

Wir

Menschen im Wandel

Happy Planet

ZWISCHEN WOHLSTAND
UND WOHLBEFINDEN

Gottes Astronom

WIE EIN ASTROPHYSIKER
VERNUNFT UND
GLAUBEN VERBINDET

Gute Stimmung

WARUM MUSIK
DER GESUNDHEIT DIENT

Wo der Geist weht

DIE NEUE DENKKULTUR
SETZT AUF SCHÖNHEIT

Geld neu erfinden

DIE VISIONÄREN
VORSCHLÄGE DER
MARGRIT KENNEDY

demeter

biodynamische Qualität

Genuss

seit 1924



Editorial

Liebe Leserinnen, liebe Leser!

Vor Ihnen liegt die erste Ausgabe eines neuen Magazins. *Wir – Menschen im Wandel* ist die erste Publikumszeitschrift, in der Themen der Nachhaltigkeit in Wirtschaft und Umwelt verbunden mit Fragen des Bewusstseins und neuen Denkens Raum haben. *Wir – Menschen im Wandel* zeigt und verbindet Beispiele für gelingendes Leben – achtsamer, befreiter und mit mehr Sinn für das Sein.

Die Symptome, die nach einem solchen Wandel rufen, sind nicht mehr zu übersehen: Die Reaktorkatastrophe von Fukushima, der weltweite Klimawandel, aber auch das von uns Menschen verursachte Dahinsiechen von Erde und Meeren verlangen einen anderen Lebensstil von uns. Wirtschaft ohne Gerechtigkeit und Verantwortlichkeit hat keine Zukunft mehr. Der Wandel, der schon längst im Gang ist, braucht aber eine Plattform, ein Sammelbecken, ein Sprachrohr. Deshalb wird unser Magazin auch ein programmatisches Blatt für Beispiele und Debatten rund um den gesellschaftlichen Aufbruch in Richtung einer anteilnehmenden Lebensweise sein.

Von dieser Überzeugung getragen haben wir als Redakteure und erfahrene Publizisten dieses Magazin gegründet. *Wir* – das sind Dr. Nadja Rosmann, Dr. Christoph Quarch und Dr. Jens Heisterkamp – verfügen als Initiatoren und Verantwortliche dieser Zeitschrift aber weder über eigenes Kapital noch über große Geldgeber im Hintergrund. Stattdessen vertrauen wir auf die Kraft der vielfältigen, bereits hinter uns stehenden Netzwerke und darauf, dass diese noch deutlich wachsen werden.

Vorangegangen ist diesem Heft eine Pilotnummer, die im Frühjahr 2011 aus reinen Schenkungen heraus entstanden ist und von uns in großer Anzahl weiterverschenkt wurde. Die Resonanz fiel so überwältigend positiv aus, dass wir selbst erstaunt sind, welch großes Potenzial in unserer Idee schon spürbar wird. Viele Menschen haben uns geantwortet, auf so ein Magazin gewartet zu haben. Wenn es Ihnen auch so geht, ergreifen Sie doch mit uns die Chance, diese Stimme ins Leben zu bringen – am besten durch ein Abonnement oder sogar durch eine finanzielle Risikobeteiligung, wie wir sie auf Seite 6 und 7 vorstellen.

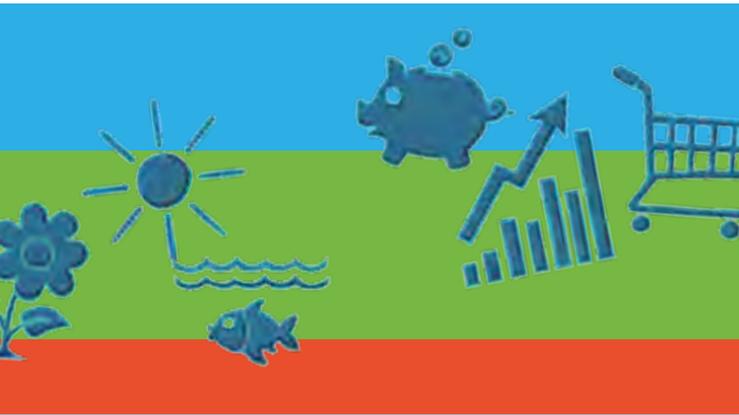
Wir freuen uns auf Sie.

Herzlich, Ihr



Jens Heisterkamp (verantwortlich)
mit Nadja Rosmann und Christoph Quarch





»Wir wollen Lebensqualität gestalten.«

Lebensqualität in der westlichen Welt wird immer noch vornehmlich am Wirtschaftswachstum bemessen. Längst aber sind Experten dabei, **neue Maßstäbe für ein glücklicheres Leben zu entwickeln**. Eine Trendwende? **S. 24**



Wo die Schönheit des Ortes auf die Schönheit der Seele trifft Fern von Hörsälen und Akademien regt sich eine neue Lust am Denken. **Überraschende Allianzen zwischen Sinn und Sinnlichkeit** werden geschlossen und die Liebe zur Weisheit wird neu zelebriert – ob im 4. Stock einer Kreuzberger Altbauwohnung, im Kunst-Park auf Teneriffa oder im Denkschloss Südfrankreich. Eine Entdeckungsreise. **S. 36**



Gemeinschaft als Prozess Das Wir lebt in Gemeinschaft. Auch nach dem Ende der klassischen Kommunen suchen viele Menschen wieder nach **Nähe und Miteinander** im Alltag. Geseko von Lüpke hat sich in neuen Lebensgemeinschaften umgesehen. Ein Reisebericht. **S. 58**

Wir unter uns

4 »Die Zeit ist reif«

Prominente Unterstützung

6 Mitmachen

Abonnieren Sie und beteiligen Sie sich mit einer Geldeinlage.

8 Projekte für den Wandel

10 Leserzuschriften

11 Wir in der Welt

Die Kolumne von Jwala und Karl Gamper

Visionäre



14 Margrit Kennedy

Die Vision eines heilsamen Geldsystems ohne Zins und Inflation. Zu Besuch bei Deutschlands führender Geldarchitektin.

20 Geld das bleibt

Regionale Währungen helfen der heimischen Wirtschaft und fördern Einblicke in den Sinn des Geldes.

Politik & Wirtschaft

24 Zwischen Wohlstand und Wohlbefinden

Wirtschaftswachstum als alleiniges Kriterium taugt nicht mehr. Der »Happy Planet Index« ist ein Beispiel für andere Formen der Bewertung gesellschaftlicher Entwicklung.

29 Eine runde Sache

Wie der Deutsche Fußballverband seine Popularität als Hebel für mehr Nachhaltigkeit in unserer Gesellschaft nutzen will.

34 Wirtschafts-Streiflicht

Mikrokredite – Grenzen einer guten Idee.

Geist & Seele

36 Der Geist weht, wo es schön ist

Ein neues Bewusstsein braucht neuen Platz zur Entfaltung. Wir zeigen Orte, wo Menschen Raum für ein neues Denken schaffen.

42 Liebesbriefe

Wir-Redakteur Christoph Quarch hat ein Brief-Buch über erotische Lebenskunst geschrieben – sein Kollege Jens Heisterkamp antwortet ihm.



44 Gottes Astronom

Für den Astrophysiker und Jesuiten George Coyne bilden Vernunft und Glauben keinen Widerspruch.

Gesundheit & Wohlfühlen

48 Gute Stimmung

Wissenschaftler bestätigen die heilsame Wirkung der Musik.

54 Endlich ohne Rückenschmerz

Ein Selbstversuch zeigt, dass es nicht nur auf das Was, sondern auch auf das Wie ankommt.

Daheim & Unterwegs

58 Gemeinschaft lebt

Kommune war gestern. Das Bedürfnis nach Leben in Gemeinschaft bleibt. Projekte und Impressionen.



64 Kinderseelen brauchen Wildnis

Zunehmende Urbanisierung und falsche Ängste nehmen unseren Kindern ursprüngliche Erfahrungsräume. Ein Plädoyer, sie zurückzuerobern.

68 Vom zwanglosen Zwang der Resonanz

Der Weg zum Wir führt durch das Herz. Unser Essay zum Thema Wir-Kultur.

Wir kaufen

73 KarmaProdukte

74 Greenwashing oder wirklich sauber?

Wir spielen

75 Spiele und Spielideen

Wir essen

76 Mit den Fingern

Wir lesen

77 Neue Bücher

Wir surfen

78 Entdeckungen im www

Wir sehen

79 Neue DVDs

80 Vorschau/Impressum

Ja, wo leben wir denn?

DIE KOLUMNE

Neulich war ich mal wieder in Berlin – für einen Menschen, den es in die ostthessische Provinz verschlagen hat, eine große Sache. Ich steige also in die S-Bahn, und da dauert es keine zehn Sekunden, dass ein mutmaßlich osteuropäischer Musikus mit seinem Akkordeon den Zug beschallt. Ich fand das nett und gab ihm ein paar Münzen für sein Ständchen, wunderte mich dann aber darüber, dass die Einheimischen allem Anschein nach über die Fähigkeit verfügen, die Ohren auszuschalten. Jedenfalls schienen sie nichts von den schmelzenden Klängen mitbekommen zu haben; und ebenso blickten sie unverwandt durch den Pappbecher hindurch, den ihnen der Virtuose zwecks Spendenakquise unter die Nase hielt.

Das Mysterium löste sich erst nach zweimaligem Umsteigen. Denn in den U-Bahn-Zügen den Linien 6 und 7 ereigneten sich vergleichbare Szenen: Musik, Klingelbecher, Ignoranz. Die Sache war klar: durch Überdosis abgestumpft. Und als sich tagsdrauf die Erfahrung fortsetzte, merkte ich, dass die anfängliche Freude ob der musischen Darbietung einem aufkeimenden Genervtsein gewichen war. Ich hatte keinen Bock mehr auf Musik in U-Bahnhöfen und Zügen. Und ich hörte auf hinzuhören.

Was ein großer Fehler sein kann, wie mir wenig später klar wurde. Eine Freundin hatte mich auf eine Geschichte aufmerksam gemacht, die sich wirklich zugetragen hat: Sie handelt von Joshua Bell, einem der bekanntesten Violinisten der Welt, der einmal aus experimentellen Gründen in einer U-Bahn-Station in Washington inkognito vor sich hin gefiedelt hat: 45 Minuten lang gab er Bach zum Besten. Als er den Bogen absetzte, hatten sechs von rund 2000 Passanten innegehalten und für einige Minuten zugehört, 20 hatten ein paar Münzen in seinen Hut geworfen, der am Ende die stolze Summe von 32 Dollar aufwies. Zum Vergleich: Die Geige, auf der er spielte, wird auf 3,5 Millionen Dollar geschätzt.

Nun, warum ich das erzähle? Mir scheint, die Szene sagt viel über unsere Welt. Nicht nur, dass wir es dauernd eilig haben; nicht nur, dass wir uns deswegen Dinge entgehen lassen, für die wir sonst womöglich viel Geld und Energie aufwenden würden – sondern vor allem, dass uns der Sinn für Qualität abhandengekommen ist. Wir hören nicht mehr, was gut ist; sondern wir glauben, gut sei das, wofür wir viel Geld aufwenden müssen und wovon uns die Medien erzählen. Das kann man niemandem vorwerfen, denn die Welt, in der wir leben, bietet wenig Raum dafür, Qualität zu lernen. Stattdessen: Effizienz, Geschwindigkeit, Kostenreduktion – Seelenkiller, die uns von innen ertauben und erblinden lassen. Mich auch. Ich wäre auch an Joshua Bell vorbeigelaufen. »Verdammt«, sage ich mir da, »wo leben wir denn?!« *Christoph Quarch*

»Die Zeit ist reif«

Professor Dr. Gerald Hüther hat eine Botschaft. Seit Jahren erforscht er das menschliche Gehirn. Und seit Jahren belässt er es nicht einfach nur bei der Forschung, sondern stellt seine Erkenntnisse in den Dienst der Gemeinschaft. »Applied Neuroscience« (angewandte Neurobiologie) nennt er sein Geschäft, und die Felder, auf denen er sich tummelt, reichen von Pädagogik bis Spiritualität. Eines seiner vielen Bücher heißt »Evolution der Liebe«. Das hat uns besonders zugesagt, denn genau darum geht es uns auch: Die Evolution der Liebe zu befördern, damit eine beseelte Kultur des Herzens Raum greife. Deshalb haben wir uns über Gerald Hüthers ermutigende Worte sehr gefreut.

»Ich drücke Ihnen die Daumen, dass es klappt und die Zeit dafür auch wirklich reif genug ist.«



Für eine Kultur des Herzens wirbt auch **Eva-Maria Zurhorst**. Mit ihren drei »Liebe dich selbst«-Büchern hat sie mit großer Authentizität dafür geworben, die Brüche und Krisen des Lebens als Chancen anzuerkennen, um der Wahrheit der eigenen Seele näher zu kommen. Das ist für sie mitnichten ein Ego-Trip: Wer sich selbst liebt, so ihre Botschaft, erschließt sich eine Kraftquelle, die die Welt verändert: die Liebe. Um diese Kraftquelle geht es auch uns. Deshalb freuen wir uns über Eva-Maria Zurhorsts Reaktion.



»Ja, die vielen starken Flüsse sollten immer mehr zusammenfließen! Mein

Wunsch wäre es, dass in WIR dieser Wandel nicht nur nachvollziehbar sondern berührend erlebbar gemacht würde.«

Ernst-Ulrich von Weizsäcker ist einer der großen Vorkämpfer für etwas, das man integral-ökologisches Bewusstsein nennen könnte. Ihm ging es nie darum, Feindbilder zu bekämpfen, »die Wirtschaft« oder »den Kapitalismus« niederzumachen. Er ist einer, der genau hinschaut und nach gangbaren Wegen und wahrhaftigen Synthesen sucht: ein Realist im besten des Sinne des Wortes. Aber einer, der seinen Realismus mit klaren Zielvorgaben verbindet – selbst wenn sie utopisch klingen. So verkörpert er exakt die Haltung, die auch wir einnehmen wollen. Sein Zuspruch für Wir – Menschen im Wandel stärkt uns sehr.

»Die Richtung gefällt mir. Am liebsten wäre es mir, Sie hätten einen dröhnenden Erfolg und ich bräuchte gar nichts dafür zu tun.«



Eine visionäre Realistin ist auch **Margrit Kennedy**. Lange bevor die Wirtschaftskrise selbst den letzten Hinterwäldler am Sinn und Verstand des globalen Finanzsystems (ver)zweifeln ließ, hat sie ihren fragenden Finger auf die Wurzel allen Übels gelegt: den Zinsszins. Aber sie beschränkt sich nicht darauf, die lebensfeindlichen Aspekte des real existierenden Kapitalismus bloßzustellen, sie sucht auch nach gangbaren Wegen in eine andere Geldwirtschaft. So wurde sie zur Grande Dame des Regio-Geldes – einer großartigen Innovation, wie wir meinen. Ihr Kommentar hat uns entsprechend begeistert.

»Mir gefällt die Idee einer Zeitschrift, die innovative Ideen und Projekte vorstellt und so zu einer Wirtschaft und Politik im Dienste des Lebens inspiriert.«



Natürlich hat es uns nachgerade gerührt, dass Deutschlands bekanntester Arzt und Kabarettist sich um unsere Vertriebswege sorgt. Bei einem, der gerade auf allen Kanälen gesendet wird, ist das wahrlich nicht selbstverständlich. Aber es freut uns besonders, weil wir **Eckart von Hirschhausen** nicht nur als Clown und Possenreißer wahrnehmen, sondern als einen sehr nachdenklichen und spirituellen Menschen, der wie viele andere seiner Generation auch von der Sehnsucht nach einer menschlicheren Welt bewegt ist. Und der seinen ganzen Witz dafür einsetzt, dass künftige Generationen in einer solchen Welt leben können. Das wollen wir auch.

»Die Idee der Zeitschrift finde ich inhaltlich spannend, ob sich das am Kiosk durchsetzt, weiß ich nicht.«



Prominente signalisieren Unterstützung

WER SIND WIR EIGENTLICH? – WIR, DIE MENSCHEN IM WANDEL?

Text: **Christoph Quarch**

Klar, irgendwie sind wir alle gemeint: wir, die wir auf einen Wandel bauen; die wir entschlossen sind, an einer neuen Kultur mitzustricken und ein neues Bewusstsein zu entfalten; wir, die wir von einer Welt träumen, die stimmt. Aber seien wir ehrlich: Das alles klingt reichlich abstrakt. Dem Ganzen fehlt ein Gesicht. Deshalb haben wir uns umgeschaut und Menschen gesucht, von denen wir meinen, dass sie auf ihre ganz persönliche Art etwas zu erkennen geben vom Geist des neuen Wir. Wir haben sie angeschrieben und um ihre Unterstützung gebeten. Hier stellen wir sie Ihnen vor.



»Die Zeit ist reif für ein solches Projekt.«

Dr. Claus Otto Scharmer ist einer der angesagten Organisationsberater und Zukunftsforscher unserer Zeit. Geboren in Deutschland lebt er heute überwiegend in den USA und ist mit zahlreichen Projekten im Bereich des sozialen Wandels weltweit unterwegs. Im Mittelpunkt seiner Arbeit steht die von ihm entwickelte »U-Theorie«, mit deren Hilfe Menschen und Teams im Durchgang durch gezielte Null-Punkte die Zukunft in ihr Leben hereinholen können. Scharmer ist u.a. Senior Lecturer am MIT und Gründer des Presence-Instituts. Seine leidenschaftliche Arbeit für die Öffnung einer Zukunft, die schon in uns ist, passt wunderbar zu unserem Zeit-schriftenprojekt.



»Wandel ist möglich. Er findet schon in vielen Nischen statt, in vielen Köpfen. Und nun soll's eine Zeitschrift geben, die solche Köpfe vorstellt, die aus Nischen einen großen Raum macht. Die viele Menschen bestärkt, umzudenken, umzulenken, »umzuleben«. Aufregend.«

Evelin König bringt den Deutschen das Kochen bei. Als langjährige Moderatorin der Sendung ARD-Buffet erreicht sie viele Menschen, die aus welchen Gründen auch immer mittags nicht bei der Arbeit sind. Und sie erreicht sie nicht nur, sie berührt sie auch – von Herz zu Herz. Deshalb ist sie für uns der beglückende Beweis, dass Fernsehen und Medienrummel auch anders gehen: beherzt, liebevoll, con amore. So wollen wir es auch machen. Deshalb ist uns ihre Unterstützung wichtig.



»Gerne unterstütze ich »Wir – Menschen im Wandel« mit Rat und Tat, weil ich glaube, dass wir viele verschiedene Stimmen brauchen, die unsere spannende Zeit heute beschreiben.«

Geld ist für ihn keine Sache nüchterner Zahlen. Wenn man mit **Alexander Schwedeler** spricht, kommen einem eher Verantwortung, Zurückhaltung und ein hohes Maß an Achtsamkeit entgegen. Mit diesen Merkmalen, die das gängige Bild eines Bankers unterlaufen, passt Schwedeler wunderbar in die Geschäftsleitung der ökologisch und nachhaltig orientierten Triodos Bank Deutschland. Hier ist er neben Aufgaben in der Kreditvergabe besonders mit Fragen des gesellschaftlichen Wandels befasst und initiiert Dialoge mit Menschen, die auf der Suche nach neuen Ansätzen sind. So entstand auch der Kontakt zu Wir – Menschen im Wandel.

Wir wollen den Wandel! Sie sicherlich auch!

Dann machen Sie mit!

BETEILIGEN SIE SICH MIT EINEM DARLEHEN AM AUFBAU DIESES MAGAZINS!
WIR-GRÜNDUNGSBAUSTEINE AB 1.000 EURO

Wir sind Menschen im Wandel. Wir sitzen in den Startlöchern, sind voller Ideen, haben Pläne, haben Energie, investieren Stunden um Stunden. Und wir sehen eine große Zukunft für unser neues Magazin *Wir – Menschen im Wandel*. Um diesem zukunftsweisenden Projekt den Weg zu ebnet, brauchen wir aber auch Geld. Denn bis wir einen Abonnentenstamm aufgebaut und genügend Anzeigenkunden gewonnen haben, wird es noch etwas dauern. Drei Jahre schätzen wir, vielleicht auch fünf. Spätestens dann wird sich die Produktion wirtschaftlich selbst tragen. Bis zum Vorliegen dieser ersten Ausgabe ist uns alles geschenkt worden. Jetzt zählen wir auf Sie. Wie Sie sich ganz konkret an diesem neuen *Wir* beteiligen können? Ganz einfach: Wir haben ein Teilnah-

modell in Form eines risikobehafteten Darlehens entwickelt. Diese Darlehen, wir denken an Beträge von 1.000, 5.000 oder 10.000 Euro, können uns für einen Zeitraum von fünf Jahren oder länger zur Verfügung gestellt werden. Läuft alles nach Plan, können wir die Einlage danach zurückzahlen. Für Ihr finanzielles Engagement zahlen wir auch einen geringen Zinssatz. Was wir aber auch klar sagen müssen: Für den Fall, dass unser Projekt nicht realisierbar ist und wir das Magazin einstellen müssten, wäre die Einlage verloren. Die Geste ist also: Die Redaktion bringt, solange noch keine nennenswerten Einnahmen vorhanden sind, ihre Arbeit ohne Gegenleistung ein. Und Sie als – hoffentlich begeisterte! – Leserinnen und Leser ermöglichen uns diese Gründung, indem Sie Geld einbringen. Für das

Jahr 2012 haben wir einen Bedarf von ca. 80.000 Euro beziffert. Die ersten Rückläufe seit Erscheinen unserer Pilotausgabe im Frühjahr 2011 sind mehr als ermutigend! Wenn Sie den Aufbau von *Wir – Menschen im Wandel* mittragen wollen, benutzen Sie bitte das nebenstehende Formular oder melden Sie sich direkt bei unserem Mitarbeiter Ramon Brüll:

ramon.bruell@info3.de
Tel. 069 57 000 892

Sie möchten die Idee von *Wir* unterstützen, aber 1.000 Euro oder mehr sind Ihnen zu viel? Alternativ können Sie auch das **10-Jahres-Abonnement für einmalig 500 Euro bestellen.**

Bestellcoupon

An
Wir – Menschen im Wandel
p. Adr. Info3-Verlag
Kirchgartenstraße 1
60439 Frankfurt
Deutschland

Fax: 069 584616, aus dem Ausland 0049 69 584616
E-Mail: vertrieb@wir-menschen-im-wandel.de

JA, *Wir – Menschen im Wandel* gefällt mir. Ich bestelle deshalb:

Ein normales Abonnement für € 48,00 im Jahr (Ausland € 58,00)*

Die erste Ausgabe erscheint im Frühjahr 2011 – danach alle zwei Monate. Das Abonnement läuft automatisch weiter, kann aber jederzeit gekündigt werden. Restbeträge unter € 10,00 werden jedoch nicht erstattet.

Das Ich-überleg's-mir-noch-Abonnement für € 24,00 (Ausland € 29,00)*

Sie erhalten drei Ausgaben zum Kennenlernen. Keine Vertragsbindung, das Abonnement wird nicht automatisch verlängert.

Das Förderabonnement über 10 Jahre für einmalig € 500,00*

Sie erhalten zehn Jahre lang »*Wir – Menschen im Wandel*« und unterstützen mit Ihrem einmaligen Förderbeitrag die Anlaufphase. Es besteht deshalb kein Anspruch auf Erstattung, falls das Magazin eingestellt werden sollte.

Ich möchte die Anlaufphase mit einem Gründungsbaustein / Darlehen unterstützen

Bitte senden Sie mir den Darlehensvertrag (wie beschrieben auf Seite 6) sowie weitere Informationen zu. Ich denke an eine Einlage in Höhe von ca. € _____
Bitte setzen Sie sich telefonisch / schriftlich / per E-Mail mit mir in Verbindung.

Vorname: _____ Name: _____

Anschrift: _____

Postleitzahl: _____ Ort: _____

Falls Ausland, Staat: _____

Telefon: _____ E-Mail: _____

Datum: _____ Unterschrift: _____

Abweichende Lieferadresse für Geschenkabonnements:

Vorname: _____ Name: _____

Anschrift: _____

Postleitzahl: _____ Ort: _____

Falls Ausland, Staat: _____

*) Alle Abonnementspreise gelten einschl. Versandkosten sowie für Empfänger in der EU einschl. der gesetzlichen MwSt (zur Zeit 7 %).

Projekte für den Wandel

Wir sind eigentlich schon ganz viele, auch wenn wir es manchmal nicht wissen. Um das zu ändern, stellen wir auf unseren Unter-uns-Seiten Projekte und Ideen vor, von denen wir denken, dass sie zu uns gehören. Das könnte auch Ihr Projekt sein. Wenn Sie zur Wir-Community gehören wollen, dann machen Sie uns auf Sie aufmerksam. Wir können zwar nicht versprechen, dass wir im gedruckten Heft alle passenden Vorschläge berücksichtigen, sobald aber unsere Internet-Präsenz so weit ist, werden wir dort unsere Community abzubilden versuchen!

Von guten Taten und Engeln im Einsatz



Die Stiftung Gute-Tat.de bringt seit zehn Jahren ehrenamtliche Helfer und soziale Projekte, die Unterstützung benötigen, zusammen und zeigt, welche Potenziale von dem auf diese Weise gebündelten ehrenamtlichen Engagement ausgehen können. Ob Schülergruppen sich in Seniorenheimen um die dort Lebenden kümmern und mit ihnen ihre Freizeit verbringen oder ganze Firmenabteilungen bei der Renovierung einer Kita anpacken – der Spirit des WIR zeigt sich bei Gute-Tat.de allerorten. Mit Standorten in Berlin, Hamburg und München vermittelte die Stiftung allein 2010 rund 1.800 ehrenamtliche Einsätze und konnte den 6.000sten helfenden »Engel« gewinnen. Neben engagierten Einzelpersonen beteiligen sich auch immer mehr Unternehmen – allein 2010 waren 800 Mitarbeiter von 20 Firmen für Gute-Tat.de als Helfer unterwegs. Unterstützer finden auf der Webseite der Stiftung zahlreiche Projekte, die noch auf Hilfe tatkräftiger Engel warten. Und die vielen Erfolgsberichte, die man online lesen kann, motivieren zum Mitmachen! *Nadja Rosmann*
www.gute-tat.de

Freiheit fängt beim Denken an

Entgegen allem Anschein: Unsere Gesellschaftsordnung fußt nicht auf Wirtschaftswachstum. Sie wurde von Menschen geschaffen, die sich Gedanken über das Zusammenleben machten, die reflektierten und hinterfragten. Auch heute sind deshalb philosophische Diskurse notwendig, um demokratische und strukturelle Grundsatzen betrachten und entwickeln zu können.

Seit einem Jahr engagieren sich Männer und Frauen aus dem Netzwerk der PhilosophieArena RheinMain – darunter Philosophen, Lehrer, Künstler, Berater, Journalisten, Wirtschaftsethiker – unter anderem dafür, Schülern die Welt aus der Perspektive der Philosophie nahezubringen. Bei einer Projektwoche in einer integrierten Gesamtschule in Frankfurt haben sie nun einen philosophischen Kurs angeboten: »Freiheit und der Umgang mit Anderen« heißt das Projekt, das Christian Heinrich, gelernter Schauspieler, Regisseur und Theaterpädagoge, und Frieder Schwitzgebel, Journalist und Philosophie-Dozent, dort mit insgesamt 30 Schülern der siebten Klasse erproben. Kern der zweitägigen Übungen war, die Bedingungen von Freiheit in Bezug auf das eigene Verhalten im Alltag besser verstehen zu lernen und zu klären, wie sich eigenes Handeln auf andere auswirken kann. »Kinder müssen Dinge erleben, durch die sie angesprochen werden und über die sie sprechen können«, erklärt Christian Heinrich das pädagogische Konzept des Projektes. Humor, Betroffenheit und ein Perspektivwechsel könnten ein philosophisches Feld öffnen und Reflexion anregen.

Die Rückmeldung der Schüler bestätigte das Engagement, das die PhilosophieArena mit dem Motto »Reifen durch Kommunikation« beschreibt. Die Jugendlichen erklärten, sie würden gern weiter philosophieren: über die Erde und verschiedene Kulturen, über Freundschaft und Kriminalität, über Gerechtigkeit, Krieg und Armut.

Philosophieren bedeutet, sich mit dem, was ist, auseinanderzusetzen, Fragen systematisch zu stellen, um zu verstehen. Selbstverständliches ist nicht selbstverständlich. Weder unsere politische Freiheit noch soziale Sicherheiten, weder unser Trinkwasser noch offene Gespräche, Fragen, verschiedene Argumente und Dialoge zu gesellschaftlichen Themen. Das »Selbst-Denken« ist nicht auf finanziellen Ertrag gerichtet und dennoch ein Gewinn. *Feyza Morgül*

www.philosophiearena.de

Feyza Morgül ist freie Journalistin, Gründerin von Opera Civil und organisierte die Einsätze der PhilosophieArena RheinMain und ihrer Kooperationspartner.



Für die Erhaltung der Meere begeistern



... und jetzt auch noch die Strahlenpampe aus Fukushima: Endlager Ozean. Schon längst sind die Weltmeere zur Mülldeponie der Menschheit verkommen. Schon längst fließen täglich Tausende Tonnen

giftiger Substanzen die Flüsse hinunter. Schon längst schwimmen gigantische Plastikmüll-Teppiche im Atlantik. Und es wird nicht besser: Die Ozeane sind massiv bedroht. »Umweltverschmutzung und Missmanagement der Ressourcen zerstören tagtäglich diesen einzigartigen Lebensraum. Nur mit vereinten Anstrengungen auf nationaler und internationaler Ebene lässt sich der Ausverkauf stoppen«, heißt es auf der Internet-Seite der Hamburger Meeresschutz-Initiative »Deepwave e.V.« – ein kleiner, aber tapferer Verein, der angetreten ist, die Menschen für die Erhaltung der Meere zu begeistern: »Durch Aufklärung und Öffentlichkeitsarbeit wollen wir die Bevölkerung zur Verantwortlichkeit anregen und zum Handeln anspornen«, sagt Gründer Onno Groß, denn »ein vermehrtes Wissen über den Wert der Ozeane fördert die Einsicht in die Dringlichkeit ihres Schutzes. In jedem Menschen gibt es ein intuitives Gespür für die Bedeutung der Ozeane und ihrer Rolle im Gleichgewicht der Natur.«

So sehen wir das auch. Deshalb haben wir uns darüber gefreut, dass Deepwave eine Zusammenarbeit mit *Wir – Menschen im Wandel* angeregt hat. Wir finden: Deepwave gehört zu uns. *Christoph Quarch*
www.deepwave.org

Der Wandel bist du



»Be the change«: Du bist der Wandel. Mit dem Namen ihrer Kampagne möchte Vivian Dittmars Ernst machen. Eine Europa-weite Bewegung für ein neues Bewusstsein will sie anstoßen und hat deshalb im Januar dieses Jahres ein internationales Symposium im Höllbachhof im Bayerischen Wald veranstaltet – eine Forschungs- und Bildungsstätte, die sich der Entwicklung und Vermittlung nachhaltiger Lebensformen verschrieben hat. Wichtigstes Instrument dafür sind sogenannte Symposien, die »Be the change« in deutschen Städten mit eigens dafür geschulten Moderatoren veranstaltet. Ziel der Übung: »Unsere Augen für die Dringlichkeit unserer Lage zu öffnen und uns zugleich Mut zu machen, gemeinsam eine neue Richtung einzuschlagen, indem wir die Ursachen unserer Situation erkennen.« Der englische Name der Initiative erklärt sich daraus, dass der Anstoß zu ihr aus dem angelsächsischen Raum kommt, wo schon seit Jahren Be-the-change-Symposien veranstaltet werden. Der ursprüngliche Impuls dazu kam erstaunlicherweise von der indigenen Ethnie der Achua. Im Rahmen der UN-Dekade »Bildung für nachhaltige Entwicklung« wurde die Be-the-change-Initiative von den Vereinten Nationen als offizielles Projekt anerkannt. *Christoph Quarch*
www.be-the-change.de



MENSCHLICHES POTENTIAL ENTFALTEN

Kennen Sie Fragen, wie zum Beispiel ...

- Wie finde ich heraus, was mir gut tut?
- Wie kann ich meine Richtung finden?
- Ich denke zu viel. Wie lerne ich fühlen?
- Wie kann Beziehung gelingen?
- Wie kann ich in Beziehung leben und gleichzeitig ich selbst bleiben lernen?
- Ich kann nicht mehr – was kann ich tun, um nicht auszubrennen?
- Ich bin krank – wie kann ich meine Heilung unterstützen?
- Wie qualifiziere ich mich als Therapeut für den Umgang mit der zunehmenden seelischen Not sowie der wachsenden Sehnsucht nach Spiritualität?

Die Lösung ist im Problem zu finden.

■ **ZIST ist ...** ein Seminarzentrum für potentialorientierte Selbsterfahrung in Krisenhilfe, Wegbegleitung, Psychotherapie und Coaching vor dem Hintergrund der Humanistischen Psychologie.

Das Programmangebot von ZIST umfasst

- Workshops zur Selbsterfahrung in den Bereichen Persönliches Wachstum, Beziehungen, Gesundheit, Kreativität und Spiritualität.
- Workshops zur Fortbildung und
- längere Fort-, Weiter- und Ausbildungen in tiefenpsychologisch fundierten, potentialorientierten und Spiritualität integrierenden Verfahren.
- *ZIST Akademie für Psychotherapie* zur staatlich anerkannten Ausbildung zu psychologischen Psychotherapeutinnen und Psychotherapeuten.

Hinweis

Wir weisen Sie darauf hin, dass eine finanzielle Unterstützung für Workshops zur Selbsterfahrung durch den ZIST Förderverein e. V. möglich ist. Bitte wenden Sie sich im Bedarfsfall ans ZIST Büro.

Lassen Sie sich unser Programm zuschicken:

ZIST · Zist 1 · 82377 Penzberg · Deutschland

Tel. +49-8856-93690

Fax +49-8856-936970

E-Mail: info@zist.de

Internet: www.zist.de



Leser- zuschriften

Name für das Gute im Menschen

Aus den einschlägigen Manifestationen des Zeitgeistes, der – wie der Funkenflug in Nordafrika vermuten lassen könnte – vielleicht sogar mit dem Weltgeist verbündet ist, lässt sich eine einheitliche Lebenslehre nicht destillieren. Auf Stringenz kommt es wohl auch weniger an als auf eine gewisse Stimmigkeit – und auf Stimmung: auf ein Lebensgefühl, das erleichtert, sich vorzustellen, wie es wäre, wenn alles ein wenig anders wäre. Dafür ist derzeit offenbar das Signalwort »Wir« unabdingbar. Es ist der Name für das Gute im Menschen ... Auch die Gründung einer neuen Zeitschrift deutet in diese Richtung: »Wir – Menschen im Wandel« heisst sie und bewegt sich im Schnittfeld verschiedener weltanschaulicher Kreise, grüner wie »spiritueller«, unorthodox anthroposophischer wie »kultur kreativer«. Kürzlich ist die Nullnummer erschienen, in der der Hoffnung Ausdruck verliehen wird, künftig möge beim Leser sich das Gefühl einstellen, »Teil eines umfassenden, sinnvollen Prozesses zu sein«. Von diesem Prozess ist nur erst so viel klar, dass es dabei »nicht um Konkurrenz,

sondern um Kooperation« zu tun sein soll. »Hauptsache«, so steht im Editorial, »Sie fühlen, dass Sie dazugehören.« Die lebenspraktischen Konsequenzen der neuen Orientierung scheinen einstweilen noch etwas unbestimmt zu sein.

Uwe Justus Wenzel in der Neuen Zürcher Zeitung vom 18. April 2011

Seltene Kombination

Ihr neues Magazin macht mich sofort hellhörig: einerseits sachlich-wissenschaftlich seriös fundiert, andererseits Aufbruchstimmung, Transformation und auf die Kreation einer lebenswerteren Welt ausgerichtet. Diese Kombination findet man selten! Und dazu noch ansprechend aufgemacht.

Dr. Iris Kunze, Universität Münster

Wichtige Neuerscheinung

Wir freuen uns über diese wichtige Neuerscheinung auf dem Zeitschriftenmarkt, die uns nicht zuletzt deshalb besonders angesprochen hat, da ihre Ausrichtung auch unserer Unternehmensphilosophie und redaktionellen Leitlinie entspricht.

Nadja Schmidt, Redaktionsleitung CO'MED Fachmagazin, Hochheim

Danke

Herzlichen Dank für Ihr tolles, neues Zeitungsprojekt, das mich sehr anspricht. Ich freue mich, dass Sie sich zu solch einer kommunikativen Plattform berufen fühlen – denn es sind so viele Menschen

im Wandel – gerade in der Wirtschaft und auch Politik.

Sylvia Kéré Wellensiek, Fischen am Ammersee

Kommunikationsprozess

Ich kann Sie zu diesem innovativen und mutigen Projekt nur herzlich beglückwünschen. Hier wird ein Kommunikationsprozess aufgenommen, den man bei den Online-Medien schon lange praktiziert.

Michaela Doepke, Chefredaktion Buddhismus aktuell, Schondorf

Nicht verallgemeinern

Zu Kolumne »Ja, wo leben wir denn« von Christoph Quarch in der Pilotausgabe:

Mit großem Interesse habe ich mich auf Ihre neue Zeitschrift gestürzt, weil ich den Titel schon sehr wichtig finde, nämlich das WIR zu stärken. Alles prima – aber dann las ich Ihre Kolumne »Ja, wo leben wir denn« – und die finde ich aus mehreren Gründen unmöglich ... Sie verallgemeinern von einer einzigen Umfrage her auf alle Senioren in Deutschland und nennen sie »die Alten«. Auch wenn dieser Ausdruck vom Doppelkopf kommt, spüre ich in Ihrem Text eine Aggression oder Aversion gegen die ältere Bevölkerung, die angeblich in Saus und Braus lebt. Klar riecht das Beispiel, das Sie anfangs schildern, nach Geiz. Aber, hallo – können Sie wirklich von diesem Beispiel auf die gesamten Rentner und Pensionäre schließen und diese gesammelt »anklagen«?

Ruth Wyneken, Berlin

Wir in der Welt

Kolumne von **Jwala** und **Karl Gamper**

Japan. Nippon. Land der aufgehenden Sonne. Ist es auch das Land eines erwachenden Bewusstseins? Hat uns weltweit das Beben wachgerüttelt? Sind wir tiefer in unsere Herzen gefallen – mitfühlend, verbunden? Sehen wir die Menschen-Schwester, den Bruder in Not, Leid, Elend, Tod? Erkennen wir die Zeiten-Wende? Ja und nein.

