

JOANNA MACY & CHRIS JOHNSTONE

Hoffnung durch Handeln



Dem Chaos standhalten,
ohne verrückt zu werden

Joanna Macy & Chris Johnstone

Hoffnung durch Handeln

Dem Chaos standhalten, ohne verrückt zu werden

Über dieses Buch

Auf unserem Planeten herrscht ein exorbitanter Notstand: Klimawandel, die Erschöpfung von Ressourcen, ökonomische Umwälzungen und die Ausrottung von immer mehr Arten. *Hoffnung durch Handeln* zeigt uns, wie wir dieser Krise begegnen und auf sie mit Widerstandskraft und Kreativität reagieren. Hoffnung setzt nicht notwendigerweise Optimismus voraus; der leitende Impetus ist unsere Absicht – auf sie konzentrieren wir uns und von ihr lassen wir uns lenken. Joanna Macy und Chris Johnstone führen uns durch einen transformierenden Prozess, der Neues und Altes vereint: mystische Reisen sowie Erkenntnisse aus moderner Psychologie und ganzheitlicher Wissenschaft. In diesem Prozess erlangen wir die Fertigkeiten, die wir auf dem Weg in eine dem Leben förderliche Gesellschaft benötigen.

»Künftigen Generationen im 22. Jahrhundert könnte *Hoffnung durch Handeln* sehr wohl als das wichtigste Buch des 21. Jahrhunderts erscheinen.« – *Bill Plotkin*



Joanna Macy ist eine geachtete Stimme
in den Bewegungen für Frieden,
Gerechtigkeit und Ökologie weltweit.



Chris Johnstone, Arzt und Coach, leitet
u.a. Kurse, die die psychologischen
Dimensionen der Krise des Planeten
erforschen.

JOANNA MACY &
CHRIS JOHNSTONE

HOFFNUNG DURCH HANDELN

DEM CHAOS STANDHALTEN,
OHNE VERRÜCKT ZU WERDEN

AUS DEM AMERIKANISCHEN VON
CHRISTA BROERMANN

Junfermann Verlag
Paderborn
2014



Copyright: © der deutschen Ausgabe: Junfermann Verlag, Paderborn 2014

Copyright der Originalausgabe 2012 by Joanna Macy and Chris Johnstone

Die Originalausgabe ist 2012 unter dem Titel *Active Hope. How to Face the Mess We're in without Going Crazy* bei New World Library erschienen.

Übersetzung: Christa Broermann, Stuttgart

Fachlektorat: Gunter Hamburger, Neuhausen ob Eck

Coverfoto: © suze – photocase.com

Covergestaltung / Reihenentwurf: Christian Tschepp

Alle Rechte vorbehalten.

Satz: Peter Marwitz, Kiel (etherial.de)

Digitalisierung: JUNFERMANN Druck & Service, Paderborn

Erscheinungsdatum dieser eBook-Ausgabe: 2014

ISBN der Printausgabe: 978-3-87387-949-2

ISBN dieses eBooks: 978-3-87387-987-4

*Dieses Buch ist dem Gedeihen des Lebens auf diesem
einzigartigen und wundersamen Planeten gewidmet.*

Vorwort zur deutschen Ausgabe

„*Hope is a killer!*“ Als Teilnehmende eines Intensivseminars 1987, ein Jahr nach Tschernobyl, hören wir von Joanna Macy diesen Satz. Wir sind verwirrt und doch verstehen wir die Aussage: Hoffnung im üblichen Sinne verstanden bedeutet, dass wir Unterstützung von außen erwarten, von einer höheren Macht, ja vielleicht von außerirdischen Wesenheiten – im Sinne von: „jemand wird es schon richten“ oder „beruhige dich, die Menschheit hat bis jetzt noch immer eine Lösung für ihre Probleme gefunden.“ Diese Aussagen dienen uns unter anderem als Entschuldigung für Inaktivität, lähmen uns und sorgen dafür, dass wir denken, keine Eigenverantwortung übernehmen zu müssen. Hoffnung so verstanden definiert sich aus Erfahrungen mit Vergangenenem. Und sie verbreitet Optimismus – einen Optimismus allerdings, der Tatsachen eher verkennt, während eine als *aktives Tun* verstandene Hoffnung Tatsachen verändern will.

Inzwischen sind 26 Jahre vergangen. Wir Aktivisten der tiefenökologischen Bewegung, die diesen Namen damals noch nicht trug, haben uns weder lähmen noch beruhigen lassen, weil wir damals wie heute in einem sicher sind: Wenn diese Erde, von der wir inzwischen wissen, dass sie ein lebendiges System ist, auch künftigen Lebewesen ein lebenswertes Dasein ermöglichen soll, dann braucht es eine radikale Gruppe von Aktivisten, die sich für ihre Gesundheit einsetzen und ihre Selbstheilungskräfte unterstützen wollen – in allen drei Bereichen: der politischen Aktion, strukturellen oder institutionellen Veränderungen und einem spirituellen

Bewusstseinswandel. Um nicht mehr, aber auch um nicht weniger geht es Joanna Macy und Chris Johnstone in *Hoffnung durch Handeln*.

