

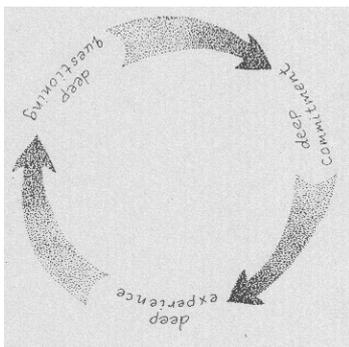
Deep Ecology - Ganzheitliche Ökologie

Der Begriff „Ganzheitliche Ökologie“ geht auf den norwegischen Philosophen, Bergsteiger und Öko-Aktivisten Arne Naess¹ (siehe z.B. Naess 1989) zurück, der als Antwort auf die zunehmende Zerstörung der Biosphäre eine Perspektive und ein Wertsystem forderte, das er „Deep Ecology“ nannte. Als Übersetzung finden wir im deutschen Sprachraum „Ganzheitliche Ökologie“ (diesen Begriff möchte ich in diesem Artikel verwenden), synonym auch „Tiefe Ökologie“, „Tiefenökologie“ oder „Spirituelle Ökologie“.

Was kann darunter verstanden werden? In diesem Beitrag möchte ich einige charakteristische Leitgedanken der ganzheitlichen Ökologie und ausgewählte Übungen vorstellen, die im Zusammenhang naturpädagogischer Veranstaltungen helfen, folgende wichtige Themenbereiche abzudecken:

- globale Verbundenheit wahrzunehmen
- belastende Gefühle wie Frustration oder Hoffnungslosigkeit zu verarbeiten
- Visionen für eine lebenswerte Zukunft wahrzunehmen

Das zentrale Merkmal der ganzheitlichen Ökologie besteht in ihrem integrativen Ansatz. Sie versteht sich als emanzipierte Verbindung von intellektuellen, körperlich-sinnlichen, emotionalen und spirituellen Wesensanteilen des Menschen, versucht dabei eine Synthese pädagogischer, philosophischer und politischer Aspekte sowie *„der Lehren von Psychologie, Spiritualität und Ökologie, die uns helfen, den Zustand zu erkennen, in dem sich die Erde wirklich befindet, und uns vorzustellen, wie dieser sein könnte, sowie daran zu arbeiten, unseren Heimatplaneten zu heilen“* (Joanna Macy²).



Lassen wir uns von Stephen Harding (1997), Ökologe am Schumacher College im englischen Devon, tiefer hineinbegleiten in den ganzheitlich-ökologischen Ansatz. Er beschreibt drei grundlegende Aspekte der menschlichen Beziehung zur Natur, die miteinander in enger Wechselwirkung stehen und der Ausprägung einer ethisch fundierten Einsicht zu Grunde liegen:

- tiefgehende Erlebnisse (deep experience),
- tiefgehende Hinterfragung (deep questioning),
- tiefgehendes Engagement (deep commitment).

¹ Eine Einführung findet sich bei Naess 1989. Bei weitergehendem Interesse am philosophischen Werk Naess' empfiehlt sich Naess 1973, 1982, 1984, 1985, 1988

² aus dem Text einer Workshop-Ausschreibung

Tiefgehende Erlebnisse

Unter tiefgehenden Erlebnissen (deep experience) werden Ereignisse verstanden, die für Menschen den Beginn der Einnahme einer ganzheitlich-ökologischen Perspektive bedeuten können, indem sie deren bestehendes Wertsystem, Welt- und Menschenbild bzw. den vertrauten Wahrnehmungsrahmen erweitern. Ein Beispiel für ein derartiges Erlebnis finden wir bei Aldo Leopold (1949), einem Forstmann, Wildbiologen, Ökologen, und Verteidiger amerikanischer Wildnisgebiete, dessen Beiträge zu einem erweiterten Verständnis der Verantwortung für die außermenschliche Natur als grundlegend für eine umfassende Umweltethik verstanden werden (Stern, 1992).

In den 20er-Jahren des 19. Jahrhunderts wurde Aldo Leopold, zu dem Zeitpunkt noch von der vorherrschenden Naturbeherrschungs- und Naturausnutzungs-Maxime motiviert, von der amerikanischen Regierung mit dem Auftrag betraut, im Interesse der Viehzüchter und Jäger eine Kampagne zur landesweiten Ausrottung des Wolfes zu entwickeln. Eines Morgens auf einer Wanderung in den Bergen trifft Leopold mit einer Gruppe von Jägerkollegen auf ein Wolfsrudel. Die Männer versuchen möglichst viele der Tiere zu erlegen, haben aber nur wenig Jagdglück - nur eine alte Wölfin bleibt verwundet liegen. Leopold trifft gerade in dem Moment bei dem sterbenden Tier ein, um das Verlöschen eines „grünen Feuers“ in ihren Augen mitzerleben. In diesem Augenblick wird der Jäger und Kampagnenbetreiber Leopold tief berührt: *„In diesen Augen lag etwas Neues für mich, etwas das nur sie (die Wölfin) und die Berge wussten. Ich dachte, dass weniger Wölfe mehr Hirsche bedeuten würden, und keine Wölfe ein Paradies für Jäger. Aber nachdem ich das grüne Feuer erlöschen sah, begriff ich, dass weder der Wolf noch die Berge diese Sichtweise teilten“* (Leopold. 1949, S. 130, eig. Übers.).

