nur wenn die Mitarbeiter gegenseitiges Verständnis über die Wertedefinition haben, können sie diese auch in ihren Arbeitsbereich mit einbeziehen. Während des Prozesses der Werte-Integration setzen sich alle Beteiligten intensiv mit den Werten und deren Bedeutung für die Zusammenarbeit und das daraus resultierende Verhalten auseinander. Eine erste Festigung und gegenseitiges Verständnis finden statt. Die Unternehmens-Leitwerte sollten immer in die Entscheidungsprozesse und die tägliche Kommunikation mit einfließen. So werden sie am Leben gehalten. Werte-Botschafter können hierbei eine wichtige Säule bilden. Gerade wenn Menschen neu ins Unternehmen eintreten.

VISION UND WERTE BILDEN DAS FUNDAMENT FÜR EIN NEUES MITEINANDER

Der Begriff von Vision und Werte neu verstanden und in den Unternehmensalltag sowie in alle Entscheidungsprozesse mit eingebunden, ist der Schlüssel zu einem neuen Miteinander. Intern wie extern.

Die gelebte Vision gibt hierbei die Ausrichtung und den Sinn der Unternehmung klar zum Ausdruck. Daneben bilden die Integration der Unternehmens-Leitwerte im täglichen Tun die Basis für das ZUSAMMEN.LEBEN. Dazu braucht es Mut und Durchhaltevermögen. Mut, Dinge anders als bisher zu tun und das Bekannte loszulassen. Mut, denn auf dem Weg gibt es keine standardisierte Managementmethode. Jeder darf sein Ideal für seine Organisation definieren und jeden Tag alles dafür tun, dem Ideal näherzukommen. (Siehe auch unseren Artikel und das Interview mit Prof. Wüthrich auf Seite 18.) Es braucht Durchhaltevermögen, denn der Prozess dauert, aber bereits mit dem ersten Schritt werden Veränderungen spürbar.

Wir begleiten Menschen in Organisationen dabei, alle internen Hindernisse und Reibungsverluste nachhaltig aufzulösen, die den persönlichen Erfolg und den der Organisation beeinträchtigen, um Wertschöpfung auf gesunde Weise zu erzielen.

Lebenswerte Bildungszentrum
Mitterndorferweg 1
6380 St. Johann in Tirol

0043 (0) 5352-21672

info@lebenswerte-management.de

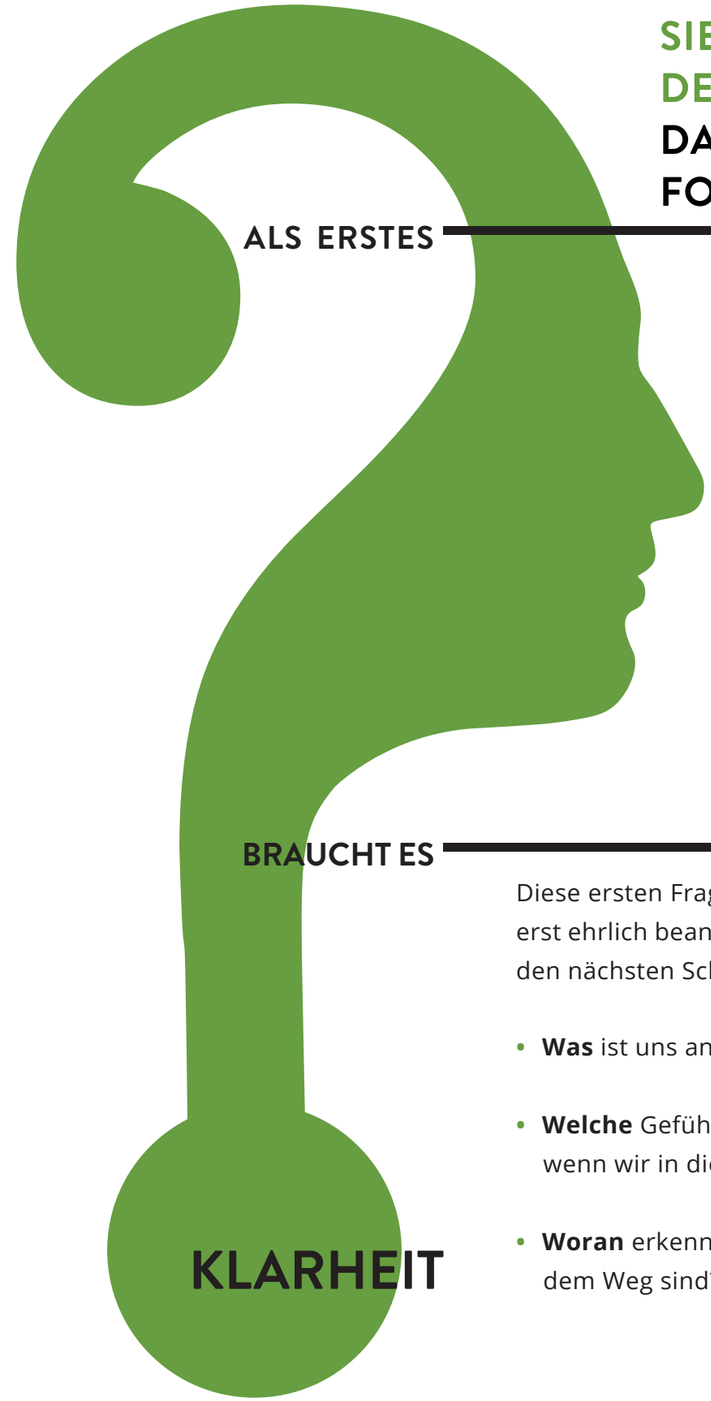
www.lebenswerte-management.com

DIE WICHTIGE ROLLE DER UNTERNEHMENSLEITUNG

Leider scheitern genau an diesem Punkt viele Umsetzungsprojekte. Gerade die oberste Führungsebene muss als Vorbild agieren und sich während des Prozesses immer wieder bewusst von alten Vorgehens- und Denkweisen befreien. Das eigene Denken und Handeln zu hinterfragen ist anstrengend. Manchmal macht das Unbekannte Angst. Auch dies darf thematisiert werden. Unternehmens-Leitwerte machen nur einen Sinn, wenn sie vorgelebt und ins Tun integriert werden. Es besteht die Gefahr, doch lieber beim Alten zu bleiben, wieder schneller und leichter Regeln vorzugeben.

Es kann auch passieren, dass der Prozess scheitert, wenn die Vision unklar formuliert und schlecht durchdacht oder „durchfühlt" ist. Die Vision muss klar sein. Solange die Bedeutung in ihrer ganzen Konsequenz nicht für jeden eingängig ist, wird es immer wieder zu Unsicherheiten und Rückfragen kommen. Dann fühlen sich die Menschen nicht verstanden. Oder sie können nicht ihr ganzes Potenzial ausschöpfen, da sie von Unsicherheit blockiert werden. Eine Vision, die den reinen Aspekt des Geldverdienens innehat, wäre demzufolge eine nicht motivierende Vision. Dem Ansatz, die Organisation mit mehr Selbstverantwortung zu führen und Hierarchien abzubauen, liegt ein Menschenbild zugrunde, das den Menschen als gänzlich freies Individuum sieht. **(tl)**

„ALS MENSCH, DER SELBSTÄNDIG HANDELN UND DENKEN WILL UND DER DIESE FREIHEIT AUCH WÄHREND DER ARBEITSZEIT LEBEN MÖCHTE. DIES GILT ES IMMER MEHR ZU VERINNERLICHEN UND IM FÜHRUNGSALLTAG UMZUSETZEN."



SIE WOLLEN SICH AUF DEN WEG MACHEN, DANN STELLEN SIE SICH FOLGENDE FRAGEN:

- **Warum** wollen wir Vision & Werte in unserem Unternehmen einführen?
- **Warum** wollen wir einen Change-Prozess starten?
- **Was** ist das Ziel beziehungsweise das Motiv dahinter?
- **Was** soll erreicht und verbessert werden?

Diese ersten Fragen sind so essenziell, dass sie diese erst ehrlich beantwortet haben sollten, bevor Sie sich den nächsten Schritten zuwenden:

- **Was** ist uns an der Vision so wichtig?
- **Welche** Gefühle / Emotionen entstehen, wenn wir in die Richtung gehen?
- **Woran** erkennen wir, dass wir auf dem Weg sind?

ZUSAMMEN.LEBEN

LASSE RHEINGANS

DIE 5-STUNDEN-REVOLUTION

Das Thema Work-Life-Balance ist in aller Munde. Es wird viel darüber geschrieben und diskutiert. Der Bielefelder Unternehmer Lasse Rheingans begann bereits 2017 seine Vision einer Work-Life-Balance umzusetzen. In einem persönlichen Gespräch erzählt er ausführlich über die Herausforderungen, denen er im Laufe der Zeit begegnete.