Im Verlauf einer großen tiefenökologischen Konferenz 1990, an der zum ersten Mal Menschen aus Ost- und Westdeutschland teilnahmen, entwickelte Joanna Macy das „Wahrheitsmandala“¹. Bei dieser Übung, die inzwischen weltweit Beachtung findet und dort hilfreich ist, wo es darum geht, zum Beispiel zu einer aktuellen Krisensituation aus dem Herzen zu sprechen, fragen Teilnehmende immer wieder: „Und wo findet sich in dieser Übung unsere Hoffnung, dass wir in allem, was wir tun, dem Leben und letztlich der Erde selbst dienen?“ Die Antwort ist simpel: Hoffnung ist die Basis für das Wahrheitsmandala, für alles, was wir tun, für alles, was wir lieben, für alles, wofür wir kämpfen. Unser Hoffen entsteht im Handeln, in dem, was wir tun – Hoffnung so verstanden ist Antrieb unseres Engagements und unserer Leidenschaft, aus ihr entsteht unsere Empörung, die uns hilft, in unserem Widerstand nicht nachzulassen. In seinem Buch *Meine rebellischen Freunde* schreibt Konstantin Wecker über seinen Freund Stéphane Hessel und dessen Streitschrift *Empört euch!:* „Widerstand ist nicht nur ein Grundrecht des Menschen, Widerstand kann auch ein Vergnügen sein, weil man sich einsetzen kann für ein besseres Leben ... das hält uns lebendig und bewahrt uns (davor) zu erstarren und zu resignieren. Denn das Gefährlichste, so Stéphane Hessel, ist die Gleichgültigkeit.“²

Hoffnung durch Handeln ist eine Anleitung, in unserer Empörung nicht nachzulassen, es soll uns ermutigen, Widerstand zu leisten und unser Mitgefühl zur Grundlage

der ökologisch-politischen Bewegung zu machen. *Hoffnung durch Handeln* ist eine Anleitung, uns auf das zu fokussieren, was wir uns wünschen, was geschehen soll, auch wenn wir nicht wissen, was wirklich geschehen wird. *Hoffnung durch Handeln* bestärkt uns in unserer Absicht, alles uns Mögliche beizutragen, Samen zu säen und sie zu nähren, auch wenn wir zu Lebzeiten unsere „Erfolge“ vielleicht nicht mehr erleben werden.

Die Übungen und Lektionen in diesem Buch wurden in 30 Jahren Friedens- und später tiefenökologischer Arbeit entwickelt, praktisch erprobt und in verschiedenen Versionen weltweit verbreitet. Oft in einem aktuellen Kontext entstanden, spiegeln sie wie Zeitzeugen verschiedene Ereignisse wider. Wir empfehlen, die Übungen nicht wortwörtlich und in jeder beliebigen Situation zu übernehmen, ohne damit persönliche Erfahrungen gesammelt zu haben. Sie können starke Emotionen auslösen, weshalb es notwendig ist, dass die Anleitenden emotionale Sicherheit in der Gruppe gewährleisten können.

Diese Arbeit ist ein ständiger Prozess, auch für Menschen, die bereits mehrjährige Erfahrung damit gesammelt haben. Es geht nicht darum, eine Übung so zu kennen, dass man sie dann nicht mehr benötigt, sondern die stetige Wiederholung gibt immer wieder Kraft, die Empörung und unsere Leidenschaft lebendig zu halten und uns in unserer Absicht zu stärken, um zu handeln.

Im Juni 2013 war Joanna Macy zu zwei Intensivseminaren und einer tiefenökologischen Konferenz in Deutschland und mehr als 200 Teilnehmende erlebten sie in ihrer vollen

Präsenz und Fülle. Sie wirkte wie eine entflammte Älteste voller Mitgefühl und Lebensmut. Barbara, meine Frau, fragte sie: „Was stärkt dich darin, diese Arbeit, in der wir unseren Schmerz, unsere Verzweiflung, unsere Wut, unsere Trauer über den Zustand in unserer Welt, aber auch unsere Dankbarkeit und unsere Liebe zur Schöpfung ausdrücken und durchleben, über so viele Jahre so leidenschaftlich tun zu können?“ Joanna antwortete: „Vor den Seminaren bin ich oft erschöpft und mutlos. Wenn ich dann mit den Menschen in der Gruppe zusammenarbeite und erlebe, wie sie sich mit ihrem ‚Herzens-Verstand‘ für die Arbeit, die uns mit allem Lebendigen wieder verbindet, einsetzen, dann ist es, als würde mir frischer Sauerstoff eingehaucht.“

Gunter Hamburger

Holon-Institut und im Vorstand der
„Gesellschaft für angewandte Tiefenökologie e.V.“

Danksagung

Wir beginnen mit der Dankbarkeit und erinnern uns an die Worte von Thich Nhat Hanh: „Wenn du ein Dichter bist, siehst du in diesem Blatt Papier ganz deutlich eine Wolke ziehen. Ohne die Wolke gibt es keinen Regen; ohne Regen können die Bäume nicht wachsen und ohne Bäume können wir kein Papier herstellen.“³ Genauso ist es mit diesem Buch. Ohne all die Menschen, die dabei eine hilfreiche Rolle gespielt haben, wäre es ganz einfach nicht da. Und so danken wir all denjenigen, die uns unterstützt haben, vor allem:

Dem Kernteam, das an seiner Entstehung beteiligt war.

