

ZEGG Reader 10

Februar 2011 8 Euro

- Eine Region geht neue Wege
- Auf der Spur von Eros und Spiritualität
- Über Dankbarkeit, Vergebung und die Kraft der Entscheidung



**20 Jahre Zentrum für
experimentelle
Gesellschaftsgestaltung**

ZEGG-Jahresklänge 2010: Im zeitigen Frühjahr begann der fünfwöchige Gemeinschaftskurs mit 22 Teilnehmern (großes Foto links). Merle Anderau, mittlerweile „nur“ noch die Drittgüngste im ZEGG, wurde bei einer Tauffeier am Tag des Frühlingsanfangs in die Gemeinschaft gewiegt (links unten).



Im Sommer trat zum ersten Mal seit Jahren wieder der ZEGG-Chor auf (rechts unten). Mit ganz neuen und



mit bewährten Sängerinnen und



Sängern studierte Chorleiterin Hagara Feinbier das Stück



„Algunas Bestias“ neu ein, eine Liebeserklärung an die südamerikanische Tierwelt aus dem „Canto General“ von Mikis Theodorakis (Musik) und Pablo



Neruda (Text). Auch ein Sommerklang: das vertraute Gespräch auf der Restaurantterrasse (links oben). Der Jahresausklang im ZEGG – die Silvestertagung – war voller Musik (links unten) und kulmi-



nierte in einem großartigen Silvesterfeuer (rechts oben). Die auf Zetteln

notierten Vorhaben, Wünsche und Affirmationen für das neue Jahr 2011 wurden den Flammen übergeben und ins Universum gepustet.

Liebe Leserinnen und Leser,

jetzt gibt es das ZEGG tatsächlich schon 20 Jahre. Gäste danken uns manchmal mit den Worten, unser Projekt stärke die Hoffnung, dass ein anderes Leben in dieser Welt möglich ist. Diese Hoffnung hat auch uns durch alle Schwierigkeiten hindurch gezogen. Unser Anliegen bleibt, als Gemeinschaft zu forschen. Mit diesem Reader möchten wir uns veröffentlichen: welche(n) Themen stellen wir uns, was für Erfahrungen machen wir, welche Gedanken formulieren sich in uns. Dies auch im Rückblick auf unsere Geschichte als Projekt zu tun, war auch für uns selber spannend.

Unser Dank geht an alle, die das ZEGG bis heute mit aufgebaut, unterstützt, herausgefordert und inspiriert haben.

Für die ZEGG-Gemeinschaft
Hermann Haring

www.zegg.de

Wer und was ist das ZEGG?

Das ZEGG („Zentrum für experimentelle Gesellschaftsgestaltung“) ist Heimat einer Lebensgemeinschaft südwestlich von Berlin und ein internationales Tagungszentrum; hier werden Entwürfe für ein sozial und ökologisch nachhaltiges Leben mitentwickelt, verwirklicht und kommuniziert.

Seine Anfänge gehen zurück auf die „Bauhütte“, die 1978 von Dieter Duhm und anderen ins Leben gerufen wurde. Seit seiner Gründung 1991 hat das ZEGG sich zu einem bekannten Vernetzungsort für Gemeinschaften, engagiert Forschende und FriedensaktivistInnen entwickelt; dazu zu einem vielfältigen Kulturzentrum.

Die Gemeinschaft von heute 93 Erwachsenen und Kindern hat verschiedene Wandlungen durchlaufen – von einer anfangs relativ homogenen Pioniergemeinschaft hin zu einem Netz verschiedener Initiativen, spirituell und politisch arbeitender Gruppen, Firmen, KünstlerInnen und politischer Querdenker. Alle vereint die Suche nach friedvollen neuen Lebensformen, in denen Liebe, Vertrauen und Heimat entstehen und wachsen können und die individuelle Entwicklung jedes einzelnen Menschen gefördert und sein Eingebundensein in ein soziales, ökologisches und spirituelles Ganzes gesehen und gestaltet wird.

Die Gemeinschaft kommt in vielfältigen Formen regelmäßig zusammen – zur geistigen Auseinandersetzung in der Sonntagsmatinee und in Vorträgen, zur Entscheidungsfindung im Plenum, zur Gestaltung und Transparenz der persönlichen und gemeinschaftlichen Entwicklung im Forum, zu Treffen der verschiedenen Arbeitsbereiche, zu Jahreszeitenfesten, Musik, Tanz, Kunstaktionen, philosophischen Gesprächen oder in intensiven Vorbereitungs- und Planungszeiten.

Im Laufe des Jahres finden Tagungen und Festivals statt, auf denen man Grundgedanken des ZEGG als andere Lebensmöglichkeit erfahren kann. Dabei geht es nicht um fertige Antworten, sondern um Mut, immer wieder neue Fragen zu stellen. Wie sieht ein Leben aus, welches Kooperation an die Stelle

von Konkurrenz setzt und die zentralen Fragen des Menschen nach Kontakt und Vertrauen in den Mittelpunkt stellt?

Die Gemeinschaft organisiert sich in weitgehend selbständigen Arbeitsbereichen, z.B. Küche, Tagungsorganisation, Kinderhaus, Garten, Geländepflege. Finanzielle Entscheidungen größeren Umfangs werden nach einem soziokratischen Modell in einem Managementkreis getroffen. Dort kommen je zwei Vertreter der einzelnen Arbeitsbereiche regelmäßig zusammen, um über aktuelle Entwicklungen zu reflektieren und Richtungsentscheidungen vorzubereiten.

Die Finanzierung des ZEGG stützt sich im Wesentlichen auf die Einnahmen aus dem Tagungszentrum und die Mieten der MitarbeiterInnen und der ansässigen Firmen. Die Firmen wie die Mitglieder der Gemeinschaft sind finanziell eigenständig; die Menschen arbeiten teils freiberuflich, teils als Angestellte der ZEGG-GmbH. Die meisten sind GesellschafterInnen der ZEGG GmbH; das schafft einen großen Bereich gemeinsamer Ökonomie. Die ZEGG GmbH ist Trägerin des Tagungs- und Seminarzentrums und Eigentümerin des gesamten Grundstücks.

Seit der Gründung war die ökologische Forschung und ihre beispielhafte Umsetzung ein wichtiges Anliegen des ZEGG. So rüsteten wir schon 1992 die beim Geländekauf übernommene Braunkohleheizung auf Holzhackschnitzel um, bauten eine große Pflanzenkläranlage und verwandelten im Laufe der Jahre den Sandboden großer Teile unseres 15 Hektar umfassenden Geländes in fruchtbare Erde. Wir kultivierten Gartenflächen und pflanzten nach dem Konzept der Permakultur eine „Essbare Landschaft“. Wir betreiben eine 200m²-Photovoltaikanlage, 200m² Solarthermie, drei BHKW's, ver-

wenden nachhaltige Baustoffe und recyceln sehr viel. Wir kochen vegetarisch, teilweise vegan.

Unser Essen kommt fast vollständig aus biologisch gesunder Produktion; aus dem eigenen Biogarten, aus der Region und aus fairem Handel. Unsere Art der Ernährung ist ebenso eine politische wie naheliegende Entscheidung, die soziale und ökologische Herstellungsbedingungen unserer Lebens- und Genussmittel zu beachten.

Auf längere Sicht streben wir den Aufbau einer nachhaltig wirtschaftenden Region an. Wir arbeiten mit Menschen und Projekten in der Nachbarschaft zusammen, um regionale Wirtschafts- und Rohstoffkreisläufe aufzubauen.

Das ZEGG ist ein Platz, der mit langer sozialer Erfahrung in gewaltfreiem Zusammenleben viele ökologische, ökonomische und spirituelle Ideen zusammenführt zu einem gelebten und lebendigen Ganzen und damit verschiedene Aspekte einer lebenswerten Zukunft schon heute verwirklicht.

Dabei haben wir eine neue Kultur von Kommunikation geboren und entwickelt, die sich in allen Bereichen des Lebens und Arbeitens ausdrückt. Dass in dieser Entwicklung Freiheit in der Liebe und der Sexualität eine wichtige Grundlage war und ist, macht das ZEGG besonders.

Wir haben gelernt, uns begehren zu dürfen und zu lieben, uns zu konfrontieren und zu streiten und dabei die nötige Portion Humor nicht zu vergessen. Meistens jedenfalls.



Ein Teilstück aus dem ZEGG-Panorama: Großzelt und Sommerküche am Campus

In diesem Reader

- 6** Liebe Güte Sex
Einblicke in eine Forschungsreise
Von Susanne Kohts
- 11** „Mutiges Experiment“
Petra Orben über ihren Besuch bei der Herbstakademie
- 12** Mehr Öffnung in der Liebe
Von Katja Resagk
- 14** „Zur Zeit lebe ich monogam“
Von Margit Wolfinger
- 16** Vom Auflösen von Beziehungskonzepten
Von Markus Euler
- 18** Liebe geschehen lassen
Von Robert Heeß
- 22** Liebe ist, einen Menschen so zu sehen wie Gott ihn sieht
Von Dolores Richter
- 24** Auf den Spuren von Eros und Spiritualität
Was mich bewegt in einer Gemeinschaft auf Zeit
Von Cornelia Scheidl
- 27** Über Dankbarkeit, Vergebung und die Kraft der Entscheidung
Eine spirituelle Rede aus der Silvester-Tagung
Von Ulrich Peschel
- 32** „Was ich heute mit Euch teilen möchte, ist etwas sehr Tiefes“
Ein Tag im Sommercamp mit Frank Fiess
- 36** 20 Jahre ZEGG
Texte und Bilder zur Geschichte eines gesellschaftsutopischen Experimentes
- 38** Wie sehe ich das ZEGG?
Zwischen Vision und Wirklichkeit
Ein Interview mit Ina Meyer-Stoll und Bill Nickl
Ein Auge lacht, das andere weint
Von Achim Ecker
Auf der Suche nach Gemeinschaft
Von Markus Euler
Raus aus dem Schlammassel, rein in den Schlammassel!
Von Marcus von Schmude
- 48** Eine Region geht neue Wege
Die alternative Entwicklung im Hohen Fläming
Von Barbara Stützel
- 49** „Live your dream and reach for rainbows“
Aus unserem Gästebuch
- 50** Mein schönstes Ferienerlebnis
Von Gerhard Henschel
- 53** Ein Streifzug durch die ZEGG-Chronik
Das erste Jahrzehnt im Zeitraffer
Von Hermann Haring, anhand von Aufzeichnungen von Georg Lohmann
- 60** Gewaltfreie Erziehung – für eine empathische Kultur der Partnerschaft mit unseren Kindern
Von Teresa Heidegger und Marcus von Schmude
- 61** Welt im Wandel
„Sei die Veränderung, die Du in der Welt sehen willst“ (Gandhi)
Von Barbara Stützel
- 62** Veränderung bewirken
Über ein neues Angebot zur Zukunftsausbildung
Von Dolores Ute Richter
- 64** Die Alchemie urteilsfreier Räume
Dimensionen der Empathie und wie sie unsere Realität verwandeln können
Von Marcus von Schmude
- 67** Das Neue wartet schon im Universum
Gedanken zu morphogenetischen Feldern
Von Ulf Leonhard
- 70** Gehört und gelesen:
Eine CD von Nanigo und ein Buch über Tamera
- 72** ZEGG-Jahresbericht 2010
Von Bill Nickl
- 2** Jahresklänge unserer Fotografen
- 3** Editorial
- 4** Was ist das ZEGG
- 20, 34, 66, 69** Kurz notiert
- 74** Impressum

Liebe Güte Sex

Einblicke in eine Forschungsreise

Von Susanne Kohts

Diesen Vortrag hielt Susanne Kohts Ende Oktober 2010 während der dritten ZEGG-Herbstakademie zum Thema „Die Kunst der Liebe“. Das dazu passende Bild malte Janine Müller bereits elf Jahre zuvor - ein zeitloses Thema.



Was ist Liebe? Wie habe ich eine glückliche Sexualität? Was haben Verliebten und Liebe miteinander zu tun? Diese und andere Fragen haben mich einen großen Teil meines Lebens begleitet – mal standen sie ganz im Vordergrund, mal traten sie eher in den Hintergrund, doch immer behielten diese Themen für mich eine herausragende Bedeutung.

Aus den Gruppen, die ich leite, weiß ich, dass viele Menschen ähnliche Fragen bewegen, sodass ich mich entschlossen habe, einige Gedanken mit Euch zu teilen.

Mein Vortrag beginnt mit einer Betrachtung des Zustandes „Verliebtsein“ und einem Ausflug in meine eigene Liebesgeschichte. Folgen werden Bausteine, die ich als Basis für die Liebe betrachte, aus eigener Erfahrung und aus der Arbeit mit Seminarteilnehmern und in der Gemeinschaft, in der ich lebe. Mir geht es um die Liebe in all ihren Formen.

Im letzten Teil steht dann der Sex im Mittelpunkt.

Mein Weg und meine Forschungen in der Liebe gründen in dem schamanisch-spirituellen Weg, den ich seit Jahren gehe. Da heißt es: Liebe ist ein aktiver Vorgang, eine Handlung und eine Entscheidung. Das Universum ist voller Liebe, wir müssen uns öffnen, um sie hereinzulassen. Durch diesen Öffnungsvorgang wächst die Liebe zu Dir selbst und natürlicherweise willst Du sie (an andere ver-)teilen. Wenn Du keine Liebe fühlst, frage Dich, ob

Du offen bist, Liebe zu empfangen und verändere gegebenenfalls Deine Haltung, Deine Wahrnehmung.

Gerade wenn ich mich in den letzten Jahren verliebte, habe ich die Wahrheit dieser Worte erlebt.

In meiner Teen- und Twenzeit waren Lieben und Verliebtsein – was ich damals für dasselbe hielt – der Welt entrückte, nicht zur Realität passende Zustände. War ich verliebt, schwebte ich im siebten Himmel und konnte mich nicht auf Schule oder Studium konzentrieren. Mittlerweile kann ich die Kraft, die mir durch das Verliebtsein zuströmt, für die Aufgaben, die ich zu bewältigen habe, nutzen.

Verliebtsein nehme ich als einen wundervollen Zustand wahr: Ich fühle mich an eine unendliche Kraftquelle angeschlossen, und Aufgaben, die vorher schwer schienen, sind plötzlich leicht. Mein Herz ist voller Liebe, die ich nicht nur an das geliebte Gegenüber, sondern auch an andere verteilen kann. Ich fühle mich dann verbunden mit allen Wesen, kraftvoll und präsent im Moment, ohne dass meine Veränderungskraft gebremst wäre.

Dies ist ein Zustand, den ich in meinem Leben auch unabhängig von Personen und Umständen anstrebe, also auch, wenn ich nicht verliebt bin. Die Frage, wie das geht, dauerhaft in diesem Zustand zu sein, ist ein „Treibstoff“ für meine Liebesforschung.

Verlieben erinnert mich also an mein höchstes Ideal meiner selbst, zusätzlich zu dem ganz persönlichen Glück, dass ich dann erlebe.

Liebe dagegen ist für mich immer mehr eine bewusste Entscheidung geworden.

Als ich danach suchte, meinen Begriff von Liebe mit Worten auszudrücken, begegnete mir der altertümliche Ausdruck „Güte“, der ja bereits im Titel steht. Güte ist laut Lexikon eine „wohlmeinende, freundliche Grundeinstellung gegenüber Menschen sowohl im Denken als auch im Tun“.

Im Nachhinein habe ich festgestellt, dass mir die Entscheidung zu dieser Haltung in meiner Vergangenheit im-

mer als Basis diene, wenn es danach einen Schritt in die Vergrößerung meiner Liebesfähigkeit gab.

Manchmal musste ich mich dazu durchringen, manchmal war es leicht.

Damit „mehr Fleisch an die Knochen kommt“, mache ich einen Ausflug in meine Geschichte:

Als ich den Vater meiner Kinder 1993 kennenlernte, erzählte er mir einmal der Rückfahrt einer ersten, verliebten gemeinsamen Reise von der freien Liebe, von der Idee, dass man mehrere Menschen gleichzeitig lieben darf, und von dem Ort, an dem so etwas möglich erschien, dem ZEGG.

Ich war fasziniert: Schon oft war ich in zwei Männer gleichzeitig verliebt gewesen, und die Idee der freien Liebe erschien mir als Ausweg aus den Problemen, die daraus entstanden – etwa, dass es fast immer auf eine Entscheidung für einen von beiden hinauslaufen sollte.

Die Praxis der freien Liebe stellte mich dann vor neue Herausforderungen. Ich lernte ganz neue Seiten von Eifersucht kennen, als wir anfangen, eine offene Beziehung zu leben: Je mehr ich mich einließ, desto mehr Verlustangst bekam ich, und wenn er sich mit anderen Frauen traf, begann ich mich mit ihnen zu vergleichen. Das war manchmal schwer, doch es hat mich auch auf gute Weise herausgefordert, mich mit meinem Selbstwert zu beschäftigen. Und: Mein Partner blieb da, bei all meinen emotionalen Zuständen von Wut, Ärger und Angst. Ich erfuhr und fühlte, dass er immer wiederkam, was in mir Heilung bewirkte.

Was damals in angstvollen Zeiten half, waren Frauen- und Männerkreise, war das Sprechen mit Gleichgesinnten, die Forschung und Transparenz wollten in der Liebe und im Sex (wir waren glücklicherweise in einer ZEGG-nahen Stadtgruppe engagiert).

Jahre später, hier im ZEGG gelandet, war eines meiner Forschungsprojekte herauszufinden, ob ich mehr als einen Mann gleichzeitig lieben kann. Verliebt in zwei war ich schon oft gewesen, aber kann das auch eine stabile Beziehungsform sein? Das wollte ich wissen!

Die Zeit, in der ich versuchte, eine Dreiecksbeziehung zu leben, war auf der einen Seite aufregend und interessant, andererseits emotional sehr herausfordernd. Mein Leben war dadurch fast komplett ausgefüllt, mir blieb kaum noch Zeit für anderes. Ich fühlte mich überlastet und nicht mehr genährt. Es gab viele energieaufwändige und wenige Energie spendende Situationen. Parallel dazu wurde immer klarer, dass der gemeinsame Partnerschaftsweg mit dem Vater meiner Kinder zu Ende ging. Unsere Wünsche, Bedürfnisse und Lebenssträume hatten sich auseinanderentwickelt. Begonnen hatte diese Veränderung schon viele Jahre früher. Nun war ich am Boden zerstört, denn: „In der Liebe verlässt man nicht“. Das war ein eiserner Grundsatz von mir, und ich hatte meinem Partner einmal ewige Treue geschworen. Nachdem ich durch viele Schichten von Schmerz und Angst gegangen war, akzeptierte ich jedoch schließlich, dass die Partnerschaft vorbei war. Das war zugleich der Beginn eines neuen Weges.

Mein früherer Partner und ich brauchten drei Jahre, um uns wieder als Freunde zu sehen, jenseits von Elternschaft. Als Eltern haben wir uns immer respektiert und das auch den Kindern gegenüber so vertreten. Diese waren sowohl gegenüber meinem neuen Partner als auch später gegenüber der neuen Partnerin ihres Vaters immer aufgeschlossen und sahen die neuen Partner nicht als Grund der Trennung ihrer Eltern.

Die beiden Männer, die sich mochten, die Kinder und ich bauten ein gemeinsames Familienleben auf. Schließlich hatte auch der Papa meiner Kinder wieder eine Partnerin, mit der ich mich glücklicherweise verstand und verstehe. Nochmals veränderte sich unser Familiensystem. In einem Jugendroman meiner Tochter steht: ein Kennzeichen von Familie ist, dass sie sich ständig verändert; das spricht mir aus dem Herzen.

Aktuell lebe ich also in einer Partnerschaft mit Roger, und dazu haben wir beide noch Liebesbeziehungen zu anderen Menschen. Mit zwei meiner Geliebten verbindet mich eine langjährige

Freundschaft. Zu der Zeit, als beide im ZEGG wohnten, erfüllte sich ein Traum: Wir konnten uns auf leichte, spontane Weise freundschaftlich und erotisch treffen, und dadurch, dass wir uns öfter begegneten, entstand ein intimer und gleichzeitig freier Kontakt, wenn dann jeder wieder weiterzog. Das Zusammenkommen mit meinen Geliebten nährt verschiedene Aspekte meiner Seele: geistiger/spiritueller Austausch, Abenteuerlust, Romantik sind einige davon – auch wenn die Treffen seltener geworden sind, seit sie nicht mehr hier wohnen.

Ich komme nun zu dem, was ich „Basisbausteine“ meiner Liebesbeziehungen nenne.

Seit mehreren Jahren hatte mich ein Paradox beschäftigt, welches mich zu einem dieser Bausteine führte.

Vor vielen Jahren hab ich in diesem Projekt gelernt: Ein Mann kann gar nicht allem gerecht werden, was ich mir als Frau wünsche: Der sensible, Gitarre spielende Romantiker soll auch der knallharte Anführer und Kämpfer sein (natürlich für einen guten Zweck) und auch der geduldig zuhörende väterliche Tröster ... und und und! Das ist schlicht unrealistisch. Deswegen suche Dir mehrere, um Deine Sehnsüchte zu erfüllen! Im Prinzip habe ich nach diesem Leitsatz gehandelt.

Andererseits sagte einer meiner spirituellen Lehrer: Wenn es Dich zu jemand anderem zieht, schau, ob das eine Flucht ist, weil es in der aktuellen Beziehung gerade nicht weitergeht.

Diese beiden Orientierungen standen sich gegenüber und ich fühlte, dass an beiden etwas dran ist. Inzwischen ist mir (übrigens beim Sex) die Erkenntnis gekommen, dass die entscheidende Frage lautet: Will ich in der Begegnung mit mehreren Männern etwas hinzugewinnen oder laufe ich vor etwas weg? Vermeide ich, meinen Partner mit etwas, das mir wichtig ist zu konfrontieren? Bin ich an bestimmten Punkten resigniert, bin ich unzufrieden? Gibt es einen unbewussten Groll? Oder habe ich mich von meiner aktuellen Beziehung schon verabschiedet? Wenn ja, dann gibt es hier etwas zu tun!

An diesen Prozess der Bewusstwerdung schließt sich die Frage an: Wie gehe ich mit dem, was ich erkannt habe, um?

Damit komme ich zum Prozess des Verzeihens, der für mich zentrale Bedeutung gewonnen hat (nicht nur in Liebesbeziehungen!). Die Basis des Verzeihens ist die Erkenntnis, dass Menschen nicht perfekt sind. Wenn ich mich auf den Weg von Liebe und Beziehung gebe, werde ich manchmal so handeln, dass der andere (psychisch) verletzt ist, und ich werde vermutlich auch von meinem Gegenüber verletzt. Ich muss mich bereit machen, mir selbst und anderen Fehler zu verzeihen und mit entstandenen Verletzungen umzugehen.

In der Vergangenheit habe ich manches Mal nach bestem Wissen gehandelt und später gesehen, dass eine andere Handlungsweise besser gewesen wäre; das meine ich hier mit „Fehler“.

Sobald wir uns also aufeinander einlassen, besteht die Möglichkeit, sich zu verletzen. Wenn wir nichts damit tun, die Verletzung einfach schlucken (was ich früher getan habe), sammeln sie sich an. Am Anfang ist die Beziehung wie ein schönes Zimmer. Die Verletzungen, die wir nicht aussprechen, füllen dieses Zimmer mit Müll. Und irgendwann möchte ich dann dieses Zimmer nicht mehr betreten, sondern nur noch weg.

Eine Möglichkeit, das Zimmer aufzuräumen besteht darin, einem anderen Menschen gegenüber die Verletzung auszusprechen (oder auch sie für sich aufzuschreiben) und die damit verbundenen Gefühle zu fühlen. Dafür muss man sich die Zeit nehmen, die es braucht.

Dann fängt man an, die „Geschichte“ von verschiedenen Seiten zu betrachten, z.B. aus der Sicht desjenigen, der einen verletzt hat, oder zu schauen und hineinzufühlen, was hinter dieser Verletzung steht. Manchmal tauchen dabei Situationen aus der Kindheit auf, in denen ich verletzt worden bin und die ich auch als Erwachsener noch in mir trage. In Situationen, die mich an das damalige Geschehen erinnern, rutsche ich dann immer wieder an die paralyisierte Stelle. Wenn ich das jedoch aus-

sprechen kann und ein mitfühlendes Gegenüber habe, werde ich mir der alten Verletzung bewusst und Heilung – oder der Beginn davon – kann geschehen. Das Gegenüber muss nicht der Partner sein (manchmal ist man mit diesem zu „verhakt“). Der entscheidende Punkt ist die Zeugenschaft eines anderen Menschen. Es lohnt sich, alte Geschichten, wo Verletzungen passiert sind, aufzuräumen; das ist immer sinnvoll. Heute mache ich, wenn möglich, immer so schnell es geht „klar Schiff“ mit dem, den es betrifft.

Gefühle zeigen! Das Herz aufmachen! Sich bei Verletzungen voll zeigen! Das sind hohe Herausforderungen für Liebespartner. Als Zuhörer hundertprozentig präsent zu sein; voll mitzufühlen mit dem anderen; Kommentare, Beschuldigungen, Schuldgefühle, Scham wegzulassen – das erfordert eine hohe Disziplin. Aber wenn es gelingt, bedeu-

schen uns noch ausgesprochen werden will: Was habe ich bzw. hat der andere zur Trennung beigetragen von heute aus betrachtet? Wofür möchten wir uns noch bedanken? Vieles, was ich dabei sagte, war mir selbst seit langem klar, doch ihm gegenüber hatte ich es nie ausgedrückt; und umgekehrt verhielt es sich ebenso. Es gab keine Beschuldigungen, sondern ein „Die Verantwortung dafür ... nehme ich zu mir“, nicht mehr, aber auch nicht weniger.

Ich habe in den letzten Jahren Frieden mit der Vergangenheit geschlossen. Mir ist bewusst geworden, dass wir beide zu jeder Zeit das Beste getan haben, was wir tun konnten, bzw. von dem wir dachten, es sei das Beste. Dieses Erkenntnis hatte ich erst, als wir schon mehrere Jahre kein Liebespaar mehr waren. So war für dieses Ritual jetzt erst der richtige Zeitpunkt gekommen. Es lohnte sich für uns, Geduld zu

Eine wichtige Voraussetzung für das Ritual war, dass wir uns als Eltern und als Menschen gegenseitig achten und respektieren. Auch in der Zeit, als wir in unserer Liebesbeziehung miteinander verstritten waren, haben wir immer wieder dahin gefunden.

Respekt und Achtung vor dem Gegenüber sind für mich weitere Bausteine für die Liebe. Um andere achten und respektieren zu können, muss ich erst einmal meine eigene Selbstachtung und meinen Selbstrespekt betrachten. Inwieweit ich mich achte und respektiere ist außerdem entscheidend dafür, wie weit ich von anderen respektiert werde. Was bin ich mir wert? Wie viel Energie gebe ich in meine Herzenswünsche? Gestehe ich mir zu, wonach ich mich sehne – ganz banal an Kleidung, Essen, Hobbys, Arbeit, Reisen, Liebe und Sex? Wenn ich mich da tiefer hineindenke, stoße ich auf hinderliche Glaubenssätze wie: „Ich brauch ja nicht viel“, „Ich krieg eh nicht genug“, „Lieber bescheiden sein“ usw. Da hat jeder andere Glaubenssätze, und die gilt es zu verändern.

Je mehr ich mich selber annehme, achte und liebe, desto größer ist meine Achtung vor und Liebe zu anderen; meinem Partner, meinen Geliebten, meinen Kindern. Das ist meine Erfahrung aus den vergangenen Jahren. Zu diesem Reifeprozess gehört auch, dass ich dafür verantwortlich bin, mir meine Bedürfnisse zu erfüllen; und niemand sonst. Dieses Erkenntnis muss ich mir immer wieder auf der Zunge zergehen lassen, denn manchmal verfall ich in die Haltung, dass der andere verpflichtet sei, mir dieses oder jenes zu erfüllen, und wenn er es nicht tut, bin ich ganz traurig. Die gute Nachricht ist allerdings: keiner kennt mich und meine Bedürfnisse so gut wie ich, weswegen ich sie auch am besten formulieren und mir erfüllen kann.

Ein Beispiel aus dem Sex:

Ich habe lange geglaubt, der Mann in meinem Bett müsse doch wissen, was für mich erregend sei – und darüber zu sprechen erschien mir wie eine Schmach. Doch Frauen (ebenso wie Männer!) sind so unglaublich verschie-



„Es gibt gute und schlechte Tage“: Szene einer Mann/Frau-Performance in der ZEGG-Aula

tet es Heilung für beide. Man muss eine solche Art des Austauschs und der gegenseitigen Unterstützung üben. Und ich schaffe das nicht immer, es gibt gute und schlechte Tage. Aus diesem Grund braucht es Geduld mit sich und dem anderen – also Güte.

Mit dem Vater meiner Kinder habe ich mich vor wenigen Wochen zu einem Ritual getroffen, in dem wir uns Gelegenheit gaben, auszusprechen, was zwi-

haben und den richtigen Zeitpunkt zu wählen.

Durch das Anerkennen unserer Fehler und unserer Geschenke fließt nun die Liebe wieder zwischen uns. Mir ist bewusst, dass er ein Mensch ist, den ich nicht verlassen werde. Ich meine damit eine Freundschaftsebene jenseits der Elternschaft und auch jenseits von Liebespartnerschaft.

den, ein Mann kann das nicht „wissen“. Seit ich sage, was ich liebe, erlebe ich, wie gerne Männer das hören und auch tun. So übernehme ich Verantwortung für meine Bedürfnisse.

Ich fasse noch einmal zusammen, was es nach meiner Erfahrung zur Liebe braucht: Güte, ihr erinnert euch... Geduld, das bedeutet, anzuerkennen, daß jeder Mensch seine eigene Entwicklungsgeschwindigkeit hat, Disziplin – d.h. dranzubleiben auch wenn man mal keine Lust hat. Sich gegenseitig unterstützen wollen. Den Willen, seine Verletzungen zu beleuchten. Wille zur Vergebung. Respekt und Achtung.

Das klingt ein wenig trocken, nicht? Was ist denn nun mit dem Rausch des Verliebtseins? Mit wildem Sex? Mit großen Gefühlen?

Das gibt es doch, und danach sehnen wir uns!

Die Möglichkeit, sich Hals über Kopf oder auch rein sexuell zu verlieben, die gibt's ja, auch wenn man über 30 ist. Letztes Jahr im Sommer hab ich mich tatsächlich auf diese Weise verliebt, (und Roger hat zu seiner Entwicklung mit meinem Verliebtsein letztes Jahr auf der „Herbstakademie“ einen Vortrag gehalten).

Ich will mich in meinem Leben immer wieder der Möglichkeit öffnen, mich zu verlieben; in andere und auch wieder neu in meinen Partner. Energiezufluss, Freude und obige Gründe sind die Triebfedern dahinter.

Ich muss mich dann den Fragen stellen, die ich vorhin erwähnte (wenn ich mich in eine andere Person verliebt habe): Lauf ich gerade vor etwas weg? Brauche ich etwas Neues, weil mir langweilig ist? Habe ich gerade eine gute Basis mit Roger?

Letzten Sommer hatten wir diese gute Basis, und Roger hat mich nach anfänglichem Erschrecken unterstützt, meiner neuen Liebesaffäre nachzugehen. Das war eine liebende Handlung, vor der ich großen Respekt habe. Auch meine Liebe zu ihm hat sich auf diesem Wege vergrößert und vertieft.

Inzwischen ist aus dieser Liebesaffäre eine Freundschaft geworden, der Mann

zu einem meiner Geliebten. Wir haben immer noch wilden Sex und schöne Begegnungen.

Mit Roger brauche ich in dieser Konstellation klare Absprachen oder „commitments“: Wie oft treffe ich mich zum Beispiel mit dem anderen? Und immer wieder braucht es die Mitteilung: Wie sind diese Begegnungen? Was bedeuten sie mir? Die Möglichkeit, dass Roger Einfluß hat auf die Situation, ist wichtig. Ebenso, dass beide Männer sich respektieren und achten. Für den anderen steht meine Partnerschaft mit Roger außer Frage. Er ist nicht beleidigt oder sauer, wenn ich mich nicht treffen kann oder möchte.

Ich will noch einen anderen Aspekt zum Thema Sex hinzufügen: Man kann wundervollen Sex miteinander erleben, ohne eine Beziehung zu haben und ohne sich persönlich zu lieben. Wenn Sex und Liebe zusammenkommen, sind sie ein tolles Team. Dazu später mehr. Doch ich kann mit einer anderen Person Sex haben, ohne mich an die andere Person weiter zu binden (und es ist möglich, das ohne Schuld und Scham zu tun). Da geht es für mich um die „Anarchie des Eros“.

Ich bin immer mit liebevollem Herzen dabei, wenn ich Sex habe – mit mir und dem anderen. In den ersten Jahren meines Ausprobierens ging es jedoch hauptsächlich darum, der sexuellen Attraktion zu folgen, mich zu erforschen, zu erkunden, wie Männer und wie Frauen funktionieren. In mir war immer Zuneigung, mehr aber noch Erregung und Lust, und so manches Mal nach schönem Sex habe ich einen Strom von überwältigender Freude und Dankbarkeit in mir gefühlt.

In solchen Momenten habe ich ganz das „Jetzt“ gefühlt und die Ursache meines Daseins. Ich finde diesen Sex eine wunderschöne Bereicherung in meinem Leben, und ich habe viele Frauen und Männer erlebt ganz gleich welchen Alters, die beglückt waren, sich so zu erforschen. Zu wissen, wer ich bin als sexuelles Wesen, befähigt unter anderem, reife Liebesbeziehungen einzugehen. Das heißt, ich weiß, was ich mag im Sex und kann das kommunizieren.

Früher reichten mir als Antrieb für diese Begegnungen meine Abenteuerlust und die Kraft des Eros. Heute frage ich mich immer, ob ich in einem liebevollen Zustand bin, in dem ich offen einem anderen sexuell begegnen will. Nur dann ist für mich der volle Kontakt da. Diese Qualität von Kontakt hat höhere Priorität bekommen gegenüber dem Erforschen, wer ich bin als sexuelles Wesen. (Und auch das ist, wie so vieles, nicht „besser“ als früher, sondern anders.)

Auch ist mir heute wichtig, mit welcher Absicht ich einen sexuellen Kontakt eingehe, und diese Absicht mitzuteilen. Eine dieser Absichten ist es, den Sex



Susanne Kohts

als einen Ausdruck der Liebe zu ehren und zu feiern.

Liebe und Sex sind ein tolles Team, habe ich vorhin gesagt.

Ich lebe seit sieben Jahren in einer festen Partnerschaft mit Roger. Diese nehme ich einmal als Beispiel für ein Miteinander-Sein, in dem Liebe und Sex zusammenkommen.

In einer solchen Partnerschaft taucht früher oder später die Frage auf: Wer ist der andere ohne die rosarote Brille? Vor zwei oder drei Jahren fielen Roger gegenüber meine Brillen: Das heißt, ich sah, dass es Dinge gibt, die kann ich nicht verändern, dass es bestimmte Muster zwischen uns gibt, dass der Sex nicht mehr so aufregend, so erregend ist wie am Anfang Andererseits haben wir eine gute Kommunikation und teilen gemeinsame Werte wie Treue, Ausdauer, Ehrlichkeit, Freude an Sex mit anderen Menschen als dem Partner. Und wir achten beide darauf, was den anderen darin unterstützt, in seine höhere Gestalt zu kommen und seiner Herzenssehnsucht zu folgen.

Ja, der Sex zwischen Roger und mir ist nicht mehr so erregend wie am Anfang – er wird jedoch intimer. Es ist eine andere Verbindung zu spüren, und wenn ich nicht den Fokus auf das Richte, was fehlt, sondern auf die Veränderung, und diese positiv annehme, entdecke ich eine neue Qualität. Das bringt mit sich, dass ich jederzeit gefordert bin, nicht zu urteilen – das ist „guter“, das ist „schlechter Sex“. Wenn ich auf solche Urteile verzichte, erlebe ich neue „Intimitätswellen“, eben dort, wo Liebe und Sex zusammenkommen.

Um der Veränderung auf der Spur zu sein, brauchen wir immer wieder gemeinsame Räume des Sprechens, vor allem aber auch gemeinsame Unternehmungen, die uns beide jenseits des Sprechens nähren: Ausflüge, Paddeln, Kochen, Spaziergehen, oft gar nichts Großes. Da wir nicht zusammenwohnen und beide einen komplexen Alltag haben, ist es wichtig, die Liebesblume aktiv zu pflegen und zu düngen.

Als ich den Vortrag schrieb, insbesondere meine „Geschichte“, habe ich in mir eine veränderte Haltung wahrgenommen. Das hat vor allem damit zu tun, dass meine Mutter vor einigen Monaten eine Krebsdiagnose bekommen hat. Da ich sie sehr liebe, hat mich die Aussicht, sie vielleicht zu verlieren, sehr getroffen. Es hat mich auch daran erinnert, wie schnell mein eigenes Leben vorbei sein kann – wie wichtig es also ist, für meine aktuellen Herzenswünsche jetzt einzutreten. Meine Radikalität darin, zu sagen, was ich denke, hat zugenommen; und ebenso die Entschlossenheit, für meine Werte, von denen ihr jetzt einige kennt, einzustehen.

Ich war immer ein Mensch, der mehr will: mehr Liebe, mehr Freude, Humor und Glück für mich und andere. Und so geht die Forschungsreise weiter, getreu dem Satz einer meiner spirituellen Lehrerinnen: Was heute gut ist, ist vielleicht morgen schon die kleinere Möglichkeit.

Die Herbstakademie hat eine eigene Homepage: www.zegg-liebesakademie.de Susanne Kohls arbeitet im ZEGG u.a. in der Seminar- und Tagungsleitung und managt den gesamten Lebensmitteleinkauf.

Petra Orben war als Gast bei der ZEGG-Herbstakademie 2010 zum Thema „Die Kunst der Liebe“. Sie muss für fast alle Wege den Rollstuhl benutzen. Nach dem Seminar schrieb sie ans ZEGG einen berührenden und interessanten Brief, den wir mit ihrem Einverständnis hier gerne abdrucken.

„Mutiges Experiment“ Von Petra Orben

Warum ich mich zu diesem Seminar angemeldet habe, weiß ich gar nicht so genau. Ich las eine Anzeige in einer Zeitschrift. Auf jeden Fall hat mich irgendetwas zum Thema „Liebe“ darin angesprochen.

Vor meiner Anmeldung musste ich aber noch diverse Details abfragen. Seit einigen Jahren habe ich die Krankheit MS (Multiple Sklerose), die sich im Augenblick dahingehend zeigt, dass ich nur noch wenige Meter zu Fuß gehen kann. Die meiste Zeit bin ich im Rollstuhl unterwegs. Ich brauchte von den ZEGG-Leuten einen Überblick über die räumlichen Gegebenheiten und die Rückversicherung der Seminarleitung, dass man sich gemeinsam mit mir „mutig“ diesem Experiment stellen würde. Von deren Seite aus war das erst einmal kein Problem. Dennoch waren sie – genau wie ich – sehr neugierig auf das Ganze.

Seitdem ich so auf den Rollstuhl angewiesen bin, hat sich bei mir eine Seite ganz deutlich gezeigt: das ganze Thema um Liebe, Sex, Erotik, Weiblichkeit und Beziehung leben verunsichert mich ziemlich. Es fällt mir nicht so leicht, mich wegen der gesundheitlichen Einschränkungen dennoch als eine schöne, attraktive Frau zu fühlen und dies auch auszustrahlen. Behinderung, Liebe (im herkömmlichen Sinne) und Sex scheinen in meinem Weltbild irgendwie nicht übereinzupassen.

So, und mit diesem Hintergrund habe ich mich also zu einem Seminar angemeldet, das ausschließlich „Liebe“ zum Thema hat. Tja ...

Voller Erwartung bin ich losgefahren. So „einfach“ losgefahren bin ich allerdings auch wieder nicht. Ich hatte schon ein mulmiges Gefühl mit im Gepäck. Und natürlich meine Befürchtungen, wegen des Handicaps nicht uneingeschränkt an allem, was mir dort begegnen würde, teilnehmen zu können. Wobei das mit dem Rolli auch nur vorgeschoben sein könnte. Manchmal benutze ich meine Situation, um mich aus

„brenzigen“ Affären zu ziehen. Das kann ich nicht immer unterscheiden. Oftmals wird mir meine Taktik erst im Rückblick bewusst.

Aber es war nicht nur der Rollstuhl, der mich unsicher sein ließ. Auch das ganze Thema um Sexualität, Weiblichkeit und Erotik habe ich in der Vergangenheit nicht unbedingt ausgelebt. Will sagen, all das führte eigentlich ein Schattendasein. Vielleicht würde ich sogar den anderen Seminarteilnehmerinnen ihren „sorglosen“ Umgang mit ihren weiblichen Attributen neiden. Vielleicht traue ich mich nicht, in intimeren Kontakt zu gehen ...

Im Großen und Ganzen war es dann super! Ganz behutsam wurden wir von unseren fünf SeminarleiterInnen an die Thematik herangeführt. Ohne Eile, Druck und mit unglaublich viel Feingefühl in „delikatsten“ Momenten. Ich habe mich für die gesamte Dauer des Seminars sehr gut aufgehoben gefühlt und wollte in dieser Zeit auch nirgendwo anders gewesen sein.

Okay, die Gegebenheiten dort sind für Rollstuhlfahrer (noch) nicht sehr günstig; aber mit vereinten Kräften haben wir all die kleinen und größeren Widrigkeiten ganz gut überwunden. Auch wenn ich wegen meines Handicaps dann tatsächlich nicht an allem so teilnehmen konnte wie all die anderen und mich einmal auch mein Mut verließ (sprich: ich konnte mich (noch) nicht einlassen), war dieses Seminar eine besonders bereichernde Erfahrung für mich. Und alles in allem war es gut so, wie es war. Bei einem erneuten Aufenthalt wüsste ich aber schon, was ich dann anders machen würde ...

Vielen lieben Dank euch allen, die ihr mit mir diese Tage gemeinsam verbracht habt.

Ein Tag im Sommercamp 2010 war thematisch speziell der Liebe gewidmet. Zwei Frauen und zwei Männer aus dem ZEGG sprachen in kurzen Vorträgen über den Stand der Dinge in ihrem Leben.



Mehr Öffnung in der Liebe

Von Katja Resagk

Ich bin seit gut zweieinhalb Jahren hier im ZEGG und lebe in einer partnerschaftlichen Verbindung zu einem Mann. Ich lernte ihn kennen, kurz nachdem ich hierher kam. Und seit gut einem halben Jahr gibt es auch eine Öffnung zu anderen Männern.

