

# Wir

Menschen im Wandel

LESEPROBE

*Tiere auf dem Teller*  
ZWISCHEN FLEISCHESLUST  
UND ÖKOFRUST

*Wie viel »Ich« ist  
wirklich?*  
LICHT AM ENDE DES  
EGO-TUNNELS

*Wissen von innen*  
INTUITION MACHT DAS  
LEBEN LEICHTER

*Prima Klima*  
NACHHALTIG LEBEN – EIN  
SELBSTVERSUCH

## Werden, wer wir sind

GERALD HÜTHER PLÄDIERT FÜR EINE BILDUNG, DIE DEM MENSCHEN DIENT

# Editorial

## Liebe Leserinnen und Leser,

Menschen im Wandel – das sind wir weiß Gott. Und der Wandel wird immer schneller, die Ereignisse überstürzen sich. Neue Regierungen in Italien und Griechenland, Revolutionen und Aufstände in der Arabischen Welt, eine weltweite Occupy-Bewegung gegen die Fehlentwicklungen der Finanzwirtschaft ... – die Liste ist lang, zumal wenn man dieses ganze Jahr 2011 Revue passieren lässt und Stichworte wie Atomausstieg, grüner Wahlsieg in Baden-Württemberg oder auch Piratenpartei im Kopf hat. Da fragt man sich, wohin die Welt sich drehen wird – und was uns 2012 erwartet.

Für uns bedeutet das: genau hinschauen, nah am »Wind of Change« bleiben, um die Orientierung nicht zu verlieren und Perspektiven zu entdecken, was wir heute und morgen brauchen. Solche Puzzle-Teile der Gegenwart zu einem visionären Bild der Zukunft zusammenzulegen, ist unser zentrales Anliegen, das wir auch in diesem Heft verfolgen: indem wir Ihnen ermutigende Menschen und Projekte vorstellen, von denen wir glauben, dass sie uns Türen zur Zukunft aufstoßen.

Besonders freuen wir uns, Ihnen in diesem Heft Gerald Hüther vorstellen zu können. Er hat unser Projekt von Anfang an unterstützt – ist er doch zweifellos einer der führenden Protagonisten eines neuen *Wir*-Bewusstseins. Und zwar deshalb, weil seine wissenschaftliche Beschäftigung mit dem menschlichen Gehirn zu erkennen gibt, dass wir tatsächlich »politische Wesen« – Wesen der Verbundenheit – sind, wie schon Aristoteles einst sagte. Bemerkenswert, dass auch die zeitgenössische Physik nichts anderes sagt, wie Quantentheoretiker Thomas Görnitz in seinem Beitrag über die »Physik des *Wir*« darstellt. Mit ihm eröffnen wir eine Serie, in der wir führende Wissenschaftler und Künstler zu Wort kommen lassen, um vor dem Hintergrund ihrer Arbeit Perspektiven auf ein neues *Wir* zu eröffnen.

Mit diesem Heft verabschieden wir uns für dieses Jahr und wünschen Ihnen einen guten Start ins neue Jahr und ein friedliches *Wir*-Weihnachten. Apropos Weihnachten. Haben Sie schon einmal darüber nachgedacht, Ihre Lieben mit einem *Wir*-Abonnement zu beglücken? Die Resonanz auf unser Heft ist zwar sehr gut, aber wir sind noch weit davon entfernt, auf Ihre Unterstützung verzichten zu können. Also: Machen Sie sich, Ihren Freunden und uns eine Freude mit einem *Wir*-Geschenk-Abo. Auf dass der Wandel zum *Wir* immer mehr Raum greife.

Seien Sie herzlich begrüßt von Ihrem

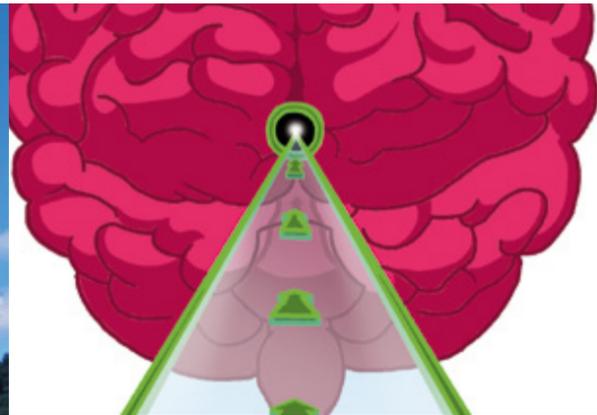


Christoph Quarch (verantwortlich)  
mit Nadja Rosmann und Jens Heisterkamp





*Ist der Mensch, was er isst?* Was wir essen, ist jedenfalls eine gefühlsgeladene Frage – und eine wirtschaftliche dazu. Anlass genug für **eine Erkundungstour** in ökologischen und ökonomischen, in emotionalen und ethischen Gefilden. Ein Mini-Schwerpunkt zum Thema Vegetarismus und mehr. **S. 22**



*Mit seinen Thesen zur Konstruktion des Ego* setzt Thomas Metzinger Maßstäbe im philosophischen Diskurs über den Menschen. Dass unser Gehirn die Welt und unser Selbst nur konstruiert, scheint inzwischen für viele selbstverständlich – **aber wer konstruiert eigentlich unser Bild des Gehirns?** Licht am Ende des Ego-Tunnels. **S. 43**



*Über Klimaschutz redet jeder* und wir ärgern uns dabei gern über Politiker und große Firmen, die alles anders machen sollen. Doch was kann jeder Einzelne von uns tun, um den **Klimawandel** zu stoppen? Wie weit man in einem **konsequenten Selbstversuch** kommen kann, hat die Studentin Anke Stöppel ausprobiert. **S. 62**

## Wir unter uns

### 4 Projekte für den Wandel

**6 Karmakonsum Bewegungsmelder** Perspektiven für ein nachhaltiges Leben

### 7 Wir-Trialog

Die *Wir*-BlattmacherInnen über die Währungskrise und den Mut zur Katastrophe

## Visionär



### 12 Gerald Hüther

Wir Menschen sind zu Freiheit und Verbundenheit veranlagt, nicht zu Egoismus und Konkurrenz. Der Neurologe Gerald Hüther macht uns Mut für den Schritt zu mehr Authentizität.

### 18 We are the world

Occupy-Wallstreet – Eine Momentaufnahme

## Politik & Wirtschaft

### 22 Vegetarismus – mehr als ein Trend

Am Thema Fleisch hängen auch Fragen der Gesundheit, des Klimas und der sozialen Gerechtigkeit.

### 26 Nachhaltig Druck machen

Die *Wir*-Druckerei in Wuppertal setzt sich für Klimaschutz ein.

### 28 Ich denke, also bau' ich

Die wichtigsten Fragen rund ums ökologische Bauen mit Holz

### 30 »Die Gesetze der Netze«

Der Beirat der Wirtschaft will Unternehmen ökologisch und fair machen – Porträt eines etwas anderen Wirtschaftsverbands.

### 31 Einsteigen statt Aussteigen

Wer die Sinnfrage im Job richtig stellt, hat mehr Freude bei der Arbeit.

**34 Streiflicht:** Lebensmittelverschwendung

## Geist & Seele

### 36 Die Physik des »Wir«

Thomas Görnitz erklärt in unserer Reihe zu den Grundlagen des »Wir«, was wir aus der Quantentheorie über Beziehungen lernen können.



### 40 Für ein neues Bild des Menschen

Der 150. Geburtstag des Reformers Rudolf Steiner hat weite Beachtung gefunden. Das Thema Spiritualität fasst Fuß im Mainstream.

### 43 Licht am Ende des Ego-Tunnels

Ist unser Ich nur eine Illusion? Ein neurowissenschaftlich-philosophischer Streifzug zu den großen Fragen des Seins.

## Gesundheit & Wohlfühlen

### 48 Wenn man klüger ist, als man denkt

Kopf oder Bauch? Seiner Intuition zu folgen, kann man lernen. Wie wir den neuen Kompass für ein heilsames Leben wirkungsvoll nutzen können.

### 52 An der Schwelle von Leben und Tod

Durch persönliches Engagement für Sterbende ist durch die Hospiz-Bewegung weitgehend unbemerkt eine *Wir*-Kultur der besonderen Art entstanden. Konstruktive Erfahrungen für eine Gesellschaft im Wandel.

## Daheim & Unterwegs



### 58 Wissenschaft trifft Wir

Auch die Soziologie befasst sich inzwischen mit dem Bedürfnis nach einem neuen »Wir«. Dr. Iris Kunze erkundet neue Formen des gemeinschaftlichen Lebens, das sie auch persönlich bereits erprobte.

### 62 Spaß macht erfindend

Das Politische ist auch privat: Eine junge Frau erprobt im Selbstversuch einen nachhaltigen Lebensstil.

### 68 Die vielen Gesichter des Wir

Ein evolutionärer Blick auf unsere *Wir*-Bezüge.

### 72 Leserbrief

### Wir kaufen

### 73 Thema: Schuhe

### Wir schenken

### 74 Schöne Dinge zum Einpacken und Aufschreiben

### Wir spielen

### 75 Betriebsanleitung für den Abenteuerspielplatz

### Wir essen

### 76 Sag mir, wo die Äpfel sind

### Wir lesen

### 77 Empfehlenswerte Bücher

### Wir surfen

### 78 Aus dem Netz gefischt

### Wir sehen

### 79 Neue DVDs

### 80 Vorschau / Impressum

## Ja, wo leben wir denn?

### DIE KOLUMNE

»Der ganz normale Wahnsinn«. Selbst Udo Jürgens besingt ihn jetzt schon auf seiner neuen CD. So normal ist er geworden. Meine Kinder hören das gern, aber die sind – Gott sei Dank! – auch noch nicht von ihm ergriffen; was durchaus nicht selbstverständlich ist. Denn gerade erst habe ich gelesen, dass eine große Krankenkasse Alarm schlägt, weil eine von ihr in Auftrag gegebene Studie gezeigt hat: »Immer mehr Kinder erhalten zur Bekämpfung von Verhaltensauffälligkeiten Psychopharmaka.« Und nicht nur die Kinder. Die gleiche Studie hat ergeben, »dass sich das Volumen von Antidepressiva-Verschreibungen für deutsche Berufstätige in den letzten zehn Jahren verdoppelt hat«. Da muss man sich doch fragen: Ja, wo leben wir denn? Im Irrenhaus?

Mal im Ernst: Wenn – durchschnittlich gerechnet – jede berufstätige Frau in Deutschland für zehneinhalb Tage im Jahr mit Psychopharmaka ausgestattet wird, dann scheint der Irrsinn tatsächlich zur Norm geworden zu sein. Und wenn man sich dann noch anschaut, was für eine Woge an Geschichten von Depression und Verzweiflung nach dem Burnout-Outing von Fußball-Trainer Ralf Rangnick an die Öffentlichkeit spülte – tja, dann wird man die Augen nicht länger davor verschließen können, dass wir von einem kollektiven psychischen Leiden befallen sind, bei dem die Normalos langsam zur Ausnahme werden ...