Es ist vermutlich nachvollziehbar, was Leopold meint, wenn er schreibt, dass der Wolf mit seiner Sichtweise nicht übereinstimmt, aber ein Berg? Können Ökosysteme, die nicht mit wertendem Bewusstsein ausgestattet sind, einen Standpunkt teilen oder ablehnen? Es stellt sich damit die Frage, worauf Leopold sich an dem Wendepunkt seiner Entwicklung hin zum engagierten Naturschützer bezieht und wie sein Erlebnis im Angesicht der sterbenden Wölfin in Hinblick auf ökopädagogische Bildungsarbeit gedeutet werden kann.

„Denken wie ein Berg“ übertitelt Leopold die Erzählung seiner Begegnung mit dem Wolfsrudel, und verwendet die Bezeichnung „Berg“ offensichtlich als Metapher für das gesamte Ökosystem, in welchem das Ereignis stattfand. Später im Text beschreibt er die Auswirkung von übergroßen Hirschpopulationen, als die US-Regierung fortfuhr, Wölfe auszurotten: Verbisschäden, mangelnde natürliche Verjüngung der Wälder, ausschließlich abgefressene Bäume und Sträucher „bis in Sattelhöhe“ und letztendlich die Knochen der Hirsche, gestorben an Nahrungsmangel. Leopold erkannte deutlich die Bedeutung des Gleichgewichtes zwischen Beute und Beutegreifern, um die Stabilität eines Ökosystems zu gewährleisten und die Kurzsichtigkeit menschlicher Eingriffe in dieses empfindliche Gleichgewicht.

In dem Augenblick, als der Jäger und Kampagnenbetreiber in die Augen der Wölfin blickt, findet etwas statt, das wir mit „Kommunikation“ beschreiben können. Das Tier „spricht“ in diesem Moment für alle Wölfe und deren Bedeutung für das Gleichgewicht und damit für „die Berge“, und Leopold „versteht“ die Situation dieser nicht-menschlichen Angehörigen der Lebensgemeinschaft des Ökosystems. Das Aufblitzen dieser Einsicht trifft Leopold unvorbereitet und löst einen Wandlungsprozess aus: er legt

seine Mitwirkung am Wolfsprogramm zurück und arbeitet an der Entwicklung einer „Landethik“, die davon ausgeht, dass Menschen kein Recht haben, willkürlich über Leben und Tod anderer Lebewesen zu verfügen, sondern vielmehr „gewöhnliche Mitglieder der biotischen Gemeinschaft“ darstellen. „Handlungen sind richtig“, formuliert Leopold später, „wenn sie zur Integrität, Stabilität und Schönheit der biotischen Gemeinschaft beitragen. Sie sind falsch, wenn sie das nicht tun“ (in Harding, 1997, S. 16).

Die Schilderung Aldo Leopolds soll als Beispiel für den intuitiven Erkenntnisweg dienen, der im Zuge ganzheitlich-ökologischen Lernens als „tiefgehendes Erlebnis“ beschrieben wird. Naess (1989, S. 35) bezeichnet diesen Vorgang als Prozess der Identifikation, in dem wir spontan auf die mutmaßlichen Interessen anderer Lebewesen wie auf eigene Interessen reagieren und daraus Kraft für notwendige Handlungsschritte gewinnen. Identifikation tritt oft in Verbindung mit Ehrfurcht auf, besonders dann, wenn Menschen sich mit nicht-menschlichen Lebewesen identifizieren (Seiler, 1996) sowie mit intuitiver Einsicht in die weitreichende und wechselseitige Verbundenheit, in der alle Lebewesen auf diesem Planeten stehen - eine Erkenntnis, welche ebenfalls die Grundlage der ökologischen Forschung und aller Natur- und Umweltschutzarbeit darstellt.

Tiefgehende Hinterfragung

Gegenstand der Hinterfragung sind die gegenwärtig gültigen Paradigmen, die hinter der ökologischen und sozialen Krise stehen, wie etwa Fortschritt, Wohlstand oder fortwährendes Wachstum an materiellen Gütern und Dienstleistungen. Als Instrument einer Gegenbewegung umfasst eine tiefgehende Hinterfragung unsere alltäglichen Entscheidungen und unsere grundlegenden Werte, sowie die Ziele und Werte der Gesellschaft: *„In der ganzheitlichen Ökologie stellen wir die Frage, in welchem Ausmaß die gegenwärtige Gesellschaft die grundlegenden menschlichen Bedürfnisse wie Liebe, Sicherheit und Zugang zu Natur erfüllt. Wir fragen, welche Gesellschaft, welche Erziehung förderlich für das gesamte Leben auf unserem Planeten ist, und fragen weiter, was wir brauchen, um den notwendigen Wandel herbeizuführen“* (Naess in Seiler, 1996).

