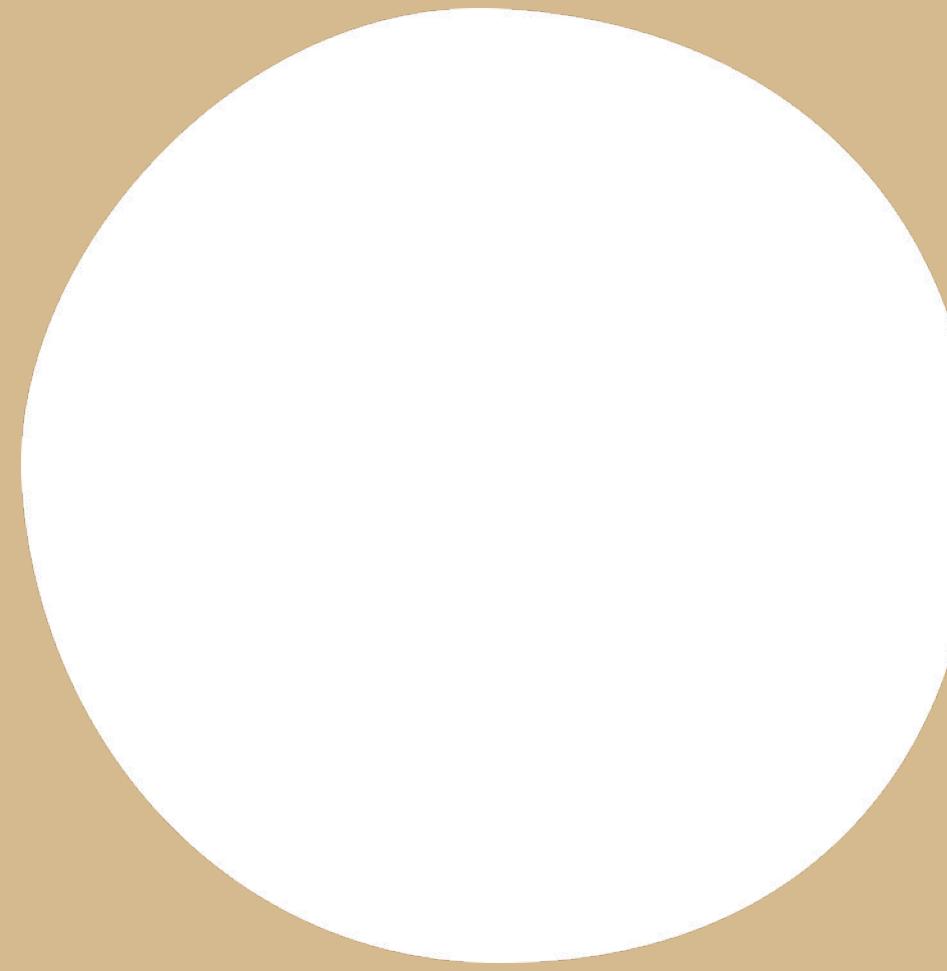


# INNER DEVELOPMENT GUIDE

Inner Growth for Outer Change

# Sein

Unser inneres Leben kultivieren



Eine komplexe Welt erfordert (mehr denn je) ein vertieftes Bewusstsein für unsere inneren Erfahrungen und unsere dynamische Beziehung zur Welt um uns herum. Dies fordert und fördert unsere Achtsamkeit und Präsenz, innere Klarheit und unsere Fähigkeit zum reflektierten Handeln.



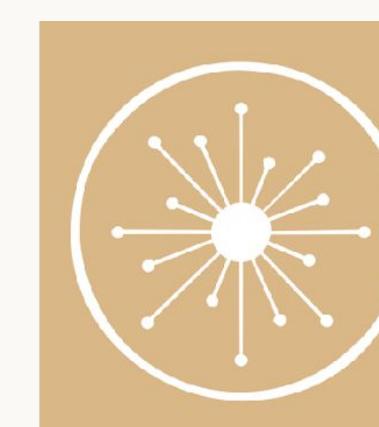
## Innerer Kompass

Eine tief empfundene Verpflichtung, in Übereinstimmung mit Werten und Zielen zu leben und zu handeln, die dem Wohl des Ganzen dienen.