Bevor ich hierher kam gab es in meinem Leben eine Phase von fast drei Jahren, in denen ich so gut wie keinen Kontakt zu Männern hatte. Es gab auch keinen Sex, bis auf zwei Ausnahmen. Da mir das nicht fehlte, dachte ich schon:

brauch' ich nicht mehr, ist ja auch ohne viel einfacher!

Dann habe ich diesen Mann (meinen Partner) kennen gelernt. Alles hat sich verändert, und so frage ich mich heute, wie ich damals nur zu solchen Aussagen kommen konnte.

Zu diesem Mann ist eine Verbindung gewachsen, die so nah, tief und innig ist, wie ich es noch nie erlebt habe. Und ich durchlaufe darin ganz viele Erfahrungen.

Die Lebendigkeit und Intensität in unserer Verbindung hat ganz viel mit meiner Bereitschaft und Entschlossenheit zu tun, mich ganz darauf einzulassen und mit allem zu sein, das uns begegnet; aneinander und miteinander zu arbeiten.

So werde ich mit verschiedenen Themen, gedanklichen Mustern und Emotionen konfrontiert, die mich letztendlich dahin führen zu sagen: Ich habe noch nie so reich gefühlt; eine ganz

neue Bandbreite von Emotionalität tritt in mein Leben.

Ich habe einen starken Öffnungsprozess durchlaufen. Zum einen, indem ich erfuhr: Ich werde geliebt, so wie ich bin – einfach für mein DASEIN oder SO SEIN, ohne dass ich etwas dafür tun muss; da ist so richtig ein Glaubenssatz erschüttert worden. Zum anderen, indem ich merkte: ich werde in meinem Fühlen gesehen.

Ich kann meine Emotionen nicht nur selber wieder spüren, sondern auch jemanden daran teilhaben lassen; ich kann mich ganz darin zeigen. Mit diesem Öffnungsprozess einher geht eine behutsame, schrittweise Erforschung meines Körpers, meiner Sexualität.

Dabei geht es auch darum, Grenzen wahrzunehmen und sie zu kommunizieren. Dies geschah mit einer unglaublichen Geduld und Präsenz von Seiten des Mannes. Es hat mich tief berührt, dass da jemand ganz mit mir ist. Dadurch ist in mir ein tiefes Vertrauen

entstanden, und das war wiederum eine Basis, meine eigene Lust zu finden und zu zeigen.

Im Grunde habe ich in dieser Verbindung eine völlig neue Ebene von Sexualität erfahren – in der es in erster Linie um Kontakt geht und nicht um Erregung und Befriedigung.

Kontakt jenseits von bestimmten Bildern und Erwartungen, was passieren muss, wenn Mann und Frau zusammen kommen. Und das ist für mich auch ein Aspekt freier Liebe – all diese Gedanken ziehen zu lassen und zu lauschen, was gerade für mich stimmt, jeden Moment neu. Ich nehme wahr, genieße und weiß, dass nichts passieren muss.

Für mich ist das wie eine Transformation im Sex. Eine Bewegung vom Wollen zum Sein. Diese Absichtslosigkeit unterstützt mich darin, mich ganz frei zu bewegen. Ich zeige Sinnlichkeit, Lust, Wildheit ohne Angst. Es gibt Vertrauen, dass mir nur Dinge widerfahren werden, die mir gut tun.

„Ich beginne als Frau lebendig zu werden und mehr und mehr in meine Weiblichkeit zu sinken.“ (Zitat aus meinem Tagebuch.) Ich erlebe meinen Partner wie einen Schlüssel zu anderen Männern.

Was ermöglicht es mir, zu anderen Männern zu gehen, was sind die Voraussetzungen? Ich erlebe meinen Partner wie einen Schlüssel zu anderen Männern an der Stelle, wo Vertrauen in mir entsteht. Ich erlebe eine zunehmende Angstfreiheit gegenüber Männern.

Früher hatte ich oft Angst vor dem Wollen (der starken sexuellen Energie) der Männer, das mich überrollte; Angst auch davor, dass ich als Frau etwas auslöse, was ich nicht mehr halten oder stoppen kann und über meine Grenzen geht.

Heute kann ich mich einfach als Frau zeigen; kann mein Gefallen, meine Lust zeigen. Ich habe die Gewissheit, dass mir nur etwas passiert, dass mir gut tut und worüber ich jederzeit bestimmen kann.

Das zweite, was gerade wächst, ist Angstfreiheit meinem Partner gegenüber. Ich weiß, ich darf gehen und er bleibt da, wenn ich zu anderen Männern gehe; nimmt mich in Empfang (so-

gar mit Freude – Danke, dass ich diese Erfahrung machen kann!). Wir haben sonst keine Absprachen oder Vereinbarungen; uns eint die Entschlossenheit, miteinander in Verbindung zu bleiben, egal, was passiert. Es ist der Wunsch, nicht mehr trennen zu wollen.

Was bewegt mich dazu, zu anderen zu gehen, was ist der Abenteuergeist, was liebe ich daran? (Eine Frage, die mir ab und zu gestellt wird.)

Neugier – Wie ist das mit anderen? –, Freude an der Vielfalt; jede Begegnung ist anders und steht für sich. Ich kann auch etwas davon mitnehmen in den Kontakt zu meinem Partner; etwas, das uns bereichert.

Grundsätzlicher ist es die Sehnsucht nach Verbindung, die sich bei mir sehr stark über den Körper ausdrückt. Für



Katja Resagk

mich ist es immer so, dass Vertrautheit im Kontakt entsteht, Entspannung, Weite – indem ich mich auch als erotisches Wesen zeigen kann.

Ich möchte mich auch nicht abhängig machen von dem einen Partner, mit all meinen Bedürfnissen, vor allem mit meiner Lust. Ich weiß, dass er mir nicht alle Bedürfnisse erfüllen kann. Das ist etwas, das auch ihn erleichtert, wenn ich nicht mit einem riesigen Berg an Erwartungen zu ihm komme.

Ich spüre bei mir gerade eine Offenheit gegenüber allem, was zu mir kommt, in mein Leben. Ich versuche, mich davon frei zu machen, was ich darüber denke oder was mein Verstand sagt, und ein-

fach wahrzunehmen, wie sich das für mich anfühlt. Und wenn es nicht stimmig ist, kann ich für mich sorgen.

So erlebe ich gerade Dinge, von denen ich früher dachte, „das geht doch nicht, das mach´ ich nie“; ich bin zum Beispiel mit Menschen intim zusammen, die ich vorher gar nicht wahrgenommen habe und ganz neu entdecke; oder ich bin in einem erotischen oder sexuellen Raum zu dritt mit einer weiteren Frau, was auch ganz neu für mich ist. Indem ich dies tue, spüre ich eine unglaubliche Weite in mir entstehen. Das Spektrum von dem, was Leben für mich heißt, weitet sich.

Es gibt auch die Seite, wo nicht alles so einfach ist. Wo ich einen Widerspruch in mir trage und das JA nicht so leicht geben kann, wenn mein Partner zu anderen Frauen geht. Oft habe ich dann mit Angst und Enge zu tun und bin auf der Suche, wie ich damit gut umgehen kann.

Was mir an dieser Stelle hilft, ist der Kontakt zum Partner (das kann auch wenig Kontakt sein, wenn ich die Verbindung spüre), Kontakt zur anderen Frau, so dass ich gesehen werde und ich ein Gefühl für sie bekomme. Und letztendlich geht es dabei um den Kontakt zu mir selbst: um Vertrauen in meine Liebe, in unsere Liebe, und darum zu schauen, wie ich mich selbst gut nähren kann.

Dazu ein schönes Zitat von Dieter Jarzombek, dem Sufilehrer: „Je näher du dir selbst bist, desto näher bist du Gott – je näher du dir selbst bist, desto näher bist du den anderen.“

Was ich an so einer Stelle brauche, ist die Entschlossenheit, mich den Emotionen zu stellen, die dann kommen und die Situation für mich zu nutzen, um in mir freier zu werden, da wo mein Partner zu einer anderen geht.

Das heißt für mich in erster Linie, den Partner nicht dafür verantwortlich zu machen, was in mir passiert, und mich von meiner Angst weder vereinnahmen zu lassen, noch sie wegzudrücken; sondern sie wie ein Beobachter wahrnehmen.

Es ist eine Herausforderung für mich, immer wieder dorthin zurückzukehren oder bei dem zu bleiben, was jetzt ist,

was ich jetzt fühle und spüre in unserem Kontakt; mich nicht in düsteren Zukunftsbildern zu verlieren, von denen ich nicht weiß, ob sie jemals eintreten werden.

Ich habe immer die Entscheidung, ins Drama zu gehen oder nicht. Je nachdem, welche Perspektive ich einnehme, welchen Gedanken ich Raum gebe, so fühle ich mich auch. Nicht die Dinge selbst, sondern unsere Vorstellungen darüber machen uns glücklich oder unglücklich.

In Situationen, in denen mein Partner etwas anderes vorhat, geht es auch ganz viel um Loslassen. Ich muss ihn ganz loslassen können: Loslassen von unserer Geschichte, von Bildern unserer Zukunft, von meinen Erwartungen und Wünschen.

Ich bin auf der Suche, wie das geht: ihn jederzeit ganz loszulassen, in Freiheit ziehen zu lassen und trotzdem mit dem Herzen verbunden zu bleiben, ihn offenen Herzens willkommen zu heißen.

Was braucht es, um so lieben zu können? Ich fühle mich unterstützt, hier an diesem Platz zu sein, wo solche Themen präsent sind. Ich weiß, dass viele von uns diese Situationen kennen, die Emotionen, die Widersprüchlichkeit; sie sind mit gleichen Fragen auf der Suche. Darin spüre ich eine starke Verbundenheit und Kraft.

Damit kann ich überleiten zu einem Ausblick, wie mein Bild von einer Liebesgemeinschaft aussieht.

In meinem Traum gibt es Vertrautheit und Tiefe zu vielen Menschen, die in einer Gemeinschaft zusammen leben. Ein tiefer inniger Kontakt wie ich ihn bisher nur mit meinem Partner kenne. Zwischen uns würde eine Transparenz existieren, in der ich mich zu allen Menschen hin so weit öffne, wie ich es bisher nur in dem Kontakt zu dem Einen konnte.

In meiner Vorstellung fühlt es sich an wie ein großes stabiles Netz zwischen uns Menschen mit vielen kleineren und größeren Quellen der Liebe, an die ich mich immer wieder anschließen kann; wobei ich selber meine Liebe verschenke in einem beständigen Sprudeln, Glucksen und Fließen.

„Zur Zeit lebe ich monogam“

Von Margit Wolfinger

Vor ungefähr 2 Jahren habe ich, zusammen mit meinem Partner, die Entscheidung getroffen, monogam zu leben und zu lieben. Ich hatte eine starke Sehnsucht nach Vertiefung, war auf der Suche nach mehr Intimität, und ich hoffte, das in der Monogamie zu finden - Tiefe und Intimität zu „dem Mann“.

Ich hatte kein klares Bild, wie Vertiefung oder mehr Intimität aussehen könnte; ich hatte nur eine leise Vorahnung und ein Gefühl im Bauch, dass es da noch mehr geben muss und für mich noch einiges zu entdecken ist.

Das erste, was ich entdeckte war, dass ich vorher immer nur auf das fixiert war, was außerhalb von mir passiert; auf dass, was mein Partner macht, wo und wie er unterwegs ist, mit wem er sich trifft, usw. Und ich war damit beschäftigt, ihn bei mir zu halten; was zur Folge hatte, dass ich immer wieder Auseinandersetzungen produzierte und auch der festen Überzeugung war, dass ich ein Recht darauf habe.

Ich habe ihn kontrolliert, versucht zu manipulieren und auch Sexualität dazu eingesetzt, um ihn bei mir zu halten.

In diesem Zustand bin ich nicht mehr meiner Intuition, meiner Wahrnehmung gefolgt und habe für mich gesorgt, sondern nur noch für „Ihn“, unsere Tochter oder andere zurückgesteckt.

Ich war mit den Bedürfnissen anderer beschäftigt und habe meine eigenen wahrscheinlich gar nicht mehr wahrgenommen. Dabei ist mir aufgefallen: Ich habe gelernt über die Bedürfnisse, die andere haben könnten, meine eigenen Bedürfnisse auszudrücken.

Mit der Entscheidung zur Monogamie fiel vieles davon weg, und ich war plötzlich mit mir selbst konfrontiert. Ich hatte keine Angriffsfläche mehr und war dennoch angriffslustig. Ich musste auf mich schauen und entdeckte, dass ganz viele Ängste in mir lebten, die ich durch Streit und Auseinandersetzung von mir fern hielt: Angst verlassen zu werden, Angst nicht gut genug zu sein, Angst etwas nicht verdient zu haben, Angst nicht liebenswert genug zu sein, Angst die anderen könnten besser sein. Und so weiter.



Margit Wolfinger

Die Ängste sind immer noch da, doch ich lerne sie zu integrieren, meinen Umgang damit zu finden. Mit ihnen zu sein, anstatt sie in Form von Wut an meinem Partner, Kind, der Gemeinschaft oder wem auch immer auszulassen, wo sie nicht hingehören. Ich schaue den Ängsten ins Gesicht und finde für die Wut andere Räume.

Was meine Sexualität betraf, war absolutes Chaos in mir. Wenn ich mich mit meinem Partner zum „Sex machen“ traf, wurde mir immer bewusster, dass ich auch da nur funktionierte. Das „Alte“, etwas zu bedienen, um zu....., war wie verankert in meinen Zellen. Ich konnte mich selbst nicht mehr spüren; was will ich, was gefällt mir, will ich jetzt überhaupt „Sex machen“?

Nein, ich möchte vom „Sex machen“ zu mehr Intimität und Verbundenheit; zum „Liebe machen“.

Auch da ging es um einen Neuanfang, um eine leise und zarte Annäherung von mir zu mir.

Zusammenfassend könnte ich sagen, ich war fast nur mit der kleinen, ängstlichen, bedürftigen Margit unterwegs; damit meine ich mein inneres Kind. Dazu ein Zitat von Krishnanada und Amana Trobe: „Wenn dieser Teil in uns am Steuer sitzt, reagieren wir fordernd, glauben, auf unsere Forderungen einen Anspruch zu haben, sind defensiv, launisch, zurückgezogen, emotional, wütend, gewalttätig, betteln, wollen Rache nehmen, kontrollieren, manipulieren, wollen Recht haben, verurteilen, kritisieren und/oder sind deprimiert, kollabiert oder/und resigniert.“

Das beschreibt meinen Zustand sehr genau. Je mehr mir das bewusste wurde, desto weniger konnte ich damit umgehen. Ich wollte die kleine Margit weg haben, ich wollte natürlich erwachsen sein und habe versucht sie zu bekämpfen, was auch wieder auf Glaubenssätzen beruhte. Zum Beispiel: Du darfst nicht emotional sein, du darfst dich nicht wie eine kleine Göre aufführen, du darfst nicht..., du darfst nicht..., du darfst nicht....

Dieser Kampf war allerdings auch der Kampf der Kleinen gegen die Kleine, und das hat mich sehr viel Energie gekostet, nebst Partnerschaft und Alltag als Mutter, was auch noch zu bewältigen war.

So entschied ich mich, eine Auszeit für mich zu nehmen; von zu Hause weg zu gehen und eine Zeit ohne Mann, Kind und Alltag zu haben, nur für mich zu sein. In dieser Zeit habe ich angefangen, mit der kleinen Margit zu spielen, zu singen, die Welt zu entdecken. Das ist zu der bedürftigen „Kleinen“ dazugekommen; und damit, dass diese spielerische und neugierige Seite lebendig wurde, kam auch die Erwachsene wieder zum Vorschein. Das war vor allem die Frau in mir, mit ihrer ganzen Lust und Lebendigkeit. Diese erwachsene

Margit hatte auch die Kraft und Autorität, für die Erfüllung der Bedürfnisse der „Kleinen“ zu sorgen.

Eine wichtige Erkenntnis für mich war, dass die kleine Margit immer da ist, auch immer da sein wird und vor allem auch da sein darf; mit ihren Bedürfnissen, ihrer Lust zu spielen und ihrer Lebendigkeit. Meine erwachsene Seite hat die Aufgabe, sich um sie zu kümmern, ihre Bedürfnisse zu sehen und zu schauen, wie sie Erfüllung finden.

Ja, die erwachsene Frau war nun wieder da; mit der ganzen Freude am Spiel, daran lebendig sein, am Lachen, Singen und Tanzen und ihrer sexuellen

Lust. Ich konnte mich wieder spüren und hatte Spaß, „Liebe zu machen“. Es gibt Tage, da ist meine sexuelle Lust sehr stark und und ich bin wieder mit mir konfrontiert. Ich habe nicht gelernt, meine Lust so direkt zu zeigen, ich habe immer gewartet, bis „der Mann“ auf mich zu kam.

Nun wollte ich das selber tun. Wie mache ich das? Schwupp.... so schwappt das nächste Thema herein. Ich entdecke Scham, Scham mich mit meiner Lust zu zeigen. Dazu noch ein Satz von Krishnanada und Amana Trobe aus ihrem Buch „Wenn Sex intim wird“: „Je intimer wir miteinander werden, umso



schwieriger wird es, unsere Scham vor uns selbst oder unserem Partner zu verbergen.“

Scham, dass die Lust überhaupt da ist. Darf ich mich als Frau so zeigen,? Oft fühle ich mich wie beim Laufen lernen unsicher und wackelig. Darf ich diese Lust überhaupt haben, und wie zeige ich sie meinem Partner? Was tun, wenn mein Partner keine Lust hat? Immer wieder ist auch die „Kleine“ da, mit ihren Bedürfnissen und Ängsten; die Scham gehört auch zu ihr.

Die Erwachsene in mir muss in diesen Momenten inne halten und sortieren, was zu wem gehört. Je tiefer ich in den Kontakt zu mir komme, mich kennen lerne, mich verletzlich zeige und auch aus dieser Verletzlichkeit heraus kommuniziere, desto tiefer und intimer wird der Kontakt zu meinem Partner, desto leichter fällt mir der Austausch, der für mich sehr wichtig ist.

Ich habe mich noch nie so weit geöffnet, wie ich es in den letzten zwei Jahren mir selbst, meinem Partner und anderen gegenüber getan habe. Das ist mein Weg zu mehr Tiefe und Intimität, wie ich sie gesucht habe; und es fühlt sich so an, als wäre das Abenteuer noch lange nicht zu Ende.

Ich muss dieses Abenteuer nicht alleine, aus eigener Kraft bestehen. Ich hatte und habe verschiedenste Möglichkeiten von Unterstützung. Ich übernehme Verantwortung für mich und mein Handeln. Das ist in meinen Augen Verantwortung in der Liebe. Je mehr ich die Erwachsene in mir finde, je mehr will sich mein ganzes Wesen verschenken, mit allen Gaben, die ich mitgebracht habe. Ein anderes Leben ist möglich, und es fängt IN mir an.



Markus Euler

Vom Auflösen von Beziehungskonzepten

Von Markus Euler

Nichts ist, alles scheint Jedes Konzept ist falsch. Auch dieser Satz.

Alles löst sich auf.

Ich habe zumindest das Gefühl, dass es so ist.

Wenn ich versuche, über Liebe zu sprechen und wie ich gerade liebe, dann komme ich zu dem Gefühl: Alles löst sich auf.

Ich kann zu meiner Freundin ... und da fängt es schon an. Ich kann zu der Frau, zu der ich gerade eine intime Beziehung pflege, nicht mehr wirklich Freundin sagen. Noch Frau. Ich kann förmlich nicht definieren, was wir zusammen haben.

Nicht, dass ich es nicht will.

Nicht, dass ich mich weigere, in eine Form zu pressen, was zwischen uns ist, das auch, aber es geht einfach nicht.

Esspringt immer wieder aus der Form heraus mir entgegen, so als wolle es sagen: Fang mich, wenn du kannst.

Und ich kann nicht.

Meine Sprache ist nicht in der Lage einzufangen, was ich gerade in der Liebe lebe.

Ich fühle mich zu ihr hingezogen – das ist ein Ausdruck, den ich gerne verwende.

„Ich fühle mich zu ihr hingezogen“ sagt nichts und doch soviel.

Anziehung ist verständlich und doch nicht greifbar. Da ist dieser tiefe Wunsch, mich einzulassen. Und ich glaube ja, jetzt habe ich etwas gefunden.

Das ist das, was ich mir wünsche: Partnerschaft.

Mit dieser Einen. Eine monogame Beziehung. Weil sich das gerade so gut anfühlt. Weil das ja auch alle anderen machen. Weil das gerade immer mehr in Mode kommt und von Staat und Gesellschaft ja unterstützt wird. Weil man sonst vielleicht von mir denkt, dass ich ein oberflächlicher Flukki bin.

Also will ich mich tief einlassen.

Dass will ich wirklich.

Und aus einer gedanklichen Schlamperie heraus denke ich mir die Monogamie dazu. Ich denke, so macht man das halt, und sie ist auch ganz glücklich damit.

Doch schon am nächsten Tag spüre ich etwas Neues. Sie ist weit weg ... räumlich. In meinem Herzen ist sie immer noch. Doch ich spüre etwas Neues.

Auch das zieht. Anders als zu ihr. Aber es zieht eben auch. Es ist nicht einfach nur eine andere Frau, es ist die Freiheit schlechthin, die zieht, die ruft. Die mich will und die ich, wenn ich ehrlich bin, auch will.

Abenteuer und Freiheit, und wenn ich mein Herz frage, dann gibt es keinen Widerspruch zu der Liebe zu der einen.

Wenn ich die Eine frage, dann je nach ihrer Stimmung schon.

Egal – was ich tief in mir spüre ist, dass ich der Freiheit folgen muss. Ich habe Angst sie zu verlieren, wenn ich das tue, aber ich muss der Freiheit folgen.

Ich habe einen Kontakt zu einer anderen Frau. Auch intim. Das fühlt sich gut und überhaupt nicht verkehrt an.

Aber irgendwann kommt die Frage: Ist es nicht besser, erst einmal einen Schutzraum für eine neue Liebe aufzubauen? Ist es nicht besser, erst einmal mit dieser Einen tief zu gehen und zu sehen was dann passiert? Ist es nicht besser, erst einmal andere auszuschließen, damit sich zwischen uns etwas entwickeln kann?

Ich frage mein Herz. Und mein Herz sagt, was Gott auch immer sagt, und Gott hat keine Präferenz.

Wenn du einen Schutzraum willst, dann mache ihn, denn darin kann die Liebe wachsen und es sind Herausforderungen darinnen, denen du dich stellen musst und die dich werden wachsen lassen.

Wenn du aber den Weg der Freiheit wählst, gleich am Anfang einer Beziehung oder wann auch immer, dann wirst du auch vor Herausforderungen gestellt werden, und es wird deinem Wachstum dienen.

Mein Herz will frei sein.

Mein Herz will lieben, sich verströmen in der Welt. Jetzt, wo es die Eine gefunden hat, noch mehr als vorher.

Ist das leicht? Für mich schon. Hat sie manchmal Probleme, das zu verstehen? Sicherlich.

Bin ich geneigt ,Dinge anders zu machen, damit es ihr damit besser geht? Sicherlich.

Mache ich das auch? Teils teils.

Ich kann meine Freundin (ich nenne sie jetzt der Einfachheit halber mal so) nicht beschützen vor den Erfahrungen, die sie machen muss.

Und ich kann sie nicht vor mir beschützen.

Vor mir, wie ich wirklich bin.

Ich kann ihr den monogamen nur auf sie fixierten Typen vorspielen.

Aber a) bin ich das nicht und b) hat sie auch nicht wirklich Freude daran.

Sie hat mich gewählt, weil auch sie die Freiheit liebt.

Ist es einfach? Eher nein.

Ist damit alles gesagt? Sicherlich nicht.

Aber wie kann man sich verständigen?



Vielleicht darüber, dass das monogame Angebot, dass ich ihr gemacht habe, nicht real als solches zu sehen ist. Sondern eher eine Metapher zu sein scheint. Eine Metapher dafür, wieviel sie mir bedeutet.

Tatsächlich habe ich gesagt: Wenn ich überhaupt mit jemandem monogam sein wollte, dann mit dir.

Aber das heißt noch nicht, dass ich es will. Und wenn ich das gesagt hätte, denn hätte ich damit ausdrücken wollten, dass ich mit ihr gerade die größte Intimität spüre, und wenn Monogamie nicht der größte Irrtum seit der Erfindung des Faustkeils wäre, würde ich sie mit ihr leben wollen.

Aber mir ist wichtig, dass ich diese Intimität, diese Tiefe schätze, wertschätze.

Darüberhinaus aber auch die Metaphern verstehe, die ich selbst benutze.

Ich glaube zum Beispiel auch, dass die Formel: „Bis dass der Tod uns scheidet!“ gar keine zeitliche Relation ausdrückt, sondern eine Metapher ist für die Tiefe des Einlassens, um die es in der Ehe geht.

Nicht bis zum Tod, sondern in die Tiefe will ich sie begleiten. Aber diese Tiefe, diese Intimität, die kann ich in Sprache gar nicht ausdrücken, daher versuche ich es mit einem Bild.

Meine letzte Freundin sagte immer zu mir: Ich bin halt monogam, und du bist halt polygam.

Da bin ich immer autogam ausgeflippt.

Denn es geht mir nicht darum.

Ich kann mir sehr wohl vorstellen, nur mit einer Frau zusammen zu sein. Ich habe kein Konzept darüber, dass es viele sein müssen. Aber ich will immer meinen Herzen folgen dürfen, egal ob

es mich zu vielen treibt oder bei einer bleiben lässt.

Ich... glaube, ich kann nicht in Worte fassen, was ich darauf antworten will, darum will ich versuchen, es mit einem Gedicht auszudrücken:

„Sag nicht

Sag nicht ich könnte nicht reden
nur weil du mich nicht schreien hörst
Glaub' nicht ich könnte nicht weinen
nur weil du meine Tränen nicht siehst
Denk' nicht mich gäbe es nicht
nur weil ich nicht im Lexikon stehe
Press' mich nicht in eine Schublade
wenn der Schrank schon zu klein für mich ist

Lege deine Seele in mein Herz
Ich lasse sie erst gehen
wenn sie erkennt“

Mir geht es nicht um das
ine oder das Andere.

Mir geht es nicht darum,
ine Seite zu wählen.

Auf einem runden Planeten kann
man keine Seite wählen.

Wenn ich eine Seite wählen müsste,
wäre es immer meine Seite, die Seite
meines Herzens.

Mein Weg kann vielleicht andere inspi-
rieren, muss aber nicht für andere das
Richtige sein.

So wie ich mich an anderen Wegen
wie an Wegweisern orientieren kann,
aber sie niemals vollständig nachgehen
werde.

Mein Weg wird immer gewunden sein,
niemals geradlinig. Ich werde immer
meine eigene Besonderheit wählen.
Ich werde immer für mich überprüfen
müssen, was für mich gerade stimmt,
dran ist, wohin mein Weg mich gerade
führt.

In eine Partnerschaft hinein oder aus
einer heraus. Und mein höchstes Ziel
wird immer die Liebe und die Freiheit
sein.

Und meine Vorstellung von Beziehung
lässt sich wiederum in einem Gedicht
zusammenfassen, das ich etwas frech
mit 14 geschrieben habe:

Du bist mein Ein
doch nicht mein Alles:
Ich bin nicht dein
Bitte schnell' es.

Liebe geschehen lassen

Von Robert Heess

Ich lebe jetzt seit zwanzig Jah-
ren in gemeinschaftlichen Le-
bensformen, davon 14 Jahre hier.
Zuvor lebte ich zusammen mit
meiner Ehefrau Christiane und
unseren beiden Kindern in einer
kleinen Gemeinschaft mit elf Er-
wachsenen und fünf Kindern im
Odenwald. Was wir damals ge-
lebt haben, würde ich heute eher
als Co-housing bezeichnen, eine
besondere nachbarschaftliche
Lebensweise.

Gemeinschaft ist, spätestens seitdem
ich dieses Projekt hier 1994 kenne-
gelernt habe, etwas anderes, weil es viel,
viel mehr einschließt: nämlich auch
die ganz heißen Themen wie Liebe,
Sex und Geld. Damals, in unserer da-
maligen Wohngruppe, gab es einfach
Menschen, für die sollten dies private
Themen bleiben, und das anerkenne
ich. Das war einer der Gründe, warum
wir einen größeren Zusammenhang
suchten und Mitte der neunziger Jahre
hierher kamen.

Ich arbeite als freiberuflicher Coach,
Trainer und Autor. Ein Motiv meiner
Arbeit ist es, einen Beitrag zu leisten,
dass Menschen in dem was sie tun,
– also in ihrer Arbeit – einen Zugang
zu Freude finden, sich *mit* der Arbeit
ausdrücken können. Das was sie mit-
bringen an ganz individueller Per-
sönlichkeit, fachlicher und sozialer
Kompetenz, in das Feld hineinzutrans-
portieren, in dem sie beruflich unter-
wegs sind. Und dahinter gibt es noch
eine Motivation, die Dieter Jarzombek
in einem Satz am ersten Sommercamp-
Wochenende ausgedrückt hat. Das ist
auch der Grund, warum ich letztend-
lich hier lebe: dass es ein Glücksfall ist,
wenn sich kraftvolle Frauen und starke
Männer zusammentun.

Seit einigen Monaten arbeite ich an
einem Buch, das den Arbeitstitel trägt
„Erwachsen werden in Liebesdingen“.
Es ist unterteilt in drei wesentliche
Kapitel, die heißen „Unterscheidens-
wertes“, „Wissenswertes“ und „Be-

denkenswertes“. Aus dem dritten Teil
möchte ich Euch einige Gedanken
vorstellen.

Das Kapitel heißt: „Wie bitte? In Lie-
besdingen erwachsen werden?“

Meine Güte, was könnte das denn ei-
gentlich heißen? „Erwachsen“ zu lie-
ben? Ich weiß es nicht, ich habe kei-
ne Lösung, ich habe keine Wahrheit,
ich bin unterwegs wie wir alle, und
es sind Übungsfelder, denen ich in
unterschiedlicher Qualität und Quan-
tität meine Aufmerksamkeit widme;
Übungsfelder, in denen ich mich als
einzelner Mann trainiere, im Zusam-
mensein mit meinen Männerfreunden
und im Gemeinschaftlichen, also auch
mit den Frauen. Es gelingt mal besser,
mal schlechter.

Einige dieser Gedanken möchte ich
heute Morgen vorstellen. Vielleicht
klingt das eine oder andere in Dei-
nen Ohren banal oder selbstverständ-
lich. Meine Einladung heißt, nichts
für selbstverständlich zu halten. Auch
wenn ich mit meiner Freundin unter
einem Dach lebe, ist es zum Beispiel
alles andere als selbstverständlich, dass
sie die Nacht mit mir verbringt. Ich
lade sie ein, wie ich das mit einer an-
deren Frau auch tue, mit der ich nicht
unter einem Dach zusammenlebe.

Eine Aussage, was es heißen könnte,
erwachsen zu lieben, lautet: Du ver-
zichtest endgültig und bedingungslos
auf die Illusion, eine bessere Vergan-
genheit haben zu wollen. Sie war wie
sie war, die Vergangenheit, und sie ist
in sich eine Illusion; sie ist nichts an-
deres als eine Geschichte, die ich mir
– und anderen – immer wieder erzähle;
wenn ich sie erzähle und ihr Energie
gebe, dann kriegt sie natürlich Kraft.

Ich denke, es geht darum, sich kom-
plett zu verabschieden von der Illusion,
eine bessere Vergangenheit haben zu
wollen, als sie war, und die volle Ver-
antwortung für sich und sein Leben zu
übernehmen. Und das meint in meiner
Schau: für alles was du tust, wie auch
für alles was du lässt.



Robert Høess

Wir hatten dieses Thema – Verantwortung übernehmen – schon häufiger an diesem Wochenende. Cornelia sprach beispielsweise am Freitag davon: Es geht um Weitung, und Weitung kann nach meiner Erfahrung nur stattfinden, wenn ich ganz bei mir bin und die Verantwortung für mich habe. Dann kann ich mich weiten, weil ich in der Weitung die Grenzen der anderen respektvoll wahrnehmen kann.

Eine zweite Aussage dazu, erwachsen zu lieben, könnte heißen: Selbsterfahrung und Selbstreflexion sind ein selbstverständlicher Teil meines Lebens. So wie wir frühstücken, zu Mittag und zu Abend essen, uns hoffentlich die Zähne putzen, uns waschen, uns um unsere Kinder kümmern, Freundschaften pflegen, gehört auch die Selbsterfahrung dazu. Also die Bereitschaft, sich selbst immer wieder in die Möglichkeit des Nichtwissens zu begeben und sich ein Stück weiter zu erfahren mit allem, was da kommt, und das zu reflektieren, als einen integralen Teil unseres Lebens.

Daraus ergibt sich für mich ein dritter Punkt zum Thema „erwachsen lieben“: das Alleinsein.

Das zu wollen, auch wenn ich es noch nicht kann, oder wenn es mich ängstigt; es zu wollen, denn letzten Endes bin ich alleine. Wenn ich in der Liebe Furcht habe vor dem Alleinsein, wenn ich den anderen benutze, um das Alleinsein zu verhindern, begrenze ich die Möglichkeit, die zwischen diesen

beiden Menschen per se vorhanden ist. Der andere wird dann dafür zuständig, dass ich meine Defizite nicht spüren muss. Es geht darum, das Alleinsein anzuerkennen als wichtigen Bestandteil des persönlichen Wachstums.

Einer der wichtigsten Punkte ist der folgende: Du hast mit deinen Eltern aufgeräumt, du bist klar mit ihnen. Zumindest arbeitest Du daran.

„Aufgeräumt mit ihnen“ meine ich in dem Sinne, dass du – im Idealfall – keine Rechnung mehr offen hast mit ihnen und dein Leben als Erwachsener selbst verantwortest. Das ist etwas grundlegend Anderes als nicht mehr mit ihnen zu streiten, sich nicht mehr mit ihnen auseinanderzusetzen. Es kann das Gegenteil bedeuten. Es bedeutet, die Eltern wirklich aus ihrer Zuständigkeit als physische, mentale und emotionale Versorger entlassen zu haben. Weder Groll, noch Erwartungen zu hegen und ihnen auf Augenhöhe zu begegnen.

Ich selbst habe nur noch eine lebende Mutter; mein Vater ist sehr früh gestorben, ich bin sozusagen vaterlos ein Mann geworden. Überraschend für mich war, dass ich schon 40 war, als ich das klare Gefühl „aufgeräumt“ zu haben, zellulär mit meiner Mutter erlebte. Wir lebten zu diesem Zeitpunkt mit unseren Kindern seit einem halben Jahr hier im ZEGG. Meine Mutter wollte gucken, wie es den Kindern geht – die waren damals 6 und 8. Das war ihr Kriterium: Wo wir Erwachsenen hingehen, ist unsere Sache, aber den Kindern, ihren Enkeln, musste es gut gehen.

So kam sie hierher, schaute sich um und war ein Wochenende lang da. Am Sonntagabend saßen wir am Dorfplatz, eine halbe Nacht lang. Es war eine dieser italienischen Nächte. Wir haben über dieses und jenes geredet, und sie fragte mich, mit welchen Frauen ich denn „was habe“. Für sie war das ein revolutionärer Gedanke und Vorgang, ihren Sohn so etwas zu fragen. Da ist gefühlt zum ersten Mal für mich diese Begegnung auf Augenhöhe passiert. Ein Mann und eine Frau sind sich begegnet, und dieser Mann ist aus dieser Frau entstanden. Für mich ein Wendepunkt in meinem Leben.

Erwachsen zu lieben heißt für mich auch, bereit zu sein, mit Eifersucht

umgehen zu lernen. Es ist egal, welche Beziehungsformen du lebst. Ob eine geschlossene Monogamie oder eine offene Monogamie, ob du in einer Triade lebst oder Freitänzer bist – die Beziehungsform spielt keine Rolle für die meines Erachtens notwendige Bereitschaft, mit Eifersucht umgehen zu lernen.

Nach meiner Erfahrung taucht sie nämlich oft auf in Momenten, in denen ich es verdammt noch mal überhaupt nicht will. Wo es mir nicht passt! Wie geh ich damit um? Es geht mir nicht darum, diese Eifersucht zu eliminieren, zu leugnen, schlimmstenfalls sie zu verdrängen, sondern zu lernen, damit umzugehen; das Gefühl bewusst zuzulassen. Dann kann ich meiner Freundin, meiner Ehefrau, den anderen Frauen viel authentischer und mit mir verbunden begegnen, als wenn ich dieses Gefühl leugnen würde.

Vielleicht noch einen Gedanken zum Abschluss. Erwachsen zu lieben könnte auch heißen, dass du in deinen Liebesbeziehungen dafür sorgst, dass immer wieder so viel Liebe wie möglich geschehen kann. Das heißt, du überlässt es nicht dem Zufall, ob das passiert. Du musst dich gar nicht danach fühlen, sondern es kraft der Würde deines Geistes als eine Notwendigkeit erachten, der anderen Polarität in einem dieser Situationen angemessenen Raum zu begegnen, so dass es fließen und du es aus dem Moment heraus neu erfinden kannst.

Der Abschlussgedanke, den ich euch zur Verfügung stellen möchte, stammt von Eckhart Tolle: „Noch nie zuvor sind Beziehungen so problematisch und konfliktgeladen gewesen wie jetzt. Du hast sicher schon bemerkt, dass sie nicht dazu da sind, dich glücklich oder erfüllt zu machen. Wenn du versuchst, durch eine Beziehung Erlösung zu finden, dann wirst du wieder und wieder enttäuscht werden. Wenn du aber akzeptierst, dass Beziehungen da sind, um dich bewusst zu machen, statt glücklich, dann wird deine Beziehung dir Erlösung bieten, und du wirst mit dem höheren Bewusstsein in Einklang kommen, das in diese Welt geboren werden möchte.“

Was für eine Perspektive! Danke schön!

Im Fläming rollt der Steintaler

Nach zwei Jahren Vorarbeit rollt seit dem 10.10.10 der „Steintaler“ als legale regionale Währung durch den Fläming. Es gibt ihn als Bargeld und als kontengeführtes Geld, das auch über ein online banking-System verwendet werden kann.

Das Steintaler-Team um Lothar Hammes-Lerch, der früher eine Zeitlang im ZEGG gelebt hatte, arbeitet jetzt mit viel Engagement daran, in Bad Belzig und der umliegenden Region die Zahl der Unternehmer und Privatkunden zu steigern, die den Steintaler als Zahlungsmittel akzeptieren und einsetzen, um der neuen regionalen Währung möglichst rasch eine solide Basis zu verschaffen. Der Steintaler ist als ergänzende Währung zum Euro konzipiert und könnte – das zeigen Erfahrungen aus einer Reihe von Regionen im In- und Ausland, die sich auf solche Experimente eingelassen haben – die heimische Wirtschaftskraft stärken und Krisen abmildern, die unser etabliertes monetäres System bedrohen.

In mehreren Veranstaltungen konnten sich die Bürger über Sinn, Erwerb und praktische Handhabe des neuen Geldes informieren. Auch die Homepage www.steintaler.org hilft weiter und vermittelt den Kontozugang zum „Cyclos online-banking“. Die Regionalwäh-

rungen Steintaler, „Havelblüte“ in Potsdam und „Urstromtaler“ im Raum Magdeburg sollen bald kompatibel sein und damit auch einen Einkauf mit Steintalern in umliegenden Regionen möglich machen. Der Landrat des Kreises Potsdam-Mittelmark, Wolfgang Blasig, und Wirtschaftsreferentin Evelyn Vogel sprachen im Vorfeld der Einführung des Steintalers mit Lothar Hammes-Lerch über die Möglichkeiten des Einsatzes von Regiogeld auf Kreisebene. Es wurden weitere Gespräche und die Prüfung technischer und juristischer Details durch die Fachleute der Kreisverwaltung verabredet.

Die ZEGG-GmbH ist ein Förderer des REIF e.V., des Trägervereins der neuen Währung. Innerhalb der ZEGG-Gemeinschaft wird noch überlegt, wie eine Beteiligung am Steintalersystem aussehen könnte.

Mit regionalen Währungen, die von ihrer Konzeption her nicht die Spekulation mit Zins und Zinseszins nähren, könne die Verantwortung für unser Geld bewusster übernommen werden, betont das Steintaler-Team. „Voraussichtlich werden wir Menschen in Zukunft die Verantwortung für die Natur,

die Nahrungsmittelproduktion, die Gesundheit und vieles andere wieder mehr zu uns nehmen müssen.“ Auch dafür sei die regionale Währung, die den naheliegenden und überschaubaren Lebens- und Produktionsraum stärke, von Vorteil. *hh*

Neu im ZEGG: Blockheizkraftwerk



Dezentrale Versorgung mit Energie

Abschnitt eins unseres neuen dezentralen Energiekonzeptes ist verwirklicht: Kurz vor Weihnachten 2010 gingen drei mit Erdgas betriebene Blockheizkraftwerke ans Netz. Das Modell „Dachs“ von der Firma SenerTec versorgt das Gästehaus mit Wärme und heißem Wasser. Die drei Einheiten decken zwischen 50 und 70 Prozent des Strombedarfs des ZEGG, unterstützen die Holzhackschnitzelheizung und ersetzen das bisherige Notstromaggregat.



„Wer weiter denkt, kauft näher ein“ ist ein Motto, mit dem in Belzig und Umgebung für die neue Währung Steintaler geworben wird.

Wechsel in der ZEGG-Geschäftsführung

Seit November 2010 hat die ZEGG GmbH eine neue Geschäftsführung: Silke Grimm und Thomas Heuser lösten Christiane Mrozek ab. Die



Silke Grimm und Thomas Heuser

ZEGG GmbH ist Veranstalter des Tagungs- und Seminarbetriebes. Ihr gehört auch das Grundstück mit allen Immobilien. An dieser GmbH sind die meisten ZEGG-Bewohner und einige Freundinnen und Freunde beteiligt.

Im Rahmen des Wechsels in der Geschäftsleitung haben wir begonnen, die Entscheidungsstrukturen innerhalb der ZEGG-GmbH zu erneuern. Ein Management-Team, bestehend aus den Geschäftsführern und Vertretern aller wichtigen Arbeitskreise, trifft finanzielle Entschei-

dungen und bereitet übergeordnete Plenumsentscheidungen vor.