Naess führt menschliches Handeln auf einen zugrundeliegenden Bereich philosophisch-religiöser Normen zurück, die das Leben bestimmen und im Zuge tiefgehender Hinterfragung bewusst gemacht und ggf. verändert werden können (Harding, 1997, S. 16). Es liegt im Bereich menschlicher Freiheit, welchen grundlegenden Normen wir uns verpflichtet fühlen, ChristInnen, BuddhistInnen oder von anderen religiösen oder philosophischen Systemen motivierte Menschen werden naturgemäß divergierende letzte Annahmen formulieren, die aber möglicherweise ähnliche Ausdrucksformen im Handeln annehmen.

Tiefgehendes Engagement

Schlussendlich führt Harding (1997) tiefgehendes Engagement als Merkmal der ganzheitlich-ökologischen Perspektive an, die aus dem Zusammenfließen von tiefgehenden Erlebnissen und tiefgehender Hinterfragung erwächst. Diese Erfahrungen und Einsichten sind der Schlüssel zu inneren Ressourcen und Kraftpotentialen, die für demokratische und friedliche Handlungen und „weiter werdende Fürsorge für Menschen sowie nicht-menschliche Lebewesen“ in Richtung einer ökologisch nachhaltigen und solidarischen Gesellschaft vonnöten sind.

Dieser Erkenntnisprozess umfasst oft eine Veränderung im Selbstverständnis, daher möchte ich an dieser Stelle das ganzheitlich-ökologische Konzept des „ökologischen Selbst“ vorstellen:

Das ökologische Selbst

Der Begriff des „ökologischen Selbst“ (Arne Naess, 1989) hat sich als förderlich für den Diskurs herausgestellt, indem er sich auf die Tiefe der Verwandtschaftsbeziehungen bezieht, in die wir Menschen als lebendige Organismen eingebettet sind, und damit auf eine Ausdehnung unserer Identität und unseres Selbst-Interesses (Einhorn, 1998, S.32). Es muss betont werden, dass der Begriff eines ökologischen Selbst keineswegs andere Facetten des menschlichen Selbst ausklammern möchte, er soll angesichts der ökologischen Krise dazu dienen, unsere Naturzugehörigkeit in den Vordergrund zu stellen, nachdem Naess´ Ansatz zugrunde liegt, dass die Abstraktion eines separaten „Ich“ vom „Rest der Welt“ *den* erkenntnistheoretischen Irrtum der westlichen Zivilisation darstellt (nach Bateson in Einhorn, 1998, S.33), der an der Wurzel aller Naturzerstörung zu finden ist. Unser Überleben, so Naess (in Macy, 1994, S.28), erfordert einen Wechsel hin zu weit umfassenderen Vorstellungen davon, wer wir sind.

Zum Verständnis des Wesens unseres ökologischen Selbst bietet Naess einen Schlüsselsatz an, der dieses bemerkenswerte Phänomen umreißt: *„Das ökologische Selbst eines Menschen ist das, womit sich dieser Mensch identifiziert“* (Naess, 1989, S. 35). Somit bezeugt sich im Prozess der Identifikation, dass wir imstande sind, die Wahrnehmung unserer Identität flexibel zu gestalten: wir können wählen, uns zu verschiedenen Zeiten mit verschiedenen Dimensionen unserer wechselseitig verschränkten Existenz zu identifizieren, seien es bedrohte Arten, zerstörte Landschaften, heimatlose Menschen oder der Planet selbst (Einhorn, 1998, S. 34). Vermutlich kann jeder Mensch von Erlebnissen berichten, die in ihrem Wesenskern ähnlich wie Aldo Leopolds Begegnung mit der Wölfin verlaufen sind und möglicherweise nur aufgrund unserer Sozialisation sowie des vorherrschenden Wertesystems und Bewusstseinskonzepts in ihrer Bedeutung nicht entsprechend eingeschätzt bzw. bewertet wurden.

Nichts Neues?

Wenn wir diese drei grundlegenden Aspekte der ganzheitlich-ökologischen Sichtweise zusammenfassen, scheint das Wesentliche schnell gesagt und bietet auf den ersten Blick wenig Neues:

- Schon lange wissen wir, dass es notwendig ist, engagiert für die Erde einzutreten, die Arbeit von Greenpeace, dem WWF oder vieler anderer Umwelt- und Naturschutzbewegungen stehen für diesen engagiert-ökologischen Zugang.
- Wir wissen, dass es notwendig ist, die politischen und wirtschaftlichen Systeme in denen wir leben, sehr genau unter die Lupe zu nehmen. Wenn z.B. Attac sehr grundlegende Kritik an der zerstörerischen Wirkung internationaler Finanzmärkte übt, erfüllen wir die Forderung nach tiefgehender Hinterfragung unseres Lebens.
- Letztenendes, seit mehreren tausend Jahren, erfahren Menschen immer wieder, dass sie in ihrem Leben von etwas berührt werden, dass größer ist als sie selbst und über die Belange des Alltags hinausweist. Wir erfahren z.B., dass wir über den letzten Erfolg unserer Bemühungen als NaturpädagogInnen nichts genaues wissen, aber wir *glauben daran* und handeln aus diesem *Vertrauen* heraus. Diese seelische Dimension wird als die spirituelle bezeichnet; alle Traditionen der Menschheitsgeschichte kennen diesen Bereich menschlichen Erlebens.