Das komplette Interview finden Sie über den QR-Code:

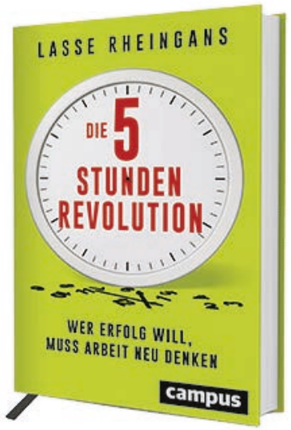
Foto: Rheingans GmbH

Motiviert durch eigene Erfahrungen, suchte und fand Lasse Rheingans neue Wege für sich und seine damals neu gekaufte Unternehmung "Rheingans Digital Enabler". Diese startete als Werbeagentur mit dem Schwerpunkt digitale Lösungen und ist heute zur Unternehmensberatung „Rheingans" angewachsen, die neben Design und technischen Entwicklungen auch Beratung, Strategie, Impulse und Begleitung für die neue Arbeitswelt bietet. Lasse Rheingans setzte sich von Beginn an mit dem Thema einer besseren Work-Life-Balance in allen Aspekten intensiv auseinander und kam zum Schluss, die Arbeitszeit seiner Mitarbeitenden in der Agentur auf 25 Stunden pro Woche bei gleichem Lohn zu reduzieren.

DAS EXPERIMENT STARTETE 2017

Im engen Austausch mit den damals noch zwölf Mitarbeitenden wurden Schritte vereinbart, wurde diskutiert, nachgebessert und optimiert. Es gab Persönlichkeiten, die gut mit den Veränderungen zurechtkamen und Menschen, die sich erst einmal schwerer damit taten. Das alles wollte integriert werden. Die Firma ließ sich während des gesamten Prozesses von externen Coaches und Beratern begleiten. In solch einem Prozess musste und durfte sich jeder selbst erst einmal hinterfragen und seine Motivation sowie seinen Arbeitsstil beleuchten. Und es hieß, die gewonnene, freie Zeit neu und sinnvoll zu nutzen.

Das Modell der 25-Stunden-Woche ist mutig. Es zeigt, dass auch sehr unkonventionelle Dinge gemeinsam möglich sind. Selbstverständlich ist dieses Modell nicht für jede Organisation das Richtige, doch es strahlt aus und bringt Menschen zum Nachdenken. An anderen Orten kann Ähnliches, Neues entstehen, abseits von bestehenden Begrenzungen. Letztere sollen und müssen gerade zu Beginn eines solchen Prozesses beiseite geschoben werden, damit lebendiges Denken gelingt. Lebendiges Denken? Das ist ein Konzept, über das wir in der ersten Ausgabe des Lebens.Werte-Magazins bereits ausführlich geschrieben haben. Leser, die mehr darüber erfahren möchten, können online auf unserer Webseite: **lebenswerte-magazin.online** nachlesen. In jedem Fall ist das Experiment von Lasse Rheingans, das über die Zeit Höhen und Tiefen erlebte, ein wertvolles Beispiel, wie Vision und lebendiges Denken aktiv umgesetzt und zum Gelingen gebracht werden können. **(tl)**



BUCHTIPP

Die 5-Stunden-Revolution —
Wer Erfolg will, muss Arbeit neu denken
Lasse Rheingans
erschienen 2019 im Campus Verlag
ISBN 978-3-593-51072-9

ZUSAMMEN.LEBEN

ABSEITS DER EIGENEN WERTE

PLÖTZLICH AUSGEBRANNT

Bis Ende 2019 war Tobias Illig erfolgreicher Coach und Organisationsberater in einem großen deutschen Konzern; zudem Buchautor, erfolgreicher Trainer und Moderator. Er begleitete Change-Prozesse und half damit vielen Menschen. Bis er plötzlich den wichtigsten Menschen überhaupt vergaß – sich selbst.

In einem sehr persönlichen Interview erzählt Tobias, wie es aus seiner heutigen Sicht zu dieser Krise hatte kommen können und was er dadurch über sich erfahren hat.

Foto: Privat

> **Ich hatte mich aus den Augen verloren. Ich habe gegen meine persönlichen Werte gelebt, gerade im Bereich meines beruflichen Lebens. In seinem Alltag war nichts mehr wie vorher.**

Für Tobias Illig ist heute sehr klar, was mit ihm geschehen war.

Auf einmal ging nichts mehr. Tobias Illig ließ sich krankschreiben. Er holte sich professionelle Hilfe auf verschiedenen Ebenen. Nach einigem Ringen ging er in eine Klinik, um sich ganz auf sich konzentrieren zu können und dabei einen festen Rhythmus und Rahmen zu haben; Zeit für sich zu gewinnen, um herauszufinden, was ihm wirklich wichtig ist und vor allem: wer er ist.

ZURÜCK IN DEN ALLTAG

Unterstützt durch professionelle Hilfe fand Tobias den Weg zurück. Er gewann wesentlich mehr Klarheit über seine wahren Bedürfnisse; erkannte, dass er seine physischen und psychischen Grenzen lange Zeit deutlich überschritten hatte. Heute versucht er seine Werte nahezu bedingungslos in sein Leben zu integrieren.

Tobias Illig entwickelte sich während seiner „kleinen Auszeit“ weiter und erlangte mehr Bewusstsein über sich und sein wahres Wesen. Der Blickwinkel darauf, was ihm wirklich wichtig ist, hatte sich verschoben. Auch sein berufliches und persönliches Umfeld hinterfragte er. Wo konnte und durfte er wirklich er selbst sein ohne viel Anstrengung und ohne Schauspielerei? Jetzt hieß es, die neu gewonnen Erkenntnisse in den beruflichen wie privaten Alltag umzusetzen. Eine Herausforderung, die bei solch einem Wiedereingliederungsprozess auf jeden Betroffenen wartet.

PROFESSIONELLE BEGLEITUNG IST WICHTIG

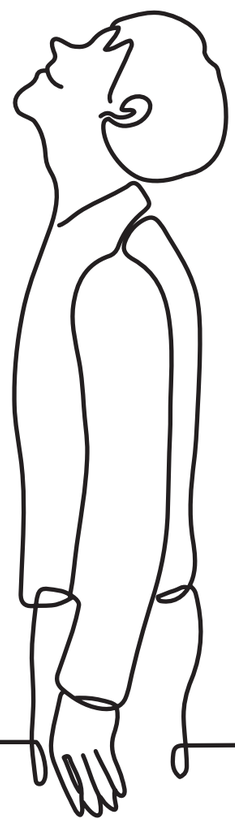
Das Umfeld von Familie und Freunden entwickelt sich während eines Reflexionsprozesses meist nicht parallel mit. Dort bleibt vieles beim Alten. Jetzt gilt es ganz gezielt diesen Aspekt bei der Reintegration mit einzubeziehen und die Arbeit auf verschiedenen Ebenen konsequent weiterzuführen, um zu verhindern, dass die Situation wieder in einer ähnlichen Krise mündet.
Auch diesen Weg ging Tobias mit professio-

neller Unterstützung, um die Balance immer besser hinzubekommen und seine neu gewonnenen Erfahrungen in seinem Alltag zu festigen. Es brauchte Mut und Vertrauen, diese Schritte zu gehen. Meist sind es genau die Dinge und Verhaltensweisen, die man vor der Krise zu verändern scheute.

PERSPEKTIVEN FÜR DIE ZUKUNFT

Es ist ein mutiger Schritt, darüber in der Öffentlichkeit zu sprechen. In unserer heutigen Gesellschaft gibt oft ein immer „höher, schneller, weiter" den Ton an. Doch die Zahl der Menschen im mittleren Alter, denen es ähnlich ergeht, steigt stetig. Offenbar verlieren sich immer mehr Menschen in unserer Umwelt. Um ihnen eine erste Anlaufstelle zu bieten, hat Tobias Illig eine Selbst-Hilfegruppe ins Leben gerufen, in der genau über solche Themen gesprochen werden darf. Hier geht es zu der Gruppe: **www.linkedin.com/groups/8972431.** (tl)

Scannen Sie den QR-Code, um unser Interview anzuhören



GEISTES.LEBEN

Hildegard Barzen mit ihrer Enkelin Angela vor etwa 50 Jahren

107 JAHRE –
EIN LEBEN VOLLER OPTIMISMUS

Was bedeutet es, wenn man heute auf ein Leben zurückblickt, das sich über mehr als ein Jahrhundert erstreckte? Welche Lehren, Emotionen, Werte überspannen diesen langen Zeitrahmen? Dies ist die persönliche Erzählung über meine Oma Hildegard Barzen, die mit einer bewundernswerten Art und Haltung durchs Leben ging und viele Spuren in mir hinterließ. Ihre Geschichte steht stellvertretend für eine Generation, die unendlich viel erlebt hat. Ich lade mit diesem Artikel dazu ein, innezuhalten und teilzuhaben an einem Leben, das für mich ein Vorbild war und ist – und das allgemein ein Spiegel für die Fragen von heute sein kann.

Ein Beitrag unserer Gastautorin Angela Barzen

Als ich meiner Großmutter im vergangenen Winter erzählte, dass ein Porträt über sie im Lebens.Werte-Magazin erscheinen solle, freute sie sich sehr darauf. Wir beschlossen, den Text gemeinsam zu schreiben. Aber manchmal verändern sich die Dinge im hohen Alter ganz schnell. Und so schreibe ich diesen Lebensrückblick nun alleine.

In den vergangenen Monaten unterhielten wir uns viel über diese verrückte Zeit der Pandemie. Sie meinte zu mir: "Ich habe schon viel erlebt, aber so etwas wie jetzt, das gab es noch nie.“ Was meinte sie damit?

DER WEG DURCH SCHICKSALHAFTE ZEITEN

Meine Oma wurde kurz vor dem Ersten Weltkrieg geboren und wuchs gemeinsam mit sieben Geschwistern an der Mosel auf – in bescheidenen aber glücklichen Verhältnissen. Ihre Eltern führten ein Weinbauunternehmen. Sie erlebte zwei Weltkriege, das Gefühl von Hunger und sechs Jahre Kriegsgefangenschaft ihres Mannes, den Tod von zweien ihrer drei Kinder, den Tod all ihrer Freunde und engen Verwandten.