Schon sehr früh haben sich beim Schreiben unseres Buches zwei Weggefährten zu uns gesellt, die verstanden, was wir im Sinn hatten, und uns bei unserem Vorhaben unterstützten: unser Agent, Suresh Ariaratnam und unser Redakteur Jason Gardner. Euer Beistand war eine große Erleichterung für uns. Vielen Dank! Weiterhin danken wir Dori Midnight für die wunderbare Spiralzeichnung in [Kapitel 2](#), Dave Baines für die beiden faszinierenden Zeitspiralen in [Kapitel 8](#) und allen im Verlag New World Library für ihre Mitarbeit in den unterschiedlichsten Rollen, besonders Mimi Kusch für ihr Lektorat, Monique Muhlenkamp für die Werbung, Tona Pearce Myers für das Layout des Buches, Tracy Cunningham für die Gestaltung des Covers und Munro Magruder für das Marketing. Wir möchten auch gerne den vielen danken, die uns inspiriert haben, besonders denjenigen, die wir zitiert haben, wie John Robbins, John Seed, Rebecca Solnit, Tom Atlee und

Nelson Mandela sowie zwei bereits Verstorbenen, Arne Naess und Elise Boulding.

Den vielen Freunden und Verwandten, die uns in der Zeit des Schreibens unterstützt haben. Joannas Mann Fran unterstützte uns schon von Anfang an. Wir haben ihn als starken Verbündeten empfunden, sogar noch nach seinem Tod im Jahr 2009. Joanna dankt besonders ihrer Assistentin Anne Symens-Bucher, ihren Kindern, Peggy, Jack und Christopher und ihren Enkeln Julien, Eliza und Lydia. Chris' Frau, Kirsty, stand ihm während der Höhen und Tiefen des Schreibens bei, seine Mutter Sheila, sein Bruder Dave und seine Schwester Diana waren ebenfalls wunderbare Verbündete. Hamish Cormack befragte Chris über jedes Kapitel und kommentierte die ersten Entwürfe. Unschätzbares und ermutigendes Feedback bekamen wir von unserer Gruppe von „Testlesern“, zu der Roz Chissik, Marion McCartney, Philip Raby, Helen Moore, Manu Song, Edi Hamilton, Pete Black, Sally Lever, Alex Wildwood und Sue Mann gehörten. Unsere liebe Freundin Kathleen Sullivan, die uns beide seit Jahrzehnten kennt, hat unser Schreiben ebenfalls freundschaftlich begleitet und wir danken ihr.

Den unzähligen Kollegen bei der „Arbeit, die wieder verbindet“, die diese Arbeit engagiert umgesetzt, sie überall auf der Welt angeboten und ihren eigenen spezifischen Beitrag dazu geleistet haben. Während wir hier die Essenz dieser Herangehensweise einer breiteren Öffentlichkeit zugänglich machen, ist uns bewusst, in wie vielfältiger Weise ihr sie bereichert habt; unsere Freude an eurer Gesellschaft ist grenzenlos.

Einleitung

„Gefährlich“, „beängstigend“, „unkontrollierbar“ – wir bewegen uns frei durch den Raum und dabei rufen die Anwesenden das Wort oder die Wortgruppe aus, die ihnen einfällt, wenn sie den folgenden Satz ergänzen sollen: „Wenn ich überlege, in welcher Verfassung unsere Welt derzeit ist, dann glaube ich, sie wird allmählich ...“ Im Laufe der letzten Jahrzehnte habe ich diese Übung mit Zehntausenden von Menschen an den verschiedensten Orten durchgespielt. Die Antworten, die wir dabei zu hören bekommen, spiegeln stets Untersuchungsergebnisse wider, die offenbaren, wie besorgt die Menschen in die Zukunft schauen, der wir entgegengehen.⁴

Diese weitverbreitete Angst ist sehr begründet. Mit dem Anstieg der Temperaturen auf der Erde dehnen sich die Wüsten aus und extreme Wetterphänomene werden häufiger. Die Menschheit und der Konsum wachsen und gleichzeitig nehmen lebenswichtige Ressourcen wie Süßwasser, Fischbestände, Humusschicht und Ölreserven stetig ab. Obwohl sich aufgrund der wirtschaftlichen Krisen und Schwankungen viele Menschen verzweifelt fragen, wie sie ihr Auskommen finden sollen, werden gleichzeitig Billionen von Dollar für Kriegsführung ausgegeben.⁵ Angesichts dieser widrigen Umstände ist es kein Wunder, dass unser Vertrauen in die Zukunft erheblich zusammengeschmolzen ist. Wir können es nicht mehr als selbstverständlich ansehen, dass die Ressourcen, von denen wir abhängig sind – Nahrung, Brennstoff und Trinkwasser –, auch künftig vorhanden sein werden. Wir können es nicht einmal mehr als selbstverständlich

ansehen, dass unsere Zivilisation überlebt oder dass die Bedingungen auf unserem Planeten künftig noch für komplexe Lebensformen geeignet sein werden.

Zu Beginn unserer Überlegungen wollen wir diese Unsicherheit zunächst einmal als entscheidende psychologische Realität unserer Zeit benennen. Weil sie aber in der Regel als so deprimierend angesehen wird, dass man gar nicht darüber reden will, haben wir sie oft nur unausgesprochen im Hinterkopf. Manchmal ist uns das bewusst. Wir erwähnen es nur nicht. Diese Blockierung der Kommunikation erzeugt aber eine noch bedrohlichere Gefahr, denn die größte Gefahr unserer Zeit ist eine Abstumpfung unserer Reaktionen.