Was ist hier los, um Himmels willen? Was ist das für eine Welt, die immer mehr Menschen an den Rand des psychischen Abgrunds treibt? Wissen Sie, ich habe immer so ein merkwürdiges Bild vor Augen, und ich weiß, dass es andere ganz ähnlich sehen: Mir kommt es so vor, als lebten wir alle an der Oberfläche eines Rades, das sich mit immer größerer Geschwindigkeit dreht. Schneller und schneller. Und immer mehr derer, die da an der Oberfläche hin und her wuseln, werden von der Zentrifugalkraft hinausgeschleudert. Die Einzigsten, die davon verschont bleiben, sind diejenigen, die Wurzeln zu schlagen gelernt haben – die verbunden sind: mit ihren Liebsten, ihren Freunden, ihrer Arbeit; die eine spirituelle und emotionale Heimat gefunden haben.

Aber dafür braucht es keine Psychopharmaka, die es doch nur ermöglichen, schön angepasst mit dem ganz normalen Wahnsinn weiterzumachen. Nein, dafür braucht es Entschleunigung und Innehalten. Dafür braucht es Eltern, die mit ihren Kindern spielen, und dafür braucht es Gemeinschaften und Netzwerke. Und es braucht Träume. Denn, wie uns Udo auf seiner CD trällert: »Nur wer träumt, lässt die Wunder der Welt gescheh'n.« Also los!

Christoph Quarch

## Projekte für den Wandel

DIE WIR-COMMUNITY WÄCHST UND IMMER MEHR AKTIVITÄTEN TRAGEN DEN GEIST DES WIR IN DIE WELT. IN DER RUBRIK »UNTER UNS« STELLEN WIR IHNEN MENSCHEN UND PROJEKTE VOR, DIE SICH ZU VORREITERN DES WANDELS MACHEN.

### Wo man Geist genießen kann

Philosophie muss nicht immer trocken sein. Davon sind Pia Schaf und Gaby Bohle überzeugt. Deshalb haben sie in Hamburg die »modern life school« gegründet – ein in Deutschland bislang einzigartiges Projekt, das Lifestyle mit Geist, Lebenskunst mit Genuss und Tiefgang mit Leichtigkeit verbinden will. »Über die Frage, ob Philosophie auch nur das Geringste mit dem Alltagsleben zu tun haben darf, wird in Deutschland vielleicht erbitterter gestritten als anderswo. Dabei ist die Antwort ganz einfach: Ja. Darf sie«, sagt Pia Schaf, und erläutert das Anliegen der modern life school. »Wir wollen die Menschen herausfordern und inspirieren, darüber nachzudenken, was wirklich wichtig im Leben ist.« Auf die Idee für die »modern life school« kamen Bohle und Schaf durch einen Magazin-Artikel über die »Schule des Lebens« in London, die der Philosoph und Bestsellerautor Alain de Botton (»Wie Proust Ihr Leben verändern kann«) mit anderen gegründet hat. Der Text traf die beiden Frauen, die nach vielen Jahren in der Werbebranche auf der Suche nach etwas Neuem waren, »wie ein Blitz«, erzählt Pia Schaf. Sofort

sei klar gewesen: »Das isst, das machen wir!« Und so bieten die beiden Frauen seit Juni dieses Jahres ein vielseitiges Veranstaltungsprogramm an, für das sie durchaus renommierte Referenten gewinnen konnten. Das Spektrum der Themen spricht für sich. Von »der Kunst, anders zu denken« über »die Kunst, mit Katastrophen klarzukommen« bis zu »Freundschaft« und »Glück« reicht die Palette der »Classes«, mit denen die »modern life school« aufwartet. Schade, dass es das nur in Hamburg gibt.

Christoph Quarch  
[www.modernlifeschool.de](http://www.modernlifeschool.de)

### Soziale Plastik des Wandels

Kritik war gestern – was heute zählt, sind die positiven Beispiele. Das meint jedenfalls Hans Jürgen Lukowski aus Landsberg am Lech, der 2012 statt Weltuntergang und Katastrophen ein Frühlingsmärchen

am Horizont erscheinen sieht. »Stellt euch einfach mal vor, in Deutschland, Österreich, der Schweiz und Luxemburg gehen an einem Tag 500.000 Menschen und Initiativen in 50 Städten Europas auf die Straße, für einen inneren sowie äußeren Wandel in ein harmonisches und freudvolles Leben von Mensch und Natur«, so Lukowskis Vision. Er ruft engagierte Menschen aus Bereichen wie Ökologie, Ethik, Menschenrechte, soziale Gerechtigkeit, Spiritualität, Therapie, Persönlichkeitsentwicklung, Alternativ-Medizin, Friedensbewegung, nachhaltig-ethisch orientierte Unternehmen, Verlage, Medien, Kunst und Kultur auf, den 12. Mai 2012 zu einem europaweiten Aktionstag zu machen, der zeigt, welche Initiativen für einen konstruktiven Wandel bereits am Wirken sind. Sein Motto: Engagierte Menschen machen sichtbar, dass es Alternativen gibt! Eine konsequente Aktion für das Wir und den Wandel, bei der das Mitmachen lohnt. Nadja Rosmann  
[www.fruehlingsmaerchen.net](http://www.fruehlingsmaerchen.net)

### Zeit für Utopien

In Österreich sind die »Tage der Utopie« in St. Arbogast in Vorarlberg seit ihrer Gründung im Jahr 2003 zu einer Art Institution geworden. Hier treffen sich alle zwei Jahre Vordenker und Visionäre, um »Entwürfe für eine gute Zukunft« vorzustellen und zu diskutieren. Seit 2010 gibt es nun die »Tage der Utopie« auch

in Deutschland, genauer im »Christi-an Jensen Kolleg« in Breklum bei Husum. Dort werden vom 23. bis 27. März 2012 zum zweiten Mal die »deutschen« »Tage der Utopie« stattfinden. Die Besonderheit der Veranstaltung: Es gibt kein übergeordnetes Thema, das von den Vortragenden in verschiedenen Facetten ausgeleuchtet wird. Stattdessen wollen die Veranstalter »losgelöst von einem solchen Anspruch möglichst unterschiedliche Themenfelder und Referenten für unsere mutigen Expeditionen nach übermorgen« aufspüren. Dabei geht es auch darum, eine Vielfalt von Zugängen zu zeigen, wie die Welt von morgen auf eine gute und sinnvolle Weise gestaltet werden kann. Weiter heißt es auf der Homepage der Veranstalter: »Jeder Referent hat für jeden Teilnehmer eine Botschaft, jeder begleitende Komponist einen Ton für jeden Teilnehmer. Sie sind alle willkommen. Willkommen zum Zuhören, zum Dialog, zum Austausch von Gedanken und Erfahrungen!« Das

klingt uns nach einem sehr Wir-mäßigen Projekt, dessen weitere Entwicklung wir mit großem Interesse verfolgen werden. Christoph Quarch  
[www.tagederutopie.org](http://www.tagederutopie.org) (A)  
[www.tagederutopie.de](http://www.tagederutopie.de) (D)

### Eintauchen ins ekstatische Wir

So kultig kann Denken sein: Beim Future Talk in München werden nicht nur geistreiche Fragen aus Philosophie, Spiritualität und Kunst diskutiert – nein es wird auch getanzt. Und zwar richtig. Fester Bestandteil der jeweils am letzten Freitag im Monat in der »Liquid Lounge« (Landsbergerstraße 444) stattfindenden Events ist das »liquid lumen ritual« mit elektronischer, instrumentaler und interaktiver Live-Musik. Die Future Talks, so Mitinitiator Andreas Mascha, sind »kleine Symposien zu Themen aus Philosophie, Kunst und Bewusstseinsforschung. Dazu laden wir auch Vordenker und Künstler ein, ihre Arbeit performativ vorzustellen und gemeinsam mit uns und dem Publikum zu diskutieren.« Die Macher der Future Talks – außer Mascha noch Martin Siegler und Veronica Hoffmann – gehen dabei mit besonderer Vorliebe Themen nach, die einen speziellen Bezug zum Tanz haben; »in all seinen Dimensionen«, wie Mascha betont. Alle Interessierten sind eingeladen, »in das ekstatische Wir mit einzutauchen«. Christoph Quarch  
[www.enlightainment.de/futuretalk.html](http://www.enlightainment.de/futuretalk.html)

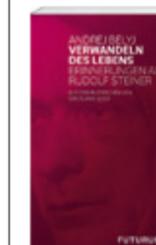
Neu im  
Futurum  
Verlag

**FUTURUM**

[www.futurumverlag.com](http://www.futurumverlag.com)

## Wie Zeitgenossen Rudolf Steiner sahen

Das bezauberndste und originellste Erinnerungsbuch über Rudolf Steiner, geschrieben von einem Meister der Sprache. In starken Charakterisierungen beschreibt Belyj seine Dornacher Zeit während des Goetheumbaus und entwirft ein Bild Rudolf Steiners, das sich durch überraschende Nähe, aber niemals Distanzlosigkeit, auszeichnet. Ein literarischer Genuss, ein autobiografisches Meisterwerk.



Andrej Belyj  
**Verwandeln des Lebens**  
Erinnerungen an Rudolf Steiner  
Aus dem Russischen von Svetlana Geier  
Mit einem Nachwort von Wenzel Michael Götte  
Herausgegeben von Taja Gut  
470 S., gebunden mit Schutzumschlag  
€ 24,80/CHF 34,80  
978-3-85636-225-6

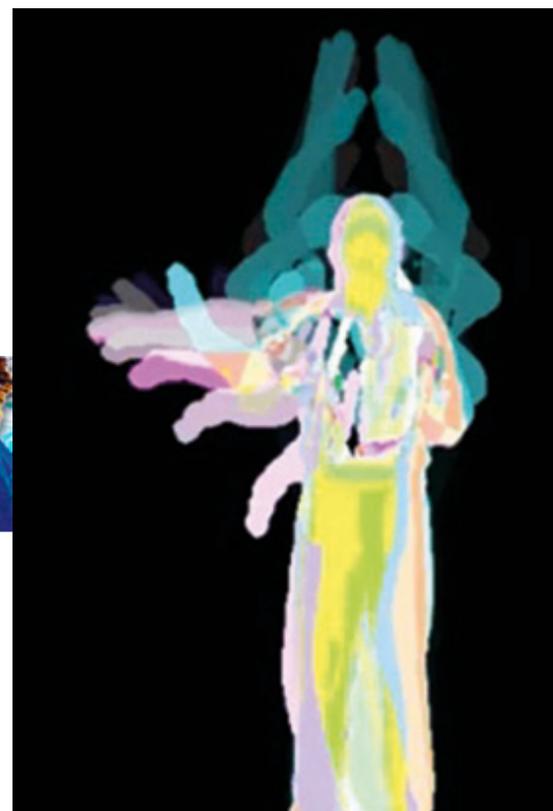
«Ich würde dieses Buch Leuten empfehlen, die sich für den Übergang vom 19. zum 20. Jahrhundert interessieren, dann natürlich für Leute, die sich für Steiner interessieren. Aber da muss man warnen: Es ist ganz sicher nicht geeignet für Leute, die ihm ganz unkritisch zu Füßen liegen, die werden keine Freude haben: Steiner wird nicht nur im Glorienschein beschrieben, sondern wirklich auch sehr kritisch dargestellt.»  
(Maya Brändli, Radio DRS2)



Wolfgang G. Vögele (Hrsg.)  
**Der andere Rudolf Steiner**  
Augenzeugenberichte, Interviews, Karikaturen  
403 Seiten, Broschur, zahlreiche Abb.  
€ 18,80 / CHF 24,80  
978-3-85636-226-3



Philosophie für den Alltag. Gaby Bohle (l.) und Pia Schaaf, Gründerinnen der Hamburger Modern Life School.