An Christiane Mrozek, die in den letzten fünf Jahren die Geschäftsführung inne hatte und den Strukturwandel einleitete, geht ein ganz herzlicher Dank für ihren engagierten Einsatz.



Christiane Mrozek

Gemeinschaftszeit zum Jahresbeginn

Die Gemeinschaftszeit im Januar ist ein festes Ritual im ZEGG, um gut ins neue Jahr zu starten, sich auszutauschen und Dinge zu machen, die das eigene Herz und das der Gemeinschaft erfreuen. Sie startete 2011 mit einer Sonntagsmatinee von Teresa Heidegger zum Thema Schuld, Scham und Angst. In den Gemeinschaftszeiten, die das ZEGG sich mehrmals im Jahr

gönnt und die auch „Intensivzeiten“ genannt werden, treffen wir uns zum Teil halbtags, zum Teil ganztags, so dass auch die notwendige Alltagsarbeit getan werden kann. Durch die Zeit im Januar führten diesmal Teresa Heidegger, Ina Meyer Stoll, Heike Mengebier und Achim Ecker. In den ersten Tagen ging es speziell um die Erforschung, Betrachtung und Er-

fühlung unserer Werte, Ideale und impliziten Forderungen und Ansprüche. Ziel dabei waren Verständigung, Verbindung und ein gegenseitiges Sehen. Daneben gab es Raum für Forum, Musik und Tanz.

Fünf Wochen Gemeinschaft erfahren

Im Frühjahr bietet das ZEGG wieder einen Gemeinschaftskurs an, vom 1.4. bis 4.5.. Er ermöglicht Grunderfahrungen im Gemeinschaftsaufbau. Im ersten Teil, geleitet von Ina Meyer-Stoll und Achim Ecker, steht die konzentrierte Vermittlung von Basiswissen im Vordergrund. Im zweiten Teil mit Heike Mengebier, Barbara Stützel und Team wird der Gemeinschaftsprozess vertieft. Die Teilnehmenden lernen auch durch Mitarbeit in verschiedenen Bereichen das ZEGG von innen kennen.

Nach dem Kurs besteht die Möglichkeit, als Saison-Mitarbeiter bis Ende August im ZEGG zu sein. Dies ist der Raum für eine längere Gemeinschaftserfahrung mit Forum in der eigenen Gruppe und der ZEGG-Gemeinschaft und Teilnahme an ZEGG-Intensivzeiten. Saison-Mitarbeiter sollten bereits an einem Gemeinschaftskurs teilgenommen haben. Weitere Infos beim ZEGG-Empfang.



Ina Welpmann, Eva Weigand und Vanessa Bähr (v.l.)

Neues Team für junge Leute

Im Spätsommer fand sich im ZEGG das **JuLe**-Team, das sich für die Interessen **junger Leute** im ZEGG einsetzen will. Eva Weigand begleitet bereits seit einem Jahr junge Menschen auf unseren Großtagungen. Vanessa Bähr will die Interessen der jungen ZEGG-BewohnerInnen in der Gemeinschaft vertreten. Ina Welpmann koordiniert und begleitet junge Leute, die im ZEGG ein freiwilliges ökologisches Jahr oder ein Praktikum absolvieren. Sie übernahm damit das Staffelholz von Zisula Cordaches, die diesen Bereich in den letzten Jahren aufgebaut hatte.

Liebe ist ... einen Menschen so zu sehen, wie Gott ihn sieht

Über die Perspektiven einer Jahresgruppe zum Thema Nummer eins

Von Dolores Richter

Liebe ist, einen Menschen so zu sehen, wie Gott ihn sieht – das klingt etwas weit entfernt von unserer täglichen Realität. Sehen wir doch unsere langjährigen Partner eher von der anderen Seite der Skala her: Wir meinen, ihn oder sie zu kennen, zu wissen, was er mag, noch nie gemacht hat oder niemals tun würde...

Die unvermeidlichen Bilder, die wir uns von Menschen machen, mit denen wir viel Zeit unseres Lebens verbringen, sind oft so felsenfest, dass wir sie für Wirklichkeit halten. Erst durch äußere Veränderung – etwa Urlaub, Reisen oder Krisen, die uns innehalten lassen und unsere Wahrnehmung weiten - entdecken wir, dass schon über die ganzen Jahre im Hintergrund noch ein anderer Mensch mit uns weilte, den wir nicht wahrgenommen haben!

Wie können wir unsere Liebsten sehen, wie Gott sie sieht? Die „göttliche Perspektive“ sieht den Kern und das Potential eines Menschen. Es ist das ewige Neue, das werdende. Sie nimmt wahr, wie ein Mensch gedacht ist und was die tiefere Wahrheit für ihn ist. Wir können es auch „präzises Sehen“ nennen, da es dem Augenblick nichts eigenwilliges hinzufügt.

Dieses Sehen ist nicht mit eigenen Wünschen und Ansprüchen verknüpft und erlaubt von daher dem anderen, sich selbst treu zu sein.

In jedem Moment neu auf einen Menschen zu schauen, hinzuhorchen, zu lauschen und neugierig zu sein – geht das ohne „Urlaub“?

In Zeiten der Verliebtheit geht es: die Neugierde, den anderen zu entdecken,

das Schöne in ihm oder ihr zu sehen und mich mit jeder Entdeckung beglückt zu fühlen. Diese Sicht ist der „Gottes“ ganz nahe.

Ich habe viele Jahre in einem Gemeinschaftskontext verbracht, der der Erforschung der Wahrheit unter Liebenden gewidmet war. Wenn Menschen sich auf diese Weise in einem gemeinsamen gesteigerten Bewusst-Sein als Liebende begleiten, ist dies eine großartige Unterstützung, dieses präzise Sehen immer mehr zu lernen.

Und wo mehrere Menschen in einer entsprechenden Absicht zusammen sind, entsteht Inspiration, Abwechslung und Erweiterung. Die Gewohnheit kann nicht so leicht die Oberhand gewinnen. Ich kann mir immer mal wieder den Blick eines anderen „ausleihen“; ich lerne, auch mit anderen Augen zu sehen. Gemeinsame Gestaltungsformen wie das Forum, Forschungsabende, Lesungen, Feste und Kunst bringen neue Aspekte der Menschen ans Licht.

Auch der Moment, an dem sich eine Beziehung für Dritte oder Vierte öffnen möchte, kann in Gemeinschaft auf eine bedachte und heilsame Weise geschehen, da alle Beteiligten an der „Liebeforschung“ beteiligt sind. Wir wissen voneinander, wo wir stehen und was wir in der Liebe suchen.

Wir respektieren den Platz, den wir in unseren Beziehungen und für unsere Partner haben. Wir wissen, dass nur Wahrheit die Liebe lebendig halten kann. So können wir uns unterstützen, wenn Veränderung ansteht, und sie gemeinsam so gestalten, dass Liebe sich nicht mehr in Hass verkehren muss.

Es gibt Momente in der Liebe, an denen wir denken, dass es zu Ende ist. Oft sind Mißverständnisse und alte Verletzungen dafür verantwortlich. Da

kann es sinnvoll sein, getrennte Wege zu gehen, mindestens so lange, bis die Verletzungen geheilt sind und alle Beteiligten sie in ihre Verantwortung genommen haben. Trennung kann auch stimmig sein, wenn Menschen sich verändert haben und nicht mehr wirklich zusammen passen.

Und doch will Trennung genauso erforscht werden, wie die Liebe. Es gibt die Möglichkeit, im Respekt füreinander zu bleiben, sich eine gute weitere Reise zu wünschen und sich auch wei-



Das Thema Nr. 1 am Ende einer Silvesternacht in

ter, auf neuer Basis, zu begleiten. Gehen wir im Groll oder verschlossenem Herzen auseinander, haben wir keine gute Basis für einen Neubeginn.

Ich möchte gerne Formen der Liebe unterstützen, in denen wir aufhören, einander zu verlassen. Zu ungefähr 80 Prozent ist das, was uns in der Beziehung missfällt, die wir verlassen wollen, unsere eigene nicht entwickelte Liebesfähigkeit. Und die nehmen wir immer mit.

Der Vorteil einer neuen Beziehung ist scheinbar, dass wir keine Schubladen füreinander haben und nicht schon alle Knöpfe voneinander kennen. Aber diese Zeit wird kommen. Warum also nicht da, wo wir sind, uns darin üben, den anderen in seiner Selbstständigkeit, Freiheit und Wahrheit zu sehen, zu respektieren und zu unterstützen? Sogar dann, wenn sich nicht erfüllt, was uns so wichtig ist?

Dies verlangt vor allem Veränderung im eigenen Leben und Lieben.

Ja, wir haben Bedürfnisse, und wir haben Beziehungen, um uns unter anderem auch Bedürfnisse zu erfüllen. Beziehungen, in denen dies das Hauptferment der Bindung ist, haben wenig Veränderungspotential in sich – und die Langeweile ist vorprogrammiert.

Lebendige Partnerschaften leben davon, dass wir bereit sind, unser Herz über das hinaus zu dehnen, was wir vom anderen haben wollen. Schon da sehen wir den anderen in einem neuen Licht: nicht in dem, wie ich ihn gerne hätte, sondern wie er ist.

Unser Gefühl zu lieben wird, wenn wir das wollen, immer unabhängiger davon, was der andere tut und speist sich mehr und mehr aus dem, wie wir unser eigenes Leben gestalten; ob wir zum Beispiel mit Esprit an unser Tagwerk

ausführen. Wir kommen dann liebend nach Hause und freuen uns daran, unsere neuen Entdeckungen zu teilen.

Ob du den richtigen Partner hast, hängt davon ab, wie du lebst. Lebendige Partnerschaften sind darauf ausgelegt, dass sie das Wachstum, die Schönheit und Wahrheit des anderen wahrnehmen und respektieren. Für mich schließt das auch die Liebe und erotische Anziehung Dritter mit ein.

Es kann eine große Bereicherung sein, wenn wir unsere Sinnlichkeit und Erotik nicht auf einen Menschen beschränken. Manche haben auch lange Zeiten in ihrem Leben gar kein Bedürfnis danach. Wo allerdings die Anziehung zu Dritten aus Angst und mit entsprechendem Druck ausgeblendet wird, wird ein Teil der Lebensenergie zurückgehalten, und die fehlt dann auch in der Beziehung.

Es ist eine große Kunst, klare Bindungen einzugehen und sich gleichzeitig freizulassen. Und es ist ein großes Glück, wenn das gelingt: eine reiche und lebendige Beziehung, die das Herz für alles weitet, was dem Partner im Leben wichtig ist. Beide unterstützen sich in ihrer Gestaltung unserer Welt.

Gemeinschaft ist dafür ein großartiges Umfeld. Da viele Menschen nicht in Gemeinschaft leben, kreieren wir im ZEGG in Seminaren wie 2011 in der Jahresgruppe „Bewusst leben und lieben“ eine ortsunabhängige Gemeinschaft, in der Liebende mehr von diesem Respekt füreinander einnehmen können und sich gegenseitig inspirieren auf ihrem Weg. Die Kunst der Liebe kann man auch lernen, ein gutes Stück jedenfalls.

Oft brauchen wir uns auch nur in diese Richtung zu öffnen, und „Gott“ übernimmt den Rest.

*„Bewusst Leben und Lieben“
Jahresgruppe mit Dolores
Richter und Ulrich Peschel
Beginn 26. - 20.5. 2011, vier
Treffen im Jahr.
www.zegg.de und
www.kreacom.org*



Auf den Spuren von Eros und Spiritualität

Was mich bewegt in einer Gemeinschaft auf Zeit
Von Cornelia Scheidl

Warum lebe ich nach langer Zeit immer noch mit Begeisterung in Gemeinschaft? Von einem bestimmten Moment meines Lebens an wusste ich, dass ich mir an entscheidenden Stellen Alternativen wünsche: beim Kinderaufwachsen – ich habe eine Tochter –, in der Liebe, im Beruf. Für diese Alternative stehe ich heute immer noch und mit dieser Begeisterung habe ich auch den Bogen gehalten übers Jahr für diese Veranstaltung und hoffe, sie drückt sich aus in einem inspirierenden und prickelnden Sommercamp.

Was mein Herz derzeit bewegt, ist meine spirituelle Weiterentwicklung. So spreche ich heute mehr zu den inneren Grundlagen, die Voraussetzung sind für die Verbindung zu anderen Menschen. Seit diesem Frühjahr spüre ich einen verstärkten Impuls, mich meiner spirituellen Entwicklung zu widmen. Ich hatte auch eine Vorstellung, wie das gehen sollte: noch mehr Zeit für Morgenstudium und Meditation, ein immer bewussteres Lauschen auf meine innere Stimme, viel Zeit mit mir in Stille.

Dann kam alles anders. Ich habe auch dieses Jahr wiederum viel Zeit mit dem Tod verbracht, der mir sehr nahe kam. Für mich gehört der Tod ganz natürlich zum Leben, vielleicht weil ich einige Jahre Landwirtschaft betrieben habe und man da ständig mit Geburt und Tod in Kontakt ist. Dennoch, wenn der Tod mir begegnet, ist das sehr berührend und bewegend. Nachdem ich im letzten Jahr meine Schwester beim Sterben und danach begleitet habe, ist dieses Jahr vor kurzem meine Mutter gestorben. Auch sie habe ich dabei begleitet.

Beide Tode waren nicht so, wie ich es mir im Idealfall vorstelle. Dennoch

waren sie sehr intime und besondere Erfahrungen; so zum Beispiel für mich als absoluter Körpermensch das Erleben, wie ein Körper ist, wenn ihn die Seele bereits verlassen hat: eine schlichte, faszinierende Erfahrung. Es ist ein großes Geschenk, Menschen bei diesem Übergang begleiten zu dürfen, die Körper noch ein letztes Mal zu ehren durch Waschen und Salben und Ankleiden, buchstäblich zu fühlen, ja, da ist nun niemand mehr zuhause in dieser Hülle; der Bewohner ist weitergezogen. Auch die Menschen im Umfeld des Verstorbenen zu begleiten und dabei in meiner Ruhe und Kraft zu bleiben, ist ein spiritueller Weg und war mir auch

Cornelia Scheidl hielt diese Rede zur Eröffnung des Sommercamps 2010 und skizzierte Absicht und Struktur dieser elftägigen Veranstaltung – der längsten im Tagungszyklus des ZEGG.

sprünglich Soziologin und Politologin; sie ist vierfache Mutter, Zukunftsforscherin und Visionärin. Inzwischen ist sie eine 81 Jahre alte Frau, die immer noch voll im Leben steht.

In diesem Buch von ihr geht es um den Transformationsvorgang, in dem wir uns menschheitlich gesehen befinden. An diesem Transformationsvorgang wird sich wohl entscheiden, ob die Menschheit ausstirbt oder sich auf ein neues evolutionäres Niveau hebt. Sie nennt den Vorgang die evolutionäre Entwicklung vom homo sapiens zum homo universalis. Ich dachte lange, der



Szenen aus dem Sommercamp 2010: Performance der Kinder beim Plenum ...

deswegen in dieser Form möglich, weil ich meiner spirituellen Entwicklung seit langem Aufmerksamkeit widme.

Auf meinem Weg ist mir ein Buch begegnet, das mich noch immer fesselt. Es gibt Bücher, die fallen mir in die Hand, die kommen zu mir und ich weiss, dieses Buch ist essentiell für mich. So geht es mir derzeit mit einem Werk von Barbara Marx Hubbard: „Vom Ego zur Essenz“. Barbara Marx Hubbard ist ur-

homo sapiens sei sozusagen die Endstation der Entwicklung des Menschen. Aber sich vorzustellen, dass unser evolutionärer menschlicher Weg immer weiter geht und uns kollektiv auf eine neue, noch kaum bekannte Entwicklungsstufe hebt, finde ich faszinierend. Es geht um die Emergenz (die Herauentwicklung) des Universellen Menschen. Wir leben in einer Übergangszeit und befinden uns bestenfalls in der Kindheitsphase dieses universellen

Menschen; eher noch im embryonalen Zustand.

Einige Aspekte aus diesem Buch greife ich im folgenden auf. Die beschriebenen Entwicklungsaspekte laufen meines Erachtens nicht nacheinander, sondern nebeneinander: zum einen meine eigene Weiterentwicklung, meine persönliche Entwicklung zu einem selbstverantwortlichen, die Wirklichkeit mitgestaltenden Menschen. Hubbard nennt dies Ko-Kreativität bzw Mitschöpfertum. Ich habe verantwortlich teil an der Gestaltung unserer Welt; ich werde ein aktiver Teil des Schöpfungsganzen, indem ich mein essentielles Selbst (mein höheres Selbst) immer mehr entwickle und dabei mein Ego (oder niederes Selbst) mit seinen Fähigkeiten integriere, ohne mich mehr von ihm beherrschen zu lassen.

Daneben vollzieht sich die Entwicklung von ko-kreativen Beziehungen. Zitat von Frau Hubbard: „Was kann der Sinn unseres Zusammenseins (als Männer und Frauen) sein, wenn sich unsere Aufmerksamkeit von der Fortpflanzung zur Mit-Schöpfung verschiebt (...)? Was sollen wir als gleichwertige Mit-Schöpfer in einer intimen Partnerschaft tun und sein? ... Wir üben, in Resonanz miteinander zu gehen, um das Essentielle Selbst in uns selbst und in dem anderen zu stärken.“

Der nächste Entwicklungsbereich ist die ko-kreative Berufung: Es gibt in jedem von uns „das leidenschaftliche Verlangen, unsere Begabung einzubringen“, unsere Kreativität auszudrücken, unsere entelechiale Gestalt (die sogenannte „Zielgestalt“) voll zu entwickeln und mit ihr zum Ganzen beizutragen.

Dies können wir am besten, indem wir uns zusammentun zu ko-kreativen Gemeinschaften. Zitat: „Wie können wir, als die Universellen Jugendlichen, die wir sind (bestenfalls!) zusammenkommen, um auf der Grundlage unserer Werte und Sehnsüchte eine neue Kultur aufzubauen? Ich bin davon überzeugt, dass Menschen wie wir an jedem Ort diesen Ruf erschallen lassen können, um sich zu versammeln und einander darin zu unterstützen, im Kleinen die Welt zu erschaffen, die wir uns erträumen. Durch solche gemeinschaftsbildenden Unternehmungen pflanzen wir den Samen für soziales Wohlbefinden

und für neue Modelle eines ko-kreativen Lebensstils. ... Im Zusammenspiel von ko-kreativen Beziehungen und ko-kreativen Gemeinschaften kann sich der Universelle Mensch entwickeln und heranreifen.“

Ein weiteres Zitat: „Hier in Santa Barbara stellen wir fest, dass wir durch unser Zusammensein ein ‚Resonanzfeld‘ erzeugen, das sich so anfühlt, als wären wir auf einer tieferen Ebene mit einem kosmischen Muster in Verbindung. Es ist ein Feld von Agape, von Liebe. (...) Wir streben danach, gute Bedingungen für soziales Zusammenwirken herzustellen, damit jeder von uns seine Kreativität durch die Verbindung mit anderen zum Ausdruck bringen kann, zu seinem eigenen Wohl und zum Wohle der Gemeinschaft. Wir zielen auf einen dreifachen Gewinn: für die Person, für andere und für das größere Schöpfungsmuster, dessen Manifestationen wir alle sind.“

Diese Worte gelten nun nicht nur für Santa Barbara, sondern genauso auch für uns hier. Unser Sommercamp ist eine Einladung an Menschen - an euch, die Gäste und an uns, die ZEGG-Bewohner -, einzutreten in das Übungsfeld zum Mitschöpfertum, das wir hier haben. Für mich geht es darum, eine Basis aufzubauen für ein Engagement in der Welt; die menschliche Basis zu schaffen, so dass jeder und jede von uns zu ihrer ko-kreativen Berufung findet und einen Beitrag leisten kann für den Aufbau einer neuen Kultur, der ihm bzw ihr entspricht.

Wir bauen hier gemeinsam, mit-schöpferisch, einen Platz auf, der den Menschen in allen seinen Aspekten berücksichtigen möchte: emotional, physisch-materiell, geistig, spirituell, sexuell. Wir haben versucht, alle diese Aspekte auch bei der Planung dieses Camps im Blick zu haben.

Wir alle sind hier während dieses Sommercamps eine Gemeinschaft auf Zeit. Wir sind wie ein Stamm, der einmal im Jahr von überall her zusammenkommt. Grundlagen von Gemeinschaft

sind erfahrbar und erfüllbar in unserer Gemeinschaft auf Zeit. Entscheidende Grundlagen von Gemeinschaft sind Vertrauen, Transparenz und gegenseitige Unterstützung. Unsere Dorfgruppen sind dafür ein Übungsfeld und eine Einladung, diese Grundlagen zu erfahren und zu nutzen. Die Dorfgruppen sind eine Möglichkeit, sich emotional zu nähren und das Forum zu nutzen, um sich sichtbar zu machen in dem, wer man ist.

Unser Geist soll genährt und inspiriert werden durch Vorträge und Erfahrungsräume im Großen.

Für die körperliche Entwicklung und Freude bieten wir Bewegungskunst am Morgen und jeden Nachmittag Volleyball an. Nicht zu vergessen den Tanz!

Der spirituelle Aspekt bekommt Nahrung durch mehrere Meditationsange-



... Cornelia Scheidl bei ihrem Vortrag ...

bote sowie durch zwei große spirituelle Rituale, die wir jeweils an den Wochenenden gemeinsam begehen werden.

Sowohl Spiritualität als auch Sinnlichkeit und Sex sind willkommen an diesem Ort. Spirituelle Liebe und körperliche Liebe sollen ihren Platz haben im Dorfleben. So haben wir seit einiger Zeit einen Ort der Stille und der Meditation, über der Dorfkeipe, der immer geöffnet ist. Und wir haben den Blauen Salon als diskreten und geschützten Ort für die sinnliche Liebe.

Damit bin ich auch schon beim fünften Aspekt des Menschseins gelandet: Liebe und Sexualität. Was bedeutet es, im Gemeinschaftsaufbau diesen menschlichen Kernbereich nicht auszuklamern? Er steht im Zentrum unserer Kulturidee. Ich vermute, wir alle sind

deswegen hier; jeder an seiner Stelle der Entwicklung.

Das gilt selbstverständlich auch für mich, in meinem Alter von 50 Jahren.

Eros für mich? Es gibt viele Fragezeichen, das Thema ist nicht so in meinem Vordergrund derzeit; ich bin in den Wechseljahren, und so schwankt mein erotisches Empfinden in einer Skala von „damit hab ich gar nix zu tun“ bis hin zu „oh ja“. Was ich mir wünsche, ist – neben vertieften Freundschaften mit Männern - einfacher Sex ohne Beziehungsverwicklungen; Männer, die von sich aus mit einem sexuellen Impuls auf mich zukommen, weil sie ebenfalls Lust auf Sex haben, auf freudigen, freundschaftlichen, sexuellen Austausch. Ein süßes belebendes „Nebenbei“.

Ganz egal, wie sehr ich gerade persönlich mit dem Eros verbunden bin: was für mich große Bedeutung hat, ist das Geschenk für uns Frauen, sein zu dürfen – geschichtlich gesehen. Nach

was es braucht, damit sich Frauen an dieser Stelle befreunden. „Frauenfreundschaft“ ist schnell ausgesprochen und zunächst mal relativ leicht zu erzeugen. Aber wie wird sie tragfähig, auch wenn ich den Mann meiner Freundin begehre? Wie kann ich mich so transparent machen, dass Vertrauen entsteht in der anderen Frau? Wie kann ich mit ihren tiefsten Schatten, ihren dunkelsten Seiten umgehen lernen? Und meine sichtbar machen? Wage ich es, anderen Frauen meine tiefste Sehnsucht und meine Ängste zu offenbaren? Dann kann Freundschaft entstehen, wird eine angstfreie Liebe ermöglicht.

Ein ganz wichtiger Baustein in meiner Entwicklung ist es, meine sinnlich-erotische Liebe zu den Frauen immer mehr zu entdecken, zu pflegen und auszubauen. So ist im letzten Jahr mein Wunsch nach einer sinnlichen Freundin in Erfüllung gegangen, was mich mit Dankbarkeit erfüllt. Hier ist eine Möglichkeit, bei meinem eigenen Geschlecht Heimat und sinnliche Erfüllung zu fin-

erfordert und nicht immer angenehm ist, genauso wie die Versöhnung zwischen Mann und Frau.

Ich habe heute viel von mir gesprochen, von einer Frau Anfang 50.

Am anderen Ende der Altersskala gilt vieles von dem, was ich gesagt habe, auch für die jungen Menschen, und ich freue mich, dass sie unseren Platz für ihre Fragen in der Liebe nutzen. Wir haben gut 40 Jugendliche hier am Platz, was fulminant ist. Für sie hat das Zusammenkommen hier im ZEGG in den letzten Jahren immer größere Bedeutung bekommen. Auch sie möchten diesen Raum nutzen um sich zu treffen, sich zu begegnen, sich zu befreunden, um ihre eigene Gemeinschaft auf Zeit aufzubauen.

Für unseren Platz gilt ein „du darfst“ im Sinnlichen und Sexuellen. Das heißt, ich darf mich ausprobieren, auch mal wagemutig sein. UND: dies ist ein Platz des Schutzes, zum Beispiel für junge Leute, die sich auf den Weg machen, sich erotisch zu erfahren, ihre Wirkung zu testen auf andere Menschen, auf das andere Geschlecht. Das sollen sie voll tun dürfen. Die Erwachsenen dürfen das wahrnehmen, sich freuen in respektvollem Abstand. Gerade junge Frauen brauchen den Schutz, sich voll ausdrücken zu können, sich zeigen zu können ohne von Erwachsenen in die Enge gebracht zu werden. Achtsame Anteilnahme und Schutz durch die Erwachsenen bedeutet, die jungen Menschen sehr wohl auch in ihrem sexuellen Wesen wahrzunehmen, aber im Kontakt mit ihnen das eigene Bedürfnis herauszuhalten.

Nach dem Blick auf die Frauen und Jugendlichen begrüße ich nun auch viele Kinder, die im und rund um das Kinderhaus ihr eigenes Camp mit ihren Betreuern gestalten, sowie die älteren Menschen hier, die über 60jährigen. Eure Lebenserfahrung und euer Wissen sind herzlich willkommen. Ich respektiere euren Mut, auch im fortgeschrittenen Alter einen Aufbruch zu wagen! Danke für Eure Aufmerksamkeit.

Cornelia Scheidl lebt seit 14 Jahren im ZEGG und arbeitet in der Finanzverwaltung. Sie ist auch die Hüterin des Blauen Salons.



... und die ZEGG-Gemeinschaft beim täglichen Organisationstreffen.

jahrtausendelanger Unterdrückung der weiblichen Sexualität haben wir in unserer Kultur die Möglichkeit, uns als Frauen voll sexuell ausdrücken zu dürfen und wählen zu können, ob ich gerade nur den einen begehre oder ob ich zu vielen möchte und darüber keine Verurteilung zu erfahren. Wir sollten uns dessen gut bewusst sein und Mitgefühl und Unterstützung all den vielen Millionen Frauen schenken, deren Lage auch heute noch katastrophal ist.

Eine wichtige Frage auf diesem neuen Weg von Eros, Sex und Liebe ist die,

den, mich so immer tiefer mit „Frau“ an sich zu befreunden und von da aus zu den Männern zu gehen.

Für die Verständigung mit dem eigenen Geschlecht auf diesem Sommercamp haben wir Frauen- und Männerplätze eingerichtet, eine bereits bewährte Sache. Zusätzlich widmen wir dieses Mal einen ganzen Tag den Männern und den Frauen, mit viel Zeit für die Geschlechter unter sich. Letztendliche Versöhnung innerhalb der Geschlechter ist nach meiner Erfahrung aber ein Prozess, der Zeit und Aufmerksamkeit

Über Dankbarkeit, Vergebung und die Kraft der Entscheidung

Eine spirituelle Rede aus der Silvester-Tagung

Von Ulrich Peschel

Wir haben eingeladen zum 20. Silvestertreffen im ZEGG mit dem Motto „Die Kraft der Entscheidung“. In unserer Einladung haben wir Dhyani Ywahoo, eine Cherokee-Indianerin, zitiert, die sagt: „Mit der bewussten Entscheidung, in heiliger Weise zu leben, ziehen wir die Informationen, das Verständnis und die Lehren an uns heran, die uns helfen werden, unsere Gaben zum Wohle aller zu entfalten.“

Dieser Satz hat es in sich und er beinhaltet einige Aussagen.

Da heißt es am Ende: Wir können unsere Gaben zum Wohle aller entfalten. Alle Gaben entfalten sich zum Wohle aller, deine Gaben genauso wie meine. Entwicklung von Individuum und Gemeinschaft sind kein Widerspruch. Und: uns wird dabei geholfen, diese Gaben zu entwickeln:

Wir ziehen die Informationen, das Verständnis und die Lehren an uns heran, die wir dazu brauchen.

Nur. Was heißt es, in heiliger Weise zu leben?

Was heißt das für dich, in heiliger Weise zu leben?

Was heißt es für mich, in heiliger Weise zu leben?

Ist es für jeden das gleiche?

Welcher Geist erfüllt mich?

Wonach strebe ich?

Was macht mein Glück aus?

Welche Entscheidung steht da möglicherweise an in unserem Leben?

Zu diesen Fragen möchte ich sprechen und versuchen, erste Antworten zu geben.

Ich spreche dabei aus der Position eines Forschenden. Ich habe keine fertigen Antworten. Der Vortrag soll auch nicht vollständig sein. Ich kann und will auch kein fertiges Rezept liefern. Ich will euch anregen, selber zu forschen: Was macht dich offener, ehrlicher, herzlicher, lebendiger? Was steigert in dir die Kraft und die Lebensfreude? Wann fühlst du dich mitten drin im Strom des Lebens?

Was heißt es, in heiliger Weise zu leben? Auf der Suche nach Antworten fiel mir die neuformulierte Vision des ZEGG ein, die wir im September 2009 verabschiedet haben:

„Wir Menschen leben im Bewusstsein der Verbundenheit. Dies befähigt uns, spirituell wach im Einklang mit unserer sinnlichen und sexuellen Natur und der Schöpfung zu leben. In Schönheit, Freiheit und Fülle.“

Okay: Wir Menschen sind über das Netzwerk des Lebens verbunden mit allen anderen Menschen,

mit deinen Verwandten genauso wie mit den Bewohnern von Belzig, Angela Merkel und dem Papst. Wir Menschen sind verbunden mit den Tieren; den Hunden, Katzen, Igel, Mäusen, Mardern.

Wir sind verbunden mit den Pflanzen; den Kiefern, Sonnenblumen und Gräsern. Wir sind mit allen Elementen verbunden: der Erde, dem Wasser, der Luft und dem Feuer.

Wir Menschen sind verbunden. Aber leben wir im Bewusstsein der Verbundenheit? Kann es dann noch Feinde geben?

Wir alle leben und erforschen das Abenteuer Menschsein.

Trennung entsteht, wenn ich unterscheide nach Gut und Böse, Richtig und Falsch; wenn ich urteile.

Verbundenheit braucht den Nährboden der bedingungslosen Akzeptanz, dessen was ist. Akzeptieren bedeutet, etwas so anzunehmen, wie es ist.

Akzeptanz heißt nicht automatisch, etwas gut zu heißen oder es gar zu unterstützen.

Wenn ich die Tatsache akzeptiere, dass es Atomkraftwerke gibt, bedeutet dies nicht, dass ich sie gut finde. Aber kann ich mich so weit in die Menschen einfühlen, die Atomkraftwerke befürworten, dass ich sie in ihrer Weltsicht verstehen kann? Spüre ich, wie sie aus ihrem Blickwinkel das Bestmögliche tun? Dann kann ich mit ihnen in Kontakt treten, von Mensch zu Mensch, verbunden durch das gemeinsame Abenteuer Mensch-Sein. Und in der menschlichen Berührung können sich die Einsichten und Ansichten wandeln. Und konstruktive Lösungen gefunden werden, die auf Kooperation beruhen. Solange Wille gegen Wille steht, gibt es keine befriedigenden Lösungen.

Akzeptanz heißt noch nicht einmal, etwas auf Dauer zu tolerieren. Dass Menschen zum Beispiel auf der Erde verhungern, obwohl es genug Lebensmittel für alle gibt.

Bei Akzeptanz geht es nur darum, die Dinge zu sehen, wie sie sind; wie sie wirklich sind, nicht, wie wir sie haben wollen. Akzeptanz heißt, den Widerstand gegen die Wirklichkeit aufzugeben. Akzeptanz heißt, etwas als das anzunehmen, was es ist; Einsicht in den Unsinn des Widerstandes gegen die Wirklichkeit. Wir müssen das, was ist, nicht schön finden. Die Wirklichkeit wirkt, ob wir sie anerkennen oder nicht. Nur wenn wir die vorgefundene

Wirklichkeit annehmen, können wir sie auch in unserem Sinn beeinflussen.

Wenn es einen Konflikt gibt zwischen dem, was ist, und dem, was wir denken, dass es sein sollte, dann gibt es keine Klarheit, kein wirkliches Sehen. Und dann finde ich auch nicht den Punkt, an dem ich etwas zur Veränderung der Situation beitragen kann. Akzeptanz dessen, was ist, ist die einzige Grundlage für menschliche Entwicklung.

Wann kann ich mich selbst ganz akzeptieren?

Oft haben wir Mangel an Selbstvertrauen und den Eindruck, nicht liebenswürdig zu sein.

Wir denken häufig: „Könnten die anderen sehen, wer ich wirklich bin, würden sie mich ablehnen müssen.“

Der Psychotherapeut Richard Beauvais sagt dazu: „Wir sind hier, weil es letztlich kein Entrinnen vor uns selbst gibt. Solange der Mensch sich nicht selbst in den Augen und Herzen seiner Mitmenschen begegnet, ist er auf der Flucht. Solange er nicht zulässt, dass seine Mitmenschen an seinem Innersten teilnehmen, gibt es für ihn keine Geborgenheit. Solange er fürchtet, durchschaut zu werden, kann er weder sich selbst noch andere erkennen – er wird allein sein. Wo können wir solch' einen Spiegel finden, wenn nicht in unseren Nächsten. In der Gemeinschaft kann ein Mensch richtig klar über sich werden und sich nicht als den Riesen seiner Träume oder den Zwerg seiner Ängste sehen, sondern als Mensch, der – Teil eines Ganzen – zu ihrem Wohl seinen Beitrag leistet.“

Wann gelingt mir das Akzeptieren auch bei meinen nächsten Menschen, den Liebespartnern, den Eltern, den Kindern, den Geschwistern?

Wie häufig wollen wir sie verändern? Könnten sie nicht ein wenig rücksichtsvoller zu mir sein? Oder mir mit mehr Respekt begegnen? Wann schaffe ich es, den Anderen anzunehmen, wie er ist: sie oder ihn nicht verändern, nicht kontrollieren, nicht manipulieren zu wollen? Wie schaffe ich es, nicht anzugreifen, nichts zu verleugnen, mich nicht zu verteidigen? Dann gibt es kein Opfer, keinen Täter, keinen Ankläger, keinen Angeklagten. Wie schaffe ich es, mitzufühlen, Anteil zu nehmen? Kann ich mich auf den anderen einlassen und



„Wir Menschen sind verbunden mit den Hunden, Katzen, Igel, Mäusen, Mardern, Möwen.“

ihn gleichzeitig sein lassen? Passe ich mich an, um der Harmonie willen? Und wann verlange ich – wie subtil auch immer – Unterordnung unter meinen Willen?

Deshalb gilt: Lerne die Dinge so zu sehen, wie sie sind. Lerne, mit dem zu sein, was ist: ohne Meinung, ohne Urteil, ohne Erinnerung.

Lerne, direkt und unmittelbar wahr zu nehmen.

Wenn ich so wahrnehme, bin ich mit-tendrin im Fluß des Lebens. Und damit auch im Glück.

Glück kommt aus der Übereinstimmung mit dem Fluß des Lebens.

Glücklich werde ich, wenn ich alles will, was ich bekomme.

Wenn mein Glück davon abhängt, daß ich alles bekomme, was ich will, werde ich bestimmt unzufrieden und unglücklich.

Ein Beispiel: Wenn mein Glück davon abhängt, ob ich mit der Frau in Kontakt komme, die mir so gut gefällt, die etwas Schönes in mir zum Schwingen bringt – könnte ich nicht erst einmal inne halten und beobachten, was es denn ist, was mich da so zum Schwingen bringt? Ich könnte davon ausgehen, dass ausgelöst durch diese Frau eine Seite von mir ins Klingen kommt, die ich noch nicht bemerkt hatte. Eine Seite, die gelebt werden will, eine Seite, die mich mehr zum Strahlen bringt, wenn ich sie zeige und lebe. Und diese Selbsterkenntnis bleibt mir, egal ob ich nun mit dieser Frau in Kontakt komme oder nicht. Wer sein inneres Wesen, seinen Kern zum Strahlen bringt, erfährt einen Kraftgewinn. Und mit dem Strahlen steigen die Chancen allemal, die Frau anzuziehen, die in Resonanz zu meinem Wesen ist.

Was kann ich für Verbundenheit tun, wie baue ich Trennung ab? Was kann ich dazu beitragen, dass sich Vertrauen unter Menschen vermehrt?

Ich kann mich dafür entscheiden, die Wahrheit in mir und in den anderen entdecken zu wollen, und meine Wahrnehmungen ungefiltert, unzensiert mitteilen.

Ich kann mich dafür entscheiden, mich zu öffnen, nackt zu machen, verletzlich und verwundbar zu sein, besonders in den sensiblen Bereichen rund um Sex, Liebe, Macht und Geld.

Ich kann mich dafür entscheiden, alle Gefühle, d.h. auch Wut, Angst, Schmerz, Trauer, Neid, Eifersucht, zu teilen, ohne sie den anderen überzustülpen oder damit den Raum zu bestimmen. Ich kann mich dafür entscheiden, mit anderen mitzufühlen, eins mit dem anderen zu sein, „in den Mokassins des anderen zu gehen“.

Ich kann mich dafür entscheiden, meine Träume und Phantasien auszudrücken.

Ich kann mich dafür entscheiden, die Grenzen des anderen zu respektieren, damit sich Ängste in Vertrauen wandeln können.

Ich kann mich dafür entscheiden, meine Berührung zu zeigen, z.B. mich mit zu freuen, indem ich dem anderen eine Umarmung schenke.

Ich kann mich dafür entscheiden, meine Herzenswünsche frei zu äußern.

Ich kann mich dafür entscheiden, die Schönheit im anderen zu sehen und sie ihm zu offenbaren.

Ich kann mich dafür entscheiden, die anderen im Alltag zu unterstützen.

Ich kann mich dafür entscheiden, nicht zu urteilen in Gut und Schlecht, in Richtig oder Falsch.

Ich kann mich dafür entscheiden, nicht zu vergleichen - beim Vergleichen ziehe ich immer den kürzeren; immer fehlt etwas zum Glück.

Ich kann mich dafür entscheiden, nicht schlecht über andere zu reden.

Ich kann mich dafür entscheiden, Zeiten und Räume in meinem Leben zu schaffen, wo ich die innere Stimme, die Stimme Gottes hören kann.

Ich kann mich dafür entscheiden, keine Entscheidung im Zustand der Angst oder Wut zu treffen. In diesen Situationen ist der Blickwinkel eingeschränkt; ich kann nicht mehr sehen, was wirklich los ist. Wenn ich in Zuständen von Angst oder Wut entscheide, füttere ich damit Angst bzw. Wut und damit Trennung. Ich kann mich dafür entscheiden, für meine Entscheidung Verantwortung zu übernehmen; d.h. nach der Entscheidung nicht mehr zurück zu schauen und zu überlegen, ob die Entscheidung wohl richtig war. Bei diesen Überlegungen verliere ich die Gegenwart aus

den Augen und verliere an Kraft, die ich für die Umsetzung der Entscheidung brauche.

Ich kann mich dafür entscheiden, nach einer Entscheidung dran zu bleiben. Häufig kommen nach einer Entscheidung Widerstände auf. Denn es gibt eine Tendenz, das Alte zu bewahren. Da heißt es, einfach dran zu bleiben.

Ich kann auch entscheiden, Herzensqualitäten auszubilden. Herzensqualitäten nähren Glück und Verbundenheit. Ich kann mich für sie bereit machen, ihnen Raum in mir geben. Willentlich herbeiführen kann ich sie nicht.

Von dort kommt auch die Dankbarkeit. Dankbarkeit ist wie ein Blitz aus dem Innersten. Sie ist das völlige Einverständnis sein mit dem, was ist. Dankbarkeit versöhnt mit allem, kennt keine Feindschaft und ist eine revolutionäre Haltung dem Leben gegenüber.

Dankbarsein hat eine ungeheure Kraft. Sie verscheucht den Mangel, bringt Fülle und unterwandert das Konsumverhalten. Wer dankbar ist, läßt sich nicht mehr einreden, dass er dieses oder jenes Produkt kaufen muss, um glücklich zu werden. Dankbar zu sein, ist ein Zustand des Glücks. Dankbarkeit macht froh und ausgeglichen. Sie erfüllt mit Sinn und tiefer Wertschätzung.

Dankbarkeit ist keine aufgesetzte gesellschaftliche Moral. Sie ist nicht das höfliche Danke-sagen für eine Hilfeleistung oder für ein Geschenk. Das ist oft nicht mehr als eine gesellschaftliche Floskel. Dankbarkeit ist kein über die Lippen gepreßtes Danke.

Und auch hier gilt: akzeptiere, was ist. Sei authentisch. Wenn du nicht dankbar bist, sage nicht danke. Versuche nicht, zu spielen, was du nicht bist. Das bringt dich nur weiter von dir weg und du verlierst dich in Anpassung an Konventionen. Du kannst nicht gleichzeitig im Vorwurf sein und dankbar.

Wir meinen oft, wir hätten Rechte, dürften Ansprüche stellen, die natürlich immer im Widerspruch stehen zu dem, was tatsächlich stattfindet. Wir meinen, dass das Leben mit uns unschön umspringt, wir fühlen uns zu kurz gekommen, vom Leben betrogen.

Die Anklage oder Vorwurf richtet sich gegen das Leben selbst. Dankbarkeit käme uns da wie ein Hohn vor.

Momente der Dankbarkeit zu kultivieren, führt raus aus dem Vorwurf.

Schau regelmäßig am Abend, für was du dankbar bist! Was hat dich berührt? Am Anfang werden es wahrscheinlich eher die angenehmen Ereignisse sein. Nach ein paar Wochen kommen dann möglicherweise auch herausfordernde Situationen hinzu, an denen du wachsen konntest. Die Sicht auf dein Leben wandelt sich. Fülle stellt sich ein.