Diese Tiefpunkte hatten sie all die Zeit nicht davon abgehalten, mutig die Verantwortung für ihr Leben zu übernehmen und notwendige Entscheidungen beherzt und mit Zuversicht zu treffen; etwa während der Zeit des Zweiten Weltkrieges, als sie in Abwesenheit

Hildegard und Angela Barzen

GEISTES.LEBEN

ihres Mannes gezwungen war, sich mit drei Kindern alleine durchzubringen. Sie wusste, dass sie nur zwei Hände hatte und bei einem Bombenangriff nur zwei Kinder festhalten konnte. Also entschied sie sich, ihr jüngstes Kind bis zum Ende des Krieges zu ihrer Schwester zu geben. Alle drei Kinder überlebten den Krieg gesund.

Diese positive Haltung lebte sie während ihres gesamten Daseins. Sie kannte die Situation, wenn das Schicksal „zuschlägt". Und doch behielt sie ihre Zuversicht und Ausstrahlung. Sie sah immer einen Weg, eine Perspektive. Was ihr dabei Kraft gab? Sie konnte sich an den kleinen Dingen freuen: gemütliches Kaffeetrinken auf ihrer Terrasse, ein schönes Telefonat, ihre Orchideen am Fenster, ein Gespräch mit dem Urenkel, ein Glas Champagner.
Keine Frage, dass sie auch nach dem Tod ihres Mannes, im Alter von 80 noch lernte, sich um alle Finanzgeschäfte selbst zu kümmern. Ihr Wunsch war es, selbstbestimmt zu leben, nicht abhängig zu sein.

Sie hatte auch keine Scheu, um Hilfe zu fragen, wenn es nötig war. Für sie hatte Familie immer einen ganz besonderen Stellenwert. Wie eine große Löwin stellte sie sich vor die Menschen, die sie liebte. Und sie konnte sich immer darauf verlassen, dass wir ihr den Rücken stärkten. Oft habe ich gedacht, meine Oma würde an gewissen Situationen zerbrechen. Jeder, der Kinder hat, weiß, dass der Verlust eines Kindes das Schmerzhafteste ist, was passieren kann, unabhängig vom Alter. Sie und mein Vater, ihr Sohn, blieben zeitlebens besonders eng verbunden. Er starb vier Tage nach ihrem 100. Geburtstag. Sie wusste an jenem Tag, dass es das letzte Treffen sein würde. Trotzdem genoss sie diesen 14. Februar 2014. Natürlich war sie sehr traurig. Doch sie sagte: „Ich kann nicht ändern, was passiert ist – ich muss und will nach vorne sehen." Das bedeutet nicht, dass sie nicht litt, aber sie konnte annehmen, was nicht zu ändern war. Und sie freute sich auf das, was noch kommen sollte.

RITUALE, RHYTHMEN UND EINE POSITIVE LEBENSEINSTELLUNG GEBEN HALT

Und genauso hat sie gelebt. Sie war fast immer im gegenwärtigen Moment. Sie nahm das Hier und Jetzt an, freute sich jeden Frühling über die aufblühende Natur. Sie genoss jedes Gespräch, jeden Moment in der Familie und mit Freunden. Manchmal kam sie natürlich ins Grübeln. Das dauerte aber nie lange. Sie wusste, dass ihr das nicht hilft und eher einen grauen Schleier auf die Gegenwart wirft.
Rituale spielten in ihrem Leben eine große Rolle. Sie frühstückte spätestens um neun Uhr. „Wenn man in meinem Alter nicht aufsteht, dann bleibt man ganz liegen.", bekräftigte sie stets. Das behielt sie ebenso bei wie den ganz besonderen Kuchen jeden Samstagnachmittag in der Familie und das fast tägliche Mensch-Ärgere-Dich-Nicht-Spiel.

RÜCKBLICK UND RAT

Wenn mich jemand fragt, wie sie es schaffte, 107 Jahre alt zu werden und dabei geistig fit zu bleiben, dann ist es (neben der Tatsache, dass sie bis zum Alter von 90 Jahren Yoga übte) der unbedingte Wille, noch etwas zu erleben, positiv nach vorne zu blicken, ihr ehrliches Interesse an anderen Menschen und ihre Dankbarkeit für das, was sie hatte. Auch ihr christlicher Glaube und das Bewusstsein, von etwas Höherem geführt zu werden, gaben ihr zeitlebens Halt und Kraft. Manchmal überraschte sie uns mit einer sehr modernen Haltung. Sie bekräftigte jeden:

> **„PROBIERT DAS LEBEN ERST MAL AUS, BEVOR IHR EUCH FESTLEGT. LERNT VERSCHIEDENE BERUFE, NEHMT EUCH ZEIT, FINDET HERAUS, WAS EUCH ERFÜLLT."**

Mit dieser Haltung fand sie Veränderungen spannend und war eine gute Zuhörerin. Jedes Treffen mit ihr verging nicht ohne eine innige Umarmung. Nähe war ihr wichtig. Und so entschied sie ganz bewusst, dass wir sie auch in Zeiten von Corona ohne Maske und mit Umarmungen besuchen sollten. Sie wollte die ihr verbleibende Zeit in Gesellschaft und nicht in Isolation verbringen. Emotionen sehen, Umarmung spüren, sich verbunden fühlen, das waren tief in ihr verwurzelte Werte. Viele kritisierten mich, dass ich diesem Wunsch immer entsprach. Ich finde aber, dass es ihr Recht war, für ihr Leben zu entscheiden. Sie lebte bis zum Schluss in ihrem Haus.

BESCHEIDENHEIT HÄLT GESUND

Ich habe sie nie klagen gehört über das, was sie nicht hatte. Sie schätzte das, was da war. Selbst als ihr Körper in den letzten Wochen einfach müde war, empfand sie Dankbarkeit. Sie war dankbar, im Kopf noch fit zu sein und sagte: „Hauptsache, ich bleibe klar im Kopf. Mit 107 Jahren ist es ja klar, dass das eine oder andere körperlich nicht mehr so ganz funktioniert." Und wenn sie sich doch einmal Sorgen machte dement zu werden, dann beruhigte ich sie: „Dafür bist du jetzt wirklich zu alt. Das passiert mit 80." Sie lachte und stimmte mir zu.

Wenn ich jetzt an sie denke, dann denke ich auch an ihr Lachen, das ihr immer geblieben ist. Mit dieser Haltung und Lebensfreude konnte sie die aktuelle Unzufriedenheit vieler Menschen nicht verstehen. Wir haben

GEISTES.LEBEN

eigentlich alles und jetzt gibt es eine Zeit der Einschränkung. In ihren Augen überwog das Positive. Sie hätte gerne auch noch diesen Frühling auf ihrer Terrasse erlebt. Aber ich denke, dort wo sie jetzt ist, blühen das ganze Jahr über Blumen.

Oma Barzen mit Enkelin und Urenkel

Ich selbst leitete über 20 Jahre mein eigenes Unternehmen, studierte noch einmal und arbeite jetzt mit Leidenschaft als Trainer und Coach mit dem Schwerpunkt Positive Psychologie. Menschen und Unternehmen darin zu unterstützen ihre Potenziale, Stärken und Ziele zu erkennen und zu leben sowie dabei authentisch zu bleiben, sind Säulen meiner Arbeit. Oft erzähle ich dabei voller Stolz Erlebnisse meiner Oma.

WORTE, DIE BLEIBEN.

Anja Egy **Text und Journalismus**

Lagerplatz 24
CH-8400 Winterthur
www.anja-egy.com

Klassischer Werbetext, Print und Online · Social Media Content · Lektorat
Korrektorat · Journalismus · Pressearbeit

WISSENS.WERT

KRAFTORT ODILIENBERG

Der Odilienberg beherbergte nacheinander ein Kloster und ein Konvent und ist heute der bedeutendste Wallfahrtsort des Elsasses in Frankreich. Die Anlage erhebt sich in 753 Metern Höhe auf einem Felsplateau aus rosafarbenem Sandstein und bietet einen herrlichen Panoramablick über die elsässische Ebene.

SEHENSWERT AUF DEM ODILIENBERG

Das waldige Gelände des Odilienbergs lädt zu angenehmen Spaziergängen im Grünen ein. Besucher können die Tränenkapelle und die Engelskapelle mit ihren Fresken und reich verzierten Decken besuchen. Hinter dem Eingangstor zum ehemaligen Kloster öffnet sich der hübsche Lindenhof.

Ein Abstecher zu der weiter unten am Berg gelegenen Heilquelle sollte man auf jeden Fall mit einplanen. Der Legende nach sprang die Quelle auf, als die heilige Odilie an dieser Stelle gegen den Felsen klopfte. Ihr Wasser gab einem verzweifelten Blinden sein Augenlicht zurück. Noch heute wird der Quelle Heilkraft nachgesagt. **(tl)**

MONT SAINTE-ODILE
67530 OTTROTT, FRANKREICH

ZUR GESCHICHTE DER PSYCHO-PHYSIOGNOMIK

TEIL 1

Der Begriff Physiognomik stammt aus dem Griechischen und bedeutet "Wissen aus der Natur, der Erscheinung". Seit Urzeiten ist die Physiognomik als wissenschaftliches Diagnose-Instrument bekannt. Ganz allgemein gesprochen erkennt und beschreibt sie Formen, die uns Rückschlüsse auf ein bestimmtes Objekt geben, Rückschlüsse auf dessen Beschaffenheit, Eigenschaften und Nutzungsmöglichkeit, den Inhalt oder die Energien. Wir können beispielsweise anhand der Form eine Rose von einer Tulpe unterscheiden, eine frische Blüte von einer welken Blüte.

