

Das Private ist politisch

Redaktionelle Anmerkungen von
Wolfram Nolte und Dieter Halbach



Sind Sie auch für Umweltschutz – und kaufen weiter möglichst billig im Supermarkt? Sind Sie gegen die kapitalistische Ausbeutung



– und kassieren hohe Zinsen bei ihrer Bank? Sprechen Sie oft vom guten Leben – und leben weiter hauptsächlich für die Arbeit? Haben Sie ihren Stromanbieter immer noch nicht gewechselt? Buchen Sie zum Meditations- oder Kreativurlaub einen Billigflug?

Statistik und Erfahrung beweisen: Die meisten Menschen leben nicht nach ihren Erkenntnissen und Idealen. Dieses zu verstehen und zu verändern ist eine höchst politische Aufgabe. Der grundlegende kulturelle Wandel unserer Gefühle, Werte und Verhaltensweisen kann nur von uns selbst kommen. *Dieter Halbach* reflektiert dies in seinem Artikel vor dem Hintergrund aktueller Erfahrungen im Workshop „Anders besser leben – aber wie?“. Dass ein ganzheitlicher Bildungsansatz heute auch von höchster Instanz Anerkennung bekommen kann, belegt die Auswahl von „Aufbruch – anders besser leben“ zum offiziellen Projekt der UN-Dekade „Bildung für eine nachhaltige Entwicklung“.

Trotz neoliberalen Mainstream können wir mehr bewirken, als wir oft meinen. Mit unzähligen täglichen Handlungen sind wir mit der Gesellschaft verknüpft, die wir verändern wollen, z. B. beim Einkaufen, beim Bauen, beim Autofahren, beim Reisen, beim Umgang mit Geld, bei der Arbeit. So werden wir oft unbeabsichtigt und unbewusst zu Mittätern: Wir unterstützen privat die Ziele, die wir politisch ablehnen. Solange das so ist, wird sich nichts ändern. Schon *Gandhi* meinte dazu: „Wir müssen selbst die Veränderung sein, die wir in der Welt sehen wollen.“ Doch wie soll die Welt aussehen, in der wir wirklich leben wollen?

Diese Fragen sickern langsam in die politische und spirituelle Szene ein. Eine ganze Reihe von großen Veranstaltungen in diesem Jahr fragt nach Alternativen zur Globalisierung und der Rolle des eigenen Lebensstils: so die Konferenz „Die Alternative“ der alternativen Nobelpreisträger, das Bundestreffen der Regionalbewegungen, der Kongress McPlanet.com in Hamburg, das 1. Sozialforum in Deutschland und die Woche „Wir können auch anders“ in Hannover ... Ein bunter und heißer Sommer steht uns bevor!

In dieser Ausgabe möchten wir Menschen und Initiativen vorstellen, die diesen Weg bereits gehen, seien es Veteranen der Friedens- und Umweltbewegung, wie z. B. der Mitbegründer der Initiative „Aufbruch – anders besser leben“ *Gerhard Breidenstein* oder junge Menschen, die in Gemeinschaft die eigene Lebensvision verwirklichen wollen und von denen uns *Vera Schröder* berichtet, aber auch Menschen wie die Vorsitzende des BUND Deutschland und Mitglied des Rates für Nachhaltigkeit der Bundesregierung *Angelika Zahrt*. Die gelernte Volkswirtin stellt sich schon mal vor eine Versammlung und sagt wie *Martin Luther King*: „Ich habe einen Traum“ – einen Traum vom Wohlbefinden ohne ständiges Wirtschaftswachstum, jedoch im Einklang mit unserer inneren und äußeren Natur.

So wünschen wir allen LeserInnen einen erlebnisreichen Sommer:

Verträume nicht dein Leben – lebe deinen Traum!

Anschrift der eurotopia-Redaktion:
Kurskontakte-eurotopia, Ökodorf Sieben Linden, D-38486 Poppau,
Tel. +49 (03 90 00) 9 08 66 oder 9 06 20, Fax 5 12 32,
eurotopia.wn@t-online.de

Zwischen Glückssuche und globaler Verantwortung

Gedanken zum Wandel des Lebensstils
Von Dieter Halbach

Wie wollen wir leben? Was verändert den Menschen? Was sind die Quellen des Glücks? Was ist meine Verantwortung in der Welt? Dies sind große Fragen, die in konkrete Schritte im Alltag münden sollten.