Neues darin scheint mir für die Zukunft der Umweltbildungsbewegung in der Verbindung dieser drei Zugänge zur Welt zu liegen, denn gerade die Einbeziehung der spirituellen Dimension hat keine Tradition in der Umweltbildungsbewegung. In unserer „Szene“ besteht meiner Erfahrung nach eine gewisse Vorsicht im Umgang mit Spiritualität. Die Gründe dafür liegen vielleicht in unserer kollektiven Erfahrung: die katholische Kirche, für uns die bestimmende Vertreterin religiöser Systeme, hat sich in Hinblick auf Natur- und Körperfeindlichkeit in der Vergangenheit einiges zuschulden kommen lassen.

Wichtig scheint in diesem Zusammenhang, dass Spiritualität nicht an Konfessionalität gebunden ist. Vielmehr geht es um die persönlich erfahrbare Tiefendimension des Lebens. Sie kann sehr wohl eingebettet sein in eine religiöse Tradition, aber auch eine sehr individuelle Ausprägung haben. Menschen brauchen spirituelles Erleben im Sinne eines „Wissens um Einheit“ – als Grundlage für persönliche Werte und ursächlicher Bestandteil menschlicher Identität. Die gegenwärtig immer deutlicher werdende gesellschaftliche Suchbewegung nach authentischer spiritueller Erfahrung - und nicht nur Lehren *über* Spiritualität - ist ein deutlicher Hinweis darauf.

„Unser Bestreben, uns mit dem Großen Geist zu verbinden, führt uns nach Hause, in dem wir Erfahrungen, Einsichten und Überzeugungen in das integrieren, was wir als höchstes Gut verstehen. Es ist unsere Natur, selbst eine Verkörperung dieses Gutens zu sein, das ist unsere natürliche Spiritualität.“ (Loren Cruden)

Spiritualität und existentielle Fragen

In der ganzheitlichen Ökologie wird in Hinblick auf die spirituelle Dimension insbesondere die Diskussion um die Bedeutung von existentiellen Umweltsorgen und –ängsten aufgegriffen, denn wir wissen aus vielen Studien (z.B. Preuss, 1991 u. 1995, Richter 1992, Unterbruner 1991), dass Umweltsorgen Kindern, Jugendlichen und Erwachsenen zusetzen und unverarbeiteten Ängsten darüberhinaus das Potenzial innewohnt, Umweltengagement zu verhindern (Finger 1993). Das Ausmaß der ökologischen Krise, die mögliche Selbstzerstörung der Menschheit und ein Gefühl von Frustration, Wut und Ohnmacht angesichts des Wirkens internationaler Konzerne und Lobbies sind ein Teil unserer Realität.

Das Konzept der *Deep Ecology* geht nunmehr davon aus, dass es notwendig ist, diese Sorgen anzusprechen und in Umwelt-Workshops zu behandeln. Nur wenn Menschen ihren Frust, ihre Ohnmacht und Sorgen verarbeiten können, finden sie Zugang zu Mut, Optimismus und Hoffnung³, bzw. ist die spirituelle Dimension – Vertrauen, Hoffnung und Liebe – mehr und mehr erfahrbar durch eine gelungene Auseinandersetzung mit dem seelischen Schmerz, der einhergeht mit dem Durchleben der existentiellen Themen der menschlichen Existenz (Vaughan 1990).

Damit sind entsprechende Methoden u.a. hilfreich für Menschen, die unter einer Katastrophe leiden, wie z.B. Eltern von strahlenverseuchten Kindern nach der Reaktorkatastrophe von Tschernobyl oder für UmweltaktivistInnen, die in ihrer professionellen Tätigkeit immer wieder mit großer Ungerechtigkeit und Zerstörung befasst sind. Beachtenswert ist auch ein wichtiger Appell von Sigrun Preuss (1991): Wenn Menschen in Nationalparkführungen o.ä. für Naturschönheiten sensibilisiert werden, werden sie gleichzeitig offener, sensibler und verletzlicher für belastende Informationen. Wir haben unseren Teilnehmenden keinen guten Dienst erwiesen, wenn wir ihnen nicht *gleichzeitig Hilfestellungen anbieten*, um mit der vergrößerten Sensibilität angesichts der Naturzerstörung und anderer Ungerechtigkeiten, die uns tagtäglich in den Medien begegnen, umgehen zu können!

