

integrale perspektiven

Ausgabe 30 – Februar 2015

								S									
				M	I	T	G	L	I	E	D		L	U			
			W	E	G	E		I	N			R	O				
			N				W	A	N	N		U		A			
	M	E	N	S	C	H	E	N			G		A	Q	A	L	
				C				G	E	S	P	Ü	R		A		
				H		W	E					T	O	L	L	E	
	W	E	G	E			I		G			E	L				
				I	N	T	E	G	R	A	L		L	I	E	B	E
					H			A			E	H	E				
				G	E	I	S	T		H			S				
		K			O			I		R			E				
		Ö			R			U	N	T	E	R	W	E	G	S	
	P	R	A	X	I	S			I		R			L		E	
		P			E				E					E		I	
		E							R							N	
		R							T								

Lesen Sie u.a. Interviews mit:

- ◆ Wolfgang Aurose
- ◆ Monika Frühwirth
- ◆ Johanna Häckermann
- ◆ Marion Küstenmacher
- ◆ Hussam Naggar
- ◆ Anna Platsch
- ◆ Klaus-Dieter Platsch
- ◆ Sonja Student
- ◆ Dorothea Walter
- ◆ Ken Wilber
- ◆ Dennis Wittrock



... zitiert

Ich habe bisher immer die Öffentlichkeit möglichst gemieden. Dies hat nichts mit Verslossenheit oder Schüchternheit zu tun; mich reizt einfach das Rampenlicht nicht. Aber nachdem ich so viel über das innere Leben geschrieben habe, schien es mir irgendwann doch angebracht zu sein, etwas über das meinige mitzuteilen ... Wenn dieses Tagebuch ein Thema hat, dann ist es der Gedanke, dass Körper, Seele und Geist sich nicht gegenseitig ausschließen. Die Begierden des Fleisches, die Ideen des Geistes und die Erleuchtung der Seele sind jeweils auf ihre Weise vollkommener Ausdruck des strahlenden Geistes, der allein in der Welt wohnt, sublimen Gesten jener großen Vollkommenheit, die allein über der Welt leuchtet.

(Ken Wilber, Einfach „Das“, 1999)



Liebe Leserin, lieber Leser,

dies ist die 30. Ausgabe unserer – und Ihrer – *integralen perspektiven*. Wir blicken zurück auf viele Veröffentlichungen rund um die integrale Theorie und Praxis, und wir blicken aus der Gegenwart hinaus ebenso nach vorne in eine Zukunft voller Potenziale und Herausforderungen.

Diese Ausgabe besteht überwiegend aus Interviews. Ich hatte die Freude, im Dialog mit vielen Menschen über ihren ganz persönlichen und integral inspirierten Lebensweg zu sprechen und so aus erster Hand über das individuell ausgedrückte Wort zu erfahren, was es bedeutet hier und heute im Leben und in der Welt unterwegs zu sein.

Die Evolution wird sich ihrer selbst bewusst – und zwar überall in uns Menschen und allen Wesen. Mit dieser Bewusstheit gehen sowohl eine große Freiheit als auch eine große Verantwortung einher. Wir haben uns – als eine (post)moderne Deutung der Vertreibung aus dem Paradies – aus einem Paradies von Un-Schuldigkeit, Un-Wissenheit, Un-Verantwortung, Un-Gerechtigkeit und Un-Freiheit herausentwickelt. Doch der zurückgelegte Weg, unser Weg, hat Spuren hinterlassen, in uns, zwischen uns und in der Welt, Spuren, die als Muster und Gewohnheiten unsere Gegenwart entscheidend prägen. Erst die Erkenntnis über und die Annahme von unserer eigenen Geschichte entlässt uns in die Freiheit zukünftiger Möglichkeiten. Dabei spielt die Selbst-Reflexion, als eine große Errungenschaft der Entwicklung, eine entscheidende Rolle.

Eine der schönen Nebenwirkungen der integralen Theorie, die leicht auch zur Hauptwirkung werden kann, ist das Zusammenkommen von Menschen. Ich kann für mich sagen, dass die vielen Begegnungen und der Austausch über die Jahre mit Menschen, die sich auch für die integrale Theorie und Praxis interessieren, mein Leben auf eine wunderbare Weise bereichert und befördert hat. Die „Psychoaktivität“ der integralen Landkarte, von der Ken Wilber gerne spricht, wirkt nicht nur in einem selbst, sondern vor allem auch zwischen den Menschen, die sich damit beschäftigen. Dies habe ich in den Interviews zu diesem Heft einmal mehr lebendig erfahren können. Und dies wird auch wieder erfahrbar werden bei der 7. deutschsprachigen Konferenz des integralen Forums, die vom 19.-21.6.2015 in Oer-Erkenschwick im Ruhrgebiet unter dem Motto: „WIR. Mitten im Leben“ stattfindet.

Michael Habecker
Redaktion

INHALT

1 Editorial

Themenschwerpunkt:
Menschen - Wege
Integral unterwegs sein

2 Ken über Ken

Ken Wilber

3 Odyssee

Ken Wilber

6 Aus Zuständen Strukturen formen – Erfahrung in den Alltag übersetzen

Monika Frühwirth

10 Evolution der Nationenseelen für die weltzentrische Gesellschaft

Wolfgang Aurose

13 Integrales Verstehen dient dem Lebensprozess

Sonja Student

14 Veränderung braucht einen langen Atem

Marion Küstenmacher

18 Die Medizin heilen

Klaus-Dieter Platsch

22 Wirken durch Tun

Johanna Häckermann

24 Transparente Blumen auf der Bühne

Hussam Naggari

26 Verkörperte Mystik

Dorothea Walter

30 „Ich suche das Verbindende“

Dennis Wittrock

33 Nachhausekommen

Anna Platsch

35 Gemeinsam unterwegs sein -

Die Solidarökonomie der
Lebenstraumgemeinschaft Jahnishausen

38 Aus den IF-Salons ...

Berlin
Frankfurt

40 Impressum, Service, Vorschau



Ken über Ken



(Aus: *How would Ken describe himself*, ein Audiomitschnitt eines Seminarwochenendes 2003 mit Ken Wilber)

Frage: *Wie wünschen Sie sich, dass man Sie beschreibt?*

Ken Wilber: Auf dem Grabstein ... [Lachen] was dort draufsteht? Wie wäre es mit: Fortsetzung folgt? [Lachen]. Es ist für mich heute schwerer diese Frage zu beantworten als vor 10 oder 15 Jahren. Früher konnte ich dazu authentisch etwas sagen, doch wenn ich heute dazu gefragt werde, dann ist alles leer in mir, und es fällt mir schwer darauf etwas zu antworten. Ich denke jeder, der speziell mit spirituellen Themen arbeitet und sich dabei – in welchem Bereich auch immer – entwickelt, beginnt seine Karriere – und das ist jetzt eine ganz grobe Abschätzung – mit zur Hälfte egoistischen Ambitionen und mit Weisheit als der anderen Hälfte. Wenn man sich auf irgendeine Weise entwickelt, besonders in der zweiten Lebenshälfte und darüber hinaus, verkleinert sich der egoische Teil, wenn man es richtig macht, und die Weisheit wird größer. Und plötzlich sind die Motivationen im Leben ganz andere als vorher.

In meinem Leben geschahen eine Reihe sehr einschneidender Ereignisse, die diesen Wandel auslösten. Eines davon, vielleicht das größte – war die Arbeit an *Eros, Kosmos, Logos*. Ich erlebte in dieser Zeit eine 11 tägige Periode – ich habe darüber z. B. in *Einfach Das* geschrieben –, wo ich während der ganzen Zeit 24 Stunden am Tag bewusst war, ein klassischer, unbewegter turya-Zustand, gelegentlich auch eine turyatita Erfahrung. In dieser Zeit wurde sehr viel Zeug in mir verbrannt, so dass alles was ich ab diesem Zeitpunkt geschrieben habe, aus einer völlig anderen Motivation heraus entstanden ist. Die zutreffenden Begriffe für diese Motivation wären Pflichterfüllung, Dharma oder Verpflichtung – dies gab es auch schon zu Beginn meiner Laufbahn, aber in einem geringeren prozentualen Verhältnis.

Am Anfang spielte das keine so große Rolle. Ich schrieb mein erstes Buch als ich 23 Jahre alt war, und Leute verglichen das mit Arbeiten von William James usw. – ihr könnt euch vorstellen wie groß das Ego wird, wenn so etwas geschieht, auch wenn man über trans-egoische Themen schreibt. Und so wird das ein Teil des inneren Dialoges: „Ich schreibe gute Sachen, cool, ich möchte als derjenige gelten, der am klügsten ist ...“ Doch ab einem gewissen Punkt verliert all das jegliche Bedeutung. Es wurde auch gesagt: „Wilber ist der neue Hegel“, auch das begleitete mich einige Jahre lang. Wenn man damals ein Aufnahmegerät in meinem Kopf angebracht hätte, um zu hören wie ich zu mir spreche, dann hätte ich zu dieser Zeit vielleicht gesagt: „Das wäre wirklich cool, und es wäre schön, wenn das so wäre“... Doch davon ist nichts mehr in meinem Kopf. Ich führe derartige Gespräche nicht mehr mit mir, und kann daher auch keine Antwort geben, wenn ich darüber befragt werde. Dies bedeutet nicht, dass ich keine Eigenheiten mehr hätte – es gibt immer noch Selbst-Kontraktionen, Sturheit, Subpersönlichkeiten – ich habe eine ganze Versammlung von Sub-Persönlichkeiten in mir, ich habe den Eindruck, dass die sich jeden Donnerstag treffen und darüber beraten, wie sie mir die Woche versauen können [Lachen]. Damit habe ich also immer noch zu tun. Aber in meinem Innenraum habe ich nicht mehr diesen Selbstbezug mit Überlegungen, wie man mich in Erinnerung behalten sollte. Ich habe kein Interesse an Ken Wilber, aber ich habe eine brennende Leidenschaft für integrale Ideen. Ich hoffe also, dass man sich der integralen Ideen erinnern wird, als Ideen an denen jeder teilhaben kann, als etwas was die Welt umfassender zusammenbringt. Dafür habe ich sehr viel Leidenschaft. Daran denke ich, aber ich denke nicht über Ken Wilber nach. ♦

Ken Wilber: *Odyssey*¹

¹ Zitiert aus: *Odyssey*, Collected Works Vol. 2, Shambhala 1999, S. 41f. Erstveröffentlichung unter dem Titel *Odyssey, A Personal Inquiry into Humanistic and Transpersonal Psychology* in *Journal of Humanistic Psychology* 22, no. 1 (1982): 57-90



Einleitung:

In einem frühen, 1982 unter dem Titel *Odyssey* veröffentlichten autobiografischen Text beschreibt Ken Wilber seinen eigenen (in der Terminologie seines späteren Werkes) Zustandsweg des Erwachens. Dabei unterscheidet er – entsprechend drei großen Bewusstseinsbereichen – drei Komplexe: den (wie er es nennt) Ödipus Komplex (das Hängenbleiben im emotional-Sexuellen), den Apollo Komplex (das Hängenbleiben im Mentalen) und den Vishnu Komplex (die Hängenbleiben im Subtilen). Diese Sichtweise hat er mittlerweile noch verfeinert und ausgearbeitet, so z. B. in einem Vortrag „addictions and allergies“, veröffentlicht 2014 auf integrallife.com, wo er anhand eines Weges durch fünf Daseinsbereiche den Weg des Erwachens schildert, mit den damit verbundenen Schwierigkeiten von Identifikationen/ Abhängigkeiten und Abwehrhaltungen/Allergien.

Ken Wilber: Das Wesen dieser höheren Komplexe, wie dem Apollo Komplex [die Schwierigkeit der Ent-Identifikation mentaler Ereignisse] und dem Vishnu Komplex [die Schwierigkeit der Ent-Identifikation visionärer Ereignisse] wurde mir im Verlauf meiner eigenen Meditation schmerzlich offensichtlich.

Zu der Zeit als ich Wege zum Selbst schrieb [1979] war meine meditative Praxis noch nicht weit fortgeschritten, aber ich war auch kein Anfänger mehr. Die Schmerzen in den Beinen (vom Lotussitz) waren erträglich, und mein Bewusstsein wuchs in seiner Fähigkeit, einen wachen und doch entspannten, aktiven und doch distanzierten Zustand einzunehmen. Dennoch war mein Geist [mind] mit den Worten der Buddhisten der eines Affen: zwanghaft aktiv und wie besessen in Bewegung. Das konfrontierte mich – ganz direkt und unmittelbar – mit meinem eigenen Apollo Komplex, der Schwierigkeit der Transformation von der mentalen zur subtilen Sphäre.

Die subtile Sphäre (oder die „Seele“, wie die christlichen Mystiker diesen Begriff verwenden) ist der Beginn des transpersonalen Bereiches: supra-mental, trans-egoisch und trans-verbal. Aber um diesen Bereich zu erreichen, muss man (wie bei allen Transformationen) auf der unteren Ebene „sterben“ (in diesem Fall auf der mental-egoischen). Die Unfähigkeit oder das Versagen diesbezüglich ist der „Apollo Komplex“. So wie ein Mensch mit einem Ödipus Komplex unbewusst dem Körperlichen und seinem Lustprinzip verhaftet bleibt, bleibt der Mensch mit einem Apollo Komplex unbewusst dem mentalen Geist und seiner Wirklichkeit verhaftet. („Wirklichkeit“ bedeutet hier eine „institutionelle, rationale, verbale Wirklichkeit“, welche, auch wenn sie etwas sehr Reales darstellt, dennoch nur eine Zwischenstufe auf dem Weg zu Atman ist; das heißt, es handelt sich lediglich um eine Beschreibung der tatsächlichen Wirklichkeit, und wenn man daran festhält, verhindert dies am Ende die Entdeckung der eigentlichen Realität).

Der Kampf mit meinem eigenen zwanghaft/besessenen Denken – keine speziell besessenen Gedanken wie bei einer bestimmten Neurose (was oft ein Anzeichen eines verlagerten Ödipuskomplexes ist), sondern der eigentliche Gedankenstrom selbst – war eine mühsame Aufgabe. Glücklicherweise machte ich ein paar Fortschritte, konnte schließlich über die Schwankungen der mentalen Kontraktionen hinausgehen und entdeckte so, zuerst vorübergehend, einen Bereich mit unvergleichlich mehr Tiefe und mehr Wirklichkeit, gesättigt mit Sein, offen und klar.

Dieser Bereich war einfach das Subtile, welches sich – sozusagen – nach einem überstandenen Apollo Komplex enthüllt. In diesem Bereich verschwindet das Denken nicht notwendigerweise (wenngleich dies oft geschieht, speziell zu Beginn); sondern es ist so, dass, wenn Gedanken auftauchen, sie einen nicht mehr von diesem erweiterten Hintergrund der Klarheit und der Bewusstheit ablenken. Vom Subtilen aus „verliert“ man sich nicht länger in Gedanken; Gedanken treten in das Bewusstsein ein und verlassen es wieder, etwa so wie Wolken über den Himmel ziehen: sanft, würdevoll und klar. Nichts hält fest oder reibt sich.

Vom Subtilen aus „verliert“ man sich nicht länger in Gedanken; Gedanken treten in das Bewusstsein ein und verlassen es wieder, etwa so wie Wolken über den Himmel ziehen: sanft, würdevoll und klar. Nichts hält fest oder reibt sich.

Mit den Worten von Chunag Tzu: „Der Vollendete verwendet seinen Geist als einen Spiegel. Nichts wird ergriffen, nichts zurückgewiesen; es wird erhalten, aber nicht festgehalten.“

Während der Meditation jedoch können die Erfahrungen des subtilen Bereiches ganz außerordentlich, ehrfürchtig und tiefgründig sein (und sind es gewöhnlich auch). Dies ist der Bereich der Archetypen und der archetypischen Gottheiten – und eine Begegnung mit ihnen ist immer numinos, worauf Jung hingewiesen hat.

Das war eine sehr reale und sehr intensive Periode für mich; es war meine erste direkte und unzweideutige Erfahrung der tatsächlichen Heiligkeit der Welt, dieser Welt, welche, wie Plotin sagt, aus dem Einen strömt, als ein Spiel und Ausdruck von Ihm. Oh, ich hatte schon früher kurze und erste Einblicke in den subtilen Bereich – und sogar auch darüber hinaus in das Kausale – aber ich war bisher noch nicht richtig mit diesem Bereich vertraut geworden.



Ein Zen Meister sagte einmal, dass die richtige Antwort auf den ersten starken kensho (ein kleines satori) das Weinen ist, und nicht das Lachen, und genau das tat ich, viele Stunden lang wie mir schien. Tränen der Dankbarkeit, des Mitgefühls, der Unwürdigkeit und schließlich des unendlichen Wunders. (Dies ist keine falsche Bescheidenheit; ich bin noch nie jemandem begegnet, der sich vor diesem Bereich nicht unwürdig fühlte).

Gelächter – großes Gelächter – kam dann später; zu Beginn wäre das ein Sakrileg gewesen.

Was nun in meiner meditativen Praxis folgte war eine „Tour“ durch den subtilen Bereich. Meine Lieblingsbeschreibung dieses Bereiches stammt von Dante, und ich kann versichern, dass er dies wortwörtlich meint:

**O Gnadenfülle, drob ich es begehrt,
den Blick zum ewigen Lichte aufschwingen,
so daß sich meine Sicht darin verzehrt,**

**in seiner Tiefe sah ich sich verschlingen
in einem Bande liebevoll das Sein,
das sich im All zerblättert in den Dingen...**

**Den Grund des tiefen ungetrübten Seins
des hehren Lichts sah ich drei Kreise hegen,
an Farbe dreifach und an Umfang eins:**

**Der eine spiegelte, gleich Isrisbögen
den anderen Kreis; es schien der dritte Ring
ein Feuer, das aus beiden schlägt entgegen.**

Etwa zu dieser Zeit entdeckte ich die Arbeiten von Kirpal Singh, die mir sehr bei der Klärung meiner eigenen Erfahrungen dieses Bereiches halfen. Singh ist für mich der unübertroffene Meister des subtilen Bereichs, und ohne seine Führung (wenn auch nur durch ein Buch) wäre ich zweifellos nicht so relativ einfach durch einige dieser Bereiche hindurchgekommen. Singh weist darauf hin, dass es innerhalb des subtilen Bereichs eine Hierarchie von zunehmend feiner werdenden, hörbaren Illuminationen gibt, den **shabd „Chakren“**, bei und jenseits der Chakren (wie das **ajna** und das **sahasrara**), welche von früheren und weniger entwickelten yogischen Schulen als das Ultimative angesehen wurden. Sein gesamter Ansatz war hierarchisch, entwicklungsorientiert und dynamisch und passte perfekt zu meiner eigenen Philosophie, so dass ich keine Zeit damit verschwenden musste ihn zu erlernen oder dagegen zu argumentieren. Ich konnte ihn einfach verwenden.

Alles erschien von Augenblick zu Augenblick, es erschien in mir und als ich; und doch war da kein Ich.

Ich bekam so einen Geschmack des subtilen Bereiches, eine Einführung in das Archetypische, Göttliche, zum yidam (der buddhistische Begriff) und ishtadeva (der hinduistischen Begriff). Dies waren zweifellos die tiefgreifendsten Erfahrungen welche ich jemals gemacht hatte. Und – noch wichtiger –, weil ich bereits (theoretisch und praktisch) mit den Erfahrungen unterbewusster Impulse ziemlich vertraut war, all die „magischen“ und „halluzinatorischen“ Bilder wie sie von Freud und anderen beschrieben werden, vermied ich die Falle der Verwechslung überbewusster Erfahrungen mit unterbewussten Wiederbelebungen. Meiner Erfahrung nach kann jeder, der sorgfältig und persönlich diese verschiedenen Bereiche studiert hat, den grundlegenden Unterschied zwischen präpersonalen, unterbewussten und instinkthaften Erscheinungen im Gegensatz zu den transpersonalen, überbewussten und archetypischen Erscheinungen erkennen. Die östlichen Schulen sind sehr explizit hinsichtlich des Unterschiedes zwischen pranamayakosha (emotional-sexuellen Erscheinungen) und anandamayakosha (archetypischen Intuitionen).

Die Grenzen von Erfahrung

Je mehr jedoch diese überbewussten Erfahrungen sich entwickelten – desto mehr dämmerte mir, dass all dies einfach nur Erfahrungen waren – und nicht mehr. Erfahrungen sind definitionsgemäß dasjenige, was einen Anfang und ein Ende hat (und zeitlich und relativ ist). Je tiefer ich in das Wesen von Erfahrungen eintauchte, desto mehr wurde ich desillusioniert. Diese Be-

„Der Zeuge“, sagte er, „ist der letzte Standpunkt des Ego.“

reiche waren zugegebenermaßen in gewisser Weise wirklicher als der materielle, körperliche oder mentale Bereich, jedenfalls so wie ich sie erlebte. Doch der Punkt war der, dass diese Erfahrungen immer weitergehen konnten, ohne jemals an ein Ende zu gelangen. Ich würde immer subtilere und noch subtilere Erfahrungen machen, ad infinitum.

Es gibt – ich glaube von Hanns Sachs – das Wort, dass eine Psychoanalyse dann endet, wenn der Patient erkennt, dass sie endlos weitergehen könnte. Die gleiche Art von Erkenntnis be-



Der Punkt war der, dass diese Erfahrungen immer weitergehen konnten, ohne jemals an ein Ende zu gelangen.

transpersonalen Zeugen, der ununterbrochen, ruhig und klar alle auftauchenden Ereignisse von Augenblick zu Augenblick bezeugte: Man sieht den Traumzustand, wie er sich entwickelt und endet. Den Roshhi jedoch beeindruckte dieses „mayko“ überhaupt nicht. „Der Zeuge“, sagte er, „ist der letzte Standpunkt des Ego“.

An diesem Punkt löste sich der Zeuge auf und verschwand vollständig. Es gab kein Subjekt im gesamten Universum; es gab kein Objekt im gesamten Universum; es gab nur das Universum. Alles erschien von Augenblick zu Augenblick, es erschien in mir und als ich; und doch war da kein Ich. Es ist sehr wichtig zu erkennen, dass dieser Zustand keinen Verlust von Fähigkeiten bedeutet, sondern diese verstärkte; es war keine leere Trance sondern eine perfekte Klarheit; keine Depersonalisierung sondern eine Transpersonalisierung. Keine der persönlichen Fähigkeiten – Sprache, Logik, Konzepte, motorische Fähigkeiten – gingen verloren oder waren beeinträchtigt. Im Gegenteil, sie funktionierten erstmals, so schien es mir, in einer radikalen Öffnung, frei von den Abwehrmechanismen die von einem separaten Selbst errichtet worden waren. Dieser radikal offene, schutzlose und perfekt nichtduale Zustand war sowohl unglaublich als auch zutiefst gewöhnlich, so unglaublich gewöhnlich, dass er nicht bemerkt wurde. Es gab niemanden um das zu bemerken, bis ich wieder (etwa nach drei Stunden) herausfiel. ❖

gann mich von den Fixierungen der subtilen Ebene zu kurieren, dem Vishnu Komplex. Der Vishnu Komplex ist ja genau die Schwierigkeit in der Weiterbewegung von der subtilen Seele zum kausalen Geist. Die subtilen Erfahrungen sind so voller Glückseligkeit, so ehrfurchtgebietend, so tiefgründig und so heilsam, dass man sie niemals verlassen und niemals loslassen möchte, sondern für immer in ihrer archetypischen Glorie und unsterblichen Befreiung baden möchte – und dass ist der Vishnu Komplex. Wenn der Apollo Komplex die Plage des beginnenden Meditierenden ist, dann ist der Vishnu Komplex der große Verführer des fortgeschrittenen Praktizierenden.

Während meines Zen Trainings jedoch, und durch mein Verständnis (wie oberflächlich auch immer) von Krishnamurti, Shankara, Sri Ramana Maharshi, dem Heiligen Dionisios und Eckhart – wurde mir immer wieder gesagt, dass der endgültige Zustand keine Erfahrung ist. Es ist keine spezielle Erfahrung neben anderen Erfahrungen, sondern das Wesen und der Grund aller Erfahrungen, hoch oder niedrig ... Dies wurde mir erstmals, wenn auch nur flüchtig, während eines sesshins, offenbart, einem intensiven Zen Retreat. Am vierten Tag erschien – sozusagen – der Zustand des Zeugen, des

Monika Frühwirth:

Aus Zuständen Strukturen formen – Erfahrung in den Alltag übersetzen



Michael Habecker:
Monika, wie geht es dir?

Monika Frühwirth: Mir geht es vergleichsweise gut, auch wenn sich das Thema altersbedingter Krankheiten immer deutlicher vor allem im Freundeskreis zeigt. Was ich bei mir und anderen zu erkennen vermeine, ist, dass sich unsere Neigungen und Grundmuster im Alter noch einmal verstärkt zeigen. Hierbei sich einen gewissen Überblick erar-

beitet zu haben, ist günstig. Ich habe viel Freude an und mit meinen Enkelkindern. Mein Mann und ich sind weiterhin kulturell interessiert, und ich lese zumindest 4 spannende neue oder auch altbekannte Bücher zugleich.

MH: Einen Teil deiner Biografie hast du ja integral inspiriert gelebt ...

MF: Rückblickend könnte man sagen, dass ich eigentlich schon immer integral gelebt habe, auch wenn ich das nicht so benannt hätte – z.B. die Reise nach Innen und im Außen gleich zu gewichten. Durch die Landkarte von Ken Wilber konnte dann u.a. aus dem Narrativum des New Age ein sinnvoller roter Faden gewebt werden.

Als Einzelkind habe ich immer schon viel gelesen, war phantasievoll mehr nach innen orientiert, und ein Talent, mit Worten zu jonglieren, einem Sprachrhythmus zu folgen, war schon früh erkennbar. Zu dichten, als eine Komprimierung von dem, was ich wahrnahm.