Die Sehnsucht nach einem anderen, besseren Leben ist groß. Die Bewegung einer Globalisierung von unten mobilisiert diese Sehnsucht mit dem Slogan „Eine andere Welt ist möglich“. Diverse Bücher und Seminare versprechen mehr Glück, wenn wir unser Leben vereinfachen. Die Suche nach innerem Wachstum boomt. „Gut leben statt viel haben“ verspricht seit einiger Zeit die Umweltbewegung. 92% der Deutschen möchten die Umwelt schützen, und genauso viele wollen mehr soziale Gerechtigkeit. Aber nur 3% kaufen Bio-Lebensmittel und 1% Transfairprodukte.

Auch in der TAZ wird die Verbrauchermacht entdeckt: „Es ist höchste Zeit, den Verbraucher an seine Pflichten zu erinnern ... Wir haben Macht: 60% des Bruttoinlandsprodukts wird mit uns erwirtschaftet ... Wir Verbraucher versagen. Und: Wir lügen. Fragt man uns nach unserem Verhalten, antworten wir brav, was der Fragende hören will.“ Der Redakteur schlägt einen „Benimmkurs“ für Verbraucher vor: „Wir sollten Verzicht üben ... Warum sollten wir das tun? Ganz einfach: Weil es richtig ist.“ (TAZ 15.3.05). Es gibt Menschen, bei denen eine solche Argumentation aus den verschiedensten Gründen wirkt, z. B. aus Pflichtgefühl, Autoritätsfixierung, eingefleischter Verantwortungsethik. Immer weniger Menschen sind so zu erreichen.

Die meisten verstehen solche Sätze nur als Bevormundung: „Ich sage dir was du zu tun hast. Und da es sich um eine gerechte Sache handelt, hast du sowieso keine andere Chance.“ Also stimmen die Menschen zu – und leben weiter wie bisher. Diese häufigste Form des Widerstands gegenüber Veränderung nennt man in der Gestalttherapie „Introjektion“, das heißt Anpassung an Leitwerte durch ein Schlucken ohne Verdauen. Denn dazu müsste auch dem Widerstand Bedeutung gegeben, seine Botschaft ernstgenommen werden. Was steckt hinter dem Widerstand: Gewohnheit, Bequemlichkeit und Doppelmoral? Oder tiefer noch: Resignation und Verzweiflung angesichts des Leidens in der Welt? Oder

sogar unaufgearbeitete Muster der Enttäuschung und Hoffnungslosigkeit in der eigenen Lebensgeschichte? Solche Fragen müssten zum Thema eines kollektiven Prozesses des Verstehens werden.

Demgegenüber ist die Hauptfrage in politischen Bewegungen und in Aufklärungskampagnen immer noch, wie die eigene Botschaft an den Mensch bzw. Verbraucher zu bringen ist. Heutzutage wird dies vielleicht etwas modischer verpackt: „Fair feels good.“ Wenn man die Mitglieder der Verbände dann in Infobriefen zu Verhaltensänderungen, nach dem Stromversorger, nach Ernährung und Mobilität fragt, liegt der Rücklauf gerade mal bei 4% (so geschehen im BUND Hessen).

Anders ist die Herangehensweise z. B. der amerikanischen Lebensstilinitiative „Seeds of simplicity“: „Wir dürfen Menschen nie zu einem ES machen, sie müssen immer ein DU bleiben ... Wir wissen, dass ein einfacheres Leben viele Probleme der Menschen und der Welt lösen würde. Aber wir würden das Prinzip von ICH und DU verletzen, wenn wir versuchten, Menschen von einem einfacheren Leben zu überzeugen.“ (Cecile Andrew, www.seedsofsimplicity.org) Der Weg von Seeds of Simplicity besteht in der Veränderung der Welt „person by person“. Wie auch in der deutschen Aufbruch-Initiative sind kleine Gesprächskreise im ganzen Land die Basis: Die Beziehung trägt die Arbeit.

Der Aufbruch sind wir

Diese Herangehensweise wird auch durch eine empirische Studie der Universität Kassel gestützt, die gemeinsam mit der Kommune Niederkaufungen und zwei weiteren Gemeinschaften erstellt wurde. Der nachweisbar niedrigere Umweltverbrauch der Gemeinschaften gegenüber dem Normalverbrauch (auch in ökologischen Haushalten) wird im Fazit der Studie in folgenden Zusammenhang gestellt: „Dies wird allerdings nicht als Konsumverzicht, sondern als Qualitätszuwachs gesehen. Andere Werte – wie solidarisches Verhalten, soziale Bezüge, politisches Engagement, künstlerische Aktivitäten – haben Vorrang, und die Gemeinschaft macht es möglich, diese anderen Werte ‚alltäglich‘ zu leben.“ (www.usf.uni-kassel.de/glww)