Der mit dem Geist tanzt. Future Talk in München



SEIT JAHREN WIRBT DER HIRNFORSCHER **GERALD HÜTHER** FÜR EINE NEUE KULTUR, DIE ES MENSCHEN ERLAUBT, DAS IHNEN EIGENE POTENZIAL ZUR ENTFALTUNG ZU BRINGEN. UNTER RÜCKGRIFF AUF ERKENNTNISSE DER NEUROBIOLOGIE SETZT ER DABEI VOR ALLEM AUF EINE REFORM DES ERZIEHUNGS- UND BILDUNGSSYSTEMS. GINGE ES NACH IHM, WÜRDEN WIR AN UNSEREN SCHULEN KÜNFTIG NEBEN KLASSISCHEN LEHRERN AUCH POTENZIALENTFALTUNGS-COACHES BESCHÄFTIGEN, DIE UNSERE KINDER DARIN UNTERSTÜTZEN, DIE LUST AM LERNEN NICHT ZU VERLIEREN UND EIN NEUES WIR-BEWUSSTSEIN ZU ENTWICKELN, IN DEM FREIHEIT UND VERBUNDENHEIT ZUSAMMENSPIELEN.

# Der Mutmacher

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

**D**as »Café Botanik« am Rande der Göttinger Altstadt ist noch leer an diesem Septembermorgen. Ein gemütlicher Ort, umgeben von Bäumen und Blumen. Irgendwie ein passender Ort für ein Gespräch mit Gerald Hüther, denke ich. Denn dieser Mann beschäftigt sich ja auch mit Wachstum; zwar nicht mit dem Wachstum von Pflanzen, aber doch mit dem sich entfaltenden Leben – mit der Entfaltung von in uns Menschen schlummernden Potenzialen, von Anlagen, von Möglichkeiten. Und zwar von den Möglichkeiten, die uns in die Wiege gelegt sind. Das ist es, was Gerald Hüther interessiert: Er möchte wissen, »was wir sind, und was wir sein könnten«, wie der Titel des jüngsten seiner zahlreichen Bücher lautet.

Gerald Hüther stellt sich solche Fragen nicht im luftleeren Raum. Er ist Hirnforscher, leitet an der Universität Göttingen die »Zentralstelle für neurobiologische Präventionsforschung« und war lange Jahre für das Forschungsprojekt »Entwicklungsneurobiologie« am Max-Planck-Institut für experimentelle Medizin in Göttingen zuständig. Weithin bekannt aber wurde der gebürtige Thüringer durch seine – im besten Sinne des Wortes – populärwissenschaftlichen Werke. Sie sind es, in denen sich der Wissenschaftler als Visionär outet: als einer, der sich nicht damit zufrieden gibt, Theorien über das menschliche Gehirn aufzustellen, sondern praktische Konsequenzen aus seinen Forschungen zieht – vor allem für die Art und Weise, wie wir unsere Kinder und Jugendlichen erziehen. Denn mit unserem landläufigen Verständnis von Pädagogik, so die Überzeugung des 60-Jährigen, werden wir unserer mentalen Ausstattung nicht gerecht. Wir vergeuden unser Potenzial und hemmen die Entwicklung unserer Kinder. Kurz: Wir bleiben hinter dem zurück, wofür wir – eigentlich – organisch, »hirnmäßig« ausgestattet sind. Deshalb: Was sind wir, und was könnten wir sein?

**Apostel der Kreativität** Und wie lautet Gerald Hüthers Antwort? Um das herauszufinden, haben wir uns mit ihm im »Café Botanik« verabredet. Und da sitzt er nun und erzählt. Ja, er erzählt. Bei Gerald Hüther hat man nicht das Gefühl, einem do-

zierenden Lehrer gegenüber zu sitzen. Im Gegenteil. Eine bemerkenswerte Ruhe geht von ihm aus und fließt mit dem Strom seiner Worte leicht und angenehm zu seinem Gesprächspartner. Man hört ihm gerne zu. Aber nicht nur wegen seinem herzlichen Duktus, sondern auch wegen dem, was er zu sagen hat. Denn was er sagt, ist ermutigend; macht Lust auf Leben.

Das kommt nicht von ungefähr. »Schon vor der Pubertät«, erzählt er, »habe ich mich für alles Lebendige interessiert. Ich wollte wissen, was es bedeutet, lebendig zu sein. Deshalb habe ich angefangen, Biologie zu studieren. Und Gott sei Dank ist mir dieses Motiv nie verloren gegangen.« – Gott sei Dank, in der Tat, denn sonst würde uns eine wichtige Stimme fehlen: Gerald Hüther ist, wenn man so will, der Apostel der Kreativität, der Apologet der Möglichkeit, der Mutmacher für einen gesellschaftlichen Wandel und ein neues Bewusstsein; besonders für ein neues Erziehungswesen – eines, das Schluss damit macht, »Kümmerversionen dessen, was wir sein könnten« hervorzubringen, wie er sagt.

**Zur Freiheit bestimmt** Am Anfang steht die Theorie. Und die lautet: Jedes Kind ist hochbegabt. »Jedes Neugeborene, das das Licht der Welt erblickt«, erklärt er, »ist genetisch mit einem Gehirn ausgestattet, das mehr Nervenzellen und mehr Vernetzungen aufbaut als tatsächlich gebraucht werden«. Dieses schier grenzenlose Potenzial an Möglichkeiten sei die Voraussetzung dafür, dass Kinder sich auf ganz unterschiedliche Weise entwickeln können – je nachdem, in welchem Umfeld sie aufwachsen und auf welche Weise sie von ihren Eltern geprägt werden. Deswegen ist es möglich, dass bei gleichen genetisch-physiologischen Voraussetzungen ein Inuitkind in Grönland ganz andere geistige Fertigkeiten entwickelt und ein anderes Gehirn bekommt als ein Indianerjunge im Amazonasdelta. »Das allein zeigt, wie absurd die These von der genetischen Determiniertheit des Menschen ist«, unterstreicht er. Klar, denn wenn das stimmt, dann ist der Mensch – wenn überhaupt – zur Freiheit bestimmt; zur Freiheit, sich nach Maßgabe der jeweiligen Umgebung auf deren jeweilige Erfordernisse einzustellen.

Das geschieht aber anders, als wir uns das vorstellen. Das ist Hühner wichtig: Die Prägung durch die Umwelt vollzieht sich nicht unmittelbar, sondern über den Umweg der Bedeutung. Wer heranwächst, erklärt er, macht die Entdeckung, dass es in dieser gigantischen Flut von Eindrücken, die auf ihn einwirken, einiges gibt, das wichtig ist, »das für ihn, in seiner Welt, subjektiv, bedeutsam ist; was für den kleinen Amazonasindianer naturgemäß ganz etwas anderes ist als für den kleinen Inuit. Das Bedeutsame«, so Hühner weiter, »geht unter die Haut. Man hat dann nicht nur etwas gelernt, sondern man hat eine eigene Erfahrung gemacht. Und dabei werden eben nicht nur kognitive, sondern auch emotionale Bereiche im Gehirn aktiviert.« Das heißt: »Immer dann, wenn man eine wichtige Erfahrung macht, wird diese viel tiefer verankert als jeder andere vorübergehende Eindruck oder ein nach Lehrplan eingepaukter ›Lerngegenstand‹.«

**Gefühle sind Markierungsfahnen** Hier wird es spannend. Hier blitzt das revolutionäre oder zumindest doch visionäre Potenzial auf, das Hühners neurobiologische Erkenntnisse in sich bergen. Vor allem für unser Schulsystem, dem nicht zufällig sein Engagement gilt. Denn vor dem Hintergrund unseres Wissens über die Funktionsweise des Gehirns ist es für das Lernen und damit für die Entfaltung zu denen, die wir sein könnten, absolut kontraproduktiv, wenn an unseren Schulen die kognitive Wissensvermittlung zur allein selig machenden Methode erklärt und alle emotionale, musische Bildung marginalisiert oder auf den Opferaltar der Spazwänge gelegt wird. Diese Kurzsichtigkeit bringt Gerald Hühner in Rage. Erziehung ohne emotionale Aktivierung ist für ihn ein heilloser Unterfangen. »Gefühle sind so wichtig. Sie sind im Hirn so etwas wie Mar-

kierungsfahnen, die immer dann hochgezogen werden, wenn etwas wichtiger ist als etwas anderes«, erklärt er. »Ohne sie würden wir im Strom der Informationen ertrinken.« Was heute offenbar allenthalben geschieht. Mit fatalen Auswirkungen. Denn wenn angesichts der gigantischen Informationsflut unsere Gefühle unterentwickelt bleiben, dann verlieren wir die Orientierung. Dann können wir nicht mehr wichtig von unwichtig unterscheiden. Dann verlieren wir das Interesse an der Welt und unsere Begeisterungsfähigkeit.

**Zur Kreativität geboren** Man kann nur dann nachhaltig etwas im Gehirn verankern, wenn man sich dafür begeistert. Dann, so Hühner, passiert etwas in unserem Gehirn: Die emotionalen Zentren werden aktiviert, neuroplastische Botenstoffe werden ausgesandt, die »wie Dünger« die dabei aktivierten neuronalen Netzwerke im Gehirn stärken und festigen. Das ist der Grund dafür, dass man immer dann leicht lernt und zur Meisterschaft heranwächst, wenn man von etwas begeistert und emotional berührt ist. Und das ist auch die Erklärung dafür, warum man mit Fug und Recht sagen kann, dass wir uns unser Gehirn selbst programmieren – nach Maßgabe dessen, was wir als bedeutsam und wichtig erleben.

Das, erklärt er, ist in unterschiedlichen Lebensphasen freilich etwas anderes. Am Anfang, vor allem vor der Geburt, sind es vor allem die aus dem eigenen Körper stammenden Signalmuster, anhand deren sich die ersten Netzwerke im Gehirn strukturieren. Deshalb kommt jedes Kind mit einem Gehirn zur Welt, das genau zu seinem ganz besonderen Körper passt. Und das hört nicht auf. Das ist Gerald Hühners Message. Wir sind zur Kreativität geboren. Unser Gehirn gestaltet sich selbst – und zwar nach Maßgabe

dessen, was unter die Haut geht, wofür unser Herz schlägt. Und es folgt dabei zwei – wenn man so will – fundamentalen Erfahrungen, die wir schon vor unserer Geburt gemacht haben und die fortan unserem Entwicklungsstreben die Richtung geben: »Verbundenheit und Freiheit – Freiheit verstanden als das Streben nach Aufgaben, an denen man wachsen kann, Kompetenzerwerb, Autonomie. Darum, sagt Gerald Hühner, geht es uns ein Leben lang: Wir wollen gleichzeitig verbunden sein, aber auch wachsen, autonom und frei werden. Und weil sich beides vordergründig widerspricht, geht es uns allem voran darum, ein gutes Gleichgewicht zwischen diesen beiden großen Prinzipien des Lebens zu verwirklichen; was, wie er freimütig eingesteht, zuweilen wie die Quadratur des Kreises erscheint. Doch gerade das, und jetzt kommt Schwung ins »Café Botanik«, begeistert Gerald Hühner: »Wenn Dinge unvereinbar scheinen – wenn wir sowohl das eine als auch das andere wollen –, dann ist das die Sternstunde für unsere eigene Weiterentwicklung. Dann ist das ein Festtag fürs Gehirn. Denn nichts nährt es so sehr wie ein Dilemma.« Wobei ihm wichtig ist, Dilemma nicht mit Krise zu verwechseln. Krisen lassen sich lösen, indem man eine verloren gegangene Balance wiederherstellt, indem man mehr vom Alten auf die eine oder andere Seite packt. Einem Dilemma hingegen kommt man so nicht bei. Die Lösung für ein Dilemma heißt deshalb auch nicht Reform, sondern Transformation.

