

Essay: Philosophisch-weisheitliches Verständnis von Philipper 3,14 Wandel als Transformation des Lebens und die innere Gestalt des Lebens

*"Und jage nach dem vorgesteckten Ziel, dem Siegespreis der himmlischen Berufung Gottes
in Christus Jesus." (Philipper 3,14 LUT)*

[Norbert Rieser](#)

Einleitung: Der Mensch als Suchender

Das Leben des Menschen ist kein statisches Gebilde, sondern ein Weg voller Bewegung und Veränderung. Bereits die Philosophen der Antike sahen den Menschen nicht als fertiges Wesen, sondern als **Suchenden**, als ein Lebewesen, das sich nach Sinn, Orientierung und Vollendung sehnt. Aristoteles sprach von *Eudaimonia*, dem gelingenden Leben, das nicht durch äußeren Besitz, sondern durch die Entfaltung innerer Potenziale entsteht.

Paulus greift in Philipper 3,14 ein ähnliches Bild auf: Er sieht sich selbst als Läufer auf einer Bahn, der das Ziel nicht aus den Augen verliert. Dabei spricht er nicht über bloße Veränderung, sondern über **Transformation** – eine tiefe Umgestaltung der „inneren Gestalt des Lebens“. Dieser Essay zeigt, wie sich **exegetische Deutung**, **philosophisch-weisheitliche Reflexion** und die **drei Säulen der Gestaltpädagogik** zu einem integrativen Verständnis des Lebenswandels verbinden lassen.

1. Exegetische Grundlage: Der Wettlauf des Lebens

Philipper 3 ist ein Abschnitt voller Dynamik und Selbstreflexion. Paulus blickt auf sein früheres Leben als Pharisäer zurück und erkennt: Was einst wichtig war, ist nicht mehr entscheidend. Er sagt: *„Ich vergesse, was dahinten ist, und strecke mich aus nach dem, was vor mir liegt“* (Phil 3,13).

Die Schlüsselbegriffe des Verses 14 sind:

- **„Jage nach“ (*diōkō*):** Intensives, zielgerichtetes Streben mit aller Kraft.
- **„Vorgestecktes Ziel“ (*skopos*):** Eine Markierung am Ende der Rennbahn, die Orientierung und Richtung gibt.
- **„Siegespreis“ (*brabeion*):** Symbol für Vollendung und Anerkennung, hier auf die göttliche Perspektive bezogen.
- **„Himmlische Berufung“ (*klēsis anō*):** Ein Ruf von oben, der den Menschen über sich selbst hinausführt.

Das Bild zeigt: Der Glaube ist kein abgeschlossenes System, sondern ein **lebendiger Prozess** voller Bewegung, Ausrichtung und innerer Entwicklung.

2. Philosophische Perspektive: Leben als Prozess

Philosophisch betrachtet verkörpert dieser Vers ein Grundmuster menschlicher Existenz: Der Mensch ist ein **Wesen unterwegs**.

- Platon beschreibt das Leben als Aufstieg aus der Höhle der Illusionen hin zum Licht der Wahrheit.
- Die Stoa betont den Weg der Tugend, die innere Freiheit schafft.
- Viktor Frankl spricht vom „Sinnhorizont“, ohne den der Mensch innerlich leer wird.

Paulus geht über diese Konzepte hinaus: Sein Ziel ist nicht bloß Selbsterlösung, sondern eine **Antwort auf einen transzendenten Ruf**. Transformation bedeutet daher:

Der Mensch gestaltet sein Leben bewusst – und öffnet sich zugleich für ein Ziel, das ihn übersteigt.

3. Die innere Gestalt des Lebens – Drei Säulen der Gestaltpädagogik

Die **Gestaltpädagogik** – eine Strömung, die auf Einsichten der Gestaltpsychologie aufbaut – spricht von der „**inneren Gestalt des Lebens**“. Damit ist die Weise gemeint, wie der Mensch sein Leben **wahrnimmt, deutet und formt**. Drei zentrale Säulen prägen dieses Verständnis:

1. **Selbstwerdung (Ich-Du-Beziehung)**

Der Mensch entwickelt Identität, indem er sich selbst erkennt und zugleich in Beziehung zu anderen tritt.

→ Transformation beginnt mit der Fähigkeit, sich selbst wahrzunehmen und Verantwortung für das eigene Leben zu übernehmen.

2. **Weltbegegnung (Dialog mit Umwelt und Kultur)**

Der Mensch steht nicht isoliert da, sondern ist eingebettet in Gesellschaft, Geschichte, Natur.

→ Wandel geschieht, wenn ich offen werde für Neues, mich den Fragen meiner Zeit stelle und kulturelle Horizonte überschreite.