Unsere Sorge um die Welt und die Freude an ihrer Vielfalt und Schönheit sind eng miteinander verbunden: Joanna Macy (siehe z.B. Macy und Brown, 1998), eine wichtige Impulsgeberin für die ganzheitliche Ökologie, vergleicht diese Zugänge zur Welt mit den beiden Seiten einer Münze. Wenn Menschen ihre Sorgen um die Welt ausdrücken können, wird für sie auch Fürsorge für die Lebensgemeinschaft auf diesem Planeten tiefer spürbar!

³ Ulrike Unterbruner (1991) und Macy (1988) bieten anschauliche Beispiele für die Umsetzung dieses Gedankens in der Arbeit mit Kindern und Jugendlichen.

Ableitungen für die Umweltbildung

Im folgenden Abschnitt möchte ich drei einfache Übungen vorstellen, die helfen können, Verbundenheit wahrzunehmen, belastende Gefühle zu verarbeiten und Visionen für eine lebenswerte Zukunft nachzuspüren. Bei der Auswahl der Methoden habe ich auf folgende Kriterien Wert gelegt:

- *Einfachheit*: die Übungen sind einfach und ohne großen Material- und Zeitaufwand durchzuführen.
- *Vorsicht*: es gibt im ganzheitlich-ökologischen Methodenpool Übungen, die therapeutische Fähigkeiten voraussetzen wie z.B. in Preuss´ (1991) "Umweltencounter" oder bei Macy (1988) beschrieben. Diese Übungen können sehr tiefgehende und wertvolle Prozesse in den Teilnehmenden auslösen, ungeübte LeiterInnen aber auch überfordern. Die unten angebotenen Übungen wirken sanfter und können dennoch wichtige Hilfestellung bei der Verarbeitung von Sorgen leisten. Trotzdem ist notwendig, als LeiterIn behutsam vorzugehen: leiten Sie diese Übungen nur an, wenn sie selbst entsprechende Erfahrungen gemacht und zu ihrer Zufriedenheit verarbeitet haben. Betonen Sie, dass die TeilnehmerInnen nur solange üben sollen, solange sie sich wohlfühlen. Niemand soll zum Mittun oder zur Auseinandersetzung mit allzu bedrohlichen Inhalten gezwungen sein. Wenn Teilnehmende entspannt und ohne Druck üben, kommen sie wahrscheinlich nicht mit Sorgen in Kontakt, für deren Verarbeitung sie therapeutische Interventionen benötigen würden.
- *Vertrautheit*: auch Methoden, die wir gewohnterweise für andere Zwecke verwenden, können uns bei der Arbeit an positiven Bildern für eine lebenswerte Zukunft helfen - eine Variation von Joseph Cornells „Kamera“ ist dazu als Beispiel vorgestellt.

Wenn wir an die drei Aspekte – Erleben, Hinterfragen und Engagement – denken, können Sie die vorgestellten Übungen in den Zusammenhang Ihrer beruflichen Praxis stellen: Die Methoden eignen sich als Ergänzung im Angebot für UmweltaktivistInnen, philosophischen Diskurs oder als Teil eines erlebnisorientierten Programmes zur Naturwahrnehmung und -Sensibilisierung.

Der Lebensbaum

Jedes Geschöpf ist mit einem anderen verbunden, und jedes Wesen wird durch ein anderes gehalten.

Hildegard von Bingen

Eine sehr grundlegende Einsicht ökologischer Forschung ist das Wissen um die enge und wechselseitige Verbundenheit aller Lebewesen. Hier schließt sich ein Bogen zu den alten spirituellen Lehren: „Diese Aufmerksamkeit für das Ganze nennt mein Volk Heiligkeit“ – so Brooke Medicine Eagle von den Crow oder Hildegard von Bingen im einleitenden Zitat. Wenden wir unsere Aufmerksamkeit also dem Ganzen zu – und denken an unser Frühstück!

Die TeilnehmerInnen an dieser Übung werden eingeladen, alle Lebewesen zu sammeln, die an ihrem Frühstück beteiligt waren. Zur Sichtbarmachung male ich auf einen großen Papierbogen den Stamm und die Äste eines Baumes; der Name jedes Lebewesen, das von der Gruppe genannt wird, wird als „Blatt“ am Baum des Lebens notiert. Nach kurzem Sammeln tummelt sich eine stattliche Anzahl von Tieren und Pflanzen im Raum: Hennen, Rinder, Schweine, die Pfefferpflanze, Tee oder der Schnittlauch im Frischkäse. Öfter wird erst später daran gedacht, dass eine Unzahl von Menschen an diesem Frühstück beteiligt war – von KüchenmitarbeiterInnen des Bildungshauses hin zum LKW-Fahrer, der die Tomaten aus Spanien transportierte. Nach einigem Nachdenken reicht der Platz am Plakat nicht mehr aus und die Einsicht macht sich breit, dass mehr Lebewesen beteiligt waren, als wir sammeln können.