Nein – was das offizielle Japan betrifft. Hier hat die Regierung das getan, was Politiker weltweit tun. Denn Politik ist Ehrgeiz pur – und Ehrgeiz ist die Wurzel allen Wahnsinns. Es ist politisch korrekt, den anders Denkenden zu verleumden, zu diffamieren, vor laufender Kamera lächerlich zu machen. Oder zu töten. Information ist Macht. Und die Verdrehung oder Zurückhaltung von Information ist die Ausübung dieser Ego-Macht. All das geschah und geschieht – auch in Japan.

So gesehen ist Japan überall. Tage nach der Katastrophe von Fukushima beschloss die indische Regierung, das größte Atomkraftwerk der Welt zu bauen. Wo? In einem erdbebengefährdeten Gebiet! Die indische Polizei schoss scharf auf protestierende Landsleute.

Japan ist überall. Tage nach der Katastrophe beschloss die Regierung der Niederlande, nach 40 Jahren wieder ein Atomkraftwerk zu bauen. Praktisch ohne Protest der Bevölkerung.

Japan ist überall. Es gibt weltweit 437 Atomkraftwerke, 37 sind aktuell in Bau, 83 in Planung.

Ja. In Deutschland scheint eine Kehrtwende möglich. Ja, weltweit wird ein Erwachen sichtbar.

Ja, Menschen verbinden sich. Es entsteht ein größeres WIR von Ungleichgesinnten. Von Individualisten in des Wortes bestem Sinn. Von nachhaltig gesinnten Menschen. Von Herzen, die um die Einheit allen Lebens wissen.

Viele halten ihre spirituelle Praxis wach und machen diese durch Handeln sichtbar. Diesen Menschen geht es nicht darum, Recht zu haben – sondern um die intelligenteste Lösung. Co-kreativ mit dem Lebewesen Erde. Co-initiativ mit dem Größeren. Der Liebe verpflichtet.

Der Mensch ist ein Werden. Und es gilt, zu diesem größeren WIR zu erwachen. Dies ist der Ruf des Moments, die Verpflichtung des Augenblicks. Und wenn nicht WIR, wer dann? //

www.SIGN.ag – Hier bündeln sich die Arbeiten der Sign-Künstlerin Jwala und des Autors Karl Gamper.

Tatsächlich
gleit ein Sam.

www.sign.ag
Sign by Jwala

Mystik heute

Auf dem Weg zu einer globalen Spiritualität

celebrate life festival 2011

28 Juli bis 7. August 2011 • Hof Oberlethe bei Oldenburg



mitten im lied spürte er auf einmal jeden herzschatlag im raum

er konnte von dem moment an nicht mehr vergessen, dass er teil von etwas weit größerem ist.

Brian Andreas (www.storypeople.com) | Foto: Sven Nieder



Eine, die auszog, das Geld neu zu erfinden

SEIT JAHREN WIRBT MARGRIT KENNEDY FÜR EIN GELDSYSTEM OHNE ZINS UND INFLATION. VON IHM VERSPRICHT SIE SICH FORTSCHRITTE ZUR LÖSUNG FAST ALLER GRAVIERENDEN MENSCHHEITSPROBLEME DER GEGENWART; UND EIN ANGSTFREIERES, HARMONISCHERES LEBEN. WIR HABEN DEUTSCHLANDS FÜHRENDE GELDARCHITEKTIN BESUCHT – UND UNS VON IHRER BEGEISTERUNG ANSTECKEN LASSEN.

Text: **Christoph Quarch**
Fotos: **Sven Nieder**

Wir sitzen noch keine zehn Minuten gemeinsam im Zug, da gewährt Margrit Kennedy einen Blick in ihr Herz: »Ich liebe mein Thema«, sagt sie und fügt nachdenklich hinzu: »Wenn es sich eines Tages erübrigt haben sollte, wüsste ich gar nicht mehr, was ich tun sollte.« Nein, das glaube ich ihr dann aber doch nicht. Denn dass sich diese vitale Frau, der man ihre 71 Jahre beim besten Willen nicht ansieht, je langweilen sollte, scheint noch unwahrscheinlicher als der Fall, der eintreten müsste, damit sich ihr Thema erübrigt: die Einführung eines neuen Geldsystems, eines neuen Paradigmas der Finanzwirtschaft.

Denn diesem Ziel hat Margrit Kennedy sich verschrieben; getreu ihrem Grundsatz, nur das zu tun, was, wie sie sagt, »mir vom Herzen her das Wichtigste ist, was der Gemeinschaft dient und dem Universum.«

»Es muss auf allen drei Ebenen stimmen«, erklärt sie mir später in ihrer geschmackvoll eingerichteten Wohnung, deren Stilbewusstsein von ihrer frühen Profession kündigt: Sie war Architektin und Städteplanerin. Und das mit Leidenschaft. Denn dieser Beruf kam einer Grundintuition von ihr entgegen, die sich fortan wie ein roter Faden durch ihr Leben ziehen sollte: Es ist die Sehnsucht, »Balance zu schaffen, Extreme auszugleichen, die richtige, gute Mitte zu finden«. Und das furchtlos, ohne Angst vor unkonventionellen Lösungen.

»Das rechnet sich nicht.« So wie das rote Piano, das ihr Wohnzimmer ziert und das meinen Blick fesselt. Margrit Kennedy hat mich für unser Gespräch zu sich nach Hause eingeladen; damit ich etwas spüren und fühlen kann von ihrer Sicht des Lebens, von ihrer Weisheit und Lebensart. Und das fällt tatsächlich nicht schwer in diesem Ambiente voller Pflanzen und Kunst – voller Sinn dafür, dass Menschen stimmige Umfelder und Strukturen brauchen, damit ihr Leben gelingt. Womit wir wieder beim Thema wären. Im Kamin knistert ein Holzsplitter und meine Gastgeberin erzählt von der Zeit, als sie noch als Architektin und Stadtplanerin erst für das Schulbau-Institut der Länder in Berlin und dann für die Internationale Bauausstellung tätig war. Wieder und wieder bekam sie bei ihren ökologischen Projekten das gleiche Mantra zu hören: »Das rechnet sich nicht.« Was eine Margrit Kennedy allerdings nicht zum Rückzug bewegte. Im Gegenteil: Widerstand ist für sie stets eine Energiequelle gewesen, und so wollte sie sich auch als Architektin nicht damit abfinden, dass Gutes und Sinnvolles am Geld scheitern sollte. Sie kam ihrem Thema auf die Spur ...

Eine einschneidende Begegnung Denn nun erkannte die damals knapp Vierzigjährige, dass das »Es rechnet sich nicht« nur vordergründig etwas damit zu tun hatte, dass die gesetzlichen und strukturellen Rahmenbedingungen der Bauwirtschaft für eine ökologische Wende nicht vorbereitet waren. »Ich wusste, dass es da etwas gibt, das ich noch nicht verstanden hatte«, erzählt sie. »Bis zu dem Tag, als ich Helmuth Creutz hörte.« Ein Leuchten strahlt aus Margrits Augen, während sie von dieser Begegnung erzählt. Und ich ahne etwas von dem Gewicht, das ihr Zusammentreffen mit dem Wirtschaftsanalytiker und Publizisten für sie hatte: »Er war damals schon grauhaarig, dabei aber höchst lebendig, von großer Herzenswärme und Sachlichkeit«, erinnert sie sich: »Nach zehn Minuten legte er die folgenschwere Folie auf: ‚Dies hier ist die exponentielle Wachstumskurve des Geldes, welche auf Zins und Zinseszins basiert, dies ist das lineare Wachstum, welches mechanischen Gesetzen folgt und dies die natürliche Wachstumskurve eines Baumes, eines Tieres oder eines Menschen. Sie hört ab einer optimalen Größe auf zu wachsen‘, hörte ich ihn sagen. Und schlagartig begriff ich, warum Ökonomie und Ökologie in diesem Geldsystem nie zusammenkommen können.« Mit dieser Einsicht wurde alles anders. »Es durchfuhr mich wie ein Blitz. Schlagartig begriff ich: Das ist die eigentliche Ursache für fast alle großen Probleme, vor denen wir heute stehen!« Plötzlich war alles klar, auch wenn sie noch sechs weitere Monate brauchte, um einzusehen, »dass das, was ich bei Creutz in ein paar Minuten verstan-



den hatte, wirklich stimmt«. Das aber nicht, weil es so schwierig gewesen wäre, sondern ganz im Gegenteil: »Ich konnte nicht glauben, wie banal das Problem eigentlich ist; und wie einfach seine Lösung.«

Ein lebensfeindliches System Was ihr damals aufging, beschreibt die Frau, die sich gern eine »Geldarchitektin« nennt, so: »Ich begriff, dass die Idee des exponentiellen Wachstums, die dem ganzen zinsbasierten Geldsystem zugrunde liegt, gegen ein fundamentales Gesetz des Lebens verstößt: nämlich dass nichts in der Natur ungebremst, exponentiell wächst – nichts, außer Krebszellen ...; und ich begriff zugleich, dass dieses System dringend geändert werden muss: dass es in der Finanzwirtschaft eine andere Umlaufsicherung braucht als den Zins.«

Nur: Was könnte das sein? Wie könnte das gehen? Als Margrit Kennedy sich diese Fragen vorlegte, kam ihr zupass, dass es schon vor ihr einige kluge Menschen gegeben hat, die sich über diese Fragen den Kopf zerbrochen hatten: Silvio Gesell etwa, ein deutsch-argentinischer Kaufmann und Ökonom des ausgehenden 19. Jahrhunderts.

Gesell hatte die Geschichte der Geldwirtschaft gründlich studiert. Und dabei festgestellt, dass nicht nur beinahe alle prägenden religiösen Lehrer – von Moses über Jesus und Mohammed bis zu Luther und Zwingli – den Zins verboten hatten, sondern dass es darüber hinaus in früherer Zeit auch Instrumente gab, dessen verhängnisvollen Wirkungen entgegenzusteuern. Etwa die im europäischen Mittelalter übliche Demurrage.

Alterndes Geld Demurrage heißt »Liegegebühr«: Das Geld wurde alle paar Jahre entwertet. Es lohnte nicht, es lange in der Tasche zu tragen oder auf die hohe Kante zu legen. Die Folge: Mit Geld konnte man kein Geld verdienen – womöglich ein Grund für die außerordentliche kulturelle Blüte, die im Hochmittelalter um sich griff. Man denke nur an den Bau der zahlreichen Kathedra-

dralen, dessen Finanzierung ohne dieses Geldsystem wohl nie zustande gekommen wäre.

Aus dieser Beobachtung hatte Gesell eine kühne Konsequenz gezogen, die auch Margrit Kennedy sich zu eigen machte. »Mir schien die Lösung genau da zu liegen, dass wir Menschen nicht durch Zins und Zinseszins dafür belohnen, dass sie ihr Geld anderen zur Verfügung stellen, sondern ihnen eine winzige Strafe dafür auferlegen, wenn sie es nicht tun; dass wir also statt einer Verleihprämie eine Art Parkgebühr für Geld erheben.« Auf Sparkonten, so die Idee, »verfällt das Geld nicht, da es ja durch die Bank in Umlauf gehalten wird. Aber es erwirtschaftet auch keine Zinsen«. Die sogenannte Umlaufsicherung besteht schlicht darin, dass durch den langsamen Verfall des Geldwertes der Anreiz größer wird, es in Bewegung zu halten. Und genau das ist es, was eine Volkswirtschaft am dringendsten braucht.

Mehr Sicherheit und Gerechtigkeit Die positiven Effekte einer zinsfreien Geldwirtschaft reichen aber noch weiter: »Mit ihr können wir endlich den Geldwert stabilisieren und der Inflation entgehen«, erläutert meine Gesprächspartnerin mit der ihr eigentümlichen Mischung aus nüchterner Sachlichkeit und Begeisterung: »Weil Inflation immer und unweigerlich an den Zins gekoppelt ist.« Ohne Zins keine Inflation, stattdessen ein stabiles Geldsystem und mehr Sicherheit und Gerechtigkeit für die Menschen – so einfach ist es tatsächlich.

Man kann sich das daran klarmachen, dass die Zins- und Zinseszins-Dynamik gegenwärtig dazu führt, dass 90 Prozent der Menschen in unserem Wirtschaftsraum bei allem, was sie kaufen, indirekt einen hohen Schuldendienst leisten. Denn in den Preisen aller Waren und Dienstleistungen sind rund dreißig Prozent Zinsen versteckt; als diejenigen Kosten, die Händler und Hersteller auf ihre Kredite zahlen müssen. Nicht anders beim Steueranteil: 65 Milliarden aus dem Steueraufkommen der Bundesbürger fließen allein in diesem Jahr ungebremst in

Biografie



Margrit Kennedy wurde 1939 in Chemnitz geboren. Seit 1961 ist sie mit dem gebürtigen Iren Declan Kennedy verheiratet, den sie während ihres Architekturstudiums an der Technischen Hochschule Darmstadt kennenlernte. Zwischen 1966 und 1974 arbeitet sie als Architektin in Deutschland, Schottland und den USA hauptsächlich im Bereich Schulbau und Stadtplanung, und von 1974 bis 79 als wissenschaftliche Mitarbeiterin und Gutachterin im Schulbauinstitut der Länder in Berlin und für die Schulbauabteilungen der UNESCO und OECD.

1979 wurde ihr die Leitung des Forschungsbereichs Ökologie / Energie und Frauenprojekte im Rahmen der Internationalen Bauausstellung IBA Berlin 1987 übertragen. Diese Stelle verließ sie 1984, um sich ab 1985 ganz dem Aufbau eines ökologischen Modellprojekts nach den Prinzipien der Permakultur in Steyerberg, Niedersachsen zu widmen.

Auch als Hochschullehrerin hat sie gewirkt: 1985/86 hatte sie eine Gastprofessur für Stadtökologie an der Gesamthochschule Kassel inne, von 1991 bis 2002 die Professur im Fachbereich Architektur der Universität Hannover.

Nach der Veröffentlichung ihres ersten Buches »Geld ohne Zinsen und Inflation – ein Tauschmittel, das jedem dient«, (Goldmann, München, 1991, 8. aktualisierte Neuauflage 2006) begann eine enge Zusammenarbeit mit vielen Gruppen auf nationaler und internationaler Ebene, die sich dem Thema Geldreform und komplementärer Zahlungsmittel beschäftigen. 2003 gründete sie MonNetA, einen gemeinnützigen Zweckbetrieb des Lebensgartens Steyerberg e.V. mit dem Ziel zu erforschen und darüber zu informieren, inwieweit komplementäre Zahlungsmittel und Währungen zur Lösung von sozialen, wirtschaftlichen und ökologischen Problemen beitragen können – sowohl auf der lokalen, regionalen, nationalen und internationalen Ebene. Ihr zweites Buch »Regionalwährungen – Neue Wege zu nachhaltigem Wachstum« zusammen mit Bernard Lietaer erschien 2004 (Riemann, München).

www.monnetta.org

die Tresore der Gläubigerbanken und von dort weiter zu deren Aktionären, die immer reicher werden, während das Gros der Bevölkerung finanziell immer mehr ausblutet. »Der Zins«, sagt Margrit Kennedy, »ist eine riesige Umverteilungsmaschine, die langfristig nur zu sozialem Unfrieden führen kann – oder zum Kollaps der bestehenden Geldsystems«.

Betriebsblindheit der Ökonomen Auf Margrits anfängliche Begeisterung für ihr neu entdecktes Thema folgte freilich rasch die Ernüchterung: Ein befreundeter Ökonom ließ sie wissen, sie habe zwar Recht, ihm und seinen Kollegen fehle aber die Macht, das System zu ändern – ein Sprüchlein, das sie fortan häufig hörte. Immer wieder habe sich ihr gezeigt, dass es gerade bei professionellen Ökonomen eine eigenartige Betriebsblindheit gebe, die sie daran hindere, die Baufehler ihres Betriebssystems zu erkennen. Ganz einfach, weil sie dieses System mit all seinen Fragwürdigkeiten – als Eingangsparadigma zu ihrer Profession zu akzeptieren haben.

Damit aber wollte und will sie sich nicht abfinden. »Ich glaube, wir haben die Macht, alles zu verändern«, sagt sie. Auch wenn es zuweilen Geduld dazu braucht. So wie bei ihr. Fünf Jahre dauerte es, bis sie ihre Erkenntnis zu Papier brachte. Dann allerdings ging es schnell: Binnen vier Tagen entstand ihr Erstling zum Geld-Thema: »Geld ohne Zinsen und Inflation – ein Tauschmittel, das jedem dient«, zuerst in Englisch, später dann auf Deutsch.

Im Einklang mit dem Universum »In diesen Tagen«, erinnert sie sich, »stand ich im absoluten Einklang mit dem Universum. Eigentlich wollte ich gar kein Buch schreiben. Ich hatte mich hingesetzt, um ein paar Notizen zu machen, aber dann fing es an, sich durch mich hindurch selbst zu schreiben. Als ich abends um zehn endlich von meinem Schreibtisch aufstand, hatte ich mehr Energie als bei meinem morgendlichen Start. Da wusste ich: Ich bin auf dem richtigen Weg.« Eine Erfahrung, die sich wiederholte: »Immer wenn ich mich mit dem Geld-Thema beschäftigte«, sagt sie, »war es, als ob sich alles ordnete. Alles ging plötzlich leicht. Obwohl ich das genaue Gegenteil erwartet hatte. Ich war ja keine Expertin«.

Ein Geldsystem ohne Zins und Inflation, davon ist Margrit überzeugt, bringt den Menschen erhebliche Vorteile. Niemand muss um die Stabilität seines Geldwertes fürchten, niemand muss wie ein Hamster im Rad hinter immer neuen Renditen herhecheln. Und auch das über immer mehr Staaten schwebende Damokles-Schwert der Staatsverschuldung könnte auf diese Weise elegant entsorgt werden. Denn die großen Haushaltsdefizite sind längst nicht mehr durch übermäßige Ausgaben oder mangelnde Haushaltsdisziplin verursacht (wie die Sachwalter der Banken – also der Profiteure des Systems – uns und den Politikern weißmachen), sondern durch den übermäßigen Schuldendienst, der durch den Zins- und Zinseszins exponentiell mitwächst – bis der nächste unausweichliche Crash die Weltwirtschaft erschüttern wird.

Freiräume für Kreativität Wie anders und befreiend klingt dagegen das Zukunftsszenario, das Margrit Kennedy vor mein geistiges Auge zaubert: ein Leben, das deutlich entspannter wäre und mehr Freiräume für das ließe, was wirklich wichtig ist: Kreativität, Kommunikation – Leben halt. Was übrigens nicht heißt, dass es in Margrit Kennedys geldwirtschaftlichen Paradigma keine Banken mehr gäbe. Die gibt es immer noch, so wie es auch weiterhin Sparkonten und Girokonten geben wird, auf die auch eine gewisse Gebühr erhoben werden kann. Denn immerhin müssen ja Leute bezahlt werden, die den ganzen administrativen Aufwand damit haben. Doch exponentiell wachsende Renditen aus Geldgeschäften wird es nicht mehr geben. Dass das funktioniert, kann man schon heute beobachten. In der islamischen Welt zum Beispiel. Da der Koran seinen Gläubigen Zins-Geschäfte verbietet, wird dort das sogenannte Sharia-Banking oder Islamic-Banking praktiziert: Geldwirtschaft ohne Zinsen. Und die Bank of Dubai existiert gleichwohl... Doch nicht nur im islamischen Raum wird fündig, wer nach alternativen Bank-Modellen sucht. Auch in Europa gibt es erfolgreiche Pioniere, wie etwa die Jak-Bank in Schweden, eine Mitglieder-Bank, die mit großem Erfolg zinslose Kredite vergibt und ihren Kreditnehmern dabei sogar noch zu satten Sparguthaben verhilft. Und in der Schweiz gibt es bereits seit Jahrzehnten das »Wir-System«, mit dem sich mittelständische Unternehmen wechselseitig zinsfreie Kredite geben, die besonders in Krisenzeiten von großer Bedeutung sind.

Den Menschen die Angst nehmen In Deutschland aber scheitern viele innovative Ideen an der Gesetzeslage. »Die Banken haben sich mit Hilfe des Gesetzgebers eine ungläubliche Machtposition verschafft«, betont Margrit Kennedy, wozu mir nur das Unwort »Systemrelevanz« einfällt. Und sie macht kein Hehl daraus, dass sie eine der dringendsten Aufgaben der Zukunft darin sieht, den bundesdeutschen Gesetzgeber dazu zu bewegen, den Weg für alternative Geldsysteme freizumachen. Doch weiß sie auch, dass der Weg dahin lang und steinig ist. Noch sitzt das alte System fest im Sattel. Und das hat einen einfachen Grund: »Der Motor des Systems ist die Angst«, erklärt sie: »Die Angst, dass mein Geld eines Tages seinen Wert verliert«. Was dazu führt, dass letztlich niemand seinem Geld traut und deshalb alles daran setzt, es zu vermehren. Zu Recht, solange das Duo Infernale von Zins und Inflation besteht – was wohl so lange der Fall sein wird, wie das von ihm untergrabene Vertrauen ins Geld fehlt ... – ein Teufelskreis, für den wie selten sonst das Einstein'sche Wort gilt, man könne gravierende Probleme nicht auf der Ebene lösen, auf der sie entstanden sind. So werden sich die Absurditäten und Gefahren unserer Geldwirtschaft – allen Rettungsschirmen zum Trotz – nicht allein mit finanztechnischen Mitteln aus der Welt schaffen lassen. »Es ist ein psychologisches und ein spirituelles Thema«, sagt Margrit und legt deshalb großen Wert darauf, zunächst einmal den Menschen klarzumachen, dass ihnen das von ihr propagierte Paradigma des Geldes ein deutlich angstfreieres Leben in

Aussicht stellt. Was ihr allerdings die Wenigsten glauben wollen: »Wenn ich keine Zinsen bekomme, ist doch mein Ersparnis futsch!«, klagen oft besorgte Zuhörer nach ihren Vorträgen.

Die Alternative heißt Regio-Geld »Nein«, sagt sie dann, »weil in einem neuen Geldsystem weder Ihr Ersparnis an Wert verliert noch eine Inflation die Preise in die Höhe treibt«. Wo kein Zins- und Zinseszins, sondern »alterndes Geld«, da bleibt der Geldwert stabil – und das Sicherheitsbedürfnis wird viel besser befriedigt als es jede Zinswirtschaft mit ihren fadenscheinigen Rendite-Versprechungen jemals könnte. Und außerdem könnte so die große Mehrheit der Menschen um etwa das Drittel reicher werden, das dann nicht mehr in die Taschen der zehn Prozent fließt, die angeblich ihr »Geld für sich arbeiten lassen« können. Als ob Geld arbeiten könnte ...! Ist Angst der treibende Motor des herrschenden Geldsystems, dann wird das Geld der Zukunft also eines sein müssen, das diese Angst unterläuft und stattdessen Vertrauen schafft, resümiere ich und frage die Geldarchitektin, ob es so ein Geld denn überhaupt geben kann. »Klar«, sagt sie und legt etwas auf den Tisch, das wie ein Geldschein aussieht. »Chiemgauer« steht darauf geschrieben. Regionalgeld. »Regionalwährungen«, erläutert sie, »sind der Versuch, ein neues, anderes Geld zu etablieren – eines, das Vertrauen schafft, weil es in der Region bleibt und nicht wie der Euro in Lichtgeschwindigkeit um den Globus rast«. Bei diesem Thema kommt Margrit in Fahrt: »Überall sehen wir, dass Großstrukturen nicht der Weisheit letzter Schluss sind. Im Gegenteil: Wir lernen wieder den Wert überschaubarer Größen zu würdigen. Gerade die Region als mittlere Sphäre zwischen dem lokalen und dem nationalen Wirtschaftsraum ist optimal, um ein anderes Geldsystem zu erproben.«

Unabhängigkeit vom Weltmarkt Der Grund dafür liegt auf der Hand. Geld, das im Regionalraum investiert und nicht für die Finanzierung chinesischer Staudämme abgezogen wird, kursiert schneller und erhöht dadurch die regionale Wertschöpfung. Das stiftet Vertrauen und hat dabei auch noch ökologische Nebeneffekte, da es nun Sinn hat, vornehmlich Güter zu konsumieren, die in der Region hergestellt werden und mit der Regionalwährung bezahlt werden können – ohne dadurch den Euro als überregionales Zahlungsmittel abschaffen zu müssen. Wohl aber ist es möglich, sich auf diese Weise ein Stück weit unabhängig von ihm zu machen. Was auch Vertrauen schaffen kann – gerade angesichts der Turbulenzen im Euro-Raum. Denn man stelle sich vor, der Euro gerät noch mehr unter Druck – etwa, indem sich amerikanische Ratingagenturen nicht mehr allein auf Portugal und Griechenland einschließen, sondern auch auf ein Land wie Italien ...; oder man stelle sich vor, das unermessliche Haushaltsdefizit der USA zwingt den Dollar in die Knie: Was dann? Explodierende Inflation, Zusammenbruch des Zahlungsverkehrs, wirtschaftlicher Kollaps? Ja, und das wäre eine ziemliche Katastrophe, die aber dadurch gemildert werden



könnte, dass eine weltmarktunabhängige Regionalwährung das Wirtschaften im Nahraum immer noch möglich machen würde. Nicht der schlechteste Grund, besser heute als morgen mit einer Regio-Währungsinitiative loszulegen – oder in eine Region umzuziehen, wo sich schon eine funktionierende Regionalwährung etabliert hat.

Daheim im Lebensgarten Margrit Kennedy und ihr Mann Declan haben Ernst damit gemacht. Zumindest im Kleinen. Seit Jahren leben sie im »Lebensgarten Steyerberg« – einer Siedlungsgemeinschaft, die im Jahr 1985 gegründet wurde, wie mir die beiden bei unserem Spaziergang durch ihr »Öko-Dorf« erläutern. Rund hundert Erwachsene und vierzig Kinder leben hier, die der Wunsch nach einem harmonischen Zusammenleben miteinander sowie mit der umgebenden Natur verbindet. Hier sieht sie ein Experimentierfeld für das, was Niko Paech eine »Postwachstumsökonomie« nennt. Und hier erprobt sie mit ihrem Mann Declan einen umfassenden, ganzheitlichen Lebensstil, bei dem die alternative Komplementärwährung nur ein – wenn auch tragender – Aspekt neben anderen ist. Hier geht es um ein ökologisches Lebensmodell auf Grundlage der Permakultur; hier geht es um ihre Vision von einem guten Leben.

Das Wunder kollektiver Intelligenz »Ich glaube«, hält sie bei unserem Streifzug durch die idyllischen Einfamilienhäuser des Lebensgartens inne, »dass die Welt ein Paradies sein könnte. Nur hält uns immer noch die ungerechte Verteilung der Ressourcen davon ab«. Dann macht sie einen energischen Schritt voran: »Dagegen rebelliere ich. Ich habe einen unbändigen Freiheitswillen – für mich und für andere. Die Welt, die ich mir wünsche, ist eine, in der jeder Mensch sein Potenzial entfalten kann.« Ein bisschen von diesem Wunsch ist für sie in Steyerberg in Erfüllung gegangen. »Hier können Menschen das tun, was sie am liebsten machen wollen – etwas, das ihrem Innersten entspricht und wofür sie die volle Verantwortung zu übernehmen bereit sind.« Wie ein Fenster zur Zukunft erscheine ihr manchmal der Lebensgarten. Und was ihr dabei am wichtigsten erscheine, sei das Wunder der kollektiven Intelligenz: »Menschen tun sich zusammen, kommen zu neuen, innovativen Lösungen für ihre Probleme. Das macht Mut.« In der Tat. Der Besuch bei Margrit Kennedy hat auch mich ermutigt. Ich habe gelernt, dass womöglich nur ein einziger Hebel umgelegt werden muss, um ein wahnsinniges System aus den Angeln zu heben und eine nachhaltigere, freiere, glücklichere Welt auf den Weg zu bringen. Worauf warten wir also? //



Foto: www.chiemgauer.info

Geld, das dableibt

REGIONALWÄHRUNGEN WERDEN ZUNEHMEND ALS SINNVOLLE ALTERNATIVE ZUM EURO ERPROBT.

Text: **Christoph Quarch**

Als die Auswirkungen der Weltwirtschaftskrise auch den Alpenraum erreichten, kam der Bürgermeister der Tiroler Gemeinde Wörgl auf eine bahnbrechende Idee. Im Jahre 1932 ließ er ein Notgeld drucken, mit dem er – entgegen dem Trend – die Wirtschaft seiner Region ankurbelte und die Arbeitslosigkeit binnen kürzester Zeit effektiv reduzierte. Der Witz bei der Sache: Das »Geld« waren eigentlich Arbeitsgutscheine, die mit Schilling gedeckt, jedoch mit einer monatlichen Umlaufsicherungsgebühr von 1 Prozent versehen waren. Das heißt: Um die Scheine nutzen zu können, musste man gegen geringes Entgelt eine Marke daraufkleben. Was dazu führte, dass das Geld schnell kursierte und damit eine hohe Wertschöpfung erreichte. Umlaufsicherung nennt man das.

Das Wunder von Wörgl dauerte nicht lange. Der Österreichischen Nationalbank war das Wörgler Geld ein Dorn im Auge. Sie ließ es verbieten. Die Idee, die damals erprobt wurde, geriet jedoch

nicht in Vergessenheit. Im Gegenteil. Sie erlebt eine Renaissance sondergleichen. Und zwar in Gestalt des Regionalgeldes, das heute in Deutschland in vielen Gegenden erprobt wird. Laut Auskunft der Initiative Regiogeld e.V. gibt es in Deutschland derzeit 27 aktive Regionalwährungen und 38 Initiativen, die dabei sind, eine Regionalwährung einzuführen. Eine davon ist die ostthessische Buchone, die noch in diesem Jahr im Landkreis Fulda an den Start gehen soll. Die Initiatoren verraten, warum Regionalwährungen gegenwärtig hoch im Kurs stehen: »Ein maßgeblicher Grund, der für eine Regionalwährung spricht«, erläutern sie, »ist die derzeit schwierige wirtschaftliche Lage«, die vor allem kleine und mittelständische Unternehmen in Bedrängnis bringe. Durch die Buchone sei es möglich, diese negativen Effekte abzumildern, denn sie führe zu einem »beschleunigten Geldumlauf und fördere die wirtschaftliche Entwicklung der Region und der dort ansässigen Unternehmen«.

Die Idee ist bestechend einfach: Geld, das nur innerhalb einer bestimmten Region ausgegeben werden kann, führt zum Kauf lokal zugänglicher Produkte und Dienstleistungen. Durch die schon in Wörgl erprobte kontinuierliche Wertminderung der Scheine entsteht außerdem ein erhöhter Druck, das Geld tatsächlich in Umlauf zu halten. Was gut ist, denn je schneller Geld kursiert, desto mehr Wertschöpfung generiert es: Ein 1000-Regio-Schein, der fünf Mal in der Woche den Besitzer wechselt, hat mehr bewirkt als einer, der die ganze Zeit auf der Bank lag. So bleibt das Geld nicht nur in der Region, sondern schafft dort auch Arbeitsplätze. Der attraktivste Vorteil der Regionalwährung besteht derzeit wohl darin, dass sich regionale Wirtschaftsräume ein Stück weit vom Weltmarkt unabhängig machen: Selbst wenn der Euro schlagartig entwertet wird, gibt es dann noch ein Zahlungsmittel, das den Tausch von Waren und Dienstleistungen zulässt. Voraussetzung dafür ist freilich, dass

die Regionalwährung als Komplementärwährung gestrickt ist, den Euro also nicht ersetzt, sondern ergänzt. Deswegen arbeiten Regionalwährungen – nach Wörgler Vorbild – in der Regel so, dass die emittierte Menge durch hinterlegte Währungen oder Leistungsversprechen gedeckt ist. Auf diese Weise bleibt die Rücktauschmöglichkeit bestehen, wenn auch zumeist mit einem geringen Wertverlust von fünf Prozent. Denn man möchte ja das Regiogeld im Umlauf behalten und auf diese Weise seine Vorteile für die Region aktivieren.

Dass das tatsächlich möglich ist, beweist seit acht Jahren der »Chiemgauer«, Deutschlands erfolgreichste Regionalwährung. Bei einem Umtauschkurs von 1:1 zum Euro wurden im vergangenen Jahr 5 Millionen Chiemgauer umgesetzt, gut sechshundert Betriebe akzeptieren und nutzen ihn als Zahlungsmittel. Positive Auswirkungen auf die Wirtschaftskraft der oberbayerischen Region sind bereits deutlich erkennbar.

Auch lokale Banken haben derweil den Nutzen von Regionalwährungen erkannt. War es anfangs nur die GLS-Bank, die sich für das Projekt interessierte und ihm Starthilfe gewährte, so kann man heute in der Region bei allen Sparkassen sowie Volks- und Raiffeisen-Banken Regiogeld-Girokonten führen.

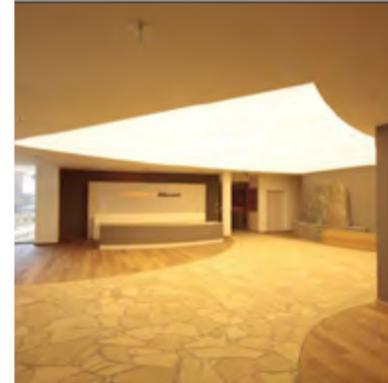
Noch haben Regional-Währungen zweifellos den Charme von Experimenten. Und so findet man auch kaum zwei oder drei Projekte, die nach dem gleichen Regelwerk funktionieren. Doch gerade dadurch werden kostbare Erfahrungen gesammelt, die anfängliche Fehler korrigieren helfen. So steht zu erwarten, dass der Trend zum Regionalgeld weiterhin anhalten wird. Und das ist gut so. //

Weitere Infos

Regiogeld e.V. – der Verband der Regiogeld-Initiativen:
www.regiogeld.de

Chiemgauer:
www.chiemgauer.info

Für uns Menschen
organisch...
gewachsen...
liebvoll...
berührend...



Architektur
Innenarchitektur
Lichtgestaltung
Farbkonzepte



...Wohnen
...Arbeiten
...Heilen

Räume des Lebens



Fordern Sie ihre Box mit einer DVD und Inspirationen an unter dialog@4plus5.de

4+5
entwerfen · gestalten · bauen

G. Rennertz & P. Steiner GbR
Scheffeltgasse 9
89077 Ulm

fon 0049 731 602 71 51
www.4plus5.de
dialog@4plus5.de



INTEGRALES FORUM

„Nobody is smart enough
to be wrong all the time.“

- Ken Wilber

Unsere heutigen komplexen und globalen Problemlagen erfordern dringend neue Sichtweisen und Ansätze um sie zu bewältigen.

Eine solche neue Ebene der Komplexität bietet der Integrale Ansatz, wie er beispielhaft vor allem von dem amerikanischen Philosophen Ken Wilber vertreten wird.

Er integriert die zentralen Puzzlestücke des Wissens und der Weisheit aus buchstäblich jeder möglichen Perspektive und bringt sie in einem intelligenten Gesamtrahmen zur Geltung, der mehr ist als die bloße Summe seiner Teile. Diese Integrationskraft unterscheidet Wilbers Arbeit von anderen „alternativen“ Ansätzen.



Das IF e.V. fördert seit 1998 die Verbreitung und Anwendung des integralen Ansatzes im deutschsprachigen Raum durch Tagungen, Fortbildungen und Veranstaltungen (DIA), regionale Gruppen, die Zeitschrift „integrale Perspektiven“, ein Online-Journal und seit kurzem durch das Content-Portal „Integrales Leben“.

INTEGRALES LEBEN

- Grundlagen des integralen Ansatzes
- Integrales Aufbauwissen
- Anwendungen des integralen Ansatzes in 17 Kategorien, z.B. Wirtschaft, Ökologie, Psychologie, Medizin, Politik, Pädagogik, etc...
- Infos zu Ken Wilber (Werk und Person)

Abo für 40€ /Jahr, inklusive Online-Journal „integral informiert“ (6x Jahr) und umfangreichen Archiv mit deutschsprachigen integralen Inhalten.

TAGUNG DES INTEGRALEN FORUMS 2011

vom **17.-19. Juni** in Nürnberg
im Caritas-Pirkheimer-Haus



DIA
Die Integrale Akademie



24.-26.06.
„Weltspiritualität“
mit Rabbi Marc Gafni
in Berlin

21.-27.08.
„Sommerretreat
Integrale Lebenspraxis“
in Bad Meinberg

Info und Anmeldung, siehe Webseite

News Politik & Wirtschaft

Genossenschaft statt Heuschrecken

Ein Sturm der Entrüstung entbrannte Ende 2010, als öffentlich wurde, dass der insolvente Arcandor-Konzern einen Verkauf seines Tochter-Unternehmens hessnatur an den Private-Equity-Investor Carlyle erwägt. Öko-Textilien im Portfolio eines Konzerns, der auch im Rüstungsgeschäft aktiv ist? Für viele Mitarbeiter und Kunden schlicht unvorstellbar. Mit Unterstützung von Attac und dem Netzwerk Solidarische Ökonomie gründet hessnatur nun eine Genossenschaft, die die Eigenständigkeit des Vorreiters in Sachen Öko-Mode erhalten soll und hessnatur selbst übernehmen möchte. Beteiligen kann man sich mit Anteilen ab 250 Euro. Ab einer Beteiligungssumme von 1.000 Euro winken sogar vier Prozent Zinsen. Eine mutige Initiative, die zeigt, dass *Wir* gemeinsam etwas bewirken können! *Nadja Rosmann*

Beteiligungen sind möglich unter:
www.hngeno.de



Summer School des Institute for Social Banking

Während die weltweiten Währungsinstitutionen immer noch dabei sind, die Verwerfungen der Finanzkrise wieder in den Griff zu bekommen, stellt das Institute for Social Banking, eine Einrichtung, die von 13 internationalen Institutionen aus dem Bereich des nachhaltigen Bankwesens gegründet wurde, ganz grundsätzliche Fragen. Die diesjährige Summer School, die vom 3. bis 8. Juli 2011 im britischen Canterbury stattfindet, steht unter dem Motto »Money rules the world – who rules the money?«. Auf der Agenda stehen Best Practices des Social Banking, die Grundsatfrage, was Geld überhaupt bedeutet und welchen Regeln das weltweite Geldsystem folgt, das Verhältnis zwischen Mensch und Geld sowie Wege, wie sich soziale und systemische Auswirkungen des Bankwesens fassen lassen. Am Veranstaltungsprogramm beteiligen sich mehr als 70 VertreterInnen aus 21 Ländern, die im alternativen Bankwesen tätig sind.

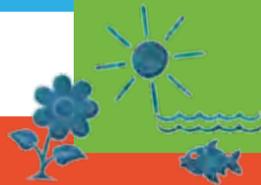
Nadja Rosmann
www.social-banking.org



Frauenquote? Nein danke!