Ein schicksalhaft entscheidender Schritt im Außen war der Wechsel des Kulturkreises mit meinem Mann nach New York, wo auch unsere beiden Töchter zur Welt kamen. Wir führten im diplomatischen Umfeld ein repräsentatives, sorgenfreies Leben. Doch mir fehlte etwas nicht genau zu Benennendes, und – es waren die Siebziger und der damalige Aufbruch nach Innen – so begann ich mit Kundalini Yoga als einer angeblich sehr for-

dernden Praxis. Dieser Kurs fand in einem Stadtteil von New York statt, der meinem Mann als so unsicher erschien, dass er mich von dort immer abends mit dem Auto abholte. Geleitet wurde der Kurs von einem Sikh, die in den USA Anfang der 70er alle auch einen „normalen“ Job ausüben mussten – als Anwälte, Ärzte, usw. Damals begann mein Interesse an anderen Religionen, vor allem der Mystik.

Nach einigen Jahren dieser intensiven Yoga Praxis überraschte mich eine beglückende Entgrenzungserfahrung, nachdem ich willentlich eine gesellschaftliche Konditionierung überschritten hatte, jetzt würde ich sagen: Nachdem ich einen Schatten aufgelöst hatte, jedoch unter durchaus alltäglichen Umständen, ohne religiösen Bezug, ohne Seminar, und auch nicht während einer Meditation. Ich habe, davon überrumpelt und zugleich angeregt, begonnen, vergleichende Religion zu studieren, und fand dort die besten Erklärungen für das, was mir passiert war.

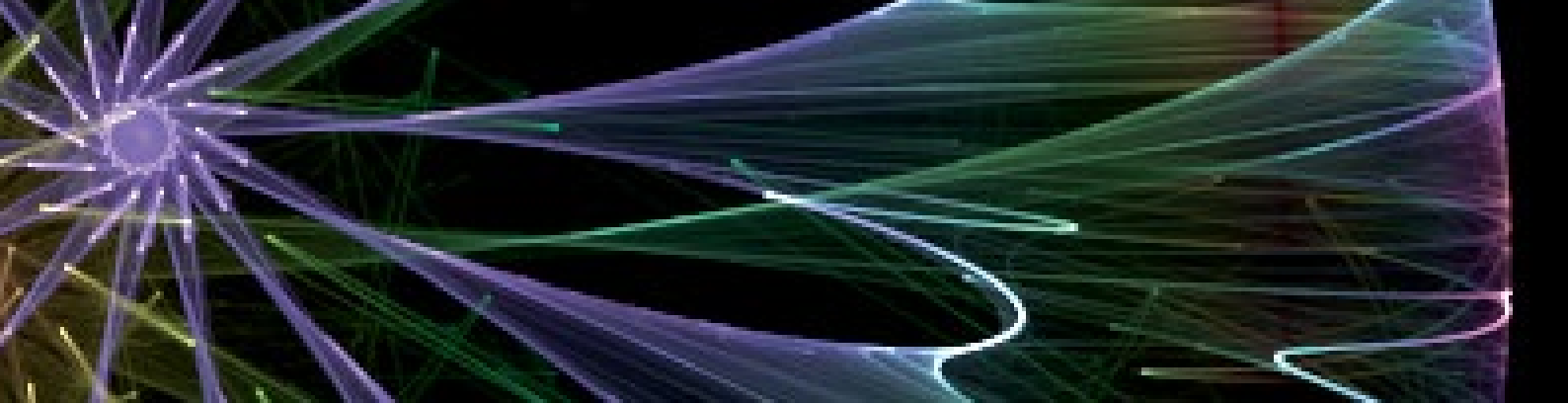
Die damals in Umlauf befindlichen Berichte von Kundalinerfahrungen hatten mir davor eher Angst gemacht. Ich wollte weder den Verstand verlieren oder sonst wie weggetreten sein, wollte in meinem Kulturkreis weiter „normal“ leben und stellte die Erfahrung daher nicht nur innerlich aufs Regal, sondern verwechselte auch Überpersönliches mit Persönlichem, universelle Liebe mit auf eine Person bezogene. Was zu Komplikationen führte und auch die spirituelle Entwicklung deutlich ausbremste.

Das Entwicklungsmodell der Spiraldynamik – erst Jahrzehnte später gefunden – zeigt deutlich, dass wir immer wieder ähnliche Erfahrungen machen, zu diesen hingeführt werden, auch vielleicht sie selbst unbewusst auslösen, bis wir eine bestimmte Perspektive integriert haben und somit fähig sind, darauf aufzubauen und notwendigerweise weiter zu gehen. Auch, wenn wir auf gewisse Weise in den Farben

der Ebenen „marmoriert“ bleiben, auf frühere Erfahrungen zurückgreifen können, uns jedoch damit nicht mehr ausschließlich identifizieren.

Eine kaum benennbare Erfahrung jedoch, die alle bisherigen Werte und das Wesen insgesamt deutlich überforderte, in einen Alltag einzubringen, brauchte Jahrzehnte an Übersetzungsarbeit, bleibt jedoch wie ein Feuer im Leuchtturm als Orientierung in der Dunkelheit erhalten. Wilbers Werk war dabei unendlich wichtig für mich, vor allem seine Bemühungen, an den Kapitelenden z.B. von *Eros*, *Kosmos*, *Logos*, Worte für seine mystischen Erfahrungen zu finden. Eine verwandte Seele! Die

Das Integrale hat
für mich alles
in einen Kontext
gebracht, wo die
Dinge deutlicher zu
erkennen sind.



Quadranten, die Linien, die Bereiche leuchteten mir sofort ein, doch die Ebenen als sich entwickelnde Strukturen, das war und blieb eine Herausforderung.

Ich erinnere mich gut, es war 2001, als ich zufällig in Berlin als Vertretung von Österreich zur Gründungssitzung des Arbeitskreis Ken Wilber dazugekommen bin, und wie dann kurz danach die Gelbsucht ausbrach, die Sucht nach dem second tier, der alle Wertungen umfassenden damals mit Gelb codierten Perspektive. Wenn ich jetzt jemand das Thema der Entwicklungsebenen nahebringen möchte, lasse ich die Farben weg und konzentriere mich auf die Inhalte. Nebenbei: In den Arbeitskreis Ken Wilber hat mich ein damaliger Weggefährte gelockt, der mich gut kannte, mit den einfachen Worten „Da ist eine email Liste, da schreiben nur Männer ...“ Das hat damals genügt, um mich zu engagieren. Doch auch diese Haltung der mutigen Feministin konnte dann irgendwann aufgelöst werden.

Selbsterfahrung und Schattendarbeit waren für mich sehr früh wichtig, ausgelöst auch durch das Leben in einem anderen Kulturkreis und die günstigen Buchkäufe beim Outlet von Barnes&Noble – jedes Wochenende ein Einkaufswagen voll mit psychologischer Literatur. Daher schätzte ich auch die Stringenz des 3-2-1 Prozesses besonders und erhielt später immer wieder das feedback: Erspart viele Therapiestunden!

MH: Du hast dich dann auch weiter im Integralen Forum engagiert.

MF: Zuerst mit meinen erlernten Fähigkeiten als Übersetzerin von Wilbers nur online vorhandenen Texten und der Kenntnis seines amerikanischen Hintergrunds. Dann hat mich vor allem auch das Ausprobieren der Möglichkeiten der neuen Technik begeistert. Eine Neugestaltung der Mitgliederzeitung *integrale perspektiven*, dank der kongenialen Unterstützung von Uwe Schramm, dem Webmaster und begnadeten Graphiker, lief vor allem über das Internet und über Skype zwischen Berlin, Wien, München und Bremen. Mittels dieser virtuellen Kommunikationstechnik ein Wir, eine Redaktion zu gründen, mit einem konkreten Produkt als Werbeträger und zur Erbauung und Anregung, war faszinierend, und es machte gleichzeitig die Durchdringung der Quadranten sichtbar: Was immer sich in einem Quadrant weiterentwickelt, wirkt sich auf alle übrigen aus.

MH: Du warst und bist ja auch vor Ort in Wien aktiv.

MF: Ich war viele Jahre sehr aktiv, genoss es kreativ zu sein und bemühte mich um eine europäische Vision, mit einem ersten Schritt im deutschsprachigen Bereich. Bis ich einige Unfälle und eine Reihe von im Grunde lebensgefährlichen Operationen hatte, die sich dank hervorragender Ärzte und familiärer Unterstützung alle erstaunlich gut bewältigen ließen. Doch war das für mich ein Anlass, die Prioritäten neu zu setzen, meine Aktivitäten zu reduzieren, vor allem dem Alter mehr Aufmerksamkeit zu geben und u. a. die Herausgabe der *integralen perspektiven* und auch die Leitung des Salons in Wien abzugeben.

Initiiert von Johanna Schwarz, die ursprünglich den Lesekreis leitete, bemühten wir uns 2014 im Kontakt mit dem Institut für Religionswissenschaft in Wien neue Räume zu betreten und Heilung in den Religionen auch praktisch zu erfahren. Das war nicht so ganz unerwartet eine deutliche Herausforderung sowohl für einige der schamanisch Praktizierenden als auch für einige integral Informierte, die teilnahmen.

MH: Was hat sich für dich über die Zeit verändert? Wir waren ja

zu Beginn der Veröffentlichungen von Ken Wilber sehr begeistert, wollten die Welt verändern und wollen das immer noch, und haben gemerkt – und das zeigt die integrale Theorie ja auch explizit auf, dass Strukturveränderungen längere Zeit benötigen, frei nach Wilbers „Zustände gibt es umsonst, Strukturen müssen über die Zeit erarbeitet werden.“ Dies hat, zumindest bei mir, zu mehr Realismus geführt. Wie hast du dies erlebt?

MF: So idealistisch war ich nie, immer eher pragmatisch, vielleicht auch, weil ich doch älter bin und auch an mir selbst gemerkt habe, wie mühsam und langwierig es ist, selbst bei kontinuierlicher Praxis, sich und damit auch den Zugang zu so Manchem im Alltag zu verändern. Daran arbeitet jeder wohl bis zum letzten Atemzug. Wie kann ich z. B. die Erfahrung der All-Einheit, von der ich gesprochen habe, auch angesichts der österreichischen Innenpolitik aufrechterhalten und umsetzen? Es gibt Dinge, die mich mit Genuss auf die Palme und die Wände hoch bringen, die Herablassung in der Politik, Missachtung demokratischer Errungenschaften, Manipulation der öffentlichen Meinung durch die Medien, schamlose Verdummungsversuche, usw. Wir sind in Österreich, wie in anderen Länder auch, der-

Durch die Landkarte
von Ken Wilber
konnte dann u.a.
aus dem Narrativum
des New Age ein
sinnvoller roter
Faden gewebt werden.

zeit politisch in einem sehr labilen Zustand, weil sich die alten Strukturen ad absurdum geführt haben und die Schattenseiten des Grünen Mem – wie von Wilber vorhergesagt – sich vor allem in den Medien, in den Redaktionen und in einer besserwissenden Meinungsdictatur manifestieren. Das kann eine Bewusstseinsentwicklung behindern, bündelt zugleich aber auch das Bewusstsein der weiterzuführenden Werte.

MH: Das alles steht ja auch einer wie auch immer gearteten Erleuchtung nicht entgegen.

MF: Was ist schon erweitertes Bewusstsein? Sicher kein Zielbahnhof, keine Lösung für alles, sondern viel mehr ein Umsteigen in eine neue Richtung. Als erleuchtet betrachte ich mich nicht, eher als erheitert. Es gibt einen heiteren Grundton in meinem Leben und nunmehr auch in der Beziehung zu meinem Mann – wir feiern nächstes Jahr unsere goldene Hochzeit. Dass ein lebenslanges Zusammenleben durchaus auch in Zeiten wie diesen noch erfreulich sein kann, vermittele ich auch meinen Enkelkindern.

MH: In was für eine Welt siehst du deine Enkel sich hinein entwickeln, oder was wünschst du dir für diese Welt?

MF: Sie sind so anders kreativ als ich es war. Wenn sie auf Besuch kommen, dann lerne ich von ihnen, sie erklären mir die neueste Technik, z. B. wie man einen Screenshot auf dem Handy macht. Was ich ihnen meinerseits vermittele, sind meine Grundwerte: Fähigkeiten zu entwickeln, Talente zu ehren, einander zu dienen, offenes Zuhören, heitere Gelassenheit, die Nützlichkeit emotionaler Stabilität. Wie man mit sich selbst und anderen gut umgeht. Werkzeuge – teils noch aus der buddhistischen Geistesschulung – für die Innerlichkeit, und auch weiterhin ein bisschen Psychologie. Meine Erstgeborene hat als Mutter dreier Kinder und voll berufstätig im vergangenen Jahr den Master in Psychopädagogik abgeschlossen, es liegt wohl in der Familie.

Wie ist das bei dir, mit dem Weltzentrischen?

MH: Wenn ich bestimmte Musik höre, bei der Beschäftigung mit Kunst allgemein und auch in der Natur fällt es mir leicht, aber in der Alltagskommunikation, in Konfliktsituationen und

auch bei der Politikbetrachtung fällt mir das Offenhalten des Herzens manchmal schwer. Da wird die Welt, meine eigene Welt, oft sehr klein. Der innere Raum zieht sich zusammen, und ich spüre, wo ich gerade stehe.

MF: Ich finde, das hat auch sein Recht. War es Wilber, der sagte: „Wenn du ganz offen bist, bist du nicht ganz dicht.“? Auch bei den Chakren-Übungen werden die Chakren ja nicht nur geöffnet, sondern auch zumindest teilweise wieder geschlossen. Unserem Hirn, das immer noch auf „fuck it or kill it“ ausgerichtete ist, was einst in der Savanne sehr nützlich war, zu weiteren Synapsenverbindungen zu verhelfen, braucht viel Zeit und Raum.

Mir fehlte etwas
nicht genau zu
Benennendes, und
so begann ich mit
Kundalini Yoga als
einer angeblich sehr
fordernden Praxis.

MH: Das hilft mir jeden Tag – all dieses Erleben zuerst einmal haben zu wollen, wenn es auftaucht, und die innere Geräumigkeit zu erweitern, in der das alles seinen Platz hat. Hierbei ist eine wie auch immer geartete Zusammenarbeit eine sehr hilfreiche Praxis. In Beziehungen, privat oder in der Arbeit, wo es für einen um etwas geht, wo Identifikation stark

ist, da geschieht echte Strukturarbeit. Hier ist das Wir ein großer Lehrer, eine große Lehrerin, ein großes Lernfeld.

MF: Bei einem unserer ersten Treffen als Arbeitskreis Ken Wilber in Bremen haben wir die Quadranten ausgelegt und alle dazu eingeladen, sich zu positionieren, wo man sich gerade oder meistens befindet. Da wagten sich nur Max Peschek und ich ins Wir-Feld. Doch gerade hier geschieht ganz viel Entwicklung, oder kann zumindest geschehen, sich mit den Perspektiven anderer zu konfrontieren.

MH: Du hast Ken Wilber auch in Denver besucht ...

MF: Wir flogen damals als sogenannter Vorstand – eben die Aktivsten im Arbeitskreis – hinüber. Beim ersten Treffen waren wir zu sechst, Ken war sehr offiziell, wie waren die Deutschen, auch ich als Österreicherin. Doch bei dem zweiten Treffen am letzten Vormittag vor dem Abflug war er ganz anderes, in besserer körperlicher Verfassung, hat locker geplaudert, das zu erfahren hat mir sehr gut getan. Er wollte mich beim Abschied umarmen, und dabei bin ich ihm auf die Zehen gestiegen, was uns beide erheitert hat. Die Organisation dort vor Ort zu sehen, zum Großteil nur virtuell, hat für mich Einiges zurechtgerückt.



Dahinter brauchten sich schon 2006 die europäischen Bemühungen um Organisation und Zusammenarbeit nicht zu verstecken.

Das Integrale hat für mich alles in einen Kontext gebracht, wo die Dinge deutlicher zu erkennen sind. Ich kam durch das New Age, mit Unmengen von verschiedenen Informationen in verschiedenen Bereichen, die sich kaum bündeln ließen, und durch die Integrale Landkarte gelang das dann.

Die Zukunft, sie kommt auf alle Fälle und es ist zwar eine Binsenweisheit, doch das Gras wächst nicht schneller, auch wenn wir daran ziehen. Ebenso eine Organisation. Für neue Impulse und die Energien neuer Integraler offen zu bleiben und dennoch zu differenzieren, ist dabei wesentlich. Die Vorstellung eines Spirit in Action, GEIST-in-Aktion zu erfahren, war die Karotte, die mich seinerzeit lockte. In lichten Momenten ist dies auch möglich. Dies in einem Wir in der Zusammenarbeit lebendig werden zu lassen ist eine schöne Herausforderung, wie wir zuletzt bei der IEC, der Europäischen Konferenz des Integralen sehen konnten, auch in den Bemühungen, die integrale Vision zu entfalten und organisatorisch zu unterstützen, wie das ja auch das Integrale Forum macht.

MH: Meine Altersweisheit in diesem Zusammenhang ist, „der GEIST weht wo er – oder sie – will“, und das gilt natürlich auch für das Integrale. Es geht seinen Weg, und es ist auch sinnvoll hierfür organisatorische Strukturen zu schaffen, aber der Weg, den das Integrale nimmt, der ist frei und unbestimmbar, wie jede evolutionäre Emergenz und Neuerung. Es erblüht an Stellen, die man nicht vermutet, ungeplant, und das hilft einem auch, sich selbst und das eigene Tun nicht zu wichtig zu nehmen – und das, was man tut, mit Leichtigkeit und Freude zu tun.

MF: Mir kommt dabei wieder das Bild eines Myzels, das sich unterirdisch ausbreitet. Und plötzlich wächst an irgendeiner Stelle daraus ein Pilz und manifestiert sich an der Oberfläche. So sah Wilber schon vor Jahren die Salons. Ich sehe mich da auch als Steigbügelhalter, durchaus froh, nicht mehr selbst galoppieren zu müssen. Darum habe ich auch mit der Frauenarbeit begonnen, in einem – wie wir es nannten – weiblichen integralen Bewusstseinsfeld, inspiriert durch die Vision eines gegenseitigen

Empowerment von Frauen, die bereits viel Gruppenerfahrung haben, verschiedenste Formen der Schattenarbeit kennen, als eine Befreiung aus den internalisierten patriarchalen Strukturen und Hierarchien.

MH: Kannst du aus dieser Arbeit noch etwas berichten?

MF: Ich wollte ursprünglich nur selbsterfahrene Leiterinnen und mit Gruppenarbeit vertraute Frauen sammeln. Wir waren zu dritt als Leiterinnen, doch bei unserem ersten Treffen, das mehrere Tage dauerte, mit etwa sieben oder acht Frauen, kamen – und dieses Bild entstand erst lange danach – lauter Schutzmantelmadonnen, wo jede gewohnt war, unter ihrem Mantel alle anderen zu haben, und das bot eine Menge an Reibungsfläche. Das hat sich rettungslos gespießt und erst die Aufforderung am dritten Abend, sich dieser Spannung zu stellen und sie auszuhalten, ermöglichte uns weiterzuarbeiten. Damals ist mir bewusst geworden, wie wichtig die Arbeit daran

ist, als Frau von diesem Schutzmantelmadonnenimage wegzukommen. Die Notwendigkeit einer Auseinandersetzung der Frauen mit den patriarchalen Strukturen in sich selbst – das hat sich damals klar gezeigt.

Bei der nächsten Tagung des integralen Forums mussten wir den überfüllten Raum der WIB Gruppe (weibliches integrales Bewusstseinsfeld) schließen, und es befriedigte, wie intensiv und auch erleichtert von den Teilnehmerinnen diese Perspektive angenommen wurde, die die Theorie und einen intellektuellen Zugang als Rückgrat nahm, jedoch der individuellen Erfahrung als Anerkennung der Theorie Raum ließ. Etwas, das auch bei der ersten Europäischen Konferenz in Budapest deutlich zum Tragen kam. Hierauf weiter aufzubauen wird ein fruchtbarer Boden für das Integrale in Europa. ❖

Monika Frühwirth, geboren November 1941. akad. gepr. Übersetzerin an der Universität Wien. Seit 50 Jahren verheiratet, weiterhin stolze Mutter zweier Töchter und begeisterte Großmutter. 10 Jahre in New York. Kundalini Yoga, Buddhistische Geisterschulung für den Westen, Gestaltarbeit, u.a. Archetypisches Theater nach Rebillot. Ab 1988 aktiv mit dem Werk Ken Wilbers befasst, Schattenarbeit als Schwerpunkt. Übersetzungen für die Webseite des AK Ken Wilber. Chefredaktion der *integralen Perspektiven*, live Interviews Wilbers bei den Tagungen des Integralen Forums. Salons und ILP Gruppen in Wien.

Ich wollte weder den
Verstand verlieren
oder sonst wie
weggetreten sein.
Ich wollte in meinem
Kulturkreis weiter
„normal“ leben.



Michael Habecker: Wolfgang, ich möchte meine erste Frage mit einem Satz aus dem Klappentext deines Buches *Die Seele der Nationen. Evolution und Heilung* einleiten. Dort steht: „Erstarkende Nationalgefühle ohne seelische Integration dürfen niemals die Antwort sein auf wirtschaftliche Krisen und ihre Bedrohlichkeit für den Einzelnen wie seine Nation.“ Was meinst du mit „seelischer Integration“ im Hinblick auf Nationen?

Wolfgang Aurose: Dieser Satz ist wie eine aktuelle Antwort auf das, was jeden Tag in den Zeitungen zu lesen ist. Er meint die Polarisierung und das Erstarken von nationalen Gefühlen, die nicht seelisch, sondern mythisch begründet sind.

MH: Ich finde es beeindruckend, dass du dich für diesen sehr geladenen Begriff „Seele“ entschieden hast und nicht einen technischen Begriff gewählt hast, um das Innenleben von Gemeinschaft zu benennen.

WA: Das war keine leichte Entscheidung. „Seele“ ist ein inflationärer Begriff. Ich habe mich dafür entschieden, weil dieses Wort in Europa und Deutschland eine philosophische Tradition hat. Im deutschen Idealismus und in der Romantik ist Seele ein zentraler Begriff, und ich halte diese philosophischen Richtungen für Kernstücke deutschen Geistes. Ich möchte darauf zurückgreifen, auch an die damalige Konnotation von Nationenseele als „evolutionäre Innerlichkeit“. Hegel und Herder haben schon damals davon gesprochen. Eine weitere Bestätigung für diesen Begriff kommt von Sri Aurobindo, der auch ein wesentlicher Impulsgeber für das Buch ist. Er spricht, auch vor dem Hintergrund möglicher Missverständlichkeiten, bewusst von dem – nicht aus Indien stammenden Begriff – „seelisches Wesen“. Ich denke jedenfalls, dass wir in Europa unseren Wurzeln Rechnung tragen sollten, auch mit einem Begriff wie „Seele“ als einer europäischen Tradition.

MH: Du hast bereits die Entwicklungsdimension angesprochen und betonst, dass sich jede Nation auch mit ihrer eigenen historischen Entwicklung auseinandersetzen muss, und zwar auch von innen her, als Voraussetzung für eine gute Weiterentwicklung in der Zukunft. Stichworte dazu sind Vergangenheitsbewältigung und Schattenarbeit. Worum geht es dir dabei?

WA: Was ich betrachte, ist die *Seelengeschichte* von Ländern, im Unterschied zu ihrer so genannten Geistesgeschichte. Bei ersterer geht es vor allem um die besondere Identitätsentwicklung, und nicht nur um die vielschichtige Kultur oder faktische Historie eines Landes. In diesem Sinn ist Nation im Tiefsten eine seelische Werte- und Erfahrungsgemeinschaft, mit Werten, die im Verlaufe der Geschichte innerlich errungen wurden. Deutsch-

land hat eine sehr markante Seelengeschichte, gerade auch durch die Ereignisse während des Dritten Reiches, durch die das Land eine furchterliche seelische Katastrophe erlitt bzw. sich für sie entschieden hatte. Daraus wurden nach dem Krieg Erfahrungen gezogen und eine gewisse Läuterung ist erfolgt. Das ist beachtenswert, auch im internationalen Vergleich, aber dieser Prozess muss weitergehen. Es geschieht insgesamt noch sehr selten, dass ein Land seine eigene Geschichte seelisch aufarbeitet. Dies ist jedoch eine wesentliche Voraussetzung zur Reifung eines Landes, und damit meine ich ein Reifwerden für eine Weltgesellschaft als nächstes evolutionäres Ziel. Die Europäische Union ist nicht zuletzt auf Basis der Schattenarbeit der Deutschen und Franzosen und anderer Nationen entstanden. Die Antragstellung auf Mitgliedschaft in der EU beinhaltet interessanterweise auch heute eine Art Aufforderung zur internationalen Schattenarbeit und Aufarbeitung als Voraussetzung für die Aufnahme. Das wird viel zu wenig gewürdigt, es wird überwiegend nur von den strukturellen und wirtschaftlichen Bedingungen gesprochen. Doch eine innere Reife bzw. die Bereitschaft, einen Reifungsprozess zu durchlaufen, wird indirekt vorausgesetzt und durch das Beispiel und den Druck der anderen Länder unterstützt – das ist ganz wichtig. In meinem Buch zitiere ich Jeremy Rifkins „Europäischen Traum“, der mit seiner wunderbaren Beobachterperspektive zu europäischer Selbst-Erkenntnis beitragen kann.

Evolution der Nationenseelen für die weltzentrische Gesellschaft

MH: Du weist nicht nur auf den Schatten von Nationen hin, sondern auch auf den seelischen Lichtaspekt, den jede Nation hat, als Stärken, die es zu finden und anzunehmen gilt, was gerade im Fall von Deutschland aufgrund der jüngeren Geschichte und Belastungen nicht so einfach ist. Wie kann es gelingen, dass ein Land auf eine gute Weise zu seinen Qualitäten steht?

WA: Das ist etwas, was jedes Land für sich selbst finden muss, da gibt es keinen allgemeinen Weg. Was es jedoch wohl fast immer braucht, ist sowohl die eigene kollektive Selbsterkenntnis als auch den Blick der anderen. Diese Balance ist wichtig. In Bezug auf Deutschland findet man Qualitäten z. B. im Idealismus und in der Romantik. Oder auch in der durchaus auch leidvollen und zwiespältigen Zeit zu Beginn des vorigen Jahrhunderts, als ein großer Teil der Nobelpreise nach Deutschland gingen, und zwar nicht nur Physik und Chemie, sondern auch Literatur- und Friedensnobelpreise. Dabei wurden deutsche Stärken sichtbar. Durch derartige Betrachtungen, die in der subjektiven Erfahrung der Bewohner ihre Bestätigung finden müssen, kann jedes Land seine eigenen Qualitäten, sein jeweils einzigartiges Profil finden. Es gilt jedoch dabei zugleich zu lernen, auf die Schatten zu achten, die aus eben diesen spezifischen Stärken erwachsen können.