Fragen stellen

Im nächsten Schritt⁴ bilden sich Kleingruppen, die TeilnehmerInnen wählen einige der Lebewesen aus und sammeln Fragen zu deren Lebensbedingungen, Lebensqualität und Gesundheit. Wichtig ist, dass Sie als LeiterIn bewusst neutral formulieren: weder soll die Aufgabe lauten, Fragen nach den *Sorgen* dieser Lebewesen zu sammeln, noch nach den *Freuden*. Ihr Input heißt z.B.: „sammeln Sie in Ihrer Kleingruppe Fragen, die Sie den einigen der vorher gesammelten Lebewesen stellen wollen im Zusammenhang mit ihren Lebensbedingungen, Lebensqualität und Gesundheit“

Eine Gruppe fand z.B. folgende Fragen: wann hast Du das letzte Mal die Sonne gesehen, Kuh? Wann hast Du das letzte Mal Zeit mit Deinen Kindern verbracht, LKW-Fahrer? Die Fragen werden auf Zettelchen notiert und abschließend im Plenum gesammelt und an den Lebensbaum geheftet.

⁴ Eine andere Übungsvariante, um den Teilnehmenden zu helfen, sich ihrer Gefühle deutlicher bewusst zu werden, beschreibt Ulrike Unterbruner (1991): die „Kritzelnbilder“. Jede/r Teilnehmer/in bekommt ein Zeichenblatt (A5 oder A4), und wird eingeladen, dem Gefühl angesichts der Lebensbedingungen der zuvor gesammelten Lebewesen nachzuspüren. Dann wählt jede/r einen oder mehrere Farbstifte und kritzelt rasch ein Muster aufs Zeichenblatt. Danach wird das eigene Bild betrachtet und bekommt einen Titel, z.B. den Namen des Gefühls, das es ausdrücken soll. In der Runde werden abschließend die Zeichnungen in der Mitte aufgelegt, jede/r eingeladen, kurz etwas über das eigene Kritzelnbild zu sagen. (eine Variation dieser Methode besteht darin, dass die TeilnehmerInnen ihre Kritzelnbilder mit Overheadstiften auf Glasdiarahmen malen; die Dias werden anschließend projiziert und ggf. kommentiert. Achten Sie auf die Wertschätzung der TeilnehmerInnen untereinander: das Bild von jemand anderem soll nicht abschätzig kommentiert werden. Nachfragen zum Verständnis sind natürlich willkommen.

In Projekten mit Jugendlichen und Erwachsenen⁵ wurde bei dieser Übung regelmäßig sichtbar, dass alle Beteiligten sehr vielfältiges Wissen haben um große Ungerechtigkeiten in der Haltung von Nutztieren und Pflanzen und Mängel in den Arbeits- und Lebensbedingungen der Menschen, die Teil dieser Nahrungsmittelproduktion sind. Zumeist wird tiefe Frustration und Pessimismus spürbar und Ohnmachtsgefühle werden deutlich.

Zu den Anforderungen an die LeiterInnen: TeilnehmerInnen an dieser Übung müssen an diesem Punkt von uns begleitet werden. Sie sind oft verunsichert angesichts der Sorgen, die aus ihnen herausbrechen und machen Ihnen als LeiterIn vielleicht den Vorwurf, Katastrophen in den Vordergrund zu rücken. Hier ist es wichtig, ruhig zu bleiben. Es kann z.B. passend sein, daran zu erinnern, dass Ihre Übungsanleitung weder das Positive noch das Negative angesprochen hat, sondern Raum geboten hat auszudrücken, was in den Teilnehmenden an alten Sorgen „abgelagert“ war. Es ist in Ordnung sich diese psychischen Altlasten von der Seele zu reden. Es ist kein Zeichen von Schwäche oder eines anderen Mangels, wenn wir Sorge empfinden über den Zustand der Welt – im Gegenteil: es ist ein Ausdruck eines mitfühlenden Herzens, wenn wir nicht unberührt bleiben vom Wohlbefinden anderer Lebewesen!

⁵ siehe dazu den Bericht über Workshops für Jugendliche zum Themenbereich Globalisierung; Pichler & Schelakovsky 2003. Übungen wie diese können auch helfen, das Auseinanderklaffen zwischen Ansichten über unseren Naturbezug mit der alltäglichen Erfahrungswelt durch Raum für Reflexion und Meinungs austausch zu verknüpfen.

Was braucht die Welt?