Möglicherweise liegt hier eine der wichtigsten Forschungsfragen der Gegenwart: Wenn gemeinschaftliche



Lebenszusammenhänge, die den Einzelnen wertschätzen und unterstützen, neue Erfahrungsräume darstellen, in denen auch von innen heraus verantwortungsvoller mit unserer Mitwelt umgegangen werden kann, wie können wir dann mehr Menschen Zugang zu solchen Erfahrungen ermöglichen? Wie gestalten wir Kommunikationsprozesse zu Gelegenheiten menschlicher Begegnung? Wie können unterschiedlichste Menschen – auch solche, die nicht in einer Gemeinschaft leben wollen – die ihnen angemessene Unterstützung finden, um ihr Leben verantwortlich zu gestalten?

Ausgehend von diesen Fragen war es mir und meiner Kollegin *Gabi Bott* ein Anliegen, unser verlängertes Wochenendseminar im Ökodorf Sieben Linden so zu gestalten, dass sich alle Menschen mit ihren Fragen und Wünschen aufgehoben fühlen konnten. Ein Text von *Rainer Maria Rilke* zog sich wie ein roter Faden durch diese Tage: „Ich möchte Sie bitten, Geduld zu haben gegen alles Ungelöste in ihrem Herzen und zu versuchen, die Fragen selbst liebzuhaben ... Vielleicht leben Sie dann allmählich, ohne es zu merken, eines fernen Tages in die Antworten hinein.“ Dieser Weg, der uns langsam über die Wahrnehmung der eigenen Situation, die Bewusstwerdung, den Energieaufbau, die geeignete Aktion und die Verinnerlichung und Reflexion führte, bot allen den Raum, in ihrem Tempo die eigenen Schritte zu gehen. Und immer wieder innezuhalten um Widerstände anzusehen, Begegnung und Freude zuzulassen und für das eigene Wohlbefinden zu sorgen.

Erstaunlich war schon in der ersten Runde, dass die Themen der TeilnehmerInnen sich alle auf die Bereiche Bewusstseinswandel und die Suche nach Gemeinschaftlichkeit bezogen, aber auch auf den Wunsch, ihre Aufgabe in der Welt zu finden. Die konkreten Verhaltensänderungen wurden eher als beiläufige Information und natürlicher Bestandteil des Ganzen angesehen.

Das Beispiel einer Familie

Im Mittelpunkt unseres Wochenendes stand so die Frage nach dem eigenen Lebensweg und die Arbeit mit den einzelnen Menschen.

Seit ihrer frühesten Kindheit schon möchte *Marie* (Name geändert) anders leben. Sie will nicht auf Kosten anderer leben und empfindet die christliche Botschaft

als ihren Auftrag. Doch niemand in ihrem Umfeld hat sie jemals verstanden. Heute sitzt sie mit ihrem Ehemann und einer Tochter in einem luxuriösen Haus und ist unglücklich. Wenn sie anders leben wolle, dann müssten sie sich eben trennen, schlug ihr Ehemann vor. Seitdem schweigt Marie. Und gibt ihrem Mann die Schuld, ihren Lebenstraum zu verhindern. Sie sinnt darauf, ihn überzeugen zu wollen, vielleicht doch noch das ihnen nicht zustehende Geld für die Armen der Welt auszugeben oder wenigstens mehr gesunde Lebensmittel einzukaufen. Ihr Mann kann sich die Distanz seiner Frau nicht erklären. Er hatte sogar schon eine Paartherapie vorgeschlagen. Doch Marie verharrt in ihrer Ohnmacht. Sie hat Angst vor einer Trennung, Angst, dass es so weitergeht, und Angst, dass es sich verändert.

In einem Gruppengespräch mit bisher unbeteiligten Menschen kommt heraus, dass Marie stellvertretend für die Ungerechtigkeit und das Elend auf der Welt einen aussichtslosen Kampf führt, in dem sie immer das Opfer bleiben wird. Denn sie übernimmt keine Verantwortung für ihr Leben, sondern gibt die gesamte Schuld ihrem Ehemann. Und der lebt in ständiger Abwehr gegenüber dieser unausgesprochenen Schuldzuweisung. Marie gibt sogar zu, manchmal Erleichterung zu empfinden, wenn er sich wieder einmal gegen sie durchgesetzt hat. Hier wird der Anspruch einer gerechten Lebensweise selbst ungerecht. Die sogenannte „andere Lebensweise“ wird zur Fessel der Familie. Erst wenn Marie zu sich selbst steht und die Schuld von ihrem Mann nimmt, kann Bewegung wieder möglich werden. Vielleicht werden dann unterschiedliche praktische Lebensformen durch gegenseitiges Verständnis in der Familie nebeneinander koexistieren können. Vielleicht werden dann sogar ihre Argumente auf offene Ohren stoßen. Auf jeden Fall fuhr Marie in ihrem Vorhaben gestärkt und sich selbst und ihrem Mann innerlich wieder näher nach Hause. Ursprünglich hatte sie sich von dem Seminar nur Alltags Tipps zu einer besseren Haushaltsführung erwartet ... Jetzt ist sie froh, dass es nach anfänglichen Widerständen ihrerseits doch noch anders kam.