MH: Ist es möglich, diesen Seelengedanken einer Nation auch auf Religionsgemeinschaften anzuwenden? Dann wäre es auch innerhalb der Religionen notwendig sich mit beidem zu beschäftigen, den Schatten- und den Lichtaspekten z. B. des Christentums und des Islam, um auf eine gesunde Weise zu einer Weltgemeinschaft der Religionen zu kommen.

WA: Ja, in meinem integralen Verständnis sind nicht nur Individuen und Nationen, sondern ist die ganze Welt „evolutionär beseelt“. Es existiert in allem ein sich entwickelndes und dabei individualisierendes Seelen- oder Bewusstseinsfeld, im Einzelnen am stärksten, aber bis zu einem gewissen Grad auch in Gemeinschaften wie Familien, Nationen und Religionen. Politische Nationen sind unter anderem deshalb etwas Besonderes, weil sie als Kollektiv, im Unterschied etwa zu Familien und Volkskulturen, eher die Möglichkeit haben, sich durch eine Verfassung, die auch immer wieder geändert werden kann, an neue evolutionäre Entwicklungen anzupassen. Religionen tun sich diesbezüglich meiner Erfahrung nach schwerer. Sie versuchen es zum Teil, wie etwa der Protestantismus, der sich ja der Entwicklung zur Moderne angepasst, vielleicht sogar zu viel angepasst hat, aber andere Religionen tun sich schwerer mit diesem evolutionären Wandel. Der Katholizismus und die orthodoxe Kirche tun sich schwer, der Islam und das orthodoxe Judentum zeigen ihre entsprechenden Grenzen und zumindest in Asien

offenbaren auch Hinduismus und Buddhismus ein militantes Beharren. Doch im Prinzip wäre evolutionärer Wandel der Weg auch für Religionen.

MH: Du bist nicht nur „theoretisch“ unterwegs, sondern auch sehr praktisch und konkret mit deiner Partnerin Soleil. Was bietet ihr zu diesem Thema an?

WA: Über Seele nur zu reden und dazu keine Erfahrungen anzubieten, wäre das gleiche Versäumnis begehen, das wir schon bei den Idealisten und Romantikern finden. Sie haben viel zur Seele entdeckt, aber sie boten keine konkrete Praxis und keine gesellschaftlichen Vermittlungswege dazu an. Hier muss Philosophie zur Erfahrungsmöglichkeit erweitert werden. Eine solche finden wir bei Rudolf Steiner, bei Sri Aurobindo, bei Ken Wilber. Sie alle sind sich im Klaren darüber, dass die seelisch-geistige Dimension heute auch erfahren werden muss (und kann), sonst bleibt sie bloßer Glaubensinhalt und persönlich und auch gesellschaftlich weitgehend unfruchtbar. Soleil und ich nähern uns einer derartigen Erfahrungsmöglichkeit in unseren „Soul of Nations“-Workshops an, in denen uns prägende Seelen- aber auch Schattenaspekte der jeweils eigenen Nation subjektiv erfahrbar werden können. Es handelt sich also um keine neue Glaubensphilosophie, die auf Seele basiert, sondern evolutionär gesehen um eine heute im größeren Ausmaß zugänglich gewordene Erfahrungsmöglichkeit. Es gibt auch andere Wege und Methoden, wie jemand mit dem Seelenfeld des Landes, in dem er oder sie lebt, in Berührung kommen kann. Man muss dazu nicht unbedingt in dem Land geboren sein – man spürt mit entsprechender Übung sowohl einzelne Licht- als auch Schattenaspekte dieses Landes in sich selbst. Daran kann man dann arbeiten, im Sinne einer Schattenarbeit, aber auch als Prozess der Integration und Annahme der Qualitäten – was manchmal genauso schwierig sein kann. Viele aus meiner Generation sperren sich etwa dagegen „deutsch“ zu sein. Deshalb geht es auch darum, Licht und Schatten auseinanderzuhalten. Da „Seele“ eine Doppelgestalt meint, d. h. sie sowohl eine jeweils einzigartige, evolvierende Identität, als auch zugleich ein uns alle vereinigendes Feld darstellt, kann man von einer Art homöopathischen Effekt sprechen. Wenn ich an mir arbeite, dann bewirkt diese, im Verhältnis zum Ganzen winzig kleine Menge an Wirkung einen Einfluss auf mein Land. Dahinter steckt die ungeheure Kraft des in vielen Menschen heute relativ „geschulteren“ und seelisch weiter entwickelten Subjektiven – und damit arbeiten wir. Wenn wir als Einzelne das tun, dann geschieht das nicht nur für unsere persönliche Klärung und Entwicklung, sondern hat, in verschiedenen Graden, Auswirkungen auf die ganze Gesellschaft.

Wolfgang J. Aurose

Die Seele der Nationen

Evolution und Heilung

EUROPAVERLAG BERLIN

MH: Du lebst schon viele Jahre in den USA. Wie siehst du die USA? Von außen betrachtet sind sich die USA ihrer eigenen Größe ja sehr bewusst, vielleicht sogar etwas zu viel.

WA: Jedes Land hat seine spezifischen Schatten, und das gilt auch für die USA. Im Buch stelle ich die evolutionär einerseits fortgeschrittene Stellung Amerikas dar, im Hinblick auf die Selbstverwirklichung des Einzelnen, die ja, richtig verstanden, den evolutionär notwendigen Umschlagpunkt zu einem integralen Bewusstsein bildet. Das wird hier sogar in der Verfassung garantiert, als „pursuit of happiness“. Die Menschen in den USA wissen und spüren irgendwie, dass sie Vorreiter sind. Doch es gibt in den USA auch schwere Schatten, die dieser Qualität und den daraus erwachsenden Aufgaben entgegenstehen. Zu nennen wäre etwa ein meist republikanisch-fundamentalistisches Christentum, aber auch die eher unkritische New Age-Bewegung, die alle die Entstehung einer authentisch-amerikanischen, integralen Spiritualität verhindern, die etwa auf Ralph Waldo Emerson zurückgehen könnte. Das liegt meiner Ansicht nach in erster Linie an dem Bruch, den die Amerikaner gegenüber den Ureinwohnern des Landes vollzogen haben, den Indianern und der mit ihnen verbundenen und ausgeprägten, animistisch-schamanistischen Bewusstseinsphase dieses Landes. Diese wurde nicht integriert. Der Bruch hat leidvolle Auswirkungen nicht nur für die Betroffenen, sondern für die ganze Welt. Viele amerikanische Widersprüche lassen sich aus dieser bisher ausgebliebenen Integration erklären, wie das Fundamentalistische auf der einen und das sehr Fortschrittliche auf der anderen Seite.

MH: Gibt es Heilungsansätze dazu in den USA?

WA: Ken Wilber und die integrale Bewegung sind in diesem Umfeld schon sehr wichtig. Ich lebe an der Westküste, die vom Geist her kalifornisch beeinflusst ist, und da ist Wilber kaum integriert. Ich habe Schwierigkeiten über ihn zu reden, da gibt es im New Age eine große Sperre. Ich habe viele spirituelle Freunde, die diesen Tiefen-Weg nicht beschreiten wollen. Wie sich das weiter entwickeln wird, weiß ich nicht, ich mache mir schon auch Sorgen um Amerika.

MH: Ich möchte gerne auf deine eigenen Wurzeln und Quellen zu sprechen kommen, Sri Aurobindo, Ken Wilber und Rudolf Steiner hast du schon erwähnt.

WA: Ich gehöre zur Nachkriegsgeneration, und wurde in das Feld eines damals nicht bewältigten Traumas in Deutschland geboren. Ich konnte mich, wie viele meiner Generation, nicht mit meiner Heimat identifizieren, habe mich dann in der Welt

umgeschaut, war in Indien, habe viel gesucht und auch viel gefunden und habe mich dann aufgemacht mit dem Gefundenen meine Heimat neu zu verorten und zu entdecken. In meinem Buch erwähne ich Ereignisse und Durchbrüche, die mir das er-

öffnet haben. Dafür bin ich sehr dankbar, fühle mich in dieser Dankbarkeit meiner Generation verpflichtet und habe auch aus dieser Haltung heraus das Buch geschrieben. Die Welt wartet auf den Beitrag jeder Nation, d. h. sie wartet auch auf den deutschen Beitrag. Die Deutschen haben einen atemberaubenden Fall erlebt und gelebt, die Absturzhöhe war ungeheuer hoch, es war, letztlich für die ganze Welt ein gewaltiger evolutionärer Rückschlag. Deutschland steht diesbezüglich auch international unter Beobachtung. Die Menschen in den anderen Ländern wollen sehen, wie Deutschland damit umgeht – und das Urteil ist bekannt: Deutschland gilt heute in weltweiten Umfragen als eines der angesehensten Länder in der ganzen Welt. Zu dieser seelisch-evolutionären Weiterentwicklung meines Landes beizutragen ist für mich ein wesentlicher Impuls. Der Blick von geschulten Beobachtern außerhalb des Landes, ich erwähnte es, ist für diesen Prozess mitentscheidend und oft initiiierend. Sri Aurobindo ist jemand, der dies getan hat, gerade auch auf den deutschen Licht- und Schattenaspekt, und Wilber hat es auch getan, z. B. im Hinblick auf Idealismus und Romantik. Sie „durften“ das tun, was für mich und sehr viele Deutsche als tabu erschien. Diese „Erlaubnis“ zu haben, darüber zu sprechen und dazu eigene Erfahrungen zu machen, darum geht es auch in den Workshops.

Ich möchte im Hinblick auf die integrale Bewegung noch sagen, dass Europa einen guten Mittelweg beschreiten kann zwischen, sagen wir, „indischer Hingabe“ und „amerikanischer Machbarkeit“. Das gilt auch für das, was das Integrale Forum und auch die Integral Europe Initiative zeigen. Ich finde das sehr ermutigend, und es ist für mich auch Ausdruck der wachsenden Seele Europas! ❖

Wolfgang J. Aurose, MA, war u.a. lange für das in Südindien beheimatete, internationale Stadtprojekt Auroville sowie als Geschäftsführer für verschiedene NonProfit-Organisationen in Deutschland tätig. Heute lebt er als Autor und Workshopleiter an der amerikanischen Westküste. Sein jüngstes, 2014 erschienenes Buch trägt den Titel „Die Seele der Nationen. Evolution und Heilung“, Europa Verlag Berlin, 206 S., Euro 18,99. (Auszüge auf www.facebook.com/nationen-seele). Im März 2015 können Interessierte an Buchlesungen in Berlin, Bremen, Basel und Zürich sowie an Soul of Nation-Workshops in Deutschland (Bremen) und in der Schweiz (Schloss Glarisegg am Bodensee) teilnehmen. Anmeldung und nähere Informationen unter www.sunwolfcreations.com

Integrales Verstehen dient dem Lebensprozess

Ein Interview mit Sonja Student, Programmleiterin der DIA

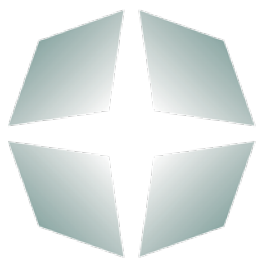


Michael Habecker: Im Herbst 2008 hast du als Vorsitzende der Integralen Initiative Frankfurt gemeinsam mit dem Integralen Forum und der EIA, der European Integral Academy, DIA – Die Integrale Akademie, gegründet. Jetzt hast du seit Anfang 2015 wieder die Programmleitung übernommen. Was hat sich seit 2008 verändert und was war die neue Motivation für dich?

Tiefe in der deutsch(sprachig)en bzw. abendländisch-europäischen Geistesgeschichte verbunden. Es ist erwachsener geworden und spricht mit vielen reifen Stimmen. Das Integrale oder besser Integral-Evolutionäre ist heute weit mehr als ein intellektuelles Konzept, sondern eine gefühlte und gespürte Einheit alles Bestehenden und der Zeitlosigkeit selbst, als eine Intelligenz des Lebens die sich

MH: An welche Kooperationen und Referenten denkst du dabei?

Ein Kooperationspartner ist jetzt schon die spirituelle Herbstakademie Frankfurt, die ich zusammen mit Thomas Steininger (EnlightenNext) und Jens Heisterkamp (info 3) 2006 ins Leben gerufen habe. Durch die nachhaltige Zusammenarbeit ist gemeinsam mit vielen weiteren Referenten ein Akademiekreis



DIA



Sonja Student: Ziel der Integralen Initiative als Träger der DIA war von Anfang an der Aufbau eines qualitativ hochwertigen, „integral informierten“ Fortbildungsangebots auf der Basis von Ken Wilbers integraler Philosophie, aber auch anderer integraler Pioniere in allen Denk –und Lebensbereichen. In den Anfängen ging es vor allem darum, überhaupt integrales Denken und Verstehen zu fördern und das Beste aus Tradition, Moderne und Postmoderne aus einer ganzheitlichen Sicht zu transzendieren und die jeweiligen Weisheiten zu bewahren. Wir haben mit der DIA eine Brücke zu unseren amerikanischen Kollegen gebaut, d. h. nicht nur zu Ken Wilber selbst, sondern auch zu Diane Hamilton, Terry Patten, Jeff Salzmann, Genpo Roshi, Dr. Susan Cook-Greuter oder Steve Macintosh, um nur einige zu nennen. Seitdem hat sich das Integrale im deutschsprachigen Bereich und in Europa selbst weiterentwickelt, und sich viel stärker mit den eigenen Wurzeln und der eigenen

nur als zunehmend bewusstes Leben entfalten kann. Diesen Lebensimpuls, der sich seiner selbst bewusst werden muss, um nicht blind, sondern gestaltend und verstehend zu wirken, habe ich als einen „Ruf der Seele“ für mich gehört.

MH: DIA wird ab 2015 von einem Kompetenzteam geführt?

SST: Am Anfang musste ja jeder alles machen, weil noch kein Team vorhanden war. Heute ist das zum Glück anders: Unser Vierer-Team aus Stefan Schoch (Leitung und Organisation), Raymond Fismer (Finanzen), Daniela Borschel (Marketing) und mir selbst (Programmleitung) bringt ganz verschiedene Fähigkeiten mit, die keiner von uns alleine alle abdecken könnte. Professionalität und Vielfalt in der Einheit soll sich auch in Kooperationen und im Referententeam widerspiegeln. DIA soll sich zu einer Referentenorganisation mit einer relativen fachlichen Autonomie im integralen Kontext entwickeln.

mit einem gemeinsamen integral-evolutionären Verständnis und ein gemeinsames Feld entstanden, das sich auch verstärkt in DIA einbringen kann. Ich denke auch an eine verstärkte Kooperation mit der Villa Unspunnen in der Schweiz, einem der bedeutendsten und zugleich schönsten spirituellen Orte Europas. Ich arbeite für DIA schon jetzt mit Annette Kaiser, der spirituellen Leiterin der Villa und Thomas Steininger im Ausbildungsprogramm „menschen in spirit“, zusammen, das soll auch 2016 fortgesetzt werden. Wir wollen auch die Kooperation mit Joachim Galuska und der Akademie Heiligenfeld vertiefen, eine der bedeutendsten Einrichtungen in Deutschland, die eine beseelte Psychotherapie und lebenszugewandte Spiritualität vertritt. Ebenso mit der Unternehmensberatung Trigon, mit denen du ja schon aktiv bist. Das sind einige nächste Schritte und ich denke und hoffe, wir können in 2015 die Grundlagen für die nächsten Jahre legen.



Michael Habecker: Marion, es gibt so vieles, was du schon gemacht und wo du mitgewirkt hast. Von der Öffentlichkeitswirksamkeit her ist dabei sicher die *simplify*-Bewegung herausragend.

Marion Küstenmacher: Ja, wobei mein Mann dabei das Gesicht für die Öffentlichkeit ist. Als wir das *simplify*-Konzept entwickelten, war die Jüngste unserer drei Kinder erst drei Wochen alt. Ich konnte viel von zu Hause aus recherchieren und Artikel schreiben, das war ideal. Nach acht Jahren Chefredaktion wollte ich mich aber auf spirituelle Themen konzentrieren und bin ausgestiegen, um was Neues machen zu können.

MH: Jetzt schreibst du viel über Mystik. Nicht gerade ein einfaches Thema.

MK: Dabei geht es immer um Einfachheit! Den Bewusstseinsstrom vereinfachen, Besitz oder Statussymbole loslassen – das alles sind Zeichen echter Spiritualität und Mystik. Darum erzählt auch Jesus ständig Geschichten vom erlösenden Verzicht. Der christliche Begriff für freiwillige Entäußerung ist *kenosis*. Gott hat das selbst getan, um in Jesus Mensch zu werden – und ich füge hinzu: wie in uns *allen* auch. Ähnlich wird in der jüdischen Mystik von einem Rückzug oder einer Selbstkontraktion Gottes gesprochen, *tzimtzum*, so schafft der Geist Raum für die Entfaltung aller Phänomene. Mystiker ahmen das nach. Jede Entäußerung oder Selbstrücknahme erzeugt einen „Hohlraum“, eine kreative Leere, ein pulsierendes Nichts, das als Tor zu Gott, zur Unendlichkeit, zum grenzenlosen Bewusstsein dienen kann. Letztlich eine sehr einfache Strategie.

MH: Wenn man sich demgegenüber die integrale Theorie anschaut, das sieht ja erst einmal nicht nach Vereinfachung aus. So viele veröffentlichte Bücher, Audios, Videos – was reizt dich daran?

MK: Letztlich frage ich mich immer, was sich in meinem Leben als Kraft erweist, aus der ich leben und mit der ich andere besser verstehen kann. Die integrale Spiritualität und Philosophie hat mir da in existenzieller Hinsicht geholfen. Mein erstes Wilber-Buch war 1996 *Mut und Gnade* gewesen. Es half mir, den frühen Krebstod meiner Mutter besser zu verstehen.

1997 bin ich mit 41 noch einmal schwanger geworden. Ich habe dann, relativ weit fortgeschritten in der Schwangerschaft, eines Nachts in einer subtil-klaaren Lichterscheinung erfahren, dass ich das Baby hergeben muss. Am nächsten Tag war klar, dass das Baby nicht mehr lebt. Ich musste es tot auf die Welt bringen. Das war für mich eine Form von Leere, die eiskalt war. Es war genau das Gegenteil von dem, auf das eine Frau in dieser Situation eingestellt ist. Du bist erfüllt. Du bist „guter Hoffnung“, wie es so schön altmodisch heißt. Es will etwas wachsen, es will etwas werden, und tausend Möglichkeiten zu lieben entstehen in dir. Und das ist dann über Nacht weg.

Danach war ich monatelang in einem Zustand, in dem ich nicht mit der Welt klar kam. Ich hatte ja schon zwei Kinder und habe „funktioniert“. Der Mensch kann das, irgendwie funktionieren, aber im Inneren war ich wüst und leer. Das einzige, was in mein Inneres vordringen konnte, in diese kalte Leere, war Geist. Das war der Moment, wo ich *Eros Kosmos Logos* in die Hand bekam. Ich wusste beim Lesen immer, dass dieses Buch auf dem Boden von Ken Wilbers eigener Schmerzerfahrung gewachsen war, die er in *Mut und Gnade* beschrieben hatte. Er hatte diese Leiderfahrung und ist ihr nicht ausge-



wichen, er hätte seine kranke Frau ja auch verlassen können. Aber er ist geblieben. Er hat mit ihr zusammen die geistige Dimension und die körperliche Erfahrung, diesen Schrecken, bis zum Ende erforscht. Ich konnte ihm vertrauen.

Eros Logos Kosmos war für mich ein Schutzraum aus reinem, klarem Geist, der ein neues Weltbild aufbaute – und mich auch. Später hatte ich natürlich noch andere Erfahrungen mit dem Buch, wie z. B. die scharfen Auseinandersetzungen in den Anmerkungen. Aber entscheidend war: Ich bin lesend wieder zurückgekehrt, aufgewacht und lebendig geworden. Und bin dann tatsächlich noch einmal schwanger geworden! Ein integraler Prozess aus Involution und Evolution, wenn du so willst.

MH: Diese Verbindung bei Wilber von Geist und Leid, die er persönlich durchlebt hat, ist erschütternd. Für mich ist das ein größeres Gestaltbild, das weit hinausreicht über seine eigene Person.

MK: Ja, das sehe ich auch so. Es lehrt uns ein Erwachen, hin zu einer wachsenden Teilhabe am Leid der Welt. Diese Teilhabe können wir in allen Religionen finden. Das große Mitleiden, das Erbarmen erbaut einen interreligiösen, gewaltfreien Raum für alle.

MH: Ich bin sehr bewegt von deiner Schilderung, wie sich auch in schriftlichen Äußerungen Logos bzw. Geist artikuliert, weit entfernt von trockenem so genannten mind-stuff.

Veränderung braucht einen langen Atem

MK: Ja, Wilbertexte schmecken für mich wie gutes Schwarzbrot, nicht wie trockenes Knäckebrot. Trotzdem sind sie für viele kaum lesbar. Wenn ich bei Vorträgen oder bei Gesprächen mit Freunden irgendwelche Themen integral anreichere, ohne das an meine konkrete Lebenswirklichkeit zu binden – oder die meiner Zuhörer – dann heißt es schnell „ah, jetzt kommt wieder Integralsprech“. Es erscheint kopflastig.

Doch mir ist aufgefallen, dass über die Jahre die Sprache von Wilber immer farbiger und bildreicher geworden ist. Er hat das Feld wirklich durchlebt und durchlitten und nun blüht es. Viele von denen, die nur darüber nachdenken, haben das nicht. Ich achte also sehr darauf, ob echte Seelenbilder dazukommen. Die Frage ist, ob jemand intuitiv aus der Tiefe gespeist wird. Dann findet er wirklich originäre Bilder und bereichert damit die Depots des Geistes. Deswegen wird man zum Beispiel auch mit bestimmten Bibel- oder Mystikertexten nie fertig werden. Darin sind so tiefe Seelenbilder enthalten, aus denen der Geist jede neue Generation bzw. Bewusstseinsstufe ansprechen und neues schöpferisches Potential aktivieren kann.

MH: Du hast diesen Impuls aufgegriffen und in einen Zusammenhang gebracht mit deiner Lebens- und Berufserfahrung, und ein Ergebnis davon ist das Buch *Gott 9.0*. Ich vermute, dass dieses Buch das bekannteste deutschsprachige Buch ist, das nicht von Wilber selbst ist, aber von seiner Arbeit inspiriert wurde. Es hat jetzt die sechste Auflage erreicht und wird bald auf Englisch erscheinen. Wie hat sich das alles entwickelt?

MK: Über die Wilber-Lektüre kam ich dazu, zusammen mit meinem Mann bei Don Beck die Ausbildung in *Spiral Dynamics Integral* (zu den Bewusstseinsstufen nach Clare Graves) zu machen. Dazu entstand eine große Materialsammlung für meine Seminare und Vorträge, kombiniert mit der christlichen, jüdischen und islamischen Mystik. Nach einem Vortrag rief mich unser alter Freund Tilman Haberer an, und wir beschlossen, uns zu dritt auszutauschen. Die beiden Männer haben dann recht bald gesagt, „da machen wir jetzt ein Buch draus“. Ich hatte immer darauf gewartet, dass irgendwann ein schlauer Unitheologe das Thema aufgreifen würde ...

Jetzt, angeregt durch unser Buch, wird das tatsächlich ein Thema auch im universitären Bereich, bis hin zur Erforschung der Bewusstseinsstufen in Predigttexten. Das ist ganz spannend. In diesem Sinn ist *Gott 9.0* ein Aufklärungsprojekt, bei dem Menschen dazu eingeladen werden, ihre eigene religiöse Tradition neu zu betrachten und auch weiterzuschreiben. Das braucht Zeit. Es muss vor dem Hintergrund der eigenen Lebenserfahrung lebendig werden. Ich habe das auch nicht von einem auf den anderen Tag kapiert, und mein Lernen geht immer weiter.

MH: Neben anderen Aspekten ist ein Hauptanliegen des Buches die Verbindung der Themen Religion und Entwicklungspsychologie. Diese Verbindung fehlt an allen Ecken und Enden. Beobachtet man z. B. politische Diskussionen zum Thema Religion, dann fällt auf, wie wichtig es wäre, bei jeder Erwähnung von „Religion“ dazuzusagen, von welcher Ebene von Religion man spricht, weil auf jeder der Entwicklungsstufen eine ganz andere Art von Religion existiert, und zwar für alle Religionen.

MK: Ja, besonders bei Zeitungsartikeln wünscht man sich einen aufgeklärteren Journalismus. Andererseits ist das Entwicklungsbewusstsein in der Gesellschaft größer, als es auf den ersten Blick scheint. Die meisten Eltern kennen heute verschiedene Entwicklungsstufen von Kindern. Erzieherinnen oder Religionspädagogen haben schon von Kohlberg, Kegan usw. gehört. Da kann man immer andocken und die Linie ins Er-

wachsenalter verlängern. Die Reise geht weiter!

Das Problem ist nur, dass man bei uns in der Kirche von der Dogmatik her an die traditionell-blaue¹ Decke stößt. Das ist unser großes Dilemma. Man darf schon in Entwicklungskategorien denken, auch bis postmodern-grün, aber dogmatisch ist diese ehrwürdige blaue Decke da. An der haben Generationen kluger Köpfe gearbeitet, die reißt du nicht so schnell ohne Verlustängste ein. Und denjenigen, die den Transfer von der Stufe traditionell 4.0 zu modern 5.0 machen, und darauf weist Wilber auch hin, fehlt oft die Tiefe. Denn meist handelt es sich nicht um echte Transformation, die immer ein echter Tod des bisherigen Welt- oder Gottesbildes ist. Oft fehlt auch die kontemplative Praxis, die so eine Art rettendes Binsenkörbchen ist, wenn man auf dem offenen Meer treibt und vom alten Paradigma zum neuen unterwegs ist. Der geschulte Geist ist dann der Tröster und Beistand, wie Jesus sagte. Wir brauchen also integral geschulte Prozesstheologinnen, die diese Aufklärungsarbeit behutsam betreiben und gleichzeitig selbst eine eigene spirituelle Praxis haben.