*„Die Sonne Spricht zu uns mit Licht,
mit Duft und Farbe spricht die Blume,
mit Wolken, Schnee und Regen spricht
die Luft. Es lebt im Heiligtume
der Welt ein unstillbarer Drang,
der Dinge Stummheit zu durchbrechen,
in Wort, Gebärde, Farbe, Klang
des Seins Geheimnis auszusprechen...“*

Hermann Hesse

Übungen wie die folgende⁶ erfüllen eine wichtige Aufgabe: sie bieten uns einen Ausgleich zu belastenden Anteilen unserer Naturbeziehung und verbinden die Teilnehmenden miteinander und mit der Natur. Nach der Auseinandersetzung mit unseren emotionalen Reaktionen auf den Zustand der Welt durch die Übungen „Lebensbaum“ und „Fragen stellen“ ist es angebracht, unseren Visionen von einer lebenswerten Zukunft Aufmerksamkeit zu schenken. Hierzu können wir unsere Möglichkeit nutzen, der Natur über Symbole und Bilder nahezukommen und eine bekannte Übung ein wenig für unseren Zweck zu modifizieren: Joseph Cornells Klassiker „Kamera“ (Menschen führen einander abwechselnd blind zu Motiven, dort wird kurz belichtet, d.h. die geschlossenen Augen der geführten Person öffnen sich für wenige Sekunden – der Druck auf den Auslöser ist ein leichter Druck auf die Schlüter - bevor die blinde Kamera zum nächsten Motiv geführt wird).

Zwei Personen finden sich für diese Übung zusammen; nach der Übung „Lebensbaum“ und den Fragen an die Lebewesen ist die Vertrautheit unter den TeilnehmerInnen gewachsen – eine wichtige Voraussetzung, um einander „blind vertrauen“ zu können. Die PartnerInnen führen sich gegenseitig durch die Natur und schenken einander dabei 1-3 Bilder von Lebewesen oder Szenen in der Landschaft, die symbolisch Qualitäten ausdrücken, die wir der menschlichen Gesellschaft auf ihrem Weg in eine lebenswerte Zukunft wünschen; z.B. Gras, das kraftvoll seinen Weg sogar durch Asphaltplatten findet... Spannend ist dabei, dass die Kamera in dem Bild etwas ganz anderes sehen kann, als von der Fotographin bzw. dem Photographen geplant... Abschließend werden die Erfahrungen mit dem Schenken und Beschenktwerden sowie Reflexionen zum Inhalt der Bilder paarweise ausgetauscht und danach im Plenum berichtet.

Ein wichtiges Element dieser Übungen ist Freiwilligkeit: niemand soll sich gedrängt fühlen, sich mit schwierigen Lebensumständen anderer Lebewesen zu beschäftigen. Niemand muss einem fremden Menschen ein positives Bild schenken. Gerade in der Arbeit mit sehr persönlichem emotionalen Empfindungen müssen Widerstände respektiert werden. Im Gegenteil: bewusst abzuschalten und Dinge nicht an sich heranzulassen, kann eine selbstverantwortliche Strategie im Umgang mit Informationen darstellen.

Erwachsene KursteilnehmerInnen reagieren manchmal mit Stress auf diese Übung: „Muss ich jetzt etwas Tolles finden? Was ist wenn ich nichts finde?“ Manchmal kann es

⁶ Auch viele andere Spiele, Wahrnehmungsübungen etwa aus Cornells Methodenpool passen zum Prozessverlauf, nachdem die TeilnehmerInnen nunmehr um vieles unbeschwerter an die Natur herangehen können. Ebenso kann nach den Übungen „Lebensbaum“ und „Fragen stellen“ bzw. „Kritzelnbilder“ ein Part anschließen, in dem konstruktiv an alternativen Lösungswegen gearbeitet wird – etwa durch Collagen über Alternativenergie, eine Exkursion in eine Ökosiedlung o.ä.

helfen zu betonen, dass kein Perfektionismus-Anspruch beabsichtigt ist, sondern sie sich ruhig entspannen können, versuchen sollen ein freundliches Gefühl für die Übungspartnerin bzw. den Übungspartner wachzurufen – dann können sie sicher sein, etwas Nettes, auch wenn es sehr unscheinbar aussieht, zu finden! Wenn Ihrer Einschätzung nach zu wenig Vertrauen der Teilnehmenden untereinander oder zu sich selbst besteht, variieren Sie die Übung und schicken die Leute alleine auf Symbolsuche: das nimmt den Druck, etwas für jemand anderen finden zu müssen. Wer möchte, kann sein Symbol abschließend herzeigen.

Für die Anleitung dieser Übungen möchte ich ebenso empfehlen, selbst Erfahrungen mit gemacht zu haben: wer selber Zugang hat zur symbolischen Bildersprache der Natur, kann andere gut dabei begleiten.

Wo bleibt dabei die Spiritualität?

Wir sind ein Teil der Erde, und sie ist ein Teil von uns. Seattle

Wenn wir die Terminologien der verschiedenen religiösen Systeme beiseite lassen und uns die Frage nach dem Wesentlichen spiritueller Erfahrung zuwenden, stoßen wir auf das Prinzip der Verbundenheit. Wenn wir mit uns selbst im Einklang leben, gestalten wir unser Leben selbstbestimmt und werden nicht zum Spielball fremder Interessen. Wir wir uns mit anderen Menschen verbunden fühlen, handeln wir solidarisch und rücksichtsvoll; leben wir im Bewusstsein der Verbundenheit mit der Natur, behandeln wir die Erde als „Teil unserer Selbst“. Somit können wir Methoden, die das Erleben von Verbundenheit zum Ziel haben, getrost als spirituell bezeichnen, nehmen dieser Dimension das „abgehoben–esoterische“ und können unser Augenmerk darauf richten, was es uns schwer macht, uns verbunden zu erleben bzw. Ressourcen für wachsende Verbundenheit finden.