**Leben ist Verbundensein** Wenn man Gerald Hühner so reden hört, wird deutlich, was diesen Wissenschaftler von so vielen anderen unterscheidet: Anders als die meisten seiner Zunft betrachtet er die Wirklichkeit nicht als eine Anhäufung voneinander getrennter Objekte – etwa so, wie es die klassische Physik Jahr-

hunderte lang tat, wenn sie sich anschickte, nach immer kleineren, identifizierbaren Bausteinen der Materie zu suchen. Für die Biologie, die Wissenschaft vom Leben, ist diese Sicht der Dinge in Hühners Augen aber komplett verkehrt. Das Leben, sagt er, lasse sich nicht zerlegen und analysieren, ohne es zu beschädigen oder gar zu töten. Weil sie aber genau das tut, sei die moderne Biologie oft »keine Wissenschaft vom Lebendigen, sondern eine Wissenschaft vom Auseinandergenommenen, vom zerlegten Leben. Also von dem, was das verloren hat, was es ausmacht: seine Lebendigkeit«. Das ist für ihn eine Fehlentwicklung, denn die Wissenschaft vom Leben werde nur dann ihrem Anspruch gerecht, wenn sie ernst macht mit der Komplexität und Vernetztheit alles Lebendigen. Für seinen Forschungsbereich, das menschliche Gehirn, gilt das in besonderem Maße. »Als Hirnforscher muss ich mich fragen, wie der Mensch, dem dieses Gehirn ›gehört‹, sich erlebt und die Welt erfährt. Denn er ist es, der bewertet und den Wahrnehmungen Bedeutung gibt; er ist es, der sich für etwas Bestimmtes begeistert und auf diese Weise sein Gehirn selbst formt.« Um diesen Gedanken anschaulich zu machen, hat Hühner ein Beispiel parat: Zwei Jungs wachsen unter exakt den gleichen Bedingungen auf. Die Eltern achten akribisch darauf, dass keiner der beiden etwas bekommt, was der andere nicht auch bekäme. »Objektiv« haben sie die gleichen Umweltbedingungen. »Subjektiv« aber sieht es in beiden völlig verschieden aus. Denn es ist ein großer Unterschied, ob man als Erster oder als Zweiter in eine Familie hineinwächst. »Das alte Konzept von einem objektiven Umfeld greift hier überhaupt nicht«, folgert er: »Was entscheidend für die Ausbildung des Gehirns ist, sind immer die subjektiven Erfahrungen, die Menschen machen, die Art und Weise, wie sie sich mit ihrer Umwelt in Beziehung setzen.«



## Gerald Hüther

ist ein Kind zweier Welten. Seine Kindheit und Jugend verbrachte er in der ehemaligen DDR. Seine Heimat ist das thüringische Emleben bei Gotha. Dort wurde er im Februar 1951 geboren, in Gotha machte er sein Abitur. Zum Studium zog es ihn nach Leipzig, wo er zum Wissenschaftlichen Assistenten aufstieg und 1977 im Bereich Neurobiologie promovierte. Und dann brach er auf in die andere Welt. Mit Hilfe selbst gefälschter Visastempel im Reisepass floh er über mehrere osteuropäische Blockstaaten nach Jugoslawien und von dort nach Westdeutschland, wo er 1979 an der Universität Göttingen als Leiter des Forschungsprojekts »Entwicklungsneurobiologie« am Max-Planck-Institut für experimentelle Medizin seine wissenschaftliche Arbeit fortsetzen konnte. Nach seiner Habilitation im Fachbereich Medizin und einigen Jahren als Stipendiat der Deutschen Forschungsgemeinschaft ist er heute Professor für Neurobiologie an der Psychiatrischen Klinik der Universität in Göttingen, wo er mit seiner Frau und Hund »Socke« heimisch geworden ist. Hüther ist Präsident der Sinn-Stiftung und Autor zahlreicher Fach- und Sachbücher, darunter »Bedienungsanleitung für ein menschliches Gehirn«, »Die Evolution der Liebe« (beide Vandenhoeck & Ruprecht) und zuletzt »Was wir sind und was wir sein könnten« (S. Fischer Verlag).

Mehr unter [www.gerald-huether.de](http://www.gerald-huether.de).



**Grenzgänger zwischen Medizin und Biologie**

In der wissenschaftlichen Zunft hat sich Gerald Hüther mit seiner Sichtweise nicht nur Freunde gemacht. Besonders für sein hartnäckiges Infragestellen der medikamentösen Behandlung von ADHS-Kindern ist er von manchen Kollegen scharf angegangen worden. Doch Hüther lässt sich dadurch nicht beirren. Er betrachtet es eher als Segen, keine konventionelle wissenschaftliche Karriere gemacht zu haben und als Grenzgänger zwischen Biologie und Medizin eine Freiheit zu besitzen, die ihn manchmal zwar zwischen den Stühlen sitzen lässt, die ihn dafür aber davor bewahrt, sich den Dogmen einer etablierten Scientific Community unterwerfen zu müssen.

Und so erlaubt er sich eben auch, nicht nur der gut wissenschaftlich-empirischen Frage »Was sind wir?« nachzugehen, sondern auch laut darüber nachzudenken, was wir sein könnten. Und wie wir dazu kommen, unser Potenzial zu entfalten; oder was uns daran hindert: ungünstige Erfahrungen, die Menschen allzu oft und meist schon als Kinder machen müssen. »Wir werden nur zu denen, die wir sein könnten, wenn nicht ständig jemand an uns rummacht; weil er uns nach einem bestimmten Bild oder Ideal formen möchte«, erklärt er – nicht ohne zu erwähnen, dass Letzteres in unseren Schulen leider noch all zu oft geschieht. Mit einer unausweichlichen Folge: »Wenn ein Kind nicht mehr das Gefühl hat, so wie es ist, richtig zu sein, dann verliert es sein Gefühl der Verbundenheit. Und es verliert auch das Gefühl, seinem Bedürfnis nach Freiheit und Kreativität nachgehen zu dürfen. Wenn das geschieht«, sagt er, »erlebt das Kind Stress. Es schaltet um auf den Modus: ›Ich habe ich ein Problem.« Und nun braucht dieses Problem alle Aufmerksamkeit. In so einer Situation kann man nicht mehr lernen, nicht mehr spielen, nicht mehr kreativ sein. Dann leidet man. Und im Gehirn werden dieselben Netzwerke aktiviert, die auch dann eingeschaltet werden, wenn einem körperliche Schmerzen zugefügt werden.« Das Leben wird dann eng und schwer.

**Im Teufelskreis der Ersatzbefriedigung**

Aber es kommt noch schlimmer. Denn in ihrer Not suchen sich auf diese Weise bedürftige und leidende Menschen irgendwelche Ersatzbefriedigungen: Essen, Karriere machen, andere bekämpfen. Mit üblen Folgen, weil nun, so erläutert er, die kleinen Triumphe im Kampf gegen die Konkurrenten als bedeutend erlebt werden und das Begeisterungszentrum aktivieren. Das Hirn schüttet Glückshormone aus, wir freuen uns und wollen so etwas wiederhaben. Was zur Folge hat, dass man immer erfolgreicher in der Kunst der Ersatzbefriedigungen wird – obwohl man in Wahrheit nur immer tiefer in den Sog der Unverbundenheit und Unfreiheit gezogen wird: Man wird verbissen, verliert seine Offenheit, Neugier, Beziehungsfähigkeit. Das Denken und Fühlen wird flach, eindimensional, unempfindlich. Offenheit, Entdeckerfreude und Gestaltungslust sind dann verschwunden.

Es ist ein Teufelskreis, der zu allem Überfluss dadurch verschärft wird, dass Effizienz, Profilierung oder Coolness gesellschaftlich in hohem Ansehen stehen. Was dabei herauskommt, nennt Hüther ein Volk von »Ressourcennutzern und Besitzstandswahrern«; womit er die Gegenwart wohl nicht ganz falsch beschreibt ...

**Leben in Fülle** Dabei könnte es so anders sein! Von unserer biologischen Ausstattung her spricht aus der Sicht von Gerald Hüther nichts dagegen, eine Kultur zu schaffen, in der Verbundenheit und Freiheit erlebt werden können: eine Welt, in der Menschen ihre Potenziale entfalten können, in der sie die sein können, die sie sind – Selbstentwickler und nicht Besitzstandswahrer. So wie es von den Weisen und Religionsstiftern wie Jesus von Nazareth visionär gelehrt wurde, gehe es in dieser Welt darum, andere einzuladen, zu ermutigen und zu inspirieren, sich aufeinander und auf das Leben einzulassen. Und eben diese Vision teilt Gerald Hüther: die Vision einer Potenzialentfaltungskultur, in der Menschen sich zur Fülle, Schönheit und Kraft ihres Lebens entfalten können.

Wie kommen wir da hin? Müssen wir dafür erst richtig auf die Nase fallen? Braucht es Krisen, damit wir werden, was wir sein könnten? Hüthers Antwort lautet »Nein«. Die Krise als Chance – aus der Sicht des Hirnforschers trifft das nicht zu. Denn Krisen machen Angst, und Angst führt meist dazu, sich erst recht in alte Muster zu flüchten. Das aber bringt niemanden weiter. Im Gegenteil: Um zu uns zu kommen, müssten wir unsere alten Gewohnheiten und Denkmuster abstreifen, unsere festgefahrenen Haltungen auflösen. Wir müssten kapieren, dass diese Haltungen nicht angeboren sind. Und weil diese Haltungen unser Verhalten lenken, nutzt es auch nichts, wenn man versucht, bestimmte erwünschte Verhaltensweisen durch Zuckerbrot und Peitsche zu erzeugen, wie es lange Zeit bei der Erziehung üblich war – und immer noch ist.

Nein, sagt Gerald Hüther, wir müssen erkennen, dass Menschen ihre Haltungen und dann auch ihr Verhalten nur verändern, wenn sie neue Erfahrungen machen. »Das kann gelingen, indem ich neue Räume für neue Erfahrungen öffne«, erklärt er, »etwa, indem ich darauf verzichte, einen anderen zu belehren, zu unterrichten, zu dressieren und ihn stattdessen einlade, ermutige und inspiriere, eine neue, eine andere, eine für ihn günstigere Erfahrung machen zu wollen. Das genau ist die neue Pädagogik«, sagt Gerald Hüther: die Pädagogik, für die er wirbt. Mehr noch: »Das ist die neue Form der Beziehungskunst in Partnerschaften, der Führungskunst in Unternehmen«. Und es ist das Fundament seiner Vision einer Kultur der Potenzialentfaltung. Deshalb ist er Präsident einer Stiftung, der Sinn-Stiftung geworden ([www.sinn-stiftung.eu](http://www.sinn-stiftung.eu)), in der sich Projekte versammeln, die deutlich machen, wie eine solche Kultur entwickelt werden kann.