Wir hören häufig Sätze wie: „Setz dich damit nicht auseinander, das ist viel zu deprimierend“ oder „Gib dich nicht mit dem Negativen ab“. Das Problem bei dieser Haltung ist, dass sie jegliches Nachdenken und jedes Gespräch über bestimmte Themen verhindert. Aber wie können wir das Chaos, in dem wir stecken, auch nur ansatzweise angehen, wenn wir es für zu deprimierend halten, um überhaupt darüber nachzudenken?

Stellen wir uns jedoch der Dramatik, lassen wir die schrecklichen Nachrichten über die zahlreichen Tragödien, die sich in unserer Welt ereignen, wirklich an uns heran, fühlen wir uns leicht überwältigt. Und dann fragen wir uns vielleicht zweifelnd, ob wir überhaupt etwas dagegen unternehmen können.

Hier also fangen wir an – wir gestehen uns ein, dass unsere Zeit uns mit Realitäten konfrontiert, die wir als schmerzhaft empfinden, die schwer zu ertragen sind und

die uns verwirren. Unser Ansatz ist, genau das als Ausgangspunkt für einen erstaunlichen Weg zu nehmen, der uns stärkt und unsere Lebendigkeit steigert. Ziel dieses Weges ist es, das Geschenk der *Hoffnung durch Handeln* zu finden, zu geben und zu empfangen.

Was ist *Hoffnung durch Handeln*?

Ganz gleich, in welche Situation wir geraten: Wir können wählen, wie wir darauf reagieren. Angesichts überwältigender Herausforderungen haben wir vielleicht das Gefühl, unser Handeln zähle nicht viel. Aber wie wir reagieren und wie zuversichtlich wir sind, dass unser Beitrag auch Gewicht hat, hängt davon ab, was wir uns unter Hoffnung vorstellen. Hier ein Beispiel:

Jane lag die Welt sehr am Herzen und sie war entsetzt über das, was sich vor ihren Augen abspielte. Sie betrachtete die Menschen als unverbesserlich und derart in ihrer Destruktivität gefangen, dass sie die völlige Zerstörung unserer Welt als unausweichlich ansah. Daher fragte sie: „Welchen Sinn hat es, irgendetwas zu tun, wenn es doch nichts an unserem künftigen Schicksal ändert?“

Das Wort „Hoffnung“ hat zwei verschiedene Bedeutungen. Bei der ersten bauen wir darauf, dass ein von uns begehrtes Ergebnis mit einer gewissen Wahrscheinlichkeit eintritt. Wenn wir diese Art von Hoffnung brauchen, ehe wir uns zum Handeln aufrufen, blockiert das unsere Reaktion überall dort, wo wir unsere Chancen als nicht sehr groß einschätzen. Eben dies war bei Jane der Fall – sie

fühlte sich so hoffnungslos, dass sie jeden Versuch, etwas zu unternehmen, als sinnlos ansah.

Die zweite Bedeutung hat mit dem Wünschen zu tun. Als Jane gefragt wurde, wie sie die Welt denn gerne hätte, schilderte sie ohne Zögern die Art von Zukunft, auf die sie hoffte, und die Welt, nach der sie sich so sehr sehnte, dass es sie schmerzte. Diese Art von Hoffnung – das Wissen, worauf wir hoffen und was wir gerne hätten – bringt uns auf den Weg. Der eigentliche Unterschied liegt aber darin, wie wir mit dieser Hoffnung umgehen. Passive Hoffnung wartet darauf, dass äußere Wirkkräfte das herbeiführen, was wir uns wünschen. *Hoffnung durch Handeln* bedeutet, dass wir uns aktiv daran beteiligen, das herbeizuführen, was wir erhoffen.

Hoffnung durch Handeln ist eine Praxis. Wie Tai Chi oder Gartenarbeit ist sie eher ein *Tun* als etwas, was wir *haben*. Sie besteht in einem Prozess, den wir auf jede Situation anwenden können, und umfasst drei Hauptschritte. Als Erstes verschaffen wir uns ein klares Bild von der Wirklichkeit, als Zweites identifizieren wir die Richtung, in der sich die Dinge nach unserem Wunsch entwickeln sollten, oder die Werte, die wir verwirklicht sehen möchten, und als Drittes unternehmen wir Schritte, die uns selbst oder unsere Situation in der erhofften Richtung voranbringen.

Da *Hoffnung durch Handeln* uns keinen Optimismus abverlangt, können wir sie sogar dort anwenden, wo wir keine Hoffnung mehr sehen. Der leitende Impetus ist unsere *Absicht*; wir wählen, was wir herbeiführen, wofür wir uns einsetzen oder was wir ausdrücken wollen. Statt

erst einmal unsere Erfolgschancen abzuwägen und nur dann aktiv zu werden, wenn wir hoffnungsvoll sind, konzentrieren wir uns auf unsere Absicht und lassen uns von ihr führen.

Das Geschenk wird gegeben und gleichzeitig empfangen

Die meisten Bücher, die sich mit globalen Themen befassen, konzentrieren sich entweder auf die Schilderung der Probleme, vor denen wir stehen, oder auf die der erforderlichen Lösungen. Bei uns wird von beidem die Rede sein, das Hauptgewicht legen wir jedoch auf die Stärkung und Förderung unserer steten Absicht zum Handeln, damit wir für unsere Rolle bei der Heilung der Welt, wie immer sie auch aussehen mag, bestmöglich gewappnet sind.

