

Unseren Reichtum entdecken Einführung in die Tugendarbeit

Früher oder später kann es sein, dass wir uns alle die Frage stellen: „Was zeichnet uns Menschen denn eigentlich aus?“ Aus verschiedensten Wissensquellen wird nach denkbaren Antworten gesucht. Eine Stimme aus dem Orient sagte uns vor 150 Jahren, dass wir den Menschen wie ein Bergwerk, reich an Edelsteinen von unschätzbarem Wert, betrachten können. Was uns reich macht, sind die uns innewohnenden Schätze, die wir auch Tugenden nennen können. Tugenden sind unsere wertvollsten Charaktereigenschaften, wie Freude, Dankbarkeit, Geduld, Achtsamkeit, Großzügigkeit, Zusammenarbeit, Rücksichtnahme, Vertrauen, Zuversicht, Selbstbewusstsein und Begeisterung. Sie sind universell und unsere wahren Werte, die uns alle verbinden.



„Tugenden sind unsere wahren Werte, aber nicht alle Werte sind Tugenden.“

Ob wir es glauben möchten oder nicht: es gibt über 350 verschiedene Tugenden und positive Charaktereigenschaften – und mit diesem Reichtum kommt jeder Mensch zur Welt.

Die Tugenden zu entwickeln ist eine Lebensaufgabe, die mit Freude und Selbststeuerung verbunden ist. Manche von unseren Tugenden wachsen schnell und werden zu einer Grundhaltung. Bei anderen fällt es uns schwer – sie sind unsere Wachstumstugenden. Die Wachstumstugenden erkennen wir, wenn wir uns in herausfordernden Situationen die Frage stellen: Welche Tugend brauchen wir, um diese Herausforderung zu lösen? Da diese Tugend nicht stark entwickelt ist, erleben wir die Situation als eine Herausforderung. Wenn sie stark wäre, dann würden wir die Situation meistern.

Von Zeit zu Zeit können wir darüber reflektieren, welche der Tugenden in uns stark entwickelt und welche unsere Wachstumstugenden sind. Wir werden vielleicht überrascht darüber sein, wie dynamisch diese Entwicklung sein kann, genauso wie die Blüten eines Baumes, die letztendlich zu Früchten werden. In diesem Zusammenhang ist es wichtig zu erwähnen, dass alle Tugenden das Potenzial haben, stark entwickelt zu werden – aber diese Entwicklung passiert nicht automatisch – wir müssen uns für die jeweilige Tugend entscheiden. Wir können uns in einer Situation für Verständnis entscheiden oder für Geduld und Wertschätzung. Es sind Entscheidungen, die wir treffen – täglich und in jeder Stunde, die Wirkung auf uns und andere haben. Je mehr wir uns für die jeweilige Tugend bewusst entscheiden und sie in Wort und Tat zeigen, desto stärker wird sie.

Tugenden zu zeigen ist eine Stärke. Unfreundlichkeit, Respektlosigkeit, Unhöflichkeit usw. waren und werden immer Schwächen sein. Manchmal kann man den Eindruck bekommen, dass Menschen, die „Härte“ zeigen, eine starke Persönlichkeit haben. Das ist ein Irrtum.

„Stärke ist, wenn wir Unfreundlichkeit mit Freundlichkeit begegnen, Respektlosigkeit mit Respekt und Unachtsamkeit mit Achtsamkeit. Das ist wahrer Reichtum.“

Unsere Kinder zeigen die Tugenden immer wieder, und es ist die Aufgabe der Erwachsenen, die „schatzsuchende Brille“ aufzusetzen, um die Tugenden der Kinder zu entdecken. Sei es, wenn ein Kind die Großzügigkeit zeigt, indem es uns eine Handvoll (vielleicht klebriger und nicht mehr so appetitlich aussehender) Kekse überreicht, wenn es seine Hilfsbereitschaft anbietet oder Begeisterung beim Singen oder Spielen zeigt, so dass andere freudig angesteckt werden. Wenn wir lernen, mehr die Schätze in den Kindern zu sehen und die „fehlersuchende Brille“ abzulegen, werden wir staunen, wie oft unsere Kinder zahlreiche Tugenden zeigen und wie oft sie vielleicht von uns übersehen werden. Lass uns gemeinsam auf Schatzsuche gehen und die Reichtümer in uns und anderen entdecken.

In den kommenden fünf Ausgaben von ICH+DU werden Claudia Veiter und ich uns verschiedenen Tugenden widmen. Diese Beiträge sollen eine Inspiration und Ermutigung sein, mehr und mehr auf kreative Art und Weise die Tugenden in den Alltag einzubinden.

Alles Liebe,
Shima