**Geteilte Aufmerksamkeit**

In manchen Schulen wird seine Vision bereits konkret. Etwa in Berlin-Mitte. In der dortigen evangelischen Gesamtschule geht Schule anders. Dort wird nicht ein Lehrplan durchgepaukt, sondern dort fragt die Lehrerin ihre Schüler: »Was würdet ihr eigentlich gern lernen?« – Die Antwort der Schüler ist meistens dieselbe: »Wir wollen etwas dafür tun, dass diese Welt besser wird.« Und dann überlegen Schüler und Lehrer gemeinsam, was man tun kann. Und was man dafür wissen muss. Daraus entsteht dann ein Curriculum, das die jungen Leute selbst geschaffen haben – was eine ganz andere Lust am Lernen freisetzt. »So entsteht Begeisterung«, schließt Hüther sein Beispiel und setzt noch eines drauf, indem er sagt: »Und geteilte Begeisterung stiftet Gemeinschaft.«



»Geteilte Aufmerksamkeit« heißt in Hüthers Sprache das, wovon es hier geht: gemeinsam etwas entdecken, gestalten, sich um etwas zu kümmern. »Wenn fünf Jungs beseelt sind von der Idee, ein Baumhaus zu bauen, dann werden sie das hinbekommen«, weiß er zu berichten. »Sie werden dabei ganz viele Kompetenzen erwerben, die man gar nicht unterrichten kann. Und weil sie dabei außerdem viel Spaß haben, werden diese Kompetenzen dann auch tief in ihrem Gehirn in Form entsprechender Netzwerke verankert.« So wird nicht nur Gemeinschaft erfahren, sondern gleichzeitig werden auch all jene Kompetenzen erworben, die Menschen brauchen, um in Gemeinschaften über sich hinauszuwachsen. Die Erfahrung des Wir ist, wenn man Gerald Hüther folgt, gar nicht so schwer.

**Ein neues Wir-Gefühl**

Und sie wird immer häufiger gemacht. Hüther macht kein Geheimnis daraus, dass er die Entwicklung sozialer Netzwerke gerne sieht. »Es ist gut, wenn junge Menschen auf diese Weise erfahren, dass sie rund um den Globus miteinander verbunden sind und so ein neues Wir-Gefühl entwickeln«, sagt er und betont, dass es so etwas in der Menschheitsgeschichte noch nie zuvor gegeben hat: »Menschen fühlen sich verbunden, obwohl sie sich überhaupt nicht kennen. Das macht Mut« – Mut, den wir brauchen. Mut für die Zeit des Übergangs. Als solche nämlich erlebt er unsere Gegenwart. Für ihn ist klar, dass wir mitten in einem Transformationsprozess stecken. Polarisationen und neue Formen von Fundamentalismus erscheinen ihm dabei mehr als Symptome wachsender Ungewissheit in Zeiten des Wandels denn als etwas, das ihm im Wege steht.

»Das Ganze wird noch eine Weile hin und her wackeln«, meint er, »aber am Ende wird sich das Neue durchsetzen. Neue Formen der Beziehungen zwischen Menschen werden gefunden werden. Allein schon deshalb, weil unsere alten Systeme gar nicht mehr finanzierbar sind. Diese neue Beziehungskultur kann aber nicht von oben angeordnet werden, sondern sie wird ganz von alleine entstehen. Wie kleine Inseln innerhalb dieses Sumpfes, der uns heute so zu schaffen macht. Mag sein, dass der Sumpf in den nächsten Jahren noch etwas heftiger stinken wird als er es ohnehin schon tut, aber das wird nichts daran ändern, dass die Inseln immer mehr und immer größer werden.«

Und so wirbt Gerald Hüther dafür, solche neuen Inseln zu schaffen – Inseln der Wir-Kultur in die Welt zu bringen, indem Menschen sich fragen, wie sie ihre ganz eigenen Erfahrungen und Kompetenzen zusammenfließen lassen können, so dass ihnen etwas gelingt, das keinem für sich allein gelingen würde. So können Menschen zurückfinden zu einer Verantwortung für diesen Planeten und zu einer Verbundenheit mit der Menschheit im Ganzen. »Dann«, und dabei spielt ein Lächeln um seine Lippen, »wird aus dem Wir-Gefühl ein Wir-Bewusstsein – genau das, was Sie mit Ihrer Zeitschrift erreichen wollen. Viel Glück dazu!« Da spielt nun auch ein Lächeln auf meinen Lippen. Und das »Café Botanik« setzt sich in meinem Frontalcortex als emotional positiv besetzte Erfahrung fest. Immer, wenn ich an Gerald Hüther denke, werde ich an diesen Ort denken. Weil ich hier verstanden habe, dass nur das wahr werden kann, wofür man sich auch selbst einzusetzen bereit ist. Damit man das kann, muss man aber davon überzeugt sein, dass es geht. //

## Wir – das ist die ganze Welt.

ÜBERALL GIBT ES MENSCHEN IM WANDEL. IN DER RUBRIK »WE ARE THE WORLD« STELLEN UNSERE INTERNATIONALEN PARTNER INSPIRIERENDE PROJEKTE UND MENSCHEN AUS ALLER WELT VOR.

# Der »amerikanische Herbst«

IN DEN USA HAT DIE OCCUPY-WALLSTREET-BEWEGUNG BISLANG NICHT AN SCHWUNG VERLOREN. EINE MOMENTAUFNAHME VOR ORT.

Text: **Sapna Gupta** | Übersetzung: **Ulrike Kerstiens**

**A**m 17. September 2011 marschieren rund 1.000 Demonstranten durch das New Yorker Bankenviertel. Ihr Weg führte durch die Wall Street mit ihren schnittigen Bürotürmen zur nahegelegenen NYSE, der New Yorker Börse, die als Symbol für den Sitz des globalen Banken- und Finanzsystems gilt. Die Demonstranten nannten unterschiedliche Beweggründe: Einige beklagten die Gier und Korruption von Unternehmen, andere empörten sich über Banken, die von der amerikanischen Regierung mit Bürgschaften gerettet wurden, enorme Gewinne machen und gleichzeitig Hausbesitzer in die Zwangsversteigerung treiben, wenn sie ihre Hypotheken nicht mehr zahlen können. Wieder andere protestierten dagegen, dass Menschen und Institutionen, die zur Finanzkrise beigetragen hätten, nicht zur Rechenschaft gezogen werden.

Der Marsch endete am Zuccotti Park, wo einige Demonstranten ein Zeltlager errichteten und eine Nachtwache aufstellten. Die Occupy-Bewegung hatte begonnen. Und sie breitete sich aus. Binnen einer

Woche errichteten Demonstranten in Chicago ein Zeltlager vor der Federal Reserve Bank, während in New York die Polizei mit Tränengas eingriff und mehrere Dutzend Protestler festnahm. Doch die Welle ging weiter: Occupy-Wall-Street-Aktionen wurden aus Los Angeles, San Francisco, Maine und Boston gemeldet. Bis Mitte Oktober hatte sich die Bewegung auf zahlreiche Städte der USA ausgeweitet.

Jedes Occupy-Wall-Street-Camp ist mit anderen Camps per E-Mail, Blogs, Facebook und LiveStream verbunden. Es gibt eine Webseite, auf der sie Live-Videos einstellen. Auf der Seite von Occupy-Phoenix (Arizona) etwa bieten Freiwillige Essen an, das in örtlichen Restaurants oder von Unterstützern zuhause zubereitet und in Zelten ausgegeben wird.

Charakteristisch für die Occupy-Wall-Street-Bewegung ist, dass ihre Aktivisten bewusst auf erkennbare Anführer verzichten. Bei Occupy Phoenix etwa werden Entscheidungen durch Konsens in einer »Generalversammlung« mit Finanz- und Medienausschüssen getroffen, deren Themen gebilligt werden müssen. Die Zugehörigkeit zu diesen Komitees ist rotierend, damit eine flache Entscheidungsstruktur erhalten bleibt.

Dass die Bewegung keine eindeutigen Ziele benennt, hat zu einigen Irritationen geführt. So stellen die Mainstream-Medien die Protestler gerne als Hippies dar, die gegen die Business-Welt rebellieren, wohingegen konservative politische Kommentatoren sie als Sozialschmarotzer diffamieren; eine Behauptung, gegen

die sich die Betroffenen verwahren. »Das stimmt nicht«, sagt etwa Loyal, eine Teilnehmerin von Occupy Phoenix, die seit dem 14. Oktober bei der Bewegung mitmacht. »Es ist ein Missverständnis, dass alle Leute in den Occupy-Bewegungen gegen Kapitalismus oder freie Marktwirtschaft sind. Viele Demonstranten sind gegen die Korruption im Kapitalismus, nicht gegen den Kapitalismus selbst.« Wobei sie betont, dass sie nur für sich selbst und nicht für die Bewegung spreche.

Eine klare Richtung oder Forderung kann aus den Occupy-Wall-Street-Protesten bislang nicht herausgefiltert werden. Aber es scheint klar zu sein, dass die Bewegung ihre Eigendynamik und ihre Unterstützung einer Welle von Unzufriedenheit und Ärger über den Zustand der Wirtschaft, die fortdauernde Arbeitslosigkeit und die auseinanderklaffende Einkommensschere zu verdanken hat.

Auch ist es noch zu früh für Voraussagen, ob und wohin sich die Occupy-Wall-Street-Bewegung entwickeln wird. Fest steht nur, dass die meisten politischen Beobachter davon überrascht wurden, wie schnell sie sich ausgebreitet und an Schwung gewonnen hat. Das könnte ein Zeichen dafür sein, dass sie noch längst nicht am Ende ist. Jedenfalls gibt es erste Stimmen, die von der Occupy-Bewegung als einem »amerikanischen Herbst« sprechen – in Anspielung auf den »arabischen Frühling«, bei dem es in Tunesien und Ägypten durch Proteste aus dem Volk zum Sturz der Regime kam. //

## Wenn die Seele wächst



von **Evelin König**

WARUM WIR NICHT AUFHÖREN SOLLTEN DARAN ZU GLAUBEN, DASS DIE WELT ZU RETTEN IST

»Mama, ich glaube, meine Seele wächst«, sagte unser großer Sohn. Er stand vor dem Spiegel, sah einen Jungen von zehn Jahren, dem die Pullis zu eng und die Hosen zu kurz werden. Aber das war es nicht, was ihn zu irritieren schien. Irgendwie stand da ein anderer Junge. Einer, der auf einmal andere Dinge wahrnimmt: an sich und anderen; der sich Gedanken macht: um sich und andere. Und der die Dinge verstehen will.

Denn da sind derzeit viele Dinge, die er nicht verstehen kann. Obwohl er sie in der Zeitung lesen muss: dass knapp eine Milliarde Menschen hungern, wir aber fast die Hälfte aller Lebensmittel wegwerfen. Dass wir Rosen aus Kenia kaufen, dafür den Menschen dort das Wasser abgegraben wird. Dass die Banken immer weiter wirtschaften wie bisher. Obwohl jeder sagt, dass das so nicht weitergehen kann.

Die Nachrichten sind das eine. Aber was seine Seele spürt ist: Da ist etwas in der Luft, was über die Vielzahl schlechter Nachrichten hinausgeht – eine Fassungslosigkeit, die er bei seinen Eltern erlebt, wenn sie Nachrichten schauen. Er spürt, dass sich etwas zusammenbraut. Dass wir in einer Welt der Schiefelage leben. Das ist schwer zu verstehen als Zehnjähriger; aber offensichtlich zu spüren.