Wenn ich die vielen Erfahrungen mit den Versuchen einer anderen Lebensweise zusammenfasse, komme ich zu folgendem Bild eines möglichen Wandlungsprozesses als Anregung zum Weiterdenken und Ausprobieren:

Die scheinbar übermächtigen Erscheinungsformen der globalen Krisen werden von unserer Lebensweise und einer oft unbewussten Zustimmung gestützt. Um gesellschaftliche Veränderungen zu erreichen, braucht es andere Erfahrungen der Menschen, braucht es positive Erlebnisse und Alternativen. Erst kommt die Heilung, dann die Moral.

Den Wandel ermöglichen

Ausgehend vom eigenen *Bewusstsein*, indem man mit sich selbst in Kontakt ist und so Bedeutung und Sinn findet, umfasst dieser Wandel den tiefen *Kontakt mit anderen Menschen* und der Natur, aber auch Einfühlung, Gemeinschaft, kulturellen Wandel, die praktische *Umgestaltung des eigenen Alltags* durch bewusstes Verhalten und Verantwortungsethik sowie den *Wandel der gesellschaftlichen Verhältnisse* durch neue Gesetze, Institutionen und alternative Projekte.

Maßstab des Wandels ist nicht allein, ein richtiges Verhalten zu erreichen, sondern zugleich den eigenen Weg zu mehr Lebensfreude und Lebensverantwortung zu unterstützen. Widerstände sind dabei wichtige Hinweise, die nicht verdrängt werden sollten.

Die Kraftquellen einer Veränderung des materiellen Verhaltens liegen in den immateriellen Erfahrungen der Verbundenheit mit dem Leben, zum Beispiel im Erleben der Natur, der Kunst, der Stille, der Sinnlichkeit und der menschlichen Begegnung. Der Umweg ist das Ziel. Erfolgreiche Verhaltensänderungen sind Folge und Nebenprodukt einer persönlich stimmigen Lebensweise. Sie brauchen einen lebendigen Boden, um zu wachsen. Die Begegnung von Du zu Du ist der Raum, in dem Wandel möglich wird. Die Einbettung in eine eigene Lebensvision und in erlebte Gemeinschaftlichkeit trägt die Veränderungsarbeit. Im Kern einer zukunftsfähigen Lebensweise steht die Kraft der gelebten Gegenwart.

Ich glaube, die Gestaltung des eigenen Lebens ist unsere erste politische Aufgabe. Es braucht eine Art „Selbsthilfebewegung der sozialen Bewegungen“, die uns hilft, nach unseren Idealen zu leben. Der „neue Mensch“ kommt weder von allein, noch als Produkt von Propaganda. Früher wollte man den „neuen Menschen“ (um)erziehen. Heute sollten wir lieber nach einer sanfteren Pädagogik des Dialogs suchen. Ohne diese Selbstentdeckung des Einzelnen als „revolutionäres Subjekt“

eurotopia

Leben in Gemeinschaft: Anders besser leben

eurotopia engagiert sich für nachhaltige, solidarische und humane Lebensweisen und für ein kooperatives Zusammenleben weltweit.

eurotopia stellt zukunftsfähige Ideen, Projekte und Menschen vor und berichtet über konkrete Wege, im Alltag anders und besser zu leben.

eurotopia interessiert sich für selbstbestimmte Gemeinschaften als ganzheitliche Lebensschulen.

eurotopia verbindet Gemeinschafts-Initiativen.

eurotopia unterstützt den Aufbruch zu einer neuen, integralen und gewaltfreien Kultur.

Mehr Informationen über Gemeinschaftsprojekte in Europa finden Sie im **eurotopia**-Verzeichnis, Ausgabe 2004: 348 Selbstdarstellungen auf 448 Seiten, 18,00 Euro.

Tel. (039000) 9 06 21

E-Mail: info@eurotopia.de

Internet: www.eurotopia.de.

eurotopia kooperiert mit der Initiative „Aufbruch anders besser leben“. Nähere Informationen: www.anders-besser-leben.de