Die Diskussionen um eine Frauenquote in Deutschlands Führungsetagen ebbten nicht ab. Auf die Idee, dass Frauen vielleicht ganz andere Prioritäten haben könnten, kommen indes wenige. Eine internationale Studie der Unternehmensberatung Accenture unter 3.400 männlichen und weiblichen Angestellten zeigt: In Deutschland sind 80 Prozent der befragten Frauen zufrieden mit der Position, die sie erreicht haben. Nur 30 Prozent von ihnen hätten überhaupt Interesse an einem Job in der ersten Reihe. Vielleicht aus gutem Grund, denn das Deutsche Institut für Wirtschaftsforschung hat herausgefunden, dass Frauen für die Karriere häufig einen Preis zahlen. So waren 2009 etwa 55 Prozent der Führungsfrauen ledig, unter den männlichen Führungskräften hingegen nur 38 Prozent. Kinder haben 28 Prozent der Frauen im Top-Management, während es bei den Männern 38 Prozent sind. Die Studien zeigen, wie müßig es ist, über Eier zu sprechen, wenn kein Huhn in Sicht ist – oder, anders ausgedrückt: Wo eine Karriere im Top-Management immer noch allzu oft bedeutet, dass Frauen dafür Partnerschaft und Familie opfern (müssen), sollte man über die Schaffung günstigerer Rahmenbedingungen nachdenken und nicht über Gesetze, die einen Zustand herbeiführen sollen, den in dieser Form niemand will, auch nicht die Frauen. *Nadja Rosmann*

Zwischen Wohlstand und Wohlbefinden



Text:
Nadja Rosmann
Piktogramme:
Florian Geppert



DIE DEUTSCHE WIRTSCHAFT IST DABEI, SICH WIEDER ZU ERHOLEN, DOCH IMMER MEHR MENSCHEN HABEN NICHT DAS GEFÜHL, DASS SICH DADURCH AUCH IHRE LEBENSVERHÄLTNISSE VERBESSERN. GRUND GENUG, DER FRAGE NACHZUGEHEN, WARUM WIRTSCHAFTSWACHSTUM NUR WENIG ÜBER UNSERE LEBENSQUALITÄT AUS-SAGT. UND ZU ERKUNDEN, WELCHE ALTERNATIVEN MEHR GESELLSCHAFTLICHES WOHLBEFINDEN VERSPRECHEN.

Wenn es nach den Zahlen geht, müsste es uns eigentlich gut gehen. Gemessen am Bruttoinlandsprodukt (BIP), dem gegenwärtig immer noch wichtigsten Wohlstandsindikator, steht Deutschland bestens da, denn im weltweiten Vergleich liegen wir auf Platz fünf. Die gefühlte Lage ist jedoch eine andere. Immer mehr Menschen verspüren ein Unbehagen, weil der Zwang zum Wachstum, der aus der kapitalistischen Logik des »immer mehr« resultiert, das Ökosystem aus dem Gleichgewicht bringt und damit unsere Lebensgrundlage vernichtet. Aber auch, weil das gemessene Wachstum mit der realen Lebensqualität nur wenig zu tun hat und längst nicht mehr allen BürgerInnen zugute kommt (vgl. Infokasten auf S. 25).

Die Lücke zwischen Wachstum und Gerechtigkeit und die »stille Krise« des Systems Ein Blick auf weitere Messgrößen, die Aufschluss geben über die innere Verfasstheit der Gesellschaft, eröffnet denn auch ein ganz anderes Bild. So hat die Bertelsmann Stiftung im Rahmen einer Untersuchung von 31 OECD-Ländern einen Gerechtigkeitsindex entworfen, der die fünf Aspekte Armutsvermeidung, Zugang zu Bildung, Arbeitsmarktchan-

cen, Einkommensverteilung (Gleichheit) und Generationengerechtigkeit näher beleuchtet – also Aspekte betrachtet, die Auskunft geben über die individuellen Lebenschancen in einer Gesellschaft. Hier fällt die Platzierung Deutschlands relativ ernüchternd aus. Im Hinblick auf soziale Gerechtigkeit, Arbeitsmarkt und Gleichheit erreicht die Bundesrepublik Rang 15, bei der Armutsvermeidung Rang 14, bei der Generationengerechtigkeit Rang 11 und beim Zugang zu Bildung sogar nur Rang 22. Es drängt sich also die Frage auf, wem wirtschaftliches Wachstum tatsächlich dient – nur der Wirtschaft selbst oder auch den Menschen?

Wo in den letzten 60 Jahren die Mangel-situation des Nachkriegsdeutschlands längst einer Überflussgesellschaft gewichen ist, müssten sich eigentlich auch die Prioritäten der Gesellschaft verändern. Martha C. Nussbaum, Professorin für Recht und Ethik an der philosophischen Fakultät der Universität Chicago, spricht bereits von einer »stillen Krise«, weil die Ökonomie nicht mehr nur ein Mittel zum Zweck sei, sondern zum Selbstzweck werde. »In unserer Gier nach Profit produzieren wir ‚nützliche Maschinen‘ und vernachlässi-



»Wir vergessen die Seele, vergessen das, was uns menschlich macht.«

Martha C. Nussbaum, Professorin für Recht und Ethik an der Universität Chicago

gen darüber das eigenständige Denken. Wir vergessen die Seele, vergessen das, was uns menschlich macht«, mahnt Nussbaum. Wo der soziale Darwinismus zunimmt und diejenigen, denen es nicht mehr gelingt, im ökonomischen Prozess Fuß zu fassen, als »nutzlos« disqualifiziert werden, wird augenscheinlich, dass die Wachstumsrevolution ihre Kinder auffrisst.

Glücklicher Planet – die Lebenszufriedenheit kommt ins Spiel Doch wie lässt sich das Wohlbefinden innerhalb einer Gesellschaft erfassen? Die amerikanische new economics foundation (nef) hat mit

dem Happy Planet Index (HPI) einen Indikator entwickelt, der neben finanziellen und ökologischen Kriterien auch die Lebenszufriedenheit der Bevölkerung misst. Basis für die Einschätzung bildet die Frage: »Wie zufrieden sind Sie mit Ihrem Leben, wenn Sie Ihre gesamten Lebensumstände betrachten?« Das Ergebnis für Deutschland fällt durchwachsen aus, denn auf der Skala von 0 bis 10 verorten sich die Deutschen bei 7,2, was ihnen im Ranking der Zufriedenen gerade einmal Platz 27 (von 142) beschert. In Costa Rica hingegen sind die Menschen am glücklichsten und aufgrund seines geringen ökologischen Fußabdrucks ist das Land trotz seines geringen BIP der Spitzenreiter des Happy Planet Index, während

Die Top 10 des Happy Planet Index:

1 Costa Rica, 2 Dominikanische Republik, 3 Jamaika, 4 Guatemala, 5 Vietnam, 6 Kolumbien, 7 Kuba, 8 El Salvador, 9 Brasilien, 10 Honduras

Wenn Wirtschaft krank und unzufrieden macht

Die negativen Folgen von chronischem Stress im Arbeitsleben: Seelische Störungen sind heute bereits die vierthäufigste Krankheitsursache. 2009 waren sie Ursache für 8,6 Prozent der Krankheitstage. In den vergangenen zwölf Jahren stiegen die Fehlzeiten aufgrund psychischer Erkrankungen um fast 80 Prozent an. Das Statistische Bundesamt geht davon aus, dass Depressionen und seelische Störungen einen jährlichen wirtschaftlichen Schaden von 26,7 Milliarden Euro mit sich bringen. Hinzu kommt, dass sie inzwischen die Ursache für jede dritte Frühverrentung darstellen. (Quelle: Wissenschaftliches Institut der AOK, 2010)

Auch ohne Arbeit zu sein, macht krank: Während unter den Erwerbstätigen der Krankenstand bei 4,4 Prozent liegt, beläuft er sich bei den Beziehern von Arbeitslosengeld I bereits auf 7,9 Prozent und bei den Beziehern von Arbeitslosengeld II sogar auf 10,9 Prozent. Auch der Bedarf an Antidepressiva ist in dieser Gruppe deutlich höher als innerhalb der arbeitenden Bevölkerung. Während 5 Prozent der arbeitenden Männer und etwa 10 Prozent der arbeitenden Frauen Antidepressiva einnehmen, sind es bei den arbeitslosen Männern mehr als 15 Prozent und bei den arbeitslosen Frauen sogar knapp 30 Prozent. (Quelle: DGB, 2010)

Wachsender Sozialdarwinismus in Krisenzeiten: 60,4 Prozent aller Deutschen glauben, dass man in Krisenzeiten nicht auf Fairness durch andere zählen könne und 56,7 Prozent sind der Ansicht, dass Bemühungen um Gerechtigkeit in diesen Zeiten nicht erfolgreich sind. Mehr als die Hälfte der Deutschen ist der Ansicht, dass Langzeitarbeitslose »willensschwach, an ihrer Lage selbst schuld und für die Gesellschaft nutzlos« seien. 58,9 Prozent empören sich darüber, dass »sich Langzeitarbeitslose auf Kosten der Gesellschaft ein bequemes Leben machen«. (Quelle: Studie »Deutsche Zustände« von Wilhelm Heitmeyer, 2010)

Die Einkommenslücke nimmt zu: Die Zahl der Deutschen, die weniger als 70 Prozent des mittleren Einkommens zur Verfügung hat, stieg von 18 Prozent im Jahr 2000 auf fast 22 Prozent im Jahr 2009. Die Gruppe der Wohlhabenden, die mehr als 150 Prozent des mittleren Einkommens zur Verfügung haben, wuchs von 16 Prozent im Jahr 2000 auf 19 Prozent im Jahr 2008. »Gerade bei den mittleren Schichten, deren Status sich auf Einkommen und nicht auf Besitz gründet, besteht eine große Sensibilität für Entwicklungen, die diesen Status bedrohen«, so das Deutsche Institut für Wirtschaftsforschung, das vor allem in den Städten vor einer wachsenden Segregation warnt. (Quelle: DIW, 2010)



Deutschland – u.a. aufgrund seines vergleichsweise hohen Ressourcenverbrauchs – insgesamt nur auf Platz 51 landet. Damit stellt der Happy Planet Index das Verhältnis von Wohlstand und Wohlbefinden im wahrsten Sinne des Wortes auf den Kopf, denn die Länder, die am glücklichsten sind, erreichen verglichen mit Deutschland lediglich zehn bis maximal 30 Prozent des hiesigen BIPs. Überspitzt formuliert könnte man zu dem Schluss kommen, dass Geld nicht nur nicht glücklich macht, sondern dem Glück sogar entgegensteht.

Vom individuellen zum gesellschaftlichen Glück Ganz so einfach ist es dann doch nicht, denn der Teufel steckt im Detail. So kritisiert Dr. Stefan Bergheim, Direktor des Zentrums für gesellschaftlichen Fortschritt, dass der Happy Planet Index verschiedene Skalen vermischt, was zu Verzerrungen führt. Während die Lebenszufriedenheit mit einer fixierten Skala gemessen wird, die bei 10 endet, ist das BIP eine nach oben prinzipiell offene Größe. »Reihen mit solch unterschiedlichen Eigenschaften in einen Analysetopf zu werfen, ist statistisch unzulässig. Darüber hinaus passen Menschen ihre Erwartungen an einmal erreichte Niveaus von Lebensqualität an. Eine stabile Lebenszufriedenheit bedeutet auch aus

diesem Grund noch lange nicht, dass das Leben nicht besser geworden ist«, so Bergheim. Der Volkswirt hat messbare Faktoren evaluiert, die zentral sind für das Wohlbefinden in »glücklichen« Ländern und daraus einen Fortschrittsindex entwickelt, der das Nettonationaleinkommen (das im Gegensatz zum BIP weitgehend dem tatsächlichen Volkseinkommen entspricht), die Lebenserwartung, den Bildungsstand und den ökologischen Fußabdruck berücksichtigt, also »Maße für Wohlstand und Fortschritt, die vieles von dem enthalten, was das Leben lebenswert macht«. Der Vorteil der Kombination dieser Faktoren liegt darin, dass Wohlbefinden hier nicht auf individuelles Glück reduziert wird, sondern in seinen

gesellschaftlichen, wirtschaftlichen und politischen Bedingtheiten begreifbar wird. So liegt für Stefan Bergheim auf der Hand, dass ganz konkrete Maßnahmen wie eine Erhöhung der Hochschulabsolventenquote auf 40 Prozent, eine Senkung der Arbeitslosigkeit auf vier Prozent, mehr direkte Demokratie und eine Stärkung der Sozialversicherungssysteme die Lebensqualität in Deutschland nachweisbar steigern könnten.

Sinnggebung durch bewusst handelnde Menschen Dieses Bild des Wohlbefindens mag auf den ersten Blick etwas technokratisch anmuten, da das Indivi-



dium als fühlendes und soziales Wesen zunächst in den Hintergrund tritt. Der vermeintliche Widerspruch löst sich jedoch auf, wenn man sich vergegenwärtigt, dass die Systeme, auf die sich der Fortschrittsindex beruft, letztlich immer von Menschen gemacht sind. »Die Wirtschaft ist eines der Glieder des gesellschaftlichen Organismus. Sie bedarf in ihrer Ausrichtung der ethischen Begründung durch eine Sinnggebung. Dies setzt selbstständig denkende und bewusst handelnde Menschen voraus«, sagt etwa der Gründer der Bio-Lebensmittelkette Alnatura Götz Rehn, der sich seit Jahrzehnten mit der anthroposophischen Wirtschaftslehre Rudolf Steiners beschäftigt. Rehn bringt die von Steiner entwickelte »Drei-



»Eine stabile Lebenszufriedenheit bedeutet nicht, dass das Leben nicht besser geworden ist.«
Dr. Stefan Bergheim, Direktor des Zentrums für gesellschaftlichen Fortschritt

Bundestag fragt nach Lebensqualität

Das Thema Lebensqualität erscheint längst auch auf dem Radar der Politik. So preschte der französische Ministerpräsident Nicolas Sarkozy bereits 2008 nach vorne und forderte, dass nicht nur das Wirtschaftswachstum, sondern auch das Glück der Bevölkerung zum Maßstab der gesellschaftlichen Entwicklung werden müsse. Die von ihm initiierte »Kommission zur Bemessung von wirtschaftlicher Leistungskraft und sozialem Fortschritt«, der die Wirtschaftsnobelpreisträger Joseph Stiglitz und Amartya Sen angehörten, entwickelte daraufhin ein Rahmenwerk, das neben finanziellen Faktoren auch Aspekte gesellschaftlicher Entfaltung berücksichtigt. Inspiriert von diesem Beispiel hat Anfang 2011 auch der Deutsche Bundestag eine Enquete-Kommission ins Leben gerufen, die unter dem Motto »Wachstum, Wohlstand, Lebensqualität – Wege zu nachhaltigem Wirtschaften und gesellschaftlichem Fortschritt in der Sozialen Marktwirtschaft« einen entsprechenden Index erarbeiten soll. »Wir wollen den Blick weiten von einer reinen Wachstumsfixierung hin zur Frage, wie wir Lebensqualität für die Menschen in unserem Land gestalten können«, sagt Daniela Kolbe (SPD), die Vorsitzende der Kommission. Ihr Kollege Dr. Matthias Zimmer (CDU/CSU), stellvertretender Vorsitzender der Kommission, geht noch einen Schritt weiter und warnt – in Anlehnung an den indischen Bildungsreformer Rabindranath Tagore – vor einem »graduellen Selbstmord durch das Schrumpfen der Seele«, wenn Entwicklung nur mit rein wirtschaftlichen Indikatoren gemessen werde. »Wir müssen die Frage nach dem guten Leben stellen und das Grundprinzip der Nachhaltigkeit, verstanden als Solidarität, neu füllen«, sagt Zimmer. Dabei gehe es nicht zuletzt auch um die Förderung einer ganzheitlichen Persönlichkeitsentwicklung.



»Wir wollen Lebensqualität gestalten.«
Daniela Kolbe, Vorsitzende der Enquete-Kommission Wachstum, Wohlstand, Lebensqualität

Was macht Menschen ganz konkret zufrieden?

Hohe Lebenszufriedenheit • Hohes Vertrauen in die Mitmenschen • Niedrige Korruption • Niedrige Arbeitslosigkeit • Hohes Bildungsniveau
Hohes Einkommen pro Kopf • Hohe Beschäftigungsquote Älterer • Kleine Schattenwirtschaft • Hohe wirtschaftliche Freiheit • Hohe Geburtenrate
(Quelle: Zentrum für gesellschaftlichen Fortschritt)

Der Fortschrittsindex im Überblick

Platz	Einkommen	Lebenserwartung	Bildung	Fußabdruck	Gesamtindex
1	Norwegen	Japan	Finnland	Portugal	Norwegen
2	USA	Schweiz	Dänemark	Neuseeland	Schweden
3	Schweden	Italien	Neuseeland	Japan	Finnland
4	Niederlande	Australien	Korea	Korea	Japan
5	Großbritannien	Schweden	Griechenland	Schweiz	Neuseeland
6	Österreich	Spanien	Spanien	Großbritannien	Niederlande
7	Kanada	Frankreich	Norwegen	Frankreich	Korea
8	Dänemark	Kanada	Niederlande	Deutschland	Griechenland
9	Finnland	Norwegen	Schweden	Italien	Frankreich
10	Irland	Österreich	USA	Schweden	Schweiz
11	Belgien	Neuseeland	Irland	Griechenland	Italien
12	Schweiz	Deutschland	Belgien	Österreich	Spanien
13	Australien	Niederlande	Australien	Norwegen	Australien
14	Deutschland	Belgien	Frankreich	Spanien	Irland
15	Frankreich	Griechenland	Italien	Niederlande	Österreich
16	Japan	Großbritannien	Kanada	Finnland	Großbritannien
17	Italien	Finnland	Japan	Irland	Kanada
18	Griechenland	Irland	Portugal	Australien	Deutschland
19	Korea	Korea	Österreich	Kanada	Dänemark
20	Spanien	Portugal	Großbritannien	Belgien	USA
21	Neuseeland	Dänemark	Deutschland	USA	Belgien
22	Portugal	USA	Schweiz	Dänemark	Portugal

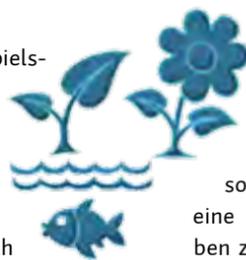
(Quelle: Zentrum für gesellschaftlichen Fortschritt)

gliederung« ins Spiel, die die geistige Freiheit des Kulturlebens, ein politisch-staatliches System gleichberechtigter Teilhabe und ein Wirtschaftsleben des fairen Miteinanders zur Versorgung der Menschen miteinander in Einklang bringt. »Die Gesellschaft ist dann gesund, wenn diese drei Glieder unabhängig voneinander im sozialen Organismus zusammenwirken. Jeder Gestaltungsschritt, jede Handlung von Menschen ist durch die drei Dimensionen geistige Bestimmung, wirtschaftliche Funktion und soziale Wirkung geformt. Wesentlich ist das Zusammenwirken dieser drei Funktionen in einer sinnvollen Kombination«, argumentiert Rehn.

Vom Gefühl des Mangels zum Aufblühen

Doch welche geistigen Voraussetzungen braucht eine Gesellschaft, die das Ideal besserer Lebensqualität verwirklichen möchte? Der Psychologe und Kognitionswissenschaftler Dr. Peter Malinowski, der an der John Moores Universität in Liver-

pool forscht, warnt beispielsweise davor, Glück und Wohlbefinden zu sehr von der Außenwelt abhängig zu machen. Seine Idee des »Flourishing«, was auf Deutsch so viel bedeutet wie »Aufblühen«, setzt auf die Entfaltung unseres menschlichen Potenzials, das uns einerseits befähigt, unsere Umwelt konstruktiv zu gestalten, uns andererseits aber auch in die Lage versetzt, unabhängig von materiellen Rahmenbedingungen eine Form von Glück zu kultivieren, die Bestand hat. »Mir geht es darum, einen Weg aufzuzeigen, der zu einer wirklichen, verlässlichen inneren Zufriedenheit führt, die nicht in dem Moment zerrinnt, wenn sich innere und äußere Zustände verändern. Es ist viel effektiver, mit dem eigenen Geist zu arbeiten, anstatt die gesamte Welt so zu gestalten, dass Leiden und Schwierigkeiten ausgeschlossen sind«, so Malinowski. Für Malinowski ist Medi-



tation der Schlüssel, eine »heilsame Lebensweise« zu kultivieren: »Grundlegend schwingt hier die Idee von Gewohnheit mit, und so geht es bei Meditation auch darum, eine neue Gewohnheit im eigenen Erleben zu verankern. Achtsamkeit hilft uns, sinnlose Gewohnheiten bei uns selbst zu erkennen, und schafft den inneren Raum, frei zu wählen.«

Und hier schließt sich der Kreis, denn letztlich ist das bestehende Wirtschaftssystem nichts anderes als eine Gewohnheit – eine Gewohnheit, die wir alle uns in unserem täglichen Leben mehr oder weniger zu eigen gemacht haben. Die Entwicklung neuer Wohlstandsindikatoren um Faktoren des konkreten Wohlbefindens ergänzen, bleibt ein Papiertiger, solange sich unser Denken und Fühlen nicht ebenfalls in diese Richtung entwickeln. Wenn uns ein Gespräch mit Tiefgang unter Freunden wichtiger ist als der Kauf eines neuen Fernsehers, wenn uns unser inneres Wachstum mindestens genau so wichtig ist wie das Wachstum unseres Einkommens, dann verändert sich auch unsere Wirtschaft und unser Leben insgesamt zum Besseren. Die gute Nachricht lautet also: WIR alle können unsere Lebensqualität verbessern – hier und jetzt! //



»Sinnegebung setzt selbstständig denkende und bewusst handelnde Menschen voraus.« Götz Rehn, Gründer von Alnatura



»Achtsamkeit hilft uns, sinnlose Gewohnheiten bei uns selbst zu erkennen.«

Dr. Peter Malinowski, Psychologe an der John Moores Universität Liverpool

Literatur-Tipps

Peter Malinowski (2010): **Flourishing – Welches Glück hätten Sie gern? Positive Eigenschaften kultivieren und Schwierigkeiten meistern**, ISBN 9783424150773, € 17,99

Martha C. Nussbaum (2010): **Not for Profit – Why Democracy needs the Humanities**, ISBN 9780691140643, € 16,95

Götz Rehn (Hrsg.) (2011): **Rudolf Steiner – Wirtschaft: Ideen zur Neugestaltung**, ISBN 9783772521225, € 10,90

Eine runde Sache & eine grüne Weltmeisterschaft

DER DEUTSCHE FUSSBALLBUND (DFB) ZEIGT MIT SEINEM GESELLSCHAFTSPOLITISCHEN ENGAGEMENT, WIE DER FUSSBALL ZUM VORREITER EINER NEUEN NACHHALTIGKEITSKULTUR WERDEN KANN, DENN DIE GEMEINSCHAFTSSTIFTENDE KRAFT DES SPORTS WIRKT BEIM DFB WEIT ÜBER DEN REINEN SPIELBETRIEB IM STADION HINAUS.

Text: **Nadja Rosmann**
Fotos: **DFB, Sven Nieder**

26.000 Vereine

mit 177.000 Mannschaften, 6,75 Millionen Mitglieder, 180.000 Mannschaften, die Woche für Woche spielen – der Deutsche Fußball-Bund gehört zu den Hidden Champions der deutschen Gesellschaft. Er steht darüber hinaus für mehr als 500.000 ehrenamtliche Trainer, Schiedsrichter und Betreuer, die den Fußball zu einem der wichtigsten sozialen Netzwerke in Deutschland machen. Wenn ein solches Flaggschiff sich dem Thema Nachhaltigkeit verschreibt, bewegt sich etwas.



Dr. Theo Zwanziger

»Die hohe Identifikation der Menschen mit dem Fußball ist uns ein sozialer Auftrag.«

Nachhaltigkeit greifbar machen »Insbesondere in Zeiten der unaufhaltsamen Kommerzialisierung entsteht durch Nachhaltigkeitsmodelle die große Chance, die gesellschaftliche Aufgabe für kommende Generationen zu prägen«, sagt DFB-Chef Dr. Theo Zwanziger – und sorgt dafür, dass es nicht beim Lippenbekenntnis bleibt. Seit Jahren engagiert er sich weit über seine Funktionärspflicht beim DFB hinaus für soziale Herausforderungen. Bekannt ist sein Einsatz gegen Rechts-Extremismus und Homophobie im Fußball, außerdem gilt er als großer Förderer des Frauenfußballs. Weil er sich gegen rassistische Rufe aus Fankurven verwahrte, ehrte ihn der Zentralrat der Juden mit dem Leo Baeck-Preis für Toleranz. Für den DFB-Chef zeigt sich beim Thema Nachhaltigkeit exemplarisch, dass Wirtschaft immer auch soziale Perspektiven hat und wirtschaftlicher Erfolg soziales Engagement begünstigt. Wenn am Wo-

chenende in Deutschland von der Kreisliga bis zur Bundesliga mehr als 80.000 Fußballspiele ausgetragen werden, zu denen Millionen von Fans pilgern, wird die soziale Bindungskraft des Fußballs augenscheinlich. »Die hohe Identifikation der Menschen mit dem Fußball muss für uns Verpflichtung und Auftrag sein, soziale Verantwortung wahrzunehmen«, so Zwanziger.

Pro Länderspiel nimmt der DFB mehr als vier Millionen Euro ein, die jährliche Wertschöpfung beider Bundesligen beläuft sich auf rund fünf Milliarden Euro. Einnahmen, die nicht allein dem »Unternehmen DFB« zugute kommen, sondern auch zurückfließen in die Gesellschaft, die zu ihnen beigetragen hat. Zahlreiche Projekte und Initiativen des DFB greifen Themen wie Integration und soziales Miteinander auf und sorgen so dafür, dass der Gemeinschaftsgeist sich auch außerhalb der Stadien entfaltet.

Soziale Initiativen haben beim DFB seit jeher einen hohen Stellenwert

Mit dem Integrationspreis »Fußball: viele Kulturen – eine Leidenschaft«, der mit Geld- und Sachpreisen im Gesamtwert von 150.000 Euro dotiert ist, fördern der DFB und sein Generalsponsor Mercedes-Benz seit 2007 Projekte, die die Liebe zum runden Leder in den Dienst der Integration von Menschen mit Migrationshintergrund stellen. Der Julius-Hirsch-Preis, der im Gedenken an den 1943 in Auschwitz ermordeten Nationalspieler gestiftet wurde und seit 2005 verliehen wird, zeichnet Personen aus, die sich gegen Rassismus und Extremismus einsetzen.

Die Sepp Herberger-Stiftung des DFB tritt seit Jahrzehnten für die Resozialisierung von Strafgefangenen ein und unterstützt aus der Haft Entlassene beim Wiedereintritt ins Arbeitsleben. Sie richtet seit vielen Jahren die Deutsche Fußball-Meisterschaft der Werkstätten für

Menschen mit Behinderungen aus und rief 2008 eine Blindenfußball-Bundesliga ins Leben. Flankierend gibt der DFB den »Bundesliga-Reiseführer für Menschen mit Behinderung« heraus, um dieser Zielgruppe den Weg in die Stadien zu ebnet. Die Mexiko-Hilfe, die 1986 zur WM vor Ort ins Leben gerufen wurde, unterstützt Kinder- und Mutter-Kind-Heime in verschiedenen Regionen Mexikos und fördert Bildungsprojekte für Straßenkinder. 2002 und 2005 organisierte der DFB Benefizspiele zwischen der Nationalmannschaft und den Bundesliga-Allstars zugunsten der Opfer der Hochwasser-Katastrophe in Deutschland und des Tsunamis in Südostasien. Nach dem Erdbeben zu Beginn des Jahres 2010 in Haiti organisierten verschiedene Einrichtungen des deutschen Fußballs wie die Egidius-Braun-Stiftung, die Bundesliga-Stiftung und auch die DFB-Nationalmannschaft eine Spendenaktion.

Es sind Projekte wie diese, die eindrucksvoll illustrieren, dass Fußball eine gesellschaftliche Kraft ist. Und es sind Menschen wie Dr. Theo Zwanziger, die diese Kraft verkörpern. »Es geht nicht um Gewinnmaximierung, sondern um nachhaltige soziale Unterstützung«, ist der DFB-Chef überzeugt.

Die DFB-Nachhaltigkeitskommission soll Zeichen setzen Anfang 2011 rief der DFB offiziell eine Nachhaltigkeitskommission ins Leben, die das bisherige gesellschaftspolitische Engagement der Organisation noch stärker fokussieren will. »Die vielen gemeinnützigen und gesellschaftspolitischen Bereiche, in denen Fußball seit Jahren fest verankert ist, haben auf den ersten Blick nicht unbedingt viel gemeinsam. Eine verstärkte Abstimmung zwischen den unterschiedlichen Bereichen sowie der kritische Blick der externen Berater auf das Tun des Verban-

des sind sinnvoll, da all diese Bereiche den wertorientierten Fußball ausmachen, für die der Deutsche Fußball-Bund steht und auch in Zukunft nachhaltig stehen will«, so DFB-Chef Zwanziger.

Unter Vorsitz von DFB-Vizepräsident Karl Rothmund, der für die sozial- und gesellschaftspolitischen Aufgaben des Verbandes verantwortlich zeichnet, hat sich die Kommission zum Ziel gesetzt, zum nächsten DFB-Bundestag 2013 einen Nachhaltigkeitsbericht für den organisierten deutschen Fußball vorzulegen. »Die Kommissionsmitglieder werden gemeinsam mit bereits bestehenden oder noch zu gründenden kleinen Arbeitsgruppen in ihren Spezialgebieten tätig werden und diese genauestens unter die Lupe nehmen. Ziel ist es, dass nach der Frauenfußball-Weltmeisterschaft, dem Höhepunkt dieses Jahres, weitere sinnvolle Maßnahmen im Geiste der Nachhaltigkeit und des wertorientierten Fußballs

Der Deutsche Fußball-Bund (DFB)

Gegründet im Jahr 1900, waren die bisherigen Höhepunkte dieses gemeinnützigen Vereins der Gewinn der Weltmeisterschaften von 1954, 1974 und 1990, die Ausrichtung der Weltmeisterschaften 1974 und 2006 sowie der EM-Endrunde 1988 in Deutschland. Zur Philosophie des DFB zählt heute die Selbstverpflichtung, neben dem Streben nach weiteren großen Erfolgen die Einheit im Fußball zu sichern und mit der immensen Popularität des Fußballs hohes soziales Engagement zu praktizieren und gesellschaftspolitische Verantwortung zu übernehmen.

Ende 2010 nahm der Verband das Prinzip der nachhaltigen Entwicklung in seine Ziele auf. Damit erkennt der organisierte Fußball in Deutschland an, dass eine gerechte Gesellschaft die Voraussetzung schafft für dauerhaften Erfolg im Breiten- und Spitzenfußball.

Publikation:

Auf dem Weg zur Nachhaltigkeit.
Hg. Deutscher Fußball-Bund (DFB). Frankfurt / M. 2010.

Weitere Informationen: www.dfb.de



Karl Rothmund

»Mit der Nachhaltigkeitskommission wollen wir einen wertorientierten Fußball prägen.«



Claudia Roth

»Klimafaire Sportveranstaltungen sind ein wesentlicher Beitrag zur Stärkung des Nachhaltigkeitsgedankens.«

in Deutschland auf den Weg gebracht werden können«, so Rothmund. Neben zahlreichen DFB-Aktiven, die ihre Erfahrungen aus ihrer Arbeit vor Ort einbringen, wurden auch namhafte externe Expertinnen und Experten zur Mitarbeit in der Kommission eingeladen. Für den Bereich Umwelt und Klimaschutz konnte Claudia Roth, Bundesvorsitzende Bündnis 90/Die Grünen, als Beraterin gewonnen werden. »Ich möchte gerne dazu beitragen, dass die Frauen-WM 2011 ein Beispiel wird für klimafaire Sportveranstaltungen. In der Folge möchte ich dafür werben, dass der Nachhaltigkeitsgedanke noch weiter Raum greift im ganzen Verband: Der ressourcenschonende Umgang mit Energie, die Verringerung und Vermeidung von Müll, klimafreundliche Mobilität, dazu noch die Arbeit des DFB in so wichtigen Bereichen wie Kultur, Integration oder Antidiskriminierung – das sind einige der Themen, die ich verant-

wortlich weitertreiben möchte«, sagt Roth. Der niedersächsische Bundestagsabgeordnete Reinhard Grindel berät den DFB beim Thema Anti-Korruption. Im Arbeitsbereich Bildung engagiert sich die Berliner Pädagogin und Sportwissenschaftlerin Tanja Walther-Ahrens. Außerdem wurde die Nachhaltigkeitsexpertin Dr. Alexandra Hildebrandt in die Kommission berufen. »Der zuweilen verbrauchte Begriff der Nachhaltigkeit erhält durch die Arbeit der Kommission eine Lebendigkeit und Energie, die nur der Sport imstande ist zu vermitteln, weil er mit Emotionen verbunden ist«, so Hildebrandt. Weitere Themenfelder, die das Gremium miteinander verzahnen soll, sind die Bereiche Prävention, soziale Verantwortung, Integration und Kultur. Auch die dunkle Seite des Sports will der DFB nicht ausklammern. Teresa Enke, die Witwe des Ex-Nationalspielers und Hannover-96-Kapi-

täns Robert Enke, der mehrere Jahre unter depressiven Episoden litt und sich Ende 2009 das Leben nahm, verantwortet in der Kommission das Thema Depression. »Mit der Einrichtung der Robert-Enke-Stiftung konnten wir bereits betroffenen Menschen helfen, ihr Leben festzuhalten. Diesen eingeschlagenen Weg möchte ich auch durch meine Mitarbeit in der Kommission verfolgen«, so Enke. Was sich bewegen lässt, wenn alle an einem Strang ziehen, illustriert die Frauen-Fußball-WM, die in den nächsten Wochen in Deutschland ausgetragen wird. Unter dem Motto »Green Goal 2011« wurden zahlreiche Nachhaltigkeitsansätze miteinander verzahnt, um das Mega-Event »klimafair« zu gestalten (siehe S. 33). Vorstöße wie dieser haben Vorbildcharakter, illustrieren sie doch, dass dort, wo ein Wille ist, sich auch viele Wege auftun. //



Dr. Alexandra Hildebrandt

»Hier entstehen Lebendigkeit und Energie, die nur der Sport imstande ist zu vermitteln.«



Teresa Enke

»Mit der Einrichtung der Robert-Enke-Stiftung setzen wir auch die Schattenseiten des Sport auf die Agenda.«

»Green Goal 2011 – Die grüne Frauen-WM«

Wenn am 26. Juni der Startschuss für die FIFA Frauen-Weltmeisterschaft 2011 in Deutschland fällt, ist nicht nur der Rasen, auf dem die weltbesten Fußballerinnen gegeneinander antreten werden, grün. Mit der Initiative »Green Goal 2011« hat sich das Organisationskomitee nämlich zum Ziel gesetzt, negative Auswirkungen der Weltmeisterschaft auf die Umwelt möglichst zu vermeiden oder durch Investitionen in Klimaschutzprojekte auszugleichen. In Zusammenarbeit mit dem Öko-Institut und unterstützt von der Deutschen Bundesstiftung Umwelt wurde ein umfassendes Umweltmanagementsystem ausgearbeitet, das die WM »klimafair« machen soll. Auf der Agenda stehen dabei Themen wie Umweltpolitik, regenerative Energiequellen, Abfallvermeidung, effiziente Wassernutzung sowie Umweltcontrolling und umweltfreundliche Beschaffung.

Eine Vorzeige-Spielstätte ist das Stadion in Frankfurt, das bereits das »ÖKOPROFIT«-Umweltmanagementsystem implementiert hat. In zwei großen Regenzisternen mit einem Fassungsvermögen von rund 200 Kubikmetern wird hier das von den Dächern ablaufende Regenwasser gesammelt und später zur Bewässerung des Rasens und für die Toilettenspülungen genutzt. Mit Einsparungen von 4.000 Kubikmetern Trinkwasser und einer Reduzierung des Stromverbrauchs um rund 400.000 Kilowattstunden pro Jahr hat sich das Umweltmanagement in der Mainmetropole bereits ausgezahlt – nicht nur für die Umwelt. Das Stadion in Wolfsburg punktet mit wasserlosen Urinalen, bewässert seinen Rasen mit Wasser aus dem benachbarten Mittellandkanal und nutzt über ein Fernwärmenetz die Abwärme eines nahegelegenen Industrieparks zur Beheizung der Spielstätte. In Augsburg wird mittels hydrothermaler Geothermie geheizt und so die Wärme des Grundwassers genutzt – die Heizanlage wird dabei von Raps-Diesel angetrieben.

Der konsequente Einsatz von Mehrweg-Bechern und -Geschirr in den Stadien soll Abfälle auf ein Minimum reduzieren. Aus den Stadiensteckdosen soll während der WM nur zertifizierter Ökostrom kommen. Wenn Millionen von Zuschauerinnen und Zuschauern in die Stadien strömen, stellt sich die Mobilitätsfrage, denn nur rund 20 bis 40 Prozent der Besucher reisen erfahrungsgemäß mit dem öffentlichen Nahverkehr an – bei der Frauen-WM sollen es deutlich mehr werden, denn die FIFA lancierte eine Informationskampagne zur Nutzung öffentlicher Verkehrsmittel und richtete zudem eine Mitfahrzentrale ein. Die offiziellen WM-Fahrer wurden außerdem mit einem speziellen Fahrtraining im Spritsparen geschult – so soll der Kraftstoffverbrauch des WM-Fuhrparks um bis zu 20 Prozent gesenkt werden.

Emissionen, die sich trotz dieser Einsparungen nicht verhindern lassen, sollen durch den Kauf von CO₂-Zertifikaten kompensiert werden, wobei hier die Anforderungen des UN-Klimasekretariates UNFCCC zugrunde gelegt werden.

<http://greengoal.fifa.com>

Wenn gute Ideen
an ihre Grenzen stoßen ...