MH: Gesellschaftlich wird die Welt zurzeit einmal mehr durch einen religiösen Fundamentalismus herausgefordert, das Thema brennt buchstäblich. Meditation alleine bietet hier keine Lösung und kann – im Gegenteil – zu schrecklich blinden Flecken führen, wie sie im Buch *Zen, Nationalismus und Krieg* dokumentiert sind.

MK: Das Buch zeigt, dass Schattenarbeit ein permanenter Aspekt der integralen Lebenspraxis und jeder Philosophie oder Religion sein muss. Diese Arbeit ist ein Weg, den schon die alte Beichtpraxis gegangen ist. Das kann sehr befreiend oder wiederum belastend sein, je nachdem, ob dort selbst wieder ein großer Schatten

¹ Ein Hinweis: die Farbbezeichnungen beziehen sich auf das Entwicklungsmodell SpiralDynamics.

drauf liegt. Jetzt haben wir eine neue Begrifflichkeit und eine neue Struktur dafür, doch von der eigentlichen inneren Dynamik ist es der gleiche Prozess.

MH: Das ist eine schöne Anknüpfung an das, was Wilber als „Weisheit der Prämoderne“ bezeichnet.

MK: Ja, und da gibt es auch viel zu entdecken, denn die blaue Stufe hat ja in einer 6000jährigen Anstrengung nicht weniger geleistet, als eine große Klammer zu bilden von den Stufen 1.0 bis 4.0. Das war ein früher integraler Prozess, der nun von uns für die späteren Stufen fortgesetzt und erweitert werden will. Das macht uns bescheidener und bewusst, in welcher langen Reihe wir stehen und was wir denen zu verdanken haben, die vor uns waren. Das freut mich auch in meiner eigenen Tradition.

Christsein ist derzeit nicht gerade en vogue, auch nicht bei den Integralen. Viele Menschen, deren Bewusstsein 5.0 erreicht hat, können mit der 4.0 Botschaft der Kirche nichts mehr anfangen. Doch es hat auch etwas Faszinierendes, wenn man sagt, ich bleibe Teil dieses alten Pilgerzuges. Für mich ist es die Mitte meines Weges, wo ich die Weiterentwicklung mittrage und mich darüber freue, was wir heute gemeinsam mit den anderen Religionen entdecken können. Und die Schatten müssen aufgedeckt werden. Das waren übrigens zwei Schwerpunkte meines Studiums: Literatur als Transportmittel gesellschaftlicher Ideologien und Kirche im Dritten Reich. Vieles daran war ein Horror, ein wirklicher Horror und Schmerz. Aber er weckte auf.

Wilbertexte schmecken für mich wie gutes Schwarzbrot, nicht wie trockenes Knäckebrötchen.

MH: Du hast deine Seminarpraxis erwähnt, wo es darum geht, nicht nur zu verstehen sondern auch zu erfahren. Kannst du ein Beispiel einer Erfahrungsübung zu einer der frühen Entwicklungsstufen geben?

MK: Was ich in den Seminaren beobachtet ist, dass es Menschen gibt, welche die traditionelle Stufe 4.0 unbesetzt haben wollen. Damit können sie aber oft auch die Qualitäten oder –spirituell gesprochen – die Charismen dieser Stufe nicht schätzen. Blau 4.0 muss aber mit ins Boot, damit es nicht zum Schattenfeld wird, sondern zum Segen. Ich helfe also den Teilnehmern, wie sie persönlich die Charismen jeder Stufe für sich aufdecken können, von ganz unten angefangen. Wo verkörperst du selbst Aspekte davon, wo spiegeln sie sich in deiner Biografie? Nehmen wir die purpur-magische Stufe 2.0. Hast du wirklich „Vater und Mutter verlassen“? Wie hast dich aus deiner Ursprungsfamilie heraus entwickelt und dich selbständig gemacht? Was nimmst du mit als positives Erbe? Welche emotionale Sehnsucht bringt dieses magisch-purpurne Feld in dir immer wieder zum Schwingen, wie z. B. den Wunsch nach dauerhafter, bedingungsloser Zugehörigkeit? Was wartet auf Versöhnung?

Instinktiv weiß jeder auf Anhieb, wie es sich die Not dieser Stufe anfühlt oder wo der Schatten sitzen könnte. Wenn man das schwarze Schaf in der Familie ist, oder wenn man nach Hause kommt und weiß, dass man dort über bestimmte Dinge nicht reden darf. Daran können sich Übungen anschließen, wie z. B. eine Aufstellung der eigenen Ahnenreihe und ein Hineinspüren in diese Kraft des Lebens. Besonders inte-



ressant sind hier Aufstellungen mit Menschen ohne eigene Kinder, die plötzlich spüren, dass die Ahnenreihe nicht durch sie weitergeht und sie nicht biologisch weitergeben, was sie empfangen haben. Hier kommen die höheren Bewusstseinsstufen ins Spiel, wo es nicht nur auf Blutsverwandtschaft ankommt. Hier gibt es das unendliche Feld der Geistes- und Seelenverwandtschaft. Dort fließt dann die Energie, der Reichtum und die Liebe hin, und das ist sehr erleichternd und entlastend.

MH: Das kann ich als Gitarrenpädagoge ohne eigene Kinder unmittelbar spüren.

MK: Deine Vaterenergie fließt in dein pädagogisches Wirken, zu deinen Schülern, in deine Musik und natürlich auch in das integrale Feld, das du seit Jahren mit ernährst. Du hast auch meinen Geist mit gefüttert. Danke!

MH: Was ich von dir noch gerne hören würde ist, was du dir wünschst, für dich persönlich, für die Welt, und was du sonst noch gerne erwähnen möchtest.

MK: Ich bin evangelisch, aber sehr glücklich über die Bewegung, die durch Papst Franziskus in die katholische Kirche gekommen ist. Seit er Papst ist, werde ich viel von katholischer Seite eingeladen, dort hat man richtig Lust zur Verände-

rung, teilweise sogar mehr als im evangelischen Bereich, weil dort ja manchmal das Gefühl vorherrscht, man wäre schon weiter. Ein Beispiel dafür ist die Veranstaltung des Bistums Hildesheim zum Thema *Christliche Mystik und integrale Spiritualität* in diesem Jahr, anlässlich einer Tausendjahrfeier, wo wir beide auch eingeladen sind, beizutragen. Ist es nicht toll, wie hier Türen aufgehen?

Dann habe ich über die Leserinnen und Leser unseres Buches gelernt, dass Menschen aus allen möglichen Geisteswelten doch auch eine gemeinschaftliche Blickrichtung haben, und das gibt mir viel Kraft. Politisch erleben wir gerade extreme Zuspitzungen, und es ist nicht klar, ob das schon der Höhepunkt ist oder ob es noch schlimmer wird. Es gibt Stimmen die sagen, was wir mit dem Islamischen Staat erleben, ist ein innerislamischer Krieg. Er markiert den Druck vor einer Aufklärungswelle des Islam, wo noch keine spirituellen Führer und Kräfte erkennbar sind, die – wie bei uns ein Luther oder Kant – dem modernen Bewusstsein den Weg weisen könnten. Sie müssten zu einer Integration und Befriedung fähig und gleichzeitig auf glaubwürdige Weise in der islamischen Philosophie und Spiritualität verankert sein.

Schon jetzt gibt es wichtige Ansätze zur Weiterentwicklung wie die Bücher von Mouhanad Khorchide, und die islamische Mystik reicht bis ins Nonduale. Doch eine koordinierte Anstrengung islamischer Gelehrter, die den Fundamentalismus in die Schranken weisen, ist noch nicht erkennbar. Vielleicht fehlt ihnen die Sprengkraft ihrer eigenen Mystik. Bevor Luther Rom herausgefordert und nach außen gewirkt hat, hat er mystische Schriften studiert und herausgegeben, die *Theologia Deutsch* zum Beispiel. Mystiker bemühen sich um maximale Tiefe bei größtmöglicher Spanne, wie Wilber sagt. Dabei wird man wie von selbst auch ein Stück institutionsfremd, weil man ihre Machtgebiete unterläuft, sobald man Bewusstseinsgrenzen überschreitet.

Wir brauchen integral geschulte Prozesstheologinnen, die diese Aufklärungsarbeit behutsam betreiben und gleichzeitig selbst eine eigene spirituelle Praxis haben.

MH: Und die Einheit der Christen, die Ökumene? Siehst du das mehr als eine Einheit in Vielfalt, mit vielen unterschiedlichen christlichen Strömungen, oder wünschst du dir mehr Gemeinsamkeit, oder ist alles gut so wie es ist?

MK: Einheit in Vielfalt, das wäre das postmodern-grüne Konzept von 6.0. Ich finde das, ehrlich gesagt, ein bisschen billig, weil man unter dem Mäntelchen der Einheit-in-Vielfalt leicht wieder seine konfessionalistischen Trennlinien ziehen kann, z. B. bei der Frage wer zum Abendmahl darf und wer nicht. Ich bin nicht mehr an einer konfessionellen Theologie in Form von Grenzziehungen interessiert. Ich sage aber nach wie vor „ich bin evangelisch“ und fühle mich gleichzeitig durch meinen katholischen Vater mit der katholischen Kirche verbunden. Konfessionalität setzt religiöse Wahlfreiheit voraus. Darum fühle ich mich einem transkonfessionellen, evolutionär-prozessorientierten und mystischen Christentum angehörig. Dies ist aber kein Weg, der sofort für

alle gangbar ist. Wer in seinen vertrauten „Räumen“ zu Hause ist und diese nicht verlassen möchte, muss diese Freiheit haben. Aber die Türen sollten für die anderen offen bleiben.

Doch wo ich mir mehr gestalterischen Mut, Abenteuergeist und das Charisma roter Exodusenergie (3.0) wünschen würde, wäre bei den Kirchenleitungen, damit uns die nächste Generation nicht verloren geht. Ich begegne zum Glück vielen lebendigen Menschen, die selbst bereit sind, Veränderungen in ihren Kirchen mitzutragen. Natürlich braucht es für diese großen Prozesse einen langen Atem. Aber wir leben doch in einer Zeit der rasanten, globalen Vernetzungen und wir haben nun Wilbers großartiges Werk zur Bewusstseinsweiterung. Kants *Kritik der reinen Vernunft* stand noch von 1827 bis 1966 auf dem Index der katholischen Kirche – Wilbers Integrale Philosophie kann sich heute unter Christen ungehindert verbreiten. Da wächst so viel, auch durch eure tolle Basisarbeit hier in Deutschland! Das ist Geist selbst, der die Prozesse vorantreibt. Oder salopp gesagt: „Wenn die Zahnpasta mal aus der Tube ist, kannst du sie nicht wieder reinquetschen“. Aus integraler Sicht ist das eindeutig eine gute Nachricht. ❖

Marion Küstenmacher ist Autorin von über 30 Büchern zu Lebenshilfe, Bewusstseinswandel, integraler Spiritualität und Mystik. 2010 wurde sie mit dem Argula-von Grumbach-Preis für eine Arbeit über die Sophia-Weisheit ausgezeichnet.

Sie studierte in München und Tübingen evangelische Theologie, Germanistik und Philosophie, arbeitete dann als Verlagslektorin und Redakteurin an der Schnittstelle zwischen Spiritualität und Psychologie. Zahlreiche Weiterbildungen in Tiefenpsychologie, Persönlichkeitstypologien, Wertimagination und Spiral Dynamics Integral. Seit 25 Jahren hält sie Vorträge und Seminare und begleitet spirituelle Besucher bei ihren transformatorischen Prozessen. Sie ist verheiratet mit dem Bestsellerautor Werner Tiki Küstenmacher und lebt in der Nähe von München.



Michael Habecker: Klaus, du hast kürzlich ein wunderbares Buch mit dem Titel *Die Medizin heilen – An der Schwelle einer neuen Gesundheitskultur* veröffentlicht und ich möchte mit einer Frage zu deinem Weg beginnen, der u. a. auch zu diesem Buch geführt hat.

Klaus Dieter Platsch: *Die Medizin heilen* ist ein Buch, das in einer Reihe von Büchern als Spiegel meiner eigenen Entwicklungen steht. Darin kommen verschiedene Strömungen in meinem Leben zusammen. Ich bin Arzt aus Leidenschaft, und das hat mich u.a. zu einer intensiven Beschäftigung mit der Komplementärmedizin geführt. So habe ich mich bis zum heutigen Tag sehr intensiv mit chinesischer Medizin beschäftigt, woraus auch zwei Standardlehrbücher entstanden sind. Ein weiterer Strom ist meine Beschäftigung mit der Psychotherapie. Ich habe selber zwei Jung'sche Analysen gemacht und so eine Verbindung von Psychologie und Medizin herstellen können, die weit über die Psychosomatik hinausgeht. Als einen weiteren Strom – und den möchte ich als den fundamentalsten Strom bezeichnen – sehe ich meinen spirituellen Weg, der vor fast dreißig Jahren begann. Hierdurch ist ein völlig neuer Blick auf die Medizin entstanden. Ich durfte erfahren, dass wir Menschen mehr sind als Körper, Psyche und soziale Umgebung. Es treten die Sinnfragen und die persönliche Anbindung an etwas Umfassenderes – wie auch immer das jemand formuliert – in den Vordergrund, und eine Medizin, die adäquat sein möchte, hat darauf zu antworten.

MH: Du beginnst dein Buch mit einer Betrachtung des „Systems Medizin“, von der Außenseite herkommend, und beziehst dann aber die Innenseite sofort mit ein, wie du es eben auch schon angesprochen hast, als der Bedeutung des Bewusstseinsaspektes. Aus diesem großen Komplex möchte ich einen Punkt herausgreifen und dich dazu befragen. Der Be-

griff Placebo ist allgemein bekannt als etwas, das wirkt, ohne dass ein physischer Wirkstoff dabei im Spiel ist, und du erwähnst in diesem Zusammenhang den Begriff *Nocebo*, als eine krankmachende Information. Was meinst du damit, wie erlebst du das selbst und was kann man tun, um diese Einflüsse zu vermeiden?

KDP: *Nocebo* als Begriff heißt zuerst einmal „ich schade“. Letztendlich können wir darunter alles verstehen, was einen Heilungsprozess behindert oder ihn sogar unmöglich macht. Hier kommt unsere inneren Einstellung, unsere Haltung, also das Bewusstsein, in dem wir stehen, eine zentrale Rolle zu. Unser Bewusstsein ist viel mehr als unser Denken. Wir können uns in unserem Denken viel Gutes oder auch Negatives vorstellen, doch das allein ist nicht sehr wirksam. Auf einer tiefen inneren Überzeugungsebene ist unser Bewusstsein jedoch unendlich stark. Das Bewusstsein ist so stark, dass es sämtliche biologischen Abläufe beeinflusst. Ein eindrückliches Beispiel dafür stammt aus der Zeit am Ende des zweiten Weltkriegs – eine Begebenheit, die die Erforschung der Placebo/*Nocebo*-Wirkung drastisch beflügelte. Der Lazarettarzt Harry Beecher hatte für die Verletzten kein Morphium mehr und injizierte ihnen stattdessen Kochsalzlösung, wovon sie überraschenderweise genauso schmerzfrei wurden wie mit Morphium. Sie waren einfach davon ausgegangen, dass sie weiterhin Morphium bekamen. In der modernen, wissenschaftlichen Forschung lässt sich tatsächlich zeigen, dass bei der Gabe von Morphium wie auch von Kochsalzinjektionen dieselben hirnneurologischen Abläufe stattfinden,

sofern der Patient die Kochsalzinjektion für eine Verabreichung von Morphium hält – er also fest daran glaubt, ein potentes Mittel zu bekommen. Es werden dieselben Neurotransmitter ausgeschüttet, dieselben Hirnareale aktiviert oder inaktiviert. Und das ist schon spannend, dass mit der tatsächlichen Gabe des Medikaments oder durch den Glauben, ein solches zu bekommen, biologisch und physiologisch dasselbe passiert. Die Kraft der Überzeugung kann in beide Richtungen wirken: positiv wie negativ. Wenn jemand eine negative Einstellung hat, z.B. davon überzeugt ist, „das wird nichts mehr mit mir, ich werde nie mehr gesund, ich werde sterben, ich werde nie mehr in meinem Leben schmerzfrei“, dann ist die Wahrscheinlichkeit groß, dass genau das passieren wird. Dafür gibt es viele Beispiele in der medizinischen Literatur. In einem berichteten Fall sagten die Ärzte einem Krebskranken, dass er nur noch wenige Wochen zu leben hätte. Die Ärzte, die Familie und er selbst lebten von da an in dieser Überzeugung. Der Patient ist der Erwartung entsprechend in wenigen Wochen gestorben. Als man ihn

Die Medizin heilen

obduzierte stellte man fest, dass sein Tumor gar nicht die Todesursache war, der Tumor war gar nicht gewachsen, sondern er ist letzten Endes an der Überzeugung gestorben, dass er bald sterben würde.

Ein Beispiel in meiner Praxis ist mir immer noch deutlich vor Augen: ein Zwillingsspaar, Ende zwanzig, beide an Multipler Sklerose erkrankt. Sie litten unter vielen Krankheitsschüben, mit Lähmungserscheinungen, mit Sensibilitätsstörungen, mit Sehstörungen – das ganze Bild, was dazugehört. Sie reisten von Hamburg an den Chiemsee, um in meine Behandlung zu kommen. Wir haben nichts Außergewöhnliches gemacht; doch der entscheidende Punkt war, sie von der Diagnose „Multiple Sklerose“ zu entkoppeln. Mit jeder Diagnose verbinden wir auch Bilder, die in ihr enthalten sind. Wir sehen das Leiden, die Progression, können das alles im Internet nachlesen und auch anschauen. All diese negativen Informationen setzen eine Abwärtsspirale in Gang. Dadurch wird der Verlauf einer Krankheit in der Weise beeinflusst, wie er beschrieben wird. Die Aufgabe hier besteht darin, eine Entkoppelung von der Diagnose und damit von der Prognose vorzunehmen, und so haben wir vereinbart, nie mehr von multipler Sklerose zu sprechen, sondern nur noch die Symptome zu benennen: wie zum Beispiel eine Sensibilitätsstörung der Hand oder die eingeschränkte Bewegung eines Armes. Das war der Wendepunkt. Wir haben auch Behandlungen mit Akupunktur und anderen komplementären Methoden durchgeführt, aber diese Entkoppelung war das Zentrale. Beide Schwestern sind inzwischen seit fünf Jahren schubfrei, von kleineren Symptomen abgesehen. Jede Diagnose und die damit verbundene Krankheitslehre und Prognose kann wie ein Nocebo wirken. Ein ganz einfaches Beispiel dafür kennt jeder. Wenn wir den Beipackzettel eines Medikaments lesen, wenn wir all die teils schwerwiegenden Nebenwirkungen in uns hineinziehen, dann gelangt man sehr leicht zu der Überzeugung, ein schädliches und gefährliches Mittel einnehmen zu müs-

sen. Und viele von den Nebenwirkungen, die beschrieben werden, kommen genau dadurch zustande. Eine Chemotherapie z.B. kann viele, auch gravierende Nebenwirkungen haben. Diese Nebenwirkungen ängstigen die Menschen. Wenn wir uns zu stark auf die schädlichen Nebenwirkungen konzentrieren und Angst haben, sie zu bekommen, dann bekommt ein hoher Prozentsatz der Patienten genau diese Nebenwirkungen. Ohne ein zu genaues Wissen über die Nebenwirkungen treten sie tatsächlich weniger auf. Und noch viel weniger Nebenwirkungen entstehen, wenn man das Medikament nicht als ein notwendiges Übel betrachtet, sondern es als Heilmittel ansehen und nehmen kann. Wenn es möglich ist, z.B. selbst eine Chemotherapie nicht als etwas Zerstörerisches anzusehen, sondern als ein Geschenk und Heilmittel, welches einem die Chance gibt, wieder gesund zu werden, dann „fülle“ ich das Medikament statt mit den Nocebo-Informationen der Nebenwirkungen mit dem Licht der Heilung.

MH: Daran möchte ich gerne anknüpfen. Du hast eine Reihe von Möglichkeiten erwähnt, wie ich mit meinem eigenen Geist umgehen kann. Das kann ich sofort machen, dazu brauche ich mir kein Rezept verschreiben zu lassen – wie gehe ich mit Informationen von außen um, die auf mich einströmen, die ich aktiv im Internet suche oder die auf dem Beipackzettel stehen, und wie gehe ich mit dem um, was an inneren Stimmen und Stimmungen in mir erscheint? Ich habe ein Erleben, z. B. im Brustbereich, und sofort kommt meine persönliche Diagnose und Bewertung dazu. Ich habe verstanden, dass es erst einmal wichtig ist, die Phänomene die dabei auftreten, als solche zu nehmen, und dass positives Denken dabei nicht sehr tief geht. Was kann ich noch tun bzw. unterlassen?

KDP: Positives Denken bringt uns von der Realität dessen, was ist, weg. Das hilft uns nicht. Der Denkprozess alleine ist nicht tiefgreifend genug, um irgendetwas zu

verändern. Tiefgreifend ist eine Überzeugung, die für uns eine wirklich unumstößliche Botschaft birgt. Als Betroffener habe ich natürlich die Wahl, welche Informationen ich in mich hineinnehme. Um diese Wahl jedoch haben zu können, braucht es ein Bewusstsein und eine Einsichtsfähigkeit darüber, was Informationen mit mir machen und wie sie wirken. Es ist schon zentral dabei, nicht wegzuschauen, sondern erst einmal genau hinzuschauen, was ist. Was für eine Erkrankung da ist. Und dazu braucht es eine klare Diagnose. Das ist der Ausgangspunkt, von dem ich ausgehen und mich fragen kann: „Was mache ich jetzt damit?“. Darin liegt eine Wahlmöglichkeit. Diese Wahlmöglichkeit ist jedoch eingeschränkt durch die Regeln unserer Mainstreammedizin. Von dort kommen bestimmte Vorgaben. So gibt es auch therapeutische Leitlinien, die Ärzten vorschreiben, wie etwas zu behandeln sei. Und da gibt es ein forensisches Problem – und das sage ich mit einem Bedauern –, dass nämlich die forensischen Vorgaben, was beispielsweise die Aufklärung von Erkrankungen und Therapien angeht, für meine Begriffe weit überzogen werden. Wir fokussieren uns damit viel zu sehr auf die möglichen Nebenwirkungen, die Nachteile und bedrohlichen Folgen von Krankheit und Therapie. So halten wir ständig negative Informationen im Blick, die die Spirale nach unten gehen lassen und das Heilsame torpedieren. Unsere Mainstreammedizin ist leider inhaltlich und auch juristisch derart gepolt, dass sie nicht unbedingt das Vertrauen in einen Heilungsprozess stärkt. Da müssen wir uns als Ärzte und Therapeuten entscheiden, welchen Weg wir gehen wollen. Und die Patienten müssen die Wahl treffen, mit welchem Arzt oder Therapeuten sie arbeiten wollen und wem sie vertrauen. Als betroffener kranker Mensch kann ich, wenn ich meine Diagnose kenne und weiß worum es geht, mir die Art von Unterstützung suchen, die mir hilft, das Vertrauen in mein eigenes Heilpotenzial wiederzufinden und mir eine Umgebung zu schaffen, die für mich heilsam ist.

MH: Da spielt das private Umfeld eine Rolle. Dessen Kommunikationsverhalten ist sicher auch ein wichtiger Faktor. Was könntest du medizinischen Laien dabei empfehlen?

KDP: Die Dinge sind ja nie schwarzweiß. Ich möchte an dieser Stelle das Thema der Selbsthilfegruppen ansprechen, als eine Umgebung, die ich selber wählen kann. Auf der einen Seite sind Selbsthilfegruppen sehr hilfreich, weil sie viel über Erkrankungen und den Umgang damit aufklären. Auf der anderen Seite beschäftigen sich Selbsthilfegruppen fast ausschließlich mit dem Kranken. Der Fokus liegt auf der jeweiligen Erkrankung und es dreht sich ständig um dieses Thema. Ich habe in einem meiner früheren Bücher, dem Buch *Das Heilende Feld*, den Vorschlag gemacht, keine Selbsthilfegruppen für spezielle Krankheiten aufzubauen, sondern Selbsthilfegruppen zu schaffen, die sich auf das heilsame Potenzial im Menschen ausrichten. Wie kann eine Selbsthilfegruppe dem kranken Menschen dabei helfen, aus der Tiefe heraus wieder gesund zu werden? Der Fokus richtet sich dann auf das Heile und den Heilungsprozess. Die Mainstreammedizin macht genau das Gegenteil. Sie hält den Fokus auf die Pathologie, auf das, was krank ist. Dagegen entsteht ein wirklich heilsamer Umgang dann, wenn wir den Fokus auf das, was gesund ist, halten. Das nennen wir Salutogenese. In diesem Wort steckt das lateinische Salus, was Heil bedeutet. In bestimmten ärztlichen und medizinischen Kreisen gibt es erfreulicherweise eine solche Entwicklung.

MH: Das ist auch ein zentrales Thema deines Buches, Heilung als das Natürliche zu sehen, als den tiefsten Ausgangspunkt, und es geht darum, dies nicht nur zu denken, sondern zu verinnerlichen. Hier ist auch der Bezug zur Spiritualität sehr konkret.

KDP: Der natürlichste Zustand im Menschen ist der, dass wir heil sind. Wir ha-

ben in uns ein unendliches Potenzial an Heilkraft. Wäre das nicht so, würden wir alle die ersten Lebenswochen nicht überstehen. Man sieht das z.B. deutlich an der Wundheilung. Eine Schnittwunde heilt ohne unser Zutun. Ein Knochenbruch heilt aus eigener Kraft heraus. Was wir medizinisch tun, ist lediglich den Knochen ruhigzustellen, im Sinne der ärztlichen Begleitung und Hilfe. Doch der Prozess selber geschieht völlig ohne ärztliche Hilfe. Und wenn wir ehrlich sind, dann ereignen sich die allermeisten Heilungsprozesse nicht, weil wir so eine großartige Medizin haben (die haben wir tatsächlich), sondern weil der Mensch in sich selbst das Potenzial hat, gesund zu werden. Die für mich vorzüglichste Aufgabe von Ärzten und Therapeuten sehe ich darin, den Menschen in seinem eigenen

Auf einer tiefen inneren Überzeugungsebene ist unser Bewusstsein unendlich stark.