Da ein jeder von uns auf einen anderen Zipfel der Erde schaut und sein je eigenes Spektrum an Interessen, Fähigkeiten und Erfahrungen mitbringt, berühren uns unterschiedliche Anliegen und wir sollen auch auf unterschiedliche Weise reagieren. Der Beitrag, den jeder Einzelne dazu leisten kann, die Selbstheilungskräfte unserer Erde zu unterstützen, ist unser Geschenk der *Hoffnung durch Handeln*. Ziel dieses Buches ist die Stärkung unserer Fähigkeit, das beste uns mögliche Geschenk zu geben: unsere optimale Reaktion auf die vielfältigen Bedrohungen der Zukunftsfähigkeit.

Wenn wir eine Notsituation erkennen und uns entschlossen der Sache annehmen, wird etwas sehr Kraftvolles in uns geweckt. Wir aktivieren unsere Zielstrebigkeit und

entdecken Stärken, von denen wir nicht einmal wussten, dass wir sie haben. Merken wir, dass wir etwas ändern können, belebt uns das außerordentlich; es bewirkt, dass wir unser Leben als lohnender empfinden. Wenn wir *Hoffnung durch Handeln* praktizieren, geben wir also nicht nur, sondern wir empfangen auch auf vielfache Weise. Bei unserem Ansatz, den wir in diesem Buch darlegen, geht es weniger um pflichtbewusstes oder ehrenhaftes Verhalten, sondern vielmehr darum, eine Lebendigkeit zu erlangen, die zu einem zutiefst befriedigenden Leben führt.

Drei Geschichten über unsere Zeit

Bei jedem großen Abenteuer stoßen wir unterwegs auf Hindernisse. Die erste Hürde ist, sich überhaupt erst einmal bewusst zu machen, dass wir als Zivilisation und als Spezies an einem kritischen Punkt angelangt sind. Wenn wir auf die Mainstream-Gesellschaft und die dort gesetzten Prioritäten oder angestrebten Ziele schauen, ist es schwierig, Anzeichen für ein solches Bewusstsein zu erkennen. Im ersten Kapitel versuchen wir, die riesige Kluft zwischen der Dringlichkeit der Probleme und dem Mangel an kreativer Reaktion darauf begreiflich zu machen und zu schildern, wie sehr unsere Wahrnehmungen von dem Mythos und Weltbild geprägt werden, mit dem wir uns identifizieren. Wir stellen dazu drei Geschichten oder Varianten der Realität vor, von denen jede wie eine Linse wirkt, durch die wir das sehen und verstehen, was vor sich geht.

Für die erste gilt das Motto *Business as usual* und die Annahme, dass es eigentlich gar nicht nötig ist, unsere

Lebensweise zu ändern. Wirtschaftswachstum wird hier als entscheidend für den Wohlstand angesehen und das zentrale Anliegen ist, es zu etwas zu bringen. Die zweite Geschichte, *Der fortschreitende Zerfallsprozess*,⁶ lenkt die Aufmerksamkeit auf die Katastrophen, auf die uns das *Business as usual* zuführt, und auch auf diejenigen, die es uns bereits beschert hat. Sie ist eine auf wissenschaftliche Beweise gestützte Darstellung des Zusammenbruchs ökologischer und sozialer Systeme, des Klimawandels, der Erschöpfung der Ressourcen und des Aussterbens von Arten.

Die dritte Geschichte wird von jenen vertreten und verkörpert, die wissen, dass uns die erste Geschichte in die Katastrophe führt, und die sich weigern, der zweiten Geschichte das letzte Wort zu lassen. Sie beinhaltet die Entwicklung neuer und kreativer menschlicher Reaktionen, sie handelt vom epochalen Übergang von einer industriellen Wachstumsgesellschaft zu einer lebenserhaltenden Gesellschaft, die sich der Heilung und Erneuerung unserer Welt verschreibt. Diese Geschichte nennen wir *Der Große Wandel*. Das zentrale Anliegen dabei ist, darin unser Geschenk der *Hoffnung durch Handeln* zu finden und auch anderen anzubieten.

Es hat keinen Sinn, darüber zu streiten, welche dieser Geschichten die „richtige“ ist. Alle drei existieren gleichzeitig nebeneinander. Die Frage ist, in welche wir unsere Energie stecken wollen. Im weiteren Verlauf des Buches wird es hauptsächlich darum gehen, wie wir unsere Fähigkeit stärken, auf die beste uns mögliche Weise zum *Großen Wandel* beizutragen.

Die Spirale der Arbeit, die wieder verbindet

Der Weg, den wir in [Kapitel 2](#) antreten und den wir durch das ganze Buch hindurch fortsetzen, beruht auf einem Prozess der Ermutigung, den wir schon seit Jahrzehnten in Workshops anbieten. Erstmals Ende der 1970er-Jahre von Joanna Macy entwickelt, hat er sich, gefördert durch die entscheidenden Beiträge einer wachsenden Zahl von Kollegen, weiterentwickelt und verbreitet. Er wurde auf allen Kontinenten außer der Antarktis vorgestellt, in vielen verschiedenen Sprachen gelehrt und hat Hunderttausende von Menschen unterschiedlichsten Glaubens, Hintergrunds und Alters erreicht. Weil dieser Prozess uns hilft, unser Gefühl der Verbindung mit dem Netz des Lebens wiederherzustellen, nennen wir ihn *Die Arbeit, die wieder verbindet*.⁷ Indem er uns hilft, unsere inneren Ressourcen und unsere Gemeinschaft mit anderen weiterzuentwickeln, stärkt er unsere Fähigkeit, uns verstörenden Informationen zu stellen und mit Resilienz darauf zu reagieren. Bei der Erfahrung, die wir mit dieser Arbeit gesammelt haben, konnten wir wieder und wieder sehen, wie Energie und Engagement mobilisiert wurden, wenn die Menschen unerschrocken ihren Part beim *Großen Wandel* übernehmen.