Als Mutter spüre ich auch etwas: dass die Zeit des »Heile, heile Segen« vorbei ist. Verletzung, Pflaster, Kuss. So einfach ist das nicht mehr. Unser Sohn lässt sich nicht mehr so einfach trösten. Er will verstehen und er will sehen, dass wir uns den Problemen stellen. Unseren Teil dazu beitragen, dass er nicht in eine abgewirtschaftete Welt hineinwachsen muss. Fassungslosigkeit reicht ihm nicht. Er braucht etwas anderes: Eltern, die erklären – und handeln. So klein, so privat die Ansätze auch sein mögen. Äpfel sammeln auf den Streuobstwiesen um uns herum, anstatt die im Supermarkt zu kaufen. Rosen nur, wenn sie aus der Region kommen. Das Konto bei der Bank kündigen, die mit Lebensmitteln pokert. Im Restaurant lieber Leitungswasser trinken als das vom Food-Multi-Konzern. Ein Ehrenamt annehmen. Und dafür irgendwas anderes eben sausen lassen.

»Muss nur noch schnell die Welt retten«, singt Tim Bendzko derzeit in den Charts. Unser Sohn steht auf den Titel. Weil der ihn nicht nur im Ohr, sondern auch in der Seele erreicht. Die Ironie von »nur noch schnell«, das hat er verstanden. Aber dass die Welt überhaupt noch zu retten ist, daran soll er glauben dürfen. Dafür sind Mama und Papa auch da.

Nicht nur die Welt verändert sich derzeit. Auch die Aufgaben von uns Eltern werden andere. Unsere Körper haben längst aufgehört zu wachsen. Aber unsere Seele, die kann durchaus noch zulegen.

Eine Geste vor dem Spiegel habe ich bisher noch verschwiegen. Unser Sohn kämmt sich die Haare aus der Stirn. Ganz schräg und cool. Guckte, prüfte und grinste sich dann an. »Mami, meine Seele wächst.« Und der Rest wohl auch ...

Oikocredit-Partner CONACADO,  
Dominikanische Republik



Foto: Tim van der Ark

**Oikocredit** vergibt seit 35 Jahren Darlehen in Entwicklungsländern, zum Beispiel an Kakaogenossenschaften im Fairen Handel.

Investieren Sie ab 200 Euro in eine Geldanlage mit sozialem und finanziellem Gewinn.

[www.oikocredit.de](http://www.oikocredit.de)  
Tel. 06131/32 93 222



## »Der Mensch ist nur Mensch, wo er spielt« – Freiheit, Kreativität und die Liebe zum Leben

Philosophisch-musikalische Ferienwoche mit Christoph Quarch und Matthias Graf Spielen ist eine Erfahrung höchster und intensivster Lebendigkeit, die uns viel über darüber verrät, wie ein gelingendes und blühendes Leben aussehen kann. Deswegen werden wir diese Woche dem Wunder des Spiels widmen, indem wir miteinander philosophieren und musikalisch improvisieren.

**Kursgebühr:** 950,- €  
(inkl. Unterkunft/Vollpension)



5. September bis 11. August 2012,  
Cortona, Toskana

## »Der Mensch ist nur Mensch, wo er spielt« – Freiheit, Kreativität und die Liebe zum Leben

Philosophische Ferienwoche mit  
Christoph Quarch

Wir lieben Spiele; und wer liebt, spielt gerne. Spielen ist eine Erfahrung höchster und intensivster Lebendigkeit. Wir lesen philosophische Interpretationen des Spiels von Heraklit und Platon über Schiller und Goethe bis zu Gadamer und Huizinga, und ergründen so das Geheimnis des Spiels.

**Kursgebühr:** 425€  
zzgl. Unterkunft und Verpflegung (HP)  
ca. 450€ (DZ) bis 550€(EZ) Euro

### Anmeldungen:

Lumen Naturale/Christine Teufel  
Telefon +49 (0)661-9525954  
ct@lumen-naturale.de,  
Maximal 15 Teilnehmer



### Wir schenken

# Produkte für Menschen im Wandel

vorgestellt von **Christine Teufel**

**A**us »Wir kaufen« wird in diesem Heft ausnahmsweise »Wir schenken« – der jahreszeitlich bedingte Grund dafür dürfte klar sein. Aber ... was soll man denn heutzutage noch schenken? Die meisten haben alles, und der Spruch »Wir schenken uns nichts« wird immer beliebter – verständlich, aber ... es kann einem damit gehen wie einer Freundin von mir, die diese Verabredung mit ihrem Ehemann getroffen hatte, und Heiligabend packten die drei Kinderchen voller Freude ihre Geschenke aus – nur die »Alten« hatten nichts zum Auspacken und waren darüber irgendwie sehr traurig. Also, eine sinnvolle Kleinigkeit ist das, was die Leute freut.



### Hübsch verpackt

Eine Kleinigkeit, hübsch verpackt, wird zu einem großen Geschenk. Der Grätz-Verlag bietet dafür ein Weihnachtsgeschenkpapier mit gedruckter Weihnachtsgeschichte an – damit kann man sogar allen peinlichen Fragen, warum eigentlich Weihnachten gefeiert wird, aus dem Wege gehen.

Die Weihnachtspapierbögen in einer Variante für Erwachsene und einer für Kinder, samt passenden Postkarten und Klappkarten gibt es im Papeterie-Einzelhandel oder direkt unter

[www.kalimera-geschenkemeer.de](http://www.kalimera-geschenkemeer.de)

Der einzelne Bogen kostet ca. 1,80 € bei einer Bestellung im Internet müssen mindestens 10 Bögen abgenommen werden.

Zu einem hübschen Weihnachtspapier gehört auch ein schönes Band. Als Schwäbin empfehle ich dafür, einfach mal in den vielleicht vorhandenen Stoffvorräten zu stöbern – man findet da immer wieder gut reißbare Stoffe (weihnachtliche Farbwahl wäre von Vorteil!), die man in Streifen rupfen kann. Will sagen: erst mal schauen, was noch so alles rumliegt und ob man das nicht zu einem schönen Geschenkband umfunktionieren kann – ein paar Kiefernzapfen, Bucheckern und dergleichen sind gerne kostengünstige Helfer dabei.

### Kleinigkeiten-Geschenke-Tipp

So, und dann habe ich noch einen Kleinigkeiten-Geschenke-Tipp aus dem Nonfood-Bereich: Der Knesebeck-Verlag bietet das Einschreibe-Buch »Mein Leben« an – darin kann der Beschenkte alles festhalten, was er über sich mal aufgeschrieben haben möchte. Und zu Weihnachten hat man ja vielleicht sogar Zeit, damit auch wirklich anzufangen. Wer möchte, kann über einen mit dem Buch erworbenen Digitalcode seine Aufzeichnungen sogar ins Internet einstellen – gerade für die Jüngeren sicher eine attraktive Option.



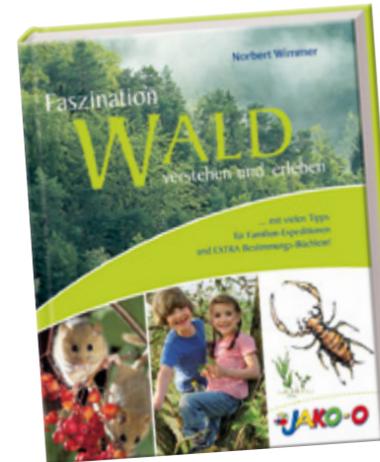
**Mein Leben: Das Erinnerungsalbum für die Frau / für den Mann**

ISBN 978-3868731316 / ISBN 978-3868731231

**Meine ersten Lebensjahre. Das Babyalbum für Jungs / für Mädchen**

ISBN 978-3868731224 / ISBN 978-3868731217

jeweils: 120 Seiten, gebunden. Verlag Knesebeck, 19,95 €



### Der Wald ruft!

**Eine Betriebs- und Spielanleitung für den größten Abenteuer-spielplatz**

Also, mein Mann sagt ja, dass ich für das Wir-Winterheft irgendwelche Wohlfühl-Drinnen-Spielideen vorstellen soll; mag ich aber nicht, will lieber eine ureigene Emotion erklären: Drinnen spielen fand

ich schon als Kind einfach blöd. Und was ich heute am meisten hasse, sind diese Kinderbespaßungs-Hallen im Gewerbegebiet. Ja, Sie lesen richtig: Ich hasse diese sinnlosen Umnutzungen von Industriebauten, die bei schlechtem Wetter unsere lieben Kleinen von der quälenden Langeweile des heimischen Spielzimmers erlösen sollen. Keines unserer Kinder kam bisher ohne Blessuren von dort zurück. Mittlerweile unterschlage ich einfach die Einladungen dahin. Nicht fair, dafür g'sund! (gut wäre, wenn diese Wir-Nummer nie in die Hände unserer Kleinen gelangt ...).

So sehr ich Bespaßungs-Hallen hasse, so sehr liebe ich den Wald. Für mich ist der Wald der größte Spielplatz überhaupt. Nur stelle ich immer wieder fest, dass unglaublich wenige Kinder einfach so mit ihren Eltern in den Wald gehen. Da muss Abhilfe her.

Mit dem Buch von Förster Norbert Wimmer »Faszination Wald – verstehen und erleben« bekommt man nicht nur 1a-Spielideen für den Wald, sondern auch jede Menge Tipps, wie man sich im Wald verhalten sollte; außerdem Anregungen für Expeditionen, Aufgaben für Kinder (und Erwachsene) und Spielanleitungen. Einziger Nachteil: Das wunderbar bebilderte Buch ist ziemlich dick und etwas unpraktisch. Wer es nicht in den Wald mitschleppen möchte, kann dafür das kleine Einlegeheft aus dem Buch entnehmen oder sich mit der ausführlicheren, trotzdem aber waldbereit Variante »Unsere Natur erforschen und erleben« behelfen.

So, nun gibt es keine Ausreden mehr. Auf in den Winterwald – hinein in den großen Abenteuerspielplatz. Und wer keine Kinder hat und alleine gehen muss, der wird feststellen, was er alles noch nicht weiß und wie erholsam so ein Waldtag ist.

**Norbert Wimmer: Faszination Wald verstehen und erleben**

ISBN 978-3-939776-09-3, 160 Seiten, 14,90 €

**Norbert Wimmer: Unsere Natur erforschen und erleben**

(die kleinere Expeditions-Ausgabe)

ISBN 978-3-9810691-4-3, 160 Seiten, 7,90 €

Beide Bücher unter [www.jako-o.de](http://www.jako-o.de) erhältlich.



Foto: rotopolpress

### Falt und Falz

**Eine verrückte Origami-Technik-Bastelidee**

Gut, eine Wohlfühl-Drinnen-Spielidee muss dann wohl doch sein, vor allem, wenn man eine gute Beschäftigung für einen friedlichen Weihnachtsabend sucht. Vom Wald kommt man schnell auf Bäume und von den Bäumen irgendwie dann doch zu Papier. Und da ist mir etwas Schönes begegnet: Die Firma pepastar hat ein geniales Konstruktionsspielzeug, ach viel besser: so eine verrückte Mischung aus Konstruktion, Papierkunst und Origami entwickelt – ganz aus Recycling-Papier und hübsch anzusehen. Schon das Design und die Verpackung machen Freude. Allerdings ... wenn man noch nicht so viel mit Papier konstruiert und gebastelt hat, empfehle ich dringend mit den diversen easy-Varianten zu beginnen, sonst könnte es unterm Weihnachtsbaum doch nicht ganz so friedlich zugehen.

Die pepastar-Sets können direkt über [www.rotopolpress.de/content/produkte/spiele](http://www.rotopolpress.de/content/produkte/spiele) bestellt werden oder sind im gut sortieren Fachhandel zu finden: [www.pepastar.de](http://www.pepastar.de)

Kleine Einzelsets kosten ca. 6,50 €.