Heilungspotenzial zu begleiten, ihm zu helfen, Hindernisse auf dem Weg der Gesundwerdung aus dem Weg zu räumen, und die Bedingungen dafür zu schaffen, dass das eigene Heilungspotenzial greifen kann. Dies geschieht umso mehr, je mehr der Mensch in sich eine eigene Basis hat – im Sinne eines „Ich fühle mich ganz und heil“. Was ist dieses „ganz und heil“? Es meint, dass wir in uns selbst ruhen können, in uns selbst Sinn spüren, dass wir unser Leben so gestalten können, dass es gut für uns ist. Dass wir in uns eine gesunde stabile Ausrichtung im Leben haben und auf die Stimmigkeit unseres Lebens vertrauen. Diese Faktoren sind für jede Art von Heilung unendlich hilfreich.

Es gibt eine spannende Untersuchung von dem Heidelberger Arzt und Epidemiologen Grossarth-Maticzek aus dem

Jahr 1999. Er hat über 35.000 gesunde Menschen über einen Zeitraum von zwanzig Jahren untersucht. Zu Beginn der Untersuchung waren die Menschen etwa Mitte fünfzig bis Mitte sechzig Jahre alt und am Ende der Studie entsprechend zwanzig Jahre älter. Man postulierte fünfzehn Gesundheitsfaktoren, körperliche, psychologische, soziale und spirituelle Faktoren, von denen man annahm, dass sie förderlich für die Gesundheit seien. Diese Faktoren waren keine zu erfüllenden Aufgaben für die Probanden – sie wussten nicht einmal davon. Sie wussten nur, dass sie zwanzig Jahre später noch einmal auf ihren Gesundheitsstatus hin untersucht werden würden. Die Ergebnisse sind sensationell: Wenn alle Faktoren gelebt wurden, war keiner dieser am Ende hochbetagten Menschen ernsthaft krank. Wenn einer dieser Faktoren fehlte, sank diese Gesundheitsquote auf 50%. Das Spannendste daran war, dass bei denjenigen, die keine spirituelle Rückbindung hatten, keinen tieferen Sinn im Leben fanden, die Gesundheitsrate auf 25% gesunken war. Hieraus wird die zentrale Bedeutung von Sinn, spiritueller Anbindung und positiver Gottesbeziehung für die Gesundheit deutlich.

MH: Du hast auf die Bedeutung des Beziehungsaspektes für die Heilungsunterstützung hingewiesen. Darin enthalten ist ein – unvermeidbarer – Deutungsstil. Menschen berichten von Symptomen innerer oder äußerlicher Art und erwarten von ihrem Gegenüber vielleicht auch eine Deutung oder Erklärung. Hierbei eröffnet sich ein breites Spektrum von ebenso problematischen wie auch hilfreichen Äußerungen und das hat wiederum mit der Entwicklung des Gegenüber zu tun, mit Kontexten aus denen heraus etwas gesagt wird – wie gehst du mit dem Thema Deutung um?

KDP: Jede Deutung ist eine Interpretation vor dem Hintergrund der eigenen Lebenserfahrungen, der Konditionierung



gen. Von daher bin ich sehr zurückhaltend, was Deutungen von außenstehenden Personen gegenüber den Betroffenen angeht. Die Deutungshoheit hat für mich ganz klar der Patient oder die Patientin. Ich gebe lediglich Hilfestellungen, wenn solche Fragen auftauchen, Fragen nach Sinn und Bedeutung. Hilfestellungen, was das im Leben des kranken Menschen bedeuten könnte. Was ich versuche zu vermeiden, sind Deutungen im Sinne von „Ich bin schuld an meiner Krankheit“. Das ist eine absolute Nocebo-Deutung auf einer Negativ-Spirale nach unten, die auch nicht der Wirklichkeit entspricht. Niemand ist je an seiner Krankheit schuld. Ich finde es auch nicht sehr hilfreich, den Blick allzu sehr in die Vergangenheit zu lenken mit der Frage: „Warum ist die Krankheit entstanden?“ Entstehung von Krankheit betrifft immer auch einen Bereich, in dem wir nicht wissen und nicht wissen können – da bleibt immer ein Geheimnis. Für die Patienten ist die Frage sehr viel hilfreicher: „Was bedeutet die Krankheit in meinem Leben und wo führt sie mich hin?“ Da bin ich als Erkrankter sehr kraftvoll, weil ich hier in meinen Möglichkeiten bin, die mir eine Orientierung erlauben, wie ich weitergehen kann. Das ist etwas ganz anderes, als mich mit Vergangenen zu beschäftigen. Darin können wir als Ärzte unsere Patienten begleiten, sich diese Frage zu stellen und nach und nach eigene Antworten zu finden.

MH: Wir haben jetzt viel über das Individuum gesprochen und ich möchte gerne noch auf die Gesellschaft als Ganzes

schauen. Was ist deiner Meinung nach mit Blick auf das kollektive Bewusstsein im wahrsten Sinne des Wortes notwendig, damit all das, was du beschreibst, vom Juristischen über das Organisatorische zum Finanziellen, gewissermaßen von innen nach außen auf einen besseren Weg gebracht werden kann? Wie sähe ein gesellschaftliches Bewusstsein aus, das eine wie von dir beschriebene Medizin hervorbringt?

KDP: Die Medizin ist als ein Teil unserer Gesellschaft natürlich auch ein Spiegelbild des gesellschaftlichen Bewusstseins, in dem wir leben. Wir leben gesellschaftlich in einem rationalen und teils pluralistischen Bewusstsein, und so ist auch unsere Medizin gestaltet. Was uns fehlt, ist ein Bewusstsein, welches über das Individuelle und Pluralistische hinaus in eine allem zugrundeliegende tiefere Verbundenheit hinüber leitet – ein integrales Bewusstsein im Wilber'schen Verständnis. In *Die Medizin heilen* nehme ich bewusst die von fast allen Beteiligten im Gesundheitssystem empfundene Not als verbindenden Ausgangspunkt für die Entwicklung eines neuen Bewusstseins. Mehr oder weniger alle im System erleben Not: die Patienten, die Ärzte, die Standesorganisationen, die Krankenkassen, die Politik ... Alle sehen, dass das System an vielen Stellen auseinanderzufallen droht, und jeder versucht von seinem Blickwinkel aus, etwas zu unternehmen, damit das System am Laufen bleiben kann. Aber alle sind in Not, und die Not ist für mich der gemeinsame Nenner und die Einladung über die ausschließliche Perspektive jedes Einzelnen hinauszuschauen, um die Probleme – mit Albert Einsteins Worten – auf einer anderen Ebene zu lösen als der, auf der sie entstanden sind. Meine Einladung dabei ist, dass wir nach der Verbindung zwischen all dem schauen. Wo ist die Verbundenheit, in der wir uns nicht nur als individuell-getrennte Wesen oder als individuell-getrennte Organisation oder System erleben? Was

ist die Perspektive, die uns in eine tiefere Verbindung bringt? Wir haben ja alle miteinander zu tun, und auf einer tieferen Betrachtungsebene sind wir nicht voneinander getrennt. Wenn wir diesen Sprung schaffen – Wilber spricht von „second tier“ –, dann kommen wir zu anderen, integralen Lösungen unserer Probleme, weil alle Beteiligten versuchen, eine Lösung zu finden, die für alle und für das ganze System gut ist. Die Lösung findet sich auf einer anderen, höheren Ebene der Entwicklung. Ich bin da guter Dinge. Das kollektive Bewusstsein hat sich über die Jahrtausende entwickelt und es wird sich auch jetzt weiter entwickeln, und davon werden alle Bereiche der Gesellschaft profitieren. Ich bin aber auch ein ungeduldiger Mensch und würde gerne den Prozess beschleunigen. Das ist ein großes Anliegen von mir. Die Ausbildung „Heilende Medizin“, die seit vielen Jahren besteht, dient dazu. Mein neuestes und für mich auch herausforderndstes Projekt geht darum, diesen Bewusstseinswandel bereits dort einzuleiten, wo die Zukunft unserer Medizin ist, nämlich bei den Medizinstudenten. Das Programm nennt sich *Caring and Healing* und ist ein Training ärztlicher Kernkompetenzen für eine heilsame Medizin. Dieses Training soll als ein Wahlfach-Angebot an medizinischen Fakultäten installiert werden, mit Präsenz- und Online-Angeboten an die Studenten.

Damit wird eine bestehende Ausbildungslücke geschlossen. Das ist meine Hoffnung. ❖

Dr. med. Klaus-Dieter Platsch ist Arzt für Innere und Chinesische Medizin und Psychotherapeut. Er leitet das Institut für Integrale Medizin, hält international Vorträge und veranstaltet Seminare zu den Themen Heilung, Heilen, Spiritualität und Meditation. Die *Integrale Ausbildung Heilende Medizin*, die er entwickelt und ins Leben gerufen hat, dient Menschen in den Heilberufen, auf dem Boden essenzieller Verbundenheit heilsame Fähigkeiten weiterzuentwickeln (www.integrale-medizin.net). Er ist Autor verschiedener Bücher zu den Themen „Heilen“ und „TCM“.

Johanna Häckermann: Wirken durch Tun



Michael Habecker: Johanna, wo lebst du und was machst du?

Johanna Häckermann: Mein Lebensstil ist etwas nomadisch, ich lebe in Zürich und auch in Langenthal. Das kommt daher, dass ich in Grodietwil, einem kleinen Dorf im Kanton Luzern, meine Berufung gefunden habe, mir aber nicht vorstellen konnte in ein 200 Seelendorf auf dem Lande zu ziehen, wo man für alles immer ein Auto braucht. Ich bin sehr gerne in der Natur, bin begeisterte Bergsportlerin – aber das urbane Leben finde ich ebenfalls sehr spannend. So versuche ich, die beiden Aspekte in Balance zu bringen.

Ich habe Agrarwissenschaften studiert und dann eine Doktorarbeit zum Thema biologischer Pflanzenschutz geschrieben. Nach diesen drei Jahren Forschung wollte ich etwas arbeiten, dass im konkreten Kontext der Ernährungssicherung steht und die Probleme im Welternährungssystem konkret angeht. Mein heutiger Arbeitgeber, Andermatt Biocontrol, ist eine weltweit tätige Firma, die biologische Pflanzenschutzmittel herstellt, um den Nahrungsmittelproduzenten ein ökologisches Pflanzenschutzmittel in die Hand zu geben. Dort arbeite ich seit sieben-einhalb Jahren als Produktionsleiterin. Es ist eine Arbeitsstelle die mir wirklich Freude bereitet, da ich mich mit dem Arbeitsinhalt wie auch mit der Firmenkultur identifizieren kann – für mich zwei wichtige Aspekte im beruflichen Kontext.

MH: Wie siehst du die ökologische Bewegung in der Schweiz? Hast du das Gefühl es geht gut voran?

JH: Ja, die ökologische Bewegung gewinnt stetig an Boden. Der Anteil der Biobauern in der Schweiz liegt bei 11%, Tendenz steigend. Daneben gibt es in der Schweiz die „integrierte Produktion“ – sie bildet eine Art Bindeglied zwischen der industrialisierten konventionellen Landwirtschaft, die hauptsächlich auf Produktivität ausgerichtet ist, und der ökologischen Landwirtschaft. Hier werden vorzugsweise Methoden verwendet, die möglichst geringe Auswirkungen auf die Umwelt haben, ohne jedoch alle Beschränkungen aus der ökologisch betriebenen Landwirtschaft zu übernehmen. Ein geografischer Vorteil in Bezug auf die ökologische Landwirtschaft, den die Schweiz wie übrigens auch Österreich haben, sind die Berge, weil in der Berglandwirtschaft keine Intensivlandwirtschaft betrieben werden kann. Es gibt keine großen Äcker, sondern Graslandschaften dominieren das Landschaftsbild. Im Grasland ist es viel einfacher auf Bio umzustellen, dies bedarf fast keiner Veränderung. Ich denke wir sind auf einem guten Weg, aber es bleibt noch viel zu tun, vor allem im globalen Kontext der Welternährung.

Ein gewichtiges Beispiel in diesem Zusammenhang ist die Internalisierung von externen Kosten, um Kostenwahrheit zu erhalten. Solange wir nicht die realen Kosten unserer Lebensmit-

tel, einschließlich der Transportkosten, der Kosten für Umweltverschmutzung usw. in die Lebensmittelpreise einkalkulieren, solange „lohnt“ es sich, unsere Lebensmittel um die halbe Welt zu transportieren. Dies widerspricht dem ökologischen Gedanken, auch wenn die Ananas unter ökologischen Bedingungen produziert worden ist. Wenn wir da eine größere Kostenwahrheit hätten, würde die lokale Produktion wieder viel attraktiver werden, und die Bauern würden wohl ohne Subventionen leben können. Aber davon sind wir noch sehr weit entfernt.

MH: Hier höre ich ein politisches Engagement. Jetzt gibt es in der Schweiz eine Partei, die sich eine integrale Politik auf die Fahnen geschrieben hat. Bist du dort engagiert, als Mitglied oder was deren Ziele betrifft?

JH: Ich kenne die integrale Partei noch nicht so gut, das liegt vor allem an meinen zeitlichen Ressourcen. Ich bin mir zudem nicht so sicher, ob das Konzept „Partei und integral“ überhaupt zusammenpasst. Eine Partei ist immer eine Gruppierung von Leuten, die für gewisse Ideale einsteht und diese vehement verteidigt – ein integrierendes Element habe ich da bis jetzt nicht beobachten können.

MH: Oh ...

JH: Ja, man muss einer Parteilinie treu sein, und das ist unter anderem ein Grund, warum ich mir nicht vorstellen könnte in die Politik zu gehen. Ich betrachte die Dinge zu differenziert, als dass ich einer Parteilinie treu sein könnte. Ja, ich habe ein grünes Herz, mir liegt sehr viel an Landwirtschaft und Ökologie, aber es gibt darüber hinaus noch eine Menge anderer wichtiger Themen, die es zu behandeln gilt. Ich sehe die integrale Partei auf einem Weg, ich weiß aber noch nicht so genau, wie das in unserer Parteienlandschaft funktionieren soll.

MH: Was hat dein Interesse für das Integrale selbst geweckt, wie ist das zu dir gekommen?

JH: Ich war schon lange auf der Suche nach Etwas, ich wusste aber lange nicht nach was – es war ein komisches Gefühl was mich begleitet hatte. Ein Freund von mir hat mir ein Buch von Ken Wilber geschenkt – *Eine kurze Geschichte des Kosmos*. Als ich zu lesen begann, war da sofort eine Resonanz vorhanden – es



Integral in der Schweiz

(ohne Anspruch auf Vollständigkeit)

Open Mind Center: Heinz Robert, www.openmindcenter.ch

Integrales Institut Schweiz: Jean-Michel Neukomm
www.integralneu.com

Integrales Forum Schweiz: Johanna Häckermann, Remigius Wagner
www.ifschweiz.ch

Holon: Netzwerk für integrale Entwicklung www.holon-net.net

Willa Unspunnen: Ort der Stille, Ort der Begegnung
www.villaunspunnen.ch

Integrale Politik: www.integrale-politik.ch

dauerte jedoch noch eine Weile, bis ich mich intensiver mit Ken Wilber und der integralen Philosophie zu beschäftigen begann. Zwei Jahre später habe ich das Buch noch mal gelesen, und da wurde mir klar, dass dieser Ansatz etwas war, womit ich mich weiter beschäftigen möchte. Ich habe dann erste Recherchen im Internet gestartet, bin so auf der Homepage des Integralen in Amerika gelandet, kam darüber auf das Integrale Forum in Deutschland und habe dann auch die Homepage des Integralen Forums Schweiz gefunden, das war 2010. Ich entschloss mich, einfach mal auf eine Veranstaltung zu gehen, um zu sehen, wie das Integrale in der Schweiz gelebt wird. Ich habe etwa zur gleichen Zeit mit dem Meditieren begonnen, bin in einer kleinen Gruppe gelandet, die nicht dogmatisch ist – wo jeder Platz hat und wo wir in einer sehr offenen Art miteinander meditieren. Das ist jetzt ein integraler Bestandteil meines Lebens geworden. Mit diesen Begegnungen hatte ich das Gefühl, dass ich nun am Anfang des Weges angekommen bin.

MH: Wie erlebst du die Aufnahme des Integralen in der Schweiz? Es kommt aus dem Amerikanischen, aber jeder Kulturraum geht ja ganz eigene Wege dabei.

JH: Die Schweizer sind ja generell ein eher verhaltenes Volk, zurückhaltend, diplomatisch. Was wir sehen ist, dass es ganz viele verschiedene Initiativen in Richtung „integrales Leben“ gibt, doch es gibt bis jetzt keine größere, übergeordnete Bewegung oder Organisation, so wie ihr das in Deutschland habt. Das Integrale wird hier im kleinen Rahmen gelebt, in vielen kleineren Initiativen, in Gruppen, an Veranstaltungen. Es gibt das Integrale Forum Schweiz, welches versucht, eine Plattform für eben all diese kleinen Initiativen zu sein, um sie miteinander zu vernetzen.

MH: Das finde ich sehr interessant. Mein Eindruck von außen ist, dass in der Schweiz viele Dinge passieren und auf einem guten Weg sind, aber das bekommt außerhalb der Schweiz kaum jemand mit – ganz anders als beispielsweise in Amerika, wo die weltweite Eigenvermarktung ja eine Selbstverständlichkeit ist. Wie könnte die Welt, um das mal so zu sagen, noch mehr von dem erfahren, was es alles schon an Interessantem in der Schweiz gibt, gerade auch was die Zusammenarbeit in Organisationen betrifft? Das Thema „Wir“ ist ja sehr im Gespräch. Die Integration unterschiedlicher Kulturen hat in der Schweiz eine gute und lange Tradition.

JH: Was ich immer wieder beobachte ist, dass die Transformation einer Gesellschaft ein unglaublich langwieriger Prozess ist. Das erleben wir z. B. aktuell in den arabischen Ländern

sehr deutlich. Auch das Integrale manifestiert sich nicht einfach so in einer Gesellschaft, sondern es braucht auch da viel Geduld und Zeit. Solange die Gesellschaft nicht eine kritische Masse an Personen hat, die sich auf der gelben oder türkisen Entwicklungsstufe nach Spiral Dynamics befindet, wird das Integrale nur punktuell manifest. Die Schweizer sind wohl nicht die Besten in der Selbstvermarktung – sie leben ihr Leben und ob jemand davon erfährt oder nicht scheint nicht so relevant zu sein. Die Selbstinszenierung liegt uns nicht sonderlich. Diese Mentalität, so schätze ich, kommt natürlich auch beim Integralen zum Zuge. Vermutlich braucht es einige beherzte Menschen, die im Sinne der Netzwerke all die kleinen integralen Initiativen auch nach außen tragen, damit auch wahrgenommen wird, was in der Schweiz diesbezüglich läuft.

MH: Gestern in den Nachrichten, das erschien mir sehr typisch: Der Direktor der schweizerischen Nationalbank sagte mit wenigen, fast bescheidenen Worten, dass ab sofort keine Stützungskäufe mehr für den Euro getätigt werden würden. Daraufhin reagierten die Finanzmärkte mit heftigen Kursschwankungen, vor allem was den Schweizer Franken und den Euro betrifft. Einfach Ansage – enorme Auswirkung.

JH: Ja, das ist ein großes Thema, von dem alle gewusst haben, dass dieser Tag kommen wird. Ich glaube auch, dass es typisch für uns Schweizer ist, dass wir etwas tun ohne viel darüber zu reden.

Für das Integrale wünsche ich mir hier schon eine größere Verbreitung, wobei man auch noch unterscheiden muss zwischen den einzelnen Sprachräumen, Deutsch, Französisch, Italienisch. Was ich auch immer wieder bemerke ist, dass sich die Schweizer nicht einfach Deutschland anschließen wollen. Die Vorstellung, dass sich die Schweiz dem deutschen Integralen Forum einfach anschließen würde, hat für viele Schweizer und Schweizerinnen einen komischen Beigeschmack. Darum gibt es auch das Integrale Forum Schweiz, als eigenständigen Verein, und wir sind nicht ein Salon des Integralen Forums Deutschland geworden. Das ist vermutlich ein kollektiver Schatten der Schweizer, der noch nicht integriert worden ist. ❖

Johanna Häckermann ist seit 2007 Produktionsleiterin bei der Andermatt Bio-control, der einzigen Firma in der Schweiz, die biologische Pflanzenschutzmittel im grossen Masstab produziert und vertreibt. Schon während des Studiums zur Agronomin hatte sie grosses Interesse an den Möglichkeiten, welche die biologische Schädlingsbekämpfung der Landwirtschaft bietet. So arbeitete sie nach ihrem Studium während dreier Jahren im Trentino an einer Forschungsarbeit zum Thema der biologischen Bekämpfung des Apfelwicklers mittels einer parasitischen Wespe. Da ihr auch die praktische Landwirtschaft sehr am Herzen liegt, verbrachte sie nach dem Abschluss ihrer Doktorarbeit 4 Monate auf einer Kuhalp in den berner Alpen.

Hussam Naggar: Transparente Blumen auf der Bühne



Michael Habecker: Hussam, du hast, wie es so schön im Amtsdeutsch heißt, einen Migrationshintergrund und lebst jetzt in Berlin. Kannst du etwas zu den Stationen deines Lebens sagen?

Hussam Naggar: Ich werde dieser Frage vielleicht gerecht, wenn ich die sehr unterschiedlichen menschlichen Charaktere aufzähle, die mir in den letzten Jahrzehnten begegnet sind; das reicht von einem ausgedienten und lethargischen Freiheitskämpfer in Bagdad 1991 bis zu einem weisen Roshi auf der schwäbischen Alb – oder einem Kunstdozenten, dem die virtuelle Eleganz viel wichtiger war, als ein warmherziger Trost für ein verzweifelter Kind.

In meiner Kindheit entwickelte ich eine Art List, vielleicht die Vorstufe von Kunst, weil ich Gefallen daran fand meine Freunde um den Finger zu wickeln, um ihnen einen imaginären Mehrwert näher zu bringen und unsere Spielbuchten auszuweiten. Als siebenjähriges Kind stellte ich mich in Aleppo einem vorbeifahrenden Panzer entgegen. Ich kann mich gut daran erinnern, wie im Luftansaflugszug von Damaskus kommend, die Kontraste mir deutlicher erschienen sind und die Farben in Mitteleuropa knalliger hervortraten – diese Verfärbungen habe ich gerne angenommen. Zuerst kamen wir nach Norddeutschland in ein Ferienhaus, der syrische Geheimdienst war hinter uns her. Ich spielte im Wald, der außerordentlich neugrün und frisch roch, mit meinen Schlümpfen der Realität entsprechende Dramen nach.

MH: Wo bist du zur Schule gegangen?

HN: Erst in Bretten bei Karlsruhe, dann in der Nähe von Ludwigsburg. Ich habe Abitur und Zivildienst gemacht, habe per Losverfahren einen Medizinstudienplatz bekommen und eifrig studiert.

MH: Wie hast du Deutschland erlebt?

HN: In Syrien befand ich mich schon zwischen den Stühlen, ich war hellhäutig und auch etwas blond, und in Deutschland, wenn es in der Grundschule beim Fußball hieß „Ausländer gegen Deutsche“, habe ich *mich zu den Ausländern* gestellt, weil ich mit ihnen sympathisiert habe, als den „Schwächeren“ oder Benachteiligten. Solchermaßen keine Verbündete zu haben bedeutet, dass ich früh einen festen, individuellen und eigensinnigen Standpunkt zu kreieren hatte.

Eine wichtige Zäsur war für mich die Konfrontation mit der Kultur meines Vaters. Mit 14 oder 15 Jahren wollte ich nicht mehr fünfmal am Tag beten und fasten und habe die ganzen Regeln, nach denen ein Moslem leben soll, hinterfragt. Ich hatte immer noch im Hinterkopf, dass nach der Scharia eine Todesstrafe verhängt werden kann, wenn man als Moslem Atheist wird. Das hat mich schon abgeschreckt, aber nicht so sehr, dass ich nicht den Mut aufgebracht habe z. B. während des Betens zu fragen, an wen sich dieser islamische Monotheismus richtet – in seiner sehr strengen begrifflichen Fixierung auf einen Allah.

MH: Wir sind uns auf einer Herbstakademie in Frankfurt erstmals begegnet. Woher kommt dein Interesse für ein ganzheitlicheres oder integrales Weltbild, was hat dich daran interessiert, fasziniert oder vielleicht auch irritiert?

HN: Als ich 15 Jahre alt war bin ich zu einer Pilgerfahrt nach Mekka gereist, und dort hat sich etwas erfüllt für mich. Ich hatte ja immer in diese Richtung gebetet und hatte nun das Ziel vor Augen, diesen großen Platz auf dem ein in schwarzen Stoff verhangener Kubus im Zentrum dominierte. Das war eine starke erhebende Erfahrung, im Gegensatz zu den Vorschriften, Verhaltensregeln und gesellschaftlichen Normen, die ja eine große Rolle spielen.