3. **Transzendenzbezug (Sinn und Spiritualität)**

Die Gestalt des Lebens bleibt unvollständig ohne eine Öffnung für das, was über das rein Materielle hinausweist.

→ Transformation erhält Tiefe, wenn sie nicht nur funktional, sondern auch **sinnerfüllt** ist.

Diese drei Säulen zeigen: Die innere Gestalt des Lebens ist nicht festgefügt. Sie kann sich wandeln, wachsen, reifen – genau das meint Paulus mit dem Bild des Wettlaufs.

4. Weisheitliche Dimension: Lebenskunst in Bewegung

Weisheit fragt nicht nur nach Wahrheit, sondern nach gelingendem Leben. Die biblische Weisheitsliteratur betont Gelassenheit, Maß und Sinnorientierung. Philipper 3,14 enthält vier weisheitliche Prinzipien:

1. **Vergiss, was hinter dir liegt:** Loslassen als Voraussetzung für Neubeginn.

2. **Konzentriere dich auf das Wesentliche:** Fokussierung statt Ablenkung.

3. **Übe dich in Ausdauer:** Wandel geschieht Schritt für Schritt.

4. **Öffne dich dem Größeren:** Erkennen, dass Transformation Geschenk und Aufgabe zugleich ist.

5. Transformation – mehr als Veränderung

Veränderung bleibt oft äußerlich: neue Strukturen, neue Rollen, neue Gewohnheiten. Transformation hingegen betrifft die **innere Gestalt des Lebens**: Denken, Fühlen, Handeln gewinnen neue Tiefe und Richtung.

Drei Stufen lassen sich unterscheiden:

1. **Bewusstwerden:** Erkennen, dass alte Lebensmuster nicht mehr tragen.
2. **Neuaustrichtung:** Entdecken eines Ziels, das innerlich überzeugt und trägt.
3. **Integration:** Das Neue wird Teil der Identität – es verwandelt den Menschen selbst.

Die Gestaltpädagogik beschreibt diesen Prozess als *Gestaltbildung*: Alte Gestalten werden abgeschlossen, neue können entstehen. So wächst ein Mensch an Krisen, Übergängen und Neubeginn.

6. Der Ruf von oben – Transzendenz im Alltag

Paulus spricht von einer „himmlischen Berufung“. Philosophisch gesehen weist das auf die Dimension der **Transzendenz**:

- Kant erkennt im „Sittengesetz“ einen inneren Ruf zu moralischem Handeln.
- Rudolf Otto beschreibt das „Ganz Andere“, das Ehrfurcht und Staunen weckt.
- Die Prozessphilosophie (Whitehead, Göcke) versteht Wirklichkeit als Mit-Werden Gottes und Welt.

Dieser Ruf bewahrt vor bloßer Selbstoptimierung. Transformation wird nicht zum egozentrischen Projekt, sondern erhält Sinn und Richtung über das eigene Ich hinaus.

7. Brücke in die Gegenwart: Wandel in einer unruhigen Welt

Unsere Zeit ist von Umbrüchen geprägt: Digitalisierung, ökologische Krisen, Identitätsfragen. Viele erleben ihr Leben als permanenten Wettbewerb ohne inneres Ziel.

Philipper 3,14 eröffnet einen anderen Horizont:

- Nicht höher, schneller, weiter – sondern tiefer, klarer, verbundener.
- Transformation als Lebenskunst statt Getriebensein.
- Persönliche Reifung statt bloßer Anpassung an äußere Trends.

8. Philosophisch-weisheitliche Integration

Dimension	Philosophisch	Weisheitlich	Gestaltpädagogik
Ziel	Wahrheit, Sinn, Orientierung	Lebenskunst, Tugenden, Gelassenheit	Selbstwerdung, Weltbegegnung, Transzendenz
Methode	Kritik, Analyse, Reflexion	Erfahrung, Intuition, Praxis	Lernen durch Beziehung und Prozess
Transformation	Bewusstseinswandel	Reife und Lebensgestaltung	Bildung der inneren Gestalt des Lebens

9. Schlussgedanke: Wandel als Weg

Philipper 3,14 zeigt: Wahrer Wandel ist mehr als äußere Veränderung. Er betrifft die **innere Gestalt des Lebens**, die sich zwischen Selbstwerdung, Weltbegegnung und Transzendenzbezug entfaltet.

Transformation geschieht, wenn wir

- Vergangenes loslassen,
- uns neu ausrichten,
- und offen werden für das, was uns ruft.

Dann wird Wandel nicht zum Selbstzweck, sondern zum Weg in die Freiheit und Reife – getragen von Sinn, Weisheit und geistiger Tiefe.