Das Verlangen und Trachten nach dem Ganzen heisst Liebe. Platon

Literatur:

- John Seed, Joanna Macy, Pat Fleming & Arne Naess (1989) „Denken wie ein Berg, Ganzheitliche Ökologie: Die Konferenz des Lebens“, Verlag Hermann Bauer KG, Freiburg im Breisgau: ISBN 3-7626-5715-7
- Einhorn, Nikolaus (1998): Der Erde eine Stimme geben. In: Transpersonale Psychologie und Psychotherapie. 4. Jg. 2/98. S. 23-39
- Pichler, Michaela & Schelakovsky, Andreas: „Global! Egal? Was (er)fordert unsere komplexe Welt von der Bildungsarbeit?“, in: Umwelt & Bildung 1/2003, S.28-30 download unter www.ressourcen.at/andreas.schelakovsky
- Harding, Stephan (1997): What is Deep Ecology ? In: Resurgence 185. S. 14-17
- „Kreisender Adler, singender Stern, Alltag und Spiritualität der Indianer“, Käthe Recheis & Georg Bydlinki, Verlag Kerle, Wien: 1995 ISBN 3-85303-139-0
- Leopold, Aldo (1949): A Sand County Almanac. London: Oxford University Press
- Macy, Joanna (1988): Mut in der Bedrohung. Friedensarbeit im Atomzeitalter. Ein Selbsterfahrungsbuch. Kösel Verlag: München. 224 S.
- Macy, Joanna (1994): Die Wiederentdeckung der sinnlichen Erde. Wege zum ökologischen Selbst. Theseus-Verl.: Zürich, München. 294 S.
- Macy, Joanna und Brown, Molly Young (1998): „Coming back to life. Practices to Reconnect our Lives, Our World.“ New Society Publishers
- Naess, Arne (1973): The Shallow and The Deep, Long Range Ecology Movement: A Summary. Inquiry. S. 95-100
- Naess, Arne (1974): Gandhi and Group Conflicts. Universitetsforlaget: Oslo. S. 35
- Naess, Arne (1982): Simple in Means, Rich in Ends: A Conversation with Arne Naess. The Ten Directions. S. 7-12
- Naess, Arne (1984): A Defense of the Deep Ecology Movement. Environmental Ethics 6/3. S. 265-270
- Naess, Arne (1985): Identification as a Source of Deep Ecology Attitudes. In: Deep Ecology. Ed. Michael Tobias. Avant Books: San Diego
- Naess, Arne (1988): Deep Ecology and the Ultimate Premises. The Ecologist Vol. 18, No. 4/5
- Naess, Arne (1989): Selbst-Verwirklichung: ein ökologischer Zugang zum Sein in der Welt. In: Seed et a., 1989, S. 33-43
- Petri, H. (1992): Umweltzerstörung und die seelische Entwicklung unserer Kinder. Kreuz: Zürich
- Preuss, Sigrun (1991): Umweltkatastrophe Mensch: über unsere Grenzen und Möglichkeiten, ökologisch bewusst zu handeln. Asanger: Heidelberg. 203 S.
- Preuss, Sigrun (1995): Ökopsychosomatik. Umweltbelastungen und psychovegetative Beschwerden. Asanger: Heidelberg. 150 S.
- Schelakovsky, Andreas (2001): „Ökopädagogik. Ganzheitliche Ansätze in Theorie und Praxis“ (beinhaltet u.a. ein umfangreiches Kapitel über ganzheitliche Ökologie). Unveröffentl. Diplomarbeit, Wien: Universität Wien. download unter www.ressourcen.at/andreas.schelakovsky
- Seiler, Thomas (1996): Was ist Deep Ecology? Unveröff. Manuskript
- Stern, Horst (1992): Eine Einführung. In: Leopold, Aldo: Am Anfang war die Erde: Plädoyer zur Umweltethik, A Sand County Almanac. Knesebeck: München. S. 11-16
- „Umweltangst - Umwelterziehung : Vorschläge zur Bewältigung von Ängsten Jugendlicher vor Umweltzerstörung“, Unterbruner, Ulrike, Linz : Veritas, 1991
- „Umweltkatastrophe Mensch : über unsere Grenzen und Möglichkeiten, ökologisch bewußt zu handeln“ Preuss, Sigrun, Asanger, Heidelberg: 1991
- Vaughan, Frances (1990): Die Reise zur Ganzheit, Psychotherapie und spirituelle Suche. Kösel: München. 271 S.