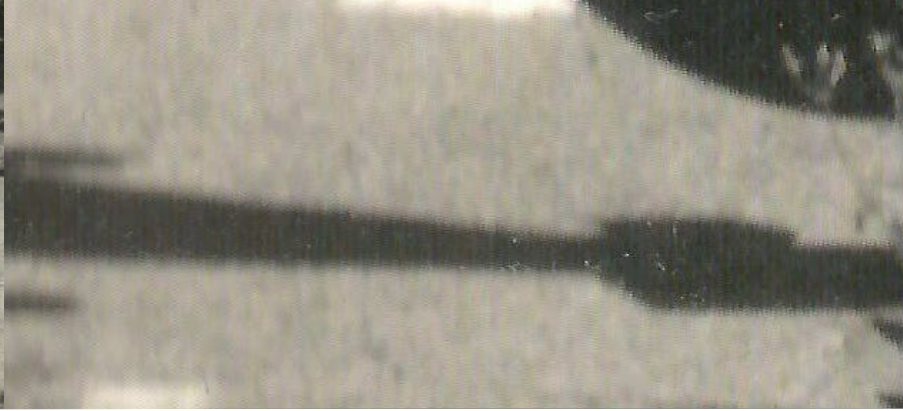
Ein Suchen nach Erfüllung war bei mir immer vorhanden, als dass ich auf etwas gewartet habe und auf etwas zugesteuert bin. Mit neunzehn oder zwanzig Jahren begann ich mich mit buddhistischer Literatur zu beschäftigen, wo ich mit dem Gewahrsein eines einfachen Dasitzen oder Liegen und dem Nichtergreifen der Gedanken experimentierte. Dies war für mich eine große Befreiung vom Begrifflichen.

MH: Und nach oder mit dieser Erfahrung, wie lebst du damit in der Welt, als einer Welt, die du ja schon sehr früh als eine konfliktreiche Welt erlebt hast. Wie erlebst du die Polarität von Tun und Lassen?

HN: Humor oder das Lachen ist für mich der Ausdruck eines befreiten Verstehens, eine Erkenntnis bricht sich für alle hörbar mit einem pulsierenden Atem Bahn, die sich verbal aber so nicht vermitteln ließe. Ich war zwei Jahre bei einem Roshi, habe dort gesessen, meditiert und die Zeremonien mitgemacht, bin dann aber auch massiv mit eigenem Schattenmaterial konfrontiert worden, und das hat mich ziemlich aus der Bahn geworfen. Ich musste mich wieder neu sammeln und daraus lernen. Hier in Berlin fühle ich besonders wohl, weil es mich erdet die Dinge zu tun, die man tun muss, um zu überleben. Und das stimmt für mich. Das Abgehobene oder Glückselige streift mich oft unverhofft, und wenn ich gesund lebe, dann kommt dieses von alleine. Und die Verwirklichung von Werten ist kein Imperativ von außen mehr, sondern neue Werte sind zu meiner Natur geworden, was den Umgang mit mir selbst oder anderen angeht.

MH: Du hast dir auf deinem Befreiungsweg aus der Tradition eigene und neue Werte geschaffen.

HN: Hier in Berlin gefällt mir in diesem Zusammenhang besonders das Profane



bzw. die Neutralität, die man gegenüber den vielen Menschen, die hier leben, wahrht, das ist positiv – im Unterschied zum Argumentieren mit Idealen. Ich habe mich aus freien Stücken neu orientiert und wende dies z. B. bei meiner Tochter und ihrer Erziehung an – in dem ich versuche ihr etwas vorzuleben anstatt etwas vorzuschreiben.

MH: Auf Youtube gibt es Videos von dir, du machst z. B. so etwas wie lebensnahe Interviews, wie das mit der Putzfrau in deinem Elternhaus und mit deiner Mutter.

HN: Ich habe 1997 mit einem Kunststudium begonnen, zwei Semester lang, und war bei einem Professor, der Bilder versprachlicht hat, als eine Art von Meta-Kunst. Kunst übt auf mich aus vielerlei Gründen eine große Faszination aus. In meiner Arbeit versuche ich Wort und Bild zu verbinden. Wenn ich einen Text schreibe und vortrage, versuche ich durch die Visualisierung von Wörtern beim Zuhörer eine bildliche Variante hervorzurufen, als etwas sehr eingängiges. Oder ich bespreche Dias. Ich mache aber auch künstlerische Performance ohne Worte. So habe ich einmal versucht das Konzept der Zeit, welches in der abendländischen Kultur oft als Vergänglichkeit betrachtet wird, aus den Angeln zu heben, in dem ich ein oder zwei Minuten leeres Papier, in Form einer Tageszeitung durchgeblättert habe und dann Sand vom linken in den rechten Schuh gestreut habe – in dem Sinne, dass es darum geht mit der Zeit zu gehen. Wenn man Zeit betrachtet und versucht sie zu beschreiben, dann ist das oft so, dass man einen Standpunkt einnimmt und nicht bedenkt, dass dieser Standpunkt schon falsch ist, weil man sich damit außerhalb des Fließens der Zeit stellt. Themen dieser Art untersuche ich gerne, und nach der Untersuchung kommt die kreative Arbeit und künstlerische Umsetzung.

MH: Was hat die Beschäftigung mit der integralen Theorie und Praxis für dich gebracht, und welche Bedeutung hat dies aktuell in deinem Alltag?

HN: Um einem Menschen oder einer Fragestellung gerecht werden zu wollen, ist es hilfreich von vornherein mehrere Perspektiven in Augenschein zu nehmen und nicht vorschnell ein einfaches Urteil zu fällen. Ich habe 2006 erstmals von Ken Wilber gehört und einige seiner Bücher gelesen und habe dann auch Veranstaltungen wie die Herbstakademie besucht. Was ich als schwierig erlebe, ist, dass die Gesellschaft insgesamt noch nicht so weit ist und die Umsetzung daher schwierig ist. Auf der anderen Seite hat es mir gezeigt, dass eine Philosophie nicht nur stimmig sein kann als Methode, sondern dass sie auch eine Art Stimmigkeit über sich hinaus haben kann, eine Ganzheitlichkeit, als etwas, was von der aktuellen Philosophie nicht so sehr in Augenschein genommen wird. Konkret ist das Meditieren für mich nach wie vor von Bedeutung und auch die Art wie man etwas auf die Bühne bringt, das Bewusstsein als eine Bühne.

MH: Was wären deine Wünsche für die Zukunft, deine Hoffnungen, für dich persönlich, für die Welt und für die Zeit in der wir leben? Es sind ja keine leichten Zeiten, manches erscheint – mir jedenfalls – in einer Rückwärtsbewegung.

HN: Das ist schwierig für mich zu beantworten. Ich interessiere mich für Politik und lese Zeitung, aber ich bin nicht jemand, der politisch aktiv werden würde. Mein Bereich ist eher „hochauflösend“.

Den politischen Parolen habe ich nichts entgegenzusetzen, außer den wünschenswerten Dingen, die wahrscheinlich jeder für sich hat. Für mich persönlich wünsche ich mir mehr Stille, jetzt nach dem Umzug nach Berlin, und Gesundheit.

Ich möchte noch gerne eine Erfahrung aus einem der Salons des integralen Forums teilen. Wir haben dort oft über das Thema Meditation gesprochen und uns dabei im Spannungsfeld von Kopf und Herz bewegt. Das war eine wichtige Erfahrung für mich, denn bei aller Theoriediskussion sollte auch die Herzensbildung mitschwingen. ❖

Horizont

Unentwegte Wende zur Kugel

Unser Atemmantel

Brise an Braue

Unschärfe einer Sehnsucht

Hintergrundrauschen als Rahmenhandlung

Meine Ahnungen

Ein Stoß Blätter in ein grundloses Universum

Aussicht auf fernes Lippenrot

Blinde Fingerbeere

Docht zischt zwischen Kuppen

Aus Nachtschicht schimmernde blaue Blöße

Rundum Netzhaut



Hussam Naggar, *1971 in Aleppo/Syrien. 1980 Flucht nach Deutschland. Studium der Medizin und Freien Kunst. Bis 2003 tätig als Arzt. Performance-Aktivität (Wort & Bild), einige literarische Veröffentlichungen. 2011

1. Preis bei Performancecontest im Künstlerhaus Stuttgart, 2012 Iyrische Darbietung auf Youtube abrufbar (Suchbegriff „Hussam Naggar“); „Vom Wandel der Worte zum Stillstand im Bild“; 2014 Lesung von „Quiz ohne Teilnehmer“ in Berlin.

Dorothea Walter: Verkörperte Mystik



Michael Habecker: Dorothea, ich erinnere mich gut an unser letztes Zusammentreffen vor vielen Jahren und an deine sehr engagierte Arbeit zum Thema Gewalt an Frauen und Mädchen. Du hast dieses Thema auf eine Weise thematisiert und in Szene gesetzt, die unter die Haut geht und die man spüren kann. Wie hat sich deine Arbeit seitdem entwickelt?

Dorothea Walter: Das ist sehr komplex – meine Arbeit für Frauenrechte bzw. Geschlechtergerechtigkeit ist untrennbar verbunden mit meiner gesamten Entwicklung, meiner Arbeit als Psychologin und Körpertherapeutin, als Künstlerin und als integral Lernende. In den Jahren von 2002 bis 2012 habe ich vor allem meine künstlerische Arbeit auf die Bühne gebracht, die besonders Menschenrechtsverletzungen an Frauen thematisiert.

Bei der Aufzählung, worum es sich handelt, fehlen mir oft die Worte – es geht um sexualisierte Gewalt, Zwangsverheiratung, Ehrenmord, Genitalverstümmelung, Steinigung und vieles mehr. In diesen gut zehn Jahren habe ich diese Themen aufgenommen, dazu recherchiert, habe mit Betroffenen darüber gesprochen und dazu gearbeitet und daraus Performances entwickelt. Die betroffenen Frauen wurden dabei niemals zur Schau gestellt oder zum Opfer gemacht. Diese Arbeiten habe ich in Eigeninitiative und anfangs einige Male in Zusammenarbeit mit Terre des Femmes auf der Bühne gezeigt, einige auch in den Lavafeldern Lanzarotes. In Stuttgart hatte ich die Unterstützung vom Theaterhaus Stuttgart, in dem ich aufführen konnte. Das hat Kreise gezogen und mein Anliegen war es ja, zur Aufklärung im Feld beizutragen.

Meine letzte Performance, mit der ich vorerst bewusst abgeschlossen hatte, trägt den Titel „In Erwartung der Zärtlichkeit“. Sie ist eine Art Nachrichtensendung in mehreren Sprachen, bei der ein irakischer Freund die arabische Version gesprochen hat. Es sind Nachrichten, die man eigentlich nicht oder nicht gerne hört, über verschiedenste Formen der Gewalt an Frauen auf der ganzen Welt. Im Laufe der Sendung veränderten sich die Nachrichten hin zur Vision einer gewaltfreien Welt. Die Performance schließt mit der Nachricht, die man so zusammenfassen könnte: „Millionen von Frauen sind unterwegs ins Neue und die Erde bebt unter ihren Schritten.“

Zwei Jahre später wurde die Bewegung *One Billion Rising* von Eve Ensler ins Leben gerufen. Sie ist eine amerikanische Feministin und Autorin der *Vagina Monologe*. Das Projekt *One Billion Rising* wächst und am 14. Februar wird in aller Welt zum gemeinsamen Tanzen aufgerufen, als eine sehr weibliche Form des Protestes, wie ich finde. Es tanzen Millionen von weiblichen und männlichen Füßen und die Erde erbebt. Dies war für mich ein Erlebnis von: Das Feld nimmt es auf und wir verweben miteinander.

MH: Wenn man diese Arbeit so intensiv macht wie du: Wie lebst du mit dem damit verbundenen Schmerz und auch damit, dass das Leiden weitergeht, auch wenn es Fortschritte gibt?

DW: Auch der Umgang mit Gewalt war abhängig von meiner Entwicklung, das hatte ich eingangs schon erwähnt. Entsprechend also meiner jeweiligen psychisch-spirituellen Entwick-

lunghsbrille hatte ich unterschiedliche Reaktionen. Es gab Jahre, in denen ich sehr gelitten habe. Ich war den Gewaltezessen gegenüber Frauen in der ganzen Welt gefühlsmäßig total nahe und habe daran mit mir auch jede Menge Schattenarbeit gemacht, eigentlich machen müssen. Geholfen hat mir dabei die Sicht aus der Prozesspsychologie, in

der man in diesem Fall vom Weltkanal und Beziehungskanal spricht. Zu wissen, wo man sich befindet, hilft. Schon früh war mir außerdem die integrale Sichtweise vertraut und auch diese hat mich sehr getragen. Aber klar, ich habe erst einmal sehr mitgelitten, habe mein eigenes Leid daran überprüft und bearbeitet und dann auch verstanden, dass man das Feld entweder so oder so füttern kann: Im Mitleiden vermehre ich das Leid, während ich im Mitgefühl mit dem Leid verbunden bleibe und gleichzeitig die Ausrichtung auf das Licht halte. Da hat mir die Praxis des Tonglen sehr geholfen, sowie die Integrale Sichtweise, aber vor allem die spirituelle Verantwortung war es, die mich letztendlich weitergebracht hat. Aber mit meinen Performances habe ich nie das Mitleid gefüttert, da habe ich aus der Ebene der Kunst heraus das Feld bewegt und Bewusstseinsprozesse angeregt.

MH: Sind das zwei Dinge, die du aus dem Integralen für dich entnommen hast, die Orientierung und der Hinweis auf das Spirituelle und die entsprechende Praxis?

DW: Die Integrale Sichtweise hat mir geholfen zu verstehen, wie ich meinen Weg gegangen bin. Ich habe sehr früh die Psychologie aufgegriffen, eine lange Ausbildung in Zürich zur prozessorientierten Psychologin gemacht, als eine C. G. Jung nahe Ausbildungsform. Die körperorientierte Arbeit stand aber immer im Zentrum meines Lebens ebenso wie die Kunst. Ich bin ja auch Bühnensprecherin – also Körper und Kunst, Kunst und Körper waren für mich untrennbar mit Psychologie – die nicht ohne Spiritualität denkbar ist – verbunden.

Dann kam das Studium der Anthroposophie über viele Jahre hinzu. Zudem habe ich mich im intensiven Studium mit den Weltreligionen auseinandergesetzt, dem Christentum, Judentum, Buddhismus und Islam. Mein Fundament bildet seit langem der Alleinheitsgedanke oder die Tradition des Gewahrseins. Und als mir dann die Integrale Sichtweise von Ken Wilber begegnete, war ich eigentlich nur beglückt, und das ist bis heute so. Vielleicht könnte ich sagen, dass die Integrale Sichtweise



meine spirituelle Sichtweise und Praxis gefestigt hat.

MH: Du hast von neuen, aktuellen Projekten gesprochen, kannst du dazu etwas sagen?

DW: Ich habe mich mit der Frage einer neuen und vor allem spirituellen Frauenbewegung beschäftigt. Das hat mich auf die Idee der Online-Seminare

gebracht, mit einem zunächst sehr plakativen Thema: „Das Powerfrau Syndrom – Begabung oder Fluch?“ Dabei habe ich schnell gemerkt, dass ich ohne Umschweife auf die Wurzeln der Frau zu sprechen kommen möchte. „Der weibliche Körper und Spiritualität“ ist deshalb das Thema des nächsten Online-Seminars. Ich bin übrigens erstaunt, was in diesem virtuellen Raum möglich ist, und überrascht, wie viel Verbundenheit und Wärme mit den etwa 25 Teilnehmerinnen entstanden ist. So versuche ich einen größeren Radius zu ziehen, meine Kenntnisse weiterzugeben und eine Plattform für ein Bewusstsein des Weiblichen zu bilden. Es gibt so viel Sehnsucht in Bezug auf die Frage nach der weiblichen Kraft und nach dem weiblichen Aspekt Gottes. Ich freue mich, dass der erste Versuch gleich gelungen ist.

Dann habe ich mein zweites Buch herausgebracht. Das erste war *Ausfalten – Poesie des weiblichen Körpers*, worin die künstlerischen Arbeiten von meinen Studentinnen zu den Fragen der Konditionierungen als Frau – also speziellen weiblichen Konditionierungen – zu sehen sind. Es sind großartige künstlerische Auseinandersetzungen in Form von Performances entstanden. Mein zweites Buch hat den Titel *In Erwartung der Zärtlichkeit – Installationen der Menschenwürde*. Es enthält meine eigenen Performances in Wort und Bild. Trotz der Thematik enthält es auch viel Poesie, das war mir immer wichtig. Der letzte Abschnitt des Buches ist ein Ausblick, und dieser Ausblick ist keine Performance auf der Bühne, sondern versucht in Worten eine neue Kultur zu erschaffen, eine Kultur der Zärtlichkeit und spricht von der Integrativen Kraft des Weiblichen. Hier spreche ich – sehr komprimiert – von einer erweiterten Perspektive auf die Frage der Bewusstseinsentwicklung des Menschen. In meinem Verständnis ist die Integrative Macht des Weiblichen der bewusstseinsweiternde Impuls, der zu einer neuen Kultur jenseits aller Einseitigkeiten führt. Soviel zu meinen neuesten Projekten.

MH: Die Entwicklung von Welt und Bewusstsein – was bedeutet das für die Frauen und auch für die Männer? Wie stellst du dir eine neue Welt vor?



DW: Das lässt sich am besten mit dem Gedicht von Ingeborg Bachmann sagen, mit dem ich meine neue „Wortperformance“ in meinem Buch beginne:

*Ein Tag wird kommen,
an dem die Frauen goldene Augen haben.
Sie werden goldene Haare haben,
und es wird der Tag kommen,
wo alle Frauen und Männer die Poesie ihres Geschlechts
wiederentdecken.
Dieser Tag wird kommen an dem wir frei sein werden, und
wir werden frei sein,
freier als jede Freiheit an die wir je gedacht haben.
Und alles wird fallen was uns heute zerstört.
Wir werden frei sein.
Wir werden miteinander frei sein,
die Frauen und die Männer.
Und unsere Hände werden begabt sein für die Güte.
Unsere Hände werden begabt sein für die Liebe.
Und das wird unsere Freiheit sein.*

Und ich stelle die Frage: Und ausgerechnet unsere Hände führen uns in die Freiheit? An dieser Stelle kann ich dir sagen, dass hier etwas zusammenkommt, woran ich in den vergangenen Jahrzehnten gearbeitet und womit ich gelebt habe. Buddha sagt, wenn du im Gewahrsein deiner Hände bist, erfährst du Erwachen. Die Dimension dieser Wahrheit ist kaum auszuloten. Es geht ja nicht allein um das Berühren zwischen Liebenden oder das Berühren von Gegenständen; wir handeln mit den Händen, sie drücken unsere Gedanken und Emotionen aus. Meine Performances zeigen, was mit Händen angerichtet werden kann. Aber das Gedicht von Ingeborg Bachmann in meinem Ausblick weist auf die Hände als eine Kultur der Zärtlichkeit hin. Und ja, es geht ja eigentlich um die Kentauren Ebene, wie sie bei Ken Wilber heißt. Es sind die Hände, von denen in uralten Traditionen die Rede ist. Bei Buddha, im Kaschmirischen Tantra-Yoga, aber auch Rudolf Steiner heißt es sinngemäß, der Mensch würde nie zu einem Gottesbewusstsein kommen, hätte er den Tastsinn nicht. Das Berühren eines anderen Menschen geschieht zwar körperlich, aber Unendlichkeit berührt Unendlichkeit. Das setzt natürlich voraus, dass ich in diesem Gewahrsein, in diesem Bewusstsein der Unendlichkeit (Ganzheit) bin. Und dann ist da Freiheit, und das ist meine Vision, dass wir eine Kultur entwickeln, die den Kentauren als Bewusstseinsinhalt und als Ausrichtung beispielsweise in der Erziehung hat, mit anderen Worten: Eine spirituell-kulturelle

Ausrichtung auf die reife Integration von Körper und Geist/ Ich. Und das ist ja das Großartige was in Ken Wilbers Buch *Wege zum Selbst* – welches, wie mir scheint, leider kaum gelesen wird – im achten Kapitel in wenigen Sätzen gesagt wird.

Und in Eros Kosmos Logos spricht er von der Auferstehung des Leibes, der Entstehung echter Weltbürgerschaft und einer Kultur, die ernsthaft Raum schafft für weibliche Agenz, das heißt, die Integration des Weiblichen und Männlichen in der Noo- und Biosphäre. Er nennt die Schau-Logik mit ihrem zentaurisch-globalen Weltbild die einzige Hoffnung, die zu dieser erforderlichen Integration führen kann.

Wilber schreibt auch, in *Halbzeit der Evolution*: „So wie das männliche Prinzip das Bewusstsein einst aus dem Matriarchat herausgeführt hat, muss heute das weibliche Prinzip helfen, das Bewusstsein aus dem Patriarchat zu erretten. Der neue Mensch wird zentaurisch sein, das heißt Körper und Geist sind vereint, nicht dissoziiert, also mit einem ganzheitlichen Körper, mental-androgyn. Auf diesem Weg dorthin müssen die Frauen die Führung übernehmen, da unsere Gesellschaft bereits maskulin angepasst ist. Das Patriarchat hat seine notwendige Zwischenfunktion erfüllt“. Es geht nicht mehr darum sich zu streiten, es geht auch nicht darum Frauenrechte alleine zu erringen, das führt nicht furchtbar weit.

**Das Berühren eines anderen
Menschen geschieht zwar
körperlich, aber Unendlichkeit
berührt Unendlichkeit.**

Worum es außer dem bereits Gesagten geht ist, dass wir in unserem Bewusstsein – ganz gleich ob Frau oder Mann – verankern, dass es Qualitäten gibt, die wir zum Beispiel durchaus mal weiblich nennen könnten, das würde unsere Entwicklung beschleunigen. Es wird von flacher Hierarchie oder Kommunikationsfreudigkeit oder Beziehungsstiftung und vielem mehr gesprochen, aber man könnte dies ja auch einfach mal weiblich nennen. Und warum soll man eigentlich nicht vom weiblichen



Aspekt des Göttlichen sprechen? Ich stelle in meinen Arbeitszusammenhängen immer wieder fest, wie dadurch Entwicklung angeschoben wird.

Dieser Weg zum zentaurischen Bewusstsein, wo Körper und Ich integriert werden, wo die transpersonale Welt beginnt, das erscheint mir noch nicht wirklich ergriffen, auch nicht in integralen Kreisen. Ich würde mich freuen, wenn das Buch *Wege zum Selbst* mehr Beachtung finden würde. Ich habe es intensiv mit anderen studiert. Wenn man das gelesen, nein, eigentlich verinnerlicht hat, braucht man keine Psychologie mehr oder nur wenig weitere Literatur. Man lernt zu verstehen wie Grenzen entstehen und wie sie sich wieder auflösen. Der Grundprozess der Kentaurenebene ist die Aufhebung von Grenzen hin zum

Es tanzen Millionen von weiblichen und männlichen Füßen und die Erde erbebt.

All-Einen. Aber man muss die körperliche Seite dabei verstehen.

Wir sind zwar im Geiste, auf der absoluten Ebene nicht weiblich oder männlich, doch auf der relativen Ebene haben wir uns in einem Geschlecht inkarniert und hängen dort meistens gehörig fest! Meines Erachtens ist zu wenig durchdrungen, dass das Geschlecht ein integraler Teil des Erleuchtungsweges ist. Denn die Erfahrung braucht Verkörperung als Grundlage, und Verkörperung wiederum ist untrennbar von einem Geschlecht. Das können wir nicht überspringen. Die ungelösten Fragen des Weiblichen und Männlichen halten unsere Entwicklung auf, das ist meine Überzeugung.

MH: Schön, dass du den frühen Wilber erwähnst, der für mich auch immer wieder Interessantes zu bieten hat.

DW: Ja, da möchte ich einen Aspekt nicht auslassen, den Wilber in *Eros Kosmos Logos* als „verkörperte Mystik“ bezeichnet. Das führt uns zur spannenden Frage nach der Verkörperung von Meditation. Und darin gipfelt eigentlich mein ganzes Stre-

ben: von der Psychologie über die Körperfrage über die Kunst über die weibliche Seite Gottes zur Spiritualität. Und die Frage, die sich dann stellt, ist, wie sieht denn nun verkörperte Meditation aus? Da ist mir eine ganz wunderbare Form der Meditation begegnet, die ich nun lange schon praktiziere und auch anleite bzw. unterrichte, und hier kommt wirklich etwas zu einem Höhepunkt in meinem Leben. Ich erlebe, dass es sich nicht um Stückwerk handelt, es setzt sich nicht eins und eins und eins zusammen, sondern was schon immer ganz ist, wird erlebbar. Diese Meditationsform, basierend auf der sogenannten Großen Tradition des Gewahrseins, geschieht in Verbindung mit langsamen Bewegungen und stammt aus dem Kaschmirischen Tantra-Yoga. Die Meditation heißt Tandava. Von Daniel Odier gibt es viel gute Literatur darüber. Über diese Praxis wird ein weiblicher, ein verkörperter Zugang zur Spiritualität offenbar. Ja, es gibt ihn.

Ich möchte nicht versäumen zu erwähnen, dass es mir sehr wertvoll ist, dass ihr im Rahmen des Integralen Forums und natürlich auch außerhalb an der Integralen Sichtweise dranbleibt und diese ganze Öffentlichkeitsarbeit macht. Ich wünsche mir sehr, dass Ken uns lange erhalten bleibt, und freue mich insbesondere auf den angekündigten weiteren Band seiner Kosmos Trilogie, in der es ja auch speziell um die Entwicklung der weiblichen und männlichen Wertesphären gehen soll. Das wäre so wichtig, sich mit der unabdingbaren Ebene des Körpers als einem Sprungbrett zum Transpersonalen auseinanderzusetzen. Das wäre etwas unglaublich Heilsames und Bewusstsein Förderndes in unserer Zeit. ❖

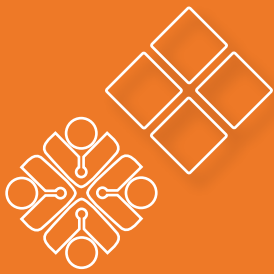
Dorothea Walter, Studium der Prozessorientierten Psychologie nach Arnold Mindell mit Diplomabschluss / Lehrtätigkeit. Studium der künstlerischen und therapeutischen Sprach-Atem-Stimmgestaltung mit Diplomabschluss / Lehrtätigkeit. 17 Jahre Mitarbeit in der sozial-ökologischen GLS Gemeinschaftsbank. Langjährige Erfahrung in interkultureller Arbeit, Schwerpunkt Islam, Genderfragen. Seit 1993 / 2012 Dozentin an der Heliopolis-Akademie / Heliopolis-Universität in Kairo, Ägypten. Performance-Künstlerin mit eigenen Produktionen zu sexualisierter Gewalt an Frauen.