Die von Friedensnobelpreisträger Muhammad Yunus ins Leben gerufene Mikrokreditbewegung war viele Jahre lang eine Erfolgsgeschichte ohne Gleichen. Bis vor wenigen Monaten, denn seitdem mehren sich die Negativschlagzeilen. So wurde in den Medien berichtet, dass sich allein in Indien etwa 70 Mikrokreditnehmer das Leben nahmen – weil sie sich nicht in der Lage sahen, die ausgeliehenen Summen nebst Zinsen zurückzuzahlen. Frisst eine moderne Revolution hier ihre Kinder? Seit Yunus in den 1970er Jahren in Bangladesh seine Grameen Bank gründete und über die Jahrzehnte erfolgreich bewies, dass das Geschäft mit Kleinstkrediten nicht nur Hilfe zur Selbsthilfe bietet, sondern auch unter wirtschaftlichen Gesichtspunkten tragfähig ist, wurde das Mikrokreditwesen zum Milliardenbusiness. Heute ist Grameen international nur noch auf Rang 9 der größten Mikrokreditgeber, denn immer mehr Nachahmer haben sich des Modells angenommen. Allein die Nummer 1 der Branche, das chinesische Mikrofinanzinstitut PSBC, bedient mit einer Bruttokreditsumme von mehr als 18 Milliarden US-Dollar rund 1,5 Millionen Kreditnehmer. Dem Geschäft mit der Masse fällt jedoch die Nachhaltigkeit zum Opfer. Wo Finanzierungsvorhaben nicht mehr ordentlich geprüft und die Kreditnehmer nicht sachkundig betreut werden, ist ein Scheitern nicht ungewöhnlich. Das gilt in armen Ländern ebenso wie in Industrienationen. Doch wo ein indischer Bauer, wenn er aufgrund von Fehlinvestitionen oder Fehlernten nicht in der Lage ist, seinen Kredit zurückzuzahlen, aus Angst vor nicht zimperlichen Geldeintreibern als Ausweg nur den Freitod sieht, bleibt gescheiterten Existenzen in Deutschland beispielsweise immer noch der Schritt in die Insolvenz.

... muss man den Raum des
Denkbaren erweitern

Fehlentwicklungen wie diese führen jedoch das Grundprinzip von Mikrokrediten nicht ad absurdum. Ganz im Gegenteil, wie die jüngsten Entwicklungen in Deutschland zeigen. So hat die deutsche Politik längst erkannt, dass der Zugang zu Kapital auch im eigenen Land für viele Zielgruppen immer noch ein Ding der Unmöglichkeit ist, und deshalb im vergangenen Jahr in Kooperation mit der GLS Bank einen Mikrokreditfonds ins Leben gerufen, der vor allem Existenzgründern mit sehr geringem Kapitalbedarf auf die Sprünge hilft. Der Fonds unterstützt den Aufbau von Mikrokreditinstituten, die die Kreditnehmer vor Ort betreuen und ihnen zum Teil sogar Beratungsdienstleistungen anbieten, damit ihre Geschäftsidee ein Erfolg wird. 2010 wurden auf diesem Wege bereits 1.500 Kredite mit Summen zwischen 2.000 und 20.000 vergeben, Tendenz steigend. Vor allem für Migranten, aber auch für Gründer, die aus einer Arbeitslosigkeit heraus ein Unternehmen starten möchten, sind die Mikrokredite häufig der einzige Weg in die Selbstständigkeit. Und die noch junge Erfolgsgeschichte der Mikrokredite in Deutschland zeigt, dass es bisweilen hilft, den Raum des Denkbaren zu erweitern, wenn gute Ideen an Grenzen stoßen.

Text: **Nadja Rosmann**

News Geist & Seele

5. internationaler Bleep-Kongress



Vom 22. bis 24. Oktober 2011 findet in der Filderhalle Leinfelden-Echterdingen / Stuttgart der 5. internationale Bleep-Kongress statt. Ganz in der Tradition des gleichnamigen Kinofilms, der durch seine Popularisierung von Erkenntnissen der Quantenphysik und der Bewusstseinsforschung breite Zielgruppen für diese Themen begeisterte, werden bekannte Experten den Faden weiterspinnen. Zu den Referenten gehören der Bestseller-Autor Frank Schätzing mit dem Thema »Zukunftsgerüchte – Die zur Zeit beliebtesten Zukunftsszenarien auf dem Prüfstand« und Götz Werner, der über das bedingungslose Grundeinkommen sprechen wird. Der aus einer Brahmanen-Familie stammende Physiker Dr. Amit Goswami geht der Frage nach, wie man zum Quantenaktivist wird. Weitere Kongressthemen sind Neurobiologie, Mystik, Heilung, Wirtschaft und Coaching. **Nadja Rosmann**
www.bleepkongress.de

Interkulturell-spirituelle Touren in Berlin-Brandenburg

Kurze Auszeiten mit Sinn hat sich der Berliner Norbert T. Mempel auf die Fahnen geschrieben. Mit seinem Unternehmen Slomotours – was für Slow Motion, also Entschleunigung steht – bietet der Dol-

metscher in der Hauptstadt und in Brandenburg interkulturell-spirituelle Reisen und kurze Pilgertouren an. »Wir möchten Menschen ansprechen, die kreative Impulse suchen, die sich selbst finden wollen«, sagt Mempel. Das können die Reisenden beispielsweise bei dreitägigen Touren in das Sufi-Haus in Trebus im südlichen Brandenburg. Hier haben sie die Gelegenheit, in idyllischer Lage bei Scheich Abdullah Halis eine Lichtmeditation kennenzulernen, die die Batterien gestresster Großstädter wieder auflädt. Im Juni steht die Tour zum Sufi-Haus gleich zwei Mal auf dem Programm.

Nadja Rosmann
www.slomotours.com

Abgerutscht ins Mittelfeld. Das Ansehen von Pfarrern hat gelitten

Das Ansehen der Geistlichen hat in Deutschland in den vergangenen Jahren gelitten. Das geht aus Umfragen des Instituts für Demoskopie Allensbach hervor. Auf der aktuellen Berufsprestige-Skala liegen die Pfarrer an achter Stelle unter 18 Berufssparten. Bei früheren Untersuchungen belegten sie nach Angaben des Meinungsforschungsinstituts meist hinter den Ärzten den zweiten Platz. Jetzt bringen ihnen noch 28 Prozent der rund 1.800 Befragten Achtung entgegen; vor drei Jahren waren es 39 Prozent. Unangefochten stehen die Mediziner (82 Prozent) seit Beginn der Prestige-Umfragen im Jahr 1966 an der Spitze. Auf Platz 2 folgen Krankenschwestern (67 Prozent). Abgeschlagene Schlusslichter sind Fernsehmoderatoren (4 Prozent) und Banker (4 Prozent). **Christoph Quarch**

Philosophiereisen

mit Dr. Christoph Quarch

21. bis 26. August 2011,
St. Antönien (Graubünden, CH)

**Hin und weg
In Bewegung kommen und sich ins
Leben verlieben**

Wandern und Philosophieren mit Dr. Christoph Quarch und Rébecca Kunz
Sich bewegen und sich bewegen lassen: Das sind zentrale Aspekte eines blühenden, kraftvollen, freudigen Lebens – eines Lebens, in das man sich verlieben kann. Und eben das wollen wir tun. Wir philosophieren ausgehend von kurzen Einführungen in eine »erotische Lebenskunst«. Wir wandern täglich einige Stunden in der bezaubernden Bergwelt des Bündnerlandes. Dieser Kurs lädt dazu ein, immer wacher und bewusster in der Liebe zu leben!
Von Sonntag, 21. Aug. 2011, 17.00 Uhr bis Freitag, 26. Aug. 2011, 20.00 Uhr

Kursgebühr: CHF 490.- zzgl. Kosten für Unterkunft/Essen ca. CHF 400.-
Anmelden bis 30.06.2011 bei:
Rébecca Kunz; +41 (0)31 972 33 11 oder rebeccakunz@gmx.ch

25. September bis 1. Oktober 2011,
Chateau d'Orion (Südfrankreich)

**Der Geschmack des Lebens.
Ein philosophisches Fest der Sinne**

Der Geist will einverleibt werden. Wir philosophieren über das gute Leben und übersetzen unsere Erkenntnisse in unsere Menüs. Köchin Marietta Schürholz und Philosoph Christoph Quarch erproben die Weisheit des Gaumens. Im Hintergrund steht dabei das von Christoph Quarch vorgeschlagene Programm einer »erotischen Lebenskunst«, die dem »erotischen Imperativ« folgt: »Verliebe dich ins Leben!« – Lust, Leidenschaft und Liebe zum Leben: das werden wir beim philosophischen Fest der Sinne erproben und feiern.
Von Sonntag, 25. Sep. 2011, 13.00 Uhr bis Samstag, 1. Okt. 2011, 13.00 Uhr

Kursgebühr: 1000€ (Kursgebühr inkl. VP im DZ; 1300€ im EZ) max. 10 Teilnehmer
Anmelden bei: Denksalon
+49 (0)89-64910289,
denksalon@chateau-orion.de
oder ct@lumen-naturale.de

FERN VON HÖRSÄLEN UND AKADEMIEN REGT SICH EINE NEUE LUST AM DENKEN. ÜBERRASCHENDE ALLIANZEN ZWISCHEN SINN UND SINNLICHKEIT WERDEN GESCHLOSSEN UND DIE LIEBE ZUR WEISHEIT WIRD NEU ZELEBRIERT – OB IM 4. STOCK EINER KREUZBERGER ALTBAUWOHNUNG, IM KUNSTPARK AUF TENERIFFA ODER IM DENKSCHLOSS IN SÜDFRANKREICH. EINE ENTDECKUNGSREISE.

Text: **Christoph Quarch**

Der Geist weht, wo es schön ist



Wo Geist und Genuss sich zum Stelldichein finden: Im Denkschloss Château d'Orion wird Philosophie als zeitgemäßer Lebensstil zelebriert.

Dicht gedrängt sitzen sie im Wohnzimmer und denken. Ein Prosecco-Glas in der Hand die einen, einen Schreibblock auf dem Schoß die anderen. Und gespannte Konzentration bei allen. Denn heute geht es ums Glück. Was viele interessiert. Gut 50 Leute sind gekommen, die meisten zwischen 30 und 50 Jahre alt – gekommen ins Wohnzimmer von Karoline Rütter, die heute zum dritten Philosophischen Salon in ihre Kreuzberger Privatwohnung geladen hat. Altbau, vierter Stock. Wer nach geis-

tiger Nahrung hungert, muss hoch hinaus. Referent des Abends ist Professor Günter Bien, ein beliebter Emeritus, der zeit seines Lebens das Glück erforscht hat. Die ungewöhnlichen Rahmenbedingungen seines Vortrags scheinen ihn nicht zu schrecken. Wo findet man auch sonst so aufmerksame Zuhörer – und so ein angenehmes Ambiente wie das Rütter'sche Wohnzimmer? Da kommt der Geist in Schwung – oder der Geischt, wie einer der großen Vorgänger des Professors wohl

gesagt hätte: Hegel, der genau wie er aus Schwaben nach Berlin kam, um die Hauptstädter die Liebe zur Weisheit zu lehren: die Philosophie.

Gesucht: Sinnlichkeit Das mag kein Zufall sein. Denn dass das Land der Tüftler und Häuslebauer für geistige Innovation besonders fruchtbar ist, wissen geistig Beflissene nicht erst seit dem sensationellen Wahlsieg der Grünen in Baden-Württemberg. Schon vor 200 Jahren war

das so, als drei junge Männer sich in Schwabens intellektueller Kaderschmiede, dem Tübinger Stift, ein muffiges Studentenzimmer teilten: Josef Schelling, Friedrich Hölderlin und Georg Friedrich Wilhelm Hegel machten das pietistische Stift zu einem der wichtigsten Orte des deutschen Denkens und zum Nährboden einer revolutionären Philosophie, die heute aktueller ist denn je – weit über Kretschmann-Land hinaus: bis in die Hauptstadt, wo deren Saat beim Salon

im vierten Stock einer Kreuzberger Altbauwohnung zwischen Prosecco und Montepulciano aufzugehen scheint: die Saat ihres gemeinsamen Projektes, »die Philosophen sinnlich zu machen«. Von diesem visionären Geist der drei schwäbischen Querdenker zeugt ein bemerkenswerter Text, den sie wohl um 1797 herum gemeinsam zu Papier brachten. Darin heißt es lapidar: »Die Philosophie des Geistes ist eine ästhetische Philosophie.« Denn: »Man kann in nichts geistreich sein



Kreativ im Kunstpark: Inspiriert von der Schönheit Teneriffas philosophieren Schülergruppen in Mariposa über die tragenden Werte des Lebens.

– ohne ästhetischen Sinn«, weshalb man »die Ideen ästhetisch« darstellen müsse, da sie ansonsten von den Menschen nicht verstanden werden; vor allem nicht von jenen, denen »alles dunkel ist, sobald es über Tabellen und Register hinausgeht« – schon damals. Kurz: Es braucht Schönheit und Poesie, um dem Geist in einer kommerzialisierten und durchrationalisierten Zeit eine Chance zu geben: die Chance, eine bessere Welt zu errichten – eine neue Kultur des Wir. Denn genau das war die Hoffnung der großen Drei: »Dann herrscht ewige Einheit unter uns.«

Die geistige Energiewende Einen neuen Geist, eine bessere Welt, eine Kultur des Wir ... – romantische Träumereien versponnener Schwaben? Ein »Systemprogramm des Idealismus« fern von allem politischen Realismus? Von wegen! Analysiert man die geistige Großwetterlage, dann scheint das eher ein höchst aktuelles Zukunftsprogramm zu sein – das Programm einer geistigen Energiewende;

einer ganzheitlichen Philosophie made in Schwaben, die nicht nur mit dem Stand der avanciertesten Naturwissenschaft Schritt halten kann, sondern auch den Hunger einer Gesellschaft stillt, die sich mehr und mehr von allen guten Geistern verlassen wähnt.

So jedenfalls sieht es Helga Müller, eine Mittsechzigerin aus – na, woher wohl? – Stuttgart, deren ungebrochener Taten-drang ihre Trauer verdeckt. Erst zwei Jahre ist es her, dass sie ihren Mann, den Galeristen Hans-Jürgen Müller, verloren hat. Und mit ihm die treibende Kraft hinter ihrer beider Vision: einen Ort zu schaffen, an dem Schönheit und Geist sich treffen; einen Ort für ein neues Bewusstsein und eine neue Liaison von Philosophie und Kunst, »eine Denkfabrik der anderen Art«; vor allem aber eine Art geistigen Generator für die ihrer Ansicht nach längst fällige Erneuerung von Politik und Gesellschaft: Mariposa.

Diesen Ort gibt es wirklich. Nicht in Schwaben, sondern auf Teneriffa. Warum

auch nicht? Schön ist es dort, und Hegel hatte ja nur gesagt, dass der Geist sich verobjektivieren müsse, um zu sich selbst zu kommen. Wo das geschehen könne, war ihm einerlei. Und dass dies etwa dort geschieht, wo die alten Griechen das sagenhafte Atlantis wähten, hätte seinem Freund Hölderlin sicher gut gefallen. »Atlantis« sollte das Projekt denn auch ursprünglich heißen ... – nach der sagenhaften Insel, die Platon zufolge unterging, weil ihre Bewohner großwahnsinnig geworden waren.

Wo die Schönheit des Ortes auf die Schönheit der Seele trifft In einer Novembernacht 1984 wurde die Vision geboren. Pate stand dabei ein anderer großer Schwabe: Friedrich Schiller, der einst in seinen »Briefen über die Ästhetische Erziehung des Menschen« formulierte, es sei die Schönheit, »durch welche man zur Freiheit wandert«. Beseelt von diesem Geist entwickelte das Galeristenpaar sein Projekt. Helga Müller erklärt: »Wir woll-

ten einen Raum schaffen, in dem Menschen sich der Schönheit bewusst werden, die sie in sich tragen – einen Raum, worin eine Resonanz zwischen der Schönheit des Ortes und der Schönheit der Seele entsteht; eine Resonanz, die es ihnen ermöglicht, die Kraft der Ideale in sich zu entdecken« – das also, was Business-Coachs heute gern »soft skills« nennen. Wie schon Schiller ging und geht es den Müllers um »ein ganzheitliches Bildungsprogramm« zur Entfesselung dieses großartigen Potenzials im Menschen, Sinn zu entdecken und Sinnvolles zu schaffen, Mut zur Veränderung zu wecken und gesellschaftliche Verantwortung zu übernehmen. Und eben das tut Not, meint Helga Müller. Unsere Gesellschaft leide unter dem Mangel an Schönheit, an Idealen, an Kreativität und intuitiver Intelligenz. »Es geht uns nicht um persönliche Erbauung, sondern um gesellschaftlichen Wandel«, sagt sie und verweist nicht ohne Stolz auf einen Eintrag, den ihr einst Richard von Weizsäcker ins Gästebuch schrieb: »Von Ruhe umgeben und geleitet von der Kunst können wir frisches und schöpferisches Denken lernen und gemeinsame Maßstäbe für unser Handeln gewinnen. Wir brauchen diese politische Kraft menschlicher Kultur.«

Mariposa – der Schmetterling. Nicht ohne Grund haben die Müllers ihrem Lebenswerk diesen Namen gegeben. »Wir Menschen sind heute wie die Raupe Nimmersatt, die alles frisst und sich verpuppt«, erklärt Helga Müller: »Wir müssen uns aber aus diesem Verpuppungszustand befreien und werden wie ein

Schmetterling« – eine Metamorphose also; aber nicht irgendeine, sondern eine grundlegende: eine Metamorphose des Bewusstseins.

Du musst dein Leben ändern! Dass es darunter nicht geht, hatte Helga Müller schon in jungen Jahren gelernt, als sie noch als Vorstands-Assistentin in einem großen schwäbischen Unternehmen arbeitete. »Ich begriff damals, dass wir eigentlich alles wissen, was wir für den Wandel benötigen. Aber dieses kognitive Wissen allein genügt nicht. Es geht nicht unter die Haut, führt nicht zu einer persönlichen Betroffenheit. Und deshalb bewirkt es keine Veränderung im Faktischen.« Bei der Begegnung mit Kunst sei das anders. Wie bei Rilke angesichts des antiken Torsos dränge sich hier die Einsicht auf: »Du musst dein Leben ändern!« Und genau deshalb sei der Umgang mit Kunst so wichtig, wo es um gesellschaftlichen Wandel geht.

Diese Sichtweise möchte sie besonders jungen Menschen nahebringen. Deshalb lädt sie regelmäßig Schülerinnen und Schüler zu »Jugend-Mariposien« nach Teneriffa. Unterstützt durch eine Stiftung und in Zusammenarbeit mit dem Stuttgarter Geschwister-Scholl-Gymnasium und dem Friedrich-Abel-Gymnasium in Vaihingen/Enz können so kleine Gruppen junger Menschen 14 Tage im Kunstpark neue Welten und Räume für sich entdecken. »Mariposa«, sagt sie, »ermutigt junge Menschen, sich ihrer eigentlichen Werte bewusst zu werden und darüber zu reflektieren, welche wichtigen und tiefen Überzeugungen sie bejahen und leben wollen.«

Wenn es nach Helga Müller ginge, würde es noch viel mehr dieser Mariposien geben. Unermüdlich sucht sie Förderer, um sie deutschlandweit Schulen anbieten zu können. Gerade erst ist es ihr gelungen, die Peter Klein Stiftung zu gewinnen. Und die Regierung der Kanaren hat beschlossen, einen ansehnlichen Betrag in die geplante Mariposa-Stiftung einzubringen. Doch ihre große Vision geistiger Cross-Over-Experimentierstunden hat sich noch nicht verwirklichen lassen. Vielleicht, dass die Zeit doch noch nicht reif ist, vielleicht, dass Mariposa einfach zu weit weg ist.

Die reine Inspiration Dass es nicht immer leicht ist, Menschen auf den weiten Weg des Denkens zu locken, weiß auch Elke Jeanrond-Premauer, ihres Zeichens Schlossherrin zu d'Orion, einem hinreißenden Anwesen im äußersten Südwesten Frankreichs. Hier, im fruchtbaren Hügelland zwischen Garonne und Pyrenäen hat die Münchnerin sich ihren Traum erfüllt: ein Denkschloss – eine, wie sie sagt, »Begegnungsstätte, in der Menschen mit wesentlichen Fragen des Lebens berührt werden, zu denen sie im Alltag nicht kommen«. Und mit leuchtenden Augen fügt sie hinzu: »Hier werden Geist und Genuss, Denken und Sein so verbunden, dass neue Handlungsspielräume entstehen können.«

Versinnlichung des Denkens also auch hier. Fast will es scheinen, als habe Elke Jeanrond-Premauer sich wie Hölderlin vom Nord-Ost-Wind davontragen lassen, von dem der Dichter einst sagte, er sei ihm »der liebste unter den Winden«; und dem er auftrag: »Geh aber nun und

Zeit zum Träumen und Denken. Schülerinnen und Schüler des Stuttgarter Geschwister-Scholl-Gymnasiums beim »Mariposium« im Kunstpark Mariposa.



grüße / Die schöne Garonne«. Eine illustre Riege deutscher Denker jedenfalls ist dem Nordost schon ins Château d'Orion gefolgt. Rüdiger Safranski zählt zu den Stammgästen, Wilhelm Schmid war schon hier, ebenso wie Julian Nida-Rümelin, der seinerzeit der Schlossherrin ins Gästebuch schrieb: »Eine wunderbare Balance von Schönheit und geistiger Anstrengung, von Ästhetik und Exerzium, ein Ort des Gleichgewichtes.«

Herzenshaus für fühlende Menschen

Was der frühere Kultur-Staatsminister so rühmt, ist auch der Gastgeberin wichtig. Ganz im Sinne der schwäbischen Vordenker sagt sie, für sie seien »die Liebe zur Weisheit, eine gewisse Erkenntniseligkeit und die Ästhetik als die achtsame Wahrnehmung von Natur und Kunst« von höchster Bedeutung. So gelte es, in ihrem liebevoll restaurierten Haus und im Schatten der mächtigen Platane davor, »durch die Philosophie die Poesie und Harmonie zu erkennen«.

Was im Château d'Orion ganz offenbar gelingt. Ein Kollege vom Bayerischen Rundfunk nennt das Denkschloss »ein Herzenshaus für fühlende Menschen«, und Friederike Albat schreibt in der Zeitschrift Madame: »Im Château d'Orion wird er wieder geweckt, dieser köstliche Wissensdurst von früher, aber auf jene spielerische, lustvolle Weise, die den Geist lebendig macht und die Sinne erfrischt. Orion, das ist eine elementare Erfahrung, die reine Inspiration. Überall spürt man ihn, den Genius Loci, der den Gedanken Substanz und Sinnlichkeit verleiht.«

Substanz und Sinnlichkeit: Klarer lässt sich die Programmatik des Denkschlusses wohl kaum formulieren. Und dass es dabei nicht bei bloßen Absichtserklärungen bleibt, lehrt ein Blick ins Jahresprogramm. Ein »philosophisches Fest der Sinne« wird darin angekündigt, bei dem die Liebe zur Weisheit buchstäblich durch den Magen gehen soll: »Gewürz-, Gar- und Garnierweisen« sollen dort erwogen werden, »die die Erkenntnisse der Philosophen in eine Weisheit des Gaumens übersetzen«. Wenn einem da nicht der Geist im Munde zusammenläuft ... Ein Schelling jedenfalls hätte gewiss seine Freude daran gehabt, war es doch sein großes philosophisches Projekt, den fatalen cartesianischen Dualismus von Geist



Der Geschmack des Glücks. Im Denkschloss Château d'Orion finden Sinn und Sinnlichkeit auf ungewohnte und erfrischende Weise zusammen.

und Materie, Körper und Vernunft zu revidieren. Warum nicht auch in der Küche?

Kleine Einheiten des Glücks Nun braucht aber ein revolutionäres philosophisches Programm mehr als ein paar revolutionäre Zellen im sonnigen Süden. Das Projekt der Versinnlichung der Philosophie erfordert ebenso eine Verankerung vor Ort. Nicht zuletzt deshalb hat Elke Jeanrond-Premauer schon das nächste Projekt vor Augen. Eine Agentur für Denksalons in Deutschland möchte sie etablieren, »um bereits in kleinen Einheiten das Glück des Denkens spürbar zu machen«. Noch in diesem Jahr wird sie mit einem kleinen Kreis ihr verbundener Philosophinnen und Philosophen unter dem Label »Château d'Orion« damit loslegen, um dem Weltgeist im außerakademischen Umfeld bei seinen Objektivationen zur Hand zu gehen – ein Akt des Gebärens gleichsam, bei dem die Schönheit, wie schon Platon einst lehrte, Geburtshilfe leistet.

Und die Frauen, wie es scheint. Denn ob nun Helga Müller oder Elke Jeanrond-Premauer: Stets sind es die Nachfahreninnen der legendären Diotima, die der ästhetisch-sinnlichen Wiedergeburt des philosophischen Eros auf die Sprünge helfen. Auch in Hamburg ist das so, wo zwei engagierte Hanseatinnen damit beschäftigt sind, eine »Modern Life School« zu gründen. Inspiriert von der »School of

Life« der Britin Sophie Howarth geht es den Gründerinnen darum, in Kursen und Seminaren auf unkonventionelle Weise »Schnittstellen zwischen Philosophie, Psychologie, Literatur, Kunst und Unterhaltung mit neuem Leben« zu füllen, beschreiben Pia Schaf und Gabriele Bohle von der »keen – independent agency« ihr Projekt. Man darf gespannt sein.

Die neue Berliner Salonkultur Einen Schritt weiter ist bereits Salon-Veranstalterin Karoline Rütter in Berlin. Fünf philosophische Salons hat die gebürtige Hannoveranerin, Jahrgang 1974, bereits in ihrem Wohnzimmer veranstaltet und damit dem Geist auch an der Wirkungsstätte Hegels und Schellings eine Tür aufgestoßen; wohl wissend, dass sie sich damit in eine große Ahnenriege einreicht. Denn die Berliner Salonkultur war einst legendär, und als Hegel, Schelling und Hölderlin noch in der Studentenbude hausten, erging sich das intellektuelle Berlin schon längst in den städtischen Salons, zu denen gebildete Bürgerfrauen wie Rahel Varnhagen oder Henriette Herz einluden.

Damals wie heute, erklärt Karoline Rütter, sei es darum gegangen, »geschützte Räume« zu schaffen, in denen Menschen »in aller Offenheit über zentrale Themen des Lebens« reden können. Eine große Sehnsucht danach habe sie in ihrem per-



Philosophieren im Wohnzimmer. Der Weltgeist weht neuerdings beim Philosophischen Salon im vierten Stock einer Kreuzberger Altbau-Wohnung.

sönlichen Umfeld gespürt, was sie dann – nach einem Besuch im Denkschloss d'Orion übrigens – dazu veranlasst habe, 200 Personen aus ihrem Netzwerk zu ihrem ersten Salon einzuladen. Daraus, dass sie zunächst Respekt vor der Unverhältnismäßigkeit der Kleinheit ihrer Wohnung und der Größe ihrer Themen hatte, macht die im »normalen Leben« als Kommunikationsberaterin tätige Mitdreißigerin kein Geheimnis. Aber am Ende habe sie ihre Vision doch nicht länger aufschieben wollen: »einen Kreis von Menschen zu etablieren, die immer wiederkommen, weil sie die Sache an sich gutheißen; weil sie dort etwas finden, was sie vorher nicht auf ihrer Agenda hatten, von dem sie aber wissen, dass es sie bereichern wird« – Ein Kreis von Freunden gleichsam, von dem schon Aristoteles meinte, dass er die beste Gesellschaftsform sei, die sich denken lässt.

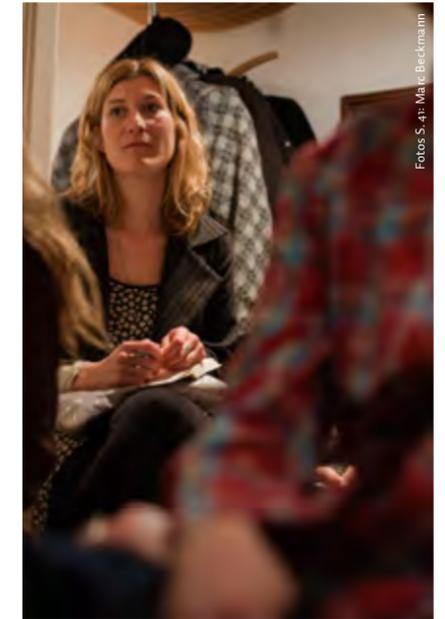
Weblinks

Mariposa:
www.mariposa-projekt.de

Château d'Orion:
www.chateau-orion.com

Großes Gewicht legt Karoline Rütter dabei auf die Entschleunigung. Sie will sich und ihren Gästen Zeit lassen, sich »gemächlich an die Themen heranzurobben, so dass sie sich langsam ihre Sichtweisen bilden und gleichzeitig die Sichtweisen anderer verstehen können«. Vorschnelle Antworten sind ihr ebenso zuwider wie politische Meinungsbekundungen. Stattdessen wünscht sie sich eine »Denkkultur des Fragens, die es aushalten kann, auch einmal keine Antwort zu haben«. Da scheint es, der alte Heidegger habe Pate gestanden – war er es doch, der so treffend lehrte: »Das Fragen ist die Frömmigkeit des Denkens« – eine Tugend, die der offiziellen Philosophie derweil abhandgekommen zu sein scheint.

Eine Denkkultur des Fragens So gründet denn auch das neu erwachte Interesse an einer philosophischen Salonkultur, die Sinn und Sinnlichkeit verbindet, zu einem guten Teil in der nachgerade erschütternden Sprödigkeit der akademischen Zunft. Universitäre Philosophie hat in Deutschland wenig mit Liebe zur Weisheit zu tun, dafür aber viel mit strenger Wissenschaft und kühler Rationalität. »Glaubt ja nicht, dass ihr hier etwas für euer Leben lernt«, heißt es gern in Veranstaltungen für Erstsemester, und so nimmt es vielleicht nicht Wunder, dass üblicherweise nicht mehr als zehn Prozent philosophische Studien-



Fotos S. 41: Marie Beckmann

anfänger am Ende einen Abschluss machen. Volker Gerhard etwa, Ordinarius an der Humboldt-Universität zu Berlin – wo Hegel und Schelling einst lehrten – gibt sich reichlich ernüchtert über die real existierende Philosophie an deutschen Hochschulen: »Mit Themen wie Glück und Liebe kommen Sie hier nicht weit«, sagt er und seufzt.

Den Geist jedoch stört das wohl kaum. Er weht bekanntlich, wo er will, und wo er nicht wehen will, da tut er es eben auch nicht. Wer wollte ihm auch verdenken, dass er sich heuer lieber außerhalb universitärer Mauern verobjektiviert und dabei die Dienste couragierter Frauen in Anspruch nimmt; dass er sich zum Stelldichein lieber in Salons und Schlössern oder auf Ferieninseln herbeischleicht. Denn es könnte ja sein, dass er tatsächlich die Schönheit liebt, um einen Zugang zum Herzen der Menschen zu finden. Weil er weiß, dass die Einsicht des Intellekts allein nicht reicht, um eine neue Welt zu gründen; sondern dass es der Weisheit des Herzens bedarf, um eine Kultur des Wir zu errichten – eine Kultur, von der unsere drei jungen Schwaben einst träumten: »Dann erst erwartet uns gleiche Ausbildung aller Kräfte, des Einzelnen sowohl als aller Individuen. Keine Kraft wird mehr unterdrückt werden. Dann herrscht allgemeine Freiheit und Gleichheit der Geister!« //

Liebesbriefe

WIR-REDAKTEUR CHRISTOPH QUARCH LEGT IN SEINEM NEUEN BUCH DEN ENTWURF EINER »EROTISCHEN LEBENSKUNST« VOR. JENS HEISTERKAMP HAT DAS BUCH SEINES KOLLEGEN GELESEN – UND IHM EINEN BRIEF GESCHRIEBEN.

Text: **Jens Heisterkamp**

Lieber Christoph! Da habe ich mich auf was eingelassen – eine Buchkritik zu schreiben für einen Kollegen und Freund, vor allem auch für einen Mitstreiter unseres Zeitschriften-Projekts. Zudem noch geht es nicht um irgendein Buch, sondern eher um ein Bekenntnis, eine biographische Lebensessenz von Dir: Wie soll ich dem gerecht werden? Nach kurzem Nachdenken scheint mir, dass es für mich nur eine Lösung geben kann: Ich muss Dir einen Brief schreiben, wie ja auch Du Dein ganzes Buch als Brief verfasst hast. Sich verlieben zu können gehört zu den mächtigsten und wertvollsten Erfahrungen für uns Menschen. Die ganze Welt und wir selbst sind dann wie verwandelt, wir fühlen uns grenzenlos, in der größten Fülle unseres Wesens, wunschlos und glücklich. Diese Befindlichkeit nicht nur hinzunehmen, wenn sie sich zufällig ergibt, sondern sich bewusst für sie zu öffnen, hast Du zum Thema Deines Buches gemacht. Das Herz für Eros zu öffnen ist Dein Motto. Dabei geht es Dir aber nicht etwa um viele aufregende Beziehungen. »In die Liebe zu fallen«, wie Du es in Übernahme des englischsprachigen Ausdrucks formulierst, soll vielmehr zur Grundhaltung dem Leben gegenüber werden. Sich ins Leben verlieben also – ein leidenschaftlicheres Ziel ist nicht denkbar!

Verwurzelt in der Philosophie Schon als ich zum ersten Mal diese Formel aus Deinem Munde hörte, war ich fasziniert. Um sie nachvollziehbarer zu machen, bist Du nun bei Deinen Gedankengängen tief in die abendländische Philosophie eingedrungen, vor allem bei Platons »Gastmahl«, das Dir als ein »Evangelium der Liebe«, wie Du es nennst, bei der Entwicklung Deiner »erotischen Lebenskunst« Vorbild gewesen ist. Dieser dialogische Bezug zu Plato und zu den Ideen vieler anderer Frauen und Männer, die Dir als Lehrer der Liebe begegnet sind, bildet die eine große Stärke Deines Buches. Was mich aber fast noch mehr anspricht, ist Dein zumeist rückhaltloser Bezug auf Deine eigene Erfahrung – und das bei diesem Thema!

Gleich der erste Deiner fünf Briefe, aus denen das Buch besteht, in einer toskanischen Sommernacht inspiriert, hat mich gepackt: Er ist an Deine erste große Liebe gerichtet, von der Dich inzwischen nicht nur ihr Entschluss zur Trennung von Dir scheidet, sondern auch ihr überraschend eingetretener Tod. Die Art, wie Du im Gedenken an diese Frau das Wesen der Liebe entwickelst, die über den Tod hinaus besteht, kann nicht gleichgültig lassen. Mich erinnert das an Novalis, weil er am Grab seiner Geliebten ähnlich wie Du diese Kraft erfahren hat. Und Du gestehst, dass es diese Erfahrung und die immer noch wirksame liebende Verbindung mit diesem Menschen ist, die Dich überhaupt ermutigt hat, mit diesem Buch vor die Öffentlichkeit zu treten.

So berührend biographisch der erste Brief ist, so grundlegend richtet sich der zweite an einen »philosophischen Freund«. Vor allem geht es Dir hier um die Erneuerung einer zu Unrecht vernachlässigten Dimension unseres Wesens: Es ist das »Seelenbewusstsein«, das Du gegen die Begrenztheit des Ich-Bewusstseins auf der einen und gegen die ich-lose Weite des spirituellen Bewusstseins auf der anderen Seite betonen willst. Mit Deinem Verständnis der Seele hatte ich anfangs etwas Mühe, weil es mir schien, als wolltest Du da alles hineinpacken, was irgendwie untergründiger, tiefer, geheimnisvoller wirkt als unser klares Denken. Aber dann gibt es immer wieder Formulierungen, bei denen ich voll mitgehen kann, wenn Du etwa schreibst: »Das tiefste und intensivste Glück ... besteht darin, voll erblüht zu sein – im Glück wie im Leid, in der Freude wie im Schmerz; voll erblühte, große, kraftvolle, schöne Seelen.«

Was ich erst gegen Schluss Deiner Darstellung verstanden habe: dass es Dir vor allem darum geht, eine tief verwurzelte, dem ganzen modernen Westen eingravierte Spur zu verlassen: jene der Machbarkeit durch das Ego. Die Liebe hingegen, und da stimme ich Dir aus vollem Herzen zu, ist nicht »machbar«, sie kommt über uns, und nichts ist so gesehen komischer als die

Versuche diverser Onlinedienste, die uns Verliebtheit per Mausklick versprechen.

Eros zwischen Nachhaltigkeit und Sehnsucht Den vierten Brief schreibst Du an Deine Ehefrau. Hier habe ich am stärksten gespürt, dass es Dir bei Deiner Idee einer erotischen Lebenskunst um nichts Sentimentales geht, sondern viel eher um Verantwortlichkeit und Verlässlichkeit. Aus dem so entstehenden Raum nachhaltiger Zweisamkeit heraus gewährt Du, oft fast entwaffnend offen, Einblicke in ein mögliches gemeinsames Wachstum auf allen Ebenen – vom gelassenen Sex und dem heiteren Ehe-Alltag bis hin zum gemeinsamen, reifen Blick auf den Tod. Danke, dass Du das alles mitteilst!

Darf ich Dir auch gestehen, was ich – gerade hier – etwas vermisst habe? Es ist der Geschmack des Risikos, des Scheiterns, auch der schieren Verzweiflung, zumindest aber der Geschmack tragisch unerfüllter Sehnsucht. Warum? Weil die größten Geschichten des Eros doch eher Dramen des Unmöglichen und nicht Prosa mit glücklichem Ausgang sind. Du selbst entwickelst Dein Buch ja aus dem vergleichsweise sicheren Hafen der Ehe heraus; aber auch für die Seele in fester Bindung, das weißt Du, gibt es noch die Berührung mit dem Eros, auch und gerade dann gibt es dieses Fallen in die Liebe; in solchen Fällen, so schreibst Du, sollte die Sehnsucht der Verliebten sich besser mit dem Berühren der Hände begnügen. So aber spielt das Leben meist nicht, und Eros hält sich, wie Du ja auch weißt, nicht an die Regeln der Tunlichkeit. Da kann das Feuer, von der kleinsten Berührung ausgelöst, schon mal eine Glut entfachen, die auch fest verankert geglaubte Beziehungen versengt. Denk' doch nur an den von uns gemeinsam verehrten und von Dir immer wieder auch zitierten Hölderlin: Er respektierte mit seiner Susette keine Grenzen – und zog den Wahn der Aussichtslosigkeit jeder Vernunftlösung vor. Wenn Eros wirklich den Raum unserer »Ma-

chenschaften« unterläuft, dann gibt es doch kein Halten mehr. Du plädiert in solchen Fällen für ein bewusstes Gestalten, um zerstörerischen Entwicklungen vorzubeugen. Das ist vermutlich die heilsamere Variante.

Das Christentum als Religion des Eros In größte geistesgeschichtliche Räume hinein führt der letzte Teil Deines Buches: Der an Deine Eltern gerichtete Versuch, das Bild eines erotischen Jesus zu vermitteln. Du mutest uns zu, die Entwicklung des Christentums als Religion und als gesellschaftlich prägende Kraft neu zu lesen, vor allem in ihrer fatalen Wendung, das Element des Eros verdrängt zu haben zu Gunsten einer restriktiven Moral. Dass das Christentum im Kern die Religion der Liebe sei, dieser oft zitierte, aber fast nie verstandene Satz, leuchtet im Zusammenhang Deines Buches auf einmal in einem ganz neuen und zugleich ursprünglichen Glanz – im Glanz des Eros. Umgekehrt erscheinen die jüngst noch ins grelle Licht gerückten Missbrauchsfälle der Kirche – und hier wirst Du ganz aktuell – nur als logische Folge einer verdrängten Liebe, die auch in ihren erotischen und sexuellen Dimensionen als göttlich anerkannt und entsprechend gelebt werden müsste. Das von Liebe volle Menschentum der Stiftergestalt des Christentums, »ganz Gott, ganz Mensch«, ist mir selten so plastisch vor Augen getreten wie in Deinen Ausführungen.