Ein Gastbeitrag von Erika Rau

In der Medizin war die Physiognomik über viele Jahrhunderte eine wichtige Teildisziplin. Auf den Menschen bezogen erweiterte Carl Huter (1861—1912) diese Formensprache mit dem Zusatz „Psycho-Physiognomik". Wir können aufgrund von Körper- und Gesichtsformen auf Charaktereigenschaften des Menschen schließen, auf seine Anlagen, Begabungen und Potenziale. Wir alle tun dies ständig, wenn uns jemand Fremdes begegnet, indem wir unser Gegenüber einordnen, beispielsweise in Mann oder Frau, bekannt oder unbekannt, gut oder böse, attraktiv oder unattraktiv. Dieser Prozess ist automatisiert und gleicht Erfahrungen aus unserem Leben mit der jetzigen Situation ab. Unbewusst beurteilen wir unser Gegenüber somit ständig aufgrund unserer Erfahrungen und Prägungen. Diese Prägungen sind aber nicht immer richtig und manchmal ist es nötig, unseren ersten Eindruck zu revidieren.

Mit dem Lehrmodell der Psycho-Physiognomik ist es möglich, den persönlichen Blick zu schulen und die Formensprache sowie Ausstrahlungsqualität des Gegenübers wahrnehmen zu lernen. Damit erweitert sich die Menschenkenntnis und wird aus einer rein subjektiven Beurteilung in eine offenere und

GEISTES.LEBEN

wertschätzende Betrachtungsweise geführt. Doch blicken wir zuerst einmal auf die Geschichte der Psycho-Physiognomik, denn diese Art der Menschenkenntnis hat sehr lange historische Wurzeln. Das sollten wir immer mit im Blick haben, wenn wir uns speziell in Deutschland gegen jedwede Form der Typologisierung wehren. An der Geschichte sehen wir, dass der Mensch seit Jahrtausenden Rückschlüsse vom Äußeren eines Menschen auf seinen Charakter zieht. Aus der Geschichte lernen und das Gute weiter nutzen zum Wohle der Menschen und der Entwicklung auf diesem Planeten, das sollte unser Ziel sein.

EIN BLICK IN VERSCHIEDENE ZEITEN UND KULTUREN

Ursprünglich kommen die ersten Beschreibungen von Typologien und die Lehre des „Gesichterlesens“ aus dem asiatischen Raum.

Die Ayurvedische Medizin des alten Indien beschrieb bereits vor 5.000 Jahren drei Grundtypen im Körperbau, denen sie bestimmte psychische Eigenschaften beimaß, die bestimmte Krankheiten entwickeln können und ganz gezielte therapeutische Begleitung erfordern. Die ayurvedische Medizin wird in dieser Ganzheit heute noch in Indien an der Universität studiert und bei uns in Deutschland gibt es zahlreiche Kliniken, die dieses Wissen verwenden. In der chinesischen Kultur entwickelte sich vor über 2500 Jahren ein komplexes System des Gesichterlesens, das organische wie psychologische Aspekte des Menschen beschreibt. Dieses Wissen wird auch heute noch in der traditionellen chinesischen Medizin gelehrt und angewandt. In diesem Lehrsystem wird das Gesicht wie eine Landkarte gelesen. Es können auch zeitliche Ereignisse im Lebensablauf erkannt werden.

Nach diesem Wissen der alten Kulturen Indiens und Chinas tauchte die Physiognomik in unserem Kulturkreis erst wieder bei den alten Griechen auf. Aus der griechischen Früh- und Hochkultur sind sehr viele physiognomische Betrachtungen überliefert. Im Tempel von Delphi finden wir die Aufschrift: “Mensch erkenne dich selbst – in dir selbst.” Selbsterkenntnis sollte der Anfang und die Basis für jedes sinnvolle Denken über Gott und die Welt sein. Erkenne dich selbst und werde der, der du bist. Finde dein Maß, das deinem Wesen entspricht. Die Selbsterkenntnis ist das Sprungbrett für die Freiheit. Der Mensch ist nur frei, wenn er zu sich selbst kommen kann. Dies setzt voraus, dass er sich selbst erkannt hat und wird, was er ist.

Von brillanten Denkern wie Pythagoras, Sokrates und Platon ist bekannt, dass sie die Physiognomie im täglichen Leben anwandten. Von ihnen gibt es viele geistreiche Bemerkungen auch im Zusammenhang mit dem äußeren Erscheinungsbild eines Menschen und seiner Natur. Pythagoras hat sich zum Thema Physiognomik geäußert und seine Schüler beispielsweise nach physiognomischen Kriterien ausgewählt.

Aristoteles (384—322 v. Chr.) stellte ganze Listen mit Merkmalen und ihrer Bedeutung auf. Er fasste in dem Buch „Physiognomica“ das gesamte physiognomische Wissen der damaligen Zeit in insgesamt sechs Kapiteln zusammen. Die erste systematische Physiognomik stammt von ihm. Die Wechselbeziehung von Körper und Seele als der Grundvoraussetzung für den Ausdruck war ihm durchaus klar. In dieser Zeit bereits entstand die Lehre von der Dreiteilung des Gesichts, die bis heute zu den Grundannahmen der Physiognomik gehört.

Hippokrates von Kos (460—375 v. Chr.) ist der Begründer der Patho-Physiognomik. Seine Genialität drang ein in die Zusammenhänge der sogenannten Säftemischungen und Verhaltensweisen, der heutigen Temperamentenlehre. Diese unterscheidet die vier Temperamente Melancholiker, Sanguiniker, Phlegmatiker und Choleriker. Bekannt ist er auch besonders aus der Medizin. Der Eid des Hippokrates wird von heutigen Ärzten zwar nicht mehr verpflichtend geleistet und natürlich auch nicht mehr in der klassischen Form. Aber noch heute hat der Eid des Hippokrates Einfluss auf die Formulierung von Alternativen. Mit großer Liebe zum Detail beobachtete der antike Arzt das menschliche Gesicht. Ihn interessierte vor allem, wie es sich etwa bei Fieber, schlechter Verdauung oder Gelbsucht verändert. Die Beschreibung des Todgeweihten wird heute noch "Facies hippokratika" genannt.

Damit begründete Hippokrates die Medizin-Physiognomik, eine Sparte, die zu den am wenigsten umstrittenen der gesamten Lehre gehört. Auch heute, im Zeitalter von Laborwerten und Ultraschall, achtet ein ganzheitlich arbeitender Arzt immer auf die Zeichen von Krankheit und Gesundheit im Gesicht seines Patienten.

GEISTES.LEBEN

Erst Paracelsus, eigentlich **Theophrastus Bombastus von Hohenheim (1453—1541)**, übernahm wieder die Lehren des Aristoteles, beschäftigte sich aber nur am Rande mit der Physiognomik. Ihn interessierte vielmehr die "Signaturen-Lehre" der Pflanzen, die feststellte, wie diese aussehen, wie sie wachsen, wie sie auf den Menschen wirken können.

BLÜTEZEIT UND KRITIK

Die wirklich spannende Blütezeit der abendländischen Physiognomik aber begann in Europa vor rund 250 Jahren. Ab diesem Zeitraum ging die Lehre vielfältige Allianzen mit den jungen Naturwissenschaften ein und begann in die unterschiedlichsten Bereiche der Kunst einzufließen. Ab dann erzeugte sie mehr Begeisterung, aber auch schärfere Kritik als je zuvor.

Eine zentrale Persönlichkeit dieser Zeit war **Johann Caspar Lavater (1741—1801)**, ein Zürcher Pfarrer, der sich unter dem Aspekt der Nächstenliebe mit Physiognomik beschäftigte. Er war geprägt von christlichem Gedankengut. Seine Motivation war es, den Nächsten, den wir lieben sollen, auch näher kennenzulernen. Lavater war vor allem „Gefühlsphysiognom." Er selbst betonte, dass er nicht in der Lage sei, die Wissenschaft „Physiognomik" zu begründen. Er war aber schon zu seinen Lebzeiten sehr anerkannt und berühmt. Von den bedeutendsten Personen in Europa, von Fürsten, Schriftstellern, Künstlern, Gelehrten, Staatsmännern, Theologen oder Ärzten wurde er eingeladen – so häufig, dass er nicht allen Einladungen folgen konnte. Das Deuten von Gesichtern war eines der beliebtesten Gesellschaftsspiele an fast allen europäischen Königs- und Fürstenhöfen, in großbürgerlichen Salons und intellektuellen Zirkeln. Physiognomik war damals en vogue.

In dieser Zeit war die Physiognomik selbst in den Kreisen der Gelehrten, zu denen unter anderem Leibniz, Kant, Schopenhauer, Schelling, Hardenberg und Goethe gehörten, ein gern diskutiertes Thema. Sie alle förderten die Entwicklung der Physiognomik. Goethe und Schiller unterstützten sie sehr. Obwohl zuerst vehementer Kritiker, war es später sogar Goethe (1749 — 1832) selbst, der die Bücher von Johann C. Lavater in dem vierbändigen Werk „Physiognomische Fragmente" vervollständigte. Goethe und Lavater verband eine jahrelange, intensive und herzliche Freundschaft, von der sich Goethe allerdings später wieder distanzierte.