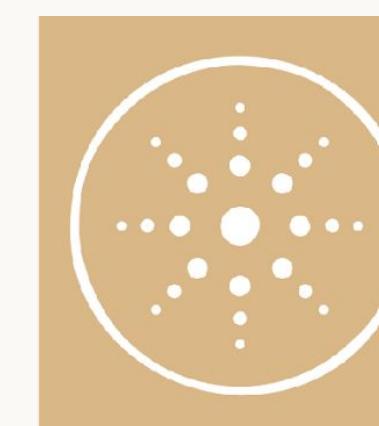
## Integrität und Authentizität

Eine aufrichtige Verpflichtung zu Ehrlichkeit und fest verankerten Werten, die in allen Handlungen zum Ausdruck kommen und verkörpert werden.



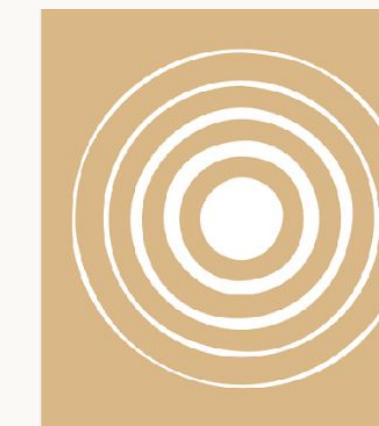
## Offenheit und Lernbereitschaft

Eine neugierige, anpassungsfähige Haltung und die Bereitschaft, die Perspektive zu wechseln, verletzlich zu sein, Veränderungen zu begrüßen und zu wachsen.



## Selbsterkenntnis

Die Fähigkeit, reflektiert mit Gedanken, Emotionen, Wünschen und Handlungen umzugehen, ein realistisches Selbstbild zu bewahren und sich selbst zu regulieren.