Hier im Schlussteil wird noch einmal besonders deutlich, dass Du es trotz Deines immer vom Trivialen und Sentimentalen bedrohten Hauptmotivs der Liebe nicht etwa bei bloß persönlichen Gefühlen belässt, sondern es in großen philosophischen und spirituellen Zusammenhängen nachvollziehbar machst. Dein Buch ist deshalb beides: eine große Einladung, sich selbst vom Eros treffen zu lassen und gleichzeitig dazu, die Konsequenzen seiner Macht bis in die elementaren Grundlagen unseres Zusammenlebens hinein zu denken. *Ein Liebes-Dienst!*

Christoph Quarch ist einer der drei Initiatoren des Magazins *Wir – Menschen im Wandel*. Zuvor war er Chefredakteur der Zeitschrift *Publik Forum* und langjähriger Programmchef des Deutschen Evangelischen Kirchentages. Christoph Quarch ist Autor und Herausgeber zahlreicher Bücher und vielfältig als Journalist und Seminarleiter unterwegs. Er ist verheiratet und hat zwei Kinder.

www.lumen-naturale.de



Das Buch

Christoph Quarch:
hin&weg. Verliebe dich ins Leben
J. Kamphausen Verlag, 2011
264 Seiten, 17,95 Euro.



Gottes Astronom

Wie der amerikanische Astrophysiker und Jesuit George Coyne Wissenschaft und Glaube verbindet

BEI SEINEN BLICKEN DURCHS TELESKOP ENTDECKTE ER ZWAR KEIN HÖHERES WESEN, WOHL ABER EIN GOTTESVERSTÄNDNIS, BEI DEM SICH NATURWISSENSCHAFT UND SPIRITUALITÄT NICHT AUSSCHLIESSEN. ZU BESUCH BEI EINEM ASTRONOMEN GOTTES.

Text: Rüdiger Süner

Wissenschaftliche Forschung hat im Vatikan eine lange Tradition. Vor allem aus den Reihen der Jesuiten sind brillante Forscher hervorgegangen, am berühmtesten ist vielleicht der Paläontologe Teilhard de Chardin, der bereits in der Mitte des 20. Jahrhunderts Evolutionstheorie und Theologie miteinander versöhnen wollte. Dem gleichen Orden wie Teilhard gehört auch George Coyne an – und zwar seit seinem 18. Lebensjahr. Er war lange Zeit Direktor der Vatikanischen Sternwarte auf dem Mount Graham und lehrt heute noch als Professor für Astronomie an der Universität Tucson/Arizona. Der Besuch auf seinem Observatorium in Arizona ist ein Abenteuer für sich. Die Auffahrt auf den Mount Graham, wo neben dem Vatikanischen Observatorium auch das größte optische Teleskop der Welt (Large Binocular Telescope) steht, will gut vorbereitet sein. Man kann dort nicht einfach hochfahren, sondern muss sich am Fuße des Berges eine Genehmigung und ein Funkgerät abholen, um eventuellem Gegenverkehr auf der engen Straße seine Ankunft anzukündigen. Mehrere verschlossene Schranken mussten passiert werden, fast wie in einem militärischen Sperrgebiet.

Naturgeistigkeit und Theologie Für mich war die Auffahrt von einer zusätzlichen Spannung begleitet, da ich wusste, dass der Mount Graham auch als heiliger Berg der in Arizona lebenden Apache-Indianer gilt. Sie betrachten seine Majestät und sein vielfältiges Ökosystem als spirituellen Raum und Sitz hoher Schutzgeister, die ihrer Meinung nach durch den Bau der Teleskope empfindlich gestört worden seien. Daher hatte es viele Proteste gegeben, die bis heute anhalten, wenn etwa einmal im Jahr viele Natives einen »sacred run« auf die Bergspitze unternehmen, um ihre Stimme gegen dessen technologische »Entweihung« zu erheben.

Viele Gedanken und Gefühle gingen mir bei der langen Auffahrt durch den Kopf: Gibt es immer noch den Kampf zwischen christlicher Theologie und »heidnischer« Naturreligion, der sich hier, mitten im 21. Jahrhundert, in affektgeladenen Formen ausdrückt? War-

um ist es so schwer, den Gott der Christen mit dem der Indianer zu versöhnen? George Coyne, so hatte ich vorab gehört, wollte den Mount Graham nicht als »heiligen Berg« anerkennen, weil auf ihm keine Tempel oder Kultstätten zu finden seien, sondern »nur Erde und Natur«. Die Indianer argumentierten, dass Gott eben auch in den unscheinbarsten Gräsern und Tieren wohne und man zu seiner Verehrung keine Gotteshäuser bräuchte. Bildeten nun die High-Tech-Observatorien auf der Spitze des Berges eine neue Allianz von Kirche und Wissenschaft gegen angeblich »veraltete« naturreligiöse Glaubenspraktiken, die sich dadurch als die neuen verfolgten Ketzer fühlen mussten?

Eine Führung durch die beiden Teleskope auf dem Mount Graham offenbarte tatsächlich ein High-Tech-Erlebnis, wie ich es selten vorher erfahren hatte. Das riesige Large Binocular Telescope (LBT) mit seinen zwei 8,4 Meter großen Doppelspiegeln könnte noch in 2,5 Millionen Kilometer Entfernung das Licht einer brennenden Kerze festhalten. Seine Aufnahmen haben die dreifache Qualität des legendären Hubble-Teleskops. Es wirft nicht nur einen Blick in die unendliche Vielfalt und Schönheit des Kosmos, sondern vermag auch zurück in die Zeit des Urknalls zu schauen, um – ähnlich wie das CERN-Forschungszentrum bei Genf – die Entstehungsbedingungen unseres Universums zu erforschen.

Das unmittelbar danebenliegende Vatican Advanced Technology Telescope (VATT) ist kleiner. Es bezieht aber seine Faszination aus der Tatsache, dass hier seit 1993 Jesuiten in die Weiten des Alls blicken – auf der Suche nach Gott im Kosmos?

Daher war eine meiner ersten Fragen an George Coyne, was denn ein Priester sieht, wenn er durch ein Teleskop schaut. Coyne ist ein bescheidener und kluger Mann, der sich durch solch eine Frage nicht aus der Ruhe bringen lässt. Selbstverständlich sehe er zunächst einmal dasselbe wie jeder nichtgläubige Kollege, nämlich einen gewaltigen Reichtum an Sternen, den er mit der unvorstellbaren Zahl von 10 hoch 22 bezifferte. Da die frühesten dieser Sterne während gewaltiger Explosionen auch die Elemente schufen, aus denen wir bestehen, bestünde zudem

Links: Krebs-Nebel im Sternbild Taurus: Reste einer Supernova, in deren Explosion auch alle Elemente unseres Körpers entstanden

Rechts: George Coyne



eine tiefe Verbindung zwischen allen Stoffen und Kreaturen des Universums: »Ein Wissenschaftler erfährt beim Blick durchs Teleskop, dass wir aus Sternenstaub gemacht sind«, sagt Coyne. Ich hakte nach, ob diese glitzernde Metapher für ihn auch eine spirituelle Bedeutung besitzt. Aber Coyne entfaltet sein Gottesbild vorsichtiger und versucht, möglichst lange auf dem Boden wissenschaftlicher Fakten zu bleiben. »Astrophysik, Quantentheorie, Chaostheorie und Komplexitätsforschung«, so erklärt er mir, »lehren uns auch, dass wir in einem nicht vorbestimmten, sondern offenen Universum leben, das eher Eigenschaften wie Kreativität, Freiheit und Spontaneität spiegelt als einen festgefühten Plan«. Darin walte zwar eine ungeheure Feinabstimmung von Grundkräften, die wissenschaftlich noch nicht erklärbar sei, aber auch die Möglichkeit zahlloser unvorhersehbarer Variationen, die eben die Dynamik eines evolutionären Universums offenbarten. Diese Fakten, so Coyne, könnten von Wissenschaft alleine nicht in ein befriedigendes Gesamtbild eingeordnet werden und seien daher eine Einladung auch für philosophische und theologische Interpretationen. »Würde ich mich fragen, was für ein Gott ein solches Universum geschaffen haben mag, so müsste ich sagen: ein wunderbarer Gott, der uns dauernd an seiner eigenen Kreativität teilnehmen lässt.«

Für Glaubensbrüder, die dafür beten, dass Wissenschaft bestimmte Fragen niemals klären wird, um die Existenz Gottes nicht zu gefährden, hat Coyne nur Unverständnis übrig. »Gott gab uns ja gerade unsere Gehirne, um auch Wissenschaft zu treiben und nicht, um ihn als Lückenbüßer für ungeklärte Fragen einzusetzen«, ist er überzeugt. Gott sei für ihn kein Ingenieur oder Kontrolleur, der – wie die Kreationisten glauben – Tausende von Insektenarten einzeln geschaffen habe, sondern habe einen Anstoß gegeben, damit sich die Welt ständig selbst neu erschaffen könne. »Gott hat vielleicht das Universum deshalb geschaffen, weil er seine schöpferische Kraft mit anderen teilen wollte und nicht wie eine Maschine, die nach vorherbestimmten Kausalgesetzen ihre Arbeit verrichtet«, überlegt der Wissenschaftler und Theologe.

Sympathisch an Coyne ist sein undogmatischer, freiheitlich getönter Gottesbegriff, der mir oft kreativer und liberaler vorkam als vieles, was ich von seinem Chef, Papst Benedikt XVI, kenne. Er spricht auch davon, dass Glaube für ihn alles andere als ein »sicherer Hafen« sei, in dem er sich ruhig und entspannt zurücklehnen könne. Jeder Tag, zumal auch als Wissenschaftler, bedeute für ihn eine neue Herausforderung. Manchmal zerfielen ihm alle Beschreibungen Gottes – wie schon Thomas von Aquin sagte – »wie Strohhalme im Wind«. Dabei helfe ihm aber gerade seine Wissenschaft weiter, da sie ihm täglich den Ausblick auf unerhörte Mysterien und nicht verbal zu fassende Großartigkeiten eröffne. »Wir werden nie die Vorstellung von Gott und seiner Beziehung zum Universum haben, wenn wir nicht das Universum, so gut es geht, wissenschaftlich erforschen«, sagt Coyne.

Warum Gott »überflüssig« ist Aufgrund solcher Ansichten, die natürlich auch die Genialität Darwins anerkennen, ist Coyne ein gern gesehener Gesprächspartner auch im Dialog mit eher atheistisch orientierten Naturwissenschaftlern. So hat er in einem langen auf Youtube dokumentierten Gespräch dem Ox-forder Biologen und Atheisten Richard Dawkins sein freiheitlich-kreatives Gottesbild derart überzeugend nahebringen können, dass der oft überskeptisch gestimmte britische Religionskritiker mit unverhohlener Faszination reagierte¹. Als Dawkins ihn danach fragte, ob sein Gott angesichts der vielen Einsichten der Evolutionstheorie nicht überflüssig werde, antwortete Coyne nur ruhig: »Ja, für mich ist er überflüssig. Ich brauche ihn nicht, er offenbarte sich mir als »überflüssiges Wesen«, ob ich ihn nun brauchte oder nicht.« Gerade durch seine Transzendenz über alles Funktionale und Rationale, durch sein »Überflüssigsein«, transzendiere ein solcher Gott auch noch die menschliche Liebe um ein Vielfaches. Jemand, der so etwas glauben kann, denke nun anders über Welt und Menschen. Gott sei kein Gott der Erklärungen, sondern einer der Liebe.

¹<http://www.youtube.com/watch?v=pooZMfkSNxc&feature=channel>
Der in diesem Aufsatz erwähnte Moment ereignet sich in Teil 5 des Youtube-Gesprächs.

Autor und Film



Für seinen Film »Das kreative Universum« hat der Regisseur Rüdiger Sünner zahlreiche Querdenker im Bereich der Naturwissenschaften über ihr Verhältnis zu spirituellen Themen befragt.

www.daskreativeuniversum.de

Teilhard de Chardin – Gott ist Evolution

Teilhard de Chardin 1881 – 1955 widmete als Naturwissenschaftler und Angehöriger des Jesuitenordens sein Leben der Überzeugung, dass die sich entwickelte Welt der Erscheinung Ausdruck des Göttlichen ist. Als Paläontologe war er an wichtigen Entdeckungen zur Frühgeschichte des Menschen beteiligt. Die Evolution des Kosmos, der Natur und des Menschen bedeutete für ihn keinen Widerspruch zu einem göttlichen Schöpferwillen, vielmehr sah er darin seinen werdenden Ausdruck. Teilhard gab auch der Figur des Christus einen neuen Sinn, indem er seine sich entwickelnde Offenbarung als »Omega-Punkt« der Evolution bezeichnete, auf den alles zulaufe. Ferner wies Teilhard der Menschheit und ihrer Selbstbewusstwerdung eine entscheidende Rolle für die Evolution zu. Wegen seiner revolutionären Ansichten blieb Teilhard zeitlebens von der katholischen Kirche mit einem Publikationsverbot belegt. Seine Ideen wirken bis heute fort.



Vatikanische Sternwarte auf dem Mount Graham / Arizona

Interessant ist in diesem Moment des Interviews, dass Dawkins einfach nur einen Moment angerührt zuhört und nicht wie sonst mit evolutionsbiologischen Herleitungen von Liebe und Altruismus kommt. Man merkt, dass er Coyne in seiner Art akzeptiert, gerade weil dieser auch offen gegenüber der Naturwissenschaft ist, aber dennoch deren Grenzen deutlich artikulieren kann. Als wir nachts wieder vom Mount Graham herunterfahren, durch dunkle Wälder, durch die nur ab und zu die Lichter der unten liegenden Kleinstädte blitzen, muss ich wieder an die Indianer und ihr Unbehagen gegenüber den Teleskopen auf ihrem »heiligen Berg« denken. Müsste nicht Coynes kreativer, nicht festgelegter Gott der Liebe auch Platz für ihre naturreligiösen Vorstellungen lassen? Und könnten nicht umgekehrt die Indianer zu verstehen versuchen, dass High-Tech-Observatorien nicht nur einem profitorientierten Verfügungswissen dienen, sondern ebenso dem Staunen und der Verehrung gegenüber Räumen und Kräften, die wir möglicherweise niemals rational erfassen werden? //

News

Gesundheit & Wohlfühlen

Klangwunder aus der Schweiz

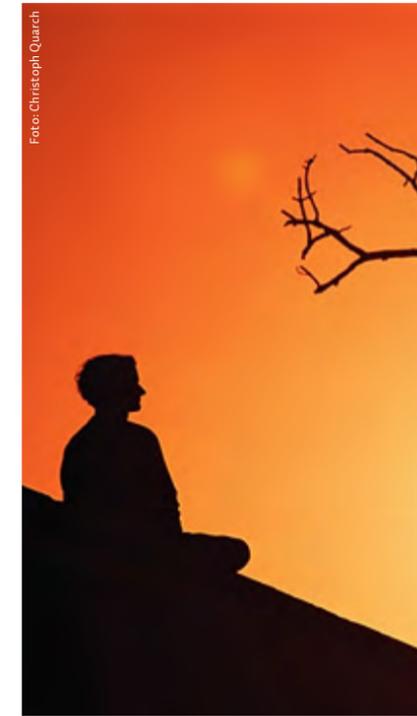
Es ist mehr als ein Musikinstrument, es ist ein Klangwunder: Der Hang. Überall, wo seine Töne erklingen, lauschen die Menschen verzaubert. Die beiden Instrumentenbauer Felix Rohner und Sabina Schärer entwickelten nach jahrelanger Forschung aus der Steelpan dieses einzigartige Instrument, das jeder ohne Vorkenntnisse sofort spielen kann. Das Hang ist eine Musikinstrument, das im Jahr 2000 in Bern in der Schweiz das Licht der Welt erblickte. Sein konvexer Korpus besteht aus einem speziell gehärteten Stahlblech, das die Hangbauer ursprünglich für den Bau von Steelpans entwickelt hatten. Auf der Oberseite befindet sich in der Mitte der Kuppelton Ding, um den ein Kreis aus 7 oder 8 Tonfeldern angeordnet ist. Die untere Halbschale hat eine runde Resonanzöffnung (Gu). Gespielt wird das Hang mit den Fingern und Händen. Dies gab ihm auch seinen Namen: Hang bedeutet im Berndeutsch Hand. Einfach kaufen kann man den Hang nicht, es bedarf eines persönlichen Wunschs Schreibens per Brief. www.hangblog.org

Wir – Menschen im Wandel arbeitet zusammen mit dem Web-Portal newslichter.de. Newslichter präsentiert auf unseren Nachrichtenseiten regelmäßig gute Nachrichten.

newslichter
Gute Nachrichten online.

Spiritualität macht gesund

Wer glaubt, lebt länger und gesünder. Das sei das Ergebnis einer Untersuchung der Christian Medical Fellowship (CMF/



Christliche Mediziner-Gemeinschaft) mit Sitz in London, berichtet der Nachrichtendienst idea. Dafür haben die Ärzte Alex Bunn und David Randall rund 1.200 internationale Studien und 400 medizinische Fachartikel ausgewertet. Rund 81 Prozent dieser Untersuchungen zeigen gesundheitliche Vorteile durch gelebte Spiritualität und vier Prozent negative Einflüsse. Die übrigen Ergebnisse sind neutral. Am deutlichsten treten die positiven Einflüsse von Spiritualität und Glauben bei der seelischen Verfassung der Menschen zutage, etwa in Form eines größeren Wohlbefindens, mehr Lebenszufriedenheit, Hoffnung, Optimismus, Lebenssinn, Selbstachtung, weniger Einsamkeit, Angst, Depression und Selbsttötungsge-danken. Christoph Quarch

Rückenschmerzen sind oft stressbedingt

Sechzig Prozent aller Kur- und Invaliditätsanträge werden wegen Rückenschmerzen gestellt. Rückenschmerzen sind die zweithäufigste Ursache für Arztbesuche. 30 bis 40 Prozent aller Deutschen leiden daran, 80 Prozent mindestens einmal in ihrem Leben. Und auch immer mehr Kinder tauchen in der Statistik auf – »wegen Bewegungsmangel, falschem Sitzen, zu viel Computer und Fernsehen«, sagt Sonja May, Heilpraktikerin in München. Wer Rückenschmerzen vorbeugen will, dem empfiehlt sie Entspannungstechniken wie Yoga und Meditation, Ausgleichssport wie Schwimmen, Radeln, Wandern und Laufen sowie Rückentraining zum Muskelaufbau und zur Stabilisation. Wenn plötzlich akute Beschwerden auftreten, müsse zunächst geklärt werden, woher sie kommen. Nicht zu unterschätzen sei der psychosomatische Hintergrund. »Oft reagieren Menschen stark mit dem Körper, wenn der Ausgleich zu Stress und emotionaler Belastung fehlt«, erklärt die Heilpraktikerin und verweist auf Erkenntnisse der Hirnforschung, wonach die emotionalen Begleiterscheinungen körperlicher und seelischer Schmerzen von den gleichen Gehirnregionen verarbeitet werden.

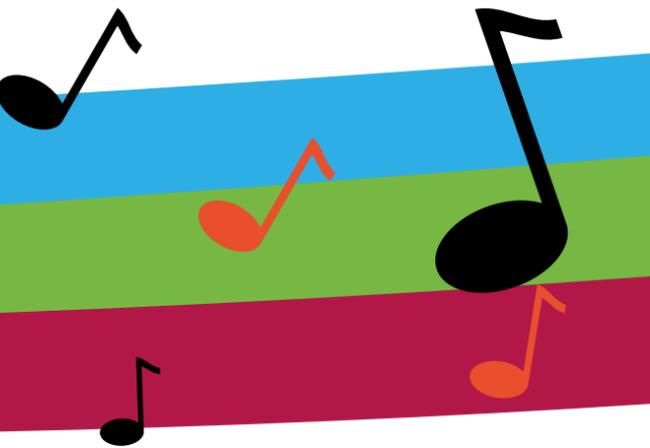
Wir – Menschen im Wandel arbeitet zusammen mit dem Web-Portal deventhos.de. Deventhos präsentiert in dieser Rubrik regelmäßig Nachrichten zum Thema ganzheitliche Gesundheit.

deventhos[®]
das Gesundheitsportal für Alternativen,
Perspektiven und Lebensqualität

Gute Stimmung

DASS MUSIK HEILSAM SEIN KANN, WUSSTEN WIR EIGENTLICH SCHON IMMER. JETZT BESTÄTIGT AUCH DIE MEDIZINISCHE WISSENSCHAFT, DASS WOHLDOSIERTE KLÄNGE UNS GUT TUN.

Text: **Andrea Fettweiss**



In einer weiten, bedächtigen Kurve bewegt sich die schwere Metallkugel des Foucault'schen Pendels im Halbdunkel. Ein paar klagende Trompetentöne verhallen langsam. Dann schweben plötzlich Gesangsphrasen hinterher, hohe und tiefe Töne zugleich. Zwischen durch vibrieren die knarrenden Laute eines Didgeridoos durch den Raum, schwingen auf und ab, bis schließlich flinke Flötentöne hinterhertanzen. Magische Töne in einem magischen Raum. Tatsächlich aber nur ein Soundcheck – in einem stillgelegten Gasometer in Augsburg. Doch die Wirkung ist berückend: Eine Ahnung von Unendlichkeit entsteht bei der Wahrnehmung der verschiedenen Klänge, obwohl sie doch in einem geschlossenen Raum zirkulieren. Und erzeugt hat sie nur ein einziger Künstler: Christian Bollmann, Komponist, freier Musiker, Multiinstrumentalist, Produzent und Musikpädagoge im Oberbergischen bei Köln – ein Klangvirtuose, der am liebsten in Räumen spielt, die eine ungewöhnliche Akustik haben und die dadurch selbst zu einem Instrument werden. So wie das alte Gasometer. Wo er auftritt, stehen jedoch seine eigene Stimme und Naturinstrumente im Mittelpunkt. Mit ihnen lädt er seine Hörer ein, in die Welt der Klangräume und Sphären zu reisen, um ihr Inneres dabei neu zu erleben – und das nicht zuletzt deshalb, um so die Tiefe und heilende Kraft der Musik erlebbar zu machen. Denn Musik ist für Christian Bollmann mehr als eine Komposition aus

Melodien und Rhythmen: Sie ist ihm Nahrung für Geist und Seele; eine Ansicht, mit der er nicht allein steht. Schon der französische Dichter Victor Hugo sah den Einfluss der Musik auf den Menschen: »Die Musik drückt das aus, was nicht gesagt werden kann und worüber zu schweigen unmöglich ist.« Was frühere Kulturen immer schon wussten, rückt heute langsam wieder ins Alltagsbewusstsein: Musik ist weit mehr als nur Unterhaltung. Sie nimmt unmittelbaren Einfluss auf Leib und Seele: Sie kann uns fröhlich stimmen, aber auch traurig und aggressiv machen, sie kann anregen oder entspannen und sogar heilen. Wer selbst musiziert, erlebt die Melodien und Rhythmen dabei noch intensiver, als wer sie nur konsumiert. So oder so findet Musik vielfältige Anwendung in therapeutischen Zusammenhängen. Und das mit gutem Grund

Erste Beats im Mutterleib Die Verbindung zur Musik entwickeln wir als eine Art Ur-Erfahrung bereits im Mutterleib. Es beginnt mit dem Herzschlag der Mutter, den der Embryo je nach ihrer Stimmung sehr unterschiedlich und bis zu einer Lautstärke von 90 Dezibel erleben kann. In den letzten Monaten der Schwangerschaft hört das werdende Kind auch die Sprech- und Singstimme der Mutter. Nach der Geburt, wenn der Säugling den Sinn der Worte noch nicht verstehen kann, orientiert er sich an dem Klang des Gesagten. Auch alle anderen Geräusche vernimmt das Kind auf musikalischer Ebene. Mit einer Klangmassage kann bereits während der Schwangerschaft der Kontakt zwischen der werdenden Mutter und dem

ungeborenen Kind gefördert werden, um das natürliche Bonding zu stärken. Aus der Pränatalpsychologie ist bekannt, dass die Beziehung zwischen Mutter und Kind in dieser Phase eine wichtige Grundlage für eine ganzheitliche Entwicklung eines Menschen ist. Mithilfe von Klängen wird sich das Kind auch später noch an die wohltuende Situation und das Geborgensein erinnern, was wiederum das Wachstum positiv beeinflusst. Natürlich ist eine Klangmassage auch für schwangere

Frauen eine faszinierende Erfahrung. Hier lernt sie durch die Klänge den eigenen Körper bewusster wahrnehmen, was den Instinkt wie die Gefühle vertieft und das Selbstvertrauen in den eigenen Körper erhöht. Das ermöglicht es der Schwangeren, die Sprache und die Signale des eigenen Körpers besser zu verstehen, denn der Körper hat, wie alle lebendigen Systeme, ein natürliches Bestreben nach Ordnung und Harmonie. So können auch Störungen wie Übelkeit und Erbrechen oder vorzeitige Wehen während der Schwangerschaft als Kommunikationsversuch des Körpers verstanden werden, der eine andere Wahrnehmung und Haltung zur momentanen Situation einfordert. Die Klänge werden dann dazu genutzt, wieder bei sich anzukommen, sich zu spüren, Ängste zu thematisieren und Altes abzuschließen, um sich so auf etwas Neues einlassen zu können. Besonders Klangschalen haben eine zentrierende, sammelnde und bündelnde Qualität. Sie helfen, in der eigenen Mitte anzukommen und das »Brüten« zu lernen. Allerdings sollten in den ersten drei bis vier Monaten der Schwangerschaft keine Klangschalen angewendet werden; und man sollte während der gesamten Schwangerschaft darauf achten, dass Klangschalen nicht auf das Kreuzbein gestellt werden, da sie Wehen auslösen könnten. Kurz vor der Geburt jedoch kann die wehenfördernde Eigenschaft der Klänge hilfreich sein.

Mozart lässt die Schmerzen schmelzen Nicht nur für Schwangere ist Musik ein Therapeutikum. Studien zeigen, dass bestimmte Musikstücke bei vielen Menschen ähnliche körperliche Reaktionen hervorrufen. So fand der Psychologe Marcel Zentner von der Universität York in Tests mit mehr als 1000 Probanden heraus, dass die »Tritsch-Tratsch-Polka« von Johann Strauss

die stärksten Macht- oder Freudegefühle hervor, während das Werk »Kol Nidrei« von Max Bruch den höchsten Wert der Bezauberung, Traurigkeit und Transzendenz erreichte. Bekannt ist, dass bei der Uraufführung von Igor Strawinskys »Sacre du Printemps« das Publikum durch die

eigenwillige Stilistik im Rhythmus regelrecht aggressiv wurde. Zentner untersuchte auch die schmerzstillende Wirkung der Musik. Bei leichten Stücken von Mozart zum Beispiel konnten die Probanden es länger aushalten, ihre Hand in Eiswasser zu tauchen. Die Schmerztoleranz konnte um 20 bis 25 Prozent erhöht werden. Wie ist das möglich? Was geht in uns vor, wenn wir Musik hören? Sobald wir Musik als angenehm empfinden, setzt der Körper Beta-Endorphine frei. Sie senken den Grundumsatz, erhöhen die Schlafbereitschaft und regeln Empfindungen wie Schmerz und Hunger. Außerdem beeinflussen sie die Produktion der Sexualhormone und sind mitverantwortlich für die Entstehung von Euphorie. In der Schmerztherapie ist die Musik daher eine wertvolle Komponente geworden, denn je nach Reaktion des Patienten können die Schmerzmittel bis zu 70 Prozent abgesenkt werden. Noch intensiver wirkt Musik, wenn man sie selbst macht, so Professor Dr. Hans-Helmut Decker-Voigt, Direktor des Instituts für Musiktherapie der Hochschule für Musik und Theater Hamburg. Besonders Kinder, Jugendliche und Erwachsene, die unter seelisch bedingten Schwierigkeiten oder Störungen im Erlebens-, Verhaltens- oder im körperlichen Bereich leiden, profitieren von den wohltuenden und harmonisierenden Wirkungen des Musizierens. Dazu muss man weder musikalisch sein, noch ein Instrument beherrschen. Bei der aktiven Form der Musiktherapie darf sich jeder ein Instrument greifen, nach dem ihm zumute ist und damit spielen. Hier gibt es kein Richtig oder Falsch, sondern einfach nur Klänge, die jene Gefühle ausdrücken, die man nicht aussprechen kann.

Zurück ins Leben gefunden Die amerikanische Jazzsängerin Melody Gardot (26) entdeckte die heilende Kraft der Musik für sich, nachdem sie mit 16 Jahren einen schweren Unfall erlitt. Sie hatte sich schon als junges Mädchen ein kleines Taschengeld damit verdient, in Bars am Piano zu spielen. Als die Ärzte ihr eine Musiktherapie empfahlen, begann sie noch im Krankenhaus, eigene Songs zu schreiben und aufzunehmen. Heute geht sie mit ei-



nem Gehstock und einer Sonnenbrille auf die Bühne, denn sie kann durch die dauerhaften Schäden an Wirbelsäule und Becken nur sehr langsam und mit Hilfe gehen. Elegant gekleidet und geschminkt präsentiert sie meist auf einem Spezialstuhl sitzend mit einer bezaubernden Stimme ihre Songs, die eine Mischung aus Jazz, Blues und Pop sind. Ein besonders überzeugendes Beispiel ist in dem Video »Baby, I'm a Fool«, das schon viele Menschen begeistert hat, unter <http://bit.ly/dXlWj5> zu erleben. Hier versteht man, was Yehudi Menuhin meint, als er einst sagte: »Wenn einer aus seiner Seele singt, heilt er zugleich seine innere Welt. Wenn alle aus ihrer Seele singen und eins sind in der Musik, heilen sie zugleich auch die äußere Welt.«

Alles schwingt Nicht nur die Musik, sondern auch viele andere Therapien wie Bioresonanz, Homöopathie oder Reiki basieren auf der heilsamen Wirkung von Schwingungen. Wenn man bedenkt, dass alles im Universum Energie und somit Schwingung ist, lässt sich dies leicht nachvollziehen. Als die Pioniere der Quantenphysik herausfanden, dass es im strengen Sinne keine Materie gibt und es letztlich am Beobachter liegt, ob sich ihm subatomare Ereignisse als Teilchen oder Schwingung darbieten, ahnte man noch nicht, in welchem Maße damit die Tür zu einem neuen Weltbild aufgestoßen werden würde. Heute bestätigt sich mehr und mehr, dass alles, was existiert, nur durch verschiedene Wellenlängen unterscheidbar ist. Alles ist Schwingung, alles Frequenz. So hat auch jede Körperzelle ihre eigene Schwingungsfrequenz, in der die Zelle versucht, ihre Aufgaben wie die Entsorgung von Schlackenstoffen, die Versorgung mit Sauerstoff, Nährstoffen sowie anderen wichtigen Substanzen und die Produktion von Hormonen oder Enzymen zu bewältigen. Gleichzeitig wirken Informationen durch Schwingungen von außen auf uns, was heilsam, aber auch störend oder sogar krankmachend sein kann – dann nämlich, wenn durch diese Schwingungen das Energielevel unseres Körpers sinkt und blockiert ist: ein Ereignis, das wir Krankheit nennen. Darauf baut die Schwingungsmedizin. Sie diagnostiziert, indem körpereigene Frequenzen gemessen werden. Und sie therapiert, indem sie dem Organismus Mittel verabreicht, die eine optimale Frequenz auf körperlicher, seelischer und geistiger

Ebene wieder herstellen können. Dabei kommen sowohl akustische als auch chemische oder mechanische Stimulationsimpulse in Frage. Bei elektrischen oder magnetischen Einwirkungen sind natürlicherweise ebenfalls Schwingungen präsent.

Hertz fürs Herz Die Schwingungsmedizin fasst also eine Reihe von Therapieverfahren zusammen, die mit sogenannten feinstofflichen Schwingungen arbeiten. Ziel solcher Therapien ist immer ein Ausgleich gestörter Schwingungsfelder. Dazu wird eine stabile Schwingung gleicher Frequenz vorgegeben. Zu diesen Therapieverfahren gehören neben der Bioresonanz die Farblicht-, Aroma-, Bachblüten- und Edelsteintherapie, homöopathische Hochpotenzen, Heilströmen, Feng Shui Maßnahmen, aber auch sehr alte Verfahren wie Beten oder Handauflegen. Damit lassen sich nicht nur Menschen, sondern auch Tiere und Pflanzen behandeln, also alle organischen Lebensformen, die als Energiewesen angesehen werden.

In den letzten Jahren der Raumfahrttechnologie wurde es sogar möglich, die Schwingungsfrequenzen des Körpers und seiner einzelnen Teilchen nicht nur zu messen, sondern diese Schwingungen auch per Mikrochip auf ein Millionstel Hertz genau als heilende Impulse in den Körper einzubringen. Die Wirkung ist die gleiche wie in der Homöopathie: Gleiches wird mit Gleichem geheilt. Der Unterschied ist, dass Schwingungstherapien auch mit anderen Therapien kombiniert werden können. Sie verfolgen immer einen ganzheitlichen Ansatz, der die gesamte Persönlichkeit auf allen Ebenen, sowohl deren Umfeld als auch Entwicklung, mit einbezieht, so wie die Klänge, die Christian Bollmann in dem Raum des Gasometers erzeugte: Sie treffen nicht nur unser Trommelfell, sondern umfassen unseren ganzen Körper, unsere Seele und hüllen uns in die Schwingungen der verschiedenen Klänge ein. //

Andrea Fettweis ist Journalistin mit dem Schwerpunkt Gesundheit und außerdem als Künstlerin tätig.

Musikalisches Breitbandtonikum

WARUM DIE KLÄNGE DES MUSCHELHORNS UNSEREN KNOCHEN GUT TUN UND DER OBERTON-GESANG WIE EINE RUNDUM-MASSAGE VON INNEN WIRKT. GESPRÄCH MIT DEM MUSIKER UND KOMPONISTEN **CHRISTIAN BOLLMANN**

Text: **Andrea Fettweis**

Wir: Herr Bollmann, manche Menschen schreiben dem Oberton-Gesang heilende Kräfte zu. Was ist eigentlich das Geheimnis der Obertöne?

Christian Bollmann: Jeder Klang ist aus verschiedenen Tönen zusammengesetzt, ähnlich der Farbe Weiß, die aus allen Farben des Regenbogens besteht. Dabei sind die einzelnen Teiltöne oder Obertöne unterschiedlich stark ausgebildet. Wenn wir einen Klang hören, nehmen wir eigentlich nur die Botschaft wahr. Der Code, der dahintersteckt, wird erst durch die Obertöne entschlüsselt.

Wir: Wie kann man die Obertöne hörbar machen?

Bollmann: Beim Obertonsingen werden die Klänge zwischen den Vokalen moduliert und praktisch von einem Vokal zum anderen gescannt, zum Beispiel vom U zum I. Dabei werden die einzelnen Töne in einer bestimmten Reihenfolge hörbar, die von der Natur vorgegeben ist. Es gibt einen Grundton, den man mit der Erde vergleichen kann. Von dort aus geht es in einer Naturgesetzlichkeit schrittweise höher bis ins Universum. Auf dem Weg dorthin erlebt der Sänger in den Intervallen immer wieder etwas Neues, dann wieder etwas Bekanntes, was der Dynamik von Spannung und Entspannung entspricht.

Wir: Welchen Effekt hat das Obertonsingen auf den Sänger?

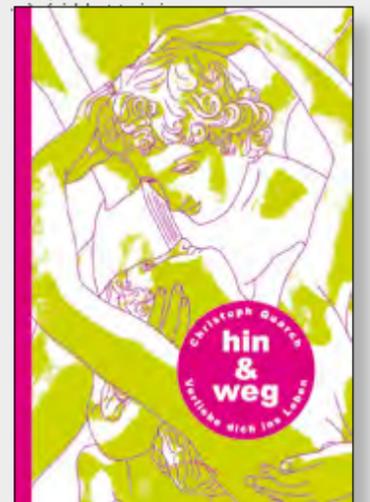
Bollmann: Durch das Obertonsingen wird das Innenleben des Tons erlebt, der gleichzeitig die eigene Befindlichkeit widerspiegelt. Der Atem vertieft sich beim Singen, sodass der Klang der Stimme wie eine innere Massage wirkt, die unsere Körperzellen aktiviert und in eine natürliche Ordnung bringt. Man könnte diesen Gesang auch als musikalisches Breitbandtonikum bezeichnen. Insofern ist jede Gesangsübung auch eine Heilanwendung.

Wir: Wie funktioniert die Heilwirkung der Klänge beim Zuhörer?

Bollmann: Jonathan Goldman, der seit über 20 Jahren ein Pionier im Bereich von Soundhealing ist, drückt das so aus: Intention plus Klang kann Heilung bewirken. Die Sänger schicken die

Hinreißende Anleitung zu Liebes-Kunst und Lebens-Kunst

Eine „Philosophie der Liebe“*



Christoph Quarch, **hin & weg**
Verliebe dich ins Leben
€ 17,95 [D], ISBN 978-3-89901-416-7

Christoph Quarch ist auf umfangreicher **Vortragsreise 2011**
Informationen hierzu unter:
www.lumen-naturale.de

* Erhältlich in jeder Buchhandlung oder bestellen Sie direkt über den Verlag: 0521-560520
www.weltinnenraum.de

jkamphausen
weltinnenraum.de

„Die Lust zu Werden und die Freude im Sein“

Sommerretreat in den Vogesen
Col du Bussang vom 21.8. – 27.8. 2011

Dieses Retreat widmet sich ganz dem inneren Prozess, unterstützt von der Stille und Schönheit der unberührten Natur der Vogesen. Als Gruppe arbeiten wir intensiv über die Voice Dialogue Methode und durch integrale Perspektiven an Aspekten der Freude und Lebendigkeit im innersten Sein, mit viel Gelegenheit für Rückzug und Einkehr in die eigene Stille und Natur.

In Männer- und Frauengruppen tauchen wir in die Möglichkeiten von Entwicklung im eigenen Erleben von Schatten und Licht in Beziehung, Partnerschaft und dem eigenen Körper. Unser Angebot möchte Menschen einladen, die Männer- und Frauengruppen leiten (möchten) oder als pädagogische sowie therapeutische Lehrer mit Jugendlichen und Menschen das Thema Mann/Frau-Sein bewegen.