Lavater stellte hohe Anforderungen an die Aufmerksamkeit und das Beobachten, an das analytische Wahrnehmen mit allen Sinnen, an das Gedächtnis, das vergleichende und logische Denken. Zum Beispiel äußerte er: „Ins Heiligtum der Physiognomik soll sich keiner wagen, der eine krumme Seele, ein verworrenes Denkleben, eine schiefe Wahrnehmung und verzerrte Gefühle hat." Oder: „Ein Auge, das alles sieht, wie es ist, das nichts hineinsieht, nichts übersieht, nichts schief sieht, ist die vollkommenste Vernunft und Weisheit."

AUSDRUCKSFORMEN DER KUNST

So wie zur Zeit der Renaissance und Reformation die Frage nach dem Menschen und seiner Verantwortlichkeit für seine Seele erinnert wurde, so begann mit Baumgarten, Sulzer und Herder dieser Fragenkomplex neu aufzutauchen und sie machten sich Gedanken darüber, wie die Form der menschlichen Gestalt mit Funktionen und Charaktereigenschafen zu verbinden sei. Steht die Form für eine Symbolik des inneren Lebens? Künstler der Renaissance, die sich mit ausgiebigen Studien diesem Thema zuwandten und in ihren Meisterwerken ihr Wissen mit der Kunst zum Ausdruck brachten, waren Rahphael Santi, Michelangelo Buonarotti oder Leonardo da Vinci.

Franz Joseph Gall (1758—1828) ist ein weiterer bedeutender Mann in der Geschichte der Physiognomik. Er war Arzt und Forscher und beobachtete schon als Schüler die Stirn- und Augenanlage seiner Mitschüler. Als ausgesprochene Sammlernatur beobachtete er intensiv die Schädelformen in Bezug zum Verhalten des Menschen. Gall nahm von der Physiognomik Lavaters seinen Ausgang, doch verlegte er seine Forschungen ganz auf die Schädelausdruckskunde, die Phrenologie, die seine Stärke wurde. Damit war er einer der ersten Hirnforscher. Er entdeckte das Broca-Zentrum, wofür er nach wie vor anerkannt ist. Auch seine Erkenntnis, dass das Gehirn sich aus einer Vielzahl funktioneller, verschiedener Zentren zusammensetzt, war richtig. In Halle unterrichtete er auch Goethe, der sich sehr positiv über ihn äußerte.

Galls Beobachtungen wirkten sich auch auf seine Sicht von Krankheit und Therapie aus:

- Er lehnte sich gegen die Anwendung von Gewalt gegenüber psychiatrischen Patienten auf.
- Das Strafrecht und den Strafvollzug wollte er reformiert sehen. Zu Verbrechern gewordene Menschen seien auszubilden und in jeder Weise zu fördern, dass sie sich in den sozialen Organismus eingliedern könnten.
- Im menschlichen Nervensystem sei die Möglichkeit der Erziehbarkeit, des Lernens und der Sozialisierung enthalten.

GEISTES.LEBEN

Im Gegensatz zu Lavater war er mehr der analytische Forscher, der von den Hypothesen zum Sichtbaren, direkt Beobachtbaren ging.

Carl Huter, der die Phrenologie prüfte und weitgehend übernahm, zum Teil korrigierte und ergänzte, schätzte Franz Joseph Gall und seine Schüler sehr. Er bedauerte, dass Gall die Kraft-Richtungs-Ordnung nicht kannte. Diese ist die Entdeckung von Carl Huter, der damit die Psycho-Physiognomik begründete und dem die Ausstrahlungsqualität eines Ausdrucksmerkmals wesentlich wichtiger wurde als die Form. Auf ihn und seine Lehre werden wir in der nächsten Ausgabe des Lebens.Werte-Magazins noch mehr eingehen.

Neurologen und Hirnforscher stellen heute in Frage, was lokal fixiert ist und verweisen auf die gigantischen Vernetzungsmöglichkeiten des Gehirns. Gerade im Bereich der Neurowissenschaften werden seit einigen Jahren enorme neue Erkenntnisse gewonnen.

Wir dürfen deswegen immer wieder skeptisch bleiben und neugierig schauen, was sich uns zeigt und bereit sein, unsere Sichtweise zu ändern. Das ist dann auch in gewisser Weise eine wissenschaftliche Herangehensweise. Denn alles entwickelt sich und ständig wird mehr erforscht und die Aufgabe unserer Zeit ist es, immer wieder offen zu bleiben, weiter zu lernen, uns zu entwickeln, um dem Leben und der Schöpfung zu dienen.

In der Herbstausgabe des **LEBENS.WERTE**-Magazins wird dieser Artikel seine Fortsetzung finden.

Erika Rau

AUTORIN ERIKA RAU

Die Autorin Erika Rau ist seit 1984 in München als Heilpraktikerin tätig. Ihre Schwerpunkte sind die klassische Homöopathie, Atemtherapie AFA®, körperorientierte Psychotherapie, Psycho-Physiognomische Beratung sowie Ernährungstherapie.

Sie ist Autorin von zwei Büchern und zahlreichen Artikeln in diversen Zeitschriften. Erika Rau wirkte zudem bei diversen Fernsehsendungen („Wir in Bayern", „Notfalltherapie in der Homöopathie") und Radiosendungen mit.

Sie hält Vorträge zu Themen der Impfaufklärung, Ernährungsberatung, Homöopathie und ist zertifiziert als Therapeutin, Supervisorin und Dozentin bei der Stiftung Homöopathie Zertifikat (SHZ). Mitglied im Stiftungsrat der SHZ.

BUCHTIPPS

DAS WASSERTRÖPFCHEN

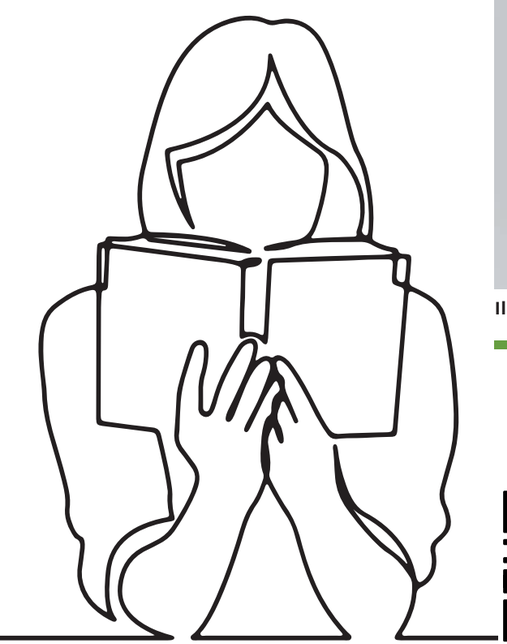
Eine Geschichte aus Tirol samt passendem Wanderangebot

Ein Wassertröpfchen, das sich auf den Weg macht, die Welt vom Ursprung der Großache bis ins bayerische Meer, den Chiemsee, zu entdecken. Für Groß und Klein ein schönes Buch, das dazu anregt, die Kitzbüheler Umgebung einmal aus einem ganz anderen Blickwinkel zu betrachten.

Manuela Kalkhauser, Autorin und Wanderführerin aus Kössen, bietet dabei Alt und Jung den Weg des Wassertröpfchens auch als geführte Wanderung an, auf dem alle Teilnehmenden, ob alleine oder in Begleitung, eine wundervolle Zeit erleben können.

Die Beschreibung der Wanderung finden Interessierte, wenn sie dem QR-Code folgen.
Alle Informationen rund um das Buch mit der ISBN Nr. 978-3-200-07527-6
finden Sie auf der Seite: **www.wanderfuehrerin.at**

Illustration Petra Aschaber, Kitzbühel. Buch "Das Wassertröpfchen"



...TROTZDEM JA ZUM LEBEN SAGEN –

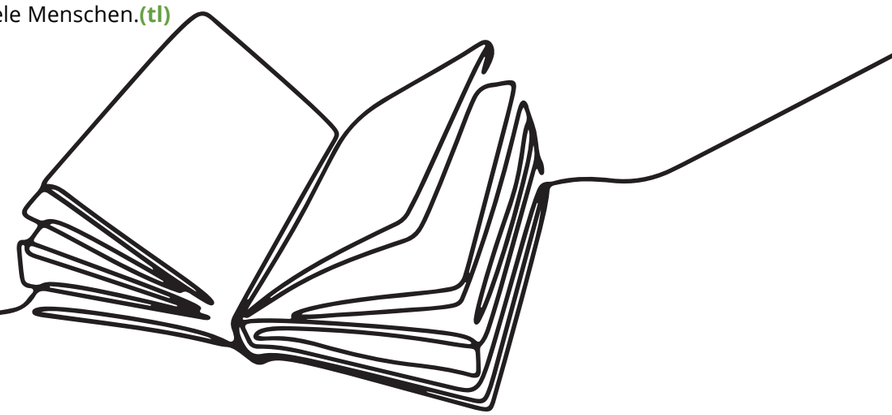
Ein Psychologe erlebt das Konzentrationslager

Viktor E. Frankl ist der Begründer der Logotherapie, der sinnzentrierten und werteorientierten Psychotherapie. Der Österreicher überlebte mehrere Jahre in deutschen Konzentrationslagern während des Nationalsozialismus. Sein Buch stellt keine Abrechnung mit der NS-Zeit dar; es zeigt auf, wie die Menschen mit den gegebenen Rahmenbedingungen im Lager umgingen.