Wir haben dieses Buch geschrieben, damit Sie die Wandlungskraft der *Arbeit, die wieder verbindet* erfahren, aus ihr schöpfen und kreativer auf die Krisen unserer Zeit reagieren können. Die weiteren Kapitel führen Sie durch die vier Stadien der Spirale, die diese Arbeit immer wieder durchläuft: Wir beginnen mit der Dankbarkeit, würdigen unseren Schmerz um die Welt, sehen die Welt mit neuen

Augen und brechen auf, um zu handeln. Der Weg durch diese Stadien hat eine stärkende Wirkung, die sich mit jeder Wiederholung vertieft.

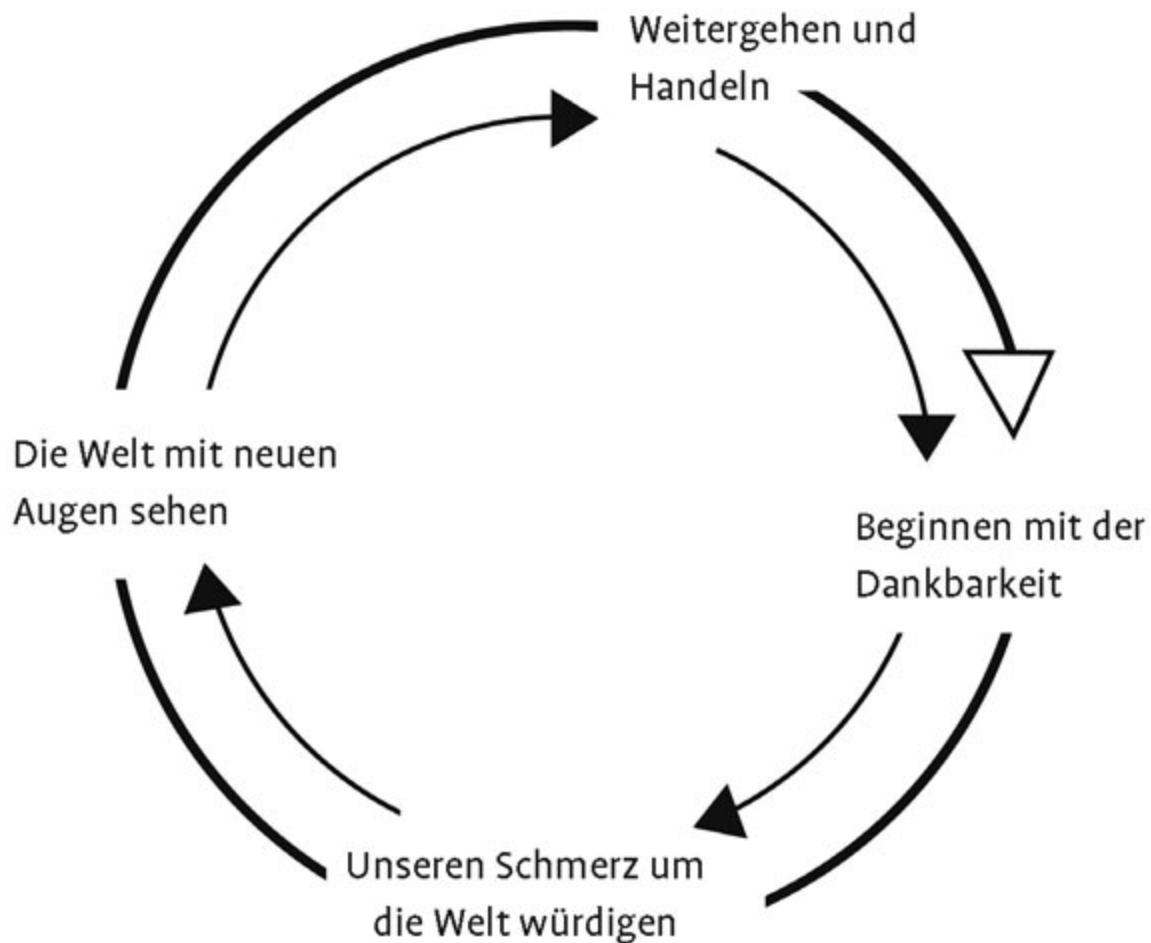


Abbildung 1: Die Spirale der *Arbeit, die wieder verbindet*.