Es gibt so vieles, wofür wir dankbar sein können. Zum Jahreswechsel tut es gut, mal innezuhalten, sich einen Moment der Stille zu gönnen und sich zu fragen: Für was bin ich im ablaufenden Jahr dankbar? Was feiere ich? Wo habe ich Erfolge gehabt? Was ist mir gelungen? Welche Geschenke hat mit das Leben gebracht? Wo habe ich liebevolle Begegnungen gehabt? Wo fühlte ich mich geborgen? Was habe ich dankenswerterweise an und in mir gesehen, was ich verändern möchte?

Dankbarkeit ist die eine Qualität, zu der ich euch ermuntern möchte, darin zu wachsen. Verzeihen ist deine andere.

Verzeihen, Vergessen, Versöhnen - ich gebrauche die Begriffe gleichwertig. Für mich bedeutet es, in Frieden kommen mit der Vergangenheit. Nichts länger nachtragen, den Streit beilegen. Nicht mehr nach Gerechtigkeit für das Geschehene verlangen. Den Anspruch auf Wiedergutmachung aufgeben.

Verzeihen heißt auch, den naiven Glauben an eine ideale Welt, in der alle Menschen insbesondere mir liebevoll und voll Verständnis begegnen, aufzugeben.

Keine Rache mehr planen. Verzeihen heißt, den Kreislauf von Verletzung, Rache, erneuter Verletzung zu durchbrechen. Die Feindschaft zu beenden. Das schafft Verbundenheit.

Verzeihen verbindet mich wieder mit dem Teil in mir und den Menschen, von denen ich mich in der Vergangenheit getrennt hatte. Dieses oder jenes wollte ich bei mir oder anderen so nicht haben.

OSTERTRANCE RITUAL

21.–25. April 2011 im ZEGG

Ostern ist die Zeit, wo das Leben neu erwacht aus der Todesstarre des Winters, Jesus stirbt und aufersteht und die Osterfeuer entzündet werden. Ostern verbindet uns mit dem Kraftstrom keltischer und christlicher Tradition, die wir in gleicher Weise ehren wollen.

Über acht Jahre haben wir ein kraftvolles Ritual entwickelt, um durch verschiedene Formen des Trancetanzes in Momente von lebendiger Präsenz, tiefer Stille und heiliger Freude einzutreten.

Wir lassen unsere Körper tanzen, um aus unserem alltäglichen Bewusstsein auszusteigen. Wir erleben die Kraft der Gemeinschaft, die uns durch die durchtanzte Nacht in den Morgen trägt. Die Kraft, die uns zur Verfügung steht, wenn wir uns selbst „vergessen“ und Teil von etwas Größerem werden.

STIRB UND WERDE



Idee und Koordination:

Karsten Guschke, Ulrich Peschel,
Eva Weigand

Mitwirkende:

Christiane Mrozek (Referentin und
Initiatorin des Oster-Trancerituals)

Thomas Ritthoff

(Rhythmiker, Percussionist, Musiker)

Antonius Zehringer

(Künstler, Philosoph, Kunstschmied)

Johanna Nickl (Lehrerin
für indian.-schaman.
Wissen)

Techno – Rituelle Trance-Nacht mit Liveinstrumenten – Bandana

Verzeihen heißt nicht vergessen, Schwamm drüber, vergessen wir es, es war ja nicht so schlimm. Das schafft keinen Frieden. Wo Verzeihung zum guten Ton gehört, schleicht sich schnell Unehrllichkeit ein. Und Unehrllichkeit schafft gewiß keinen Frieden.

Kränkungen, Benachteiligungen, Treuebrüche, Gleichgültigkeit hat wahrscheinlich jeder in seiner Kindheit erlebt, fühlte und fühlt sich verraten, verkannt, vernachlässigt. Wir schleppen unverarbeitete Verluste und Verletzungen mit uns herum. Kleinste Auslöser können einen in die Vergangenheit katapultieren. Unterbewusste, d.h. verleugnete, verdrängte, unterdrückte Kränkungen bestimmen dann die Situation. Das macht es dann schwer, in der Gegenwart angemessen zu reagieren.

Oft merken wir gar nicht bewusst, welche Folgen Situationen haben, in denen wir uns verletzt oder ungerecht behandelt fühlen. Aber wir vermeiden Kontakt mit Menschen und Orten, kreisen mit den Gedanken um das Erlebte, spüren Haß und Groll und suchen Gerechtigkeit.

In der Vergangenheit sind Verletzungen oder Kränkungen passiert. Das ist nicht zu ändern. Was ich ändern kann ist meine Haltung dazu und ob ich will, dass mich noch nach vielen Jahren diese Ereignisse der Vergangenheit im Griff haben. Will ich das? Das ist eine Frage der Entscheidung.

Wo bin ich zur Versöhnung in meinen Beziehungen aufgerufen? Verletzungen in nahen, intimen Beziehungen sitzen oft besonders tief. Oft bin ich an einem bestimmten Punkt nicht mehr bereit zu verzeihen.

Versöhnung mit den Eltern, mit jetzigen und ehemaligen Liebespartnern, mit Freunden und vermeintlichen Feinden, mit unseren Kindern - wo stehe ich da?

Wo empfinde ich Groll und Rachegefühle: das zahle ich noch heim. Wo habe ich eine offene Rechnung, die ich noch beglichen haben will? Wo bin ich in Unfrieden?

Auch hier ist es gut zu schauen, wo ich gerade stehe. Um zu akzeptieren, was ist. Sei genau in der Betrachtung. Beschumele dich nicht selbst. So wie du bist, bist du okay. Bist du bereit zu verzeihen? Oder bist du es nicht?

Du darfst wütend sein über das, was geschehen ist. Richte die Wut nicht gegen andere und auch nicht gegen dich selbst. Ich selbst habe Verzeihen gelernt aus der Einsicht, was Ärger, Groll und Haß aus mir machen: einen verbitterten und rachsüchtigen Menschen. Ich habe gemerkt, wenn ich nicht verzeihe, zerstört dieser Groll immer mehr Lebensfreude. Ich selbst leide

Anreise: Do. 21.4. ab 15 Uhr | Abreise: Mo. 25.4. ab 13 Uhr

Preis bis 17.3.: € 150,- U&V + € 155,- Tagungsgebühr + € 6,- Kurtaxe
danach € 150,- + € 200,- Tagungsgebühr + € 6,- Kurtaxe
Ermäßigte Preise für Jugendliche, Studierende und Azubis

an meinen ungelösten Konflikten und Groll am meisten. Ich verzeihe nicht um der anderen willen, sondern um meinetwillen. Verzeihen ist kein Gebot und kein moralischer Anspruch. Verzeihen ist ein Akt der Selbstliebe.

So habe ich angefangen zu verzeihen. Am Ende bin ich damit noch nicht. Beim Verzeihen entsteht letztlich eine Weite im Herzraum. In dieser Öffnung kann ich mitfühlen und verstehen. Ich spüre mehr Freude und Leichtigkeit. Verzeihen eröffnet mir den Schritt raus aus der Ohnmacht, aus dem Opfersein. Mit jedem Verzeihen werde ich gnädiger zu mir und zu meinen Mitmenschen.

Wie geht Verzeihen?

Verzeihen ist eine Kunst, die ich nicht selten alleine lernen darf. Was es braucht, ist die Bereitschaft des Herzens, zu verzeihen. Das andere – das Wissen und die Methoden, die Men-



Ulrich Peschel

schen, die einen begleiten – finden sich dann schon.

Ein paar Hinweise möchte ich aber geben:

Zunächst ist es hilfreich, einmal bereitwillig hinzuschauen, was denn wirklich gelaufen ist. Das heißt nüchtern hinzuschauen, objektiv hinzuschauen. Es geht darum, die Wirklichkeit zu sehen, d.h. zu akzeptieren, was und wie es ist. Das genaue Hinschauen kann eine aufwändige Angelegenheit sein. Bei manchen Prozessen wie bei schweren Verletzungen in der Kindheit kann es jahrelange Therapie oder eine andere Art innerer Arbeit benötigen, um bis an

diesen Punkt zu kommen: Was ist tatsächlich geschehen?

Kann ich den Gedanken zulassen, dass meine Seele genau diese Erfahrungen in mein Leben gezogen hat, damit ich lernen und daran wachsen kann?

Vermeintliche Übeltäter sind dann Helfer auf unserem Wachstumsprozeß.

Es bedingt weiterhin die Bereitschaft sich zu fragen, was es jetzt zu lernen gilt, so dass ich bei der nächsten ähnlichen Gelegenheit anders handle. Was kann ich mir tatsächlich vornehmen? Wie anders will ich es machen?

Und dann geht es auch noch darum, bereit zu sein, den Schmerz und die Trauer über das Verpasste loszulassen.

Viel von unserem Potenzial kann sich entfalten, wenn Verletzungen und Kränkungen kein Hindernis mehr sind. Oft haben wir Verletzungen ja genau in dem Bereich erlitten, wo wir am meisten aus der gesellschaftlichen Norm herausgefallen sind; das heißt da, wo unsere Einzigartigkeit verborgen ist. Der Psychologe und Autor James Hillmann sagt: „Wir sollten uns unsere Verletzungen nicht nur als Wunden vorstellen, die geheilt werden müssen, sondern als Salzminen, aus denen wir etwas Kostbares und Wesentliches gewinnen, ohne das unsere Seele nicht leben kann.“

Die Entscheidung, in heiliger Weise zu leben, bedeutet ein großes JA zum Leben. Spring in den Strom. Schwimme! Bleib nicht ängstlich am Ufer stehen. Spring oder begib dich – am Anfang vielleicht noch zögerlich, dann mutiger – hinein in den Lebensstrom. Das Leben ist nur jetzt!

Ulrich Peschel ist im ZEGG u.a. Koch, Seminarleiter und Vater. Zusammen mit Dolores Richter veranstaltet er 2011 die Jahresgruppe „Bewusst leben und Lieben“.

Rituale für das Leben mit dem Tod

Hagara Feinbier, Veranstalterin des „Come Together Songfestivals“, probiert Neues: eine Tagung zum Thema Leben und Tod, Sterben, Trauern und Bestatten. Sie findet im ZEGG statt vom 6. bis 9. Oktober 2011 und trägt das Motto: „Leben. Sterben. Feiern. Lebenswissen zum Tod – Lieder und begleitende Rituale“.

„Sterben, Tod und Trauern sind natürliche Anteile unseres Lebens“, schreibt Frau Feinbier in ihrer Einladung, „und sie sind besonders: ein Mysterium. Gleichzeitig sind sie für viele von uns besetzt mit Fragen und Ängsten. Wir hätten das gern anders!“ Die Veranstaltung bietet einen Rahmen, sich mit Menschheitswissen zu Tod und Trauer zu befassen; Gefühlen und Handlungsimpulsen angesichts des Todes Raum zu geben und Formen des lebendigen Umgangs damit weiter zu entwickeln. Dazu wird besonders die Gestaltung von Ritualen und rituellen Abläufen gehören. Auch Kinder und Jugendliche sind zu dieser Tagung eingeladen. „Sie haben ein elementares Recht, an allem beteiligt zu sein, was ihr Leben angeht. Häufig haben sie ein unbefangenes Umgehen mit dem Tod, von dem wir Erwachsenen einiges lernen können“, sagt Hagara Feinbier.

„Tod und Trauer brauchen auch Gemeinschaft. Der Einzelne ist oft überfordert, ausschließlich individuell mit existentiellen Themen und Lebenssituationen umzugehen. In Gemeinschaft dienen Austausch, Musik und Rituale dazu, uns aufgehoben zu fühlen, uns auszudrücken und mitzuteilen, was uns bewegt. Dank und Klage, Bitten und Wünsche, Abschied, Verbundensein und eigener Neubeginn. Das stärkt uns und verbindet uns mit unserer Seelentiefe und Lebenskraft.“ Eine Reihe von ReferentInnen wird bei dieser Tagung mitwirken. Mehr Infos: www.leben-sterben-feiern.de

„Was ich heute mit Euch teilen möchte, ist etwas sehr Tiefes“

Ein Tag im Sommercamp mit Frank Fiess

Frank Fiess erzählte an diesem Vormittag Ende Juli von sich und aus unserer gemeinsamen Welt. Einen Teil seiner Rede drucken wir hier ab. Dazu einen kleinen Ausschnitt aus der Meditation, zu der er alle Zuhörer einlud. Später am Tag erschuf er einen rituellen Raum der Herzöffnung, der viele Menschen tief berührte. Frank Fiess ist Buchautor („Du bist der Mann Deines Lebens“), Diplom-Pädagoge, Heilpraktiker für Psychotherapie, Tantra- und Yogalehrer und Therapeut für integrative Körperpsychotherapie. Gemeinsam mit Michael V. Kuhn leitet er in Berlin das 1991 gegründete Institut für Lebenskunst und Tantra.

Es ist eine Ehre für mich, hier sein zu dürfen und ich freue mich sehr, dass die Gemeinschaft mich eingeladen hat. Ich war hier 1991, 92, 93, dann viele Jahre nicht mehr. Und ich habe immer das ZEGG mit Liebe betrachtet und das was passiert. Menschen von unserem Institut kommen hierher. Und es geht immer hin und her.

Insofern bedeutet es mir sehr viel, heute hier zu sein zu dem Feiertag, den ich erklären werde, nachher.

Ich möchte auch meine Anerkennung ausdrücken. Ich war bis jetzt 22 Jahre Lehrer für viele Tausend Menschen, und ich weiß was es bedeutet, so etwas aufzubauen und so ein Sommercamp zu machen. Ich habe gesehen, hier sind viele viele Kinder und Jugendliche, und hier sind 200 Erwachsene. Es

ist eine große Leistung; ich möchte der Gemeinschaft und den Menschen, die das tragen, meine Anerkennung geben. Ich finde das wirklich großartig.

Und es webt auch ein, um was es mir heute geht. Ich bin heute hier nicht als großer Lehrer; ich bin als ein einfacher Mensch hier, als dein Bruder und sonst gar nichts. Auch die Frau ist hier, mit der ich in Berlin zusammen arbeite, Michaela; es ist wunderschön, dass du hier bist! Vieles was ich sage, ist auch die Frucht unserer gemeinsamen Arbeit, unseres Weges.

Es ist auch die Frau hier, die ich sehr liebe, mit der ich den gemeinsamen Weg gehe, Katrin. Und die ganzen Menschen von unserem Team, die auch Ansprechpartner sind, heute vor oder nach dem Workshop. Im Team sind alle Menschen, die die dreijährige Ausbildung bei uns absolviert haben oder schon lange Jahre mit uns sind.

Was ich heute vor allem mit Euch teilen möchte, ist etwas sehr Tiefes. Wenn es Fragen dazu gibt oder Ihr an schwie-

rige Punkte kommt, dann sind die Menschen für Euch da. Lasst sie aufstehen!

Im März fragte Kolja aus dem ZEGG: Willst du zum Sommercamp kommen? Als Referent, als Lehrer. Da habe ich erstmal ja gesagt; ich bin 52 Jahre und immer noch optimistisch. Habe erstmal ja gesagt und dann meditiert, so wie jeden Tag seit vielen Jahren. Und der große Geist sagte: „Geh dahin, du wirst den Menschen von Nutzen sein“. Und das ist mein Anliegen heute. Euch von Nutzen zu sein.

Damit Ihr ein wenig versteht: mein eigener Weg. Ich wurde damals mit 16 Kriegsdienstverweigerer, bin eingetreten in die Deutsche Friedensgesellschaft/ Vereinigte Kriegsdienstgegner (DFGVK), war dort jahrelang sehr aktiv. Dann kam ich 1978 nach Berlin, ging in die Anti-AKW-Bewegung, in die Bewegung für erneuerbare Energien.

Dann kam der Tag, an dem ich eine Wohnung suchte. Am Zoo in Berlin war ich 432. in der Schlange, die auf die „Morgenpost“ wartete. Auf der an-



Frank Fiess bei seinem Vortrag im Großzelt während des Sommercamps

deren Seite standen 130 Wohnungen leer, aber wir standen am Zoo und warteten auf die Morgenpost“.

Durch die Stadt West-Berlin ging damals eine Bewegung, die sagte: „take it - do it.“ So wurde ich ein Hausbesetzer. Wir haben ein Haus in Kreuzberg besetzt, und das waren mit die glücklichsten Jahre meines Lebens; wir hatten ein Café, wir waren ungefähr 25 Menschen, in dieser Zeit, in der eine Menge Lebendigkeit in West-Berlin war.

Eines Abends stand ich vor einem Haus, dort hing „Freiheit für El Salvador / Solidarität mit Nicaragua / Solidarität mit den Hungerstreikenden“, also das ganze Programm; da stand ich vor dem Haus und dachte: Für die äußere Revolution zu kämpfen ist toll, aber Kerl, du bist ja eifersüchtig, du bist ja neidisch; wie wäre es auch mit einer inneren Revolution? Viele die kenne, haben jahrzehntelang angekämpft, gegen das sogenannte „Schweinesystem“. Und mussten dann feststellen, dass wir doch Teile davon durchaus in uns selbst haben. Die äußere Revolution ist gut, dachte ich, aber wenn wir nicht aufpassen, reproduzieren wir immer die gleichen Strukturen, auch wenn wir versuchen, die äußeren Strukturen zu verändern.

Innerlich an mir zu arbeiten, könnte die äußere Revolution nur unterstützen, dachte ich. Ich war 25 und fing an, Therapie zu machen, was man damals so machte: Gestalttherapie, Reiki, humanistische Psychologie usw.

Jetzt ist ungefähr 25 oder 27 Jahre her, dass ich meinen Lehrer getroffen und Gott gefunden habe, den großen Geist in mir. Ich suche nicht mehr irgendwo den großen Geist, sondern habe begonnen, mich ihm in mir zuzuwenden. Worum ich Euch heute auch bitte: sucht

nicht mehr den großen Geist irgendwo, sondern findet ihn in Euch.

Der große Geist hat schon lange den ersten Platz in meinem Leben. Dieser Kraft diene ich mit allem, was ich habe; damit, Vater zusein, Mensch zu sein, Mann zu sein. Gerade ist eine spannende Zeit. Letztes Jahr zerbrach meine Ehe nach 13 Jahren, und wie viele Menschen in der Gesellschaft im Moment durchlebe auch ich großen Wandel. Diese Schwingung auf



7 Bäume wurden 20 Millionen: Wangari Maathai.

der Erde, die immer höher wird, bringt alles auf den Tisch, was nicht mehr wahr ist. Die alten Formen werden , und so wurde auch meine gedehnt.

Jetzt bin ich an einem Punkt, und deswegen bin ich auch jetzt hier, an dem meine alte politische Ebene sich trifft mit meinem ganzen spirituellen Weg. Viele Jahre war es so, dass die Spirituellen auf dem Kissen saßen, und die Welt war Maya. Wir können auf dem Kissen sitzen bleiben, aber irgendwann ist das in Gefahr, ein narzisstisches Kreisen um den eigenen Bauchnabel zu

werden. Wenn wir nicht handeln in der Welt, haben wir keine Wirkung.

Das ist, als ob du einen Wasserrohrbruch hast und sagst, das ist Maya; irgendwann wird dann dein Arsch feucht. Es wäre gut, irgendwann das Wasser abzustellen. Dafür ist es wichtig, aufzustehen und etwas zu tun.

In Wahrheit haben wir einfach zwei Beine. Darum geht es in meinem Vortrag und später in meinem Workshop. Das eine Bein: Du bist ein gesellschaftliches Wesen; das ist gesellschaftlich politisches Bewusstsein. Sehr wichtig ist zum Beispiel, was Rob Hopkins andere aufgebaut haben, die „Transition-Town-Bewegung“, mehr als 10000 kleine Gemeinden oder Städte, die darin unterstützt wurden, Erneuerbare Energien in ihre Gemeinwesen zu bringen. Dann gibt es Bewegungen wie in Brasilien die Landreformbewegung, in Mexiko die Zapatisten, die eine Revolution nicht gegen eine äußere Regierung versuchen, sondern für Identität. Und schon da trifft sich Spiritualität und gesellschaftliches Bewusstsein: in der Identität.

Es gibt diese globale Gehirnwäsche, der wir alle unterliegen, gleichgeschaltet zu werden, gleiches Essen, gleiches Saatgut, gleiches dummes Zeug im Kopf. Wichtig dazu zu sagen: Nein. No pasaran, haben wir früher gesagt. Und zu sehen, jetzt ist die große Chance, Umweltschutz oder die Art von Bürgerbewegung, die Aristoteles schon vor 2300 Jahren Zivilgesellschaft genannt hat, und zu der wir alle und all diese große Initiativen überall auf der Erde gehören, diese Zivilgesellschaft also und die spirituelle Bewegung zu verbinden. Das brauchen wir bei dem um das es im Moment auf der Erde geht.

Joseph Beuys hat schon vor 30 Jahren gesagt. Zivilgesellschaft ist die Arbeit an der sozialen Skulptur. Und so sehe ich Zivilgesellschaft als Lebensausdruck; als etwas, das aus deiner Liebe, deiner Mitte, deiner spirituellen Zentriertheit kommt; und damit gehen wir in die Welt. Das ist im Fläming überall sichtbar, das ist zum Beispiel im Chiemgau sichtbar. An vielen Stellen in Deutschland, in Europa, auf der Welt.

Überall auf der ganzen Welt gibt es solche Menschen, nicht mehr wie frü-



Das neue „Board“ (v.l.): Robert Heess, Tatjana Wolf, Cordula Andrae, Rotraud Rospert, Susanne Kohts. Nicht im Bild: Axel Lewerenz und als externe Vertreterin Dorothee Bornath.

Neunerrat hütet Vision des ZEGG

Ende Januar wurden sieben Menschen gewählt, die im Rahmen der Neustrukturierung des ZEGG nach dem im englischen Sprachraum entwickelten „Holacracy“-Modell das „Board“ bilden. Dies ist eine Art Aufsichtsrat, der ohne operative Aufgaben über das ZEGG und seine Vision, Absichten und Ziele wacht. Ergänzt wird das „Board“ noch um einen der beiden Geschäftsführer sowie ein gewähltes Mitglied des Managements.

Das Board ist kein Repräsentationskreis der ZEGG-Gemeinschaft oder der Firma ZEGG GmbH; es hat nicht den Blick auf die sich in der alltäglichen Arbeit ergebenden Bedürfnisse, Ziele und Anforderungen innerhalb des Projektes. Dies übernehmen thematische Kreise wie zum Beispiel der Versorgungskreis (das Gremium für Küche, Garten, Ernte und Lebensmitteleinkauf) oder der Management-Kreis.

Zukunft planen

Die Kreisstadt Bad Belzig entwickelt in drei Arbeitstreffen ein „Leitbild 2030“. Spezielle Arbeitsgruppen entwickeln in diesem Rahmen Ziele für die nächsten 20 Jahre. Diese Ziele dienen dann den Stadtverordneten als Handlungsrahmen. Alle Bürger sind aufgerufen, sich zu beteiligen. Mehrere Menschen aus dem ZEGG arbeiten mit, speziell in einer Arbeitsgruppe zu „innovativen Projekten“.

her gegen Strukturen kämpfen, sondern die etwas anderes leben und fähig sind, andere mitzunehmen. Früher haben wir gekämpft „gegen“. Wenn du gegen etwas kämpfst, erntest du natürlich Gegendruck. Wir kämpfen immer noch, wir sind nicht beliebig, wir wollen etwas, nämlich Frieden auf der Erde; solange wir leben in unseren Körpern, werden wir erleben wie wir den Krieg beenden, wie wir das Muster des Krieges brechen, das Muster des Hungers brechen. Dafür ist Festigkeit notwendig und doch auch Resilience, Flexibilität, die Fähigkeit auch in schwierigen Zeiten des Wandels, des Umbruchs seinem Inneren Anliegen treu zu sein, dem reinen Herzen treu zu sein; zu sehen, was du für die Erde tun möchtest, für deinen Stamm, die Kin-



Mikrokredite für die Dritte Welt: Mohammed Yunus

der, die Frauen, die Männer, die Tiere, die Pflanzen, die Steine.

Das ist ein ganz wichtiger Moment in der Gesellschaft in Europa, aber auch überall auf der Welt. Nehmt die „Green belt“-Bewegung von Wangarii Maathai in Kenia. Sie haben mit sieben Bäumen angefangen, inzwischen haben sie 20 Millionen Bäume gepflanzt.

Wer von Euch hat den Film „Yunus“ gesehen, die vierte Revolution? Das ist ein wunderbarer Film. Ein Student aus Mali, Afrika, kommt nach Dänemark, wo sie es geschafft haben, alles auf erneuerbare Energien umzustellen. Nun kommt der Student aus Mali und studiert dort. Er sagt: Bei uns in Mali hat die Ärztin eine Taschenlampe, wenn wir operieren im Krankenhaus; weil sie keinen Strom hat muss sie so operieren. Wenn die Batterien aus sind, muss sie zum Laden. Wenn der Laden zu hat, kann sie nicht weiter operieren. Nun sagt ein Mann, der Mohammed Yunus kannte: „Wir fahren nach Bangladesch“. Es wird gezeigt, wie Mohammed Yun-

nus von der Greenham Bank für Mikrokredite diesen Studenten aus Mali und den Mann aus Dänemark empfängt und sagt: Ich gehe mit dir nach Mali und bringe dir dort die Solarenergie. Dann sieht man im Film afrikanische Mamas; sie geben natürlich den Frauen das Geld, warum wohl? Ich dachte, weil es die Männer manchmal versaufen. Könnte sein, oder? Man sieht, wie afrikanischen Mamas ihr solar paneel aufs Dach machen, und dann kann die Ärztin operieren mit Strom von der Sonne.

Ich möchte damit sagen, dass unglaublich viel auf der Erde passiert, auch in der Wirtschaft; es gibt eine Menge Menschen, die sehen eine Erde, eine Menschheit, eine Liebe. Dass ist heute mein Anliegen, dass wir in einer tiefen Meditation gesellschaftliches Bewusstsein und spirituelles Bewusstsein verbinden.

Steh einmal kurz auf. Gucke zu deinem Nachbarn, schau einen Moment in die Augen dieses Menschen, lass dich einen Moment still werden. Wir nehmen die ganze Zeit komische Energie auf.

Den großen Geist in diesen Augen, das was es nur einmal gibt. Lass dich würdigen, ohne zu sprechen, nur schauen. Alles was ich sag,e möchte dich an einem tieferen Punkt berühren.

Mit einer Geste, die aus deinem Herzen kommt, ohne zu wissen, was es sein wird, berühre diesen Menschen. Und drücke Worte aus: Ees ist gut, das du da bist.

Verstehe, dass die Sprache des Universums Gefühl ist. Wissen haben wir mehr als genug, die Sprache des Universums ist Gefühl; dann geht die DNS-Kette auf. (...)

Alles im Universum ist über Schwingung und Gefühl verbunden. Die Seele fühlt. Lass dich einladen, diese Hände auf dein Herz zu legen. Und einen Moment dein Herz zu fühlen.

Die neuen Forschungen der Quantenphysik und der Biochemie haben das gezeigt, wie die alten Veden, dass alles in einem großen göttlichen Feld verbunden ist. Herz und Herz, Wesen und Wesen, auch mit den Tieren, den Pflanzen, den Steinen, der heiligen Mutter Erde. Fühle die Nabelschnur.(...)



4. Come Together Song-Festival

23. bis 26. Juni 2011 im ZEGG



Mit Hagara Feinbier (oben) und (unten von links) Susannah Darling Khan (UK, Tänzerin, Sängerin), Unmada Kindel, Raimund Mauch, Wolfgang Saus (Obertonsänger, Stimmforscher).

Drei Tage voller Gesang, Vielfalt und Gemeinschaft • Songs und Tänze in der Natur • Spirituelle Lieder und Mantras • Freie Stimme, freier Tanz • Obertongesang und Improvisation • Neue Kontakte knüpfen • Lange mantrische Nacht • Open Space - die Möglichkeit selbst anzuleiten/ bei anderen teilzunehmen • Leben in Zeltdörfern • Kinderprogramm.



Die Festivalgebühr beträgt 120,- (bei Überweisung des Gesamtbetrags bis zum 20.05.11) / 140,- / 160,- Euro nach Selbsteinschätzung zzgl. 126,- Euro für Verpflegung und Unterkunft in Zelten oder Mehrbettzimmern + 4,50 Euro Kurtaxe. Einzel- und Doppelzimmer auf Anfrage (bitte rechtzeitig buchen). Kinder/ Jugendliche von 5 bis 17 Jahren zahlen 84,- incl. U+V. Infos, Video und Anmeldung unter: www.come-together-songs.de



20 Jahre



Dokumente aus der Frühzeit: Mit mittelschwerem Gerät wird das Gelände für den Campus präpariert.



DJ und Djane beim Tanzabend mit der Technik des auslaufenden Jahrtausends.

Hagara Feinbier dirigiert den ZEGG-Chor. An der Wand ein klares Ziel nicht nur für Ostern '92.



ZEGG

Ein Blick ins aktuelle Experiment: Die Arbeit an den Grundthemen menschlichen Zusammenlebens – im Foto eine Gruppe im Sommercamp – bleibt eine Herausforderung für Gäste und Bewohner.



Vermeehrt kommen Kinder auf direktem Wege zu uns. (Im Bild Vater Michael und Tochter Merle.)



Mittlerweile ziehen mehrere „ZEGG-Generations“ möglichst an einem Strang.

Wir haben für diesen Reader Gedanken, auch Gefühle, zusammengetragen, die im ZEGG im Hinblick auf das Jubiläum entstanden sind. Vier Männer und eine Frau antworten – im Interview oder mit einem Artikel – auf die Frage: „Wie sehe ich das ZEGG?“ Sie sind in verschiedenen Abschnitten der ZEGG-Geschichte zu uns gekommen. Ina, Bill und Achim gehören zur Gründergeneration, Markus Euler näherte sich im mittleren Abschnitt der ZEGG-Geschichte an, Marcus von Schmude lebt hier seit knapp zwei Jahren.

Über das „Fläming-Netzwerk“, das nach der ZEGG-Gründung in der umliegenden Region entstand, berichtet ab Seite 48 Barbara Stützel.

Ab Seite 50 läßt sich das ZEGG des Jahres 1993 durch die Augen des Autors Gerhard Henschel anschauen. Danach beginnt eine angesichts des Zeitraums knapp bemessene, also unvollständige Chronik der ZEGG-Geschichte. In diesem Heft präsentieren wir die Jahre 1991-2000, im nächsten Reader folgt die Zeit von 2000 bis 2011.

Zwischen Vision und Wirklichkeit

Ein Interview mit Ina Meyer-Stoll und Bill Nickl

Wenn Ihr zurückblickt auf 20 Jahre ZEGG, seht Ihr da verschiedene Entwicklungsphasen?

Bill: Eine Phase ist, denke ich, die Zeit zwischen 1991 und '95. Diese ersten Jahre möchte ich als Pionierphase bezeichnen; eine Art begeisterter Aufbruchphase, in der alles neu aufgebaut wird und sich viele der Teilnehmenden zu einer großen Mission berufen fühlen. Damals gab es zum Beispiel ein großes Transparent: „Die Erde braucht unsere Information“. Das steht für mich für diese Zeit. Das Projekt wurde ständig zur globalen Situation in Beziehung gesetzt. Das kam damals auch stark durch den Einfluss von Dieter Duhm.

Dann gab es einen klaren Einschnitt, der für mich in der Gründung von Tamera in Portugal bestand. Dieser Einschnitt

war auch finanzieller Art, da wir 1995 eine totale Finanzkrise hatten. Die Menschen, die weiter hier im ZEGG bleiben wollten, mussten eine eindeutige Entscheidung treffen, eine neue Entscheidung für das ZEGG; dazu gehörte auch die Bereitschaft, sich finanziell für das ZEGG zu engagieren.

Danach fing eine Zeit an, die dauerte meiner Ansicht nach ziemlich lange, bis Anfang der 2000er Jahre. Es ging um eine neue Bestimmung, eine Selbstfindung des ZEGG. Wie geht es weiter, wer macht weiter, welche permanenten Strukturen geben wir uns? Wie organisiert man die Gemeinschaft?

Inzwischen, erst seit relativ kurzer Zeit, sehe ich eine Phase, wo sich die Entwicklung stärker fokussiert, sowohl von der Struktur her als auch von den

finanziellen Herausforderungen. Wir sind durch ein bestimmtes organisatorisches und menschliches Chaos durch – na ja, man ist da nie ganz durch, so dass wir seit einigen Jahren mehr und mehr eine neue Ebene betreten. Jetzt geht es auch noch einmal um eine neue Entscheidung, da zum Beispiel unsere Gebäude größere Maßnahmen zur Erhaltung verlangen. Es geht um die Frage, ob wir auf Dauer hier siedeln möchten. Die Investitionen sind so groß, dass man sich auf längere Sicht entscheiden muss. Da erscheint für jeden hier auch die Frage der Verbindlichkeit in einer neuen Größenordnung.

Wie
sehe
ich
das
ZEGG?



Bill Nickl (Mitte) und Ina Meyer-Stoll (rechts) mit – von links – Tamara Sentek (Gästehauschefin), Cornelia Schöttler (Gastseminare) Tatjana Wolf (Empfang) und – unten – Saskia Meyrahn (bis Ende 2010 Küchenchefin)

Du hast am Anfang die beständige globale Ausrichtung erwähnt. Das hörte sich so an als wolltest Du damit sagen, dass sich das inzwischen auch verändert hat.

Bill: Für mich hat sich die Art, wie wir nach außen gehen, sehr stark verändert. Wir gehen heute nicht mehr so plakativ mit einem Slogan nach außen, obwohl ich glaube, dass nach wie vor viele im ZEGG diesen globalen Bezug so sehen: von der Auseinandersetzung mit Themen wie Sexualität oder Leben in Gemeinschaft zu dem, was global passiert. Aber nicht mehr in einem direkten kausalen Zusammenhang – wir retten die Erde oder so etwas. Das hat sich, glaube ich, verändert.

Ina, wie siehst Du die Entwicklungsphasen des ZEGG?

Ina: Ich denke auch, dass die erste Phase bis Ende 1994/Anfang '95 ging. Ich möchte sie die „Phase der Tradition“ nennen. Sie war noch sehr vom Erbe der „Bauhütte“ bestimmt, die das ZEGG mitgründeten, vorher in Gemeinschaft gelebt hatten, mit der starken Inspiration von Dieter Duhm. Wie Bill schon sagte: sehr pionierhaft. Wir lebten damals sehr einfach und haben die ganze Infrastruktur des Platzes aufgebaut. Wir hatten auch bei der inneren Arbeit eine große Experimentierbereitschaft; auch beim Thema Sexualität.

Danach sehe ich ebenfalls die Phase von 1995 bis etwa 2000/2001, in der Tamera entstanden ist; viele Menschen, die verantwortlich im ZEGG gelebt hatten, wechselten dorthin. Immer in Schüben von zwei, drei Jahren. Wir mussten uns an solchen Stellen dann immer wieder neu organisieren.

In dieser Zeit hatte auch das Plenum eine ganz große Verantwortung. Wir haben angefangen, uns neu zu orientieren, basisdemokratisch zu organisieren und mit dem Konsensprinzip zu arbeiten, so dass wirklich jeder, der hier lebt, beitragen kann und eine Stimme hat.

Wie lief das denn in den ersten Jahren, in der Pionierzeit?

Ina: Da waren viele Entscheidungen an ganz bestimmte Menschen delegiert. Wir haben verschiedene Formen ausprobiert. Kleine Leitungsteams von zwei bis zu vier, fünf Menschen; die

hatten manchmal witzige Namen, zum Beispiel „Götterhimmel“. Es gab auch eine Phase, in der eine Frau eine Zeit lang das ZEGG geführt hat. Letztendlich hat das aber immer zu Burnouts und Konflikten geführt, die, glaube ich, strukturell bedingt sind. Ab der Phase von '95 haben wir uns umstrukturiert: mehr Transparenz, mehr Konsens, auch im finanziellen Bereich. Vor allem Kastor Thilo Stein als GmbH-Geschäftsführer hat damals angefangen, auch im finanziellen Bereich mehr Transparenz zu schaffen für die ganze Gemeinschaft.

Womit wir wieder in der zweiten Phase gelandet wären ...

Ina: Für mich war das eine Phase von Konsolidierung. Wir konnten als Gemeinschaft weiterhin bestehen, und gleichzeitig baute sich Tamera auf. Trotzdem führten die ja anhaltenden Umzüge vieler Träger aus dem ZEGG nach Tamera noch mehrmals zu einer Schwächung, menschlich und sozial. Etliche von uns, die speziell im Bereich Eros, Liebe aktiv waren, haben für sich mehr Potential in Tamera gesehen. Im ZEGG mussten wir ja auch in den ersten Jahren unter dem Joch der Sektenvorwürfe leben, das zeitweise ziemlich schwer auf uns lastete.

Nach meinem Erleben hat es dann noch einmal einen Neuanfang gegeben: im Jahr 2000 oder 2001. Dazu trug auch bei, dass bei uns die ICSA stattfand, die weltweit ausgeschriebene „Inter-



ZEGG der frühen Jahre: Hier ein Drittel der ursprünglichen Gemeinschaft

national Communal Studies Association Conference“. Und die große Welle von Auszügen nach Tamera fand erst mal ein Ende. Wir hatten eine neue starke Einsteigergruppe; zahlreiche Menschen entschieden sich, hierher zu kommen, auch mit Familie; das brachte viel Energie.

Ab dieser Zeit, glaube ich, haben wir auch angefangen, uns noch stärker regional zu verwurzeln. Haben uns mehr mit der Region verbunden. Ich selber fing 2002/2003 an, für GEN Europe zu arbeiten („Global Ecovillage Network“): Netzwerkarbeit innerhalb Europas. Ich fühlte dafür viel Verbundenheit durch ein gelebtes Gemeinschaftsexperiment in meinem Rücken, nicht so stark durch Visionen. In der Anfangszeit des ZEGG hatten wir uns stark von der Vision begeistern lassen; im Laufe der Jahre entwickelten wir uns dahin, Modelle aufbauen zu wollen, die real existieren und dabei zu schauen, was überhaupt machbar ist.

Wir sind in dieser Zeit auch durch einige schwere interne Konflikte gegangen und daran gereift.

Jetzt sind wir seit ungefähr zwei Jahren in einem neuen Abschnitt. Gerade gibt es wieder eine Menge Leute, die in Gemeinschaft leben wollen und neu bei uns einsteigen. Man sieht ja auch, wie die Menschheit global in immer mehr Krisen hineinsteuert; es braucht ganz reale, konkrete Antworten für ein sinnvolles Leben. In den letzten zwei, drei Jahren ist fast ein Drittel der heutigen Menschen im ZEGG neu hinzugekommen. Und nochmals ist eine Reihe von Menschen, die vorher lange Verantwortung übernommen hatten, ausgezogen.

*Wie siehst Du das ZEGG von heute?
Zum Beispiel seine Aufgabe?*

Ina: Ich sehe das ZEGG als eine schon lange existierende Lebensgemeinschaft, auch mit einer langfristigen Perspektive in die Zukunft. Für uns, die wir hier schon lange leben, stellt sich auch die Frage, wie wir spannend und lebendig miteinander alt werden. Und wie wir diesen Platz erhalten. Wie können wir ihn mit neuen Gebäuden so sinnvoll verändern, dass eine langfristige Perspektive wirklich möglich wird? Vor allem auch für Kinder, so dass mehrere Generationen hier gemeinsam leben können. Nach wie vor sehe ich es als Hauptaufgabe für uns, dass wir Tagungen und Seminare veranstalten und unseren Platz dafür zur Verfügung stellen. Wir sind ja inzwischen ziemlich professionell und haben tolle räumliche Möglichkeiten. Ich finde das wunderbar, dass so viele Gäste hierher kommen und unseren Platz nutzen.

Wir sollten auch weiter dabei bleiben, ein ökologisches Modell aufzubauen. Wie kann man sinnvoll Altbauten sanieren und dämmen? Und dass wir nachhaltige Häuser neu bauen, finde ich auch wichtig für uns.

Denkt Ihr, dass das ZEGG inzwischen ein Siedlungsplatz geworden ist?

Bill: Ich empfand unsere Auseinandersetzung, ob wir nun in der Priorität Siedlungsplatz oder Tagungszentrum sind, schon immer als eine künstliche Trennung. Das was wir hier schon immer vorhatten, ist ja nicht nur ein Tagungszentrum. So wie ich das sehe, sind wir ein experimenteller Platz für

das Thema Gemeinschaft, einer der größten in Deutschland und darüber hinaus. Man kann hier Gemeinschaft auf ganz unterschiedliche Art erfahren. Ob im Rahmen eines Info-Wochenendes, einer Jahresgruppe, im Sommercamp, im Gemeinschaftskurs, für einige Monate in der „Saisonniers“-Zeit oder auf längere Sicht als Mitarbeiter in unserem Projekt – es besteht immer die Möglichkeit, zu erfahren wie sich Gemeinschaft aufbaut und organisiert, wie Konflikte bearbeitet werden, all die Themen, die damit zusammenhängen, kennen zu lernen. Um das anbieten zu können, braucht man ein stabiles Fundament; das heißt, dass dafür auch dauerhaft sinnvolle Lebensbedingungen vorhanden sind. Andererseits: für Menschen, die nur in Gemeinschaft leben,



Süße ökologische Wirklichkeit: Pfirsichbaum im ZEGG.

aber mit dem Tagungsbetrieb nichts zu tun haben wollen, sehe ich an unserem Platz nur eine begrenzte Kapazität.

Wenn wir neue Leute suchen, suchen wir Menschen, die Inhalte unseres Projektes verwirklichen und einbringen. Für mich ist das eine Thema dabei der Gemeinschaftsaufbau, wofür wir seit 20 Jahren stehen; damit haben wir auch dazu beigetragen, dass sich andere Gemeinschaften und Gemeinschaftsprojekte gegründet haben, hier im Fläming und darüber hinaus. Dazu gehört auch ein bewussterer und freierer Umgang mit den menschlichen Kernthemen Liebe und Sexualität. Damit wandeln wir übrigens auch einen Ort um, der

eine ziemlich düstere Vergangenheit hat. Das ist noch mal ein ganz eigenes Thema, das ich im Jahr 2011 verstärkt in der Pressearbeit aufgreifen möchte: die Wandlung eines Platzes, der in den Händen von SS, Stasi und HVA (Auslandsgeheimdienst der DDR) war, hin zu einem Platz, an dem es um Humanität geht.