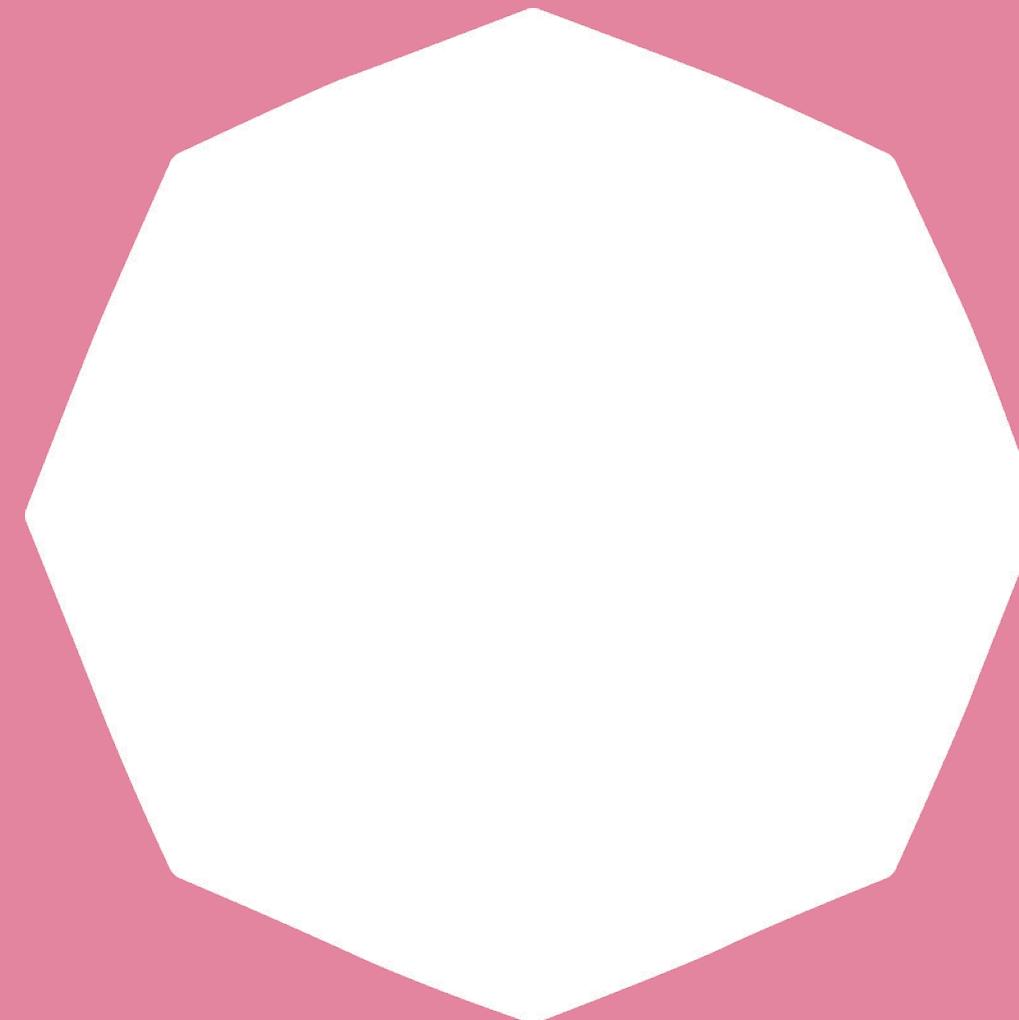


## Präsenz

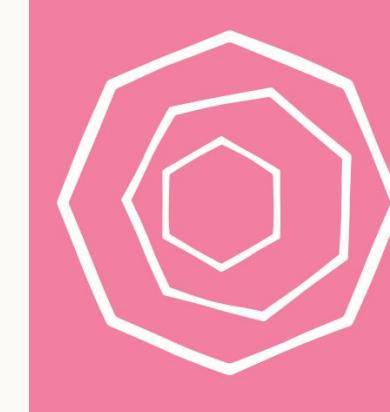
Die Fähigkeit, ganz im Hier und Jetzt präsent zu sein, die Realität so zu akzeptieren, wie sie ist, und auf sinnvolle Weise darauf zu reagieren.

# Denken

## Unsere komplexe Welt verstehen

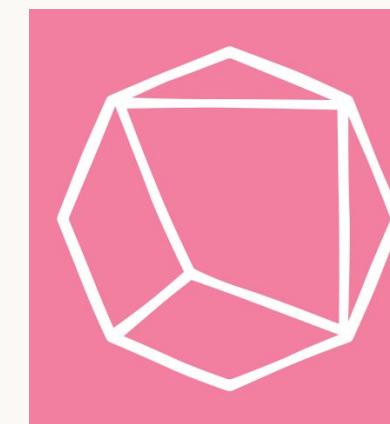


**Wenn wir unterschiedliche Perspektiven und die langfristigen Konsequenzen unseres Handelns berücksichtigen und bedenken, hilft es uns, die Komplexität unserer Welt zu verstehen, mit ihr umzugehen, und in unserer vernetzten Welt klügere Entscheidungen zu treffen.**



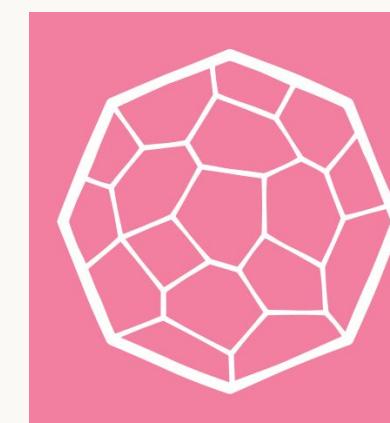
### Kritisches Denken

Die Fähigkeit, über die Gültigkeit von Ideen, Beweisen, Annahmen und Plänen nachzudenken.



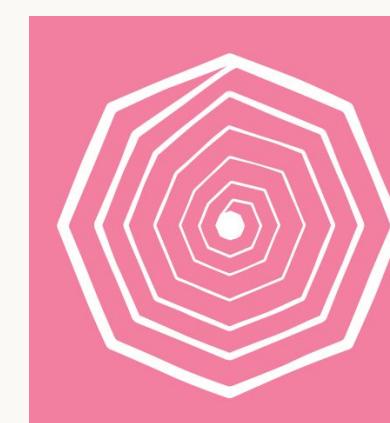
### Perspektivische Fähigkeiten

Die Fähigkeit, unterschiedliche Perspektiven zu berücksichtigen und die Erkenntnisse in ein reflektiertes Verstehen und Handeln einfließen zu lassen.