## 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.



Foto: Christoph Quarch



# Sag mir, wo die Äpfel sind



**DIE ALTEN GÄRTEN SIND VERSCHWUNDEN. NUR DER DUFT VON FALLOBST ERINNERT NOCH ANS PARADIES**

**D**ie Äpfel meiner Kindheit sind weniger geworden, aber es gibt sie noch. Früher, vor mehr als vierzig Jahren, als mein Großvater noch in seinem Apfelgarten lebte und wir in den Ferien zu Besuch an den Bodensee kamen, nahm er mich bei der Hand, um mir den größten, den reifsten, den schönsten zu pflücken. Es war ein wenig, als ob Gott selber durch seine Schöpfung ging, um etwas Einzigartiges für mich zu finden. Äpfel hatten Magie, weil ein jeder einzigartig war. Seitdem hat sich vieles verändert. Die großen Apfelbäume sind sehr selten geworden. Kleine, die maschinell bearbeitet werden können, haben sie abgelöst. Sorten, deren Namen heute wie geheime Codewörter einer eingeweihten Gemeinschaft klingen, sind fast unauffindbar. Geschmäcker, die mich noch einmal durch die Paradiespforte schicken, suche ich vergeblich. Auch ihren Duft kann ich nicht mehr finden, denn die Kühlhäuser der Obstplantagen stehlen ihn. Vielleicht sind mir deshalb jene Zeilen von Pablo Neruda im Gedächtnis geblieben: »Die Abwesenden wird' ich nur in mir finden ... nur in mir kann ich reisen ... es gibt keinen anderen Weg, nichts kann auf andere Weise bleiben.«

Dass uns Geschmäcker und Gerüche in längst vergangene Zeiten führen, dass mit ihnen Erinnerungsareale geöffnet werden,

die wir für nicht existent, verloren oder verschlossen hielten, hat ein jeder erfahren. Eine Mischung aus Mandeln, Honig, Butter und Mehl war Prousts Sprungbrett in zigtausend Seiten Weltwiederheraufbeschwörung. Dichtung ist wohl ein kraftvollerer Weg als jene ohnmächtige Nostalgie, die mich mitunter überkommt, wenn ich die Apfelangebote unserer Supermärkte traurig umgehe. Und trotzdem kann ich es hier nicht lassen zu lamentieren. Ist es die Gier und Dummheit unserer Lebensmittelindustrie oder wollen wir vielleicht allein deshalb perfekte Äpfel, weil wir nur perfektes Leben und nur perfekte Körper wollen? Das Diktat der Perfektion ist grausam. Da kenne ich mich aus.

Im Garten meines Großvaters stehen noch immer ein paar Bäume. Ihre niedrigen Äste sind in diesen Tagen voll beladen. Ein sorgender Gärtner hat sie abgestützt, ihnen Krücken untergeschoben, dass sie nicht brechen und das kostbare Gut nicht vorzeitig den Boden berührt. Ich sammle das Fallobst mit einem Rechen und jubiliere: Wurmstichige Äpfel, halb verfaulte, solche mit narbigen Stellen, der hat gar eine Pobacke! und dieser eine Delle! Da der Großvater offenen Geistes und fein schmeckend war, erweitere ich die kulinarischen Familientraditionen: Apfelchutney! //

## Lecker!

### Apfelchutney

Fallobst sammeln, schälen und kleinschneiden. Geraspelten Ingwer, Zwiebeln, schwarzen Senf und Chili in Butter rösten. Mit Zitronenwasser löschen, ganze Nelken, geöffnete Kardamomkapseln, einen Stern Anis und die Äpfel zufügen. Warten, bis alles weich gekocht ist. Eventuell süßen.

### Bratäpfel

Gehäuse entfernen, eine Marzipankartoffel als Stopfen am unteren Boden verwenden, mit Marmelade und Rosinen füllen. Oben auf einen guten Stich Butter. Nach 10 Minuten Bratzeit Walnüsse (die schnell verbrennen!) über die Äpfel streuen. Obligatorisch: Vanillesoße.

## 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 sie sich dem Essen als einem essentiellen Teil des Lebens. Die genauen Rezepte finden Sie unter [www.buddhasbanquet.de](http://www.buddhasbanquet.de).



Foto: Privat

# Wir lesen

## Weg zu mehr Authentizität

Die selbstbewussten Posen der digitalen Bohème, die Arbeit neu definiert hat (oder dies zumindest vorhatte), sind längst irgendwo zwischen Finanzkrise und dem x-ten Rettungsschirm unter die Räder gekommen. Wo viele der einstigen Lebenskünstler ums wirtschaftliche Überleben kämpfen, übertönt vom Lärm des allgegenwärtigen Krisendiskurses, fällt die berufliche Selbstdefinition der ambitionierten 30- bis 40-Jährigen heute eher ernüchternd aus. Katja Kullmann seziert in ihrer Bestandsaufnahme der neuen Arbeitswelt die Zumutungen einer Zeit, in der die Freiheiten zur Selbstverwirklichung größer erscheinen als je zuvor, die realen Chancen aber immer weniger greifbar sind. Zwischen Hedonismus und Hartz IV, zwischen Ambitionen und sozialem Abstieg, eröffnet sich das Nirgendwo gescheiterter Lebensentwürfe und einer Grauzone der Unbestimmtheit. Diese Grauzone erkundet Kullmann mit größter Offenheit, einem Hauch Melancholie, aber auch einer Prise Optimismus. Vom einstigen Wir einer Gegenkultur, die antrat, um die Mainstream-Wirtschaft umzukrempeln, scheint nur noch eine bröckelnde Fassade übrig geblieben zu sein. Mit seiner nüchternen Diagnose der Verwerfungen der Gegenwart ein auf den ersten Blick düsteres Buch, doch eines, das Raum lässt, den gerissenen Faden wieder aufzunehmen. Denn nur, wo jeder nur noch für sich selbst kämpft, wäre ein Wandel wirklich gescheitert. Dort, wo wir temporäre Rückschläge als – manchmal unvermeidliches – Zwischenstadium begreifen und eine neue Qualität des Gemeinsamen entdecken, geht die (R)Evolution weiter. *Nadja Rosmann*



## Yes, we can!

Das ist ein Buch, das gut tut: »Wir sind der Wandel« macht Mut und gibt Hoffnung – Hoffnung darauf, dass es noch nicht zu spät ist; dass allen apokalyptischen Horrorszenarien zum Trotz die Menschheit auf dem Wege ist, sich zu einem neuen Bewusstsein zu entwickeln, neue Lebensformen auszubilden und einen nachhaltigen Lebensstil zu realisieren. »Wenn

wir unsere Aufmerksamkeit nur auf das richten, was falsch ist, übersehen wir das Eigentliche«, ist das Credo von Paul Hawken, US-amerikanischer Umweltaktivist, Autor und Unternehmer. Und er ergänzt: »In dem Chaos, das die Welt immer mehr zu verschlingen droht, zeigt sich eine hoffnungsvolle Zukunft schon deshalb, weil sich die Vergangenheit vor unseren Augen auflöst.« Und: »Wir haben das Herz, das Wissen, das Geld und das richtige Gefühl, um das soziale und ökologische Gewebe zu verbessern.« »Wir«, das sind für Hawken »wir alle«: eine weltumspannende Bewegung, die aus mehr als einer Million Gruppen besteht, die so etwas wie das »Immunsystem der Erde« bilden – weil sie auf alles reagieren, was nicht im Einklang mit den natürlichen Lebensgesetzen steht. »Ich bin fest davon überzeugt, dass diese Bewegung erfolgreich sein wird«, bekennt Hawken. Sein Buch hat das Potenzial, erheblich dazu beizutragen, dass diese Prophezeiung in Erfüllung geht! *Christoph Quarch*

**Paul Hawken: Wir sind der Wandel. Warum die Rettung der Erde bereits voll im Gang ist – und kaum einer es bemerkt,** 320 Seiten, Hans-Nietsch-Verlag, Emmendingen 2010 ISBN 978-3939570905, 19,90 €

**Katja Kullmann: Echtleben. Warum es heute so kompliziert ist, eine Haltung zu haben,** 256 Seiten, Eichborn Verlag, Frankfurt 2011 ISBN 978-3821865355, 17,95 €



## Punk-Poesie der Stille

Kann Stille laut und ungestüm sein? Sie kann! Und was noch viel wichtiger ist: Sie darf es auch. Schon Bodhidharma sagte: »Große Weite – nichts von heilig.« Auch Brad Warner, bekennender Fan von Hardcore, Punk und Monsterfilmen und nebenbei Zen-Lehrer einer etablierten japanischen Übertragungslinie, ist nichts heilig, wenn es um Spiritualität geht. In seinem zweiten auf Deutsch erschienenen Buch nimmt er seine Leser mit auf einen rasanten Trip durch die Niederungen des Alltags und zeigt: Die Stille auf dem Meditationskissen ist schön und wichtig, doch die eigentliche Bewährungsprobe findet im richtigen Leben statt. Warner schreibt Tacheles, wenn er über die Zumutungen des ganz alltäglichen Wahnsinns sinniert, dem jeder von uns irgendwann begegnet. Meditation ist für ihn eine Lebenseinstellung – eine, die die Chance erhöht, auch in Anbetracht von Katastrophen Haltung zu bewahren bzw. diese überhaupt zu entwickeln. Ein inspirierendes Roadmovie, das gnadenlos heilige Kühe schlachtet, spirituelle Illusionen wegfegt und auf den Boden der Wirklichkeit holt. *Nadja Rosmann*



**Brad Warner: Zen wrapped in Karma dipped in Chocolate. Ein bittersüßer Trip durch Tod, Sex, Scheidung auf der Suche nach dem wahren Dharma,** 178 Seiten, AURUM Verlag, Bielefeld 2011 ISBN 978-3899014099, 18,95 €

# Wir surfen

## Jetzt ist mal Schluss!

Oder anders gesagt: Es fängt erst richtig an. Während inzwischen auch in Deutschland immer mehr Menschen ihre Stimme erheben, um die vermeintlichen Eliten aus Politik und Wirtschaft daran zu erinnern, worum es der Bevölkerung geht, liefert die Augsburgs Unternehmerin Sina



Trinkwalder den ultimativen Song für die neue Bewegung. »Wir bleiben oben« – frei zugänglich auf YouTube – ist ein Lied, das unter die Haut geht, nachdenklich stimmt und zum Aufstehen ermuntert. Ein Lied, das nicht dagegen ist, sondern dafür. Für eine faire Wirtschaft, für soziale Gerechtigkeit, für ein nachhaltiges und gutes Leben. Trinkwalder, Gründerin des Mode-Labels Manomama, das auf Öko-Textilien setzt und in Süddeutschland eine regionale Wertschöpfungskette etabliert, macht sich damit zur Vorreiterin eines neuen Esprits in der Protestkultur. Es sind nicht die verbissenen hochgehaltenen Plakate, die Lust auf Veränderung machen. Nein, es sind die subtil vorgetragenen und berührenden Impulse, die zum Mitmachen animieren. Davon wollen Wir mehr! *Nadja Rosmann*