Was würdet ihr anders machen, wenn ihr noch mal in der gleichen Situation wärt wie 1991, also dieses Projekt noch einmal neu gründen würdet?

Bill: Ich würde von Anfang an einen Gemeinschaftsaufbau mit gemeinsamer Ökonomie anstreben. Wir sehen, dass viele Probleme, die bei uns auftauchen, dann möglicherweise nicht entstanden wären. Aber es ist schwierig, das Gan-

ze noch groß zu verändern, wenn es schon strukturell so gewachsen ist wie das heutige ZEGG. Ich würde mich auch nicht mehr so groß verschulden wollen. Die zwei Millionen, die wir damals nach dem Kauf noch investieren mussten – da ging auch viel Geld raus, was nicht hätte sein müssen.

Wenn Du von gemeinsamer Ökonomie sprichst, meinst Du das im Sinne des Gemeinschaftsprojektes Niederkaufungen?

Bill: Ja. Wo die gemeinsame Ökonomie ein Bestandteil der Gemeinschaft ist. Das hätte möglicherweise von Anfang an mehr Langfristigkeit in unser Projekt gebracht, wobei ich allerdings

auch nicht weiß, ob das mit den anderen Themen zusammen nicht viel zu viel gewesen wäre; ob da nicht noch mehr Zündstoff gewesen wäre in Konflikten, die es ohnedies schon gab. Das kann natürlich auch sein.

Ich glaube ansonsten, dass so eine Anfangsphase mit Pioniergeist und einem zuweilen etwas überheblichen Selbstverständnis auch notwendig war, um sich als Gemeinschaft zu finden. Da würde ich gar nicht sagen, das würde ich völlig anders machen. Aber im Nachhinein können wir darauf schauen und auch sehen, dass das, was uns von außen entgegengekommen ist, damit zusammenhängt. Wahrscheinlich durchläuft jedes Projekt eine derartige Pionierphase und kommt dann in eine Zeit, wo es pragmatischer zugeht und auch ganz andere Leute angezogen werden.

Ina, was würdest Du anders machen?

Ina: Ich bin sehr froh, dass ich mir nicht real diese Frage stellen muss. Ich weiß nicht, ob ich noch einmal den Elan hätte, das mit aufzubauen, was wir vor 20 Jahren aufgebaut haben. Ich sehe, dass unglaublich viele Menschen ihr Herzblut, ihr Wissen, ihre Intelligenz, ihr Geld hier hinein investiert haben; dass die Menschen, die hier gelebt und auch früher das ZEGG geleitet haben, alle von Herzen und ihr Bestes gegeben haben. Das, was für sie oder ihn möglich war. Was ich dennoch anders machen würde: Ich hätte mir in den ersten Jahren mehr Transparenz gewünscht in finanziellen Dingen. Allerdings weiß ich auch gar nicht, ob wir viele Alternativen gehabt hätten, anders zu entscheiden. Was ich anders machen würde, wäre auch die Öffentlichkeitsarbeit der Anfangsjahre. Da hatten wir eine Art von Offensivität, die oft gar nicht aus unserem gelebten Alltag kam. Für mich ist das heute ein wichtiges Prinzip, dass wir Dinge nach außen geben, die auch aus unserem gelebten Alltag kommen. Das kennen wir, das können wir vertreten, das können wir halten, und das ist natürlich auch eine kleinere Dimension. In den ersten Jahren haben wir oft aus einer Vision heraus agiert, die sozusagen noch nicht in uns geerdet war. Deshalb hätte ich mir gerade in der Öffentlichkeitsarbeit gewünscht, dass wir feinere und

leisere Töne wählen. Das hätte es uns wohl leichter gemacht. Es ist schade, dass wir gerade mit der linken Szene noch kaum in einer Kooperation sind. Ich wünsche mir das von Menschen, die an einer humanen Veränderung der Gesellschaft arbeiten. Da ist etwas verscherzt worden; es wird sich vielleicht irgendwann ganz auswachsen, aber das dauert wirklich lange.

Was seht Ihr gerade an zentralen Entwicklungssträngen im ZEGG? Was ist für die nächsten Jahre wesentlich?

Ina: Ich halte es für wesentlich, einen anderen Umgang mit Geld aufzubauen. Ich persönlich bin übrigens heilfroh, dass ich nicht mit 80 Menschen gemeinsame Ökonomie leben muss. Ich kann mir aber vorstellen, dass in einem kleineren Kreis von Menschen mit einer langfristigen Perspektive und Verantwortung für das ganze ZEGG sich eine gemeinsame Ökonomie ergibt in überschaubarer Größe.

Dann gibt es ja die „Transition-Town-Bewegung“; die sehe ich als ganz wichtig an. Regionen bereiten sich bewusst darauf vor, in einer Zeit des Wandels mit den bekannten Konsequenzen zu leben; wir sind ja schon mittendrin. Da denke ich, dass wir noch klarer unseren Beitrag finden werden. Ein Beitrag ist natürlich das Wissen vom Leben in Gemeinschaft; noch klarere Schritte können wir machen beim Einsparen und der Eigenerzeugung von Energie. Mit unserem neuen Energiekonzept, das wir zur Zeit hier aufbauen, gehen wir schon einen weiteren großen Schritt in diese Richtung.

Notwendig ist, uns noch mehr in Bezug auf die regionale Entwicklung untereinander und mit unserem Umfeld zu verständigen. Was wäre denn wirklich eine sinnvolle Perspektive für unsere Region hier, für die nächsten 20, 30, 50 Jahre. Und weiterhin als ganz wichtig empfinde ich, dass wir Veranstaltungen anbieten, die Menschen für ihre Suche im Leben sinnvoll finden. Veranstaltungen, wo solche Menschen sich zu Hause fühlen, wo sie geistige Nahrung, Herzensnahrung und auch Unterstützung im sinnlichen Bereich bekommen.

Hier sehe ich unsere soziale Kompetenz, verbunden mit Herzkraft und

einem geistreichen Rahmen, als unsere Stärke. Eine ganz wesentliche Perspektive für mich ist es, dass wir auch in Zeiten des Umbruchs und Wandels weiterhin große Veranstaltungen anbieten, auf denen Menschen sich befreunden können, Heimat finden, geistige Inspiration, neue Gedanken, neue Erfahrungsräume.

Bill: Für mich ist ein Strang in die Zukunft der weitere Ausbau des Tagungsbetriebes; eine weitere Professionalisierung, auch mit neuen Gebäuden. Weiterhin wünsche ich mir, dass das ZEGG in der Region immer mehr als Modellprojekt gesehen wird und es auch nach und nach zu einem Aushängeschild der Region wird. Man soll wissen, dass es nicht nur die Steintherme gibt, wenn man nach Bad Belzig fährt, sondern auch ein ökologisch-gemeinschaftliches Modellprojekt. Ich möchte, dass wir immer mehr ökologische Kriterien bei uns berücksichtigen, so dass wir darin ein Vorzeigeprojekt der Region werden. So dass es der Stadt Bad Belzig oder dem Landkreis nicht peinlich ist, dass es hier so ein Projekt wie uns gibt, sondern dass es als Baustein einer ökologischen Zukunft des Landkreises gesehen wird. Was ja auch im neuen, gerade entstehenden Leitbild von Bad Belzig so formuliert ist - dass hier ökologische Projekte ihren Platz haben sollen.

Ina: Für unsere Zukunft bedeutsam ist ja weiterhin, dass wir uns in all den Jahren des Gemeinschaftslebens eine Kompetenz erworben haben dafür, in offenen Beziehungen zu leben. Das wird langsam, langsam auch in der Gesellschaft mehr diskutiert; es entsteht Offenheit darüber, dass die Monogamie nicht die einzige Form ist, in der eine Beziehung gelebt werden kann. Wir sind auf der Suche: Wie kann es möglich sein, mehr als einen anderen Menschen zu lieben. Das geht eben, wenn in allen Beteiligten das Vertrauen wächst. Dies ist ein langer Weg, das wissen wir. Es ist die Perspektive, mit der überhaupt das ganze Projekt gegründet wurde; sie steht auch heute im Zentrum. Ich möchte, dass wir dafür unser geistiges Wissen und unsere Lebenserfahrung zusammentun, nach neuen Wegen suchen und sie auch gehen.

Interview: Hermann Haring

Ein Auge lacht, das andere weint

Von Achim Ecker

Mit den meisten Menschen, die 1991 das ZEGG gründeten, hatte ich schon seit 1985 zusammengelebt. Für mich war das ZEGG die Fortsetzung dieser Gemeinschaft an einem neuen Ort. Zum ersten Mal sollte uns ein Platz gehören, und viele Träume von gemeinschaftlichem Leben wollten wir hier architektonisch und sozial verwirklichen. Es sollte eine „Universität“ entstehen, in der Ergebnisse unserer sozialen und ökologischen Forschung weitergegeben werden konnten. Das ZEGG war auch gedacht als Treffpunkt inspirierter Vordenker für eine gewaltfreie Erde.

Viel Prominenz war in den ersten Jahren da. Und natürlich gehörte die „Freie Liebe“ ins Zentrum von allem. Ich selber stellte mir eine Vergrößerung unseres Spielraumes auf einem größeren Gelände mit mehr Menschen und Möglichkeiten vor. Ich habe mir Freiheit in den Beziehungen gewünscht, „flüssige Beziehungen“ würde ich heute sagen. Tiefe Beziehungen, die nicht festgeschrieben sind, nicht definiert, sondern in ständiger Bewegung des Lebens, die sich dennoch „sicher“ anfühlen. Soweit die Ideen von damals.

Heute ist es im sozialen Zusammenleben sehr anders, als ich mir es vorgestellt habe. Mir fehlt die Liebesgemeinschaft, die wir schon mal in einem stärkeren Maße waren. Die „Sekten“-Vorwürfe schränkten in den ersten Jahren des ZEGG unseren Spielraum ein, und wir wurden in unserem Herzensthema einer angstfreien Liebe zurückhaltender. Im Laufe der Zeit sprachen wir öffentlich viel weniger über Liebe und Sex. Auch verschwand der Sex mehr und mehr aus unserem alltäg-

lichen Leben und wurde zunehmend in die privaten Schlafzimmer verlegt.

Mit der Vertiefung in der Liebe kamen wir auch an den Ort der Dämonen und Ängste in uns, und das hat viele erschreckt und schien unüberwindlich. Manche scheuen dort vor einem Weitergehen zurück. Heute finde ich uns sehr weit weggegangen von der Anfangsvision, so weit, dass ich nicht einmal mehr sicher bin, ob das noch ein gemeinsamer Wunsch ist, der uns trägt. Mir gibt es heute zu viel Rückzug ins Private und gesellschaftlich „Normale“. Das alles bedaure ich hin und wieder sehr. Gleichzeitig aber haben sich Liebe und Verbindlichkeit zwischen Menschen vertieft und führen allmählich wieder zu mehr Öffnung.

Das Forum war anfangs unser täglich Brot und für alle im Zusammenleben verbindlich; heute ist die Teilnahme in meiner Wahrnehmung viel beliebiger geworden, worunter das soziale Zusammenleben leidet.

Wie
sehe
ich
das
ZEGG?

Gemeinschaftliche Architektur fehlt auch heute noch. Wir wurden überwältigt von den schier unendlichen Sanierungsaufgaben an den Gebäuden und im Gelände, auf die wir wenig vorbereitet waren. Wir hatten und haben mit dem Erhalt und der wärmetechnischen Sanierung der bestehenden Bauten mehr als genug zu tun, und es bringt uns immer wieder an unsere Grenzen des finanziell Möglichen. Aber wir haben in den ersten 20 Jahren im ZEGG in kleinen Schritten den Energieverbrauch der Gebäude um ca. 35% reduziert! Und das mit unseren eher bescheidenen Mitteln, ohne besondere Sponsoren oder Förderungen. Im Eröffnen öffentlicher Förderquellen sind wir leider immer noch nicht begabt und könnten fachliche Unterstützung brauchen.

Ökologisch hat sich viel getan. Der trockene, unfruchtbare Sandboden von damals ist fast auf dem ganzen Gelände bedeckt von einer fruchtbaren, nährstoffreichen und vor Leben strotzenden Humusschicht, die auch in den häufigen Trockenzeiten lange feucht bleibt. Ich habe dafür gesorgt, dass wir eine große Vielfalt von Pflanzen, Sträuchern und Bäumen anpflanzten, die sich zusammenfügen zu einer blühenden und essbaren Landschaft, die uns heute tüppig über viele Monate mit frischen Früchten und Beeren versorgt.



Viele Träume von gemeinschaftlichem Leben wollten architektonisch und sozial verwirklicht werden: der Campus im ZEGG.



Achim Ecker bei einer Rede in einem Sommercamp

Wenn der Boden gesund ist, folgen auch die höheren Lebewesen. Der Bestand an Vögeln hat sich exponentiell vergrößert; ebenso fühlen sich Wühlmäuse, Igel, Rehe, Wildschweine, Marder, Kröten, Echsen und viele andere Arten hier zuhause.

In verschiedenen Bereichen sind wir ökologisch beispielgebend geworden; so z.B. mit unserer Pflanzenkläranlage, der Energiegewinnung und der Biodiversität auf magerem Sand.

(Wer mehr darüber wissen möchte: Ich habe 2001 eine Ökobroschüre geschrieben, die im ZEGG oder auf www.zegg-forum.org erhältlich ist.)

Wir haben viel gelernt und sind von einer anfänglich verbreiteten „Projektarroganz“ hin zu einem bescheidenen Selbstbild gekommen, das sich mittlerweile auch als zu bescheiden herausstellt. Aber das verändern wir gerade wieder.

Ein großer Einschnitt für das ZEGG war 1995 die Gründung von Tamera. Das ZEGG und Tamera entstanden ja aus dem gleichen Gemeinschaftsprojekt, der „Bauhütte“. Über die Jahre verteilt sind mehr als die Hälfte aller tragenden Personen aus dem ZEGG dorthin gezogen. Natürlich haben sie im ZEGG offene Stellen im Seminarbetrieb und in unseren Herzen hinterlassen. Das war eine sehr schwere Zeit, in der wir sogar die Existenz des ZEGG in Frage stellten. Es war in meinen Augen eine auf beiden Seiten schmerzhaft Trennung, die auch viele gegenseitige Vorurteile und einen Riss hinterlassen hat. Wir wussten es nicht anders zu tun.

Die, die blieben und das ZEGG weiterführten, begannen sich am Platz zu

verwurzeln; die ersten Bäume wurden gepflanzt, die ersten Kinder hier geboren, die Renovierungen wurden gründlicher. In einer bestimmten Weise ist das für mich die eigentliche Geburt des ZEGG.

Einige meiner alten Genossen sind im Laufe der Zeit in den Fläming ausgezogen. Sie haben eigene

kleinere Gemeinschaften und Projekte gegründet und die Region bereichert. Daraus und aus dem Zuzug von Freunden ist eine lebendige, ökologische Modellregion Fläming entstanden, die auch anderswo schon positiv aufgefallen ist. Diese Entwicklung hat uns unter anderem einen Preis des „Global Ecovillage Network“ eingebracht.

Als der spirituelle Lehrer Thomas Hübl auf unsere Einladung ins ZEGG kam und mit uns arbeitete, hat sich viel verändert. Er hinterfragte radikal unsere Konzepte und Ideen in der Liebe und über das Leben. Es hat viel erschüttert und in Bewegung gebracht. Dafür bin ich sehr dankbar, auch wenn es nicht gerade bequem war. Er hat uns sozusagen vom Sofa geschubst.

Jetzt fängt im ZEGG eine neue Phase an. Wir stellen unsere Entscheidungsstrukturen um, nach dem „Holacracy“-Modell (mehr darüber stand im ZEGG-Reader 09), und wir werden einen Bebauungsplan, vor dem wir bislang immer ausgewichen sind, erstellen, um erste Neubauten angehen zu können.

Ich lebe nach wie vor in dieser Gemeinschaft, weil ich mich hier mit anderen verwirklichen kann in meinem Traum für eine heilende Erde und weil ich in einem Lernprozess bin, der nie aufhört. Weltweit ist das ZEGG für viele Menschen ein Hoffnungsträger geworden; vor allem auch für ein Zusammenleben, das Besitzdenken in der Liebe auflösen will. Für uns und unsere Gäste besteht hier nach wie vor ein Feld von Erlaubnis, sich offen damit zu zeigen, wohin es mich zieht und dem nachzugehen, soweit es eben im Moment stimmt. Das freut mich sehr! Ebenso können wir uns ökologisch durchaus sehen lassen

und sind ein Impulsgeber auch über die Region hinaus. Der Platz hat sich durch mein Tun und die Hilfe vieler Gäste zu einem solchen Kleinod entwickelt, dass es mir schwer fallen würde zu gehen und neu anzufangen.

Ich sehe eine weitere Professionalisierung und Vergrößerung des Seminarbetriebs als eine Zukunftsperspektive; ebenso eine Erweiterung der Gemeinschaft durch neue Leute, für die gemeinschaftliches Leben und Forschen in der Liebe im Zentrum ihres Interesses steht.

Also: das ZEGG ist anders geworden, als ich mir das vorgestellt hatte, und manchmal betraue ich das. Gleichzeitig sind Dinge entstanden, die wir uns nicht hätten träumen lassen. Wir sind viel normaler geworden, als ich mir das damals vorstellen konnte. Und wir sind im Normalen dennoch revolutionärer, als wir denken und als man auf Anhieb

sieht. Manchmal finde ich uns trotz alledem auf dem Weg, auch wenn er wie ein Umweg aussieht. Wenn wir zusammen kommen und uns tief austauschen, kann ich auch die Vision noch atmen hören.



Achim Ecker ist im ZEGG Seminarleiter, Forumsleiter, Geländegestalter und Bauplaner. Auf eiszeitlichen Endmoränen baute er mit viel Geschick und Permakulturwissen fruchtbaren Boden und eine „Essbare Landschaft“ auf. Tiefe Fürsorge, Mitgefühl und Liebe für die Menschen und das Leben fließen

ein in das integrale Forums- und Bewusstseinsstraining, das er inzwischen weltweit anbietet. Als Liebes- und Lebensforscher arbeiten Ina Meyer-Stoll und Achim Ecker meist zusammen - Ina ist seine langjährigen Freundin. Mehr Information über dieses Training unter www.zegg-forum.org



ZEGG - Reader und Rundbrief

Rundbrief und **Reader** informieren über aktuelle Gedanken, Geschehnisse und Veranstaltungen im ZEGG. Im Frühjahr, Sommer und Herbst erscheint der vierseitige Rundbrief. Im Winter veröffentlichen wir den Reader mit ausführlichen Berichten, durch die man einen tieferen Einblick in das Leben und die geistigen Grundlagen unserer Gemeinschaft erhält, mit wichtigen Vorträgen unserer Großtagungen, Artikeln zu unserer Kulturarbeit, Interviews mit BewohnerInnen und vielen Bildern. Das Abonnement (incl. Reader) kostet € 12,- jährlich (Ausland € 14,-). ZEGG-Club-Mitglieder erhalten das Abonnement kostenlos. Der ZEGG-Reader ist auch als Einzel exemplar erhältlich (€ 8,-). Bestellungen über rundbrief@zegg.de oder den ZEGG-Empfang.

Auf der Suche nach Gemeinschaft

Von Markus Euler

Wie
sehe
ich
das
ZEGG?

Ich war früher nie auf der Suche nach Gemeinschaft. Wenn jemand von Gemeinschaft sprach, waren das für mich wahlweise merkwürdige Hippieveranstaltungen, wo man mit Wir-haben-uns-alle-lieb-Umarmungen den Weltfrieden herbeiführen wollte. Oder hierarchische Zusammenschlüsse, die mit Gewalt die Welt-herrschaft erringen wollten. Was ich an Gemeinschaften oder dem was ich zunächst für Gemeinschaften hielt schätzte war, dass sie etwas verändern wollten. Da war ich mit ihnen auf einer Linie. Die Welt wie sie war mochte für manche Leute ganz in Ordnung sein, aber es gab immer noch die Möglichkeit, sie ein klein wenig besser zu machen, und darin sah ich meine Aufgabe.

Darin sah ich die Aufgabe eines jeden Menschen, wozu war er sonst auf der Welt? Aber schon als Jugendlicher erkannte ich mit Schrecken, dass den meisten Menschen ein sicherer Weg zu ihrer Rente sowie ein ruhiges Reihenhäus weitaus wichtiger war, als der Welt an sich etwas Gutes zu tun. Ich wollte nicht so werden, trennte daher meinen Müll, demonstrierte gegen die Startbahn West und machte mir ansonsten viele Gedanken, was denn zu tun sei, um meinen Auftrag an der Welt zu erfüllen.

Beseelt war ich von dem Glauben, dass es zwischen Himmel und Erde mehr geben müsse, als unsere Schulweisheit uns träumen ließ. (Ich hatte schließlich ein Referat über Hamlet gemacht.) Und dieses „mehr“, dass ich heute mit dem Überbegriff Spiritualität zu fassen versuche, suchte ich zunächst in der Kirche. Nachträglich betrachtet kann ich sagen, dass auch hier in den Bibel-

kreisen eine Art von Gemeinschaft entstand, die mich ungemein nährte. Der geistige Austausch über ethische Fragestellungen, die weit in mein Leben hineinragten, begeisterte mich.

Was mich als jungen Mann noch begeisterte, war Sex. Ich habe am Anfang gesagt, dass ich nicht auf der Suche nach Gemeinschaft war. Das lag daran, dass ich meist auf der Suche nach Sex war. Dass beides vielleicht zusammenhing, ahnte ich noch nicht. Dann sah ich durch Zufall in Jürgen von der Lippe's Talkshow drei Frauen, die über ein Buch sprachen, dass sie geschrieben hatten: ein Buch über Sex. Der Moderator war auf eine stille Art fasziniert von diesen Frauen, die über dieses wichtige Thema klare Worte sprachen.

Ich hatte nicht alles gehört und bei weitem nicht alles verstanden, aber am nächsten Tag war ich in der Buchhandlung und wollte mir dieses Buch kaufen. „Irgendwas mit Sex, ein rosafarbener Einband!“, sagte ich dem Buchhändler, der in Folianten suchen musste. Es war ungefähr 1990, es gab erst verhältnismäßig wenige Computer, und das Internet war noch nicht erfunden.

Leider fand der Händler „Rettet den Sex“ nicht, was dazu führte, dass ich das ZEGG erst vier Jahre später kennenlernte. Wäre dieser Abzweig in meinem Leben anders verlaufen, hätte ... aber dem war nicht so.

Ich machte 1993 eine spirituelle Ausbildung, die mich in ein Seminarhaus führte. Dort verliebte ich mich in eine Frau, von der ich lernte, dass sie in der dieses Seminarhaus umgebenden Gemeinschaft lebte. Sie war verheiratet und hatte zwei Kinder. Ich hatte mir noch niemals über offene Beziehungen Gedanken gemacht und begann damit auch erst, als sie mir ein Buch in die Hand drückte. Ich las den „Unerlösten Eros“ in einem Tag durch. Und meldete uns sofort für ein Info-Wochenende im ZEGG an. Als wir vom Bahnhof mit

dem Taxi zum Waldrand außerhalb von Belzig fahren, sehe ich den Platz zum ersten Mal. Es ist März 1994. Als ich die Auffahrt hinaufgehe und den ersten Fuß auf das Gelände setze, höre ich in meinem Kopf eine Stimme: Heimat.

Ich kann damals noch nicht viel damit anfangen. Für mich ist das ZEGG zu diesem Zeitpunkt kein Platz, an dem man leben/wohnen kann. Vielmehr ist es so etwas wie ein Wunderland, ein Phantasieland, ein alternatives Disneyland, in dem man seine Zeit verbringt und Erfahrungen macht, aber natürlich nicht dort lebt. Überhaupt, dachte ich, lebt da niemand, weil das eben ein Seminarzentrum ist.

Aber „Heimat“ hatte dennoch eine Bedeutung für mich. Ich fand und finde immer noch hier eine geistige Heimat. Eine Heimat in den Gedanken, die

tet man hier ja am Projekt der ‚freien Liebe‘, damit diese Spannungen und endlosen Schmerzspiralen aufgelöst werden können.“

Ein weiterer scheinbarer Widerspruch in meiner persönlichen Geschichte löst sich auf: Meine beiden tiefsten Sehnsüchte bekommen die Erlaubnis, sich zu verbinden. Spiritualität und Sexualität gehören eng zusammen; beides ist die Heiligung der Ursprünge, aus denen wir kommen. Eine Erkenntnis, die so in meinem Bibelkreis wohl nicht zu erringen gewesen wäre. Aber ich kann ihre tiefe Wahrheit hier immer wieder erfahren. Als ich im Sommercamp '94 mit verschiedenen Menschen tiefe spirituelle Erfahrungen teile, ist die sexuelle Erregung meist nicht weit. Genauso wie ich in der Sexualität immer wieder in spirituelle Dimensionen vordringe,

nach Sex, sondern nach tiefem Kontakt war. Um den Kontakt zu vertiefen, ist es gut, sich öfters zu sehen und intensiv auszutauschen. Um das wiederum zu machen, ist es von Vorteil, wenn man zusammen wohnt. Also war Gemeinschaft ein Weg geworden, den ich für ziemlich schlau hielt, wenn ich meine tiefsten Bedürfnisse befriedigen wollte.

Diese Erkenntnis erwuchs aus zahlreichen Kursen und Jahresgruppen, die ich im ZEGG in der Folge machte. Auch das Gründen einer Regionalgruppe im Rhein-Main-Gebiet gehörte dazu. Und auch Zeit, in der ich, gepeinigt von schwerster Eifersucht, im ZEGG am Platz der Stille saß und mir schwor: Hier komm' ich nie wieder her.

Vor drei Jahren zog es mich ganz rein in diese Gemeinschaft mit Tagungszentrum. Ich bin dem ZEGG und seinen Bewohnern, Gästen und Exbewohnern sehr dankbar. Diese Dankbarkeit befähigt mich auch, etwas von dem weiterzugeben, was ich selbst hier die letzten 16 Jahre erhalten habe. Daher widme ich meine Energie der Erhaltung und dem Ausbau dieses besonderen Platzes. Es braucht Plätze wie diesen in der Welt. Plätze, an denen Menschen die Erfahrung machen können, dass sie angenommen sind, angenommen in ihren Sehnsüchten, spirituell wie sexuell.

Das ZEGG hat sich in diesen 16 Jahren gravierend verändert. Es ist nicht mehr das ZEGG, das ich 1994 kennengelernt habe. Manchmal bin ich traurig darüber. Manchmal glaube ich, dass sich der revolutionäre Geist, der Aufbruchgeist, mit dem man alle Grenzen sprengen wollte, verflüchtigt hat. Doch in stillen Momenten habe ich eine Ahnung davon, dass er sich transformiert in eine menschliche Wärme, die langsam unsere Begrenzungen aufschmilzt. Auch hier gibt es Auftau-Schmerzen und Ungeduld, vor allem bei mir. Aber ich habe mich entschlossen, zehn Jahre meines Lebens dem Ausbau dieses Platzes zu widmen. Weil es Plätze wie diesen auf der Welt braucht und ich sie auf diese Weise ein klein wenig besser machen kann.

Markus Euler arbeitet in der Finanzverwaltung und im Seminarbereich. Er ist gelernter Verlagskaufmann.



Markus Euler bei einem Vortrag an Silvester

mich damals schon beeindruckt haben und mich immer noch tragen. Und ein Gedanke oder besser eine Ausrichtung, die mich gleich zu Anfang faszinierte, ist der offene Umgang mit dem Thema Sexualität. Natürlich kann das für andere Menschen auch herausfordernd sein.

Ich habe über meine Erfahrungen in jenem Infowochenende damals einen Text verfasst. Hier ein Auszug:

„Für eine der Frauen, die mit ihrem Mann hier ist, ist die Erfahrung zu stark. Sie legt sich heulend auf ihre Matratze. Was an ungelebter Erotik und unerfüllter Sehnsucht in dieser Umgebung auftaucht, ist enorm, und die Schmerzen, die es mit sich bringt, sich das bewußt zu machen, sind nahezu nicht auszuhalten. Aber dafür arbei-

die mir allein durch Meditation wohl nicht zugänglich wären.

Allein durch dieses Info-Wochenende und das Erleben von Menschen, vor allem Frauen, die Sexualität bejahen, entspannt sich etwas in mir; ich weiß, dass ich nun etwas gefunden habe, dass mich nicht mehr loslassen wird. Die folgenden 16 Jahre haben mir gezeigt, dass ich mit dieser Einschätzung damals Recht hatte. Ich blieb dem Projekt auf meine Art die ganze Zeit treu. Auch wenn das nicht hieß, dass ich gleich dort einzog. Im Gegenteil: ich gründete zunächst mit gleichaltrigen Freunden meine eigene Gemeinschaft und lebte fünf Jahre mit „Noyana“ im Fläming.

Diese Gemeinschaftsgründung war folgerichtig; denn inzwischen hatte ich erkannt, dass ich nicht auf der Suche

Raus aus dem Schlamassel, rein in den Schlamassel!

Wie
sehe ich
das ZEGG?

Mein Hineinwachsen in eine Gemeinschaft als unfreiwillige Regressionstherapie

Von Marcus von Schmude

Wenn es einem schließlich auffällt, ist es ganz schön peinlich.

Da ziehst Du in ein avantgardistisches Freie-Liebe-Projekt (das ZEGG), weil Du des Projektions- und Erwartungs-Irrsinns Deiner herkömmlichen Liebesbeziehungen müde bist. Weil Du Deine Zweierbeziehungs-Verstrickungen transzendieren möchtest, in die Du Dich trotz besserer Absicht immer wieder verfangen hast. Um Deine Liebes-Fallen in einem solidarischen, transparenten Gemeinschafts-Feld aufzulösen.

Und nach einem dreiviertel Jahr liegst Du auf dem Teppich, dröhnst Dich zu mit melancholischer Musik, reißt Dir die Haare aus, zappelst in wonnigem Weltschmerz, und schlagartig wird Dir klar: O großer Gott. Von wegen „Transzendenz“. In Wahrheit mache ich in dieser Gemeinschaft überhaupt nichts Neues, sondern mehr-des-Gleichen – bloß mit einer neuen „Objektbeziehung“ (um die schockierende Wahrheit wenigstens mit einer Prise psychoanalytischen Jargons zu veredeln)!

Ja, es ist ein bisschen peinlich. Aber nur furchtloses Hinschauen ermöglicht Bewusstseins-Fortschritt. Also sprechen wir es aus: Die Liebesgeschichte eines Individuums mit einer Gemeinschaft folgt im Wesentlichen den gleichen „neurotischen“ Gesetzmäßigkeiten wie die herkömmliche Zweier-Liebes-Kiste. Jedenfalls bei mir.

Erste Phase: Verliebtheit; Euphorie; Erlösungsphantasien; Besoffenheit.

Nach einer mehr oder weniger ausführlichen Annäherungs-Periode glaubst Du plötzlich allen Ernstes (und zwar selbst wenn Du im Reiche der Vernunft längst über so etwas hinaus bist), glaubst Du

also allen Ernstes, dass Du es jetzt gefunden hast. Dass dies der Paradies-Ort ist, an dem all Dein Sehnen und Schmachten erfüllt wird. Dass Du hier umfassendes Verständnis, bedingungslose Liebe, allseitige Erfüllung findest. Dass hier endlich alles gut wird.

Zweite Phase: Narzisstische Kränkung; Ernüchterung; Ent-Täuschung; Anklagen.

Schleichend oder plötzlich merkst Du, dass Dein Liebes-Objekt nicht so ist, wie Du dachtest. Es weigert sich, Deine Bedürfnisse zu erfüllen! Es liebt Dich nicht bedingungslos. Es entpuppt sich als launisches, selbstbezogenes, betrügerisches Wesen. Du fällst vom Himmel in die Hölle. Du fühlst Dich bis ins Mark verraten. Du jaulst in Deiner Höhle. Du beginnst, das Liebesobjekt auf Unterlassung zu verklagen. Du zürnst und tobst. Du weist ihm alle seine Fehler nach. Doch heimlich fürchtest Du (fürchtet das Kind in Dir), dass in Wahrheit DU schuld bist! Wenn man

Ich bin wütend

Dich derart mies behandelt, musst Du ein nichtswürdiges, hässliches Geschöpf sein, das die Liebe seiner Umwelt nicht verdient. Doch das alles sagst Du nicht. Oder höchstens Deiner besten Freundin nach zwei Flaschen des roten Weins. Oder auf ungeschickte, nur halb aufrichtige Weise im „Forum“, indem Du versuchst, ein bisschen was von Dir zu zeigen und ein bisschen bella figura zu machen.

Das gefallene Liebes-Objekt (in diesem Falle die Gemeinschaft) indes tut sein Übriges, um das Spiel im Gang zu halten. Es ist seinerseits erzürnt, dass Du nicht hältst, was Du versprochen hast. Dass Du Dein Potenzial nicht ausschöpfst! Dass Du Dich nicht genug einbringst! Es beginnt mit dem Versuch, Dich zu erziehen, um Dich zu dem zu machen, was Du sein könntest



Mal Paradies, mal Übertäter, mal verschmähte Geliebte: Die Gemeinschaft im Blick des Autors.

(ein ideales Gemeinschaftsmitglied). Du schlägst zurück und beginnst deinerseits, die Gemeinschaft erziehen zu wollen, damit sie endlich wird, was sie sein könnte (die ideale Gemeinschaft, die alle Menschen willkommen heißt, wie sie sind, nicht wie sie sein sollten; freilich hast Du in dieser Versuchsanordnung noch viel geringere Erfolgs-Chancen als das Kollektiv). Ein kabarettreifes Schauspiel beginnt, in dem sich in wirren Scharmützeln das Liebesobjekt und Du abwechselnd als verletzte Kinder und Möchtegern-Eltern begegnen. Leider kommt fast nie etwas Fruchtbares dabei heraus – außer einer Eskalation des Grolls. Innerhalb dieser Logik gibt es schließlich nur drei Lösungen für Dich: Unterwerfung; Rebellion; oder den schmolgenden Rückzug ins Privatleben. Alle drei sind keine guten Ideen, wenn Du ein lustvolles und herzliches Leben haben willst.

Dritte Phase: Trennung oder Einsicht. Wenn Du nun zum zwanzigsten Mal mit der Phantasie aufgewacht bist, des Nachts mit Deinem Rucksack über den Zaun zu klettern, im Wald bei den Tieren zu übernachten, zu Fuß nach Sizilien auszuwandern, Dich dort der Mafia anzuschließen und es auf diese Weise allen zu zeigen – wie blöd und unbewusst und lieblos sie nämlich sind ... dann kommt der Tag, wo Du es entweder wirklich machst; oder mal tief durchatmest und Dich fragst, was Du hier eigentlich treibst und was das für ein merkwürdiges Spiel ist.

Und dann? Ja, wenn ich das wüsste! Aber man könnte ja mal überlegen. Wenn die Beziehung zur Gemeinschaft sich nach dem gleichen Schema entwickelt wie andere Liebesverhältnisse auch, dann sind wahrscheinlich auch die Lösungswege ähnlich.

Das Erste ist, dass der Trampelpfad aus der Projektions-Ernüchterungs-Welt sich nicht öffnet, wenn ich beschließe, jetzt mal hübsch vernünftig zu sein. Nein, the only way out is the way through. Und das heißt, das Ach und Weh unserer „inneren Kinder“, ihre verzweifelte Sehnsucht nach Geborgen-

heit und Sicherheit, nach Geliebt-und-Gesehen-Werden wahrzunehmen und möglichst vollständig zu fühlen. Ohne den Anspruch, das, was wehtut und nach Nahrung ruft, sogleich zu überwinden. Erwachsen sein heißt nämlich nicht, „vernünftig“ zu sein. Sondern bewusst. Und Bewusstheit schließt das Un-Bewusste ein, nicht aus.

Nur so, indem wir in unsere Gefühle und Bedürfnisse hineintauchen und sie – immer wieder – da sein lassen in ihrer tatsächlichen Gestalt, können wir die nächste Hürde nehmen.

**Ich bin
traurig**

Und die ist eine echte Zumutung. Sie besteht darin, einzusehen, und zwar mit Haut und Haaren einzusehen, dass die Anderen nicht dazu da sind, unsere Bedürfnisse zu erfüllen.

Nicht unsere Liebespartner und nicht unsere Gemeinschaft. Wohlgemerkt: Das bedeutet nicht, dass wir unsere Gefühle und Bedürfnisse nicht haben und äußern dürften. Im Gegenteil! Nur wenn wir uns in die Überzeugung hineinleben, dass wir jedes Recht haben, Wünsche in uns zu tragen und zu äußern, werden wir fähig, nicht mehr zu meinen, die anderen hätten die Pflicht, sie zu erfüllen. Der Schlüssel, meine ich, liegt in dem Mut, vorbehaltlos „ich“ zu sagen, statt uns hinter Urteilen

**Alles wird
gut**

überandere (oder uns selber) zu verstecken. Immer wenn wir uns als Erziehungsberechtigte unserer Mitmenschen (oder unserer selbst) aufspielen, können wir sicher sein, dass wir uns davor drücken, zu fühlen, was in uns ist; und auszusprechen, was wir möchten. Die „Eltern-Strategie“, also der Versuch, sich zu einem überlegenen Wesen zu verklären, welches die Anderen auf den rechten Pfad führt, ist nichts als eine Tarnorganisation des inneren Kindes, das sich nicht verraten will. Und dieses Kind schämt sich, so schlichte Dinge

auszusprechen wie: Ich bin traurig. Ich bin wütend. Und ich möchte gerne, dass ihr mich lieb habt und anerkennt. Weil es sich fürchtet, für Ehrlichkeit bestraft zu werden. Weil es leider erfahren hat, dass schein-erwachsene, moralisierende Forderungen („wenn Du mich lieben würdest, würdest Du mir alle Sehnsucht von den Augen ablesen und überdies Deine Socken nicht rumliegen lassen“), Urteile und Besserwisserei mehr sozialen Erfolg versprechen als Verletzlichkeit. Doch was ist das für ein schrecklicher Erfolg? Wer will „Liebe“, die durch Manipulation errungen worden ist?

Ja, mir scheint, auf dieser Basis könnte es weitergehen. Zwischen Liebespartnern. Und zwischen der Gemeinschaft und dem Einzelnem.

Kurz gesagt:

Du bist nicht so, wie ich das will. Und ich bin nicht, wie Du das willst.

Prima! Was können wir auf dieser wohligherzigteten Grundlage tun, um gemeinsam ein erfülltes Leben aufzubauen?

P.S. Ein Vorschlag zur Bewusstwerdungs-Praxis. In unserer Wohngemeinschaft im ZEGG, der „Alten Sauna“, aus der das Pfingstfestival „Experiment Empathie“ hervorgegangen ist, arbeiten wir manchmal mit der „Ich-will-Dich-zwingen-Übung“. Und die geht so:

1. Ich habe einen Vorwurf, eine Forderung an einen oder mehrere Mitmenschen. Ich grolle, zürne, bin aufgebracht, moralisch empört und im Recht.
2. Ich übersetze dies in die Formulierung: „Ich möchte Dich zwingen, dass ...!“
3. Ich lasse mich fragen: Was in Dir vermeidest Du zu fühlen, indem Du diesen Menschen zwingen willst, so-und-so zu sein?
4. Bin ich bereit, dieses Gefühl in mir zuzulassen? Wenn ja: Ich tue es. Wenn nein: Was hindert mich daran?
5. Beobachten, was sich im Laufe dieser Praxis verändert.

Es ist erstaunlich, was dabei herauskommt!

Marcus von Schmude ist Journalist, früher u.a. bei der „Zeit“. Im ZEGG arbeitet er in der Tagungsgestaltung und gehört zum neuen Team der Dorfkneipe.



Das ZEGG, eingebettet in den Hohen Fläming

Eine Region geht neue Wege

Die alternative Entwicklung im Hohen Fläming

Von Barbara Stützel

Die Kreisstadt Bad Belzig liegt mitten im Naturpark Hoher Fläming. Nach der Wende siedelte sich hier, rund 70 km entfernt von Berlin, eine interessante Mischung von Menschen an. Um das ZEGG zu gründen, kamen 1991 achtzig Zuzügler aus Westdeutschland, Österreich und der Schweiz nach Belzig. Zeitgleich begann die in Berlin ansässige Suchthilfegemeinschaft „Synanon“ (heute „Scarabäus“) in der Nähe, im Ort Schmerwitz, unter anderem einen ökologischen Landwirtschaftsbetrieb aufzubauen. Künstler und andere Hauptstadtflüchtlinge entdeckten den preiswerteren Charme der Kleinstadt; Spätaussiedler zogen hierher.

Mit den Jahren veränderten sich die Projekte. Aus dem ZEGG zogen Menschen aus und gründeten kleinere eigene Projekte, zum Beispiel in den Ort-

schaften Reetz und Grützdorf. Aus dem ZEGG-Umfeld heraus entstand ein größeres Gemeinschaftsprojekt in Lübnitz. „Synanon“ gab seinen Stützpunkt im Fläming auf; einen Teil der Arbeit übernahm der Verein „Scarabäus“. Auf seinen landwirtschaftlichen Flächen hatte Synanon einen wichtigen Grundstein gelegt für einen ökologischen Anbau, der von dem landwirtschaftlichen Betrieb „Gut Schmerwitz“ und einigen Gemeinschaftsprojekten weitergeführt wurde.

Zahlreiche Wohngemeinschaften und Einzelpersonen siedelten sich wegen der Nähe zum ZEGG und der entstehenden interessanten Alternativregion hier an; oft Menschen mit eigenen Vorhaben und viel Tatkraft.

Aus diesem bunten Gemisch entwickelten sich mit der Zeit immer mehr selbst bestimmte Initiativen, die versuchen, ein anderes Miteinander in vielen Lebensbereichen umzusetzen: so in den Bereichen Bildung, nachhaltige Energieversorgung, gesunde Ernährung, Kunst, Heilung, Sport, Spiritualität, Unterstützung von Asylbewerbern. Die Gesundheitskasse „Artabana“, die

zur Zeit daran arbeitet, als Alternative zu den Krankenkassen anerkannt zu werden, verfügt im Fläming mittlerweile über drei eigenständige Gruppen. Seit Oktober 2010 gibt es die Regionalwährung „Steintaler“, mit der die wirtschaftliche Vernetzung der Region gefördert und langfristig ein zinsfreies Wirtschaften ermöglicht werden soll.