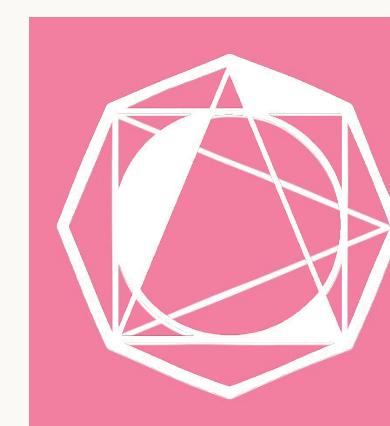
### Systemisches Denken

Die Fähigkeit, die komplexen Zusammenhänge und Eigenschaften von Systemen zu verstehen und sie aktiv zu nutzen.



### Langfristige Orientierung und Visionen

Langfristige Ziele entwickeln und diese auf eine Weise verfolgen, die das gesellschaftliche und ökologische Wohlergehen fördert.



### Kreativität

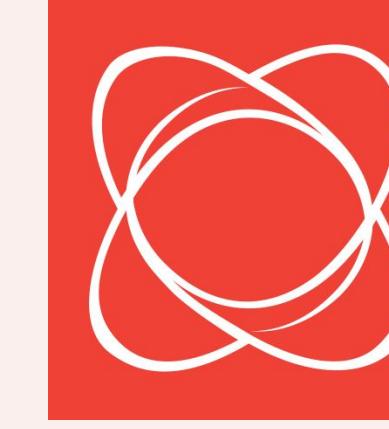
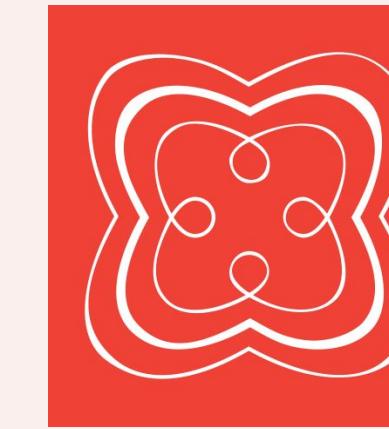
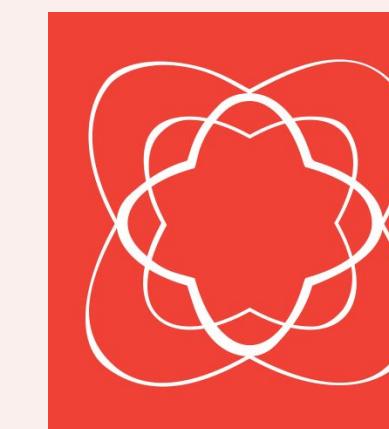
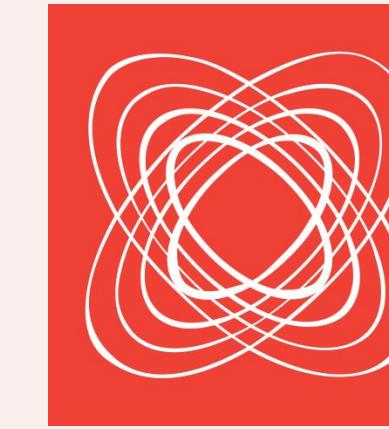
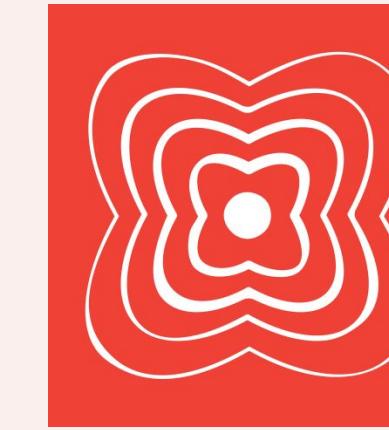
Die Fähigkeit, über konventionelle Muster hinauszudenken, neue Möglichkeiten zu entwickeln und diese in transformative Ideen umzusetzen.