Buchproduktionen:

„Ausfalten – Die Poesie des weiblichen Körpers“ Performances

„In Erwartung der Zärtlichkeit – Installationen der Menschenwürde“ Performances 2002-2012

www.do-wa.de



Dennis Wittrock: „Ich suche das Verbindende“

Michael Habecker: Wie hat es bei dir begonnen, Dennis, das Interesse für das Integrale?

Dennis Wittrock: Ken Wilber ist bei mir auf fruchtbaren Boden gefallen. Im Alter von 16 begann ich Freud zu lesen, ich wollte Psychologie verstehen. Einige Bücher später hatte ich erstmals ein systematisches Gedankengebäude, und das wurde dann zu meinem Referenzrahmen, durch den ich die Welt betrachtet habe, mit allen guten und schlechten Seiten, die so eine Betrachtungsweise mit sich bringt. Später bin ich auf Erich Fromm gestoßen, der ja auch Freuds Schüler war, und Fromm hat für mich getan was man mit „transzendiert und eingeschlossen“ bezeichnet. Er hat das Wertvolle von Freud übernommen, ist dann aber auch eigene Wege gegangen und hat Kritik an Freud geübt, insbesondere was die Behandlung des Spirituellen betrifft. Fromm war für mich – nach dem Gesamtwerk von Freud – eine Erweiterung in Richtung einer postkonventionellen Spiritualität, mit *Haben und Sein*, *Kunst des Liebens*, *Pathologie der Normalität*, *Zen und Psychoanalyse* – das sind übrigens schöne Titel, die auch heute noch relevant sind. Ich erinnere mich lebhaft an eine bekannte Passage von Fromm, wo er die unterschiedliche Wahrnehmung einer Blume beschreibt, westlich und östlich betrachtet. Er zitiert dabei Tennyson, einen englischen Dichter, und Basho. Die eine Sichtweise will die Blume in Einzelteile zerlegen und ihre Funktionsweise verstehen, die andere Sichtweise sieht die Blume in ihrem Sosein. In dieser Bewertung von Spiritualität unterschied sich Fromm stark von Freud, der darin lediglich eine ozeanische Regression sah. Ich bin atheistisch aufgewachsen und hatte als spirituelle Bezugspunkte bis dato lediglich Filme wie „Karate-Kid“ und „Star Wars“ und solche Dinge.

MH: Also den Kampfsport und die Werte der USA, projiziert auf das gesamte Universum, als spirituelle Orientierung!

DW: Die George Lucas Drehbücher, die der Star Wars Saga zugrunde liegen, handeln von Macht, „the Force“, und von Lehrer-Schüler Beziehung, und das hat mich angesprochen. Bei Karate Kid schimmern die östlichen Weisheitslehren durch, ein weiser östlicher Meister unterrichtet einen amerikanischen Jungen – ein spiritueller Kämpfer. Es ist interessant zurückzuschauen, was mich geprägt hat. In meiner Ursprungsfamilie wurde, aus einer rationalen Perspektive heraus, viel Christentum-Bashing betrieben. Das Christentum wurde dabei ausschließlich an dem gemessen was dabei schief gelaufen ist. Alles das was ein ungesundes traditionelles Bewusstsein macht wurde mit Religion gleichgesetzt. Als Kind hatte ich einen Film über Jesus gesehen und dieser Jesus gefiel mir gut, doch das musste ich vor mir selber verbergen, als einen inneren Widerspruch. Heute ist es mithilfe der Wilber'schen Landkarte sehr einfach die Dinge zu differenzieren, die mystische spirituelle Erkenntnis einerseits und Mythos und Dogma auf der anderen Seite – und beides existiert.

MH: Wie ist diese Landkarte zu dir gekommen?

DW: Wie eine Explosion. Ich war an der Uni und habe mich zunehmend für Buddhismus interessiert und auch für Systemtheorie, Chaostheorie, und auch der Flow (Csikszentmihályi) als ein psychologisches Phänomen hat mich interessiert. In einem Kurs sprach mich eine Kommilitonin an, „du interessierst dich doch für Naturwissenschaften und für Buddhismus, du musst mal Wilber lesen“, und sie hat mir *Halbzeit der Evolution* empfohlen. Ihr selbst wurde dieses Buch von jemandem während einer Zug-

fahrt empfohlen. Das Buch war für mich dann wie eine Offenbarung. Ich fühlte mich sehr tief gesehen, ein Wiedererkennen von spirituellen Erfahrungen, die ich schon selbst gemacht hatte, vor allem das „tat tvam asi“ – das bist du – hatte ich schon erlebt. Und ich fühlte mich in dieser Erfahrung bestätigt und war also nicht verrückt. Gleichzeitig brachte Wilber Ordnung in mein Denken, mit der ganz wesentlichen Vorstellung von Bewusstseinsentwicklung und einer Perspektive, wo es noch hingehen kann. Das hat mir eine Richtung gegeben, auch für mein eigenes Tun. Ich habe es immer befremdlich empfunden, wenn Leute Wilber gelesen, sich aber nicht angesprochen gefühlt haben in dem Sinn, dass sie ihr Leben verändern und sich um ihre eigene Entwicklung kümmern. Ich habe konsequenterweise damit bei mir begonnen, als etwas was ich tun kann und sollte. Dann begann ich Wilber systematisch zu lesen. Der ganz große Knall kam mit *Eine kurze Geschichte des Kosmos*, wo ich erstmals die vier Quadranten kennengelernt habe, und das war eine große Freude, ein Zustand von Einheit in meinem Denken und Einheit im Verstehen der Welt – geradezu ein ‚mentaler Orgasmus‘. Die Unterscheidung von Perspektiven führt ja auch zu einem Zuwachs an Mitgefühl. Man kann viel besser verstehen woher jemand spricht und eigene innere negative Kommentare gegenüber anderen Menschen abbauen. Diese Weite – zu fragen: „Wie muss ein Universum beschaffen sein, in dem all diese unterschiedlichen Standpunkte überhaupt auftauchen können?“ anstelle der Frage: „Wer hat Recht und wer hat Unrecht?“ – die ist sehr befreiend.

MH: Du bist dann auch in den integralen Foren aufgetaucht und im Arbeitskreis Ken Wilber und warst der erste „vollbeschäftigte“ Geschäftsführer des Integralen Forums.



DW: Das war 2002 bei einem Treffen in Bremen, wo sich die damals existierenden regionalen Kreise trafen. Es war eine tolle Aufbruchsstimmung und ich habe damals damit gerechnet, dass es bildlich gesprochen jeden Moment losgehen kann, dass die „second-tier“-Schallmauer durchbrochen wird ... das war eine schöne, naiv-illusionäre Zeit voller Hoffnungen. Geschäftsführer des IF bin ich 2008 geworden, davor gab es jedoch andere, die allerdings ehrenamtlich aktiv waren. Ich war der erste hauptberufliche und habe von 2008 bis 2013 alles Mögliche gemacht: Administration, Vereinsverwaltung, Mitgliederverwaltung, Marketing, Webredaktion, Finanzen, Zeitschriften, Podcast, Social Media, Eventlogistik, Konzeption, Moderation, Die Integrale Akademie (DIA) mit Eventorganisation, Übersetzungen, ... das war zu keiner Zeit langweilig.

MH: Beeindruckend, und auch unvergesslich. Und dann kam Integral Europe.

DW: Im Anschluss an die IF Tagung 2012 gab es ein Treffen von europäischen integralen Initiativen, mit 20 Menschen aus 14 Ländern. Daraus hat sich ein Kernteam gebildet, welches das Projekt Integral Europe weiterverfolgt, das sind Bence Ganti aus Ungarn, Raquel Torrent aus Spanien, Kevin Solinski aus Frankreich und Miriam van Groen aus den Niederlanden. Wir haben uns Anfang 2013 als Kernteam auf Einladung von Bence in Budapest getroffen und dabei entschieden eine erste Tagung 2014 in Budapest zu veranstalten, und das haben wir dann auch gemacht.

MH: Mit großem Erfolg.

DW: Ja, wir hatten rund 500 Teilnehmer aus mehr als 25 Ländern. Auf unseren Call for Papers kamen 165 Rückmeldungen, und davon konnten wir ca. 120 auf der Tagung unterbringen. Wir wollten möglichst vielen Europäern eine Bühne geben. Wir haben in der Vergangenheit die Beiträge von Amerikanern, die wir sehr schätzen, zu sehr betont und uns selbst dabei vergessen. Das haben wir in Budapest anders gemacht.

MH: Wie würdest du den europäischen Impuls daraus beschreiben?

DW: Wir haben uns bei der Planung die Frage gestellt, ob wir uns auf Europa begrenzen sollten, wir hätten ja auch etwas mit Beiträgen aus der ganzen Welt anbieten können. Wir haben uns dann aber bewusst für einen Zwischenschritt entschieden, als eine Würdigung der europäischen Identitäten, und wollten uns auch die Zeit nehmen für eine Bildung und Formulierung einer europäischen Identität aus den einzelnen nationalen Identitäten. Hierfür haben wir Großgruppenprozesse durchgeführt, als eine Kombination von Aufstellungsarbeit und ritueller Gruppendynamik. Hierbei konnten eigene emotionale nationale Identitäten erfahren werden, positiv und negativ, um sich dann in einen umfassenderen inneren Erfahrungsraum zu begeben, einer Art Einheit in Vielfalt, eine bunte Einheit unterschiedlicher Stimmen.

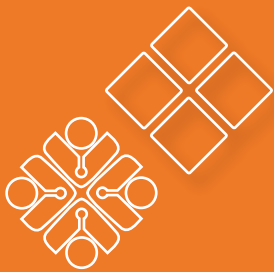
MH: Eine innere Einheit in Vielfalt, als eine notwendige Ergänzung zur äußeren strukturellen europäischen Integration, die ja meistens im Vordergrund steht.

DW: Ja, der untere linke Quadrant, als der Schritt von der nationalen Identität hin zu einer umfassenderen europäischen Identität. Das ist vor allem von Bedeutung angesichts des Wiedererstarkens nationaler Stimmungen und Kräfte in den europäischen Ländern, für die Multikulturalität ein Schimpfwort ist. Wir haben daran in einem kleinen Maßstab gearbeitet, mit Menschen die dafür offen sind, was es leichter gemacht hat. Aber es war ein erster Schritt, und es gibt nicht viele Orte und Gelegenheiten so etwas gemeinsam zu machen und zu erleben.

MH: Womit beschäftigst du dich noch zurzeit?

DW: Integral Europe ist mein Hauptprojekt. Wir haben jetzt die Konferenzmaterialien veröffentlicht, auch um finanzielle Mittel für weitere Projekte zu bekommen. Dann beginnen die Vorbereitungen für die nächste integrale European Conference 2016 (18.-22. Mai), die wieder in Budapest stattfinden soll. Parallel dazu mache ich Einführungsworkshops zu Holakratie und beschäftige mich mit dem Thema integrale Organisation. Diesbezüglich hat das Buch von Frederic Laloux einiges ins Rollen gebracht. Ein weiteres Standbein das ich jetzt aufbaue ist Consulting/Beratung, zusammen mit einem erfahrenen Berater hier in Bremen.

MH: Der erste integrale Schwung, über den wir gesprochen haben, war der einer Aufbruchsstimmung: „Jetzt kommt etwas Neues“. Und jetzt holt uns, und das kann man auch politisch am Beispiel der national bis nationalistisch geprägten Tendenzen beobachten, gewissermaßen das Alte wieder ein. Das bedeutet allgemein gesprochen immer wieder auch auf



den eigenen Entwicklungsweg zu schauen, individuell und kollektiv, mit Integrations- und Schattenarbeit. Welche Perspektiven siehst du dabei für die kommenden Jahre?

DW: Ich bin bei Zukunftsprognosen vorsichtig geworden, aus den Erfahrungen die ich damit gemacht habe. Ich werde auf jeden Fall weiter an der Vernetzung der internationalen integralen Bewegung arbeiten. Das ist für mich bisher von Seiten der Amerikaner nicht wirklich geschehen. Die sehen Europa eher als einen Absatzmarkt für ihre Produkte und Dienstleistungen. Das ist der amerikanische Unternehmergeist, nicht böse gemeint, aber auch nicht wirklich integrierend. Seit der IEC Tagung hat sich das geändert. Man schaut jetzt anders auf Europa, auch mit großer Hoffnung. Diesen Weg wollen wir fortsetzen, als einen längeren Prozess wo man sich immer wieder als Gruppe begegnet und miteinander arbeitet, und natürlich auch zwischendrin. Die amerikanische Szene ist demgegenüber eher zersplittert und individualistisch geprägt, wie Amerika eben ist, das sagen auch Amerikaner. Und da können wir in Europa andere Wege gehen, die weniger individualistisch und mehr gemeinschaftlich orientiert sind.

MH: Ich möchte dir gerne noch eine persönliche Frage stellen. Diese integrale Zeit war und ist ja auch eine emotionale Achterbahnfahrt, so erlebe ich es jedenfalls. Ich habe dich diesbezüglich eher zurückhaltend erlebt, eher nüchtern und sachlich, aber vielleicht möchtest du noch etwas aus deinem emotionalen Erleben mitteilen?

DW: Ich denke, dass ich von meinem Naturell eher ein gemäßigter Typ bin, mich nicht so schnell in etwas hineinsteigere. Ich versuche im Sinne einer größeren Dimension zu denken und stelle die Frage, was wir miteinander an Übereinstimmung teilen, und versuche daraus zu handeln. Das was uns verbindet ist immer sehr viel größer als ein oder zwei Punkte wo wir nicht übereinstimmen, und daran orientiere ich mich. Die Arbeit im IEC Team erlebe ich als sehr harmonisch und das macht mich froh – anders könnten wir auch die große Menge an Arbeit nicht bewältigen. Aber Spannungen sind unvermeidlich, wenn unterschiedliche Menschen für eine Aufgabe zusammenkommen, und die Frage ist dann, wie sehr man zulässt, dass das Gemeinsame von diesen Spannungen überdeckt wird.

MH: Sag' doch noch was zu deinem Leben als Künstler, so kenne ich dich ja auch.



DW: Zurzeit male ich eher selten, doch ich zeichne zusammen mit meinem Sohn. Unsere Motive sind entsprechend Krokodile und Dinosaurier. Meine Kreativität geht vorrangig ins Schreiben und ins Design für Integral Europe. Das würde ich jedoch nicht als Kunst bezeichnen. Wie Karl Kraus es einmal formuliert hat „Kunst ist schön, macht aber viel Arbeit.“ ❖

Dennis Wittrock, M.A. Abschluss in Philosophie, Anglistik und Kunstwissenschaft an der Uni Bremen. Selbständiger Journalist, Berater, Trainer, zertifizierter Holacracy® Agent. Mitbegründer von Integral Europe und Co-Direktor der Integral European Conference 2014. Ehemaliger Geschäftsführer und Vorstandsmitglied des Integralen Forums und von DIA, Die Integrale Akademie.
www.integral-con-text.de

Anna Platsch: Nachhausekommen



Michael Habecker: Anna, wenn du auf dein Leben zurückblickst, nicht nur – aber auch – im Hinblick auf Wachstum, Entwicklung und Integralität im allgemeinen Sinn, was fühlst du dabei und woran denkst du?

Anna Platsch: Also, erst einmal muss ich lachen, weil mir eine Stelle in der Biografie Gabriel Garcia Marquez' einfällt, in der er schreibt, wie unangenehm ihm Interviews immer sind, weil das Gespräch kein Dialog ist. Das ist so eine Frage, gell? Ob das so integral ist? Wir werden sehen, jetzt habe ich ja gesagt und tue es gerne. Es besteht nur die Gefahr, dass ich dich auch bald frage, wie du dich fühlst ...

Dass ich so etwas wie „Integralität“ wahrnahm – noch bevor die ganze Theorie zu mir durchdrang – hat natürlich etwas mit meiner Entwicklung, meinem Wachstum zu tun. Wer, was entwickelt sich?

Ich erlebte den inneren Drang zum Wachsen ganz lange auch als Sehnsucht, bei der mir erst Ende zwanzig klar wurde, dass es eine spirituelle Sehnsucht ist. Vorher hatte ich sie in versessenen Lesen, exzentrischem Leben, Depression, verzweifelter Gottsuche gelebt oder auf Männer projiziert, womit ich nicht so recht erfolgreich war.

Es war eine unendliche Erlösung, „Heimat“ für diese schmerzvolle Sehnsucht zu finden.

Den inneren Drang nach Wachstum habe ich als ein unerfülltes Interesse daran erlebt, die Welt und vor allem das, was sie ausmacht, was ihr Geheimnis ist, zu verstehen und zu ergründen.

Um sich auf diesen Drang allerdings wirklich beziehen zu können, ihn voll zu leben, braucht es auch einen starken Willen. Und da kam mir meine doch recht gebrochene frühe Lebensgeschichte dazwischen. Heißt: schmerzhaftes Ringen.

Es bildete sich eine Kreislauf: Der Drang nach etwas – die mangelnde Fähigkeit, ihn wirklich im Leben umzusetzen – starke, oft radikal-schmerzhaft Reibung. Und genau diese Reibung war fruchtbarster Boden für wirkliche, die Zellen durchdringende Entwicklung. Und die ist mit tiefster Freude verbunden.

Also, um deine Frage einfach zu beantworten: Freude.

MH: Auf diesem, deinem Weg – wer und was waren deine wichtigsten Orientierungspunkte, im Innern und im Äußeren, Erfahrungen, Eindrücke, Erlebnisse, Stationen, Menschen, Bücher, Philosophien ...?

AP: Ein weiter Bogen, nach dem du fragst!

Natürlich durchlief ich die Stationen meiner Generation: Politischer Aufbruch, „Befreiung“ der Sexualität, Frauenbewegung, Humanistische Psychologie. In alles hatte ich mich



hingestürzt. Bis ich wieder feststellen musste, ES blieb unbeantwortet.

Und dann kamen zwei Bücher zu mir, die nach ETWAS schmeckten, das waren die drei Bände von Castaneda und das Buch von Reshad Field „Ich ging den Weg des Derwisch“. Wir hatten ja damals noch extrem wenig spirituelle Literatur, die uns zugänglich war. Nach diesen Büchern wusste ich, und es war dieses kristallklare Wissen, dass ich entweder zu einem Indianer oder einem Sufi kommen würde.

Drei Tage später las ich, dass es in Berlin einen Sufi-Lehrer gab. Ich rief dort an und stand am nächsten Tag vor seiner Tür in einem typischen Berliner Altbau in Kreuzberg. Und ich kann dir sagen, noch nie in meinem Leben war ich so aufgeregt. Das Ego roch wahrscheinlich seine Zukunft ...

Die Begegnung mit diesem Lehrer war wirklich ein großer Wendepunkt in meinem Leben, alles was mich vorher als brennendes Suchen, als Leidenschaft, oft auch als Verzweiflung beunruhigte, war in jenem existenziellen Kern getroffen, der mir in meinem Leben Ausrichtung ist.

In dieser Begegnung mit dem Sufismus, mit seiner großen Mystik, eröffnete sich für mich auch das Christentum völlig neu – ich entdeckte die christlichen Mystiker, Teresa von Avila zum Beispiel.

Nach dem Tod meines ersten Lehrers, als ich hilflos zwischen den Welten hing, mit einem schreienden Baby auf dem Arm, kam dann die erste Fassung des Buchs von Irina Tweedie.

Die Begegnung mit ihr war das zweite große Nachhausekommen. Ich hatte das Gefühl, ihre Lehre beginnt dort, wo die vorherige geendet hatte. Ich war tief ergriffen. Ich war so oft es Kind, Arbeit, Geld erlaubten bei ihr, sie lebte ja in London. Wobei ich lange Zeit auch immer etwas Angst vor ihr hatte.

Ach Michael, du weißt es ja, es ist so eine Gnade, in diesem Leben einem Lehrer begegnen zu dürfen. Und natürlich führte mich das Leben auf einen Pfad, in dem es nur um die Liebe geht, das entspricht mir. Mich hatte es nie zu anderen Pfaden hingezogen, ich musstenie Lehrer-Hopping machen. Ich warda innenganz klar.

Heute ist meine spirituelle Ausrichtung ganz frei. Und natürlich bin ich in den letzten Jahren im dynamischen Strom der Weisen und neuen Lehrer und all dem Aufbrechen unserer Zeit geschwommen. Wo soll ich anfangen? Du kennst sie wahrscheinlich eh besser als ich.

Aber was mich trägt unter all diesen aufregenden Bewegungen, ist die namenlose Liebe, sie ist keine Station, nach der du fragst, für mich ist sie die Essenz der Schöpfung, da wird jede Theorie klein. So ein kostbares Geheimnis ...

MH: Das kann ich gut verstehen, doch gerade beim Thema Liebe möchte ich gerne noch – provokativ – nachfragen: Auf die Liebe nehmen viele Bezug. Selbstmordattentäter opfern ihr Leben für das, was sie lieben. Religionen führen Kriege aus Liebe zu ihrem Gott, ihrer Essenz. Oft wird dann gesagt: „das ist aber nicht die Liebe, die ich meine, ich meine eine ganz andere Liebe ...“. Doch wie kannst du das – auch wissenschaftlich – wirklich begründen, so dass es sich dabei nicht nur um (d)eine subjektive Erfahrung/Wissen handelt. Der Streit darüber, was „wirkliche“ oder „wahre“ Liebe ist, hat ja schon unendliches Leid verursacht und tut dies weiterhin. Wie begründest du diese Liebe von der du sprichst, ohne dich lediglich auf dich selbst zu beziehen, zumal du ja in diesem Zusammenhang davon sprichst, dass „jede Theorie ganz klein“ wird?

AP: Im letzten Winter, über Silvester, war ich zu einem Retreat in Israel. Dort trafen Deutsche und jüdische Israeli aufeinander, und das in einem offenen, spirituellen Gefäß. Das heißt, es kam jede Menge Unerlöstes aus dem kollektiven Unbewussten nach oben. Und zwar heftig. Es waren viele sehr engagierte Menschen, die die Antworten nicht außen suchten, sondern in sich selbst. Wir sind tief gegangen. Für mich als Deutsche hieß das, ich bin der Täterin in mir begegnet. Auch wenn ich erst nach dem Krieg geboren wurde und es in meiner direkten Familie keine Mörder gab. Verbunden mit allem bin ich auch Täterin – denn: was bin ich nicht?

Im Grunde habe ich nur eine einzige Frage als Antwort auf deine Frage: Richtet sich der Attentäter *gegen* etwas? Das wäre die einfachste „Wissenschaft“. Richtet er oder sie sich *gegen* Juden, Sunniten, Christen, die Nachbarin, andere Gruppierungen? Sind wir *besser* als die *anderen*? Haben wir die *einzigste Wahrheit*? Alle Religionskriege gründen in einem „Ja“ auf diese Frage.

Die Liebe als Innerstes der Schöpfung kann eine tiefe spirituelle Erfahrung sein, kann zu einem Zustand werden. Sie umfasst *alles*, bezieht *alles* mit ein. Und das bedeutet fürwahr nicht, dass es eine süße Soße gibt und nicht mehr differenziert wird. Im Gegenteil – der Blick schärft sich.

MH: Was du beschreibst finde ich eine sehr wesentliche Herangehensweise, zu schauen und fühlen, wer oder was sich alles *außerhalb* eines Kreises von Fürsorge oder Liebe befindet. Im Alltag ist dies eine ganz zentrale Praxis für mich – das Herz offen zu halten, wenn ich bei mir Tendenzen eines Zusammenziehens merke – bei Auseinandersetzungen, beim Nachrichtenhören, bei direkter Kommunikation und beim Lesen von Mails, bei der Arbeit ... Hast du diesbezüglich eine Praxis oder Übung – oder wie gehst du damit um?

AP: Erst mal danke, Michael, dass du mich aus der Einsamkeit der Interviewten befreist ...

Ich spüre das Herausfallen aus dem inneren Angebundensein, aus der Liebe, in der Blockierung der Energie, wenn der Atem eng geworden ist, Eros in den Untergrund abgetaucht ist und jener feine Duft des Lebendigseins im unendlich weiten Raum fehlt. Ja, was mache ich da? Eigentlich reicht die Wahrnehmung dessen, einen Moment innehalten, gleichsam eine Sekunden-Meditation, der Atem, der Körper, der grenzenlose Raum – sie öffnen sich dann in einem „Arbeitsgang“ von alleine. Könnte auch Gnade sagen.

Es gibt aber auch solche Momente des Sich-Verschließens, wie du sie beschreibst, in denen irgendetwas Konditioniertes getriggert wird, da ist es dann mit nur Innehalten nicht getan, da verlangt der Moment nach etwas genauem, tieferem Hinschauen – auf der psychologischen Ebene. Tiefer erlebt ist es das Haupt beugen, durch den Moment hindurchfallen ...

MH: Vielen Dank. Gibt es noch etwas, was du jetzt zum Ausdruck bringen möchtest?

AP: Ich habe so ein tiefes Bedürfnis nach Wahrhaftigkeit, dir gegenüber, mir gegenüber, dass ich manchmal gar nicht weiß, ob all diese Antworten eigentlich das treffen, wonach du gefragt hast – denn jede Antwort ist so flüchtig! Wenn wir jetzt wieder von vorne beginnen würden, käme etwas ganz anders dabei raus.

Das Nachhausekommen ist sicherlich ein Raum, in dem die Seele ruhen kann. Nur – es ist kein Ende, es ist der Anfang. Der Duft des Formlosen erzählt von radikaler Stille ... ❖

Anna Platsch lebt als freie Autorin im Chiemgau in der Nähe von München. Sie leitet Schreibseminare und -retreats, in denen sie den Schwerpunkt ihrer Arbeit immer mehr auf das Schreiben als spirituellen Weg legt.

Sie ist verheiratet und hat einen erwachsenen Sohn.

www.annaplatsch.de



Gemeinsam unterwegs sein - Die Solidarökonomie der Lebenstraumgemeinschaft Jahnishausen

Viele Menschen suchen nach neuen Formen des Zusammenlebens, zum Beispiel in einer Lebensgemeinschaft. Sie bringen damit sichtbar und erfahrbar zum Ausdruck was es bedeutet, gemeinschaftlich mit anderen Menschen auf dem Weg zu sein. Dies führt zu neuen Experimentierräumen sowohl was das kulturell-gemeinschaftliche wie auch was das strukturell-systemische Zusammenleben betrifft.