Während der Lageraufenthalte konnte Viktor Frankl sein theoretisches Gedankenmodell der Logotherapie in nie dagewesenem Maß in der Praxis überprüfen. Er selbst hatte die klare Vision, seine Familie nach der Inhaftierung wiederzusehen. Im Lager gelang es ihm, viele andere Menschen dazu zu animieren, sich seiner Vision, der Hoffnung auf ein Wiedersehen mit den Liebsten, anzuschließen. Diese Hoffnung hielten ihn und auch seine Mitinsassen all die Tage am Leben. Zudem hatte Frankl die Vision, sein Gedankenmodell einer großen Menge an Zuschauern vorzustellen. Auch dies gelang ihm nach dem Krieg.

Frankls eindrückliche Erfahrung zeigt auf, wozu Menschen fähig sind, wenn sie ein klares Ziel, eine Vision vor Augen haben. Wir alle können innere Kräfte frei machen und durch tiefe Täler des Lebens gehen. Vielleicht zeigt sich das gerade jetzt als eine Hilfe für viele Menschen.**(tl)**

... trotzdem Ja zum Leben sagen –
Ein Psychologe erlebt das Konzentrationslager
Viktor E. Frankl
erschienen 2009 im Kösel Verlag
ISBN 978-3-466-36859-4



JOHANNISKRAUT –
LICHTPFLANZE ERSTEN RANGES UND „ARNIKA DER NERVEN“

Ein Beitrag unserer Gastautorin Antje Schlamberger

Welch ein Fest, die Sommersonnenwende! Um den 21. Juni herum erleben wir die längsten und lichtvollsten Sonnentage im Jahr, gefolgt von warmen und hellen Nächten. Das Licht hat das Dunkel der Erde besiegt und hält Hochzeit mit allen Geschöpfen. Es werden Sonnwendfeuer entfacht. Mädchen tragen einen Kranz aus Blumen, die *corona regis*, auf ihrem Haupt, als Symbol der Verbundenheit mit den Lichtkräften.

All diese Sonnwendrituale sind eng mit dem Johanniskraut verbunden. Unsere Vorfahren wussten, dass die Pflanze die Kraft besitzt, unserem Körper Sonnenlicht zu vermitteln. Johanniskraut (Hypericum Perforatum L.) hat von allen Heilpflanzen die stärkste Beziehung zum Licht. Im Johanniskraut steckt die Eigenschaft, die Kräfte des Lichtes ganz in sich aufzunehmen, in Nervenkräfte umzuwandeln und weiterzugeben. Licht ist eine essenzielle Energiequelle für die Nerven, die Schnittstelle zwischen Körper und Seele. UV-Strahlen werden in Blatt und Blüte in Öldrüsen (Hypericinzellen) gespeichert.

Es ist ein rotes Pigment mit photosensibilisierenden Eigenschaften, das nach oraler Einnahme dem roten Blutserum in unserem Körper den belichteten Farbstoff abgibt. Fast könnte man sagen, dass unser Organismus durch die Einnahme von Johanniskraut mit Licht durchstrahlt wird.

ZUM AUSSEHEN DIESER HEILPFLANZE

Johanniskraut blüht in der Regel von Juni bis September. Man findet es an sonnigen und trockenen Weg- und Waldrändern, an Hängen und auf trockenen Wiesen. Es wird 50 bis 90 Zentimeter hoch. Wichtige Merkmale sind die goldgelben, fünfzähligen und mit schwarzroten Drüsenschuppen besetzten Blüten, die sich rot verfärben, wenn man sie zerreibt. Auch ihre zweikantigen Stängel sind sehr charakteristisch. Für die Zubereitung von Tee wird das ganze abgetrocknete, blühende Kraut gesammelt, für das Öl die abgetrockneten, offenen Blüten und Knospen.

DIE HEILWIRKUNG

Johanniskraut ist eine stabilisierend wirkende Nervenpflanze. Man nennt sie auch das „Arnika der Nerven”. Die Heilkraft entfaltet sich sowohl auf seelischer als auch auf körperlicher Ebene. Innerlich angewendet wirkt, Johanniskraut Geist-beruhigend und stimmungsaufhellend, gerade bei Depressionen als Folge erlittener physischer und psychischer Verletzungen oder Kränkungen. Außerdem bei nervöser Unruhe oder Erschöpfungszuständen, bei Ängsten und Schlaflosigkeit. Äußerlich setzt man das Kraut bei Schnitt- und Stichwunden mit Nervenverletzung ein, ebenso bei Brandwunden, Sonnenbrand, verspannter Muskulatur, Neuralgie, Ischias, Hexenschuss, Gürtelrose, bei alten Narben, zur Pflege von trockener Haut oder vorbeugend gegen Wundliegen im Krankenbett.

GEISTES.LEBEN

WIE WENDE ICH DAS JOHANNISKRAUT AN?

ALS TEE

Man überbrüht bis zwei Teelöffel frisches oder getrocknetes Kraut mit 150 ml kochendem Wasser und seiht es ab. Der Tee kann zwei- bis dreimal täglich getrunken werden.

ALS ÖL

Ein bis zwei Teelöffel des Öls aus angesetzten Blüten wendet man innerlich zweimal täglich an. Das Öl eignet sich auch zum Einreiben bei äußerlichen Beschwerden.

ALS TINKTUR

Die angesetzten Blüten im Alkohol nimmt man ein- bis dreimal täglich, jeweils bis zu 20 Tropfen vor dem Essen ein.

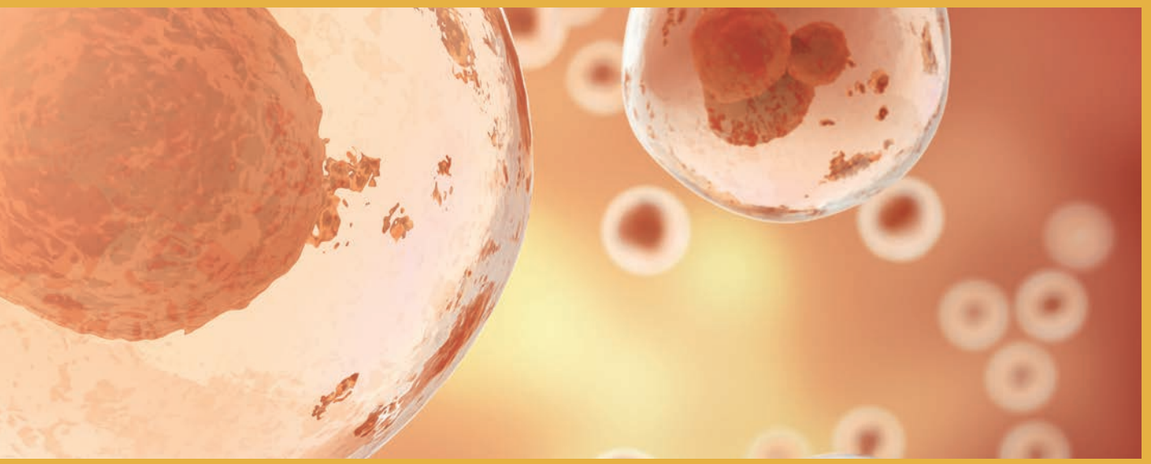
WICHTIG

Bei Photosensibilisierung (Einnahme und Besonnung) muss man sehr vorsichtig sein.

GEISTES.LEBEN

INTELLIGENTE ZELLEN –

WAS WIR VON IHNEN LERNEN KÖNNEN GEDANKENIMPULSE FÜR IHREN ALLTAG



Wir können unsere verschiedenen Körperzellen als Vorbild für ein funktionierendes Miteinander betrachten. Sie leben uns jede Sekunde eine wunderbare Symbiose vor, denn sie greifen perfekt ineinander. Gegenseitige Rücksichtnahme ist eine Selbstverständlichkeit. Sie können sich nicht vorstellen, wie Sie das in Ihren Alltag übertragen sollen? Wir geben Ihnen mit diesem Text, der sich eng an den Theorien des amerikanischen Entwicklungspsychologen und Stammzellenforschers Bruce Lipton orientiert, ein paar Anregungen. Sie dürfen jederzeit auf dieser Basis weiterdenken. Das übt das „lebendige Denken" siehe LEBENS.WERTE-Magazin 01/21.

Die Zelle spielt von Anfang an im Leben eines jeden Menschen eine zentrale Rolle, denn eine befruchtete Eizelle ist Ausgangspunkt jedes Individuums. Der ausgewachsene menschliche Körper setzt sich aus rund 80 bis 100 Billionen Zellen zusammen. Eine durchschnittliche menschliche Zelle hat einen Durchmesser von in etwa 25 Mikrometern und ist damit für das bloße menschliche Auge nicht sichtbar. Insgesamt wird zwischen mehr als 200 verschiedenen Zelltypen im menschlichen Körper unterschieden, die alle denselben Grundbauplan haben. Je nach Aufgabe unterscheiden sie sich wesentlich voneinander. So gibt es Nervenzellen, Blutzellen, Muskelzellen, Knochenzellen, Gehirnzellen, Drüsenzellen, Organzellen und so weiter. Die Zellen arbeiten dabei ineinander und nicht gegeneinander. Es ist ein integratives Miteinander und eine effektive Informationsweitergabe, solange unsere Zellen gesund und munter sind. Aus dem Verhalten der menschlichen Zellen können wir wertvolle Impulse für eine erfüllte, selbstbestimmte und eine gesunde Lebensgestaltung ableiten.