# Beziehungen

Fürsorge für andere und die Welt



**Durch Freundlichkeit, Mitgefühl und ein Gefühl der Zugehörigkeit zu Gemeinschaften, dem lebenden Planeten und zukünftigen Generationen schaffen wir eine gerechtere, integrativere und blühendere Welt.**



## Wertschätzung

Mit positiver Wertschätzung, Freude und Dankbarkeit den Menschen und dem Planeten Erde begegnen.

## Verbundenheit

Das Gefühl der Zugehörigkeit zu einem größeren Ganzen, wie der Menschheit, dem Netz des Lebens auf dem Planeten und der spirituellen Dimensionen der Existenz.

## Demut und Bescheidenheit

In der Lage sein, auf die Erfordernisse einer Situation zu reagieren, ohne die eigene Bedeutung voranzustellen.

## Empathie und Mitgefühl

Mit Freundlichkeit, Fürsorge und Liebe sich mit anderen, mit sich selbst und mit der Natur verbinden - mit dem Ziel und der Absicht, Leiden zu verringern.

## Vergebung

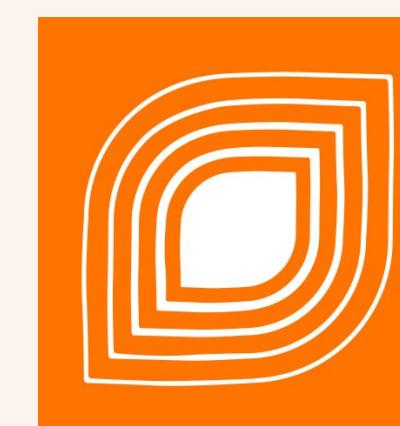
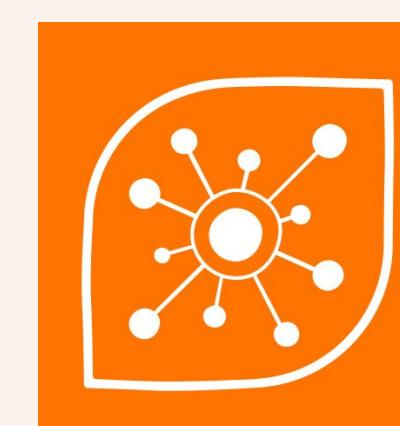
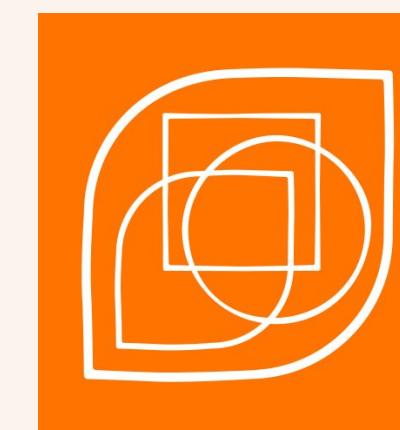
Die Bereitschaft, Feindseligkeiten zu überwinden, Traumata zu verarbeiten und Raum für Heilung zu schaffen.

# Zusammenarbeit

Vertrauen aufbauen und zusammen arbeiten



**Der Aufbau vertrauensvoller Beziehungen, die Anerkennung unterschiedlicher Werte, Fähigkeiten und Perspektiven sowie die Schaffung sicherer Räume ermöglichen es allen, zu gemeinsamen Zielen und kollektiven Wirkungen beizutragen.**



## Beziehungen aufbauen

Die Pflege von Beziehungen mit emotionaler Intelligenz, die auf Vertrauen, Respekt, gegenseitigem Verständnis und einem Geist der Zusammenarbeit beruhen.

## Inklusive Denkweise und interkulturelle Kompetenz

Die Bereitschaft und Kompetenz, Vielfalt anzuerkennen und zu leben, und Menschen und Gemeinschaften mit unterschiedlichen Perspektiven und Hintergründen einzubeziehen.