Manchmal sagen Menschen aus dem ZEGG stolz, das alles habe sich entwickelt, weil ihr Projekt hier sei. Das ist auch nicht verkehrt, denn sicher wären viele Menschen ohne das ZEGG nicht in den Fläming gekommen. Ist es doch immer wieder ein Treffpunkt und bietet mit seinen vielfältigen Veranstaltungen auch für die Region Angebote, die nicht dem üblichen Landleben entsprechen. Tatsache ist allerdings, dass viele Menschen und Faktoren zur Entstehung des heutigen Netzwerkes beigetragen haben. Dabei wurde die Entwicklung dieser Alternativregion von niemandem konzeptionell ausgedacht und geplant; sie wächst organisch wie von selbst. Menschen entdecken andere Menschen, die etwas vorhaben oder machen, das zu dem passt, was ihnen

selbst vorschwebt, seien es nun soziale Lebensformen, Heilungsmethoden, gesunder Nahrungsmittelanbau, Musik- oder Theaterprojekte. So wächst und verändert sich die Region von innen heraus. Vielleicht existiert im Menschen immanent ein Bild von dem, was wir am Leben lieben und zum Leben brauchen, und daraus entsteht eine natürliche Entwicklung.

Wie bei jedem organischen Wachstumsprozess läuft auch im Fläming nicht alles geradlinig; Initiativen zerfallen oder formieren sich neu, Schwerpunkte der Akteure verändern sich. Dabei entwickelte sich jedoch Solidarität unter vielen Beteiligten; man begann, die Entwicklung der anderen zu begleiten und sich gegenseitig zu unterstützen und zu inspirieren.

Noch verläuft die beschriebene Entwicklung von einigen Ausnahmen wie der Förderung durch Spezialprogramme der EU oder des Landes abgesehen parallel zur offiziellen Regionalpolitik. Die Stadt Bad Belzig scheut noch das Neue und setzt mehr auf klassische touristische Konzepte, wie die Entwicklung als Heil- und Kurort Bad Belzig mit Reha-Klinik, Steintherme und geplantes Vier-Sternehotel. Besser sieht es schon im nahe gelegenen Wiesenburg aus. Trotz Finanzknappheit der Kommune unterstützt zum Beispiel die Bürgermeisterin in vielfältiger Weise Projekte des kulturellen Aufbruchs. So wurde die alte Reithalle des Ortes zur Kunsthalle und die alte Grundschule zu einem Kulturprojekt; ein brach liegendes Gelände am Bahnhof war im Spätsommer 2010 Schauplatz des internationalen Alternativcamps „Ecotopia“. Wiesenburg wurde übrigens 2010 mit der Goldmedaille der Initiative „Unser Dorf hat Zukunft“ auf Bundesebene ausgezeichnet.

Eine Qualität einer Entwicklung von unten ist allerdings, dass Menschen gar nicht mehr darauf warten, offiziell gefördert und anerkannt zu werden, sondern ihr Leben selbst in die Hand nehmen, Initiativen starten und sich vernetzen. Im Fläming wurde und wird die Vernetzung stark durch den „Fläming-Verteiler“ unterstützt, einen Email-Verteiler, der über 400 Menschen erreicht. Zudem findet einmal im Jahr ein Regionaltreffen statt, bei dem

Menschen und Gruppen sich in einer „Open Space“-Veranstaltung ein Wochenende lang zusammensetzen. Diese Regionaltreffen fanden in den ersten beiden Jahre im ZEGG statt; anschließend war Wiesenburg Gastgeber, und inzwischen wandert das Treffen in andere umliegende Ortschaften weiter.

Im ZEGG selbst hat sich der regionale Blick im Laufe von 20 Jahren stark verändert. Anfangs führte die Vision der Ganzheitlichkeit dazu, alle Themen ins eigene Projekt ZEGG hineinzuholen. Inzwischen ist jedoch klar, dass auch eine noch so komplexe Gemeinschaft nur einen Teilbereich aller menschlichen Themen abdecken kann und für vieles wie zum Beispiel die Energie- und Nahrungsmittelversorgung, Bildung und die ganze Breite der Kunst die Region eine viel sinnvollere Einheit bildet. So engagieren sich auch Menschen aus dem ZEGG in vielen der genannten regionalen Initiativen. Eine Zukunftsvision an dieser Stelle ist eine größere gemeinsame Ausrichtung aller dieser Projekte auf das Ziel, auch in der Kommunalpolitik eine stärkere Stimme zu haben.

Der immer größer werdenden Entfremdung in der konzerngesteuerten Globalisierung können wir mit dem Aufbau von starken Regionen entgegenwirken. Ein realistischer Traum ist der, hier im Hohen Fläming unser Leben aus eigener Initiative nachhaltig und menschenwürdig zu gestalten. Ein Modell dafür ist die „Transition-Town“-Bewegung aus England. Die möchte viele Projekte im Geiste des ökologischen Landbaus, der Energieversorgung aus regenerierbaren Energien, des solidarischen Wirtschaftens, einer freier Bildung und Kultur entstehen lassen, so dass möglichst schnell die Gestaltung des tiefgreifenden Wandels beginnt, der durch den Rückgang der wichtigen Rohstoffe und die Verödung und Zerstörung immer größerer natürlicher Bereiche der Erde zwangsläufig kommen wird. Zum Glück wissen wir: Entwicklungen, die große Veränderungen nach sich ziehen, verlaufen nicht linear, sondern eher in Sprüngen.

Hoffentlich sind wir in zwanzig Jahren schon viel weiter als wir es uns heute erträumen.

„Live your dream and reach for rainbows“

Wir freuen uns immer wieder über die Stimmen zum ZEGG in unserem Gästebuch. Hier eine kleine Auswahl:

„Projekte wie das ZEGG tragen die Glut weiter: das Wissen, dass Menschen für Gemeinschaft, für das Geben und Nehmen von Zuneigung gemacht sind, Ich wünsche dem ZEGG einen guten weiteren Weg!“

Prof. Joachim Bauer, Uniklinik Freiburg

„Bleiben wir verbunden auch wenn wir unterschiedliche Wege gehen. Und halten wir an der bedingungslosen Liebe fest!“

Jirina Prekop, Psychologin und Autorin

„Diese 14 Tage hier haben mich an vieles erinnert, das schon in mir schlief. Der Kontakt und die Offenheit zu den Anderen hat mir Kontakt zu mir selbst gebracht. Ein Tor zu einem größeren Selbstbewusstsein hat sich geöffnet.“

Charlotte, Jugendseminar Engen

„Thank you for inviting me to ZEGG. I am very impressed with your commitment and passion. You are a wonderful example of communal living – a viable model for our planet. ... ZEGG combines the intellectual with the passionate and sensual in a way which I respect and admire.“

Bill Metcalf Griffith University Brisbane

„Es ist hoch inspirierend zu sehen, wie ihr einen Ort, der durchtränkt war mit Mustern der seelischen Gewalt und Indoktrination, in einen Ort der Liebe und Gerechtigkeit verwandelt habt. Nicht nur, dass wir Menschen inspiriert werden durch euer Tun, eure Achtsamkeit, die ihr dem Ort und seinen Kräften widmet, es hat sogar ermöglicht, dass das Herz dieser Landschaft wieder schlagen kann.“

Marko Pogacnik, Geomant und Buchautor

“Thank you for your hospitality, culture and spirit. ZEGG comes across as an indigenous village thriving to be an example for all that long for a true community. I will always remember you with fondness.”

Malidoma Somé (Burkina Faso und USA)

“Thank you for having the courage to love, to live your dream and reach for rainbows.”

Manitonquat

“It was an exciting experience, a meeting of hearts and soul, reconciliation and mutual asperation between men from different nations and background, a hope for the future.”

Yaacov Oved, Kibbutz Palmachim, Israel (ICSA-Conference)

Im Jahre 1993 besuchte der freie Autor Gerhard Henschel das Sommercamp im ZEGG und schrieb darüber eine Reportage, die das bekannte Berliner Stadtmagazin "Tip" in Heft 18/93 veröffentlichte. Wir freuen uns, dieses amüsante historische Dokument hier wiederzugeben, das in einer Zeit erschien, in der die etablierten Medien meist mit Ach und Krach gegen das ZEGG zu Felde zogen.

Mein schönstes Ferienenerlebnis

Von Gerhard Henschel

Achtzig Kilometer südwestlich von Berlin befindet sich das Zentrum für experimentelle Gesellschaftsgestaltung (ZEGG). Bei einem mehrtägigen Ortstermin zeigte sich deutlich: Nicht einmal Fernsehen ist schöner.

Einer ist immer der Loser. Wenn es darauf ankommt, Pressevorführungen verwackelter Super-8-Soft-Sexfilme zu besuchen, an schaurigen Atheisten-Kongressen teilzunehmen oder Rainer Barzels Tagebücher zu besprechen, denken gewiefte Redakteure sogleich an mich. Das ist nett von ihnen, denn eine gewisse perverse Schadenfreude über dumme Filme, abstruse Geschehnisse und misstratene Lektüre kann ich nicht verhehlen.

Mitte Juli schien es aber selbst mir zuviel werden zu wollen. Geschickt fädelt Gisela Güzel ihr Vorhaben ein. „Oh Gerd – willst Du nicht mal wieder Reporter sein? Na?“ fragte sie auf einem Kurzmitteilungsformular scheinheilig an, dem sie eine Pressemitteilung des ZEGG beigelegt hatte.

Das ZEGG, las ich, sei eine offene, im brandenburgischen Belzig auf 15 von der Stasi übernommenen Hektar blühenden Geländes lebende Kommune mit großen Plänen: „Das ZEGG ist ein Tagungs-, Forschungs- und Kulturzentrum für eine gewaltfreie Kultur: es ist eine Gemeinschaftswerkstatt mit Kunst, Grips und freier Liebe.“

Die freie Liebe – sie nun wieder! „Rund um den Campus liegen Zeltedörfer, Zirkuszelt, Feuerstellen, Treffpunkte, Freiluft-Atelier, Bistro, Dorfkneipe, Oase, Meditationsplatz, Freibad, Freilichtbühne und Mondschein-Kino. Sie laden zu einem futuristischen Leben ein, zu einem zweiwöchigen Science Fiction für ein aufregendes Zusammenleben...“ Eingeladen waren unter anderem auch Ernest Bornemann, Domenica Niehoff und Rudolf Bahro, der Fürst der

ökologischen Wende, der Beschützer der Witwen und Waisen, der verschmudste Rächer des Sanso-Wollpullover-Lämmchens.

Furchtsam rekapitulierte ich die umlaufenden Gerüchte über das ZEGG. War da nicht die Rede von einer High-Society-Sekte? Würde man mir zur Begrüßung geweihte Vulkanasche aufs Haupt streuen? Mußte ich mich auf eine 95-Grad-Gehirnwäsche gefasst machen? Mit Pumpen und Schleudern? Erwarteten mich uniformierte Bi-Ba-Butzemänner mit Gebetsmühlen, Watteknebeln und abgefeimten Hypnosemethoden? Würde es Menschenopfer geben?

Die Neugier überflügelte die Bedenken, aber die hämischen Mantras, die mir meine falschen Freunde mit auf den Weg nach Belzig gaben, beeinträchtigten



meine zerbrechliche Zuversicht. „Don't get lost in the sex-camp!“ rief Gumhur Güzel mir postalisches zu. Ein frommer Wunsch.

Zum Glück reiste ich nicht alleine in die erogone Zone. Die ZEGG-erfahrene Bauchtänzerin Priscilla



Abendliche Campusstimmung beim Sommercamp anno '93

war mit von der Partie, und ich flehte sie an, mich vor Ort im Auge zu behalten. Vorher aber musste ich sie noch anflehen, mir beim Wäschekauf (Hemden, Hosen, Strümpfe) beratend zur Seite zu stehen, denn neun Zehntel meiner Kleidung hatte ich tags zuvor in einer Reichelt-Einkaufstasche in Friesland vergessen. Natürlich brodelte gerade das sonnenabendliche Einkaufsgewitter, natürlich hätten wir deswegen fast unseren Zug verpasst, und natürlich verpassten wir ihn dann tatsächlich, denn am Wannsee fiel Priscilla ein, dass ihre eigene Kledage noch in einem Schließfach im Bahnhof Zoo schmorte. Da hatte uns wohl das Unterbewusstsein dazwischengewirtschaftet, weil es kein Risiko eingehen wollte, sondern lieber nachhause, weiterschlafen.

Aber da hatte es sich verrechnet.

Mit Verspätung trafen wir in Belgig ein. Mulmigen Gemüts ließ ich mir auf dem weitläufigen Gelände, über dem zierlich die Wolken im Abendsonnenschein leuchteten, meinen Schlafplatz zeigen. Ein

geräumiger Wigwam mit interessanten Käfern und Eidechsen und einer Holzpalette-Matratze-Kombination stand zu meiner Verfügung.

Abendessen gab es in einer Art Open-Air-Feldküche aus der Tokukanone. Behutsam ließ ich den Blick über die Gruppe der Newcomer schweifen, der ich zugeteilt worden war, immer rückzugsbereit für den Fall, dass sich Tischgebete oder teuflusaustreibungen anbahnen sollten. Doch es erschien nur ein ergrauter Herr mit Zopf (Sternzeichen Schütze, Aszendent Löwe, wie er unaufgefordert erzählte), der einen Bauchladen voller Glasperlen, irisierender Kunststoffdiademe und Miniaturpyramiden mit sich führte.

Anschließend suchte ich die Dorf-kneipe auf, wo ich Priscilla (Sternzeichen Kussmund, Aszendent Bügeleisen) traf und gleich erleben musste, wie meine Vorurteile sich verflüchtigten. Das hatte ich (Sternzeichen Getränke Hoffmann, Aszendent Lungenzug) mir anders vorgestellt. Im ZEGG, dieser Eindruck drängte sich charmant und

geschmeidig auf, hatte das ungeschriebene Gesetz keine Geltung, demzufolge esoterisch inspirierte Pazifistinnen und strebsame Sozialpädagogen unbedingt verkniffen, fade, schal und tranig zu sein haben und auf ihre Umgebung ungefähr so belebend wirken müssen wie Dörrobst im Stützstrumpf.

Es war alles ganz anders. Im Sommercamp sah ich Delphin-forscherinnen Cabanossiwürste verspeisen. Ich sah viel Bier, viel Rauch; ich sah Esoterikerinnen hingebungsvoll schon am frühen Vormittag Underberg trinken. Ich sah Sonnenblumen in Mineralwasserflaschen stecken und handtellergroße Insekten friedlich die Morgentoilette verrichten. Ich sah Leute Salat putzen und sich absichtlich nicht die Haare schneiden. Ich sah Schweineeimer im Gegenlicht, Schlafsäcke auf Sperrholzrosten und Knutschflecke an den nungehörigsten Stellen. Ich sah auf einmal nicht mehr viel, weil mir beim Wasserballspektakel eines heißen Nachmittags die Brille vom Gesicht gewaschen

wurde. Und dann, mein schönstes Ferienerlebnis, sah ich im Mondschein das Gewölk zerfließen, als Domenica und ich Hand in Hand auf dem Campus standen und Halleluja sangen. „Diese warme Gegenwart siegte über die kalten Bilder der Zweifel; aus dem Kaffee-Satze waren anmutigere Prophezeiungen zu holen. Auf welchen Sonnenstäubchen fliegt oft den Menschen eine kleine Sonne, ein Himmelsgarten an und wurzelt ein!“ (Jean Paul).

Menschenverachtung, Frauenfeindlichkeit, Sexismus, Pornographie, Chauvinismus und eifernden Missionarswahn habe ich im ZEGG nirgendwo registriert, auch wenn in den Presseberichten, die mir inzwischen vorliegen, genau davon unablässig geraunt und geratscht wird. Katholische Sektenpfarrer, Boulevardjournalisten, Hard-Core-Lesben und autonome Ferndiagnostiker haben eine sonderbare, wütend auf die Organisatoren des ZEGG eintreffende Koalition gebildet. Von einer „Sex-Klinik“ schwadronierte Bild, nicht weniger dämlich langte Ingrid Müller-Münch für die Frankfurter Rundschau zu, und am unrühmlichsten tat sich, gähnt, die Sekten-AG im AstA der FU Berlin hervor, dessen Inquisitoren sich von Offenbarungen mehr zu versprechen scheinen als von Recherchen. Angeblich „sollten die Teilnehmer über sexuelle Riten der Sekte zugeführt werden“ usw., wie es eben so trefflich ins vorgestanzte Freund-Feind-Weltbild des gemeinen AstA-Rumpelstilzchens passt.

Dabei wäre Kritik am ZEGG durchaus angebracht, und sie ist auch erwünscht; mir selbst hat dort auch nicht alles eingeleuchtet und behagt. Das Ziel, durch die Befreiung der Liebe eine „gewaltfreie Erde“ zu schaffen, wo Löwe und Antilope sich kuschelnd umschlingen und wir alle uns von sanft

gebackenen Chakrenplätzchen ernähren, halte ich, gelinde gesagt, für verstiegen, ja versponnen. Die hier und da durchscheinende

geplanschtes werden, weiter hinten räkelt sich Gärten und Gewächshäuser, für Schäferstündchen standen spezielle Liebeszelte



Spass und Spott in der Dorfkneipe: Lesung von Gerhard Henschel während der jüngsten Silvestertagung.

Aversion gegen Schnellkochtopfe (böse) und Wolkenkratzer (noch viel böser) wirkt bedenklich provinziell. Und die Verherrlichung von Plattfußindianern und selbstgemachter Rohkostmarmelade ist auch nichts, was ich mir täglich zum Frühstück bestellen möchte.

„Allein – was verschlägt's?“ (Eugen Egner). Im ZEGG gibt es auch Stielkoteletts, gefeiert wird oft bis zum Morgengrauen, und wer nicht will, wird zu nichts gezwungen. Sporadisch heraufstinkende Kirchentags-Betulichkeit kann sich nicht lange behaupten; einem arg ins Piepsige abhebenden Tipi-Bewohner-Kanon machte eine der Betreuerinnen mit der klugen Bemerkung ein Ende: „Aufhören! Das klingt ja wie bei der Heilsarmee!“

Auf einem umgebauten Heuboden wurden Spielfilme gezeigt, Konzerte und Vorträge im großen Festzelt oder in einem der Veranstaltungsräume gab es in bunter Fülle, im Freibad konnte

bereit, in den einzelnen Gruppen wurde gemault und gelobt, und es war ein Vergnügen, mitzuerleben, wie sich einer der Leitsätze der Kommunarden immer wieder zu bestätigen schien, wonach Eifersucht ebenso wenig zur Liebe gehöre wie Asthma zum Atmen.

Leider ist das ZEGG in finanziellen Nöten. Jeden Monat müssen 80.000 DM an laufenden Kosten aufgebracht werden, die Kreditzinsen drücken, die Behörden sperren sich, und die idiotische Berichterstattung hat viele Besucher abgeschreckt. Es wäre ein Jammer, wenn es doofen Sensationsreportern und ahnungslosen AstA-Funktionären doch noch glückte, das ZEGG zu erledigen. Wer Lust dazu hat, sich auf Experimente einzulassen, sollte also nicht zu lange zögern – auch wenn keine Priscilla zur Hand ist. Nur zu!

Gerhard Henschel, Jahrgang 1962, ist freier Schriftsteller.

Abdruck dieses Textes mit freundlicher Genehmigung des Autors.

Das ZEGG im Zeitraffer

Ein Streifzug durch die
Chronik der ersten zehn Jahre

**Von Hermann Haring,
anhand von Aufzeichnungen von Georg Lohmann**

Dieses Foto zeigt das ZEGG um die Jahrtausendwende: der Campus mit dem Experimentalbau „Volumen“ des Pariser Architekten H.W. Müller.

Eine Gewerbehalle in Radolfzell am Bodensee war Ende der achtziger, Anfang der neunziger Jahre Treffpunkt von Menschen aus dem Netzwerk der „Bauhütte“. Viele von ihnen hatten in Jagsthausen bei Heilbronn und später in Schwand im Südschwarzwald an einem neuartigen Gemeinschaftsprojekt teilgenommen, dessen wichtigste Phase das sogenannte dreijährige „soziale Experiment“ mit rund 40 Menschen in den Jahren 1983 bis 1986 war.

Jetzt stand der Sprung in eine neue Größenordnung an. Nachdem anfangs noch die Idee verfolgt wurde, in einem abgeschiedenen Teil Europas ein neues größeres Zentrum

aufzubauen – ein geeignetes Gelände im französischen Teil der Pyrenäen war bereits gefunden –, fiel die Entscheidung dann doch für einen neuen Platz in Deutschland. Intensiv wurde nach passendem Gelände mit möglichst bezugsfertiger Bausubstanz gesucht. Es war die Zeit der Wende und der deutschen Wiedervereinigung. 1991 fiel die Wahl auf ein ehemaliges Stasi-Gelände im brandenburgischen Belzig. Am 9. August 1991 wurde der Kaufvertrag unterschrieben. Preis: rund 2 Millionen DM, mit der Bedingung, weitere 2 Millionen dort zu investieren. Das Geld dafür kam zusammen durch private Einlagen, Bankdarlehen und eine Schweizer Stiftung. Es war eines der ersten Grundstücke aus dem ehemaligen Staatsvermögen der DDR, das die mit dessen Abwicklung betreute „Treuhand“ seinerzeit verkaufte.

Im Laufe von wenigen Wochen kommen fast 100 Leute ins „Zentrum für experimentelle Gesellschaftsgestaltung“; die meisten möchten langfristig hier bleiben, einige auch nur als Aufbauhelfer unterstützend sein. Schon im Oktober startet der Tagungsbetrieb mit einem gut besuchten zweiwöchigen Herbstcamp zum Thema „Die

Herzkraft soll sich mit der Denkkraft verbinden“.

Auch im Oktober erscheint in einer Boulevard-Zeitung eine erste „Sekten-story“ über das ZEGG, etliche folgen. Es war das Remake ähnlicher Kampagnen gegen die „Bauhütte“ im Jahrzehnt davor. „Das gemeinsame Tanzen ist Bestandteil der Gehirnwäsche“ war über die „Psycho-Sekte“ ZEGG zu lesen; und viel perfider wurde angedeutet, wir würden den sexuellen Missbrauch von Kindern gutheißen. Immerhin druckte eine der großen überregionalen Tageszeitungen nach einem üblen Artikel eine Stellungnahme des ZEGG in ihren Spalten ab; die Redaktion entschuldigte sich für falsche Zitate. Erwähnen möchte ich, dass die Belziger Lokalpresse seit 20 Jahren ausführlich, sachlich und mit Interesse über das ZEGG berichtet.

Lothar Koch, Landrat in Belzig, besuchte das ZEGG während der Herbsttagung. In einer Ansprache sagte er: „Mit der politischen Freiheit hier im Osten ist noch nicht die Freiheit des Geistes geschafft. Deshalb freue ich mich, dass so ein Experiment wie das Ihre in meinem Landkreis stattfindet. (...) Ich möchte selbst gerne oft hier zu Gast sein. Aber ich bin auch ein ernstzunehmender Beobachter und Kritiker.“

In der Anfangszeit ist das ZEGG eine Großbaustelle. Die halbrenoviert übernommene Großküche und das Restaurant werden hergerichtet und gehen zur Silvestertagung in Betrieb; die erste Renovierungsphase im Kinderhaus beschert zehn der im ZEGG wohnenden Kindern eigene Zimmer – viele Erwachsene müssen darauf noch lange warten. An vielen Stellen kann auch erst mal nur provisorisch gewerkelt werden, um das Gelände bewohnbar und winterfest zu machen.

Im Januar 1992 wird in einem Seminar unter Mitwirkung des Permakultur-Experten Declan Kennedy aus dem Ökodorf Steyer-

berg die ZEGG-Geländegestaltung langfristig geplant. Im Februar erscheint das erste ZEGG-Tagungsprogramm mit 28 Seiten Umfang in DIN A 5. Im April sind der englische Geomant Peter Dawkins und Findhorn-Gründer Peter Caddy zu Gast mit einem Seminar zur



Anand Veresh

„Lebendigkeit in der Natur“; Peter Caddy wird ein langjähriger Freund des ZEGG. Manitonquat, in Europa gut bekannter indianischer Mediziner aus Nordamerika,

besucht uns Ende Mai; viele Besuche später wird ihn das ZEGG für seine freundschaftliche Unterstützung zum „Ehrenbürger“ ernennen.

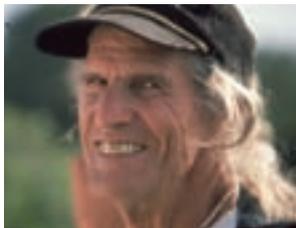
Die erste Pfingsttagung hat im Juni '92 das Motto „Die Erde braucht eine neue Information“, das erste, dreiwöchige Sommercamp im Juli zählt mehrere hundert Teilnehmer und trägt den Titel „Die positive Offensive“. Die Tagungen und viele interne Veranstaltungen im ZEGG erhalten damals Unterstützung durch Dieter Duhm und Sabine Lichtenfels, beide Gründer des Projektes „Bauhütte“ im Jahre 1978. Dieter Duhm war auch der Leiter und beständige Inspirator des „sozialen Experiments“ in Schwand. Für beide gewinnt in den Anfangsjahren des ZEGG die Vision eines großen gemeinschaftlichen Projektes im südwestlichen Teil Europas wieder an Kraft. Im Vorfeld laden sie ein zu spirituellen Camps auf den Kanarischen Inseln. 1995 gründeten sie dann in Südportugal „Tamera“.

Im Oktober 1992 läuft das zweite Herbstcamp. Zum Thema „Die Kraft der Gemeinschaft“ gibt es wenig festgelegtes Programm und intensive Gemeinschaftserfahrung. Viele bekannte Referenten kommen in der Anfangszeit ins ZEGG, darunter für jeweils ein Herbstwochenende auch Dhyani Ywahoo, Medizinfrau der Cherokee-Indianer und Autorin mehrerer Bücher („Am Feuer der Weisheit“), und Sannyas-Therapeut Swami Anand Veeresh von der damaligen „Multiversity“ in Egmond/Niederlande.



Bill Nickl begleitete die Entwicklung des ZEGG mit humorvollen Zeichnungen in seinem Tagebuch

Das Pensum an innerer Arbeit bleibt beständig hoch. Es geht unter anderem um die eigene Radikalisierung, die Verbindung von Denkkraft und Herzkraft, Aufbau und Transparenz von Leitungsstrukturen, ein den großen Absichten am besten dienendes Verhältnis zwischen inneren Themen und äußereren Erfordernissen. Im Dezember werden für zwei Wochen „Anhaltstage“ ausgerufen und alle Arbeiten auf ein Minimum reduziert; die ganze Gemeinschaft verbringt viele Stunden täglich zusammen mit Forum, Visi-onarbeit, Gesprächen und Pflege der



Manitonquat

Freundschaften. Diesem Prinzip des Ausstiegs aus dem Alltag zur Festigung des gemeinschaftlichen Gewebes folgt das ZEGG auch heute noch in seinen mittlerweile regelmäßigen „Intensiv-“ oder „Gemeinschaftszeiten“.

Noch vor dem Winterbeginn 1992 geht die neue Heizungsanlage in Betrieb; die damals ökologisch avantgardistische Befeuerung mit regionalen Holzhack-schnitzeln ersetzt die Verbrennung von Braunkohle. Allmählich nimmt auch der große Campus in der Geländemit-te Gestalt an; vor allem Dieter Duhm hatte immer vom Segen einer großen freien Fläche inmitten eines thematischeso dichten Forschungsprojektes gesprochen.

Im Januar 1993 kommt der amerikanische Pflanzenphysiologe Clive Backster ins ZEGG; mit der Ökologie-Gruppe arbeitet er zum Thema „Kom-munikation mit Pflanzen“. Backster hat das bekannte und wegweisende Buch „Das geheimnisvolle Leben der Pflanzen“ geschrieben.

Im März 1993 kommt eine fünfköpfige Gruppe aus dem ZEGG von einer mehr-monatigen Reise durch Kenia, Ghana und Tansania zurück. Nachdem im Vor-jahr mehrere Afrikaner im ZEGG ge-wesen waren, hatte sie in Afrika unter anderem Kooperationsmöglichkeiten

ausgelotet. Die ZEGG-Theatergruppe „Die Unerlösten“, die auch schon auf der Frankfurter Buchmesse aufgetreten war, beginnt eine kleine Tournee durch deutsche Großstädte.

Für die ZEGG-Mitarbeiter gibt es all-mählich mehr Wohnraum, unter anderem weil im Wohnblock im oberen Teil des Geländes nach und nach Fremd-mieter ausziehen, die schon vor dem Gelände-kauf hier gewohnt hatten. Das setzt immer wieder die emotionslastige Umstrukturierung der bestehenden Wohngruppen in Gang; eine Notwendigkeit, die jedem ZEGG-Bewohner bis heute wohlbekannt ist.

Die BASEG („Bundesarbeitsgemein-schaft selbstverwalteter Gartenbaubetriebe“) hält ihr 93er Jahrestreffen im Mai im ZEGG ab; nebenbei baut sie vorm Kinderhaus einen Spielturm mit Rutsche und gestaltet den Dorfplatz neu, der damit seine bis heute charak-teristische Struktur erhält.

„Warum stagnieren unsere Gästezah-len? Warum kommen die Menschen

Lichtenfels und Dieter Duhm eingela-den. Doch daraus wird nichts: Die Uni erteilt ein Auftrittsverbot für die „zwei Vertreter der Sekte ZEGG“. Bahro nimmt in einer engagierten Erklärung öffentlich

zum Sek-tenvorwurf Stellung: „Wie einst Wilhelm Reich viel verleum-det wurde, weil er es wagte, die Sexualver-drängung



Peter Caddy

zum Thema zu machen, mit der eigen-en Sexualität, Erotik, Liebesfähigkeit und –unfähigkeit zu experimentieren, werden auch an diesem neuen Expe-ri-ment, das übrigens dem ganzen The-menspektrum der ökologischen Wende gewidmet ist, alle möglichen Projek-tionen ausprobiert. Das meiste, was in der Öffentlichkeit übers ZEGG be-kannt – ich sage besser: verbraten wird,



Das junge ZEGG geht baden – gerne auch im Winter.

nur 1,2 mal und dann nicht wieder?“, notiert Bill Nickl bei einem internen Treffen im Frühjahr in sein Tagebuch. „Unsere Preise sind zu niedrig!“, lautet eine deviante Erklärung, um ein Mode-wort aus den frühen ZEGG-Jahren zu gebrauchen.

Für den 24. Mai hatte Rudolf Bahro zu seiner damaligen Ringvorlesung an der Humboldt-Universität in Berlin Sabine

stammt von Leuten, die die Arbeit nicht von innen kennen.“

Im Juli kommt Bahro als Referent zum Sommercamp ins ZEGG, das annä-hernd 400 Menschen besuchen; Thema: „Lieben, Leben, Überleben“. Auch im Sommer zu Gast sind die spirituellen Lehrer Frank Natale und Paul Lowe.

Im August übergibt Landrat Koch die Pflanzenklär-anlage ihrer Bestimmung,

die das im ZEGG beheimatete Planungsbüro „Ökotec“ konzipiert hat. Mit der später integrierten Bepflanzung durch schnell nachwachsende, Nutzholz liefernde Baumarten ist sie auch heute noch eine ökologische Pionieranlage.

Im Herbst '93 wird das Geld knapp; Umstrukturierungen sind die Folge. Auch verlässt eine Reihe von Menschen, die wichtige Funktionen ausgeübt hatten, den Platz, um schöpferisch zu pausieren oder eigene Projekte aufzubauen, zum Beispiel die Kommunikation mit Delphinen und Walen von einem eigenen Forschungsschiff aus, der „Kairos“.

Rund um das ZEGG gibt es inzwischen etliche Stadt- oder Vernetzungsgruppen, die auch an Fragen des Gemeinschaftsaufbaus und anderen Grundlagen einer humanen Kultur arbeiten. Im November kommt der Halbblut-Cherokee Reagan Swift Deer, Gründer des „Deer Tribe“, zu Teachings ins ZEGG; viele Bewohner nehmen daran teil. Der indianisch-schamanische Weg wird in den folgenden Jahren ein fester Bestandteil der ZEGG-Kultur und ihrer spirituellen Vielfalt; nach indianischem Ritual wird auf dem Gelände ein „Kristalldom“ eingerichtet.

Ab Ende 1993 entsteht im Keller des Wohnblocks der großzügige Saunabereich mit dem „alhambrischen“ Gemeinschaftsraum. Die Inspiration dazu hatten die ZEGG-Mitarbeiter von einem internen Intensivkurs in der „Villa Grethem“ mitgebracht, einem kleinen, verführerisch schönen Tagungshaus, das Freundinnen aus dem Bauhütten-Netzwerk seit Herbst 1992 für einige Jahre in der Nähe von Hannover unterhielten und in dessen Crew sie auch einige Leute aus dem ZEGG gewonnen hatten.

Im Februar '94 schließt die zentrale Wäscherei im ZEGG und wird durch Waschmaschinen in den einzelnen Wohn-

einheiten ersetzt. Abgeschafft werden bei dieser Gelegenheit auch die Wäschenummern der Bewohner. Das ist insofern erwähnenswert, weil deren Vergabe schon in der Bauhütten-Zeit begonnen hatte und die Wäschenummernliste so etwas wie die einzige,



Sabine Lichtenfels und Dieter Duhm als Zuhörer eines Vortrags in der ZEGG-Aula

inoffizielle Mitgliederauflistung des Projektes war. Außerdem war die Wäscherei immer ein erotischer Ort; mit ihren Hüterinnen war der Autor dieser Zeilen manch schöne halbe Stunde verbunden.

Auch noch im Februar hält der Physiker Fritz Albert Popp im ZEGG einen Vortrag. Ihm gelang es 1975, die bereits 1922 von einem russischen Forscher erstmals festgestellte Lichtstrahlung wiederzuentdecken und mit streng wissenschaftlichen Methoden nachzuweisen, die jede Zelle organischen Gewebes aussendet, auch im Menschen.

Forscher einzuladen und sich mit ihnen auszutauschen, deren Gedanken und Entdeckungen den Blick auf Mensch



Sizilianisches Lebensgefühl: die Anfänge der „Dorfkneipe“

und Welt radikal in einem ganzheitlichen und lebensbejahenden Sinne verändern, ist ein wesentlicher Teil des Konzeptes der intern so genannten „ZEGG-Universität“. Dafür und für den wachsenden Seminar- und Tagungsbetrieb stehen jetzt mehr und mehr Räumlichkeiten zur Verfügung - für Versammlungen, Gruppenarbeit und Gästeunterbringung. Platz für mehrere hundert Menschen bietet - im Sommerhalbjahr - das Zirkuszelt, das die Bauhütte noch vor der ZEGG-Gründung für ihr Sommercamp 1990 nahe Walsrode gemietet und danach gekauft hatte; es wird bis heute genutzt

und alljährlich im Frühjahr auf- und im Spätsommer abgebaut. Bis zu 200 Menschen finden in der Aula im großen Hauptgebäude Platz, in dem in den Anfangsmonaten des ZEGG noch ein „Penny“-Markt eingemietet war, in den die Belziger Bevölkerung einkaufen ging.

Ende April '94 ist das ZEGG vier Tage Schauplatz der „Beratenden Versammlung“. Zu der von Dieter Duhm gestalteten Tagung mit dem Leitgedanken „Strategien finden für eine gewaltfreie Erde“ kommen etwa 200 Menschen, die sich diesem Gedanken verbunden fühlen. Dieter Duhm sucht vor allem Unterstützung für sein geplantes „Heilungsbiotop 1“. Diese Pläne stehen auch einige Monate später im Zentrum eines Frühsommer-Camps an der portugiesischen Küste, an dem viele ZEGG-Mitarbeiter teilnehmen.

Die erste Hälfte des Jahres '94 prägen intensive Konzeptdiskussionen in ZEGG-Betriebsversammlungen, die sich als basisdemokratisches Entscheidungsgremium bewähren sollen. In der Zeit davor und zeitweise auch noch danach lag und liegt die Leitung des Experimentes zur Gesellschaftsgestaltung in den Händen Einzelner oder kleiner Teams, die sich als Vertrauensträger qualifiziert haben.

Schwierig gestaltet sich in dieser Zeit die Verständigung zwischen zwei Gruppierungen, von denen die eine von Zeitgenossen als eher visionär, kernorientiert und nach Ansätzen einer spirituellen Ökonomie suchend beschrieben wird, die andere als eher pragmatisch, dezentral und eine strukturelle Finanz-Autonomie ersinnend. Anfang Mai setzt sich ein neu gebildetes, vierköpfiges Trägerteam als ZEGG-Leitung selber ein. Das neue Team wird im Plenum aller Bewohner nachträglich bestätigt; allerdings nur mehrheitlich und nicht im Konsens. Damit einher gehen Umbesetzungen in verschiedenen wichtigen Positionen im ZEGG. „Insgesamt großes Aufatmen darüber“, notiert damals der Chronist, „dass Entscheidungen getroffen wurden und die kräftezehrenden Dauerauseinandersetzungen vorbei sind.“

Auseinandersetzungen im ZEGG, in denen nicht genügend Integrationspotential zur Verfügung steht, haben in den zwanzig Jahren der ZEGG-Geschichte mehrmals zur Folge, dass Menschen die Gemeinschaft verlassen und zum Teil eigene Projekte begründen; es war und ist ein Anliegen der Gemeinschaft, zu ihnen in freundschaftlichem Kontakt zu bleiben oder diesen wieder aufzubauen.

Ab Mai 1994 gibt es ein Morgengebet auf dem Campus, für alle, die das möchten. Diese Art der Morgeneinstimmung wird vor allem im Sommerhalbjahr ein wichtiges zentrierendes und gemeinschaftsbildendes Ritual im ZEGG, später abgelöst von anderen Formen der Meditation.

Im Juni 1994 zieht der „Literaturtreffpunkt“, der entstehende Buchladen im ZEGG, in einen experimentellen Tragluftpavillon mit 130 Quadratmeter Grundfläche, der am Campus entstanden ist. Er heißt „Volumen“, wurde von dem in Paris ansässigen Architekten H.W.Müller konzipiert und konstruiert und prägt mit seinem futuristischen Design viele Jahre lang den Blick aufs ZEGG, ehe sein Material ermüdet.

Auch im Juni gründet sich der bis heute bestehende „Politische Salon“. In ihm beheimatet sind die Netzwerkarbeit mit ähnlich denkenden Menschen, Projekten und Organisationen; die Kontakte mit Medienleuten, die über das ZEGG

berichten wollen und die Herausgabe eigener Publikationen. Dazu gehört seit 2002 auch der ZEGG-Reader.

Das Kinderhaus platzt im Sommer 1992 aus allen Nähten. Hier leben 16 Kinder mit einigen Eltern und Betreuern. Geplant sind zahlreiche An- und Umbauten an dem betagten Gebäude, in dem ein Stück deutscher Geschichte steckt: 1936, während der olympischen Spiele in Berlin unter nationalsozialistischer Regie, waren hier Pferde der deutschen Reiterequipe untergebracht. Die ZEGG-Kinder sollen große Gemeinschafts- und Aktionsräume bekommen; später erhält der zentrale Hausteil eine neue Küche.

Im September '94 kommen die Belziger Schulklassen, in die zwei der ZEGG-Kinder gehen, zu Besuch. Für die Gemeinschaft, die ja auf einen Schlag aus Westdeutschland in den ostdeutschen Fläming zugewandert ist, nach ungewöhnlichen Ideen zu leben versucht und auch noch eine Sektenkampagne am Hals hat, ist dieses Zeichen des Vertrauens, das unseren Kindern entgegengebracht wird, sehr schön.

In den Sommermonaten probt der ZEGG-Chor intensiv den Satz „Vegatationes“ aus dem „Canto General“. Ende Oktober wird er zum ersten Mal öffentlich aufgeführt – Beginn einer langen Reise vieler sich neu entdeckender Sängerinnen und Sänger aus dem ZEGG durch das revolutionär schöne Werk von Mikis Theodorakis und Pablo Neruda; im

Laufe der Jahre werden sechs der Canto-Sätze einstudiert. Der gemeinsame Gesang – auch vieler einfacher Lieder aus aller Welt – erzeugt auch im ZEGG viel gemeinschaftliche Kraft, öffnet den Herzensraum und heilt Zwietracht.

Vierzehn Tage lang leiten Sabine Lichtenfels und Dieter Duhm gemeinsam im Spätsommer einen Kurs zum Thema Liebe, mit viel Forum, geistiger Arbeit und Erforschung der persönlichen Geschichte als individueller Ausprä-

gung zeitgeschichtlicher Vorgänge. 75 Menschen aus dem ZEGG und dem Freundeskreis nehmen teil, zeitweise sind es noch mehr.

Immer wieder ändert sich das personelle Erscheinungsbild des ZEGG. So ziehen im Spätsommer '94 fünf gestandene ZEGGlerInnen in den Nachbarort Dahnsdorf und gründen ein eigenes kleines Gemeinschaftsprojekt. Auch wenn dieses Unternehmen nicht lange Bestand hat, zeigt sich darin doch eine beginnende Entwicklung. In den folgenden Jahren werden das ZEGG immer wieder Leute verlassen, die im Umfeld eigene Projekte aufziehen, ganz für sich oder in einer Wohngemeinschaft leben wollen. Durch sie und einige andere, die hinzukommen, entsteht ein neues Netzwerk, das im Laufe der Jahre immer mehr ähnlich denkende Menschen in den Fläming zieht. Das ZEGG selbst hat Glück: Für die, die gehen, kommen genügend neue, die das experimentelle Projekt weiterleben lassen; die Gesamtzahl der ZEGG-Bewohner liegt über zwei Jahrzehnte hinweg recht stabil bei 80.

Im November '94 finden Dieter Duhm und Sabine Lichtenfels in Portugal ein geeignetes Gelände für das geplante „Heilungsbiotop 1“; der günstige



Langjährige Mitbewohnerin am „Platz der Stille“ im oberen Teil des ZEGG-Geländes

Kaufpreis wird innerhalb kürzester Zeit in einem Kreis von Freunden und Unterstützerinnen zusammengebracht; schon im März '95 kann der Kaufvertrag unterschrieben werden. Dort entsteht „Tamera“. Dorthin werden viele Menschen aus dem ZEGG im Laufe der Zeit ziehen; bei jedem ist die Motivation verständlich, doch die Trauer über die Trennung von Freundinnen und Freunden bleibt nicht aus.

Für viele von denen, die das ZEGG weiterführen oder dort neu einziehen, wird Tamera zu einem wichtigen Ort für innere Sammlung und Weiterbildung, für den Austausch mit Freunden und für einzelne gemeinsame Projekte wie den Buchverlag „Berghoff and friends“, der Ende 1995 gegründet wird, Bücher von Autoren aus Tamera und aus dem ZEGG veröffentlicht und seine Heimat einige Jahre lang im ZEGG hat.