<http://www.youtube.com/watch?v=vdzmGBXfj54>

## Labor für neues Bewusstsein



Bereits zum 6. Mal fand im Oktober 2011 die »Herbstakademie Frankfurt« statt, eine Veranstaltung, die auf die Kooperation von drei verschiedenen geistigen Strömungen zurückgeht. Vertreter der Anthroposophie, der mit Ken Wilber verbundenen integralen Szene und der evolutionären Spiritualität Andrew Cohens treffen sich seit dem Jahr 2006 regelmäßig zu einem kreativen offenen Austausch, der auf besondere Weise die Kompetenz aller Teilnehmer einbezieht. Zu den Mit-Initiatoren gehört auch Jens Heisterkamp vom Wir-Magazin. Thematisch ging es zuletzt unter anderem um die Frage, wie ein moderner Umgang mit Bewusstsein mit den geistigen Traditionen gerade im deutschsprachigen Raum verbunden werden kann. Im Laufe der Zeit ist durch das Projekt eine Fülle von Materialien entstanden, die auf der Website der Herbstakademie sorgfältig aufbereitet wurden. Das umfangreiche Archiv mit zahlreichen Grundlagentexten und Video-Mitschnitten früherer Treffen macht Lust auf die Herbstakademie 2012, die vom 19. – 21. Oktober stattfinden wird. *Jens Heisterkamp*

[www.herbstakademie-frankfurt.de](http://www.herbstakademie-frankfurt.de)

## Peter Sloterdijk über Steiner und den Wandel von innen

Im Rahmen einer Ausstellungseröffnung zum gestalterischen Werk Steiners (siehe auch Seite 40) hat der Philosoph Peter Sloterdijk Ansätze gewürdigt, die die Gesellschaft durch einen Wandel von innen verändern wollen. Steiner und mit ihm die Lebensreformbewegung des 20. Jahrhunderts hätten sich gegenüber revolutionären Ansätzen, die den Menschen von außen verbessern wollten, als der richtigere Weg erwiesen. Sloterdijk betonte weiterhin, Steiner und sein Blick auf eine Welt

des Geistes hätte die menschliche Subjektivität wieder nach oben anschlussfähig gemacht. Schon in seinem jüngsten Buch »Du musst dein Leben ändern« hatte Sloterdijk unterschiedliche Wege des in-



neren Übens in den Fokus gerückt. Ein Mitschnitt seiner Äußerungen im Vitra Design Museum zu Steiner ist auf YouTube verfügbar. *Jens Heisterkamp*  
<http://www.youtube.com/watch?v=dTbK749rYyI>

## Wie im Bücherhimmel

Davon hatte ich als Philosophiestudent immer geträumt: eine eigene Bibliothek, in der ich alle wichtigen Klassiker jederzeit nachschlagen kann. Nun, in den 80er Jahren war das eine kostspielige Angelegenheit, und für einen mobilen Menschen, der in Tübingen wohnte und in Heidelberg liebte, eine ziemlich kraftraubende Angelegenheit. Nun ist alles anders geworden. Die Bibliothek ist nur einen Mausklick entfernt und heißt [www.zeno.org](http://www.zeno.org). Und ich denke, es ist ganz im Sinne des namengebenden antiken Philosophen, dass man dort in zumeist guten Übersetzungen oder Editionen die wichtigsten Klassiker findet – nicht nur der Philosophie, sondern auch aus Sozialwissenschaften, Religion, Kunst, Naturwissenschaften



und natürlich Literatur. Übersichtlicher und handlicher aufbereitet als etwa beim Gutenberg-Projekt macht hier das Recherchieren und Stöbern richtig Spaß. *Christoph Quarch*  
[www.zeno.org](http://www.zeno.org)

# Wir sehen

## Schöpferische Weltaneignung

Was macht unser Menschsein aus? Eine Frage, die Philosophen seit Jahrtausenden beschäftigt und uns selbst in mancher stillen Stunde durch den Kopf geht. Wo die Neurowissenschaften unsere menschliche Einzigartigkeit tagtäglich mehr entzaubern und auf gleichförmig funktionierende Gehirnmuster reduzieren, sehnt sich die Seele nach dem Besonderen. Und die unzähligen gescheiterten Versuche der Computerwissenschaftler, künstliche Intelligenz zu entwickeln, die dem menschlichen Geist vergleichbare Fähigkeiten hervorbringt, bestätigt uns in der Wahrnehmung, auf die eine oder andere Art doch einmalig zu sein. »Being in the World« lädt ein zu einem Streifzug durch Philosophie und Alltag und geht der Frage nach, worin unsere Originalität und Individualität begründet sind. Am Beispiel außergewöhnlicher Menschen, die im Laufe ihres Lebens besondere Fertigkeiten entwickelt haben, wie der japanische Handwerksmeister Hiroshi Sakaguchi, der Flamenco-Künstler Manuel Molina oder die Königin der kreolischen Küche in New Orleans, zeigt der Film, was den Flow des Lebens wirklich ausmacht. Mit unserer Fähigkeit, den Dingen Bedeutung zu verleihen, etwas zu riskieren, wenn unserer Entdeckergeist geweckt ist, oder auch unerschütterliche Hingabe zu entwickeln, entfalten wir unsere Eigenheit und hinterlassen eine unverwechselbare Signatur. Ein Film, der mitten ins Leben führt, für alle, die das Staunen noch nicht verlernt haben – oder wieder lernen möchten. *Nadja Rosmann*

*Tao Ruspoli: Being in the World*  
77 Minuten, DVD, Scorpio, 2010



## Stimme der Erkenntnis

Wenn wir ihr folgen, führt sie uns als subtiler Navigator durchs Leben – zielsicher, aber meist, ohne dass wir uns genau erklären könnten, warum. Die Rede ist von unserer Intuition (siehe auch den Beitrag auf Seite 48 dieser Ausgabe). Die beiden Filmemacher Ulrich Bohnefeld und Thomas Gonschior haben sich in ihrer 13-teiligen Dokumentation auf eine Spurensuche begeben. In Gesprächen mit Nobelpreisträgern, Künstlern, Sportlern, Menschen aus der Wirtschaft und spirituellen Lehrern ergründen sie, was hinter dem bisweilen numinos wirkenden Phänomen steckt, zu dem wir alle Zugang finden können, wenn wir bereit sind, uns dafür zu öffnen. Pragmatisch und dabei tief sinnig lüftet die Sendereihe, die für Bayern alpha produziert wurde, vermeintliche Geheimnisse, wagt den Grenzgang zwischen Materie und Mystik, ergründet wissenschaftliche Perspektiven und sensibilisiert zugleich für die spirituelle Dimension dieser Kraft, die uns ein Wegweiser im Dschungel der alltäglichen Komplexität sein kann. Eine visuelle Reise zu neuen inneren Abenteuern für alle, denen die rationale Dimension des Lebens allein zu wenig ist! *Nadja Rosmann*

*Ulrich Bohnefeld / Thomas Gonschior: Intuition*  
390 Minuten, 2 DVDs, Inter / Aktion, 2010



## Auf der Bienenweide

So richtig gern hat wohl niemand das Indische Springkraut. Rasend schnell breitet sich die aus dem Himalaya in unsere Breiten eingeschleppte Pflanze aus. Und manch einer fürchtet schon um die heimische Flora. Wolf-Dieter Storl sieht das anders: »Das Indische Springkraut ist eine wunderbare Bienenweide«, sagt er und streicht über die rosa-violette Blüte. Mit einer Zärtlichkeit, die diesem Mannsbild kaum zuzutrauen ist, sieht der promovierete Ethnobotaniker mit seinem Rauschbart doch mehr aus wie ein Altrocker als wie ein Kräuterkundiger. Was er aber ist. Wie wenige sonst. Denn wer wüsste schon, dass die alten Rittersleut' Eisenkraut in ihre Rüstung steckten, um tapferer im Kampf zu sein. Und wer sonst könnte uns verraten, dass auch der Japanische Knöterich sein Gutes hat. »Jede Pflanze ist eine Heilpflanze«, sagt Wolf-Dieter Storl und breitet in dem Video »Pflanzenzauber« sein profundes Wissen über unsere grünen Mitbewohner aus: ein filmisches Kompendium, das Lust macht, mehr Zeit in Garten, Wald und Flur zu verbringen. *Christoph Quarch*

*Wolf-Dieter Storl: Pflanzenzauber*  
92 Min., DVD, Aurum, 2011.

# Wir planen für morgen



Foto: Jens Heisterkamp

*Akupunktur für die Gesellschaft – Otto Scharmer und seine Nadeln der Inspiration*



*Wir wollen Weisheit!  
Die Deutschen entdecken ihre Lust am Denken*



Foto: Info3-Archiv

*Vor Krisen nicht in die Knie gehen –  
Neue Alltagsstrategien*

**Die nächste Ausgabe von Wir erscheint im März 2012 unter anderem mit folgenden Themen:**

## **Den Kapitalismus transformieren**

Der international tätige **Berater und Coach Otto Scharmer** ist überzeugt: Wir können den **Kapitalismus transformieren** – und zwar von Innen heraus, wenn wir die richtigen gesellschaftlichen Akupunkturpunkte dafür stimulieren. Tausende von Menschen sind bereits durch den von ihm entwickelten »U-Prozess« gegangen und haben in Verbänden, NGOs und Unternehmen **neue Inspirationen für ein gemeinschaftliches Denken und Handeln** gewonnen. Wir trafen den Weltreisenden mit deutschen Wurzeln zum Gespräch in Frankfurt.

## **Die Sehnsucht der Deutschen nach einem neuen Geist**

Immer mehr Deutsche fordern eine philosophische Debatte über Ethik und Moral, über Gerechtigkeit und gesellschaftlichen Zusammenhalt. Sie konstituieren eine »**Bypass**«-**Demokratie an den Institutionen vorbei** und betrachten die Philosophie als die heute maßgebliche Instanz bei der Konstituierung neuer Sinn- und Wertebezüge. Einblicke in eine neue Bewegung des Geistes.

## **Sich selbst wieder aufrichten**

Lebenskunst besteht nicht darin, Krisen zu vermeiden, sondern gestärkt aus ihnen hervorzugehen. Die Medizin kennt für dieses Konzept den Begriff der **Resilienz**, der eine **innere Kompetenz zur Stärkung der persönlichen Widerstandsfähigkeit und Selbstbestimmung** meint. Wir zeigen, wie man daraus für seinen Alltag Nutzen ziehen kann.

## **Transition Town – Wandel vor Ort**

Zwischen dem (nur) privaten und dem (noch weit entfernten) großen Wandel gibt es Übergänge: Die Transition-Town-Bewegung gestaltet regionale Einheiten durch ein **ausgeklügeltes Programm in Richtung Nachhaltigkeit**. Schon jetzt gibt es im deutschsprachigen Raum 50 Städte und Gemeinden, die mitmachen.

# 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](http://www.coscreen.net)  
Sven Nieder, [www.sven-nieder.de](http://www.sven-nieder.de)

### **Verlag**

Info3-Verlagsgesellschaft Brüll & Heisterkamp KG  
Kirchgartenstr. 1, 60439 Frankfurt, [www.info3.de](http://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](http://www.offset-company.de)

### **Bezugspreise**

Einzelheft: € 7,80 plus Porto  
Jahresabonnement (4 Ausgaben):  
Inland € 32 / Ausland € 39, inkl. Porto  
Probeabonnement (zwei Ausgaben ohne Verlängerung):  
Inland € 16 / Ausland € 20, inkl. Porto

Die nächste Ausgabe erscheint im März 2012

[www.wir-menschen-im-wandel.de](http://www.wir-menschen-im-wandel.de)