## Gemeinsam Gestalten

Förderung von Kooperationsprozessen mit verschiedenen Interessengruppen, Förderung von Teamarbeit und psychologischer Sicherheit sowie Bewusstsein für Machtverhältnisse.

## Kommunizieren

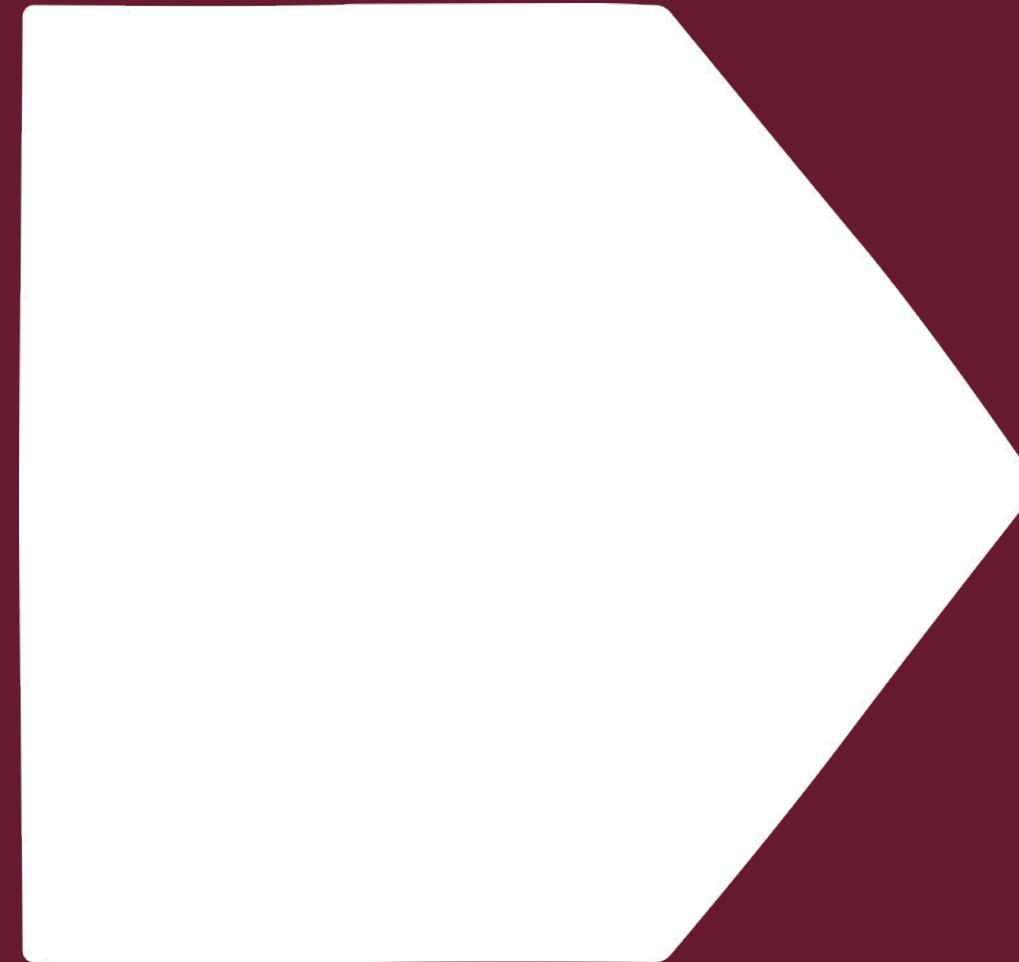
Die Fähigkeit, aufmerksam zuzuhören, einen echten Dialog zu fördern, die eigenen Ansichten geschickt zu vertreten, Konflikte konstruktiv zu bewältigen und die Kommunikation an unterschiedliche Gruppen anzupassen.