Besonders ansprechen möchten wir auch Paare, welche in dieser Woche Zeit und Räume finden können, ihre Beziehung neu zu formen und zu erleben, sowie alleinerziehende Elternteile, deren jugendliche Kinder in der Gemeinschaft und ganz unter sich sein können, aber auch Möglichkeit haben, am Geschehen der Erwachsenen Teil zu haben.

Unsere Dozenten :

- Cordula Mears-Frei, Leitung und Voice Dialogue Gruppenprozess
- Sebastian Gronbach, Männergruppe integral/anthroposophische Meditation
- Thomas Kunzfeld, Voice Dialogue Facilitation and Teachings
- Tanja Nie, Tai Chi/Movement
- Sonja Beer, Frau-Sein, Rituale und Voice Dialogue
- Patricia Bailer, offener Kunstraum

Für künstlerische Prozesse steht die ganze Woche ein offenes Kunstatelier unter fachkundiger Begleitung zum freien und geführten Gestaltungsraum.

Wir arbeiten unter anderem mit Impulsen von Ken Wilber, Hal und Sidra Stone, Diane Richardson und David Deida.

Detaillierte Information:
www.praxis-integrationsarbeit.de
www.sommerakademie.menschenklang.com



6. HERBSTAKADEMIE FRANKFURT

info3 EnlightenNext DIA



Karma & Kreativität

Die deutsche Kultur und ihre Rolle für eine globale Spiritualität

Jede Kultur besitzt ihren ganz eigenen Beitrag für eine globale Spiritualität. Der deutschsprachige Raum mit seiner ausgeprägten Mystik, seiner Philosophie und Kunst berührte schon immer den Bereich der Spiritualität. Gleichzeitig brachen gerade hier Abgründe des Unmenschlichen in unvorstellbaren Dimensionen auf. Unsere Herbstakademie will sich angesichts dieser widersprüchlichen Geschichte auf das kreative Potential der deutschen Kultur besinnen und es für das Wohl der Weltgemeinschaft fruchtbar machen.

Moderation & Impulse

- + Dr. Jens Heisterkamp
- + Dr. Tom Steininger
- + Sonja Student
- + Griet Hellinckx
- + Terry Patten (per Videoschaltung)
- + Corinna Krebber

Mit freundlicher Unterstützung von



Klänge dorthin, wo der Hörer sie brauchen kann. Zu Beginn des Gesangs wird das Ziel definiert, also ausgesprochen, und beim Singen konzentrieren sich die Sänger auf die zu heilende Partie. Das kann eine Körperstelle, aber auch ein seelisches Problem sein. Der Hörer oder Empfänger leitet die Klänge seinerseits mental dorthin, wo er sie haben möchte.

Wir: Neben dem Obertongesang verwenden Sie auch Naturinstrumente. Warum gerade diese?

Bollmann: Naturinstrumente haben ein organisches Klangspektrum und regen zum Lauschen an. Das Muschelhorn gibt es zum Beispiel in verschiedenen Größen beziehungsweise Tonhöhen. Aber ich spiele auch Didgeridoos, Trompete, Tibethörner, Alphorn, Gongs, Klangschalen, Schwirrbögen und Wassertrömmeln.

Wir: Wie kann man sich die Wirkung auf den Körper vorstellen?

Bollmann: Das Muschelhorn besteht ja zu einem großen Teil aus Kalk, genau wie unsere Knochen. Die Schwingungen der Muschelhornklänge gehen daher in Resonanz mit unseren Knochen, die die Klänge dann an den gesamten Körper weiterleiten und alle Zellen aktivieren. Dadurch können sich Blockaden lösen und Schlacken abbauen.

Wir: Ist die Heilwirkung der Instrumente genauso effektiv wie der Obertongesang?

Bollmann: Die menschliche Stimme entspricht einem biologisch-organischen Synthesizer. Gesang ist äußerst variationsreich und der ganze Körper schwingt von innen her. Dennoch kann man auch mit Naturinstrumenten überzeugende Ergebnisse erzielen. Dies kann man sogar sichtbar machen. Wenn man etwa eine Klangschale auf das Wasser setzt und anschlägt, verbreiten sich die Vibrationen über die Wasseroberfläche hinweg, was man als mandalaförmige kleine Wellen erkennt.

Wir: Wie erreichen diese Schwingungen den Menschen?

Bollmann: Da unser Körper zu großen Teilen aus Wasser besteht, gehen die Schwingungen von der Klangschale über die Körperflüssigkeit mit dem ganzen Körper in Resonanz. Resonanz kann man als einen ganzheitlichen Prozess verstehen, bei dem sich Mensch und Klänge auf die gleiche Wellenlänge begeben. Die Klänge bilden also ein harmonisches System mit dem Körper und der Seele des Empfängers.

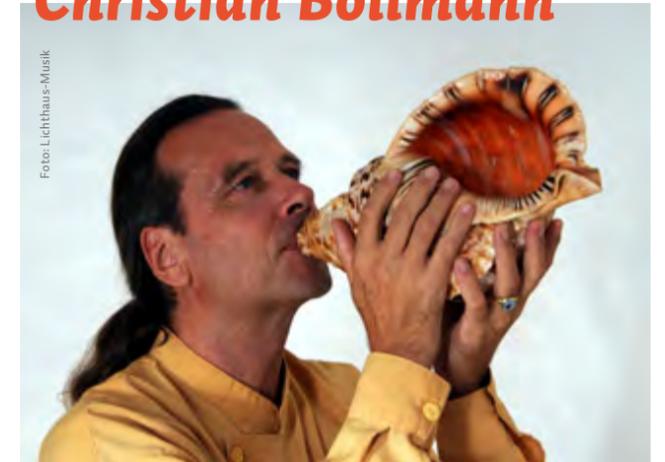
Wir: Sie haben ein Gerät entwickelt, das Sie Bodybox nennen. Was genau ist das?

Bollmann: Eine Bodybox ist im Grunde eine speziell entwickelte Lautsprecherbox, die ergonomisch geformt ist, sodass man sie zum Beispiel in den Arm nehmen oder gezielt bestimmte Körperbereiche damit beschallen kann. Sie ist mit einem Baumwollwebpelz weich umhüllt und kann auch paarweise benutzt werden. Die Bodyboxen sind zum Einsatz für die Klangmeditation und zum Klangfühlen gedacht. Mit einer speziellen CD wie »Heilende Klänge« kann man sich bequem eine Klangmassage gönnen, die natürlich auch mit anderer Musik funktioniert.

Wir: Wie kamen Sie auf die Idee, die Bodybox zu erfinden?

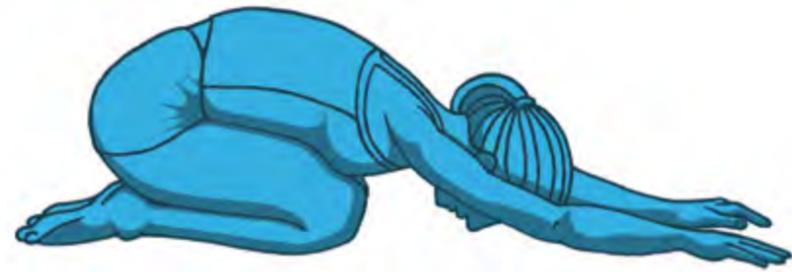
Bollmann: Ich hatte eine Meniskusverletzung, die eigentlich operiert werden sollte. Das wollte ich vermeiden, also überlegte ich mir, wie ich mein Knie mithilfe von Klängen heilen könnte. Als ich für Aufnahmen einer CD mit Musik zur Klangmassage beschäftigt war und dafür mit der Positionierung der Lautsprecherboxen experimentierte, kam ich auf die Idee, kleine handliche Boxen zu bauen. Beim Testen der Nahfeldmonitore merkte ich, dass es nicht notwendig ist, die Boxen direkt zu berühren, sondern im nahen Klangfeld zu bleiben und die Aura zu beschallen. //

Christian Bollmann



Christian Bollmann ist ein Meister des Obertongesangs. Zusammen mit seinem »Obertonchor Düsseldorf«, der aus 17 Sängerinnen und Sängern besteht, präsentiert er seine selbst komponierte, meditative Musik einem breiten Publikum. Das Spektrum reicht dabei von der europäischen Adaption des mongolischen Obertongesangs über moderne Cluster, Minimalmusik, bulgarische Vokaltechniken und tibetische Gesangsrituale bis zu byzantinischen Gesängen. Auf seiner Homepage unter www.lichthaus-musik.de sind die Termine für die aktuellen Konzerte 2011 zu finden. Wer gern selbst kreativ ist, kann seine Seminare oder Workshops besuchen, die Bollmann an verschiedenen Orten abhält. In den Seminaren geht es um die vielfältigen Möglichkeiten, wie man mit der Sprache der Musik umgehen kann, nicht nur mit Obertönen. Weitere Schwerpunkte sind Bewegung, spirituelle Tänze, Klangmeditation, das aramäische Vaterunser ABWUN als mantrisches Oratorium sowie Rhythmearbeit. Seine Methode führt zu einer universellen Musik, die jeder versteht, da sie Körper, Geist und Seele anspricht. Per Video kann man sich schon einen ersten Eindruck vom Obertongesang verschaffen und Christian Bollmann bei YouTube unter <http://bit.ly/ddU3Bi> erleben.





Endlich ohne Rückenschmerz

JAHRELANG LITT ER UNTER RÜCKENSCHMERZEN UND HATTE SICH SCHON DAMIT ABGEFUNDEN, EIN OPFER UNVERÄNDERLICHER UMSTÄNDE ZU SEIN. DANN BRACHT EINE ENTSCHEIDUNG ZUM HANDELN DIE WENDE. EIN PERSÖNLICHER ERFAHRUNGSBERICHT.

Text: **Jens Heisterkamp**
Illustrationen: **Florian Geppert**

Als ich nachrechnete, kam ich auf neunzehn Jahre: So lange war es nämlich her, seit ich zum ersten Mal in meinem Leben völlig bewegungsunfähig auf dem Boden gelegen und mich mit Schmerzmitteln, Salben und Wärmflasche langsam wieder aufgerappelt hatte. Neunzehn Jahre, in denen mir bis zu fünf, sechs Mal zwischen Neujahr und Weihnachten das passierte, was der Volksmund einen Hexenschuss nennt.

In Zeiten, in denen ich unter besonderem psychischem Druck stand, wenn Kollegen mich nervten oder sonstwo der Schuh drückte, schien ich, ungerecht genug, besonders anfällig dafür zu sein. Dann konnte ich praktisch schon darauf warten, dass es bei irgendeiner flüchtigen Bewegung, einem falschen Bücken oder ganz einfach beim Aufstehen aus dem Bett wieder passierte. Im Laufe der Jahre lernte ich, schweres Heben und riskante Haltungen zu vermeiden und einen orthopädisch günstigen Kniestuhl zu nutzen. Aber es half alles nichts: Etwa alle drei Monate war ich »fällig«.

Ich achtete auf Sitzgewohnheiten und versuchte es mit Heileurythmie, aber nichts half wirklich. Ein Freund hatte mir schließlich geraten, es doch mal mit Akupunktur zu probieren. Nachdem sich die Ärztin mit dem Zusatz-Diplom für fern-

östliche Heilkunst kurz meinen Rücken angesehen hatte, meinte sie allerdings nur: »Wir können zwar die Anzahl Ihrer Hexenschüsse mit etwas Glück auf die Hälfte reduzieren, aber ganz beseitigen lässt sich das bei Ihrem Rücken nicht mehr.« Für diese ehrliche, aber wenig schmeichelhafte Aussicht erschienen mir die Kosten dann doch zu hoch, die ich für die vorgesehene Behandlungsserie privat übernehmen sollte. Wärmflasche und Voltaren blieben also auch weiterhin meine treuesten Begleiter.

Ich beschloss, dass etwas geschehen musste Dann traf es mich irgendwann nach einer stundenlangen Autofahrt – oh, diese ungesunden Sitze! – aus einem mehr stressigen als erholsamen Urlaub härter als je zuvor. Ich kam praktisch über Wochen buchstäblich nicht mehr richtig auf die Beine. Kurz zuvor hatte ich in einer Zeitschrift etwas zum Thema »Selbstregulation« und über die mentalen Aspekte von Krankheiten gelesen. Darüber, dass die innere Einstellung für Heilungsprozesse ganz wesentlich sei. Ich beschloss, dass diesmal etwas geschehen musste. Das Erste: Ich ging nun wirklich zur Akupunktur. Allerdings nicht zu der fatalistischen Ärztin, sondern zu einem Experten aus Vietnam, von dem man mir

wahre Wunderdinge erzählt hatte. Und ich war bereit für die Möglichkeit, eine dieser Wundergeschichten zu werden. Der Mann wirkte auf mich allerdings mehr rätselhaft als medizinisch kompetent, auf eine Anamnese schien er ganz verzichten zu können. Dabei hatte ich mir meine Leidensgeschichte so schön zu-rechtgelegt. Vielleicht gehörte das schon zur Therapie, den eigenen Fall nicht so besonders wichtig zu nehmen, dachte ich mir. Räucherstäbchen brannten, die Nadeln wurden gelegt, und eine angenehme Massage rundete das Ganze ab. Ein medizinischer Freund hatte mir gesagt, wenn ein Arzt pauschal zehn Behandlungen anordnet, sei das ein Anlass zum Misstrauen: Auch beim Zahnarzt müssten schließlich die Schmerzen nach nur einer Behandlung aufhören. Und da mich in dem asiatischen Gesundheitszentrum niemand nach einem Folgetermin fragte, beschloss ich, geheilt zu sein.

Als ich nach Hause kam, waren die Schmerzen zwar nicht sofort »weg«, aber schon unmittelbar anschließend merkte ich im Lendenbereich eine Veränderung, die etwa der zwanzigfachen Wirkung meiner Wärmflasche entsprach – eine Art empfindungsfreies »Loch« genau da, wo jetzt wochenlang die Schwachstelle zu spüren gewesen war. Vollkommen angenehm. Ich war jetzt endgültig überzeugt, dass diese einmalige Behandlung ausreichen würde.

Einen entscheidenden weiteren Anstoß gab mir dann aber eine flüchtig bekannte Gymnastiklehrerin – tief empfundenen Dank an sie noch einmal von hier aus! –, von der ich wusste, dass sie Kurse in einer für mich damals noch geheimnisvoll klingenden Technik gab: »Pilates« hieß das Zauberwort und sollte einmal die Woche abends für zwei Stunden vor sich gehen. Mein größtes Handicap neben meiner notorischen Unsportlichkeit: Ich war, wie ich am ersten Abend erschrocken feststellte, der einzige Mann unter knapp dreißig jüngeren und älteren Frauen, die hier für straffe Gliedmaßen und gegen schlaffe Bäuche kämpften. In dieser Umgebung fühlte ich mich keineswegs wie

der legendäre Hahn im Korb, eher schon wie das Aschenputtel im Tanzsaal des Königs. Der Leidensdruck aber war groß genug – ich ging hin und blieb – fast zwei Jahre lang.

Die für mich entscheidenden Übungen sprachen die Tiefenmuskulatur des Beckens an oder in meinem Fall zutreffender: erweckten diese überhaupt erstmalig zum Leben. Regelmäßig hatte ich am Tag nach dem Training schmerzende Muskeln an Orten, wo ich diese bislang niemals erwartet hätte. Die stützende Wirkung dieser Muskelschicht im Beckenboden und im Bereich des Solarplexus stellte sich schon relativ rasch ein. Nach einigen Monaten war es mir bereits eine Lust, schwere Biertische zu schleppen, ohne dass ich am nächsten Tag das bekannte »Ziehen« im Rücken verspürte. Ich verblüffte meine Kollegen damit, bei Materiallieferungen in unserem Verlag vier Kisten auf einmal zu tragen (»Jens, Dein Rücken!«). Nach knapp zwei Jahren fühlte ich mich so weit, den Damen adieu zu sagen und die Übungen für mich allein morgens nach dem Jogging machen zu können.

Wichtig war der Entschluss Dreimal auf Holz geklopft: Seit mittlerweile vier Jahren habe ich keinen Hexenschuss mehr gehabt. Es gab kleinere Anflüge davon, aber sie verschwanden auch wieder, ohne Medikamente und im Verlauf unvergleichlich harmloser zu dem, was ich in den Jahren zuvor erlebt hatte. Die Veranlagung zum Rückenschmerz ist bei all dem sicher nicht einfach verschwunden: Auch heute noch achte ich auf gutes Sitzen und viel Bewegung, und nach längeren Autofahrten meldet er sich prompt wieder, mein Rücken.

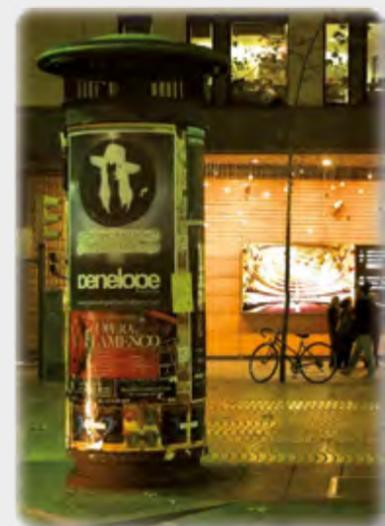
Doch immer, wenn ich wieder einmal voller Dankbarkeit auf meine jetzt schon so lange währende Schmerzfreiheit zurückschaue, fällt mir auf, wie sehr ich mich damals bereits damit abgefunden hatte, mich als typisches »Rückenschmerzopfer« zu sehen und damit zu leben. Heute denke ich, dass der entscheidende Entschluss weniger darin lag, was ich machte,

Eine andere Art, Olivenöl zu handeln

Von der Quantenphysik wissen wir: erst der Blick des Betrachters manifestiert den zu betrachtenden Gegenstand. Wenn also der Betrachter und sein Blick sich verändern, verändert sich auch der Gegenstand seiner Betrachtung.

Olivenöl ist für uns mehr, als ein hochwertiges Lebensmittel: Es ist Begegnung mit Menschen, Landschaften und Kulturen in Europa. Seit mehr als zehn Jahren handeln wir bankenunabhängig Olivenöle aus Italien, Spanien, Griechenland und Portugal. Am Beispiel Olivenöl versuchen wir, auf drängende gesellschaftliche Fragen intelligente, kreative und nachhaltige Antworten zu finden.

Mehr dazu findet sich auf unserer Website, ausführliche Informationen zu unserer Arbeit senden wir gern zu.

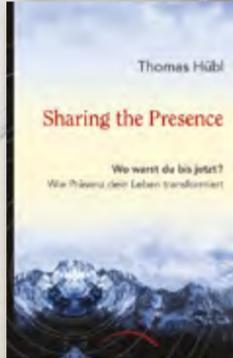


ZAIT
www.zait.de

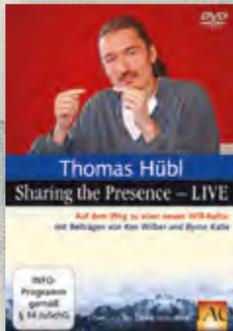
zait Ltd. & Co. KG • Postfach 370 • 67265 Grünstadt
Tel. 06359/92467 - 0



Der Weg zu einer neuen WIR-Kultur



Buch Hardcover, 300 S.
978-3-89901-199-9, € 22,80



Doppel-DVD-Live
978-3-89901-277-4, € 24,80



Doppel-DVD-Workshop
978-3-89901-278-1, € 24,80

www.weltinnenraum.de
www.media.innerscience.info



Pilates-Training

Das Pilates-Training geht auf den gebürtigen Deutschen Joseph Hubert Pilates (1883–1967) zurück, der in den USA unter anderem Tänzer in der von ihm entwickelten Methode unterrichtete. Die sehr vielfältigen Übungen, bei denen Kraftanstrengung und Atmung gleichermaßen berücksichtigt werden, erinnern teilweise an Yoga-Techniken und sollen gezielt die tiefer liegende Stütz Muskulatur ansprechen. Besondere Aufmerksamkeit gilt dabei der Körpermitte. Durch Angebote in Volkshochschulen und Fitness-Studios ist Pilates in den letzten Jahren sehr populär geworden. Auch auf dem Buchmarkt gibt es vielfältige Einführungen. Für Einsteiger empfiehlt sich allerdings zuerst ein Kurs unter Anleitung.

Literatur-Tipp

Barbara Mayr:

Pilates allein zu Hause. Anleitungsbuch mit DVD.

Verlag Carl Ueberreuther, € 14,95

sondern dass ich überhaupt etwas unternahm und daran glaubte, dass dies etwas ändern würde. Dass ich mich angesichts meiner Schüchternheit traute, inmitten dieser freundlich-discreten Frauen regelmäßig in den scheinbar abwegigsten Positionen meine Bauchmuskulatur zu trainieren, bedeutete nicht nur physisch, sondern auch mental einen riesigen Schritt für mich. Er gab mir Selbstvertrauen durch die Erfahrung, Verhaltensmuster und Selbstbilder aktiv ändern zu können. Statt meine Beschwerden jahrelang passiv hinzunehmen hatte ich Verantwortung für meine eigene Heilung übernommen. Das bedeutet nicht, dass umgekehrt der Schluss »selber schuld« lautet, wenn eine Heilung oder Verbesserung von Schmerzsituationen nicht (oder noch nicht) möglich ist. Jeder Fall ist anders, und oft sind sicher auch gravierende medizinische Schritte erforderlich, um die Lage zu verbessern. Wenn ich trotz dieser Vorbehalte durch »meine Geschichte« dem ein oder anderen etwas Mut machen konnte, mehr auf sich selbst zu vertrauen, hat dieser Artikel seinen Zweck dennoch erfüllt. //

News

Daheim & Unterwegs

In der Natur sich selbst entdecken

»Der seelisch gesunde Mensch ist der, der liebend zur Welt in Beziehung tritt«, wusste schon Erich Fromm. Für den promovierten Sportlehrer Gero Wever und



Fotos: Wildnisschule

Wildnisexperten. Kurse und Workshops zu Pflanzenkunde, Arbeitstechniken indigener Völker, Spurenlesen und Survival-Techniken bringen die Teilnehmer wieder in Kontakt mit den Urkräften der Schöpfung – und damit auch mit sich selbst. **Nadja Rosmann**

www.natur-wildnisschule.de

Kraftplätze für daheim

Zur Ruhe kommen, besinnen, entspannen, loslassen, Kraft tanken: Unter dem Namen »mea fontis«, was so viel bedeutet wie »meine Quelle«, haben die Linzer Designer Stefan Bartel und Erich Gaffal eine Möbellinie entwickelt. Die formschönen und aufeinander abgestimmten Gegenstände sollen individuelle Kraftplätze schaffen. Die Möbel sind aus natürlichen, nachwachsenden Materialien gestaltet und werden aufwändig verarbeitet. »mea fontis« verwendet ausschließlich europäische Erle in Massivholz-Qualität und verspricht sich von dem Werkstoff eine optimale Ausgleichswirkung auf das Raumklima. »Die Möbel sollen eine Atmosphäre schaffen, in der man Kraft und Klarheit finden kann – und eben auch zur inneren Quelle«, sagt Designer Erich Gaffal. **Nadja Rosmann**

www.meafontis.com



Foto: mea fontis

Zug der Ideen rollt durch Europa

Noch bis Oktober 2011 fährt die Umwelthauptstadt Hamburg mit dem Train of Ideas quer durch Europa und lädt zum Zukunfts- und Querdenken ein: Die rollen-



Fotos: Hamburger Behörde für Stadtentwicklung und Umwelt (HBEU)

de Ausstellung zeigt in sieben Containern »Visionen für die Städte der Zukunft« und macht dabei Station in 18 europäischen Städten, darunter Paris, Amsterdam, Brüssel und Wien. Die interaktive Ausstellung beantwortet Fragen zu den Schwerpunkten »Mobilität«, »Stadtentwicklung und Wohnen«, »Natur und Stadtgrün«, »Energie und Klimaschutz« »Ressourcenschutz und Wirtschaft« sowie »Konsum« und lässt die Besucher knifflige »Querdenker-Aufgaben« lösen. Neben Spiel und Spaß mit Projektionen und Spielen – wie beispielsweise virtuelle Busfahrten oder simulierte Fahrradtouren durch die Großstadt – können sich die europäischen Bürger auch informieren, wie viele Ressourcen etwa durch eine einzige Mahlzeit verbraucht wurden. Informationen über den genauen Reiseplan findet man auf: www.train-of-ideas.net/stationen **Christoph Quarch**



SIND NEUE LEBENSGEMEINSCHAFTEN EINE ANTWORT AUF HYPER-INDIVIDUALISMUS UND URBANES SINGLE-DASEIN? KOLLEKTIVES WOHNEN UND LEBEN IST KEINESWEGS VON GESTERN, SONDERN ERFREUT SICH AUCH NACH DEM SCHEITERN DER ALTEN »KOMMUNE« WACHSEN- DER BELIEBTHEIT. GESEKO VON LÜPKE GILT ALS EINER DER KENNER DER NEUEN DEUTSCHEN GEMEINSCHAFTS-SZENE UND HAT MIT MENSCHEN IN VERSCHIEDENEN LEBENSPROJEKTEN GESPROCHEN.

Gemeinschaft lebt

Zu Besuch bei Versuchslaboren neuer Lebensgemeinschaften in Deutschland

Text: **Geseko von Lüpke**

Fotos: **Freundeskreis Ökodorf e.V.**

» Gemeinschaftlich leben!« Wenn die Rede auf dieses Thema kommt, bekommen immer mehr Menschen große Ohren und leuchtende Augen: Immer Freunde um sich haben, die Belastungen des Alltags zusammen meistern, Hilfe in guten und schlechten Zeiten – Gemeinschaft als Lösung aller Probleme? So viel ist klar: Je schwieriger das Leben wird in der modernen Gesellschaft, desto größer wird die Sehnsucht nach überschaubaren, sicheren, vertrauten kleinräumigen Gemeinschaften. Der Mensch ist ein Gemeinschaftstier. Ob Urhorde, Sippe, Clan oder Großfamilie: Durch alle Zeiten des Menschseins hat der *homo sapiens* die Nähe zu anderen Exemplaren seiner Gattung gesucht. Angesichts der Geschichte menschlicher Gemeinschaften scheint unsere Lebensweise in den letzten 100 Jahren manchen wie eine Zwangsjacke: Zunehmende Vereinsamung in isolierten Wohnungen, Leistung als Maß aller Dinge, grenzenlose Konkurrenz im wirtschaftlichen Wettbewerb. Und der ganze Mangel an Freundschaft, an gegenseitiger Kooperation und an Liebe liegt wie ein Sack aus Bedürftigkeit auf den Schultern der Kleinfamilien, die unter dieser Last immer öfter zerbrechen.



»Wo behauptest du Dich in der Gruppe, wo passt Du Dich an?«

Peter Sterzinger ist seit kurzem Rentner. Nach 40 Jahren in Beruf und Familie will er gemeinsam mit seiner Frau noch mal ganz neu anfangen – einer von rund 50.000 Menschen in Deutschland, die aufgebrochen sind, um Wege zu suchen, auf denen die Welt von Tag zu Tag etwas heiler werden kann. Im Fall Sterzinger heißt das: Auszug aus dem Eigenheim im oberbayerischen Fürstenfeldbruck, Einzug in einen ausgebauten Bauwagen in Sachsen-Anhalt, wo beide mitten auf dem Feld gemeinsam mit anderen Siedlern ein ökologisches Dorf bauen werden. Einen kleinen Mikrokosmos, eine Zukunftswerkstatt. Leben und arbeiten im Dorf, Selbstversorgung, wieder sehr viel einfacher leben, unabhängiger von all den Dingen, von denen man heutzutage so abhängig ist – das ist ein Ziel, das viele hier umtreibt. »Gemeinschaftlich leben« klingt erst mal nach Paradies und Lösung aller Probleme. Je größer die individuelle Not und Sehnsucht nach Veränderung, umso mehr wird die Vision vom heilen Lebensbiotop zu einer großen Leinwand, auf die jeder seine rosaroten Träume von der schönen Welt projiziert. Gemeinschaftsleben ist aber kein Paradies, sondern harte Arbeit. Erfahrene Gemeinschaftler wissen, dass man an sich selbst arbeiten muss, um gemeinschaftsfähig zu werden.

Die Vorteile gemeinschaftlichen Lebens liegen erst einmal auf der Hand. Wer zusammen lebt und wirtschaftet, braucht weniger und lebt billiger. Gemeinschaftlich leben heißt: Arbeit teilen und sich abwechseln. Kinderbetreuung und Erziehung können delegiert oder zur Aufgabe aller werden, klassische Mütter- und Väterrollen werden nicht mehr zwangsläufig gebraucht. Kinder haben viele Bezugspersonen, Scheidungskinder keinen Mangel an Rollenvorbildern. Je größer die Selbstbestimmung, desto mehr löst sich die künstliche Grenze zwischen unangenehmer Lohn-Arbeit und ersehnter Freizeit auf.

Gemeinschaft als Prozess Doch wenn Menschen in Gemeinschaftsprojekte ziehen, dann bringen sie neben ihren Hoffnungen, Zielen und Visionen auch ihre Probleme mit. Gemeinschaften sind wie die große Welt im Kleinen, Mikrokosmen, in denen die Probleme und Nöte der Außenwelt sich spiegeln. Zwar

scheint die Lösung im Kleinen leichter, doch die Probleme sind die gleichen. Und auch die Grenzen, auf die jeder stößt. Connie Tröndle, Diplom-Sozialpädagogin, die heute im Bau-trupp der Kommune Niederkaufungen lebt, weiß etwa: »Anfangs war mein Gefühl: Hier blühe ich total auf. Was ich aber auch kenne: Hier gehe ich total unter. Das ist beides phasenweise einfach der Fall, dass so eine Gemeinschaft gut tut und auch, dass es einfach schwer ist oder dass Du über Stolpersteine in Dir selber stolperst. Dass Du merkst: Wo behauptest Du Dich in der Gruppe, wo passt Du Dich an? Dass es einfach auch zeitweise schwer ist.«

Historisch sind Gemeinschaften aus der Idee entstanden, aus-zusteigen. »Herrschaftsfreie Räume« sollten entstehen, in denen Konkurrenz, Konsum und Kapitalismus einfach draußen bleiben. Diese Illusion hat man sich abgeschminkt, sagt Achim Casper aus der Kommune Niederkaufungen: »Es gibt kein Leben außerhalb des kapitalistischen Systems. Es geht nicht um die Frage: Bin ich innerhalb des Systems oder außerhalb. Das ist Quatsch. Die Frage ist: Wo habe ich meine Freiräume? Und die Freiräume habe ich genau da, wo ich in einer Gruppe leben kann, die im Internen von völlig anderen Mechanismen ausgeht.«

Soziale Regeln Eine der Grundregeln in fast allen Gemeinschaften ist die Abwesenheit von Hierarchien, von Chefs, Gurus oder Führern. Das geht nur mit Konsensprinzip und klingt nach nächtelangen Diskussionen. Und funktioniert doch anders. Denn das Vetorecht, das jeder in vielen Gemeinschaften hat, wird nur mit Vorsicht praktiziert. Und immer wieder wird etwas Neues ausprobiert: So haben sich in der großen Niederkaufunger Kommune offene Arbeitsgruppen gebildet, die Probleme diskutieren und vorbereiten, die dann im gemeinsamen Plenum zur Entscheidung stehen. So entscheidet im Lebensgut Pommritz eine Dreiviertelmehrheit, wenn zwei Wochen nichts vor- und zurückging. All das verlangt Engagement und garantiert zugleich Identifikation.

Schon mehr »ans Eingemachte« geht das Experiment mit der gemeinsamen Kasse, in die alle Einnahmen der Bewohner fließen. »In Reinform«, sagt Connie Tröndle unter dem Geläute der Niederkaufunger Kirchenglocken, »heißt gemeinsame Kasse, dass wir uns gegenseitig keinen Lohn zahlen und dass es auch kein festgelegtes Taschengeld gibt, sondern dass wir nach dem Bedürfnis-Prinzip leben: Jeder und jede nimmt sich das, was er/sie braucht oder meint zu brauchen«. In der Praxis funktioniert das aber nicht immer. Bei Ausgaben über 200 Euro müssen die anderen sehen können, wofür das Geld ausgegeben wird. »In der Tendenz gibt es da schon zunehmend so eine Missstim-mung«, weiß Connie Tröndle. Einige sind nicht damit zufrieden, dass das, was man einbringt an Arbeit oder Geld, völlig abge-

koppelt ist von dem, was man rausnimmt. »An offenen Auseinandersetzungen damit tun wir uns ziemlich schwer«, so die Bewohnerin.

Wer Gemeinschaft ernst nimmt, muss immer pendeln zwischen Gruppeninteresse und Eigennutz. Das verlangt vom Einzelnen nicht nur die Fähigkeit, sich zurückzunehmen, sondern auch gute Kommunikationsstrukturen für klare Verhältnisse, und für alle Problemfälle ein starkes Gruppenbewusstsein, sagt Regina Rauwolf vom Ökodorf-Projekt in Sachsen-Anhalt. Gemeinschaften, so hat sich herausgestellt, brauchen und schaffen sich dafür das, was in der großen Gesellschaft schon fast abhanden gekommen ist: Rituale: »Es ist ganz wichtig, dass man in der Gemeinschaft immer wieder Strukturen schafft, wo Leute sich begegnen können. Ob das nun ein Feuer ist, wo man zusammen singen kann, ob das ist, dass man zusammen Kreistänze organisiert, dass wir einmal im Monat Kaffee machen, wo ein Begegnungsraum ist«, erzählt Regina Rauwolf.

Weil es kaum Vorbilder für gemeinschaftsbildende Rituale gibt, greifen viele Gemeinschaften auf die Erfahrung von traditionellen Stammeskulturen zurück, sitzen gemeinsam in Schwitzhütten oder garantieren das Rederecht jedes Einzelnen, wie die Indianer, mit einem Sprechstab. Wer den Tag gemeinsam tanzend beginnt, wie im Lebensgarten Steyerberg, arbeitet auch anders miteinander. Und wenn man sich morgens, wie am Beringhof, mitteilt, wie es jedem Einzelnen gerade geht, werden Missverständnisse vermieden.

Partnerschaft und Sexualität Gemeinschaftlich leben heißt also weit mehr als nur eine neue Architektur, eine gemeinsame Küche oder Versammlungsräume. Gemeinschaftsleben bedeutet, weit über die formale Struktur hinaus, neue Formen des sozialen Miteinanders zu erproben, Leichen im Keller auszugraben, Konflikte auf den Tisch zu bringen, Neid, Zweifel, Misstrauen und Eifersucht anzusprechen. Für immer mehr Gemeinschaften stellt sich dabei heraus, dass jede Gemeinschaft mit der Zweierbeziehung anfängt, also mit dem Paar. Solange die vielfältigen Konflikte zwischen PartnerInnen nicht entschärft werden, bleibt auch Gemeinschaft mit vielen schwierig. Das kann sich um klassische Fragen der Gleichberechtigung handeln – gleiche Arbeit, gleiche Chancen, gleiches Geld und gleiches Recht –, aber auch tief in die Arbeit mit Beziehungsproblemen hineinreichen. Ein Thema, an das sich nicht alle Gemeinschaften heranwagen, stellt Ina Mayer-Stoll vom ZEGG in Belzig bei Berlin fest: »Ich halte es für existentiell wichtig, dass bei einem Gemeinschaftsaufbau die Fragen nach Liebe, nach Partnerschaft und nach Sexualität voll miteinbezogen werden«, so Mayer-Stoll. Beim Thema Liebe wird allerdings schnell die skurrile Mischung aus Vorurteilen

und Sehnsüchten wach, die schon immer am Begriff »Kommune« kleben: Tut's hier jeder mit jedem? Wer Gemeinschaften besucht oder in ihnen lebt, erlebt das Gegenteil. Monogamie herrscht vor. Nur wird die Auseinandersetzung hier intensiver, sagt Regina Rauwolf vom Ökodorf-Projekt in Sachsen-Anhalt: »Man lebt enger zusammen, man kommt hierher, und alles ist neu. Kleinere Defekte kommen eher ans Licht.«

Das alte Klischee von der »freien Liebe« stimmt also nicht mehr. Gemeinschaften wie das ZEGG haben lange mit diesem



Freiräume durch Gruppen, die im Innern von anderen Mechanismen ausgehen.

Rechts: Autoteilen, Kinderbetreuung, Großeinkauf –
Gemeinschaftsleben kann klein anfangen.

Gemeinschaften in Kürze

Kommune Niederkaufungen

Gegründet 1986, Lebens- und Arbeitsgemeinschaft mit 70 Personen in der Nähe von Kassel. Werkstätten, Tagungshaus, Begegnungsstätte. www.kommune-niederkaufungen.de

Lebensgut Pommritz

Bei Bautzen (Sachsen) gelegen mit derzeit 20 Erwachsenen und 15 Kindern. Individuelles Wohnen, Wohngemeinschaften, Wirtschaftsbetriebe. www.lebensgut.de

Ökodorf Sieben Linden

In Poppau im Altmarkkreis, Sachsen Anhalt, gegründet 1997, etwa 125 Erwachsene und Kinder, gegliedert in unterschiedliche »Nachbarschaften«. www.siebenlinden.de

ZEGG – Zentrum für experimentelle Gesellschaftsgestaltung

1991 gegründet, Lebensgemeinschaft mit etwa 90 Erwachsenen und Kindern, umfangreicher Seminarbetrieb. www.zegg.de

Ökodorf Institut

Private Informations- und Beratungsstelle rund um das Thema gemeinschaftliches Leben. www.gemeinschaften.de

Thema experimentiert. Das Thema Sexualität wird aber auch hier längst nicht mehr so heiß gegessen wie gekocht. Die Freiheit an solchen Plätzen ist größer, aber auch die selbstkritische und bewusste Auseinandersetzung. So wie Christa Falkenstein vom ZEGG »freie Liebe« heute definiert, trifft sie auf eine weitverbreitete Sehnsucht: »Für mich heißt freie Liebe Freiheit von Angst und Verstellung. All das, was in üblichen Liebesbeziehungen, glaube ich, eine große Rolle spielt: Dass man gar nicht das Vertrauen entwickeln kann, sich innerhalb der Liebesbeziehung so zu zeigen, wie man ist, weil die Verlustangst viel zu groß ist. Das ist nicht die Art von Liebe, die ich leben möchte, weil ich darin selber keine Entwicklungsmöglichkeiten mehr hätte, die angstfreie und wahrheitsgemäße Liebe zu erzeugen.«

Kreative Potenziale wecken »Vieles, was ich von mir dachte, war ich sicherlich noch nie. Und für vieles, was ich bin, fehlt mir noch die Phantasie«, hat der Liedermacher Konstantin Wecker gedichtet. Alternative Lebensgemeinschaften sind immer auch der Versuch, das, was im Menschen brachliegt, an die Oberfläche zu bringen. Manche Gemeinschaft wirkt auf den Besucher wie ein wilder Garten, wo Kraut und Unkraut nebeneinander blühen und die Wiese tausend Farben bekommt, weil jede Pflanze die andere in ihrem Wachstum fördert. Da wird gebildhauert und gemalt, gesungen und getanzt, entstehen Kunst- und Buchprojekte, Theaterstücke und eigene CDs. Gemeinschaft, so zeigt sich, bringt Kultur hervor. Wenn die Grundbedürfnisse gesichert und die Freiräume vorhanden sind, kommen immer verborgene Potenziale zum Vorschein. Und manchmal können sie sich erst im Kollektiv entfalten, weiß etwa Manni Spanial von der Kommune auf dem alten UFA-Gelände in Berlin, wo neben den ökologischen, sozialen und kulturellen Arbeitsbereichen auch ein eigener Zirkus und die Sambaband Terra Brasilis entstanden sind.