Anlässlich eines Supervisionswochenendes in Jahnishausen hatte ich Gelegenheit, mit der Lebensgemeinschaft über ihre Ökonomie zu sprechen und gestalterisch beizutragen.

Den Einstieg dazu bildeten drei Grundperspektiven, aus denen heraus sich Menschen orientieren, abgeleitet aus den vier Quadranten Ken Wilbers (die beiden oberen Quadranten sind zusammengefasst). Jeder Mensch – das können Sie selbst bei sich unmittelbar nachprüfen – hat ein individuelles Erleben als ein Ich-Erleben, ein gemeinschaftliches Erleben als ein Wir-Erleben und sieht sich weiterhin – Abstand nehmend – als ein Teil von Systemen unterschiedlichster Art, politisch, gesellschaftlich, organisatorisch, ökologisch, finanziell, familiär usw.

So lag es nahe die Gemeinschaftsmitglieder dazu einzuladen, diese unterschiedlichen Perspektiven für sich einzunehmen – allgemein und auch vor dem Hintergrund einer gemeinsamen Ökonomie. Dabei sind diese Perspektiven als unterschiedliche Blickwinkel auf *ein* Geschehen nicht voneinander zu trennen, es lohnt sich jedoch, sie erst einmal zu differenzieren, bevor sie dann wieder zusammengeführt werden:

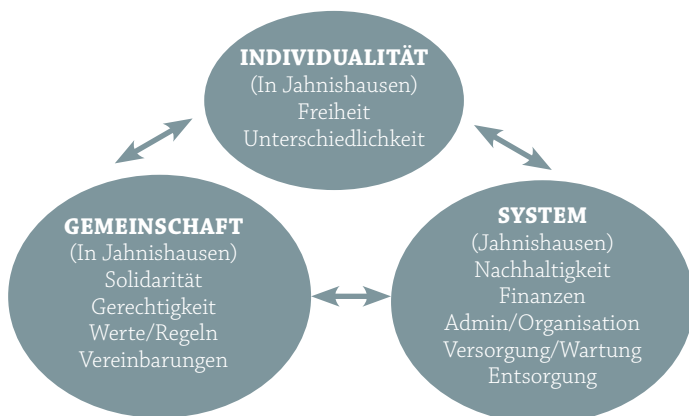


Abb.: 3 Hauptperspektiven mit typischen Einzelmerkmalen

Diese drei Hauptperspektiven wurden auf dem Boden als Bodenanker sichtbar gemacht, und die Gemeinschaftsmitglieder waren eingeladen, sich frei zu und aus jeder der Perspektiven zu äußern. Die Äußerungen wurden gesammelt und den jeweiligen Perspektiven zugeordnet. Nachfolgend sind sie nacheinander aufgeführt.

Subjektiv:

Individualität und Freiheit in Gemeinschaft

Die Stellungnahmen machten deutlich, dass Individualität in der Gemeinschaft ein hoher Wert ist. Im Einzelerleben ist dies ein Gefühl von Freiheit mit unterschiedlichsten Aspekten: die Freiheit ...

- in Gemeinschaft sein zu wollen
- für sich sein zu wollen
- auch in Gemeinschaft Beziehungen unterschiedlich zu pflegen
- Ämter und Aufgaben zu übernehmen und niederzulegen
- unentgeltlich für die Gemeinschaft tätig zu sein
- Entgelt für Tätigkeiten zu beanspruchen
- mit anderen zu teilen (Zeit, Aufmerksamkeit, Geld ...)
- nicht mit allen gleichermaßen teilen zu wollen
- eigener subjektiver Bewertungen
- der Dankbarkeit
- zu sich zu stehen und zu dem was Mann/Frau braucht und macht
- Vergleiche anzustellen
- ohne Zwang zu geben
- zu sagen „ich brauche ...“
- in einer „kontrollfreien Gemeinschaft“ zu sein

Intersubjektiv:

Gemeinschaft und Verbindlichkeit

Auch Verbindlichkeit und Solidarität sind in der Gemeinschaft für ihre Mitglieder hohe Werte. Dazu gehören vor allem:

- Der Wunsch nach einem sorgenfreien Leben für alle
- Solidarität nach innen (Gemeinschaft) und außen (Umfeld, Gemeinde und darüber hinaus)
- das Prinzip von Schenkung auf Gegenseitigkeit ohne Aufrechnen
- die Erwartung des sich Einbringens an alle
- die Vorstellung, dass *alle* Arbeit Gemeinschaftsarbeit ist
- die Möglichkeit der Leistung eines „Bedarfseinkommens“ an diejenigen, die finanzielle Unterstützung brauchen
- das solidarische Aufteilen der für die Aufrechterhaltung des „Systems“ Gemeinschaft (siehe der nächste Punkt) notwendigen Arbeiten
- die Notwendigkeit der Bewertungen und Entscheidungen (welche Arbeiten sind unbedingt nötig und welche nicht, wer kann/soll wie bezahlt werden und wer nicht ...)?
- der Wunsch, Menschen (statt Arbeit) zu bezahlen
- keinerlei Diskriminierungen
- Vertrauen als wichtigstes Gemeinschaftsgut
- Geben in Gemeinschaft ist etwas Wunderbares und Schönes
- die Forderung nach gleicher Bezahlung für alle

Vertrauen ist ein wichtiges Gemeinschaftsgut.

Schon bei der Gegenüberstellung der beiden Perspektiven von Individualität und Gemeinschaft wird ein natürliches Spannungsfeld deutlich, in das jeder Mensch gestellt ist, unabhängig wo oder wie er oder sie lebt. Gemeinschaftsleben und kollektive Verbindlichkeit bedeutet auch eine teilweise Zurückstellung individueller Freiheit. Andererseits ist es die Verbindlichkeit, welche ein Miteinander überhaupt erst möglich macht und das individuelle Erleben bereichert und entwickeln hilft und damit auch neue individuelle Freiheiten eröffnet.

Ein zusätzlicher Aspekt, der für weitere „natürliche“ – weil aus unterschiedlichen und gleichwertigen Perspektiven entstehende – Spannungen sorgt, ist das Eingebundensein in verschiedenste Arten von Systemen. Bei der Betrachtung hier lag der Schwerpunkt auf der Lebensgemeinschaft als ein infrastrukturelles Wirtschaftssystem.

Interobjektivität und Vernetztheit: System, Organisation und Nachhaltigkeit

Jedes System braucht zu seiner Aufrechterhaltung funktionierende Kreisläufe von Versorgung und Entsorgung (Material, Energie, Informationen, Finanzen, Lebensmittel, ...). Das Ziel dabei ist eine nachhaltige Gestaltung dieser Kreisläufe. Im Hinblick auf das Wirtschaftssystem waren insbesondere folgende Aspekte von Bedeutung:

- die Schaffung der Möglichkeit eines Grundeinkommens in der Gemeinschaft
- der Wunsch eines „anderen Systems“ als ein realer Gegenentwurf für das existierende Wirtschaftssystem (auch in den Köpfen)
- Experimentierformen von Schenkökonomie mit dem Ideal einer „Welt ohne Geld“
- die Einrichtung selbstverwalteter Betriebe
- das Schaffen und der Ausbau von Arbeitsplätzen in der Gemeinschaft
- die Sichtbarmachung auch der Systemgrenzen
- die Definition, welche Arbeiten das System aufrechterhalten
- die Würdigung der Unterschiedlichkeit (von Bezahlssystemen) als Reichtum



Historische Aspekte

Als ein wichtiger historischer Aspekt, der die Gemeinschaft als ein sich entwickelndes System (Außenperspektive) und eine sich entwickelnde Kultur (Innenperspektive) im Blick hat, wurde erwähnt, dass früher alle Arbeit unbezahlte Gemeinschaftsarbeit war. Das Prinzip war, dass jeder und jede mit seinem bzw. ihrem Einkommen für sich selbst zu sorgen hatte. Doch im Verlauf der Zeit ist hier ein Wandel eingetreten.

Austauschbeziehungen in der Gemeinschaft

Bei der Supervisionsarbeit wurden auch Grundsätze und Prinzipien der Austauschbeziehungen in der Gemeinschaft deutlich, die im Folgenden zusammengefasst sind.

Die Basis: Unentgeltliche Gemeinschaftsarbeit füreinander zu leisten ohne diese gegeneinander aufzurechnen (und zwar je nach Lebenssituation, Leistungsfähigkeit, Kenntnissen, Fertigkeiten und Freude/Lust) ist nach wie vor ein ganz wesentliches Gemeinschaftsprinzip. Es basiert auf der Solidarität untereinander (als ein sich verantwortlich fühlen, und, ganz konkret, als ein „sich mit offenen Augen und Ohren im Gelände bewegen“ und schauen, was wo gemacht werden kann).

Eine weitere wichtige Dynamik ist eine Ausgewogenheit der Polarität von

Verbindlichkeit gegenüber Bestehendem/Vereinbarem

UND

Offenheit für Weiterentwicklungen

Gleiche Bezahlung für alle. Ein sorgenfreies Leben für alle.

Zu wenig Verbindlichkeit und Verlässlichkeit hat sich ebenso wenig bewährt wie ein Zuviel an Regelungen und eine damit verbundene Starre gegenüber Neuerungen. In dieser Dynamik spiegelt sich auch das Entwicklungsprinzip von Transzendieren (Offenheit) und Bewahren (Verbindlichkeit).

Mit diesen Prinzipien und den oben erwähnten perspektivischen Schwerpunkten konnte das derzeitige System der Solidarökonomie in der Gemeinschaft explizit und verbindlich gemacht werden.

Ausblick

Am Ende der Supervision wurde dann noch der Weg der Weiterentwicklung der Solidarökonomie diskutiert, beginnend mit einem Meinungsbild:

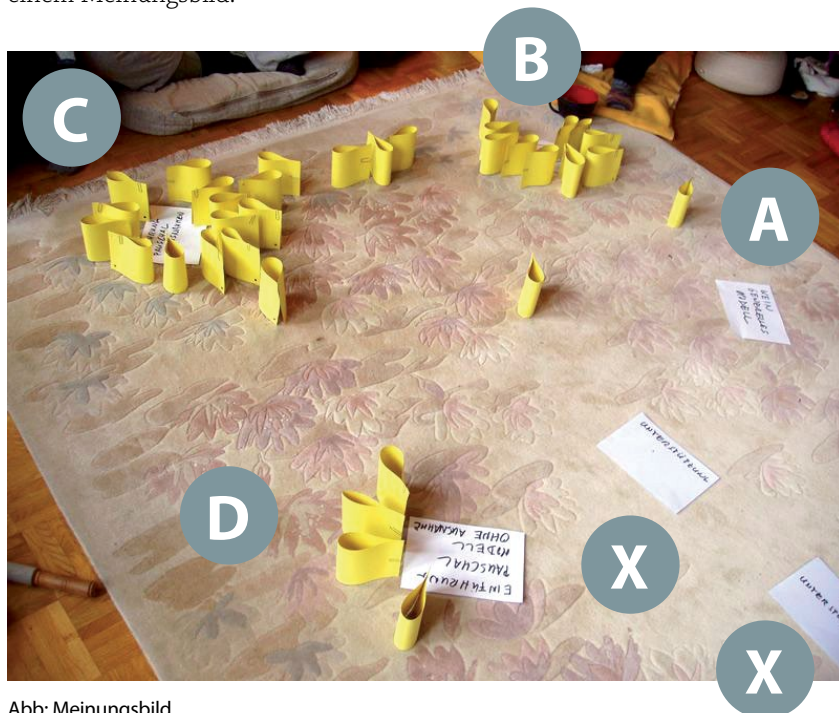


Abb: Meinungsbild

Angeboten waren 4 Positionen, und zwar (die Zettel „X“ gehören nicht zum Meinungsbild):

(A) Es soll kein generelles Modell geben wie bezahlt wird (pauschal, Stunden, Projekt ...).

Beibehaltung des Ist-Zustandes (**B**, Zettel verdeckt). Unbezahlte Gemeinschaftsarbeit ist die Basis *und* es werden anfallende Arbeiten mit einem generellen Stundensatz von 12,00 Euro bezahlt.

(C) Einführung geldlicher Pauschalleistungen als Regel mit Ausnahmemöglichkeiten.

(D) Einführung geldlicher Pauschalleistungen ohne Ausnahme.

Zur weiteren Bearbeitung der Thematik wurde eine Arbeitsgruppe eingerichtet. ❖

Die Würdigung der
Unterschiedlichkeit
als ein Reichtum.

Die Freiheit,
auch in
Gemeinschaft
Beziehungen
unterschiedlich
zu pflegen.



Aus den IF Salons ...



Salon Berlin – Hilde Weckmann

In unserem Berliner Salon bieten wir jeweils einen Impulsvortrag mit Inhalten aus dem integralen Umfeld, dazwischen oder danach meist „Murmeln“, d. h. Kleingruppen, in denen Fragen und Missverständnisse geklärt werden können. Anschließend kann ein eigener Standpunkt entwickelt werden, und anschließend einen Dialog oder Diskurs mit dem Ziel, das Thema integral zu verorten. Phasen der Stille und Körperübungen gibt's je nach Ansatz der ReferentIn.



Unsere Themen in 2015 im Berliner integralen Salon (Änderungen vorbehalten) sind:

19.1.15	Gerd Hofielen, UnternehmensEthik mit Biss
16.2.15	Dr. Sven Werchan, integrale Ernährung
9.3.15	Extratermin Buchvorstellung Wolfgang Aurose, Evolution und Heilung der Seele der Nationen
16.3.15	Tom Amarque, Wilber und die Post-Postmoderne
20.4.15	Sabine Kirchner + Frank Behrens, Transparente Kommunikation
18.5.15	Axel Malik, Kommunikation und Kunst
15.6.15	Prof. Dr. Beate Klutmann, Subjekt-Objekt-Theorie, ganz praktisch betrachtet
20.7.15	Ulrike Egartner, ICH BIN!
17.8.15	Anne Kliebisch, Jonathan Klodt, Kollektive Führung als Kulturtechnik in Organisationen
21.9.15	Katharina und Florian Gerull, Metamangement
19.10.15	H. F. Sefranek, Ökonomie integral
16.11.15	Wolfgang Rühle, Bewusstseinsveränderung und die Plastizität des Gehirns
21.12.15	Dr. Thomas Binder, Die Arbeit mit dem Ich/Selbst – ein facettenreicheres Thema als man denkt!
18.1.16	Jürgen Bolz, Creation Lab – 2nd tier Umgang mit Bildern für zukunftsweisende Innovationen
15.2.16	Martin Bruders von der Integral Road Show



Wir treffen uns jeden dritten Montag um 19h bei:

A/S/G Rechtsanwälte

Friedrichstrasse 200
10117 Berlin Mitte
bitte beachten: Ausgang C, 7. Etage
U-6 Haltestelle: Stadtmitte

Informationen und Anmeldungen zum Salon bitte hier:

<http://integrales.websummit.de/>

Innovative SalonKultur in Frankfurt – durch Kommunikatives Handeln

Salon Frankfurt – Karin M. Lück



Wie führen Menschen verbindende Gespräche die einen zukünftigen Mehrwert in sich tragen? Dieser Frage geht der Integrale Salon Frankfurt seit einigen Jahren intensiv nach und beschäftigt sich mit diversen, nicht nur kommunikativen Ansätzen; die integralen Landkarten zwecks Verortung mit im Gepäck. Roter Faden nach den jeweiligen Impulsen ist der Integrale Dialog, aus dem Herzen und in Anbindung an universelle Weisheit.

Das zweite Herzensanliegen der Salonleiterin Karin M. Lück ist ein achtsames Brücken bauen in den sog. Mainstream, um das integral-evolutionäre Meme in alltägliche

Begegnungsräume kultureller Anschlussfähigkeit hineinzubringen. Seit Februar ist ein Juwel klassizistischer Architekturkunst Domizil des Salons, das Nebbiensche Gartenhaus mitten im Herzen von Frankfurt.

SalonAbende 2015:

16.1.15	iLLL integrales LebensLangesLernen, Jahresthema mit der SalonGastgeberin
2.2.15	Bildung. Kinderrechte. Demokratie. Integral, Sonja Student
2.3.15	Anthroposophie und Integrale Philosophie im Gespräch, Anna-Katharina Dehmelt
13.4.15	Lebe Deine Bestimmung, Holger Eckstein
4.5.15	Die 3 Dimensionen im Zusammenhang mit Selbstentwicklung, Sebastian von Sauter, Integraler Salonleiter Kassel
1.6.15	Wäre Buddha CEO: Menschlichkeit in Unternehmen. Jürgen T. Knauf, Unternehmer + Autor von <i>Kaleidoskop der Scherben</i>
6.7.15	Meta-Integral – Konstruktiv-kritischer Blick auf das Integrale und seine Vertreter, Mike Kauschke, lt. Redakteur evolve-Magazin und Dr. Felix Hoch, Promotion ü/Interdisziplinarität und Integrale Theorie und n.n.
7.9.15	Think global – act local: Lebensqualitätsprozess Schöne Aussichten – Forum für Frankfurt, Dr. Stefan Bergheim, Zentrum für Gesellschaftlichen Fortschritt Frankfurt
5.10.15	Mystik in Movement, Dr. med. Ulrike Schütz
2.11.15	4 Ebenen der Kommunikation – Was uns die Kaballa lehrt, Rabbiner Shlomo Raskin Jüdische Gemeinde
7.12.15	Christusbewusstsein, n.n.

SalonAbende im Nebbienschen Gartenhaus Frankfurt

Jeden 1. Monat/Monat • 19:30-22h

SalonAbende • Kommunikationstraining • Praxis iLLL

Kontakt:

Gastgeberin Karin M. Lück

KarinLueck@IntegralesForum.org

069-133 93 622 – 0176-64 36 13 84

<http://integralesleben.org/if-home/if-integrales-forum/integrale-salons/frankfurt-am-main/>



Herausgeber: Integrales Forum e.V.
ISSN 1863-978X

Chefredakteur: Michael Habecker

Korrektorat: Jörg Perband

Design & Layout: Uwe Schramm

Werbeleitung: Mike Kauschke
069-401 54 527
0177-57 83 241
mike.kauschke@evolve-magazin.de

Druck, Vertrieb: Sandila GmbH,
Herrischried,
Special Interest
D&M PressevertriebsgmbH,
Dietzenbach

Für den Inhalt verantwortlich:
if-redaktion@integralesforum.org

Leserbriefe, Anregungen, Wünsche an:
if-redaktion@integralesforum.org

Geschäftsstelle:
Integrales Forum e.V.
Raymond Fisser
Lüdemannweg 30
28865 Lilienthal
gs@integralesforum.org

Kontoverbindung:
INTEGRALES FORUM e.V.
GLS Gemeinschaftsbank eG
IBAN: DE90430609674018715600
BIC: GENODEM1GLS

Spenden und Mitgliedsbeiträge
sind steuerabzugsfähig.

Bezugsmöglichkeiten bisheriger Ausgaben:

Über: michael.habecker@integralesforum.org
oder unter www.integralesforum.org

Mitglieder des Integralen Forums erhalten
die *integralen perspektiven* kostenlos.

Sonstiges Abo: 20,- EUR pro Jahr
(drei Ausgaben) Einzelheftpreis: 8,00 EUR
Abo Österreich und Schweiz: 24,- EUR

E-Mail: michael.habecker@integralesforum.org

Anzeigen / Inserate:

Kontakt: Mike Kauschke
anzeigen@integralesforum.org

PREISLISTE: integrale perspektiven

Umschlagseiten (Farbe 4C)

Rückseite (im Anschnitt)	449,- EUR
Innenseite (im Anschnitt)	349,- EUR

Innenteil (Schwarz/Weiss 1C)

Ganze Seite (im Anschnitt)	219,- EUR
Ganze Seite (im Satzspiegel)	219,- EUR
Halbe Seite (hoch oder quer)	119,- EUR
Drittel Seite (hoch oder quer)	89,- EUR
Viertel Seite (hoch oder quer)	65,- EUR

Größen/Formate:

Ganze Seite (im Anschnitt):	210 x 297 mm zzgl. 3 mm Anschnitt
Ganze Seite (im Satzspiegel):	185 x 266 mm
Halbe Seite hoch:	88 x 266 mm
Halbe Seite quer:	185 x 130 mm
Drittel Seite hoch:	58 x 266 mm
Drittel Seite quer:	122 x 130 mm
Viertel Seite hoch:	88 x 130 mm
Viertel Seite quer:	185 x 62 mm

Beileger:

je 1.000 Stück bis 20g	75,- EUR
------------------------	----------

**Werbung
auf unseren Webseiten:**

anzeigen@integralesforum.org

Wenn Sie Interesse an Online-Schaltungen für
Anzeigen auf unserer Startseite und auf dem Portal
„Integrales Leben“ haben, kontaktieren Sie uns.
Die aktuellen Preise können Sie unserer Webseite
entnehmen: www.integralesforum.org

VORSCHAU

Für die weiteren Ausgaben sind
folgende Schwerpunkte geplant:

integrale perspektiven *31 (Juni 2015)

**Umwelt –
Wirtschaft – Politik**

Leben in Systemen

Anzeigenschluss: 10. Mai 2015

integrale perspektiven *32 (Oktober 2015)

**Komplexität und
Leichtigkeit**

Anzeigenschluss: 10. September 2015

**Wollen Sie als Sponsor zu den
integralen perspektiven beitragen?**

Die ip ist ein deutschsprachiges Printmedium
für integral informierte Inhalte in Theorie
und Praxis. Die AutorInnen der i*p arbeiten
ehrenamtlich, und zur Deckung unserer Druck-
und Vertriebskosten freuen wir uns über Ihre
finanzielle Unterstützung.

Bitte wenden Sie sich hierzu an:
info@integralesforum.org

Anmerkungen der Redaktion:

Die Beiträge geben die persönliche Ansicht
der AutorInnen und Autoren wieder. Auf der
Facebookseite des Integralen Forums e.V.
besteht die Möglichkeit darüber zu diskutieren.
Die Redaktion der i*p dankt allen Inserenten,
stimmt jedoch nicht notwendigerweise mit den
Inhalten der Anzeigen überein.

Quellenhinweise:

Hintergrundbilder: Seite 3-9: ©Uwe Schramm;
Seite 10-12: ©thinkstock 164182974;
Seite 14-17: ©thinkstock 96097186;
Seite 33-35: ©thinkstock 467481727;
Seite 35-37: ©thinkstock 480867335;
Fotos auf den Inhaltsseiten von Autorinnen und
Autoren oder Mitarbeiterinnen und Mitarbeitern
des Vorstands, der Redaktion und Mitgliedern
des Integralen Forums.

evolve

MAGAZIN FÜR BEWUSSTSEIN UND KULTUR

- steht** für die Entwicklung von Bewusstsein und Kultur.
- lebt** integral und evolutionär.
- denkt** rational, philosophisch, spirituell.
- verbindet** Menschen auf der Suche nach einer progressiven Spiritualität.



abonnieren
verschenken
empfehlen
Partner-Abonnent werden

Bestellen Sie Ihr Probe-Abo: www.evolve-magazin.de

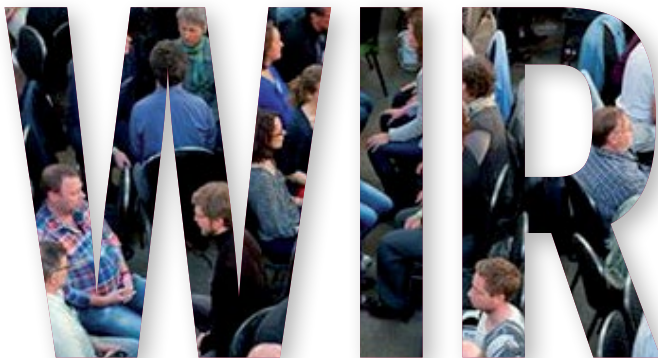


INTEGRALESFORUM

7. Integrale deutschsprachige Konferenz

Fr. 19.- So. 21. Juni 2015

im Ruhrgebiet



MITTEN IM LEBEN

*Den Anspruch des Kopfes UND
die Weisheit des Herzens achten*

Mit: Frederic Laloux, Joachim Galuska,
Margaret Rasfeld und vielen weiteren Menschen
Aufstellungs-Ritual mit **Bence Ganti** und
Holger Fuchs zur kulturellen Identitätsbildung

- ◆ Gemeinsames Erforschen von Spannungsfeldern rund um das Miteinander-Leben und -Wachsen
- ◆ Erproben der Kunst des Brückenbauens

Im Fokus: Polaritäten und
unterschiedliche Wertesysteme

- ◆ Wie kann es gelingen, theoretisches Wissen und gelebte Praxis miteinander zu verweben?
- ◆ Wie zeigt sich unser Wirken in der Welt im Jahr 2015?

Aus Tagung wird Konferenz

Eine Tagung ist gemäß Duden ein „dem Gedanken-, Informationsaustausch oder Ähnlichem dienende, ein- oder mehrtägige Zusammenkunft der Mitglieder von Institutionen, Fachverbänden usw.“ Das Wort Konferenz von lateinisch: *conferre, confero, contuli, collatum*, steht für zusammentragen und vergleichen. Wir möchten, wie bereits 2015 in Budapest zu erleben, nicht nur Experten sprechen lassen, sondern stattdessen gemeinsam mit Ihnen und allen Menschen vor Ort, Konferenzkonzepte früherer Entwicklungsstufen immer mehr einschließen und transformieren.

Mehr erfahren um mitten drin zu sein

Vielfältige Beiträge, sind im Konferenzteam eingereicht worden und verweben sich aktuell zu einem besonderen Konferenzprogramm. Online können Sie sich über den aktuellen Stand der Dinge informieren. Sichern Sie sich jetzt gleich Ihren Platz und profitieren Sie vom Frühbuchertarif. Bitte empfehlen Sie diese Konferenz weiter an Menschen, die Ihnen wichtig sind, denn der Raum ist begrenzt. Wir freuen uns auf Sie.

Kern-Informationen: www.integralesforum.org/konferenz2015

Aktuelles: www.facebook.com/IntegralesForum

Anmeldung: www.dia-seminare.org/konferenz2015

Mailkontakt Konferenzteam: konferenz@integralesforum.org

www.integralesforum.org