## Mobilisieren

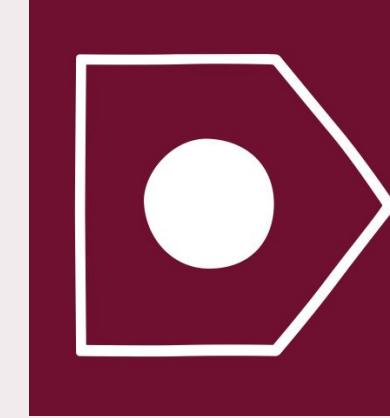
Andere inspirieren und befähigen, sich für gemeinsame Ziele und kollektives Handeln zu engagieren.

# Handeln

Veränderungen einleiten und ermöglichen

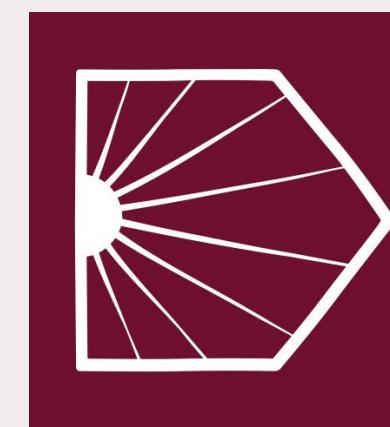


**Wenn wir mit Mut und Optimismus vorangehen und unsere gemeinsamen Fähigkeiten aufbauen, können wir zielgerichtet und beharrlich handeln. In unsicheren Zeiten setzt dies unsere gemeinsamen Visionen in sinnvolle und konkrete Veränderungen um.**



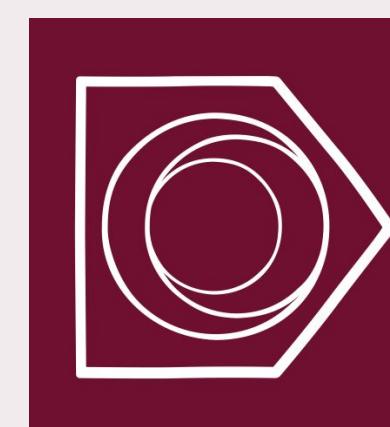
## Mut

Für grundlegende Werte einstehen, Entscheidungen treffen, Maßnahmen ergreifen und, wenn nötig, etablierte Strukturen und Ansichten hinterfragen und aufbrechen.



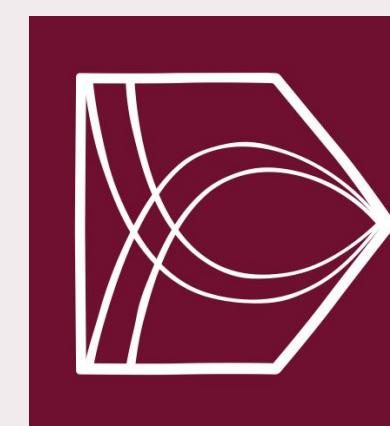
## Hoffnung und Optimismus

Die gemeinsame Überzeugung, eine gerechtere, integrativere und nachhaltigere Zukunft schaffen, aufbauen und aufrechterhalten zu können.



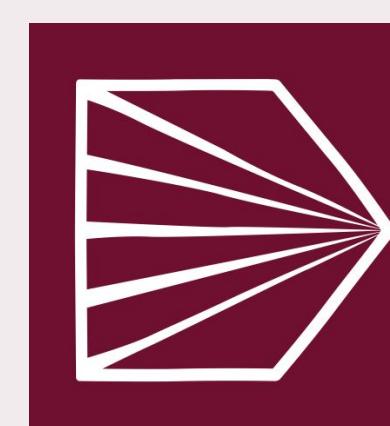
## Bewusster Umgang mit Ressourcen

Mit dem Bewusstsein für die begrenzten natürlichen Ressourcen unseres Planeten handeln, dabei den Schwerpunkt auf Erhaltung, Regeneration und Sparsamkeit legen, um schädlichen Konsum zu vermeiden.



## Proaktiv Handeln

Die aktuellen globalen Herausforderungen erfordern ein zukunftsorientiertes und verantwortungsbewusstes Handeln, das auf Solidarität und Achtung der Menschenwürde und der lebenden Erde basiert.



## Resilienz

Widrigkeiten und Hindernisse mit Flexibilität, Engagement und Ausdauer angehen, auch wenn der Fortschritt langsam oder ungewiss ist.