DENKEN UND FÜHLEN WIRKT BIS IN DIE ZELLEN

Jede Zelle unseres Körpers erklärt sich bereit, dem Wohle des Ganzen zu dienen, der Gesundheit des physischen Körpers. Dabei hält jede Zelle mit allen anderen Zellen permanent Kontakt. Botenmoleküle rasen überall hin, um auch die entferntesten Außenposten des Körpers von einem Wunsch oder einer Absicht in Kenntnis zu setzen. Unsere Zellen passen sich jeden Augenblick von neuem an die Gegebenheiten an. Sie bleiben flexibel, um sofort reagieren zu können. Jede unserer Zellen akzeptiert, dass sie alle gleich wichtig sind, keine stellt sich über die Andere. Jede Körperfunktion ist von allen anderen Körperfunktionen abhängig, ein Alleingang führt ins Chaos. Jede Zelle kennt ihre ganz spezielle(n) Funktion(en), die allerdings immer wieder auf kreative Art und Weise kombiniert werden müssen, sobald Einflüsse von außen, unserer Umwelt, kommen. Ein lebenslanges Lernen ist eine Selbstverständlichkeit. Dabei folgen Zellen auch dem allgegenwärtigen Kreislauf von Ruhe und Betriebsamkeit. Zellen sind sehr effizient. Sie verbrauchen so wenig Energie wie möglich, es gibt keine Verschwendung und Ausbeutung von Nährstoffen und Ressourcen. Zudem vertrauen sie darauf, dass für sie gesorgt wird und immer wieder neue Nährstoffe zu ihnen kommen.

Jede Zelle dient ihrem Zweck und der Bestimmung völlig ohne Egoismus. Sie ist dem Geben verpflichtet und nicht dem übermässigen Nehmen. Auch horten Zellen keinerlei Nährstoffe und Ressourcen. Zellen teilen sich und geben dabei ihr Wissen, ihre Erfahrung und ihre Fähigkeiten weiter, entwickeln sich so immer weiter. Sie enthalten ihren Nachkommen nichts vor. Eine Zelle kennt keinen Generationskonflikt. Wird sie nicht mehr gebraucht, stirbt sie ab. Zellen wollen unseren Körper in Balance halten, so lange es geht. Ist das nicht mehr möglich, werden wir krank.

Nehmen Sie diese Impulse als Inspiration. Was fällt Ihnen dazu noch ein und was nehmen Sie aus diesen Gedanken mit in Ihren Alltag? **(tl)**

Intelligente Zellen.
Wie Erfahrungen unsere Gene steuern.
Bruce Lipton
erschienen 2016 im Koha-Verlag
ISBN 978-3-86728-307-6

NACH.GEDACHT

BEWUSSTSEINS!STIFTER

BEWUSST.WERTE.STIFTEN

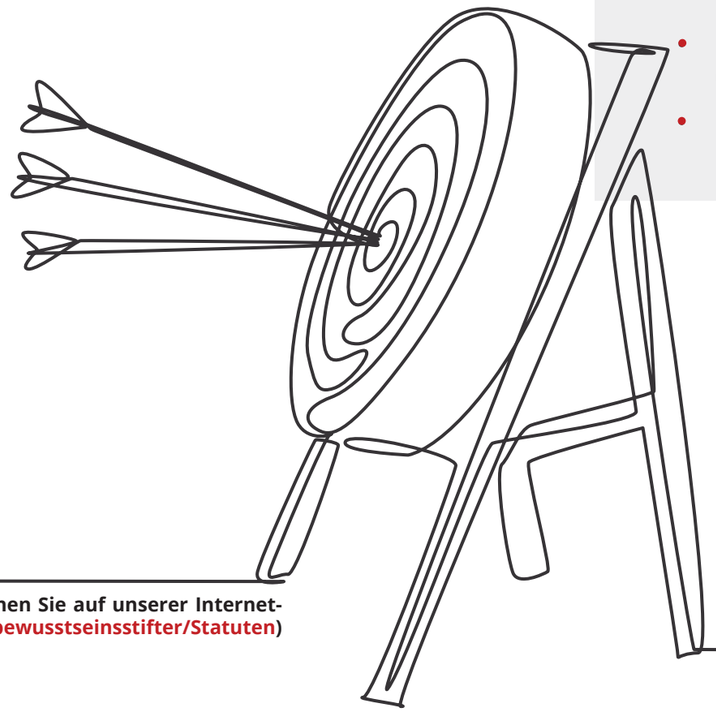
Hinter diesem Magazin und den Initiatoren steht der neu gegründete Verein **BEWUSSTSEINS!STIFTER** e.V. Auf dieser Seite werden wir Ihnen in jeder Ausgabe über Neues rund um den Verein berichten, was sich bewegt und wie wir uns weiterentwickeln.

DIE ZIELSETZUNGEN DES VEREINS

Der Verein hat sich zum Ziel gesetzt, neues Bewusstsein in unsere Gesellschaft zu bringen. Wir arbeiten hierbei auf den drei Ebenen der Geisteswissenschaft. Diese sind die Persönlichkeitsentwicklung, eine zukunftsfähige Ausgestaltung im **ZUSAMMEN.LEBEN** und ein Neues Miteinander im **WIRTSCHAFTS.LEBEN**. Deshalb haben wir neben der Beratungsleistung — **BERATUNGS.WERTE** — den Campus — **WISSENS.WERTE** — zur Vertiefung des Wissens ins Leben gerufen und berichten in unserem **LEBENS.WERTE**-Magazin vier Mal im Jahr über Projekte aus der Wirtschaft und dem Sozial-Leben, um weiteren Unternehmern Mut zu machen. Denn auch kleine Schritte haben eine große Wirkung.

Gleichzeitig fördern wir durch den größten Teil der Einnahmen aus dem Magazin ein soziales Projekt, das sich zum Ziel gesetzt hat, eine neue Form des Zusammenlebens, von den ganz Jungen und unseren weisen "Alten", zu ermöglichen – das Projekt **VITAL.Kids**.

WIR WOLLEN ALS BERATER, IDEENGEBER UND INSPIRATOREN FÜR VÖLLIG NEUE WEGE AUF AUGENHÖHE FUNGIEREN UND GLEICHZEITIG NEUES BEWUSSTSEIN ENTSTEHEN LASSEN.



Die detaillierte Zielsetzung sowie die Statuten können Sie auf unserer Internetseite einsehen. (www.lebenswerte-magazin.online/bewusstseinsstifter/Statuten)

BERATUNGS.WERTE

Die Beratungsleistung, die Sie über die Bewusstseins!Stifter in Anspruch nehmen können, hat immer und ausschließlich das Ziel, die Unternehmen oder Einzelpersonen bei einer neuen, ganzheitlichen Ausrichtung im Sinne der Geisteswissenschaft und der darauf gründenden sozialen Dreigliederung zu unterstützen. Dies kann auf vielfältige Art und Weise entstehen. Geistiges wird hier nicht von physisch Materiellem getrennt, sondern wir werden Ihnen spannende Zusammenhänge aufzeigen.

WIR BERATEN SIE MIT UNSERER GANZHEITLICHEN SICHTWEISE AUF FOLGENDEN GEBIETEN:

- **Führungs- und Persönlichkeitsentwicklung**
- **Begleitung bei Change-Projekten, sei es bei Fusionen von Firmen oder Abteilungen**
- **Neu-/Weiterentwicklung von Visionen und Werten**
- **Integration von beidem in den Unternehmensalltag**
- **Etablierung der „experimentellen" Führungskultur**

Die Honorare unserer Berater richten sich nach den branchenüblichen Tages- und Stundensätzen. Mit Beginn des Beratungsauftrags fließt ein Teil des Honorars automatisch dem Verein zu. Dies wird individuell vereinbart. Auf unserer Webseite werden wir Ihnen nach und nach unsere Berater vorstellen.

WISSENS.WERTE

Hier bieten wir die Möglichkeit, in Form von Workshops und Seminaren Hintergründe des Zusammenwirkens der physischen mit der geistigen Welt zu entdecken. Wir vermitteln uraltes und mythologisches Wissen, was im heutigen Zeitalter wieder in unser Leben Einzug halten darf. Das Wissen soll Ihnen ein tieferes Verständnis für Ihr Umfeld geben, um darauf aufbauend zukünftig ganzheitliche Entscheidungen im Sinne des Großen und Ganzen treffen zu können. Auch bilden wir hier unsere Berater aus.

Der Campus finanziert sich über die Einnahmen der angebotenen Workshops und Kurse. Die Referenten erhalten ein kleines Honorar, was mit dem Verein vereinbart wird.

Das Campus-Angebot kann bereits genutzt werden. Für Sponsorenmitglieder des Vereins gibt es 20 Prozent Rabatt auf die ausgeschriebenen Preise.

LEBENS.WERTE-MAGAZIN

Durch das Magazin wollen wir informieren, inspirieren und neue Denkanstöße geben. Unser Fokus liegt hierbei immer darauf, ein neues Bewusstsein in der Wirtschaft mitzugestalten und darüber zu berichten. Bei der Auswahl der Themen ist es uns wichtig, den Gedanken der sozialen Dreigliederung darzustellen und zu vertiefen. Sie werden sehen,

dass Vieles in unserer Gesellschaft schon ganz unbewusst in dieser Richtung entstanden ist und weiterhin entsteht.