Das Leben in Gemeinschaft ist immer Herausforderung zum persönlichen Wachstum. Wegrennen und Türzumachen geht nur bedingt. Einfacher ist das Leben unter diesen Bedingungen nicht. Aber intensiver, voller, unmittelbarer.

Viele Gemeinschaften, die sich in den vergangenen 30 Jahren gegründet haben, sind wieder auseinandergefallen. Krisen gibt es in Gemeinschaften ebenso wie in jeder Zweierbeziehung. Nur dass hier das Beziehungsgeflecht noch viel komplexer ist. Gründe für Scheitern und Trennung sind so vielfältig wie bei gescheiterten Ehen. Da können Meinungen zu weit auseinanderdriften, da kann ein Lebensabschnitt vorbei sein, die Arbeit über den Kopf wachsen oder das Geld ausgehen. Aber der Hauptgrund für das Scheitern, sagt Wolfram Nolte, seien die enttäuschten Erwartungen nach einer größeren Familie, nach Anerkennung, nach Solidarität, kurz: nach Gemeinschaft: »Das Problem ist meistens nur, dass sich dieser Wunsch hinter anderen versteckt«, so der gemeinschaftserfahrene Pionier.



Offensiver Erfahrungsaustausch Inzwischen hat die deutsche Gemeinschaftsbewegung begonnen, voneinander zu lernen. Die Kommunen mit unterschiedlichen Schwerpunkten tauschen Erfahrungen aus, vernetzen und beraten sich, gucken beieinander ab. Da bröckeln Ideologien, und es wächst zusammen, was zusammengehört. Man fängt an, sich als eine große Gemeinschaft wahrzunehmen, die in verschiedenen Bereichen Neues für alle anderen erprobt. Und man beginnt, sich nach außen zu präsentieren. Denn die Nachfrage wächst. Im Südschwarzwald und bei Kassel haben sich Ökodorf-Beratungen etabliert, der »Eurotopia-Projekte-Führer« gibt Auskunft über rund 200 deutsche Gemeinschaften, die immer wieder auch Tage der offenen Tür anbieten. Karl-Heinz Meyer vom Ökodorf-Institut in Schopfheim rät seinen Klienten einen behutsamen Einstieg in den Ausstieg, denn Gemeinschaft will gelernt sein: »Es kann sogar schon anfangen,

wenn man noch kein großes Mietobjekt hat, wenn man halt in verschiedenen Wohnungen in der Nachbarschaft lebt und da schon einmal Gemeinschaft lebt. Autoteilen, gemeinsamer Großeinkauf, Einkaufsgemeinschaften von Biobauern, gemeinsame Kinderbetreuung, gemeinsames Mittagessen – es gibt viele einzelne Aspekte, wo man schon mit dem Gemeinschaftsleben anfangen kann.«

Unser zwischenzeitliches Fazit lautet: Die Kommune lebt. An vielen Ecken, in vielen Winkeln, an immer mehr Orten. Das weltweite Ökodorf-Netzwerk zählt über 500 Mitglieder auf fünf Kontinenten. Längst gibt es eine Vertretung bei den Vereinten Nationen. Da wächst etwas ganz Neues. Ob es auch Vorbild sein kann für den Rest der Welt, das wird sich zeigen. //

Geseko von Lüpke ist Journalist, Buchautor und Coach.

Kinderseelen brauchen Wildnis



der Kindheit ungebremst umherstreifen durften, dass aber nur noch ein Viertel das den eigenen Kindern gestattet.

Mit dem Schwinden des ungezügelter Spiels geht den jungen Menschen etwas Unerstetzliches verloren: die Möglichkeit, ihre seelischen, körperlichen und geistigen Potenziale so zu entfalten, dass sie zu erfüllten Menschen werden. Hirnforscher meinen: Die Gegenwart der Natur und die von keinem Erwachsenen angeleitete Betätigung in ihr sind unabdingbar, um die emotionalen, aber auch die kognitiven Bedürfnisse heranwachsender Menschen zu befriedigen. Ohne seelische Nähe zu Pflanzen und Tieren verkümmert ihre Bindungsfähigkeit, schwinden Empathie, Fantasie, Kreativität und Lebensfreude.

Die Fesseln der Angst Gefahr war also im Verzug. Ich schritt zur Tat – was erforderte, dass ich zunächst über meinen eigenen (riesigen) Schatten sprang. Ich rief meinen Sohn. »Wollt Ihr nicht ein Baumhaus bauen?« »Ein Baumhaus? Wo denn?« »Irgendwo. Sucht Euch einen Platz. Nehmt Euch alles Holz im Schuppen.« »Echt? Alles?« »Ja. Und Ihr könnt das Werkzeug benutzen.« »Auch die Säge?« Mein Sohn war, wie erwähnt, neun Jahre alt. »Ja.« »Auch den Vorschlaghammer?« Ich atmete durch. »Ja. Alles.« Ich gab ihm den Schlüssel. »Raus. Haut ab.« Fragt man Eltern, warum sie ihre Kinder an Haus, Garten und die Rückbänke der Autos fesseln, so lautet die Antwort meist: Angst. Angst, dass die Kleinen sich beim Toben im Freien verletzen. Angst, dass ihnen im Verkehr etwas zustoßen könnte. 1971 durften zwei Drittel der deutschen Sieben- bis Elfjährigen auf der Straße Rad fahren. Knapp 20 Jahre später gestatteten Eltern das nur mehr einem Viertel dieser Altersgruppe. Nur 30 Prozent lassen ihre Kleinen unbeaufsichtigt auf Bäume klettern. Aber es ist gerade das Unvorhersehbare, was Kinder beim Spiel im Freien fasziniert.

DER BAUMHAUSBAU SEINER KINDER ENDETE BEIM GRÜNFLÄCHENAMT. TROTZDEM IST ANDREAS WEBER DAVON ÜBERZEUGT, DASS HERANWACHSENDE NICHTS DRINGENDER BRAUCHEN ALS DAS WILDE SPIEL IN DER NATUR. UND ALS PHILOSOPH UND BIOLOGE HAT ER GUTE ARGUMENTE DAFÜR: NUR WER FRÜH LERNT, WAS LEBEN IST, WIRD EINE LEBENDIGE HUMANITÄT ENTWICKELN.

Text: **Andreas Weber**
Foto: **Christoph Quarch**

In den Osterferien vor zwei Jahren begann ich mit den Kindern unserer Straße ein Experiment. Das Wetter war blendend – aber meine Tochter Emma, 6, und mein Sohn Max, 9, langweilten sich zu Tode. Sie stritten sich, sie prügelten sich, sie lungen schlechtgelaunt in meinem Arbeitszimmer. Wenn ich die beiden fortschickte, zankten sie sich mit ihren Freunden, wer

länger mit deren neuer Playstation spielen durfte. Es waren Ferien, und es war nicht auszuhalten. Ich entsann mich solcher Qualen aus meiner Kindheit. Aber hatten wir sie nicht immer irgendwann bewältigt – und dann die Zeit mit Unternehmungen gefüllt, an die ich bis heute zurückdenke? Wir – das heißt ich und die Nachbarskinder, die ebenfalls überdrüssig auf dem Klettergerüst unseres Spielplatzes saßen. 30 Jahre später ging mir auf: Für Max und Emma gab es keinen solchen Sammelort. Ihre Freunde sind überhaupt nicht mehr draußen. Zur Probe schaute ich aus dem Fenster über die Straße und die Wiese dahinter. Leere. Heckenschützen hinter Müllcontainern Eine Fülle von Studien belegt: Dieser Anblick ist kein Einzelfall. Im Gegenteil: Draußen spielende Kinder sind eine austerbende Art. Der Aktionsradius unserer Sprösslinge verlagert sich zunehmend auf das Hausinnere. Das Gebiet, in dem sie draußen umherstreifen dürfen, hat sich in drei Jahrzehnten so verkleinert, als lauer Heckenschützen hinter jedem Müllcontainer – von vielen Kilometern auf die Länge der eigenen Wohnstraße. Eine Umfrage unter amerikanischen Müttern ergab, dass siebzig Prozent von ihnen in

Carte blanche zum Abenteuer Mein Sohn verschwand also mit dem Schuppen Schlüssel und seiner carte blanche zum Abenteuer. Als ich aus dem Fenster blickte, beluden Max, Mustafa, Manuel und Nikolas die Schubkarre mit Latten. Dann waren sie fort. Playstations und iPodtouchs waren vergessen, als hätte ein Überspannungsimpuls die Kleingeräte zu totem Material degradiert. Das Wundpflaster, dessen Vorrat ich innerlich mehrfach überschlagen hatte, blieb in der Schublade. Es gab nicht eine einzige Schramme.

Doch dann klebte eines Morgens ein Zettel am Brettergewirr im Wald, vor dem die Kinder am Abend zuvor ordentlich gefegt hatten. Es sei »Anzeige erstattet worden«. Mein Sohn kam aufgeregt nach Hause. »Papa, die Polizei ist da!« Es war das Ordnungsamt. Vor der Hütte die Kinder, zum Pulk zusammengeschart. Die Beamtinnen waren dabei, rot-weißes Flatterband um das Fort zu spannen: Crime scene. Betreten verboten. Sonst sofortige Strafverfolgung.

Der Tatbestand war klar. Die Spielenden hatten mit ihren Bretternägeln die bereits mit Farbe zum Fällen markierten Birken verletzt. Ich versuchte es bei der Leitung des Grünflächenamtes. Hier gab man sich jovial. Ich ahne ja nicht, was bei ihnen los gewesen sei. Sie hätten seit Tagen diskutiert, wie mit der in keiner Ausführungsvorschrift verzeichneten Baumhütte zu verfahren sei. Es hätten sich zwei Fraktionen gebildet, die eine für die Kinder, die andere fürs Prinzip.

Das Prinzip hatte gewonnen. Die Kinder trollten sich. Max war den ganzen Nachmittag verschwunden. Abends wirkte er gereizt und müde. Er hatte bei einem Freund ferngesehen, einen Haufen Folgen »Alarm für Kobra elf« mit ordentlich Geknalte und Gemetzel.

Gestohlene Lebendigkeit Es scheint, dass wir Erwachsenen vor lauter gutem Willen den Kindern die Lebendigkeit stehlen. Mit derselben Schnelligkeit, mit der die Wildnis aus der Psyche unserer Kinder schwindet, steigt die Häufigkeit ihrer seelischen Krankheiten. Dem Freiburger Psychologen Wolfgang Bauer zufolge leidet ein knappes Sechstel aller Kinder an Depressionen, Angst- und Essstörungen.

Und jedes fünfte Kind quält sich mit dem Aufmerksamkeits-Defizit-Syndrom ADS durch die Schule. Allein von 2005 bis 2008 stieg die Zahl der Verschreibungen des ADS-Mittels Ritalin um ein Viertel. Dabei müssten wir nur hinsehen um zu begreifen, was Kinder brauchen. Sie zeigen ihren angeborenen Suchinstinkt nach der Natur und nach der Nähe anderer Wesen im frühesten Alter.

Kleinkinder lallen gleich nach den Wörtern Mama und Papa am ehesten Tiernamen. 85 Prozent aller Geschichten, die Fünfjährige erzählen, sind von Kreaturen bevölkert. Babys wenden sich lieber lebenden Wesen als Automaten zu. Ein Säugling krabbelt, wenn man ihm die Wahl zwischen einem wirklichen Kaninchen und einer Holzschildkröte lässt, hartnäckig auf das echte Tier zu.

Verbundenheit zu allem, was lebt »Animalische Charaktere sind das Rohmaterial, aus dem Kinder ein Gefühl für ihr Selbst konstruieren«, meint die Entwicklungspsychologin Gail Melson. Und das in allen Kulturen zu allen Zeiten: Das älteste erhaltene Spielzeug ist eine Tonrassel, besetzt mit Fuchsköpfen, Vögeln, Hunden und Krokodilen, vor 3000 Jahren in Ägypten gefertigt.

»Uns ist eine tiefe emotionale Verbundenheit zu anderen Lebewesen angeboren«, meint der US-amerikanische Biologe Edward O. Wilson. Der Mensch hat sich als Teil der Ökosphäre entwickelt und durch sie denken und fühlen gelernt. Unsere Kinder werden als »Urmenschen« geboren, mit allen kognitiven Fähigkeiten, eine gesunde Identität inmitten einer Welt aus belebten Akteuren zu entwickeln. Das werdende Hirn stützt sich demnach in ähnlicher Weise auf die kognitiven Bausteine einer belebten Welt, wie etwa das Knochenwachstum von der Verfügbarkeit von Kalzium abhängt.

»Unser Hirn ist ein Beziehungsorgan«, sagt der Göttinger Neurobiologe Gerald Hüther. Je komplexer die Umgebung, je vielfältiger die Beziehungen, die es in ihr eingehen kann, desto intensiver sein Wachstum. Und bei jeder neu gebahnten Nervenverbindung schüttet das Gehirn beglückende Botenstoffe aus. »Je verschiedener ein Gegenüber ist, in dem sich ein Kind spiegeln kann, umso vollständiger wird das Bild von sich selbst, umso tiefer geht die Selbsterkenntnis«, sagt Hüther.

Zivilisatorische Katastrophe Dass Kinder sich der Natur zunehmend entfremden, hat somit das Potenzial einer zivilisatorischen Katastrophe. Wie sollen die künftigen Erwachsenen die Natur bewahren, deren Sauerstoff uns atmen lässt, deren Kohlenhydrate und Proteine uns nähren, wenn sie als Kinder nie erfahren, dass das Netz des Lebens Teil ihrer selbst ist? Nur Menschen, die schon früh spüren, was Lebendigkeit ist, können eine lebendige Humanität entwickeln – und unsere belebte Biosphäre erhalten helfen. Nicht schlechte Noten im PISA-Test sind darum der eigentliche Skandal der Pädagogik, sondern dass wir zulassen, dass unsere Kinder immer weniger spielerische Freiheit lernen und wir sie wie auf Effizienz getrimmte Automaten verplanen.

Das Wagnis, auf der Welt zu sein Um diese Freiheit wieder zu ermöglichen, müssen wir Eltern bei uns selbst beginnen. Und das heißt vor allem, wieder mehr Risiko zulassen. Das Risiko, das unsere Kinder beim abenteuerlichen Spiel zu erleben wünschen, ist nichts anderes als das Wagnis, auf der Welt zu sein. Eigentlich müssen wir selbst wieder wilder werden, wenn wir wilde – und gesunde – Kinder wünschen. Nicht verbissener, sondern spielerischer. Denn Wildnis, so wurde einmal gesagt, ist dort, wo man in Fülle spielen kann. //



Andreas Weber:
Mehr Matsch! Kinder brauchen Natur.
Ullstein Verlag, 256 Seiten, 18 €.



ALLE REDEN VOM WIR. ABER WAS MEINEN WIR EIGENTLICH DAMIT? WELCHE VISIONEN BEWEGEN WIR, WENN WIR VON EINER NEUEN WIR-KULTUR REDEN? WIR INITIATOREN VON »WIR – MENSCHEN IM WANDEL« HABEN DARAUF KEINE ABSCHLIESSENDE ANTWORT. ABER EINE MENGE IDEEN. MIT DIESER AUSGABE ERÖFFNEN WIR EINE REIHE VON ESSAYS, DIE SICH DER FRAGE NACH DEM NEUEN WIR WIDMEN WERDEN. WIR WÜRDEN UNS FREUEN, WENN ES UNS GELÄNGE, AUF DIESEM WEGE AUCH MIT IHNEN, LIEBE LESERINNEN UND LESER, INS GESPRÄCH ZU KOMMEN.

Vom zwanglosen Zwang der Resonanz

Der Weg ins Wir führt durch das Herz. Plädoyer für eine Kultur der Liebe

Text: **Christoph Quarch**
Illustration: **Florian Geppert**

Es ist noch nicht lange her, da veröffentlichte der französische Literat Michel Houellebecq einen Roman mit dem Titel »Elementarteilchen«. Als eben solche schwirren die zweifelhaften Helden dieser Geschichte durch die Welt: bindungslose, partikularisierte Individuen, fensterlose

Monaden, deren Sinn für Verbundenheit in der irrsinnigen Betriebsamkeit einer durchkommerzialiserten und pornografisierten Welt erstarrt ist. Ein Horrorszenerario, dessen Horror vor allem darin besteht, dass es der Realität nahekommt. Verdammt nahe. Denn Elementarteilchen

wollten wir doch eigentlich nicht sein, oder? Aber was dann? Lassen Sie mich raten. Die Tatsache, dass Sie ein Magazin namens WIR in Händen halten, lässt mich vermuten, dass Ihnen eher das Gegenteil vorschwebt – dass Sie sich nach Gemeinschaft sehnen, nach einem Leben in Verbundenheit mit anderen. Allerdings, und das muss wohl im gleichen Atemzug gesagt sein, wollen Sie dabei vermutlich nur ungern auf die Errungenschaften des Individualismus verzichten, hm? – Genau, dann sind wir uns einig – einig, in unserer verrückten Sehnsucht nach einer Quadratur des Kreises aus sozialer Verbindlichkeit und individueller Freiheit, die auch nur zu denken ein hohes Maß an Kreativität verlangt.

Die Quadratur des Kreises Und genau das brauchen wir. Sie und ich. Denn mir scheint: Darunter geht es nicht, wenn wir Ernst machen mit unserem Lebensgefühl im Jahre 2011: Wir wollen das große Sowohl-als-Auch – sowohl unsere individuelle Freiheit genießen und entfalten als auch in Verbundenheit und Gemeinschaft mit anderen leben. Die Hypertrophie des hedonistischen Individualismus der Elementarteilchen haben wir ebenso satt wie ideologische Gleichschaltungen jedweder Couleur. Ob schwarz, ob rot, ob grün, ob gelb, ob Kirche oder Kultverein – wir mögen diese gesellschaftlichen Großorganisationen nicht mehr, die unsere Individualität über den Leisten des Konformismus schlagen wollen. Wir hassen Vereinsmeierei und Rudelbildung. Individuell und doch gemeinsam – verbunden in einem neuen Wir: So etwa tönt der Traum der Vielen. Und die Herausforderung der Zeit.

Wie aber kommen wir dahin? Weg vom alten Ego-Denken hin zum großen neuen Wir? Wie meistern wir die Quadratur des Kreises? Durch ideologische Gleichschaltung ganz sicher nicht. Dass die Negation des Individuums durch »ein Reich, ein Volk, ein Führer« eine tödliche Sackgasse ist, haben wir wohl gründlich verinnerlicht. Und ebenso, dass der Weg zu stimmigen Gemeinwesen nicht durch Sozialtechniken und Staatsterror erzwungen werden kann. Nein, wir glauben nicht mehr an Klassenkampf und permanente Revolution; eher schon an die permanen-

te Evolution und Transformation. Nicht das Proletariat ist uns die treibende Kraft der Geschichte, sondern das evolvierende Bewusstsein.

Kernschmelze des Ego Fragt sich nur, wie das geht. Ganz von selbst, sagen die einen und versichern, der Weltgeist sei im Schwange, beschleunigt zu immer höheren Höhen zu evolvieren, auf denen wir Fortgeschrittenen bald ein Bewusstsein umfassender, planetarischer Einheit entfalten. Durch spirituelle Praxis, sagen die anderen und weisen Wege in eine mystische Transzendenz, in der sich alles Individuelle in einer Erfahrung non-dualen Einsseins auflöst; in einer Art Kernschmelze des Ego, die unseren irrwitzigen Individualismus zersetzt und an seiner Stelle einen liebenden, alles integrierenden Geist hervorbereit lässt.

Möge es so sein, möge es so sein! Ich hoffe es von Herzen – aber kann doch meine Sorge nicht unterdrücken, dass uns die Zeit dafür zu knapp wird. Der spirituelle Erleuchtungsweg nimmt oft Jahre in Anspruch, und ob er je zu dem verheißenen Land der Einheitserfahrung führt, bleibt immer ungewiss. Die Evolution des Bewusstseins in immer höhere Indigoregionen mag in den kulturellen Eliten des Westens Raum greifen, aber ob das auch global geschieht ... – ich weiß es nicht. Sei es wie es sei, es scheint mir Not zu tun, einen weiteren Lösungsvorschlag für die Quadratur des Kreises beizusteuern – einen, der mit den beiden genannten verwandt ist, weil auch er auf einen Bewusstseinswandel setzt – allerdings einen, der nicht so sehr auf die Evolution des Weltgeistes setzt, sondern auf eine ganz banale Erfahrung, die wir alle kennen: die Liebe.

Im Ernst. Ich kann mir eine Wir-Kultur, die Individualität und Gemeinschaft verbindet, nicht anders vorstellen denn als eine Kultur der Liebe und des Herzens. Sie finden, das klingt kitschig? Warten Sie's ab! Ich möchte es Ihnen erklären. Aber erlauben Sie mir bitte, dafür ein bisschen weiter auszuholen.

Ich würde nämlich gerne mit Ihnen der Frage nachgehen: Was bedeutet eigentlich Individualität? Oder besser: Was macht eigentlich unsere Individualität aus? Denn mir scheint, dass wir eine Ant-

wort darauf brauchen, um zu klären, wie sich Individuen so zu Gemeinschaften verbinden lassen, dass Verbindlichkeit und Freiheit zusammengehen können. Was also ist Individualität?

Vier Dimensionen des Bewusstseins Meine Antwort: Individualität ist eine Erfahrung – eine »Gegebenheitsweise« unserer selbst, wie Philosophen das nennen. Das heißt: Ungeachtet dessen, wer oder was wir faktisch tatsächlich sind, erlebt sich ein jeder von uns als ein Individuum und bezieht daraus seine höchstpersönliche Identität. Allerdings – und das ist für das Thema Wir entscheidend – kann das auf sehr unterschiedliche Weise geschehen, je nachdem, in welcher Dimension unseres Bewusstseins wir uns gerade aufhalten. Und da gibt es mehrere zu unterscheiden; mindestens vier, um genau zu sein: ein Körperbewusstsein, ein Ichbewusstsein, ein Seelenbewusstsein und ein Geistbewusstsein. Das schreit nach einer Erklärung? Na denn!

Die Frage ist: Wie erleben wir uns? Erleben wir uns als Körper, Ich, Seele oder Geist? Als Geist – reiner Geist – erleben wir uns höchst selten. Es sei denn, Sie sind Mystiker. Mystiker nämlich sind diejenigen, an die sich wenden muss, wer erfahren möchte, wie es ist, ganz Geist zu sein. Die Antwort, die uns aus den Worten der Weisen des Ostens und des Westens entgegen tönt, lautet dabei vergleichsweise einhellig: Einheit – unterschiedsloses Einssein, Auflösung der Individualität; was sich sicher gut anfühlt, für unser Thema allerdings wenig ertragreich ist, fragen wir doch danach, wie Individualität und Verbindlichkeit in neuen Formen des Wir zusammenspielen können. Wenn in diesem Fall der erste der beiden Partner wegfällt, kann das wohl nicht die Lösung sein.

Also müssen wir bei den anderen Bewusstseinsdimensionen Ausschau halten. Wie steht es mit der ersten Dimension – der Körperlichkeit? Als Körper erleben wir uns immer auch – aber meistens nur ein bisschen; etwa wenn sich Müdigkeit beim Lesen eines langen Artikels in Ihr Bewusstsein drängt; oder wenn Hunger und Durst Ihren Bewusstseinsraum füllen. Aber dabei identifizieren Sie sich nicht mit Ihrem Körper. Es geht Ihnen nicht wie Nietzsche, der sagte: »Körper bin ich und sonst nichts.« So geht es uns allenfalls



bei großen körperlichen Anstrengungen und Schmerzen – oder bei gutem Sex, um auch etwas Positives zu nennen. Dann sind wir zu hundert Prozent Körper: ganz mit unserem Körper identifiziert, ganz im Körperbewusstsein.

Leben an der Benutzeroberfläche Nun sind aber guter Sex (leider) und große Schmerzen (zum Glück) die Ausnahme. Im Alltag sind wir nicht »Körper und sonst nichts«, sondern zunächst und zumeist halten wir uns im Ichbewusstsein auf. Ichbewusstsein heißt: Ich bin identifiziert mit der Ansicht, die ich von mir habe, dem Bild, das ich mir von mir selbst gemacht habe. Und dieses Bild legt sich wie ein Puzzle zusammen aus allem, was ich habe: aus den Meinungen, die ich habe; aus den Dingen, die ich habe; aus der Geschichte, die ich habe; aus den Wünschen, die ich habe. Aus alledem bilde ich meine Identität und unterscheide mich dadurch von anderen: »Ich bin so und nicht so« – eine Operation unseres diskursiven Verstandes, dessen Funktion es ist, unser Ich durch sein ur-teilendes Denken abzusondern und den Radius unseres Ichs zu definieren – zu begrenzen. Im alltäglichen Ichbewusstsein identifizieren wir uns also mit der Ansicht, die wir von uns haben – und das ist gut so. Aber, und das sollten wir sehen, wir bleiben dabei auf sonderbare Weise an der Benutzeroberfläche unserer selbst. Denn die Ansicht einer Sache ist immer das, was sich von ihr an der Oberfläche zeigt, dabei aber oft die darunter liegende Tiefe verbirgt. Und eben eine solche Tiefe gibt es auch in uns. Und sie erst macht unsere eigene, umfassende Identität aus – eine Identität, in der auch das Körperbewusstsein und das Ichbewusstsein aufgehoben sind, die aber sehr viel weiter reicht und sehr viel komplexer ist.

Tiefseeltauchen Diese dreidimensionale »Tiefen-Identität« erschließt sich uns in

dem, was ich Seelenbewusstsein nenne – der Dimension des Bewusstseins, in der sich unsere Träume und Gefühle, unsere Traumata und Schatten enthüllen, und die mannigfaltigen Verbindungen, in denen wir zu anderen stehen. All das also, dessen wir uns alltäglich nicht bewusst sind oder bewusst sein wollen, was aber gleichwohl zur komplexen Ganzheit unseres individuellen Daseins gehört. Diese Dimension ist immer da, auch wenn wir meist nichts von ihr ahnen – was nicht zuletzt daran liegt, dass wir in einer Welt leben, die gänzlich vom Ichbewusstsein durchdrungen ist und eine Lebensform entwickelt hat, die es fast unmöglich macht, sich in der Dimension des Seelenbewusstseins zu halten.

Was fatal ist, denn – so meine These – eine neue Kultur des Wir kann nur dann erblühen, wenn es uns gelingt, sie aus dem Seelenbewusstsein heraus zu bilden. Und dafür müssen wir als Allererstes die auf Hochglanz polierten, coolen Oberflächen unseres Ichbewusstseins aufweichen und durchlässig machen. Und das tut niemand gern, weil es ja – solange wir nicht im Seelenbewusstsein sind – nach Identitätsverlust und -aufgabe klingt. So etwas macht Angst. Davor schreckt man zurück. Da ist man lieber cool und lässt sich nicht berühren ...

Entweder-oder contra Sowohl-als-auch Angst prägt die Atmosphäre des Ichbewusstseins. Und Angst prägt unsere vom Ichbewusstsein durchdrungene Welt. Warum? Weil das Ich sich vor Verlusten ängstigt – vor dem Verlust seiner Habe, mit der es sich identifiziert: seiner Meinungen, seiner Besitztümer, seiner Freunde und Partner, seines Lebens. Immer hat das Ich Angst, denn es ist gebohren aus Unterscheidungen und Urteilen, die sich jederzeit als vorläufig oder irrtümlich erweisen können. Die Welt des Ich ist eine ängstliche Welt, gerade weil sie der Logik des Entweder-oder folgt. Die Welt der Seele ist anders. Ihre Atmosphäre ist nicht die der Angst, sondern die der Liebe. Denn das Seelenbewusstsein zeichnet sich dadurch aus, dass es Licht dorthin bringt, wo wir sonst nicht hinsehen (wollen); dass es uns annehmen lässt, was wir sonst ausblenden; dass wir uns der Verbundenheit mit denen bewusst werden, von denen wir sonst nichts

wissen wollen. Genau das aber leistet nichts anderes als die Liebe. Je mehr wir in der Liebe sind, desto tiefer sind wir im Seelenbewusstsein, desto durchsichtiger werden wir uns in der Komplexität unseres Seins; und desto bewusster werden wir uns unserer Verbundenheit mit anderen. Es ist deshalb die Erfahrung des Sich-Verliebens – des In-die-Liebe-Fallens, wie die Engländer sagen –, die uns am nachhaltigsten das Tor zu unserem umfassenden Sein aufstößt und uns unseres Eingebundenseins in die große Harmonie des Kosmos am eindringlichsten bewusst werden lässt.

Komplexe Seelen im Netzwerk des Lebens Es ist dies eine Erfahrung größter Freiheit, denn nie sind wir schon so sehr wir selbst wie dann, wenn wir sowohl uns selbst mit unseren Schattenseiten als auch die Welt im Ganzen in ihrer Komplexität liebend annehmen. Und gleichzeitig ist dies eine Erfahrung größter Verbindlichkeit – einer Verbindlichkeit, die aus dem Bewusstsein der Verbundenheit erwächst und sich mit Macht in unsere Beziehungen mischt.

Diese Beziehungen, und das ist der springende Punkt, brauchen – aus Sicht des Seelenbewusstseins – nun aber keine fixen Organisationen, die sich nach Maßgabe des Ich als große Mega-Individuen verstehen, die eine Meinung haben, eine Konfession, ein politisches Ziel etc. Die großen, alten Formen sozialer Verbände verstehen sich alle als solche Zusammenschlüsse partikularer Elementarteilchen, die auf geteilter Habe gründen und an denen ein jedes Mitglied als Ich per Willensentschluss oder Bekenntnis teilhat. Wenn die Mitgliedschaft und Teilhabe an solchen Organisationen heute an Attraktivität verliert, dann ist das ein Zeichen dafür, dass Menschen sich nicht mehr so sehr als individuelle Ich-Substanzen deuten, sondern als komplexe Seelen in einem Netzwerk des Lebens.

Und von genau hier aus, meine ich, lässt sich die Vision des neuen Wir entwickeln – eines Wir, das nicht die Summe einander haben wollender Ich-Subjekte ist, sondern eine resonante Schwingung zwischen liebenden Seelen, die in nichts anderem verbunden sind als in ihrer gemeinsamen Liebe zum Leben – einer Liebe und Begeisterung, die sich freilich an un-

terschiedlichen Aspekten des Lebens festmachen und daher unterschiedlich intensive Verbindungen in unterschiedlichen Konstellationen möglich machen kann. »Gemeinschaften zwischen Seelen« – also Gemeinschaften von Menschen, die sich aus dem umfassend-integralen Seelenbewusstsein heraus verstehen – beruhen nicht auf geteilten Meinungen und Interessen, sie brauchen keine Institutionen und Satzungen, sondern sie speisen sich aus der geteilten Begeisterung der Herzen, die sich nicht vertraglich fixieren lässt, gleichwohl aber höchste Verbindlichkeit besitzt. Weil sie die Seelen in Resonanz schwingen lässt.

Die Tugend der Stimmigkeit Die schönste Metapher für solche Formen seelischer Gemeinschaften scheint mir denn auch ein Orchester oder Chor zu sein: eine Mannigfaltigkeit von höchst individuellen Charakteren und Stimmen, die aber doch so aufeinander eingestimmt sind, dass ihr Miteinander stimmt. Vollkommene Freiheit bei vollkommener Verbindlichkeit, die einfach daraus erwächst, dass niemand diese resonante, harmonische Stimmigkeit verlassen möchte. Nicht, weil das Ich dem Chor oder Orchester als Mitglied angehört, sondern weil deren gemeinsames Tun durch seine Stimmigkeit so bezwingend ist, dass niemand sich ihr entziehen will. Der zwanglose Zwang der Resonanz, so könnte man sagen, macht aus den vielen Elementarteilchen ein Ganzes – ein Atom, das unzerlegbar ist. Der Weg ins neue Wir führt so gesehen aus dem Ichbewusstsein ins Seelenbewusstsein; aus der Angst in die Liebe; oder auch aus dem Haben ins Sein (um es mit Erich Fromm zu sagen). Und deshalb muss für die Liebe werben, wer eine neue soziale Kultur von Kooperation statt Konkurrenz, von Ganzheitlichkeit statt Gier gedeihen lassen will. Natürlich braucht es dafür Mut und Beherrtheit: Mut, der Unkultur der Coolness ebenso die Stirn zu bieten wie den scheinbar unerschütterlichen Automatismen einer Medienwelt, die lieber urteilt und anklagt als begeistert und inspiriert; und Beherrtheit, die Sprache der Seele zu sprechen, Gefühle und Leidenschaft zu bekennen und auch dem eigenen Schatten – öffentlich – ins Gesicht zu sehen. //

Amare aude! Der Wahlspruch des Wir Nun, wie fühlt sich das für Sie an? Diese Vision einer Kultur des Herzens, die aus dem Seelenbewusstsein lebt – die ihre Kraft bezieht aus dem liebenden Ja zu den eigenen Schatten und verdrängten Anteilen; die nicht auf coole Konkurrenz, sondern auf warmes Wohlwollen setzt; die nicht auf den Ton der Angst, sondern den Ton der Liebe gestimmt ist; die nicht ihre Selbstverachtung durch Hässlichkeit manifestiert, sondern ihre Liebe zum Leben mit Schönheit feiert? Mir jedenfalls geht das Herz dabei auf. Zumal wir so weit gar nicht davon entfernt zu sein scheinen. Eigentlich nur so weit, wie wir von unserem eigenen Herzen entfernt sind. Das Einzige, was uns dabei im Weg steht, ist wohl unser ängstliches Ego. Aber dabei muss es ja nicht bleiben. Das wissen Sie. Aber sicher! Sie wissen doch, wie es ist, in die Seele oder in die Liebe zu fallen. Das kann ziemlich schnell gehen. Das neue Wir ist gar nicht so schwer. Man halte sich nur an seinen neuen Wahlspruch: amare aude! Wage es, dich deines Herzens zu bedienen!

Damit ist nun freilich noch nicht die Frage beantwortet, wie dieses Wir Gestalt annehmen kann. Welche Formen es sich geben kann und geben wird, wenn denn Kirchen, Vereine, Parteien und dergleichen nicht mehr das Mittel der Wahl sind. Eine glatte Antwort darauf kann ich nicht vorlegen. Allenfalls eine Vermutung. Mir scheint, dass zukünftig mehr und mehr kleine Einheiten unser Gemeinwesen durchdringen werden: Netzwerke auf Zeit, die sich um integrierende Menschen bilden, die Schnittmengen bilden und mehr durch geteilte Begeisterung für Projekte und Ideen verbunden sind als durch formelle Mitgliedschaften. Auch in der Politik werden die Parteien in ihrer Bedeutung hinter exponierte Individuen zurücktreten, die wie Gravitationszentren mit der Kraft ihres Herzens in aller Freiheit Menschen an sich binden. Gewiss gibt es von diesen Menschen noch zu wenig – aber der Weg ins Herz ist immer möglich. Wenn es denn nur gelänge, das Eis darinnen zum Schmelzen zu bringen, unsere harten und kalten Oberflächen durchlässig zu machen und uns wieder zu spüren – als Individuen und als Teile des einen, ganzen, großen Lebens. //

Bleep

5. Bleep Kongress
22.–23. Okt. 2011
Stuttgart

Create
your
reality!

Bis zum
30.6.2011
Frühbuche-
rabatt
sichern!

MIT DEN STARREFERENTEN

Frank Schätzing
BESTSELLERAUTOR

Amit Goswami
PIONIER DER QUANTENPHYSIK

Götz W. Werner
GRÜNDER DM-DROGERIEMÄRKTE

Udo Grube

AUTOR VON
„BLEEP – ODER WIE MAN SPIRITUALITÄT
MIT 3 WHISKY-COLA VERBINDET“

Infos und Tickets unter:
www.bleepkongress.de

BLEEP – Spiritualität
und 3 Whisky-Cola

Jetzt
im
Handel!



Bestes Olivenöl **1. Platz**
BIOFACH 2010
 „Kalamata P.D.O nativ-extra“
 Blindverkostung aus 74 Olivenölen.



Mani
BLÄUEL®

Gesunde und nachhaltig produzierte
 Olivenöle aus Griechenland.

Bestes Olivenöl
 Griechenlands **1. Platz**
 „PLATIN-AWARD“
 in der Kategorie „mild-fruchtig“
 MANI-Olivenöl nativ-extra
 Blindverkostung aus 100 Olivenölen.



Ausgezeichnet mit
 „GOLD“ in Italien **GOLD**
 Höchste Auszeichnung beim
 italienischen Olivenöl-Wettbewerb.

www.blauel.gr

 **Mani-Sonnenlink**
 Ort für Kultur, Therapie und spirituelle Entwicklung

**Seminarhaus
 in der Mani**

Griechenland
 Südpeloponnes

- Urlaub
- Yoga und Tanz-Kurse
- Seminare/Klausuren/Coaching
- Oliven-Pflück-Erlebnis-Reisen
- Koch- und Verkostungsseminare
- Internationales Sommermusikfestival
- Integrale Sommermusikakademien





Burgi Bläuel | Pyrgos-Lefktrou | 24024 Greece | (+30) 27210
 78077 | (+30) 6937331333 | burgi@mani-sonnenlink.com
www.mani-sonnenlink.com

Für mehr Freude am Leben!
Body De-Armoring - die Sexualität befreien

free your soul!