Anfang 1995 arbeiten zwei Menschen aus dem ZEGG in den USA mit amerikanischen Freunden am Aufbau eines Netzwerks. Diese Kooperation trägt Früchte; im Laufe der Zeit erscheinen in den USA Bücher über das ZEGG und seine Grundgedanken, es gibt Netzwerktreffen, Amerikaner besuchen die Sommercamps in Belgien, amerikanische Gemeinschaftsprojekte laden ZEGG-MitarbeiterInnen zu Forumswochen ein.

Im Frühjahr läuft eine erste Info-Tour durch verschiedene deutsche Städte. In öffentlichen Veranstaltungen macht das ZEGG in Zusammenarbeit mit lokalen Freundeskreisen Werbung für seine Sommeraktivitäten, vor allem die Pfingsttagung und das Sommercamp. In den folgenden Jahren finden solche Reisen noch mehrfach, wenn auch nicht regelmäßig statt.

Im Sommer 1995 heißt es in einem „Zwischenbericht aus dem Inneren des ZEGG: “Diejenigen, die sich für den Blick auf das Ganze, für die Verantwortung und die Kooperation entschieden haben, bilden in Moment die Kerngemeinschaft. Sie ist gleichzeitig das, was wir die „kommunitäre Autorität“ nennen; ein Zusammenschluß von gleichwertigen Menschen, die sich nicht mehr bekämpfen, ein größeres Ziel vor Augen haben und deswegen aus dem Ganzen heraus viel komplexere Lösungen und Antworten finden können. Die Bildung der Kerngemeinschaft ist dazu da, eine stabile soziale Struktur aufzubauen, die das ZEGG von innen her führt.“

Das Sommercamp 1995 unter dem Motto „Modelle schaffen für Gemeinschaften der Zukunft“ ist schwach besucht; ein Grund ist das erste Sommercamp in Tamera, das in den Wochen zuvor stattfindet und zu dem etliche Stammgäste und auch viele ZEGG-

MitarbeiterInnen reisen, die bei der Vorbereitung der eigenen Sommerveranstaltung fehlen. Der finanzielle Engpaß, der dadurch droht, wird durch eine große Kunstauktion am Ende des ZEGG-Camps abgewendet.

Anfang November beginnt ein Gemeinschaftskurs, im Frühjahr 1996 bereits der nächste, der zwei Monate dauert. Diese Kurse werden einer der wichtigsten Bausteine im Seminarkonzept des ZEGG; in kompakter Form kann hier Wissen zur Gemeinschaftsbildung erfahren werden. Heute laufen diese Kurse im ZEGG jeweils im zeitigen Frühjahr und dauern fünf Wochen.

Im Juni '96 bietet unter dem Titel „Die Wiederentdeckung des Lebendigen“ Bernd Senf ein Seminar an; er ist Spezialist für die Forschungen von Wilhelm Reich und hilft mit, die Erkenntnisse dieses wissenschaftlichen Pioniers vor



Von wachsender Bedeutung ist die gesunde Ernährung.

allem im Bereich fehlgeleiteter Lebenskräfte des Menschen zu erhalten und zu erweitern.

Die Großküche im ZEGG wandelt sich. In den ersten Jahren gab es dort noch ab und zu Fleisch oder Fisch zu essen; inzwischen hat sich vegetarisches Essen durchgesetzt, und durch Kurse des Ökologen Joachim Niklas wird auch der Reichtum des eigenen Platzes an Wildkräutern entdeckt.

Anfang Juli ist das ZEGG Gastgeber des alljährlichen „Come Together“-Camps, eines Netzwerktreffens der deutschen Gemeinschaftsprojekte. Im Vorfeld gibt es in der Gemeinschaftsszene starke Vorbehalte wegen des Veranstaltungsortes. Die Sektenkam-

pagne, in der neben der bürgerlichen Presse auch kirchliche Kreise sowie linksökologische Gruppen aktiv sind - hat auch in der Gemeinschaftsszene ihre Spuren hinterlassen. Das Treffen prägen dann intensive und humorvolle Diskussionen und befördern unter den 60 Teilnehmern aus 27 Projekten den Verständigungsprozess.

Das Sommercamp 1996 ist mit ca. 400 Teilnehmern wieder gut besucht; Gäste und Referenten kommen aus der ganzen Welt. Im Herbst feiert das ZEGG sein fünfjähriges Jubiläum; unter den 100 Gästen sind viele ehemalige Bewohner und Mitarbeiter. Anschließend findet zum ersten Mal eine „Beiratsversammlung“ statt, zu der sich 60 der insgesamt rund 100 Gesellschafter der ZEGG GmbH treffen.

Allmählich kommt die Entwicklung des ZEGG in ruhigere Bahnen. Basis-

demokratische Strukturen erhalten immer mehr Bedeutung. Ein wöchentliches Bewohnerplenum etabliert sich als letzte Entscheidungsinstanz für alle den gesamten Platz betreffenden Fragen. Verschiedene Gremien, z.B. für Finanzen, Soziales, Öffentlichkeitsarbeit, Geländegestaltung oder Ta-

gungen, bereiten Entscheidungen vor und erhalten in den folgenden Jahren auch mehr und mehr Entscheidungskompetenz für die sie selbst betreffenden Fragen. Die Gremien stehen denen offen, die darin mitarbeiten wollen. Überhaupt entwickelt sich im ZEGG eine Kultur der Selbstinitiative: Wer eine Entwicklung, die im Sinne des Ganzen sinnvoll ist, anstoßen und dabei tatkräftig mitarbeiten will, findet leicht ideelle und handfeste Unterstützung. Sätze wie „Man müsste doch mal dies und jenes machen ...“ erweisen sich dagegen als ungeeignet, um etwas in Bewegung zu bringen.

Auch finanziell wird das ZEGG solider gestaltet. Im Dezember 1996 entsteht

der „ZEGG-Club“. Freundinnen und Freunde und zum Teil auch die ZEGG-Bewohner selbst verpflichten sich, monatlich einen selbst gewählten Betrag in einen Fonds einzuzahlen, aus dem zunächst einmal die Verschuldung des ZEGG bei den Banken und die damit einhergehende Zinsbelastung vermindert werden soll. Zur Konsolidierung der Finanzen geben außerdem die meisten Bewohner und einige Menschen aus dem Freundeskreis dem ZEGG langfristige unverzinsten Darlehen in Höhe von jeweils 3000 DM.

Zu einer ganz kurzen Stippvisite kommt am 2. Dezember '96 Udo Lindenberg mit Begleitung ins ZEGG und wird im kleinen Aufnahmestudio hinter der Aula und in der Dorfkneipe begrüßt. Im Januar '97 treffen sich für ein Wochenende zum ersten Mal Eltern von ZEGG-Bewohnern im Lebensraum ihrer Kinder. Diese Zusammenkunft wird von der Mutter einer ZEGG-Bewohnerin organisiert, die heute selbst im ZEGG lebt; die Elterntreffen werden eine mehr oder weniger regelmäßige Einrichtung.

Das Pfingstfestival firmiert 1997 erstmals unter dem Motto „No Limits“. Die eigenen Grenzen im Medium der Kunst zu verschieben ist das Thema; daraus entwickelt sich das große Kulturfestival, das über ein Jahrzehnt lang die Pfingsttage im ZEGG prägt. Im Juli singt der ZEGG-Chor im Rahmen der Festlichkeiten zur 1000-Jahr-Feier der Stadt Belzig vor 120 Zuhörern in einer Grundschule vier Sätze aus dem „Canto General“.

Im Herbst besucht der Leiter der Evangelischen Zentralstelle für Weltanschauungsfragen das ZEGG. Auch zu anderen Amtsträgern der Kirche und zu staatlichen Stellen werden Kontakte geknüpft und im Wendland Gespräche mit linken Polit-AktivistInnen geführt, um der schwelenden Sektenstory mit persönlichem Engagement und Informationen aus erster Hand beizukommen. Mit der Zeit werden Erfolge dieser Initiativen sichtbar.

Im Dezember '97 nehmen Menschen aus dem ZEGG teil an einer öffentlichen Diskussionsveranstaltung zum Thema „Rechtsradikalismus in Belzig“ und helfen anschließend mit, das „Belziger Forum gegen Rechtsextremismus



Bill Metcalf spricht auf der ICSA

und Gewalt“ und das bekannte Info-Café „Der Winkel“ aufzubauen. Eltern aus dem ZEGG arbeiten mit in einer Initiative, die eine Freie Schule in einem Nachbarort von Belzig gründet.

Zur Ostertagung '98 wird als Chefkoch Alexander Nabben eingeladen, der das Camp vorzüglich mit voll veganer Kost versorgt und der ZEGG-Küche neue Impulse gibt. Drei Monate, von August bis Oktober '99, wird in der ZEGG-Küche als Experiment nur noch vegan gekocht. Das Nachdenken über einen „mittäterfreien Einkauf“ nimmt zu und führt zu einer Ausweitung des Einkaufs von biologisch und herstellungstechnisch einwandfreien Produkten, möglichst auch aus der umliegenden Region. Zunehmend wird auch der eigene Garten zum Lieferant gesunder Nahrung für ZEGG-Bewohner und Gäste.

Zu den Herbsttagungen werden in diesen Jahren meist Dieter Duhm und Sabine Lichtenfels eingeladen; 1998 heißen die Themen „Die dritte Revolution – Lebensperspektiven am Ende der patriarchalen Epoche“ und „Spirituelle Praxis braucht eine unverlogene Lebenspraxis“.

Im Februar 1999 kommen 32 Teilnehmer aus 7 Gemeinschaften zum Forumkurs ins ZEGG – ein Indiz für den wachsenden Austausch von Ideen und Arbeitsweisen unter Gemeinschaftsprojekten in ganz Europa. Im Mai '99 veranstaltet das ZEGG einen „Info-Tag“. Vorab wird in der Region viel Werbung dafür gemacht. Fast 150 Menschen nutzen die Möglichkeit, sich einen Nachmittag im ZEGG umzusehen und Gespräche zu führen. Dieser Tag der offenen Tür findet seitdem alljährlich statt.

Im diesem Frühjahr bildet sich ein Kinderhausgremium, um die Interessen des Kinderhauses mit denen der Ge-

samtgemeinschaft besser zu vernetzen und mehr Bewusstsein und Aufmerksamkeit für die Belange der Kinder zu wecken.

Ökologisch verändert sich das ZEGG-Gelände durch vielfältige Pflanzungen und Maßnahmen zur Bodenverbesserung. Vor der Aula wächst inzwischen sogar ein Feigenbaum. Die Ökologen versprechen für die Zukunft „süßeste Früchte“. Heute wissen wir, dass sie nicht zuviel versprochen.

Im Juni '99 ist das ZEGG auf dem evangelischen Kirchentag in Stuttgart vertreten, am gemeinsamen Stand der Ökodorfprojekte. Zwar wird schon am zweiten Tag die Verteilung des ZEGG-Infomaterials von den Veranstaltern untersagt, aber das Interesse vieler Besucher nimmt dadurch nicht ab.

Im Sommercamp 1999 sprechen Vasamalli Pothili von dem in Indien beheimateten indigenen Stamm der Todas, Daniel Zapata vom nordamerikanischen Stamm der Hopis und der Umweltaktivist und spätere brasilianische Umweltminister José Lutzenberger. Einen spannenden Nachmittag zum Thema „Spiritualität in der Gemeinschaft leitet zusammen mit zwei ZEGG-Bewohnern Robin Alfred aus dem spirituellen Gemeinschaftsprojekt Findhorn.

Im Oktober erreicht das ZEGG eine Nachricht, die trotz eines großen Kostenrisikos viel Freude und Aktivität auslöst: Die „International Communal Studies Assoziation“ (ICSA), eine weltweite wissenschaftliche Vereinigung für das Studium gemeinschaftlicher Verbindungen im sozialen Leben des Menschen, entschließt sich, ihre Jahrestagung 2001 im ZEGG durchzuführen. Einer ihrer führenden Repräsentanten, der australische Soziologe Bill Metcalf, hatte bereits im Sommercamp '98 einen Vortrag gehalten und das ZEGG in Buchveröffentlichungen als ein äußerst interessantes Projekt beschrieben. Das war Balsam für die Seele vieler Menschen im ZEGG, die durch alle Anfeindungen hindurch ein Jahrzehnt lang für ihre Idee eines gewaltfreien menschlichen Zusammenlebens eingetreten waren.

Die Fortsetzung dieser Chronik – zu den Jahren von 2000 bis 2010 – erscheint im nächsten Reader.

Gewaltfreie Erziehung – für eine empathische Kultur der Partnerschaft mit unseren Kindern

Von **Teresa Heidegger** und **Marcus von Schmude**

Wer dieser Tage für ein „partnerschaftliches“ Verhältnis mit Kindern eintritt, wird vom Zeitgeist nicht gerade mit Beifallsstürmen gefeiert. Im Gegenteil. Der allgemeine pädagogische Trend empfiehlt die Rückkehr zu den mehr oder weniger rigorosen Varianten neuer Eltern-Autorität und warnt vor der Aufzucht ebenso haltwie rücksichtsloser Terror-Kids. Zahllose verzweifelte Eltern suchen ihr Heil in neuen Regel- und Disziplinsystemen – und versuchen, sich nicht mehr vom Nachwuchs auf der Nase herumtanzen zu lassen, sondern endlich „durchzugreifen“.

Ebenso oft stoßen wir auf Eltern, die sich so lange in einem halbgen La-isssez-Faire verirren, bis ihnen der Ge-

duldsfaden reißt und sie dann doch anfangen, mit einem steinzeitlichen Brüllanfall das Aufräumen des Zimmers binnen einer halben Stunde zu fordern.

Eine grundsätzlich andere Möglichkeit könnte darin bestehen, sich von den traditionellen Erziehungsmitteln Schuld, Beschämung, Lob, Belohnung und Strafe abzuwenden – denn sie alle beruhen auf Angst und erzeugen Angst. Stattdessen wenden wir uns auf empathische Weise all den Gefühlen und Bedürfnissen zu, die im Zusammenleben auftauchen. Und zwar bei den Kindern und bei den Eltern. Wir fragen also: Was fühlst du? Was brauchst du? Was fühle ich? Was brauche ich?



Teresa Heidegger

Wie sieht die Welt aus, in der wir leben möchten? Was sind ihre Paradigmen? Wie kommen wir dort hin? Gedanken dazu in fünf Beiträgen.

Wenn wir so unsere Blickrichtung verändern, kann eine ungeheure Erleichterung eintreten. Plötzlich sind wir in der Lage, unsere Kinder als gleichrangig zu betrachten, ohne sie zu „kleinen Erwachsenen“ zu machen und dadurch heillos zu überfordern. Denn Gefühle und Wünsche haben wir alle – aber nicht alle die gleichen. Wir stellen die Kinder nicht über uns und nicht unter uns. Wir erkennen sie in ihrem Gleichsein als Mensch und in ihrem Anderssein als Kind.

Die Schwierigkeit liegt nun darin, dass wir Erwachsenen zum Großteil gar nicht gelernt haben wahrzunehmen, was unsere Gefühle und Bedürfnisse sind – geschweige denn, wie wir mit ihnen umgehen und sie erfüllen könnten. Wir haben in der Regel nicht gelernt wahrzunehmen, was wir brauchen, sondern wie wir uns verhalten sollen, damit wir geliebt werden und Erfolg haben.

Marshall Rosenberg, der „Erfinder“ der Gewaltfreien Kommunikation, umschreibt die Möglichkeit einer echten Co-Evolution mit unseren Kindern in der bemerkenswerten Aufforderung: „Stell Dir vor, dein Kind sei Gandhi“. Er will damit zum Ausdruck bringen, dass es darum geht, unsere Kinder rückhaltlos ernst zu nehmen als Gegenüber – es könnte eine Weisheit in ihren Selbstäußerungen liegen, die uns allein nicht zugänglich wäre. Und sie zugleich als einen Spiegel unserer eigenen Schattenseiten zu betrachten, der uns zeigt, welche eigenen Gefühle und Bedürfnisse wir verleugnen oder nicht erfüllen.

Wenn ich in dieser Haltung einem Kind gegenüber trete, das mich anschreit „Du bist die gemeinste Mutter auf diesem Planeten“ werde ich nicht einfach nur brüllen „Hör auf so frech zu sein!“ oder scheinbar konziliant fragen: „Warum bist du denn schon wieder so aggressiv?“. Ich würde auch nicht „cool“ darüber hinweggehen und so tun, als würde mich diese Aussage nicht schmerzen. Nein, ich würde das Kind ernst nehmen, indem ich sähe, dass da ein Bedürfnis in ihm laut schreit – vielleicht das Bedürfnis wahrgenommen zu werden oder auch danach, selber zu bestimmen, wann es aufhören möchte zu spielen.

Empathie in diesem Sinn bedeutet nicht, dass ich zu allem, was der andere will, ja sage – es heißt lediglich, dass ich mich in die Welt meines Gegenübers hineinversetze und ihm vermittele: Ich sehe dich in deinen Gefühlen und Bedürfnissen und stelle meine Wünsche nicht automatisch über deine, ebenso wenig wie ich meine unter deine stelle.

Empathie verfolgt das Ziel, sich wirklich zu verstehen und sich miteinander zu verbinden – statt sich auf feinsinnige Weise zu beherrschen. Wenn dieses Verstehen geschieht, entsteht in der Regel automatisch auf beiden Seiten eine Kooperationsbereitschaft. Doch Vorsicht! Empathie ist kein Trick – „jetzt tue ich mal so, als ob ich dich ernst nehme, damit wir auf empathische Weise zu dem kommen, was ich mir von vornherein vorgestellt habe“! Vielmehr bedeutet Empathie, dass ich von meinen Vorstellungen, was richtig oder falsch ist (und wer Schuld hat und wer nicht), wirklich ablasse und mich aufmache für eine Lösung, welche die Bedürfnisse aller Beteiligten im Blick hat.

Was geschieht, wenn wir aufhören zu wissen und beginnen zu fragen – auch und gerade im Verhältnis zu unseren Kindern? Wir wagen die Behauptung, dass auf diese Weise keine kleinen Tyrannen erschaffen werden, sondern Wesen heranwachsen, die mitfühlend für ihr Gegenüber sein können, weil sie es selbst erfahren haben.

(Dieser Beitrag erschien zuerst in: Freigeist – Zeitschrift für freie Pädagogik, Frühjahr 2010)

Welt im Wandel

„Sei du die Veränderung, die du in der Welt sehen willst.“ (Gandhi)

Von Barbara Stützel

Unsere Zeit ist geprägt von rasanten Veränderungen. Einerseits herrscht allgemein die resignative Einsicht, dass Politik nichts wirklich zu Lösungen beitragen kann und ich als einzelner Mensch auch nicht viel zur Politik. Auf der anderen Seite wächst die Notwendigkeit, als Menschheit andere Wege einzuschlagen.

Hier setzt das Symposium „Welt im Wandel“ ein. Das ist ein eintägiger Prozess mit Kurzfilmen und interaktiven Übungen und wurde entwickelt, um Menschen wieder in Kontakt zu bringen mit der Aufgabe jedes einzelnen angesichts der Situation in der Welt. Kennen gelernt habe ich diesen Prozess vor einem Jahr, als Susanna Darling Khan aus England ins ZEGG kam und ihn mit uns durchführte. Für mich war es ein weiterer Baustein auf der Suche, wie sich gesellschaftlich die Trennung zwischen Politik, innerem Wachstum und Spiritualität aufheben lässt und was es braucht, um ein globales Veränderungsbewusstsein zu entwickeln.

Im Juli 2010 absolvierte ich dann die Ausbildung als Trainerin des Symposiums und biete es jetzt im ZEGG und anderen Orten in Ostdeutschland an. Mitte November fand die Premiere mit zehn Menschen statt. Wir erlebten einen intensiven Tag in Verbundenheit mit uns selbst, den anderen und der Welt.

„Für mich war das Wichtigste im Prozess, wieder ins Fühlen zu kommen“, sagte mir eine Teilnehmerin. „Wir wissen viele Fakten, aber wir haben uns davon abgeschnitten, weil es so schmerzhaft ist, sie zu fühlen. Sich wirklich mit der Trauer, der Wut und der Angst zu verbinden und sie mit anderen zu teilen, war ein sehr heilsamer Schritt

für mich, der es mir ermöglicht, jetzt offener in die Welt zu blicken.“

Andere formulierten ihr Erleben in diesem Kurs so: „Dass ich auf der einen Seite wirklich hingeguckt habe und trotzdem mit Hoffnung aus dem Tag herausgekommen bin, ist für mich das größte Wunder. Vielleicht können wir doch offen bleiben und so zur Heilung beitragen.“



Barbara Stützel

„Ich glaube, dass es nicht nur der Welt schadet, wenn wir uns von der schwierigen aktuellen Situation abschneiden, sondern auch unseren Herzen. Es geht darum, alles zu integrieren, auch die Ohnmacht. Vielleicht können wir dann erst zulassen, dass die andere Seite genauso stark sein kann. Mut gemacht hat mir, zu sehen, wie viele engagierte Menschen auf der Welt sich immer mehr ermächtigen, etwas anderes aufzubauen.“

„Wir leben in einer fantastischen Zeit mit enormen Möglichkeiten eines kulturellen Wandels, an dem wir mitarbeiten können. Es macht mich glücklich, mich verbunden zu fühlen mit einer großen Bewegung, die sich für ein anderes Leben auf diesem Planeten einsetzt.“

Entstanden ist das Symposium durch den Ruf des indigenen Indianerstammes der Achuar nach Kooperation. Die Achuar leben in Ecuador und Peru. Auch ihr Lebensraum ist von der westlichen Zivilisation bedroht, und daraufhin haben sie als dringlichste Aufgabe der heutigen Zeit erkannt, „den Traum“ der westlichen Welt zu ändern. Es geht darum, die lebensfeindlichen Prämissen, auf denen unsere Lebensweise aufbaut, zu hinterfragen und zu verändern.

So wurde die „Pachamama Alliance“ gegründet, die als Werkzeug für diese Veränderung das Symposium „Welt im Wandel“ schuf (auf englisch: „Awakening the dreamer“). Inzwischen wird es von über 2000 Trainern auf der ganzen Welt weitergegeben. Kontakt und Infos über Aktivitäten in Deutschland: www.be-the-change.de.

Barbara Stützel, Künstlerin, im ZEGG u.a. Tagungsleiterin und Pressesprecherin, ist Kontaktperson für den Bereich Ostdeutschland der deutschen „Be-the-change“-Initiative und gerne bereit, das Symposium auf Anfrage durchzuführen.

Weitere Symposien finden statt am 12. März, 10. September, 5. November im ZEGG (Anmeldung: empfang@zegg.de) sowie am 26. März und 12. November in Berlin (Zentrum für Yoga und Stimme, Kreuzberg, Anmeldung b.stuetzel@gmx.de), jeweils von 10 – 18 Uhr.

Veränderung bewirken

Über ein neues Angebot zur Zukunftsausbildung

Von Dolores Ute Richter

Es gab noch keine Zeit wie diese! Gewiss, das war schon immer so – und doch hat dieser Satz in unserer Epoche eine besondere Dimension. Noch nie hat sich, soweit wir das überblicken können, innerhalb der Lebensspanne eines Menschen so viel verändert. Noch nie konnten wir auf so viele und so komplexe Informationen zugreifen. Noch nie hatten wir so viel Know-How und Technologie zur Verfügung. Noch nie gab es so viele Prognosen und Zukunftsszenarien, so umfassende Einblicke in internationale und planetarische Zusammenhänge.

Wir tragen kleine schwarze Boxen in unseren Taschen, mit denen wir jederzeit und überall erreichbar sind. Wir können jederzeit mit jedem kommunizieren, Wetter, Flugpläne, Börsenbewegungen abfragen oder auf dem Mont Blanc die Tagesschau von gestern noch einmal anschauen. Wir stehen mitten in einer globalen ökologischen, wirtschaftlichen, klimatischen Krise – und doch führt unsere Kenntnis der Zusammenhänge nur zu geringen Konsequenzen. Wir haben so viele Informationen zur Verfügung, dass wir nicht wissen, wo wir beginnen sollen.

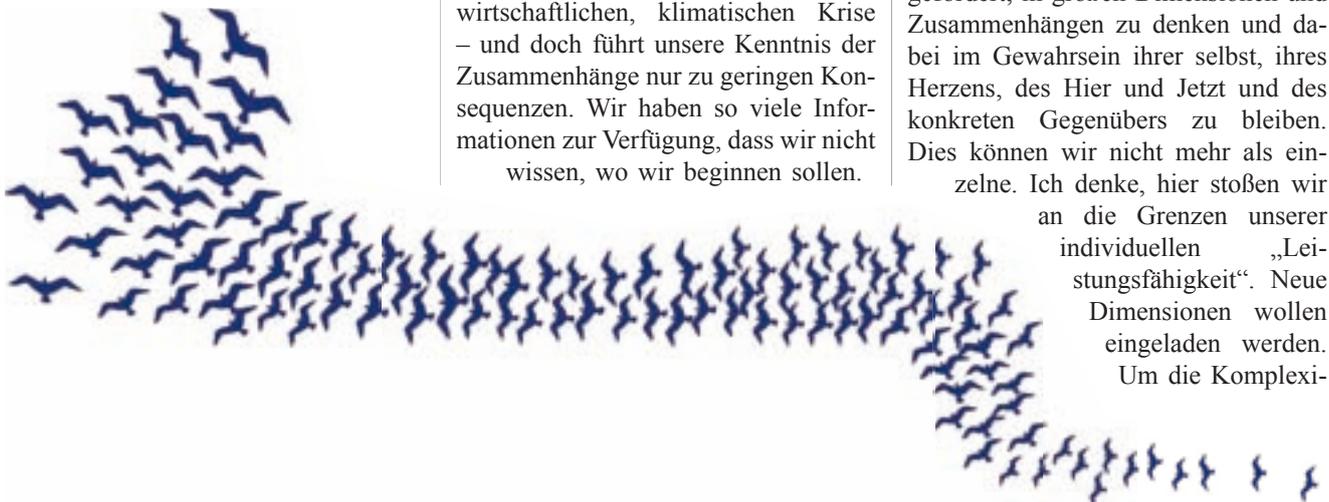
Die Welt ist eine Welt geworden – in ihren Wirkungsmechanismen. Nicht aber in unserem Fühlen.

Wir speisen biologisch und verarbeiten zertifiziertes Holz, fahren zweimal die Woche Fahrrad statt Auto, belichten die Nacht mit Energiesparlampen und schaffen mit Biokraftstoff-Produktion neue Monokulturen; fliegen der Sonne entgegen und vergoogeln mit unseren Suchmaschinen gigantische Mengen an Terrawattstunden Energie.

Noch nie waren wir mit so vielen Menschen „befreundet“, denen wir per Mouseclick Herzen und virtuelle Blumen schicken, und haben so wenig mit Menschen Aug in Auge gesprochen. Wir chatten und flirten vergnüglich mit wildfremden Gegenübern an unseren Monitoren und fürchten uns, ihnen in Echtzeit zu begegnen. Die Gehirnstrukturen unserer Kinder beginnen sich durch die beschleunigte digitalisierte Welt auf eine Weise zu verändern, dass sie Schwierigkeiten bekommen, langsamere Bewegungen – wie die der Emotionen – zu verarbeiten.

Menschen, die am Geschehen unserer Zeit Anteil nehmen, sind heute herausgefordert, in großen Dimensionen und Zusammenhängen zu denken und dabei im Gewahrsein ihrer selbst, ihres Herzens, des Hier und Jetzt und des konkreten Gegenübers zu bleiben. Dies können wir nicht mehr als einzelne. Ich denke, hier stoßen wir

an die Grenzen unserer individuellen „Leistungsfähigkeit“. Neue Dimensionen wollen eingeladen werden. Um die Komplexi-



tät unserer Situation erfassen zu können, brauchen wir Köpfe und Herzen, die sich auf vielfältige Weise verbinden, um ein gemeinsames Schauen, gemeinsames Fühlen und gemeinsames Handeln zu erzeugen. Diese Qualität wird heute vielfach als „kollektive Intelligenz“ bezeichnet und gehört zu den wesentlichen Bausteinen, die Veränderung bewirken können.

Was dem Menschen in früheren Zeitaltern ein Gefühl von Sinn gab, war



Dolores Ute Richter

der Platz in geordneten Strukturen von Familien, Dorfgemeinschaften oder Stämmen. Diese Strukturen waren oft beengend, und wir haben sie gesprengt. Die Zeiten wandeln sich, und viele sehen die Quelle von Sinn oder Erfüllung heute im Ausdruck ihrer individuellen Lebensweise und Freiheit.

Doch der Halt, die Aufgabe, der Platz, die unhinterfragte Zugehörigkeit, den die alten Gemeinschaften uns gaben, waren für die menschliche Seele auch eine Quelle der Gesundheit – und die Erfüllung der genannten Bedürfnisse hat im Wandel der Zeiten meines Wissens noch keine überzeugende neue Antwort gefunden.

Mein Lebensfaden rankte immer wieder um dieses Thema: Wie entsteht ein neues „Wir“? Wie entsteht eine Gemeinschaft von Menschen, die jeweils ihren ganz eigenen Ton singen und ihn zugleich hineingeben in das große Konzert des Lebens?

Und wo spielt denn dieses Konzert? Gibt es noch Dirigenten? Ein Dirigentenkollektiv? Gibt es Partituren? Können wir auf Traditionen zurückgreifen, oder müssen wir alles neu erfinden? Gibt es einen Platz für meinen beson-

deren Beitrag? Wie finden wir uns heute, die, die gemeinsam singen wollen?

Wie entsteht also ein neues Wir – ich habe diese Frage lange Jahre im Aufbau und der Begleitung von großen Lebensgemeinschaften untersucht. Heute interessiert mich: Wie entsteht kollektive Intelligenz in einer Stadt? Wie entsteht kollektive Intelligenz in einem Land? Wie entsteht eine tiefere Wahrnehmung für das, was uns als einzelne Menschen gerade ausmacht. Und von dort ausgehend: Wie entsteht eine gefühlte Wahrnehmung für unsere Welt, unsere Weltgemeinschaft, für uns als Menschheit? Wie können wir so wach werden, dass wir fühlen, was die nächste heilende Handlung ist, die unserer Welt mehr Licht, mehr Wärme, mehr Schönheit, mehr Bewusstheit und gegenseitige Unterstützung bringt?

Ich glaube nicht an mein ökologisches Gewissen. Ich glaube nicht an Appelle und „richtiges“ Verhalten. Ich glaube an Kontakt und Resonanz.

Ich erfahre in intensiven Momenten wirklicher tief erfahrener Gemeinschaft, dass durch Kontakt ein Resonanzvorgang entsteht, in dem die tiefsten Fragen gestellt und wie von selbst beantwortet werden. Ich erfahre, wie unlösbar geglaubte Konflikte in Ehrlichkeit und Schönheit ausgedrückt werden und sich eine Lösung anbieten. Ich erfahre, wie alle Beteiligten gemeinsam es wagen, nichts mehr zu



Scilla Elworthy

wissen und die Kraft einer Intelligenz zu erfahren, die atemberaubend sein kann.

Diese Phänomene will ich erforschen und mit Menschen teilen. Ich möchte mein Bewusstsein weiten und ein Han-

deln finden, das aus dem Fühlen des großen gemeinsamen Ganzen heraus entsteht.

Auf diesem Weg bin ich auf eine Initiative von Scilla Elworthy gestoßen. Sie ist eine großartige Autorin und Gründerin von Organisationen, die spezifische Weltkonflikte aufgreifen und transformieren. Sie war Beraterin der UNESCO und der UNO, brachte Regierungsvertreter, Atomwaffenhersteller, Atomrüstungsgegner und Friedensgruppen miteinander ins Gespräch. Sie ist Beraterin des World Future Council und begleitet das World-Peace-Festival 2011 in Berlin. (mehr: www.scillaelworthy.co.uk)

Eine der neuesten Initiativen von Scilla Elworthy ist die „Be(e)-School“, 2009 in Oxford gegründet; sie bietet ein Training für Menschen, die Veränderung bewirken wollen. Es ist so ausgelegt, dass ein gemeinsames Handeln aus neuen Quellen entstehen kann. Das englische „bee“ verweist auf die Bienen und ihr kooperatives Arbeiten für das Wohl des Planeten.

Es ist uns gelungen, dieses Training auch in Deutschland aufzubauen; die Be(e)-School hat im Oktober 2010 in Potsdam begonnen. Ich bin eine der Koordinatorinnen. Unsere Ausbildung richtet sich an Menschen, die Zukunft gestalten und sich dafür eine komplexe Herangehensweise aneignen wollen. Wir möchten den TeilnehmerInnen einen hohen Standard von zukunftsfähigem Know-How zur Verfügung stellen. Wir möchten auch Menschen aus Unternehmen mit Engagierten aus NGOs und der Zivilgesellschaft zusammenbringen, um den Dialog zwischen diesen synergetisch zu stärken. Gemeinsam wollen wir erforschen, wie ein Feld kollektiver Intelligenz in einer Stadt wie Potsdam und Umgebung entstehen kann.

Weitere Infos dazu: www.bee-school.kreacom.org

Dolores Richter zählt zu den Gründern des ZEGG, wohnt inzwischen in der Nachbarschaft und kommt nach wie vor als Kurs- und Forumsleiterin zu uns. Schon seit vielen Jahren ist sie mit ihrem fundierten menschlichen und spirituellen Wissen auch international gefragt.

Die Alchemie der urteilsfreien Räume

Dimensionen der Empathie – und wie sie unsere Realität verwandeln können

Von Marcus von Schmude

Empathie, wie ich sie verstehe, ist wirkliches Verstehen eines anderen Wesens oder meiner selbst. Das heißt: Das Verstehen seiner Wirklichkeit. Dessen, was in ihm wirkt.

Was aber ist „Verstehen“, und was ist „wirklich“?

The proof of a pudding is in its eating, sagt der Volksmund. Mit anderen Worten: Man merkt es am Effekt. An den Ergebnissen des Verständigungs-Versuchs.

Wenn ich die intime Wirklichkeit eines Anderen berühre; wenn ich nicht nur mit meinen gewohnten Analyse-Kriterien seine Oberfläche abmesse und beurteile; sondern wenn tatsächliche Verbindung geschieht – dann entstehen mit ziemlicher Sicherheit magische Augenblicke. Buchstäblich: Das Licht geht an.

Ein ärgerlicher Störenfried in meiner Nähe, eine hysterische Kuh, ein unsensibler Klotz verwandeln sich plötzlich oder allmählich in fühlende, atmende, sehnsuchtsvolle Mitgeschöpfe. Ich sehe, dass all ihre idiotischen, hässlichen, gewaltsamen Verhaltensweisen vom Durst nach Erfüllung getrieben sind. Vom Hunger nach Glück.

Dass unsere verqueren Überlebensstrategien das Beste sind, was wir glauben zur Verfügung zu haben, um uns Daseinsberechtigung, Liebe und Anerkennung in dieser Welt zu erwerben. Ich erkenne, dass all das, was ich an anderen nicht leiden kann, ein verselbständigtes, aus dem Ruder gelaufenes System von Selbsterhaltung ist.

Gleiches gilt auch für mich selber. Keine Bosheit. Gar nirgends. Irgendwann

haben uns unsere Überlebens-Systeme zu irgendeinem Zweck gedient. Nun dienen sie niemandem mehr, aber der Mechanismus läuft weiter. Mit dieser Neuausrichtung des Blickes kann ich keine schlechten Menschen sehen. Auch keine schuldigen. Wir sind lediglich auf herzerreißende Weise zu Robotern geworden, auf einem Autopilot-Irrflug.

Eine solche Einsicht muss es gewesen sein, die Ruth Cohn (eine Pionierin der Humanistischen Psychologie) den Satz aussprechen ließ: „Nach meiner Überzeugung ist der Mensch in seinem Wesen gut“.

Eine ungeheure Aussage. Besonders für eine Jüdin wie Ruth Cohn kurz nach dem Holocaust.

Wie aber kommen wir da hin? In dieses post-moralistische neue empathische Paradigma? Zu dieser ganz weltlich erleuchteten Art der Wahr-Nehmung?



Im Feuer der Emotionen verlodert der urteilsfreie Raum

Ich sehe zwei Hauptpfade. Sie unterscheiden sich, gehen aber auch ineinander über. Wahrscheinlich sind sie wechselseitig notwendige Ergänzungen und Korrektive, um uns nicht in ideologischen Empathiemodellen zu verlieren, die schlimmstenfalls heilsdogmatische Züge annehmen.

Die erste Art von empathischer Praxis legt den Akzent auf eine grundlegende mentale Neuausrichtung. Vergessen wir einfach ein paar Wörter – ein paar Wörter und die dazugehörigen Ideen. Vergessen wir sie nur einmal für zehn Minuten, etwa im Angesicht eines Menschen, dessen Verhalten uns zur Weißglut bringt. Streichen wir die Wörter „Gut“ und „Böse“.

Verzichten wir auf das angeblich unverzichtbare Konzept der Schuld. Und ersetzen wir diese Kategorien durch eine einzige simple Frage: „Warum?“

Die Hinwendung zu dieser Frage – Was bringt diesen Menschen dazu, so zu handeln, wie er handelt? Welche Gefühle und welche Sehnsüchte treiben ihn? – ist eine Bewusstseins-Revolution. Sie markiert den Austritt aus dem gefrorenen Universum der Urteile und des Besserwissens in das gastliche Land der Mit-Menschlichkeit, des Begreifens und der Neugier, kurz gesagt: der Empathie.

Niemand soll glauben, dass es sich hier um ein Kinderspiel handelt! Einige Tausend Jahre Schuld-und-Sühne-Tradition und -Religion lassen sich nicht durch einen einfachen Beschluss auflösen. Diese Revolution braucht Übung. Doch der Aufwand lohnt sich. Wegen dieser festlichen Augenblicke nämlich, in denen sich der trennende Nebel zwischen mir und dem Anderen lichtet und es mir dämmert: „Ach so“. „Deshalb.“

Einer der beliebtesten Fallstricke dabei ist, Verstehen mit

Gutheißen zu verwechseln. Genau betrachtet sind das sehr verschiedene Dinge. So wie „Gewaltfreiheit“ nicht bedeutet, dem Anderen nichts zuzumuten, was ihm unangenehm ist, sondern „trotz allem immer wieder in Beziehung zu treten“. Vor Jahren hörte ich den Schüler eines Schülers von Mahatma Gandhi Gewaltfreiheit auf diese Weise definieren.

Trotz allem. Oder wegen allem: weil wir das letztes Mal noch nicht die Entschlossenheit besaßen, wirklich hinzusehen.

Irgendjemand sagte einmal: Wenn wir alles voneinander wüssten, wäre es uns unmöglich, einander zu verachten.

Und meine persönliche Erfahrung spricht: So ist es wirklich.

Der zweite Hauptweg zur Empathie verläuft anders als der erste nicht im Reich der Sprache. Jedenfalls nicht hauptsächlich. Er ist mehr ein musikalisches Projekt als ein mentales. Es ähnelt dem Mit-Schwingen der Saite eines Instrumentes mit einem angeschlagenen Ton auf einem anderen Instrument. Eher handelt

es sich um ein Resonanzphänomen, um eine menschliche Feldüberlagerung, als um ein Abbilden des Zustands von Wesen a in Wesen b. Ich nehme die Musik des anderen (ob von sinfonischer Größe oder als verstörenden Missklang) wahr, indem ich sie in mir selbst zum Klingen bringe, mich mitklingen lasse; indem wir beide uns in diesem Klang-Raum gemeinsam bewegen; oder indem wir ihn sogar gemeinsam erzeugen. Letzteres kann uns bis in diejenige Sorte beglückender, ekstatischer Begegnungen führen, die entstehen, wenn die Grenze zwischen Kommunikation und „Kommunion“ überschritten wird. Es ist dann keine Mitteilung mehr, die ein Sender einem Empfänger schickt, sondern ein gemeinsames Erschaffen, eine „Schöpfung“. Im Extremfall kann dabei eine Art mystischer Verschmelzung auftreten; aber seid bitte vorsichtig, wenn Ihr davon Eurem Psychiater berichtet.

Soweit das Ideal. Der Traum. Doch vor die Empathie haben die Götter ja die Emotionen gesetzt (ich verwende das Wort hier absichtlich in einem weiten und nicht scharf abgegrenzten Sinn): Wut. Zorn. Hass. Angst. Panik. Trauer. Verzweiflung. Trotz. „Widerstand“. Schmerz. Und so weiter.

In gewisser Weise sind diese Seinszustände Hindernisse für „wirkliche“ Verbindung, weil sie wie Stoppsignale wirken, wie mit Hochspannung elektrisch geladene Zäune, die den Zugang zu meinem verletzbaren, verletzten Inneren verwehren. Gleichzeitig sind sie jedoch die Königstore zur Verbundenheit.



Marcus von Schmude

Denn es führt nie zu „echtem“ Kontakt mit anderen Menschen, die gegenwärtige Realität zu überspringen. Und Emotionen sind real. Viele spirituelle Schulen betonen zwar das Gegenteil, dass nämlich (negative) Emotionen im Grunde irrsinnige Phantasiekonstrukte seien. Und das ist auch in gewisser Wei-

se richtig. Zumindest beruhen sie auf Phantasiekonstrukten (wie zum Beispiel Hass auf der halb-bewussten Idee, dass der Andere „schuld“ an meinem Liebeskummer hat und dafür bestraft werden sollte.) Auf der Betrachtungsebene der Energiephänomene jedoch sind Emotionen im höchsten Grade wirklich. Und die Erfahrung mit Wandlungsprozessen sagt, dass die beste, wenn nicht einzige Methode, über eine Wirklichkeit hinauszuwachsen, darin liegt, sie zuallererst – anzuerkennen. Sie zu sehen, zu hören, zu spüren. Mit voller Überzeugung zu sagen: „Ja, Du bist da, Gefühl. So ist es.“ Das ist die Basis der psychischen Alchemie der Veränderung. Nur so wird in der Seele Blei zu Gold.

Alles andere läuft auf pseudo-empathische Scheinheiligkeit hinaus und auf narzisstischen Selbstbetrug („Ich bin

über den ganzen Kränkungs- und Wutquatsch längst hinaus! Wow, bin ich empathisch-erhaben!“).