Durch ein Abonnement werden Sie entweder Unterstützer, Förderer oder Sponsor unseres Vereins. Sie sind aus rechtlichen Gründen, sobald Sie ein **LEBENS.WERTE** -Magazin-Abo abschließen, ein außerordentliches Mitglied im Verein, was sie aber zu keiner Zeit an Verpflichtungen bindet. Sie können lediglich unseren jährlichen Rechnungsbericht einsehen.

WOFÜR WIRD IHR GELD VERWENDET?

Aus den Abos und Sponsorengeldern verwenden wir lediglich 30 Prozent des Abo-Preises für die Redakteure und zur Deckung der Druckkosten. (Die Einsicht in unsere Rechnungslegung ist jedem Vereinsmitglied gestattet.) Nach Deckung der Druckkosten und Auszahlung des Anteils an die Redakteure fließt der gesamte Rest unserem Projekt **VITAL.Kids** zu.

- **www.bewusstseinsstifter.org**
- **tanja@bewusstseinsstifter.org**
- **BEWUSSTSEINS!STIFTER e.V.**
  Sparkasse Kitzbühel
  IBAN AT04 2050 5000 1082 3904
  BIC SPKIAT2KXXX

WIE KÖNNEN SIE UNS UNTERSTÜTZEN FOLGENDE MÖGLICHKEITEN STEHEN IHNEN DERZEIT ZUR VERFÜGUNG:

UNTERSTÜTZER WERDEN

Als Unterstützer sind Sie bereits außerordentliches Mitglied im Verein. Sie erhalten das Magazin automatisch viermal pro Jahr zu einem **Jahresabo-Preis von 34.00€.** Das Abo ist jederzeit kündbar. Der eingezahlte Betrag wird Ihnen nicht mehr gutgeschrieben, Sie erhalten bis zum Ende der Abolaufzeit das Magazin zugeschickt. Bei diesem Abonnement wird der Kostenbeitrag rein für die Deckung unserer Druckkosten verwendet und sowie für ein kleines Honorar an die festen Redaktionsmitglieder.

FÖRDERER WERDEN

Sie schließen ein Förderabo ab und zahlen im **Minimum nur 100,00 €/Jahr** – eine freiwillig höhere Summe ist natürlich immer willkommen. Mit dem Magazin erhalten Sie wertvolle Impulse und Informationen. Sie unterstützen mit 70 Prozent Ihres Beitrages bereits unser soziales Projekt. Ansonsten gilt das gleiche wie beim Unterstützer-Abo.

SPONSOR WERDEN

Ich möchte Sponsor werden – Was muss ich tun? Sie setzen sich mit Tanja Lemann aus unserer Redaktion in Verbindung: **redaktion@lebenswerte-magazin.online**. Sie können wählen, ob Sie eine ganzseitige Anzeige in unserem Print-Magazin und online schalten wollen und in welchem Rhythmus. Weiter besteht die Möglichkeit, ganz ohne Anzeigenschaltung Sponsor zu werden. Sie entscheiden dann, ob Sie anonym bleiben wollen oder auf unserer Sponsorenseite unter **www.lebenswerte-magazin.online** erscheinen wollen.

SIE MÖCHTEN EINE GRÖSSERE MENGE AN EXEMPLAREN ZUR INSPIRATION IN IHRER FIRMA ODER AN KUNDEN WEITERGEBEN? SPRECHEN SIE UNS EINFACH AN.

WIESO ERHALTE ICH DAS MAGAZIN DERZEIT KOSTENFREI?

Wir wollen Sie zunächst inspirieren und anregen, Ihnen die Möglichkeit geben, uns und unseren Ansatz besser zu verstehen und für sich herauszufinden, wo die Unterschiede zu anderen Magazinen liegen, ob die Themen und die Ausrichtung für Sie interessant sind. Natürlich dürfen Sie auch schon ab sofort in ein Abo einsteigen. Wir freuen uns natürlich sehr darüber! Schreiben Sie einfach eine Mail an: **redaktion@lebenswerte-magazin.online** mit dem **Betreff – Abo** und nennen Sie die gewünschte Abo-Form – Unterstützer, Förderer, Sponsor beziehungsweise ob Sie mehr Exemplare zugestellt bekommen möchten.

DAS PROJEKT, DAS WIR MIT IHRER HILFE FÖRDERN UND UNTERSTÜTZEN MÖCHTEN:

DIE VITAL.Kids

Mit den **VITAL.Kids** werden wir ein nachhaltiges, tragfähiges sowie zukunftsweisendes Miteinander von Jung und Alt ermöglichen. Ein neues, altengerechtes Wohnen und eine Kindertagesstätte werden zusammenfließen, damit gegenseitiges Lernen und Leben möglich wird. Gleichzeitig wird das Vital.Kids-Haus im Sinne der sozialen Dreigliederung geführt werden.

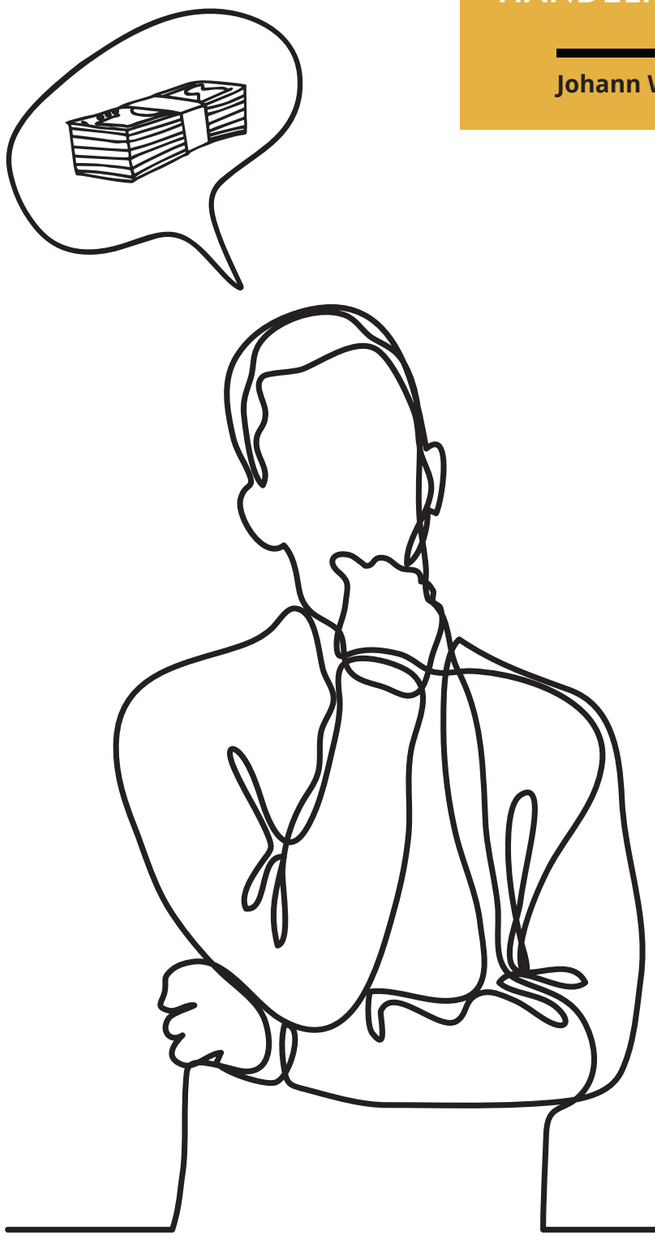
Dieses Projekt entsteht gerade. Wir sind noch in der Planungsphase und werden künftig hier auf der letzten Seite des Magazins sowie in unserem Online-Magazin über die Fortschritte berichten.

Interessiert Sie das Projekt **VITAL.Kids** und möchten Sie darüber informiert werden? Schauen Sie regelmäßig online vorbei, dann erfahren Sie Aktuelles rund um das Projekt. Oder Sie nehmen direkt mit Tanja Lemann Kontakt auf.

Herzlichen Dank für Ihr Interesse
Ihr **BEWUSSTSEINS!STIFTER**-Team

„HANDELN IST LEICHT, DENKEN SCHWER; NACH DEM GEDANKEN HANDELN UNBEQUEM."

Johann Wolfgang von Goethe (1749—1832)



AUSBLICK 03/2021

Das nächste Heft widmen wir ganz dem Thema „Das persönliche Denken und Handeln reflektieren."

Der Umgang mit Geld sowie unser Verhältnis dazu und wie es uns meist unbewusst in unseren Entscheidungsprozessen leitet, wird eine zentrale Rolle spielen. Wir nutzen es täglich. Es löst viel in uns aus. Weiter beleuchtet Prof. Hans A. Wüthrich den Aspekt, wie es uns gelingen kann, die kollektive Intelligenz zu nutzen und zu ganz neuen und richtungsweisenden Formen der Zusammenarbeit auf allen Gebieten zu kommen. Beide Schwerpunktthemen werden dann durch theoretische, ganzheitliche Denkansätze beleuchtet.

Auch werden wir tiefer in die Psycho-Physiognomik eintauchen und zudem rund um das Thema Gesundheit und Wissens.Wertes wieder viel Interessantes für Sie bereit halten.

Auf ein Wiedersehen in unserer Herbst-Ausgabe.
Ihr
LEBENS.WERTE-TEAM

LEBENS.WERTE

enderwerbung

Markenkommunikation auf den Punkt.

enderwerbung.com