Entpanzerungs-Retreat
 in Deutschland (Bad Belzig):
 8.–21. August '11
 Schweiz (Alpen):
 7.–20. November '11
 mit Sabina Tschudi
 und Johannes Schröder

0041 - 55 643 28 80
info@bodydearmoring.ch
www.bodydearmoring.ch

**BODY
 DEARMORING**

 **Liebe leben**
 Impulse für die Liebe für Singles & Paare
 seit über 25 Jahren

VORTRÄGE • SEMINARE • PAARCOACHING

Iris von Stosch, Diplom-Psychologin

- Paarseminar 01.-03.07.11, Bodensee
- (Paar-)Coaching Ausbildung ab 11.-18.06.11, Mallorca u. Stuttgart
- "Liebe leben" Jahrestreining 2011 ab 15.-17.07.11, Raum Stuttgart
- Urlaubsseminare auf Mallorca 18.-25.06. und 06.-13.08.11

Info unter:
www.liebeleben.de • info@liebeleben.de
 Tel. 0711-754244-8 • Fax 0711-754244-9
 Mo. - Fr. 11-13 Uhr • Mo. u. Mi. 15-18 Uhr




Elterntaining: **familien.matrix**
 gemeinsam wachsen • Essenz berühren

www.kidx-inspirations.net

KarmaProdukte

Vorgestellt von **Christoph Harrach** und
www.KarmaKonsum.de, der Plattform für folgenbewusstes
 Kaufverhalten und einen neuen Geist in der Wirtschaft.



Altes Spielzeug

Das Stuttgarter Label Abteil fertigt aus ungewöhnlichen Materialien wie etwa alten Luftmatratzen originelle Gebrauchsgegenstände. Hier eine Tasche für den kleinen Einkauf aus wiederverwertetem Leder-Fußball.

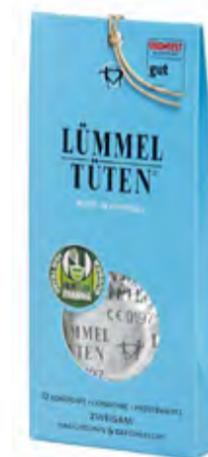
89,00 € | www.lilligreenshop.de



Faires T-Shirt

Design T-Shirts des Labels THOKKTHOKK in ausgefallenen Mustern. Die Firma legt Wert auf 100 Prozent biologische Baumwolle, faire Produktion, schadstofffreie Bedruckung und Transport mit CO₂-Ausgleich. Produziert wird in der Türkei.

29,90 € | www.thokkthokk.com



Korrekte Verhütung

Alle Lebenslust-Lümmeltüten-Kondome werden aus fair gehandeltem Latex hergestellt.

12 Stück 5,95 € | www.avocadostore.de



Hölzerne Brille

Sonnenbrille in schlichtem, femininem »wayfarer«-Stil mit delikatem handgefertigtem Bambusholz.

130,00 € | www.avocadostore.de

Greenwashing oder wirklich sauber?



REINIGUNGS- UND WASCHMITTEL SOLLEN FLECKEN ENTFERNEN, ABER HABEN SIE AUCH SELBST EINE WEISSE WESTE? WIR WIRFT EINEN BLICK AUF DIE NEUEN SAUBERMÄNNER.

Früher musste man im Reformhaus im hintersten Winkel nach ihnen suchen, heute stehen sie in jedem Supermarktregal: die Rede ist von Ökoreinigern. Aber wie sauber machen die Produkte der neuen Generation tatsächlich, und sind sie wirklich immer so ökologisch korrekt, wie die Hersteller vorgeben? Ein ganz persönlicher Test an Putzweimer und Waschmaschine:

Frosch:

Es muss nicht immer keimfrei sein – aber bitte nachhaltig

Ich bin seit 1991 überzeugte Frosch-Anhängerin – damals noch mit Waschmittel im Baukastensystem und ohne Weichspüler (die Jeans wurden bretthart) und mit (eher müffeligem) Essigreiner, der zwar dem Kalk im Bad nicht immer Einhalt gebot, wenn man die Dusche mal zwei Wochen nicht putzte, aber dafür ökologisch korrekt war (inzwischen gibt's auch den Weichspüler und einen Universalreiniger, der nach Orange duftet). Die Produkte sind biologisch abbaubar und die Verpackungen zu 100 Prozent recycelbar und bestehen zu mehr als 50 Prozent aus recyceltem Material. Das ist zeitgemäß!

Weniger zeitgemäß ist, dass Frosch mit dem Hinweis »Bio« wirbt, denn er legt nahe, dass die verwendeten Rohstoffe aus ökologischem Anbau stammen – was sie in den seltensten Fällen tun. Seife ist eigentlich ein eher »schmutziges« Geschäft, weil Palmöl für die Herstellung benötigt wird, das meist in Monokulturen angebaut wird, was zu Lasten des Regenwalds geht. Hier würde ich mir mehr Sensibilität in der Kommunikation wünschen, denn: Biologisch abbaubar ist eben nicht wirklich »Bio«. Nachahmer Henkel hat hier schon gelernt – als er seine Reinigungsmittel-Serie »Terra« auf den Markt brachte, prangte ebenfalls groß ein »Bio« auf den Flaschen. Dieser Hinweis wurde im Zuge eines Redesigns nun ersetzt durch das ehrlichere »auf pflanzlicher Basis anstelle von Erdöl«.

www.frosch.de

Nadja Rosmann

Terra:

Die Zukunft liegt im »Wir«

Vor gefühlten zehn Jahren hatte ich eine Diskussion mit einem Henkel-Pensionär. Ich vertrat damals die Ansicht, dass Henkel sich schnellstens etwas einfallen lassen müsse, um nicht die Bio-Welle zu verpassen. Für einen Henkelaner der alten Schule ein undenkbares Szenario. Da macht rein nur das, was mit viel Chemie auch noch den letzten Keim vernichtet.

Ich gestehe: Es war eine kleine Genugtuung, als ich dann Terra von Henkel in den Regalen entdeckte. Zumal es auch noch gut aussah: Schöne grüne Flaschen, klares Design und frisch. Also nahm ich es mit; und war mit der Waschkraft absolut zufrieden – obwohl ich, wie immer, die vorgegebene Dosierung halbiere: Meine Weiß-Wäsche war sauberer als von dem bis dahin benutzten Frosch-Waschmittel.

Als ich dann die Dosierungsanleitungen von Frosch und Terra verglich, stellte ich fest: Terra gibt 20 Wäschen für 1,5 Liter im Durchschnittsverbrauch an, Frosch dagegen braucht 2 Liter Waschmittel für den gleichen Durchschnittsverbrauch. Sicher ist die Verwendung von Palmöl ein Problem. Doch mich überzeugt, dass Henkel das Thema für sich mit dem Kauf von Zertifikaten für nachhaltiges Palmkernöl zu lösen versucht.

Das zusammengenommen, empfiehlt mir mein ökonomischer wie auch mein ökologischer Verstand, mich bei meinem Vier-Personen-Haushalt für Terra zu entscheiden.

www.henkel.de

Christine Teufel

Träumerischer Buchspaziergang

Zugegeben: Frau Scholl hätte sich einen etwas weniger sperrigen Titel ausdenken können; und zugegeben: Der Preis für 40 Seiten mit Hanfschnur gebunden ist satt. Andererseits muss ich sagen: Die Idee, die Qualität der Illustrationen und das ökozertifizierte Papier rechtfertigen dann wiederum doch die Euro 15,85. Ein Zwerg ohne Namen will wissen, wie die Welt außerhalb seines Waldes und seiner drei Freunde aussieht. Mutig zieht



er los und lernt neue Tiere kennen. Langeweile kommt dabei nicht auf. Dauernd stößt er auf Neues, Unentdecktes. Alle Tiere und Menschen, die er trifft, darf er fragen, wie sie die Welt sehen. Und dann nimmt er deren Antworten, um das Aktiv-Lesekind aufzufordern, mit ihnen zu malen, basteln, kleben oder einfach nur zu träumen. Die Bastelvorlagen sind eingebunden im Buchtext, und so wird das Ganze zu einem Buchspaziergang, bei dem man als Ausrüstung Papier, Farben und Klebstoff mitnehmen muss.

Wunderbar gefällt mir die Hauptfigur, der Zwerg. Mit ihm können sich Jungen und Mädchen gleichermaßen identifizieren. Und das nicht erst ab sechs, wie der Hersteller angibt. Nach positiven Feldversuchen mit befreundeten Kindern wage ich, eine Empfehlung schon ab vier Jahren auszusprechen. Denn das Büchlein zusammen mit den Großen zu durchwandern schadet auch ganz kleinen Zwergen ganz sicher nicht ... **Claudia Scholl (Autorin, Illustratorin): Eine Reise machen und aktiv sein: Der kleine Zwerg will sehen wie die Welt aussieht** [Broschiert], ISBN 978-3-942499-00-2, Made in Germany. www.graetz-verlag.de



Kannste in die Tonne kloppen?

Ein Legespiel vermittelt kostbare Erkenntnisse zur Mülltrennung

Nein, was habe ich gelacht, als ich dieses Spiel gefunden habe. Denn, seien wir ehrlich: Die Mülltrennung im eigenen Haushalt ist eine der größten Herausforderungen, vor die wir alle gestellt sind. Himmel, wie soll man das nur lernen! Und anderen beibringen! Meine verzweifelten Einzelkämpfer-Versuche in unserem Vier-Personen-Haushalt eskalieren immer wieder zu lautstarken Diskussionen mit unserem Achtjährigen, der sich einfach nicht merken kann (oder will?), dass ein vollgeschnäuztes Taschentuch nicht im gelben Sack zu landen hat – oder mit meinem promovierten Göttergatten, der, warum auch immer, nicht rafft, dass Bioabfälle im Restmüll nichts verloren haben ...

Ab jetzt aber wird alles gut. Denn ab jetzt müssen meine armen Familienmitglieder mit mir »Weg damit! ... aber richtig« spielen. Das Erstaunliche: Sie haben es freudig getan, denn – was mir wirklich sehr gut gefällt – das Spiel klärt unsere ewige Mülltrennungsdebatte spielerisch. Und einfach. Weil das Spiel simpel ist, ohne langweilig zu sein. Denn man muss sehr genau hinschauen und sich die einzelnen Entsorgungsb

Wir spielen



hälter gut einprägen (was für Kinder wie für Erwachsene eine gute Wiederholung ist). Dabei erinnert es an den Klassiker »Domino«. Im Gegensatz dazu aber werden hier nicht gleiche Augenpaare oder Bilder, sondern Abfallarten zu ihren Wertstoffsammelsystemen zugeordnet, was teilweise vor erhebliche Schwierigkeiten stellt, etwa wenn man es mit einem alten Schuh zu tun bekommt, über dessen passende Tonne dann doch wieder die alten Diskussionen aufflammen. Die aber nicht endlos sind, weil die Lösungen mitgeliefert werden. Was auch dazu führt, dass reale Diskussionen über die richtige Wertstoffsammelsysteme-Zuordnung künftig unter Zuhilfenahme des Spiels geklärt werden können. Ohne Familienstreit.

Das Legespiel »Weg damit! ... aber richtig« wurde von den Auszubildenden der memo AG entwickelt (Superidee!). Die Spiel-schachtel ist natürlich aus 100% Recycling-pappe mit 55 Legekarten B155 x T105 x H30 mm erhältlich bei www.memo.de oder im gut sortierten Spielwarenhandel/Biohandel.

Die Autorin

Christine Teufel (Jahrgang 1969), zweifache Mutter und Inhaberin der Kreativwerkstatt »sinnvoll« in Fulda, spielt am liebsten abends vor dem Zubettgehen mit ihren Kindern. Getreu der Worte Schillers »Der Mensch ist nur ganz Mensch, wo er spielt« sucht sie für Wir nach Spielen und Spielideen, die Ihrem Wir zu neuem Schwung verhelfen.

»die Finger mit Essen ... aus einem Teller gegessen«



Foto: Privat

In jedem Essen ist ein Wir ... da sind die großen und kleinen Erinnerungen an Mahlzeiten der Familie, die alltäglichen wie die festlichen, da sind die Gastmähler der großen Mythen und biblischen Geschichten und der Topos des Teilens ... und da sind all die Menschen, Pflanzen, Tiere, die sichtbaren und unsichtbaren Kräfte, durch deren Zusammenwirken Nahrung zu uns kommt. Essen ist, wenn man sich dafür öffnen möchte, immer erfahrbare Gemeinschaft, »communio«. Dabei kommt mir ein literarisches Bild von Ingeborg Bachmann in den Sinn: »Der Araber (...) drückt mir ein winziges Stück Brot in die Hand, zeigt, wie man die Boh-

nen mit dem Brot erwischt, es ist leicht, es geht sofort, vier schwarze Hände und eine weiße Hand sind abwechselnd im Teller, dann plötzlich alle Hände gleichzeitig, sie stehen einen Augenblick alle darin still, damit keine dem anderen in den Weg kommt, höfliche Hände alle, man müsste das Bild versteinen lassen in diesem Augenblick, in dem etwas vollkommen ist, die Hände im Essen, die Finger mit der Prise Essen, es ist der bewusstste Augenblick, der natürlichste, das erste und einzige Essen hat stattgefunden, findet statt, es ist das erste und einzige Essen, wird vielleicht die einzige Mahlzeit in einem Leben bleiben, die keine Barbarei, keine Gleichgültigkeit, keine Gier, keine Gedankenlosigkeit, keine Rechnung, aber auch keine gestört hat. Wir haben aus einem Teller gegessen. Wir haben geteilt und nicht gebetet, nicht zurückgeschickt, keine Bohne stehengelassen, nichts weggenommen, nicht vorgegriffen, nicht nachgenommen.« (Ingeborg Bachmann, *Der Fall Franza*, München 1985, S. 147–148) Um dieses Verbindende zu kultivieren und lebendig fühlbar zu machen, kann Bachmanns Szene eine Anregung sein. Warum nicht einmal aus einem Teller und mit den Händen essen? Für viele Kulturen ist das Berühren der Speisen mit den Händen

nicht schlechtes Benehmen, sondern wahre Wertschätzung und -schöpfung. Im Ayurveda spricht man von der Lebensenergie einer Speise, von deren Prana. Sie lässt sich auf zwiefache Weise aufnehmen: Über die Fingerspitzen und über den Mund.

Es gibt eine Bohnensorte, die man sehr gut mit den Händen essen kann: Sie heißen Limabohnen und sind große weiße, nierenförmige Hülsenfrüchte, die ursprünglich aus Peru kommen. In asiatischen Lebensmittelläden sind sie auch als Butterbohnen erhältlich. Und in orientalischen Geschäften bekommt man sie eingelegt unter dem Namen weiße Bohnen oder Mondbohnen.

Kauft man getrocknete Limabohnen, muss man sie zuallererst baden – ein beinahe mythologisches Geschehen. Denn das »Drama«, das sie in ihrem zeh- bis zwölfstündigen Wasserbad durchleben, ist fast eine Metamorphose: Zuerst sind die kleinen Handschmeichler wunderschön glatt, dann altern sie beängstigend, werden unansehnlich und schrumpelig; doch gegen Morgen haben sie bei doppelter Größe ihre jugendlich-straftige Haut zurück.

Eigentlich braucht es nicht viel, um Alltagsgewohnheiten mit neuem Bewusstsein zu erfüllen und aus dem Beiläufigen ein schlichtes Ritual zu machen. Dazu gehören die Reinigung der Hände, die kleine Grenzüberschreitung des »mit den Fingern«, »einen Teller, aus dem alle essen können« – und ein Gefühl der Dankbarkeit, gepaart mit der ruhigen Verdauung des Aufgenommenen. //

Limabohnen

Man kocht sie für ca. 30-45 Minuten in frischem Wasser mit reichlich Lorbeer und Zimtstangen, um generell die blähenden Eigenschaften von Hülsenfrüchten zu mindern. Fertig sind sie, wenn die Mitte »buttrig« ist. Wer in den letzten zwanzig Minuten grob geschnittenes Gemüse und Kartoffeln, frischen Thymian und Rosmarin dazu gibt, erhält einen herzhaften Eintopf. Abgeschmeckt wird er mit Olivenöl, Salz und Pfeffer, vielleicht auch Parmesan, und als kleine Verfeinerung am Rande: Knoblauch in Butter anbraten und in die reduzierte Brühe geben.

Auch als Salat mit Tomaten, viel feiner Petersilie, Schafskäse in Stücken, Olivenöl, Sojasoße, Honig, Alceto Balsamico, Salz und Pfeffer lassen sich die Bohnen gut mit der Hand essen.

Selbst süß, mit karamellisierten Trockenfrüchten (fein gehackten Aprikosen, Feigen, Rosinen, enthäuteten Mandeln, in Butter und Rohrzucker gebräunt), dazu etwas Orangenschale, geriebenen Ingwer und Zitronensaft, lassen sich diese feinen »Früchte« genüsslich vom Teller über die Hand in den Gaumenraum integrieren.

Die Autorin

Für **Marietta Johanna Schürholz** ist Essen einer der zentralen, integrativen Vorgänge, in dem Ich und Welt sich begegnen und verbinden. In »Wir essen« widmet sich die promovierte Kunsthistorikerin und Köchin dem Essen als einem essentiellen Teil des Lebens. Die genauen Rezepte finden Sie unter www.buddhasbanquet.de.



Foto: Privat

Aufruf zur Revolution – aus Liebe zum Leben

Das hätte ich ihm nicht zugetraut: Prinz Charles, dieser hölzerne, hagere, ewige Sohn und Thronfolger – er ist ein Philosoph, ein Weiser, ja mehr noch: Er ist ein Poet und Prophet; und zwar einer, der die Herzen der Menschen berührt. So jedenfalls ist es mir ergangen bei der Lektüre seines Buches »Harmonie«: ein wunderbares Buch, eine Liebeserklärung an die Welt, ein Stück gelebte Verantwortung, und ein eindringlicher Appell, dieser Verantwortung gerecht zu werden und alles daran zu setzen, unseren Planeten zu erhalten. »Dieses Buch habe ich nur aus dem einen Grund geschrieben, dass ich das Gefühl hätte, meine Verantwortung den künftigen Generationen und der Erde gegenüber nicht wahrzunehmen, wenn ich nicht den Versuch machte, auf all dies hinzuweisen und Möglichkeiten aufzuzeigen, wie wir unsere Welt heilen können«, schreibt der Prinz – und hält, was er verspricht. So ist ein Kompendium innovativer Ideen entstanden, die zugleich tief verwurzelt sind in der Weisheit früherer Völker und Kulturen: eine wahrhaft integrale Sicht auf die Welt, die von der Heiligen Geometrie früherer Völker bis hin zu den Entdeckungen der avanciertesten Naturwissenschaften der Gegenwart reicht. Und stets kristallisiert sich dabei diese eine Leitnorm heraus, die allem Leben inhärent ist: Harmonie – nicht im Sinne von Friede-Freude-Eierkuchen, sondern als fundamentales Strukturprinzip unseres lebendigen Universums. Prinz Charles hat ein Buch geschrieben, das, wie er selbst sagt, ein »Aufruf zur Revolution« ist; zu einer Revolution aus Liebe zum Leben, die weiß Gott Not tut. Dieses Buch gehört in die Schulen und Universitäten – und zumindest auf jeden Geburtstags-tisch unserer Heranwachsenden! **Christoph Quarch**

The Prince of Wales: Harmonie. Eine neue Sicht unserer Welt, 384 S., Riemann Verlag, München 2010, 24,95 €



Mystik in dürftiger Zeit

Die Bilanz des 20. Jahrhunderts fällt auf den ersten Blick nicht gerade glänzend aus: Verheerende Kriege, Völkermorde, ökologische Katastrophen, die selbst die großartigen Errungenschaften von Technik und Wissenschaft in den Schatten stellen. Dabei verkennt man leicht, dass dieses spannungsgeladene Jahrhundert – vor allem in seiner ersten Hälfte – eine mächtige spirituelle Unterströmung aufweist, die zusammen mit den bahnbrechenden Entdeckungen der Physiker und Lebenswissenschaftler prägend auf den Zeitgeist des frühen 21. Jahrhunderts einwirkt. Das jedenfalls ist eine der vielen Einsichten und Erkenntnisse, die Gerhard Wehrs Buch »Nirgends, Geliebte, wird Welt sein als innen« seinen Lesern

schenkt – ein Werk, das auf eindringliche und kompakte Weise die oft versteckte Mystik des 20. Jahrhunderts ans Licht bringt. Dass Wehr den Titel seines Buches einem Gedicht Rainer Maria Rilkes entnimmt, ist dabei kein Zufall, zeigt es doch, dass Mystik und Spiritualität dieser Zeit nicht so sehr in Kirchen, Tempeln und Universitäten blühten, sondern eher in exzentrischen Nischen gediehen. Und so reicht das Spektrum der von ihm gezeichneten Lebensbilder von Rudolf Steiner und C.G. Jung weiter über Rilke und Morgenstern bis zu Teilhard de Chardin und Dag Hammarskjöld. Wobei Wehr die Augen nicht vor den dunklen Seiten der spirituellen Sehnsucht des 20. Jahrhunderts verschließt: »Völkischer Mystizismus« heißt sein Schlusskapitel – eine Erinnerung daran, dass Mystik und Spiritualität immer Kinder ihrer Zeit sind – im Guten wie im Bösen. **Christoph Quarch**

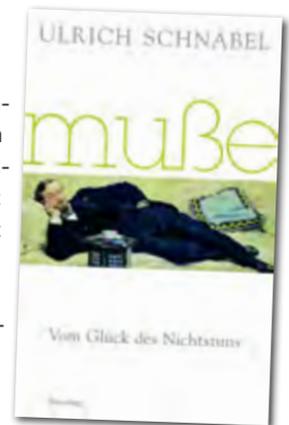
Gerhard Wehr: »Nirgends, Geliebte, wird Welt sein als innen« Lebensbilder der Mystik im 20. Jahrhundert, 286 S., Gütersloher Verlagshaus, Gütersloh 2011, 19,99 €



Muße – Vom Glück des Nichtstuns

Wann haben Sie zum letzten Mal nichts getan? Wirklich gar nichts? Die meisten von uns dürften Schwierigkeiten haben, sich daran zu erinnern, denn in der heutigen Kultur der Rastlosigkeit haftet Mußestunden der Beigeschmack der Dekadenz an und wir haben das süße Nichtstun schlicht verlernt. Der Wissenschaftsredakteur der ZEIT Ulrich Schnabel legt mit seinem Buch den Daumen in eine Wunde der Zeit und zeigt mit seiner kleinen Kulturgeschichte der Geschäftigkeit, wie wir uns durch übermäßigen Aktivismus nicht nur unsere Zeit, sondern auch einen Teil unseres Lebens stehlen. Doch es geht auch anders. Schnabels inspirierende Galerie der »großen MüßiggängerInnen« hält uns vor Augen, warum die großen und kleinen Auszeiten uns nicht nur klüger und leistungsfähiger machen, sondern uns auch etwas Essenzielles schenken: Glück und Zufriedenheit. Das Buch ist ein wunderbares Plädoyer für temporäre Auszeiten und kleine Fluchten, die das Leben lebenswert machen – für Skeptiker angereichert mit einer Fülle wissenschaftlicher Fakten, die belegen, warum der Mensch nicht zum Perpetuum mobile taugt. **Nadja Rosmann**

Ulrich Schnabel: Muße – Vom Glück des Nichtstuns, 288 S., Karl Blessing Verlag, München 2010, 19,95 €



Wir lesen

Wir sehen



Altmeister Clint Eastwood und das Jenseits

Wer bei dem Film »Hereafter« schaurige Geschichten von Untoten erwartet hatte, sah sich auf angenehme Weise enttäuscht. Spektakulär ist allenfalls der Tsunami am Anfang des Films, bei dem eine französische Journalistin eine Nahtoderfahrung macht. Eher ruhig verknüpft der Film sodann mit ihrem Schicksal zwei weitere Geschichten, die eines ehemaligen Mediums aus den USA und die eines Jungen aus London, der seinen Zwillingbruder verloren hat. Allen dreien geht es um die Frage, was nach dem Tod kommt. Natürlich nimmt das Ganze einen glücklichen Ausgang, aber das ist Nebensache. Ins Zentrum des Films hat Clint Eastwood das in unserer Gegenwart immer intensiver beachtete Phänomen von Nahtoderfahrungen (NTE) gestellt. Insbesondere durch die systematischen Forschungen des niederländischen Kardiologen van Lommel kann inzwischen als gesichert gelten, dass Menschen, die mit einem Bein schon im Jenseits standen, dort nicht einem »Nichts« begegnen, sondern einer rätselhaften Lichtwelt – einem Reich jedenfalls, das eine Zukunft auch nach dem Tod verheißt. Dass sich Altmeister Clint Eastwood so ernsthaft und sachlich diesem Thema zuwendet, ist der eigentlich symptomatische Faktor dieses Films.

Jens Heisterkamp

Clint Eastwood: **Hereafter**, mit Matt Damon und Cécile de France, 124 Minuten, DVD, Warner Home Video, 2011



Aktivismus des Herzens

Krieg und soziale Ungerechtigkeit sind Faktoren, bei deren Bekämpfung in der Eigendynamik von Gewaltspiralen meist neue Verletzungen entstehen. Der Dokumentarfilmer Velcrow Ripper hat in seinem Werk Beispiele für eine andere Haltung zusammengetragen: Es ist ein Aktivismus des Herzens, wie er sich heute vielfältig auf der ganzen Erde zu regen beginnt. Seine untergründige Matrix bildet das Prinzip der Verbundenheit aller Menschen. »Ich existiere durch Dich«, bringt es der afrikanische Bischof Desmond Tutu auf den Punkt, »ein abgesonderter Mensch ist ein Irrtum«. Angefangen beim gewaltlosen Widerstand der amerikanischen Bürgerrechtsbewegung bis hin zu indianischen Heilungszeremonien entsteht ein wirkmächtiges Bild-Mosaik von Menschen und Projekten, die weltweit innere Friedfertigkeit mit sozialem Handeln verbinden wollen. Dazu gehören bekannte spirituelle Aktivisten wie Julia Butterfly Hill oder der vietnamesische Mönch Thich Nhat Hanh, aber auch einfache Bürger etwa im Kampf für den Erhalt eines Urban-Farming-Geländes. In der Stimmung oft traumhaft schöner Bilder bleibt mitunter etwas unklar, wie die Idee der Einheit nachhaltig in die konkrete politische Praxis heruntergebrochen werden kann. Auch wird bei einigen der angeführten Projekten nicht ganz klar – dies ist wohl dem Bemühen um eine so große Breite geschuldet –, ob sich hier wirklich ein neues Bewusstsein und nicht nur sentimental untermalter Protest regt. Ripper selbst ist in der Bahai-Religion verwurzelt. Seinen Film hat er einem Kollegen gewidmet, der beim Film eines Bürgeraufstands in Mexiko umgebracht wurde. Jens Heisterkamp

Velcrow Ripper: **Rebellen der Weisheit** 97 Min. plus ca. 70 Min. Bonusmaterial, DVD, Kamphausen Tao Cinemathek

Du bist, was du isst

»Euer Essen sollte eure Medizin sein«, mahnte schon Hippokrates – ein Ratsschlag, der vor allem in den westlichen Industrienationen oft ungehört verhallt. Nach der Völlerei kommen die Appetitzügler zum Einsatz, Zivilisationskrankheiten wie Herzproblemen oder degenerativen Erkrankungen wird mit Medikamenten begegnet. Auf die Idee, unsere Essgewohnheiten zu hinterfragen, kommen wir hingegen selten. Die Dokumentation »Du bist, was du isst« nimmt unsere Ernährung ins Visier und zeigt, wie sich durch das richtige Essen nicht nur viele Gesundheitsprobleme vermeiden, sondern selbst schwere Krankheiten heilen lassen. Die befragten amerikanischen Experten sind mit Leidenschaft bei der Sache, legen dabei aber leider einen fast schon missionarischen Eifer an den Tag. Ob Verfechter extremer Rohkost oder Mediziner, die für die Anwendung hochdosierter Vitamine werben – die Spezialisten plädieren für teils radikale Methoden, die zwar wirkungsvoll sein mögen (zum Beispiel in der Therapie von Depressionen oder Krebs), aber mit Sicherheit kein Modell für eine alltägliche, ausgewogene Ernährung für jedermann liefern. Ein Film, der interessante Hintergründe, nicht zuletzt über die Pharmaindustrie, aufzeigt und dazu inspiriert, sich mit Ernährungsfragen intensiver zu beschäftigen – allerdings ohne konkrete Hilfestellungen, was denn nun, Tag für Tag, wirklich auf den Teller gehört. Nadja Rosmann

James Colquhoun, Carlo Ledesma: **Du bist, was du isst**, 80 Minuten, DVD, Sunfilm, 2010



Es gibt sie noch, die guten Nachrichten



Katastrophen, Skandale, Horrormeldungen – wo die Medien häufig nach dem Motto »Nur schlechte Nachrichten sind Nachrichten« verfahren, setzt Bettina Sahling mit ihrem Online-Magazin Newslichter ganz bewusst einen Gegenpol. »In einer Welt mit aufgeheizten, negativen Meldungen bleiben die vielen sinnvollen und kreativen Dinge oft im Schatten«, meint die Beraterin. Sie holt sie ins Licht, berichtet über konstruktive Ansätze aus Ökonomie, Ökologie und Politik und beleuchtet neue Methoden der Selbstentfaltung. Die Nachrichten werden kostenlos verbreitet, und bereits rund 1.000 Unterstützer beteiligen sich an der Finanzierung. Über die Spendenplattform Betterplace ist Bettina Sahling darüber hinaus dabei, Gelder für die Einrichtung eines Content-Management-Systems zu sammeln. Langfristiges Ziel der Initiatorin: Newslichter als Genossenschaft oder Stiftung weiterzuführen. Schön, dass es auch noch gute Nachrichten gibt! Nadja Rosmann www.newslichter.de



Wir surfen

Fitness der anderen Art für Manager

Fitness ist nicht nur eine Frage der körperlichen Verfassung, sondern auch des Geistes – findet die Versicherung HanseMerkur, die gemeinsam mit dem Zen-Meister Hinnerk Polenski zwei Videos über Zen-Meditation für Führungskräfte gedreht hat. Darin erklären die meditierenden Manager, wie sich ihr Leben durch die Zen-Praxis verändert hat. »Seit ich regelmäßig meditiere, werde ich einfach nicht mehr krank«, erzählt die Diplom-Ingenieurin Dr. Anja Huppertz, die in ihrem Logistik-Unternehmen Zen-Trainings nach japanischem Vorbild eingeführt hat. Viele Prinzipien des Zen könne man eins zu eins auf ein Unternehmen übertragen, sagt sie: »Disziplin, Struktur, eine Verpflichtung, immer den Weg zum Besseren zu gehen – all diese Dinge lernt man im Zen.« Meditation miteten auf dem Marktplatz – eine Initiative mit Vorbildcharakter, denn gerade im Management kann ein klarer Kopf wahrlich nicht schaden. Nadja Rosmann hansemerkur.de > Mediathek > Fitness für Manager

We, the World: Unsere große Schwester in Amerika

»Wir« – das ist nicht nun in unseren Breiten zur Chiffre einer Vision geworden. Auch in den USA hat sich eine Initiative unter dem Titel »We, the World« aufgemacht, um den allfälligen kulturellen und gesellschaftlichen Wandel auf Erden voranzutreiben. Dahinter verbirgt sich ein Netzwerk aus Individuen, Organisationen und Kampagnen, die sich gemeinsam dem Ziel einer Welt, »die für alle passt«, verschrieben haben. Prominente Unterstützer gibt es zuhauf: Jane Goodall, Deepak Chopra, Desmond Tutu, Robert Thurman, Riane Eisler – die Liste der Partner liest sich wie ein »Who is who« der spirituell-alternativen Szene der USA. Gegründet wurde »We, the world« bereits 1998. Die Kampagne umfasst Programme und Veranstaltungen, die Menschen auf der ganzen Welt inspirieren sollen, eine globale Bewegung der Achtsamkeit und Aktion zu bilden, die Einfluss auf den politischen Willen nehmen und eine »Kultur des Friedens und der Nachhaltigkeit« voranbringen wird. So gesehen ist die amerikanische Wir-Kampagne tatsächlich so etwas wie die ältere Schwester unseres »Wir – Menschen im Wandel«-Projektes. Und deshalb empfehlen wir wärmstens, gelegentlich auf der »We, the world«-Seite reinzuschauen! Christoph Quarch

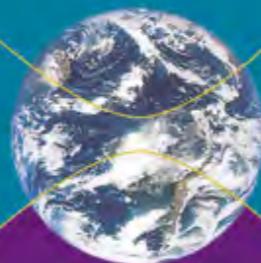
www.we.net

Wir möchten alle Kulturkreativen ermutigen, sich im gemeinsamen Handeln zu einer Identität als gesellschaftsbildende Kraft zu bekennen!

Mit Partnern aus verschiedenen Ländern Europas werden wir durch eine Vielzahl von Veranstaltungen im kommenden Jahr ein lebendiges Netzwerk bilden unter dem Motto:

wie wir wirklich leben wollen

KULTURKREATIVE GESTALTEN WANDEL



Vom multizentrierten Kongress zum Netzwerk der Kulturkreativen



KONGRESS für INTEGRALE POLITIK
Den zweiten Kongress für integrale Politik werden wir 2012 veranstalten.

Die diesjährige Konferenz:
16. bis 20. August 2011
St. Arbogast
Götzis / Vorarlberg

Weitere Informationen unter:
www.kulturkreative.net

Wir planen für morgen



Foto: Barbara Jähn

Menschliche Nähe als soziale Vision: Susanne Wiest

Die nächste Ausgabe von Wir erscheint im September unter anderem mit folgenden Themen:

Visionen für Morgen

Wir-Visionäre: Ein Grundeinkommen für jeden, unabhängig von Leistungen und Nachweisen, einfach als Menschenrecht – diese Idee brachte die Tagesmutter **Susanne Wiest** mit einer Petition bis in den Deutschen Bundestag. Ihr Bild einer menschlichen Zukunft geht aber noch weiter und will **Demokratie, Herz und Bewusstsein** wieder neu verbinden. Wir trafen die Visionärin zum Porträt.

Geist in der Wirtschaft

Meditierende Manager – das ist gar nicht mehr so exotisch wie es auf Anhieb klingt. Denn auch im Bereich des Wirtschaftslebens wird die Kraft des Bewusstseins mehr und mehr geschätzt. Wir haben uns umgesehen, wie **Meditation in Unternehmen** praktisch eingesetzt wird.

Gesundheit & Wohlbefinden

Freie Bahn für Naturheilverfahren wünschen sich auch immer mehr Vertreter der Schulmedizin. Denn sie wissen, dass Patienten, die auf alternative Methoden zurückgreifen, in der Regel mehr Verantwortung für ihre eigene Gesundheit übernehmen. Beobachtungen zu einer erfreulichen **Annäherung von Schul- und Komplementärmedizin**.

Gut verwurzelt

Von einer gesunden Verwurzelung in der Natur haben wir uns weit entfernt. Da ist es gut, dass es Menschen gibt, die uns zu ihr zurückbringen können. Einer von ihnen ist **Wolf-Dieter Storl**. Wir haben den »Allgäu-Schamanen« getroffen.



Foto: info@arelliv

Misteltherapie bei Krebs: Die Schulmedizin öffnet sich.



Foto: privat

Naturmensch: Wolf-Dieter Storl

Impressum

Wir – Menschen im Wandel

Redaktion

Dr. Jens Heisterkamp,
jens.heisterkamp@wir-menschen-im-wandel.de,
Tel. 0178 1477639
Dr. Nadja Rosmann,
nadja.rosmann@wir-menschen-im-wandel.de,
Tel. 06192 2068258
Dr. Christoph Quarch,
christoph.quarch@wir-menschen-im-wandel.de,
Tel. 0178 2099547

Redaktionssekretariat, Presse

Liss Gehlen,
liss.gehlen@wir-menschen-im-wandel.de,
Tel. 069 58 46 45

Gestaltung & Layout

Björn Pollmeyer, www.coscreen.net
Sven Nieder, www.sven-nieder.de

Verlag

Info3-Verlagsgesellschaft Brüll & Heisterkamp KG
Kirchgartenstr. 1, 60439 Frankfurt, www.info3.de
Geschäftsführung: Ramon Brüll,
ramon.bruell@info3.de, Tel. 069 57000892
Weitere Gesellschafter: Jens Heisterkamp,
Liss Gehlen. Alle Wohnhaft in Frankfurt a.M.

Vertrieb (Abonnements)

Emmy Loos,
emmy.loos@wir-menschen-im-wandel.de,
Tel. 069 58 46 47, Fax 069 58 46 16

Anzeigen

Mike Kauschke,
mike.kauschke@wir-menschen-im-wandel.de,
Tel. 0177 5783241

Druck

OFFSET COMPANY, www.offset-company.de

F S C - L o g o -
Platzhalter

Bezugspreise

Einzelheft: € 7,80 plus Porto
Jahresabonnement (6 Ausgaben):
Inland € 48 / Ausland € 58, inkl. Porto
Probeabonnement (drei Ausgaben ohne Verlängerung): Inland € 24 / Ausland € 29, inkl. Porto

Die nächste Ausgabe erscheint im September 2011
www.wir-menschen-im-wandel.de

Testen Sie Ihre Menschenkenntnis!



Psychologie Heute.

Gemacht für Menschen mit einem tiefen Interesse an den wichtigen Themen des Lebens.

- ▶ **Erkenntnis:** Für Menschen, die sich selbst und andere besser verstehen wollen
- ▶ **Nutzen:** Wissen, das Sie beruflich und privat weiterbringt
- ▶ **Aktualität:** Erfahren Sie jeden Monat das Spannendste aus Psychologie und Humanwissenschaften
- ▶ **Kompetenz:** Profitieren Sie von der Erfahrung des führenden deutschen Psychologie-Magazins
- ▶ **Wissenschaft** aus erster Hand: Seriös, verständlich, unterhaltsam

Interessiert? Dann lernen Sie Psychologie Heute kennen und bestellen Sie Ihr Kennenlern-Abonnement:
3 Ausgaben für nur 13,- € statt 19,50 €.

Alle Informationen zu unseren Abo-Angeboten und die Bestellmöglichkeiten finden Sie unter www.psychologie-heute-abo.kohlibri.de

**PSYCHOLOGIE
HEUTE**



WELEDA

90 Jahre

Im Einklang
mit Mensch und
Natur

Wenn Nachhaltigkeit „in“ ist, dann sind wir das seit 1921.

Nachhaltiges Handeln ist die Zukunft. Für uns schon seit 90 Jahren.



Für Weleda ist Respekt im Umgang mit Mensch und Natur mehr als ein Trend. Grundstein dafür sind die von Rudolf Steiner aus der Anthroposophie heraus inspirierten Werte – seit 1921. Heute leben wir diese Werte in vielen Anbauprojekten und Kooperativen rund um den Globus – ökologisch, langfristig und fair. Unsere Vision: die Erhaltung, Pflege und Entwicklung unserer natürlichen Lebensgrundlagen. Wir nutzen erneuerbare Energien, achten auf einen CO₂-neutralen Warentransport und eine umweltfreundliche Herstellung unserer Produkte. Und durch eine Vielfalt an sozialen Angeboten ermöglichen wir jedem Mitarbeiter die persönliche Weiterentwicklung. Das sind nur einige Aspekte unseres Engagements für eine nachhaltige Zukunft. www.weleda.com