Zwar kann man schon reiche Ernte halten, wenn man sich allein auf den Weg macht, aber in Gemeinschaft wachsen die positiven Wirkungen der *Arbeit, die wieder verbindet* noch schneller. Wir wollen Sie ermutigen, andere zu suchen, mit denen Sie dieses Buch zusammen lesen können oder mit denen Sie immer wieder Ihre Gedanken

austauschen können. Unser Anliegen öffentlich zu machen ist ein entscheidender Teil der Auseinandersetzung mit dem Chaos, in dem wir stecken. Aber aus Gründen, die wir noch erkunden werden, verhindert häufig Furcht diese Art von Gemeinsamkeit. Wir werden untersuchen, was es so schwer macht, über unsere planetarische Krise zu sprechen, und Werkzeuge bereitstellen, die uns dabei unterstützen, die stärkende Art von Gesprächen zu führen, die unsere Zeit verlangt.

Wir wollen Sie ermuntern, sich mit den beschriebenen Werkzeugen vertraut zu machen, indem Sie sie ausprobieren. Immer wieder finden Sie Kästen im Buch, die Sie zu Übungen ermuntern, die wir sowohl für den Einzelgebrauch als auch für den Einsatz in Gruppen wertvoll finden.

Was wir mitbringen

Das Herzstück dieses Buches ist ein Modell von Macht, das sich auf synergetische Zusammenarbeit stützt. Es würdigt, wie viel mehr wir erreichen können, wenn wir mit anderen an einem Strang ziehen, mit-machen, statt uns nur einzeln zu engagieren. Die Geschichte unserer gemeinsamen Autorschaft ist ein gutes Beispiel dafür. Den Keim für unsere Idee legte ein Gespräch über die Lehren, die wir aus unserer Erfahrung mit der *Arbeit, die wieder verbindet* gezogen hatten. Wir waren beide überrascht und begeistert, wie oft in den zahlreichen stundenlangen Gesprächen, die darauf noch folgten, Einsichten auftauchten, die keiner von uns beiden vorher gehabt hatte. Obwohl das Hauptgerüst, die Konzepte und die

Übungen für die *Arbeit, die wieder verbindet* bereits gründlich getestet sind, konnten wir sie doch bereichern, verfeinern und ergänzen, sodass am Ende ziemlich viel Material zusammenkam, das bislang nirgendwo veröffentlicht wurde.

Es gibt das alte Sprichwort, dass vier Augen besser sehen als zwei, denn aus zwei unterschiedlichen Perspektiven erwächst die Tiefe des dreidimensionalen Sehens. Bei unserem gemeinsamen Schreiben hat unser je unterschiedlicher Hintergrund sowie die Tatsache, dass wir auf verschiedenen Kontinenten leben und aus unterschiedlichen Quellen schöpfen, zu den vielfältigen Synergieeffekten geführt, die sich in unserem Buch niederschlagen.

Joanna Macy ist Expertin für Buddhismus, Allgemeine Systemtheorie und Tiefenökologie. Sie hat schon an mehreren Universitäten in den Vereinigten Staaten unterrichtet sowie die ganze Welt bereist und Schulungskurse angeboten, um belebend und ermutigend darauf einzuwirken, wie wir mit der planetarischen Krise umgehen. Sie ist Anfang 80 und lebt in Berkeley in Kalifornien. Schon seit über 50 Jahren ist sie politisch aktiv, eine geachtete Stimme in den Bewegungen für Frieden, Gerechtigkeit und Ökologie und hat entweder allein oder als Mitautorin ein Dutzend Bücher verfasst, von denen die meisten in andere Sprachen übersetzt wurden.

Chris Johnstone ist Arzt und hat sich auf Verhaltenspsychologie, Resilienz und Suchtbehandlung spezialisiert. Er lebt in Großbritannien und arbeitet als Coach, bildet Fachkräfte im Gesundheitswesen in

Verhaltensmedizin aus und hat als Pionier entscheidend dafür gesorgt, dass das Resilienztraining für die Förderung seelischer Gesundheit bekannt wurde und vielfältige Anwendungen findet. Er ist seit seinen Jugendjahren politisch aktiv, heute Ende 40 und hat über 20 Jahre lang über die Psychologie der Nachhaltigkeit gelehrt und geschrieben.

Kennengelernt haben wir uns 1989 bei einem einwöchigen Kurs, den Joanna in Schottland durchführte. Er hieß *The Power of Our Deep Ecology* und änderte Chris' ganzes Leben. Seither haben wir oft zusammengearbeitet. Dieses Buch schildert die Arbeit, die wir gemeinsam tun und lieben. Wir bieten es nicht als Patentlösung für unsere Probleme an, sondern einerseits als ein Paket von Übungen und Erkenntnissen, aus denen wir Stärke ziehen können, und andererseits als mythische Reise, die uns verwandeln soll. Rebecca Solnit schreibt:

Eine Krise ist eine Trennung vom Vertrauten, ein plötzliches Eintreten in eine neue Atmosphäre, die oft verlangt, dass wir an dieser Herausforderung wachsen.⁸

Wenn wir uns dem Chaos stellen, in dem wir derzeit stecken, dann erkennen wir, dass ein *Business as usual* nicht mehr möglich ist. Was uns hilft, die Situation unerschrocken zu meistern, ist die Erfahrung, in etwas viel Größerem als uns selbst verwurzelt zu sein. Der Dichter Rabindranath Tagore hat diesen Gedanken in folgenden Worten ausgedrückt:

Der gleiche Strom des Lebens, der Tag und Nacht durch meine Adern fließt, fließt durch die Welt.⁹

Diesem Strom folgen wir. Er bringt uns zu einer Lebensweise, die unsere Welt bereichert, statt ihren Reichtum zu erschöpfen. Er führt uns zu unserem Geschenk der *Hoffnung durch Handeln*. Begegnen wir dem gegenwärtigen Chaos mit diesem Geschenk, wird auch unser Leben bereichert.