Beginne, wo du stehst. Eine Reise, die nicht genau an dem Ort beginnt, an dem wir uns jetzt befinden, kann immer nur eine Phantasiereise bleiben. Und das bedeutet: Wie bescheuert unsere Emotionen, unsere Energiezustände oder Energieblockaden auch sein mögen – ich kann sie niemals ausmerzen. Durch die Hintertür rufen sie schon „Kuckuck! Wieder da! Und doppelt so mächtig!“ Ich kann sie nur schmelzen lassen. Indem ich mich ihnen stelle. Indem ich sie dasein lasse. Indem ich mit ihnen bin, so, wie sie jetzt sind. Und dann weiter, Schicht für Schicht. Bis unser Konzert nach richtiger Musik klingt.

Doch Achtung: Alle Energieformen in mir sind höchst empfindsam gegenüber den Betrugsversuchen unseres Verstandes. Besonders die am wenigsten geliebten. Die sind nämlich ohnehin schon beleidigt und „im Widerstand“, wie es der oberflächliche Psycho-Jargon zu nennen pflegt. Sie haben Angst vor Auslöschung wie organische Geschöpfe. Wenn ich etwas nur deshalb dasein lasse, um es hinterher umso besser töten zu können, dann wird es mit ziemlicher Gewissheit einen Teufel tun, sich zu transformieren. Es wird nur größeren Überlebenswillen entwickeln. Ein faszinierendes Paradox, nicht wahr: Wir können das Gefangensein in einer Energieform bei uns oder anderen nur dadurch transzendieren, dass wir diese Energieform zumindest einen Moment lang aus ganzem Herzen und ohne Gedanken an ihre spätere Überwindung akzeptieren. Bedingungslos: „So ist es“.

Die vierte bis achteinhalbte Dimension der Empathie: an dieser Stelle verschmilzt Empathie mit Meditation, mit urteilsfreier Präsenz. Ist das jetzt deprimierend, weil übermäßig anspruchsvoll? Müssen wir an solch einem Projekt nicht scheitern, weil es uns hoffnungslos überfordert? Ist es nicht sogar unmöglich, daran nicht zu scheitern, weil das eben genannte Paradoxon gar keine Lösung zulässt?

Eine verfahrenere Situation. Doch vielleicht ist das Paradoxon ein Koan, das eine Lösung auf bisher unbekannter Ebene freisetzen kann. „Wenn du lieb-

Babyboom im ZEGG



Wir freuen uns, erneut zwei ganz neue Menschen in unserer Gemeinschaft begrüßen zu dürfen. Im November kam Lars Lewerenz zur Welt (unteres Foto), als Sohn von Anja Muchow und Axel Lewerenz. Ende Dezember folgte Klea Grimm (Foto oben), Tochter von Jana Grimm, die mit Vater Michael, zur Zeit außerhalb des ZEGG lebt.

Gemeinschaft wächst

In den ersten Tagen unserer Visionszeit im Herbst 2010 nahmen wir neue Dauergäste, Einsteiger und Gemeinschaftsmitglieder auf. Zwanzig neue Menschen sind zu uns gezogen: 16 Erwachsene und 3 Kinder. Es ist immer berührend, wenn jemand entscheidet, diesen Platz zu seinem Heimatplatz zu machen und

an unserer Gemeinschafts- und Kulturidee mitzuarbeiten. Wir freuen uns über die neue Verwirklichungskraft! Ende 2010 gab es im ZEGG 93 Menschen, die zur Gemeinschaft zählen. In den Jahren zuvor lautete die Zahl 80 oder knapp darunter.



Mit mutigem Schritt ins experimentelle Gemeinschaftsleben: ZEGG-Zuzügler 2010.

st, lerne durch den Schnee zu laufen, ohne Spuren zu hinterlassen.“

Da fällt mir der Schüler eines Schülers von Mahatma Gandhi wieder ein. Der hatte eine weitere Definition von Gewaltfreiheit im Ärmel – eine noch gewagtere: „Gewaltfreiheit bedeutet zu verstehen, dass der andere ich ist.“

Damals, ich war 22, reagierte ich empört, erzürnt und war mir sicher, einen spirituellen Scharlatan entlarvt zu haben: Man denke nur an Neonazis! Neonazis sind zwar andere, aber bitteschön: Sie sind doch wohl nicht ich!

Ein paar Jahre später dämmerte mir: Jede Emotion eines Neonazis habe ich im Prinzip auch in mir selbst schon erlebt. Ich unterscheide mich im Wesentlichen von ihm dadurch, dass ich über ein elaborierteres Gefühls-Management verfüge, besser genährt worden bin mit „positiver“ Gefühlkost und ein paar mehr Ressourcen habe, in meinem Leben Sinn und Freude zu erzeugen. Aber im Prinzip ist alles, was in ihm ist, auch in mir. Ich bin ihm ähnlicher, als ich geglaubt hatte. Viel ähnlicher.

Da war ich zwar bestürzt über die Abgründe in meiner Seele, doch auch zufrieden, den skandalösen Satz nunmehr durchdrungen und verinnerlicht zu haben.

Neulich ging mir auf, dass ich mich wiederum geirrt hatte. Der Gewaltfreiheits-Experte hatte das nämlich anders gemeint, als ich in meinem kindlichen Gemüte annahm. Oder zumindest nicht nur so. Vielmehr hatte er sagen wollen, dass der Neonazi – dass der wirklich ich ist! Also: wirklich wirklich. Und ich er. Dass da, von einem höheren oder tieferen Standpunkt aus betrachtet, kein Unterschied ist. Dass die Trennung zwischen uns beiden aus Illusion erbaut ist, eine Hervorbringung meines sich künstlich abtrennenden Geistes. Dass also sozusagen... in bestimmtem Sinn... wenn man es aus einer anderen Perspektive ansieht... er und ich, also wir... also Er-Ich oder Ich-Er... der Neonazi-Ich-Komplex... dass wir beide... natürlich nur aus höherer Warte und nicht in der alltäglichen Wirklichkeit, aber...

Allen da draußen einen empathischen Tag!

Das Neue wartet schon im Universum

Gedanken zu morphogenetischen Feldern

Eine Sonntags-Matinee von Ulf Leonhard

Wieso wächst aus dem Weizenkorn nie eine Rose? Das weiß noch keiner so ganz genau.

Ich bin vor fast 20 Jahren auf das Thema sogenannter „morphischer Felder“ aufmerksam geworden. Damals hat mich das Buch von Rupert Sheldrake „Das Gedächtnis der Natur“ begeistert und inspiriert.

Auf meiner Suche, die Welt zu verstehen und damit auch mich selbst, will ich natürlich auch wissen, unter welchem Einfluss ich stehe. Warum ich so denke und fühle, wie ich es tue.

Das Phänomen geistiger Feldkräfte zu kennen, bedeutet für mich, dass ich nicht Marionette bin, sondern Gestalter meines Lebens, Gestalter des Lebens.

Was also sind Felder, in diesem Sinne? Das ist ja ein viel benutztes Wort. Die Definition ist ganz einfach: Felder sind nichtmaterielle Kraftzonen, in deren Einflussgebiet typische Wirkungen festzustellen sind.

Zum Beispiel das allseits bekannte Magnetfeld: man sieht es nicht. Aber man kann seine Wirkung feststellen. Wenn ich mich mit einem Kompass hinstelle, sehe ich, wie sich die Nadel in eine bestimmte Richtung bewegt. Das zeigt

mir: ich befinde mich im Einflussgebiet des Erdmagnetfeldes.

Aber wenn zum Beispiel ein Astronaut in der Raumstation auf einen Kompass schaut, wird er nicht das gleiche Phänomen erleben, weil er sich in einem anderen Feld aufhält.

Mit der Gravitation ist das ähnlich. Wenn ich hier einen Apfel loslasse, fällt er runter. Wenn der Astronaut einen Apfel loslässt, bleibt der in der Luft stehen.

Sheldrake ist Biologe, und ausgehend von der Morphogenese („Ursprung und Entwicklung von Organen oder Geweben eines pflanzlichen oder tierischen Organismus“, sagt der Duden) beschäftigte er sich mit der wissenschaftlich ungeklärten Frage: Wie entstehen die Formen in der Natur? Wenn etwas wächst, wer macht das, wer steuert das? Sind das die Gene, oder ist es etwas ganz anderes?

Sheldrake sagt, die Natur hat ein Gedächtnis, in dem alle Formen des Lebens gespeichert sind. Jedes Individuum steht in Verbindung mit diesem Form bildenden Feld seiner speziellen Art. Dieses Feld steuert seine Entwicklung, Form, charakteristischen Verhaltensweisen. Und das geschieht ohne Anstrengung. Das Gras, wenn es wächst, muss sich nicht anstrengen. Es

bekommt Information und Energie. Was es tun soll, bekommt es vorgegeben.

Auch wir können nur leben, weil es sie gibt, die ganzen Felder, die unser Wachstum steuern, unsere Verhaltensweisen, unsere inneren Funktionen; all das steht unter dem Einfluss von Feldern.

Sheldrake sagte, dass diese Wirkung der Felder keine Zwangsläufigkeit besitzt, sondern dass es nur so erscheint, weil es so oft wiederholt wurde. Deshalb scheint es uns oft so, dass es zwangsläufig wäre. Und er hat auch die Naturgesetze in Frage gestellt; ob das wirklich Naturgesetze sind oder lang anhaltende verfestigte Gewohnheiten. Das heißt eben, wir sind den Feldern nicht ausgeliefert, wenn wir uns ihrer bewusst werden. Sie wirken nicht ohne unser Dazutun.

Sheldrake hat Experimente gemacht; natürlich viele, um seine Thesen bzw. Entdeckungen zu untersuchen und zu beweisen. Als Naturwissenschaftler will er und muss er das auch machen. Er hat zum Beispiel Amerikaner, die kein Japanisch konnten, in eine Versuchsanordnung gebracht. Sie mussten ein japanisches Gedicht lernen. Bei einer ersten Versuchsgruppe war das ein ganz bekannter Kinderreim, den alle Kinder schon in der Schule lernen.

Foto: HST/GNU

Die zweite Gruppe lernte ein neu geschriebenes Gedicht. Und die dritte Gruppe eine Anordnung von sinnlosen japanischen Wörtern.

Wie man vielleicht schon vermutet, hat die Gruppe, die den bekannten Kinderreim lernte, das deutlich schneller gemacht als die beiden anderen Gruppen ihr Pensum. Das hat, sagt Sheldrake, gezeigt, dass es eben für das Lernen dieses Kinderreims schon ein ganz starkes existierendes Feld geben müsse, mit dem die Versuchspersonen in Verbindung treten sind und deswegen schneller lernen konnten.

Er ist dann von der Morphogenese aus noch weitergefordert und verschiedene Arten von Feldern festgestellt. Das eine sind die morphogenetischen Felder, die zum Beispiel das Weizenkorn steuern, dass es eben keine Rose wird.

Dann Verhaltensfelder. Dazu ist mir ein Beispiel eingefallen: Wenn man jetzt einem dreizehnjährigen Jungen eine E-Gitarre und einen Röhrenverstärker in die Hand gibt, dann wird der sich mit ziemlicher Wahrscheinlichkeit so verhalten: er zieht ein tierisches Luftgitarrespiel ab. Auch wenn er vielleicht noch nie ein Hardrockkonzert gesehen hat. Irgendwie machen das alle so. Das gehört irgendwie dazu. Das geht mir auch so, wenn ich eine E-Gitarre habe und den Verzerrer aufdrehe, dann kommen so diese Posen und diese Bewegung.

Weiterhin hat Sheldrake geistige Felder postuliert. Ich kann zum Beispiel eine einfache Beobachtung machen und sie im Sinne verschiedener geistiger Felder interpretieren. Das ist total interessant. Also:

Ein Mann spricht eine Frau an, und sie gehen miteinander in einen anderen Raum. Eine mögliche Interpretation in einem bestimmten Feld ist: „Oh, das ist meine Geliebte, und jetzt verliere ich sie möglicherweise, wenn sie mit dem geht. Sie erlebt was ganz Tolles und wird mich verlassen“, oder so ähnlich. Und in mir entsteht Wut, Angst und alles Mögliche. Die andere Interpretationsmöglichkeit wäre, mich zu freuen, weil da die Wahrscheinlichkeit groß ist, dass zwei Menschen etwas Schönes miteinander erleben.

Was für Eigenschaften haben solche Felder? Eine ihrer Eigenschaften ist es,

dass sie jenseits von Raum und Zeit wirken; es ist egal, ob irgendeine Gewohnheit in Afrika entstanden ist oder in Japan. Ich stehe auch unter deren Einfluss. Es kann auch sein, dass starke Felder aus der Vergangenheit wirken, die mit Ereignissen zusammenhängen, die längst vorbei sind – zeitlich gesehen, aber ihr Einfluss ist immer noch da.

Eine andere Eigenschaft, sagt Sheldrake, ist die, dass durch eine ständige Wiederholung der Erinnerungsgehalt steigt. Dazu gibt er dieses Beispiel: Wenn Chemiker ein neues Salz herstellen und eine Lauge haben, versuchen sie, es auszukristallisieren, was sehr lange dauert. Wenn es dann mal passiert ist und erste Kristalle entstehen und noch welche, dann geht das plötzlich immer schneller. Dafür gab es bisher keine Erklärung. Sheldrake sagt, durch das erste Mal entsteht diese typische Kristallstruktur, diese Gitterstruktur für das Salz, die es vorher nicht gab. Wenn sie schon mal da ist, beeinflusst sie den nächsten Prozess, der wiederum stärkt das Feld, und so schaukelt sich das Ganze hoch.

Zusammengefasst nennt Sheldrake diese Feldkräfte morphische Felder – sie entwickeln sich immer nur unter dem Einfluss der Gegenwart. Das heißt, sie werden entweder durch das, was ich tue, verstärkt, bestätigt oder verändert. Diese Wechselwirkung nennt er morphische Resonanz; ein Vorgang in die eine Richtung oder auch umgekehrt, also eine Wechselwirkung zwischen uns zum Beispiel und dem Feld.

Was mich auch begeistert, ist dass Sheldrake den evolutionären Charakter des Universums

postuliert, samt seiner Wirkungskräfte. Es gibt nichts Festes, sondern alles, was passiert und wie es passiert, ist in Evolution und ist veränderbar – nichts ist festgeschrieben.

Ein Begriff, der für uns von besonderem Interesse bist, ist die so genannte freie Liebe. Auch dahinter steht ein Feld. Wir haben in letzter Zeit festgestellt, dass unsere Gäste das manchmal anders erleben als wir selbst. Sie kommen hierher und sind dankbar für die Möglichkeiten, für das Feld, das sie hier vorfinden. Gleichzeitig sind wir vom ZEGG zuweilen unzufrieden, weil viele von uns denken, was das betrifft, wird es immer weniger. Wir fühlen uns im Mangel, und gleichzeitig fühlen sich die Gäste in der Fülle. Eine Erklärung, die mir dazu einfällt, ist die, dass sie an ein bestehendes Feld, das auch stark aus der Vergangenheit kommt, angeschlossen sind und wir in dem Moment nicht.

In diesem Zusammenhang habe ich mich auch gefragt, welche Felder wir hier aufbauen möchten. Wenn wir uns ganz bewusst damit beschäftigen: Welche Felder wollen wir hier aufbauen, verstärken, nähren? Welche Menschen wollen das machen? Wollen das alle? Oder gibt es eine bestimmte Gruppe von Menschen, die sagt, wir widmen uns jetzt speziell dieser Aufgabe?

Ich denke, dass die eigene Ausrichtung, die Absicht entscheidend ist, welche Felder ich abrufe, auch in schwierigen oder in kritischen Situationen. Ich selbst richte mich immer wieder klar aus in Richtung der Fülle; das heißt auch Fülle in der Liebe, der Lust und der gegenseitigen Bereicherung. Das bildet dann meinen Interpretationshintergrund in bestimmten Situationen. Zum Beispiel, wenn meine Partnerinnen und Freundinnen andere Männer interessieren, sie sich verlieben, Freundschaften aufbauen. Ich möchte sie darin unterstützen. Das geht, in einem Spektrum von voller Anteilnahme bis zu einer Akzeptanz nach dem Motto „na ja, wenn's dann sein muss“.

Durch diese Ausrichtung passieren in mir wenig Dramen, bzw.



Ulf Leonhard

keine Dramen, die ich dann der Frau anhängen. Ich versuche, diese Sachen immer zu mir zu nehmen, sie transparent zu machen, zu gestalten. Ich kenne das auch, dass es ein Schreckensbild ist, wenn man seinen Partner oder seine Partnerin beim Sex mit jemand anderem sieht; „ertappt“ nennt man das ja landläufig oft. Das führt zum Beispiel zu einem Energiestoß in die Magen-grube. Das muss mich dann aber nicht fertig machen oder in ein Drama stürzen. Ich kann darauf verzichten, mich mit mir selbst zu identifizieren, in der Wahrnehmung bleiben oder in der Anteilnahme, also in der Verbindung. Ich habe solche Situationen letztendlich als bereichernd und als schön erlebt, und sie haben mich in eine stärkere Verbindung mit der Frau, auch mit dem beteiligten Mann gebracht.

Kann man sagen, dass so eine Art des Handelns schon ein Feld speist? Ist es eine riesige geistige Bemühung, oder fühle ich da ein Feld, an das ich mich instantan anschließen kann?

Meine Antwort heißt: da ist ein Feld. Ich bin kein Pionier, der das mühsam das erste Mal in die Welt setzen muss. Es gibt eine unterstützende geistige Kraft.

Sehr interessant im Hinblick auf die Wirkung von Feldern finde ich auch, dass die Erde oder die Schöpfung zur Zeit in einem starken Transformationsprozess ist. Dahinter steht auch ein kraftvolles Feld. Wir können uns damit verbinden, oder auch nicht. Wenn wir uns damit verbinden, spendet uns das Kraft. Wir erhalten Unterstützung bei Themen, die uns zunächst unlösbar erscheinen, wenn wir als Individuum hinschauen. Ab dem Moment, in dem ich mich entschließe, ich arbeite da mit, ich arbeite in dieser Firma Transformation mit, bekomme ich auch von der Firma Werkzeuge und Kraft zur Verfügung gestellt, denn sie wünscht sich auch meine Mitarbeit.

Gerade was die Entwicklung neuer Liebesbilder angeht, und den Aufbau von Gemeinschaft und die Vernetzung von beiden, denke ich, dass die Evolution das will und deshalb auch alle Menschen unterstützt, die das mit entwickeln möchten.



Aufenthalte im ZEGG wurden am Ende des Fundraisings während der Silvestertagung verlost; Glücksfeen waren Cornelia Scheidl und Sucha Wolters.

Entschieden ins neue Jahr

Sichtlich gut gelaunt eröffneten Ulrich Peschel, Barbara Stützel und Ina Welpmann am 27. Dezember unsere 20. Silvestertagung. Sie trug den Titel „Die Kraft der Entscheidung“. Trotz Verkehrs- und Bahnchaos gelang es über 100 Gästen, bis Bad Belzig durchzukommen. Der Schnee unterstützte die Stille, die wir auch in großer Gruppe immer wieder aufsuchten, um uns eigenen inneren Fragen zu widmen: Was habe ich vor, was möchte ich verwirklichen im nächsten Jahr? Von welchen alten Glaubenssätzen und Gewohnheiten möchte ich mich verabschieden, weil sie mir nicht mehr dienen? Was steigert meine Energie, meine Lebensfreude?

Vorträge von Ulrich Peschel, Markus Euler und Sucha Wolters bewegten, regten an, rüttelten auf. Eine gemeinsame Baumzeremonie und ein Tag, an dem alle schwiegen, trugen dazu bei, die geistige Energie am Platz zu verdichten und zu vertiefen. Gemeinsame Abende in der Aula schafften neue Erfahrungsräume: einen verbrachten wir ohne mit den Augen zu sehen, einen anderen singend. Am Silvesterabend warfen alle zunächst ihre niedergeschriebenen Erkenntnisse, Vorhaben und Wünsche für das neue Jahr in das Silvesterfeuer (siehe dazu ein Foto auf Seite 3). Ein Sufitanz in der Aula leitete den zweiten

Teil des Abends ein, das Tanzfest mit Nachbar und DJ HörMann.

Zur Abschlussveranstaltung am Vormittag des Neujahrstages waren die Blumen in der Aula vollständig aufgegangen.



Christa Falkenstein

Wirtswechsel

Nach einem Jahr Regierungszeit im Reich von Kaffee und Kuchen, Bier und Spirituosen, Yogi-Tee und Biochips hat Christa Falkenstein die „Dorfkneipe“ genannte Aussenstelle unserer Betriebskantine im Herbst verlassen und ist – auf den Spuren der Liebe – nach Tamera übergesiedelt. In der Gemeinschaft fand sich ein Dreier-team, das ihre Aufgabe übernahm: Vanessa Baer, Taruna Reipen und Marcus von Schmude.

Heilung von Mensch und Erde

Ein Buch über das Projekt „Tamera“

Die Vision eines gewaltfreien menschlichen Zusammenlebens in nachhaltiger Kooperation mit der Natur führt das Projekt „Tamera“ im Süden Portugals seit seinem Start vor 16 Jahren. Inzwischen nimmt die Vision mehr und mehr Gestalt an. Darüber hat die Journalistin Leila Dregger ein Buch geschrieben und mit vielen Bildern anschaulich gemacht: „Tamera. Ein Modell für die Zukunft“.

Zukunftswerkstatt, Gemeinschaftsexperiment, Ökologisches Friedensdorf sind Attribute, die Tamera zugeschrieben werden. Fast 200 Menschen leben und arbeiten dort in Monte Cerro, einem sich über 134 Hektar erstreckenden hügeligen Gelände nahe der Stadt Odemira. Sich selbst sieht Tamera als Heilungsbiotop; einen sich planetarisch vernetzenden Ort, an dem Friedenswissen erarbeitet, weitergegeben und praktisch angewandt wird. Viele Mitarbeiter von Tamera sind seit 1995 aus dem ZEGG dorthin gezogen.

„Ist ein anderes Leben tatsächlich möglich? Die globale Entwicklung macht heute wenig Mut und Lust auf Zukunft“, schreibt Leila Dregger. „Um uns eine andere Welt, eine positive Zukunft überhaupt vorstellen zu können, brauchen wir Orte, an denen wir sie real aufbauen – zunächst in kleinem Maßstab. Das ist die Bedeutung von Modellen.“

Tamera – der Name war eine Eingebung und bedeutet in einer alten Sprache „am Urquell“ – liegt in der Provinz Alentejo, in der wie auch im übrigen Südeuropa weite Flächen immer mehr austrocknen und Wüstenbildung sich abzeichnet. In Zusammenarbeit mit dem österreichischen Agrarreformer Sepp Holzer hat Tamera begonnen, mit einer Reihe großer Rückhaltebecken eine Wasserlandschaft mit umgebender Permakultur zu erbauen, um das umliegende Land langfristig wieder feuchter und fruchtbarer zu machen.

Um dieses Modell geht es im ersten großen Kapitel des Buches. „Ich habe mich auf diejenigen Projekte von Tamera konzentriert, in denen der Mo-

dellcharakter bereits äußerlich sichtbar wird“, schreibt die Autorin.

Auch das folgende Kapitel hat mit angewandter Ökologie zu tun: Im Zentrum des Geländes entsteht das „Solar Village“, gedacht als Modelldorf für 50 Menschen, die sich autark mit Energie für Wärme, Kochen und Strom versorgen. Dafür entwickelte Technologie des süddeutschen Physikers und Erfinders Jürgen Kleinwächter, der mit Tamera kooperiert, wurde in den letzten Jahren

installiert und ist so konzipiert, dass sie keiner großindustriellen Fertigungsprozesse bedarf und fast vollständig auch in Anwenderländern der Dritten Welt hergestellt und betrieben werden kann.

Wichtig für die Überlebensfähigkeit eines Solar Village ist genauso seine soziale Nachhaltigkeit. Vom Wissen und den Erfahrungen, die dazu führen, ist in den folgenden Buchkapiteln die Rede. Zunächst wird Tamera als weltweit vernetzter Ausbildungsort beschrieben, dann das Leben in Tamera: „Aus allen Erdteilen kommen junge Friedensarbeiter, um hier zu studieren und sich in den Kenntnissen und Fähigkeiten auszubilden, die für den Aufbau von Friedensdörfern und autonomen Siedlungen gebraucht werden. ... Die Basis aller Fächer ist das Lernen von Gemeinschaftsaufbau und sozialer Kompetenz.“

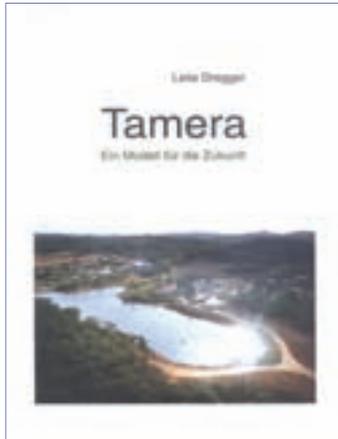
Forschung und Erfahrung in diesen Bereichen gab es bereits in dem sozialen Experiment „Bauhütte“, dem Vorprojekt Tameras, aus dem heraus auch das ZEGG entstand; einige Menschen in



Eröffnung des Versuchsbetriebs im Solar-Village von Tamera 2009

Tamera, unter ihnen die Mitbegründer Dieter Duhm und Sabine Lichtenfels, arbeiten schon über 30 Jahre in diesem Kontext.

Auch über ihre Geschichte berichtet das Buch. Hinzu kommen kleine Kapitel über spezielle Projekte, die im Laufe der Jahre in Tamera entstanden sind. Dazu gehören die „Grace“-Pil-



gerschaften von Sabine Lichtenfels, der Platz der Kinder, die Jugendschule „Globales Lernen“, das „Institut für globale Friedensarbeit“, der Steinkreis als Archetyp einer Friedensgemeinschaft und Werkzeug spiritueller Bewusstwerdung.

Außerhalb gewohnter Strukturen neue Perspektiven zu entwickeln, war ein Argument der Gründer, ihr Projekt im Süden Portugals aufzubauen. Ihr Dank geht in einem der einleitenden Beiträge dieses Buches an das Land, das sie aufnahm. Inzwischen gibt es viel Interesse und Unterstützung bei lokalen und regionalen Körperschaften und Universitäten des Landes, worüber dieses Buch auch informiert. Es erschien Anfang September 2010 gleichzeitig in deutsch, englisch und portugiesisch.

Die freie Journalistin Leila Dregger lebt immer wieder längere Zeit in Tamera. Sie war in Deutschland Herausgeberin der Zeitschrift „Die weibliche Stimme“ und hatte einige Jahre lang ihren Heimatplatz im ZEGG. Informationen über Tamera enthält auch die Homepage: www.tamera.org.

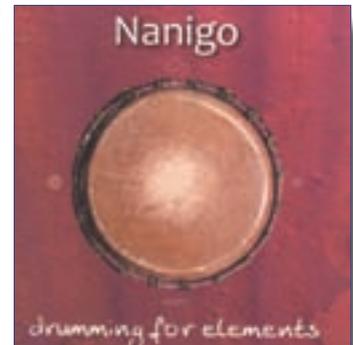
Hermann Haring

Leila Dregger: „Tamera. Ein Modell für die Zukunft“.
Verlag Meiga,
ISBN 978-3-927266-26-1.

Erste CD von „Nanigo“ Kraftvoller Fluss der Trommeln

Die im Fläming beheimatete *drum band*

„Nanigo“ brachte 2010 ihre erste CD heraus; ein kraftvolles, gekonnt in Fluss gehaltenes Werk, in dem unter der Leitung von Thomas Ritthoff traditionelle Instrumente und Rhythmen großer Trommelkulturen mit modernen Spielideen verschmelzen. „In Wissen, Achtung und Respekt verwenden wir die Rhythmen, verbinden sie mit unserem musikalischen Verständnis und entwickeln sie weiter“, schreibt die Band im Begleitheft ihrer CD, die sie „drumming for elements“ genannt hat – gemeint sind Feuer, Wasser, Luft und Erde.



Zu den 21 Musikern an großen Trommeln und anderen Schlaginstrumenten gehören vier aus dem ZEGG. Die CD mit mehr als 60 Minuten Musik wurde größtenteils im CTM-Studio auf dem ZEGG-Gelände aufgenommen. Nanigo gründete sich im Jahre 2001; fast alle Musiker starteten ohne oder mit nur sehr geringen Kenntnissen ihrer Perkussions-Instrumente.

Bezugsquelle für die CD: www.nanigo.net.

Thomas Ritthoff bietet im ZEGG auch Trommelworkshops und Unterricht für Anfänger und Fortgeschrittene an. Mehr Infos im ZEGG-Programm und bei www.cometodrum.de



Nanigo in Ruhe

Zentrum für Experimentelle
Gesellschaftsgestaltung

Jahresbericht

Zwitausendzahn

Bill Nickl, Leiter unserer Tagungsfirma, hat wieder gezählt, gewogen, zurückgeschaut und eine materielle Jahresbilanz des ZEGG erstellt – die immaterielle lässt sich bekanntlich nicht so leicht quantifizieren.

Tagungs- und Seminarbetrieb

Auf den vier großen ZEGG-Tagungen besuchten uns insgesamt etwa 750 Gäste. Wir veranstalteten 46 eigene Seminare und waren Gastgeber für 68 Seminare externer Anbieter.

Am Gemeinschaftskurs vom 13. März bis 18. April nahmen dieses Jahr 22 Erwachsene und drei Kinder teil.

Das 3. Come Together Song-Festival vom 3. bis 6. Juni, von Hagara Feinbier im ZEGG veranstaltet, besuchten über 300 Gäste.

Öffentlichkeitsarbeit

Ina Meyer-Stoll und Achim Ecker waren im Januar zum zweiten Mal für ein Kommunikationstraining in die schwedische Gemeinschaft Ängsbakka eingeladen

Rotraud Rospert stellte im Juni das Forum vor bei der Tagung "From Experiment to Social Innovation" am Friedrichshof in Österreich.

Das ZEGG und „Songfestival“-Veranstalterin Hagara Feinbier wurden im Juni als „Singende

Gesundheitseinrichtung“ von Wolfgang Bossinger und Katharina Neubronner, Vorstände der Initiative „Singende Krankenhäuser“, ausgezeichnet.

Ina Meyer-Stoll und Achim Ecker leiteten im Februar, Juni und Oktober ein Forumstraining bei der Gemeinschaft „Ganas“ in New York mit 26 Teilnehmern aus verschiedenen Gemeinschaften.

Barbara Stützel und Achim Ecker nahmen Mitte Juni teil am „Integralen Forum“ in Berlin.

Almut Gröger vertrat das ZEGG im Juli bei der „Eco-villages and Sustainable Living Conference“ – dem Treffen des „Global Ecovillage Network“ (GEN) im italienischen Damanhur.

Ina Welpmann reiste Anfang August für das ZEGG zur Vorbereitungskonferenz für den „Kongress für Integrale Politik 2012“ in Bad Gandersheim.

Ina Welpmann vertrat das ZEGG ebenfalls im August beim Gemeinschaften-Festival in der Nähe von Frankfurt/Main.



Über 300 Gäste kamen in diesem Jahr zu Hagara Feinbiers Songfestival.

Evelyn Otte repräsentierte das ZEGG am 8. August mit einem Infostand beim Ecotopia-Festival in Wiesenburg.

Das ZEGG gestaltete am letzten Augustwochenende einen viel beachteten Hof beim Altstadtfest in Bad Belzig.

In Altea, Südspanien, kamen am 2. Oktober ca. 30 Menschen zu einer Infoveranstaltung über das ZEGG mit Barbara Stützel; ergänzt durch einen zweistündigen Workshop mit 15 Teilnehmern.

Ende Oktober ging die neugestaltete ZEGG-Homepage ans Netz.

Markus Euler und Barbara Stützel stellten am 30. Oktober in Cottbus beim Ökofilmfestival im Anschluss an den Film „Die Siedler“ (über das Projekt Klein Jasedow) das ZEGG als ökosoziale Lebengemeinschaft vor.

Das ZEGG war Thema der Diplomarbeiten der Fotografiestudentinnen Sara Graetz und Debbie Runkel sowie der Doktorarbeit der Soziologin Alexandra Sacher.

Presseberichte

Berichte in der „Märkischen Allgemeinen Zeitung“ über Silvestertagung, Ostertagung, Pfingstfestival, Sommercamp, Come Together-Songfestival und weitere Ereignisse im und um das ZEGG..

Bericht in „Connection“ über das Pfingstfestival.

Artikel über das ZEGG von Eva Simon am 11. Februar in „Der Freitag“.

Artikel über seinen Einstieg ins ZEGG von Thomas Heuser bei „Oya“ in der Oktoberausgabe.

Artikel von Markus Euler über „Power and powerless-

ness“ im amerikanischen „Community Magazine“, Heft 148.

Artikel von Barbara Stützel über das Forum in „Ecohabitar“, Ausgabe Herbst 2010.

Zu Besuch im ZEGG

Peter Erlenwein als Vortragsredner beim „Oster-Trance Event“

Dieter Jarzombek als Vortragsredner beim Sommercamp.

Frank Fiess als Vortragsredner beim Sommercamp.

Johannes Stüttgen las Ende Juni aus seinem Buch „Der ganze Riemen“ im San Diego Café im ZEGG.

Besuch von 20 Gemeinschaftsmitgliedern vom Tollense Lebenspark am 18. Mai.

Die „Friedensradtour Paris-Moskau“ machte vom 23. zum 24. Juli Station im ZEGG. Mit dabei auch DDR-Radsportlegende Täve Schur.

Jorge Caneda, vor 30 Jahren Mitbegründer der Gemeinschaft „Ganas“ in New York, kam vom 21. bis zum 25. August mit seiner Frau Julie und anderen Gemeinschaftsmitgliedern zu Besuch.

Der ungarische Filmemacher Frigyes Fogel drehte Mitte Juni im ZEGG eine Episode für einen Dokumentarfilm über „Cultural Creatives“.

Der Neurobiologe, Arzt und Psychotherapeut Joachim Bauer kam als Referent zum „Come Together-Songfestival“.

Als Referenten begrüßten wir dort auch den Liedermacher Unmada Manfred Kindel und Wolfgang Bossinger, Diplom-Musiktherapeut und Psychotherapeut.



Beim Altstadtfest in Bad Belzig gestaltete das ZEGG 2010 einen kompletten Innenhof

Am 9. August besuchten uns Manitonquat und seine Frau Elika.

Ebenfalls im August zu Gast: zwei Architekten aus Teheran.

Philipp und Stefan Lirsch aus Österreich präsentierten Ende September im San Diego Café ihre Performance „man(n) wird mensch“.

James Swank gestaltete Mitte Oktober unter dem Motto „Deep living“ ein transformatorisches Bewusstseins-training im San Diego Café.

Jeannette Schulze, neue Leiterin der Polizeiwache in Bad Belzig, machte am 26. Oktober einen Informationsbesuch im ZEGG.

Im San Diego Café zeigte am 12. November der Filmemacher Markus Werner den Film „Follow the rainbow to Findhorn“.

Yannick Spada von der Libertären Bibliothek Berlin interviewte am 16. November Barbara Stützel.

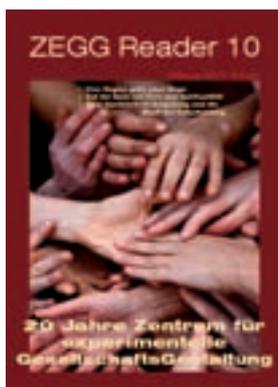
Ende November kam eine Gruppe der Stiftung Naturschutz Berlin zu einer Permakulturführung.

Am 7. Dezember tagte im ZEGG das „Belziger Gastgebertreffen“, eine Zusammenkunft aller lokalen Hoteliers und anderer Beherbergungsgewerbler.

Baustellen und Gestaltung des Geländes

Im ehemaligen „Musikkeller“ unseres Unigebäudes entstand ein neuer Seminarraum, einschließlich der dafür notwendigen neuen Heizungsverteilung und Fernwärmeleitung.

Hinter dem zur Jahreswende 09/10 neu eröffneten



Impressum

Herausgeber:

ZEGG Forschungs- und Bildungszentrum GmbH

Geschäftsführung:

Silke Grimm, Tomas Heuser
Rosa-Luxemburg-Str. 89
D-14806 Bad Belzig

Redaktion: Hermann Haring (verantwortl.)

Redaktionelle Mitarbeit: Marcus von Schmude, Ina Welpmann

Layout: Roland Ficht, Hermann Haring, Burkhard Pranke

Fotos: Achim Ecker, Georg Lohmann, Roland Ficht, Hermann Posch, Sucha Gesina Wolters, ZEGG Archiv

Titel: Sucha Gesina Wolters (Foto), Bademeister Belzig Design (Gestaltung)

Druck: LokayDRUCK, Reinheim

Anschrift für Redaktion und Vertrieb:

Rosa-Luxemburg-Str. 89
D-14806 Bad Belzig
Tel. 033841-59510
Fax: 033841-59512
Mail: rundbrief@zegg.de

Der ZEGG Reader erscheint jeweils um die Jahreswende anstelle des vierteljährlich erscheinenden ZEGG Rundbriefs. Dieser Reader entspricht Rundbrief Nr. 48.

Alle Rechte vorbehalten.

Druckauflage: 1000

Das ZEGG-Tagungsprogramm 2011 gibt es bei: empfang@zegg.de

Dieses Magazin wurde mit Druckfarben aus nachwachsenden Rohstoffen auf 100% Recyclingpapier gedruckt, ausgezeichnet mit dem Blauen Umweltengel.

Recyclingpapier spart bei der Herstellung Wasser und Energie ein und schon damit die Umwelt. LokayDRUCK arbeitet klimaneutral, verwendet ausschließlich umweltfreundliche Materialien und ist EMAS-zertifiziert (D-115-0036)

www.zegg.de



Internet-Café wurde eine Ferienwohnung ausgebaut und Dämmung und Fassade des betreffenden Gebäudes fertiggestellt.

Neue Regenabflüsse entstanden am Bürogebäude und am Wohnblock.

Die Südseite des Bürogebäudes hat neue Fenster bekommen, die Eingänge neue Türen.

Im "Spitzgiebelhaus", einem der kleineren Wohnhäuser, wurde die Elektrik neu verlegt und der untere Stock saniert.

Ein als Obstkeller vorgesehener halbverschütteter Kellerraum vor der „Uni“ wurde freigelegt.

Der Treppenaufgang mit Flur im Gästehaus wurde saniert.

Das Großraumbüro im Bürogebäude wurde renoviert (Böden abgeschliffen, neu versiegelt, Malerarbeiten).

Der Balkon am „Weißen Haus“, einem der größeren ZEGG-Gebäude, wurde nach unten hin gedämmt und bekam einen neuen Holzboden.

Wir haben begonnen, die erste Bauphase unseres neuen Energiekonzeptes zu verwirklichen. Im Gästehaus gibt

es jetzt drei BHKW's (Blockheizkraftwerke) mit den dazugehörigen Speichern; das Heizwerk bekam eine Stückholzheizung.

Der organisch-biologische Garten

Dieses Jahr hat die Natur, was das Obst betrifft, nach dem reichen Erntejahr 2009 Pause gemacht. Wir konnten ca. 800 kg Obst ernten; im letzten Jahr waren es 5 Tonnen. Dafür haben wir in diesem Jahr 1273 kg Gemüse mehr geerntet als 2009: insgesamt 8514 kg. Außerdem wurden 370 große Kisten verschiedener Salatarten und 1600 Bund allerlei Kräuter gepflückt.

Das geerntete Gemüse im Detail:

1792 kg Möhren; 435 kg Pastinaken, Fenchel, Sellerie; 792 kg Zwiebel und Lauch; 260 kg Kohlrabi, 243 kg Mangold; 1098 kg Rotkohl, Weißkohl, Wirsing, Grünkohl; 225 kg Blumenkohl und Brokkoli, 675 kg Kartoffeln, 312 kg Tomaten, 390 kg Zucchini, 1580 kg Hokaido und andere Kürbisse, 325 kg Buschbohnen, 210 kg Zuckermais, 230 kg Rhabarber, 120 Stk Gurken.

Wir danken!



Jahresende 2010: Die Dorfkneipe im tiefen Dezemberschnee

Experiment Empathie²



„Die Welt ist nicht wissbar,
... und erst wer in seinem Leben
die eigene Verwundbarkeit erfah-
ren hat, wird wirklich lebendig.“

Hans-Peter Dürr



Preise (angst)frei wählbar:
€ 420.-/360.-/280.- all incl.
zzgl. € 7,50 Kurtaxe
Ermäßigung für Kinder & Jugendliche
Teilnahme nur am gesamten Festival möglich.

Idee & Verwirklichung:
Tatjana Wolf, Teresa Heidegger,
Andreas Duda, Marcus v. Schmude



Welch eine Welt entsteht,
wenn unser Mitgefühl stärker wird
als unsere Urteile?

Pfingstfestival 2011
10.-15. Juni

... für forschungsfreudige Erwachsene,
Jugendliche und Kinder.

www.pfingsten.zegg.de

Experiment Empathie²



Sommercamp im ZEGG 2011

21.-31. Juli

Auf den Spuren des lebendigen Eros

Das Sommercamp ist in jedem Jahr ein großes Gemeinschaftsereignis – für die ZEGG-Gemeinschaft, aus der es entsteht, und für die, die daran teilnehmen.

Die Schwerpunkte unserer Arbeit – Gemeinschaft, Liebe, Sexualität, ökologische Verantwortung, Spiritualität, politisches Engagement – finden hier ihren Platz.

Es geht uns um Verständigung und Verbindung, von Mensch zu Mensch und letztlich zu allen Wesen der Erde.

Wir erforschen das Zusammenspiel von Eros und Gemeinschaft, die verschiedenen Dimensionen von Liebe zu sich selbst, partnerschaftlicher Liebe und die Anbindung zur universellen Liebe – fragend, künstlerisch und humorvoll.

Während des Camps bieten die Treffen in „Dorfgruppen“ einen intimeren Rahmen für Vertiefung, Reflexion, Forum und Kontakt.

Erfahrungsräume und Vorträge gestalten Menschen aus der ZEGG-Gemeinschaft, zudem schaffen wir

Möglichkeiten für unsere Gäste, ihr Potential einzubringen.

Anmeldung erforderlich!

Preise: bis 17.06.2011 € 230.- Tagungsgebühr und € 300.- U&V zzgl. € 15,- Kurtaxe; danach: € 300.- Tagungsgebühr und € 300.- U&V zzgl. € 15,- Kurtaxe.

Ermäßigte Preise für Jugendliche, Studierende und Azubis!

Zeltdorf-Leben • Live-Musik • Tanz & Feiern • Meditation • Männer- & Frauentreffen • Kindercamp • Jugendgruppe • Forum