TEIL I: DER GROSSE WANDEL

1. Drei Geschichten über unsere Zeit

Wenn die Geschichten, die sich eine Gesellschaft erzählt, nicht mehr im Einklang mit den realen Verhältnissen stehen, können sie selbst-begrenzend wirken und sogar zu einer Bedrohung für das Überleben werden. Das ist unsere derzeitige Situation.

David Korten, *The Great Turning*¹⁰

Am 7. Mai 2001 versammelten sich Journalisten zu einer Pressekonferenz im Weißen Haus. Ari Fleischer, der Pressesprecher von Präsident Bush, hatte an jenem Tag nichts bekannt zu geben, lud aber die Anwesenden ein, Fragen zu stellen. Schnell wurden die steigenden Energiekosten zum beherrschenden Thema und eine der ersten Fragen rief eine starke Reaktion hervor.

Journalist: „Glaubt der Präsident in Anbetracht der Energiemenge, die jeder Amerikaner pro Kopf verbraucht und die ja viel größer ist als die eines jeden Bürgers in jedem anderen Land der Welt, glaubt da der Präsident, dass wir unseren Lebensstil ändern müssen, um mit dem Energieproblem fertigzuwerden?“

Mr Fleischer: „Die Antwort ist ein klares Nein. Der Präsident hält das für einen *American Way of Life* und glaubt, es sollte das Ziel der politischen Entscheidungsträger sein, diesen *American Way of Life* zu schützen.“¹¹

Präsidenten kommen und gehen, aber Fleischers klares „Nein“ repräsentiert noch immer eine einflussreiche Kraft

in unserer Gesellschaft. Es steht für eine Überzeugung, die unsere Lebensweise nicht infrage stellt. Diese Überzeugung erwächst aus einem ganz bestimmten kulturellen Mythos darüber, wie es sich mit unserer Welt verhält, der wie eine Geschichte immer wieder neu erzählt wird. Mit *Geschichte* meinen wir nicht eine erfundene Erzählung, sondern vielmehr die Art und Weise, wie wir den Ereignissen, die sich vor unseren Augen abspielen, einen Sinn zuordnen.

In diesem Kapitel identifizieren wir drei solche Geschichten, die in unserer Zeit eine Rolle spielen, wie bereits in der Einleitung erwähnt. Die erste geht von der Annahme aus, dass unsere Gesellschaft auf dem richtigen Weg ist und dass wir weitermachen können wie bisher. Die zweite offenbart die zerstörerischen Folgen des *Business as usual* und den fortschreitenden Zerfallsprozess unserer biologischen, ökologischen und sozialen Systeme. Die dritte handelt von einer breiten Bewegung des Widerstands gegen die Gefahren und vom facettenreichen Übergang zu einer lebenserhaltenden Zivilisation. Die Erkenntnis, dass *wir* die Geschichte wählen können, mit der wir die Welt interpretieren, kann befreiend wirken: Wenn wir eine gute Geschichte finden, der wir uns anschließen können, steigert das unser Gefühl von Sinnhaftigkeit und Lebendigkeit. Jetzt werden wir erkunden, wie diese Geschichten unsere Reaktion auf die globale Krise prägen.

Die erste Geschichte: *Business as usual*

Wie viel von dem, was Sie in den letzten 24 Stunden gegessen haben, bestand aus Zutaten, die Hunderte oder sogar Tausende von Kilometern weit weg erzeugt wurden? Bei den meisten Menschen, die in Industrieländern leben, lautet die Antwort: *eine Menge*. Was durchschnittlich an Möhren, Kopfsalat oder abgepackten Erdbeeren beispielsweise in einem Supermarkt verkauft wird, hat sehr wahrscheinlich eine Reise von mehr als 3000 Kilometern hinter sich.¹² Und das beschränkt sich nicht nur auf unsere Lebensmittel: Vieles, was wir benutzen, ist aus weiter Ferne zu uns gekommen. Transportkosten tragen erheblich dazu bei, dass heute mehr Energie verbraucht wird als je zuvor in der Geschichte. Ari Fleischer mag das für den *American Way of Life* halten. Aber er gilt nicht nur für Amerika. Für die Menschen, die in den wohlhabenden Teilen der Welt leben, wird er immer mehr zum modernen Lebensstil, der allgemein akzeptiert ist und den wir für normal halten.

Dieses moderne Leben hat viele attraktive Seiten. Es ist üblich, dass die Leute Urlaub in fernen Ländern machen und eigene Autos, Computer, Fernseher und Kühlschränke besitzen. Noch vor wenigen Generationen wären solche Annehmlichkeiten, sofern sie überhaupt erreichbar waren, als Privileg der Superreichen angesehen worden. Heute vermittelt die Werbung den Eindruck, diese Dinge müsste jeder haben, und der Fortschritt wird daran gemessen, ob und wie viel wir mehr haben als früher und wie viel weiter und schneller wir reisen können.

Eine mögliche Betrachtungsweise unserer Zeit ist die, dass wir eine wunderbare Erfolgsgeschichte erleben. Die wirtschaftliche und technische Entwicklung hat viele