

John Seed/Joanna Macy/Pat Fleming/Arne Naess

## *Denken wie ein Berg*

*Ganzheitliche Ökologie:  
Die Konferenz des Lebens*

*Edition Pax  
im Verlag Hermann Bauer  
Freiburg im Breisgau*

1989



Pat Fleming / Joanna Macy

## Die Konferenz des Lebens

Diese Schilderung beschreibt das Ritual einer »Konferenz des Lebens« unter freiem Himmel in der Wildnis. Das gleiche Ritual wurde aber auch schon in geschlossenen Räumen und in der Stadt abgehalten. Die »Richtlinien für einen Workshop: Die Konferenz des Lebens« (Seite 121) beinhalten Ratschläge für die Vorbereitung und Leitung einer »Konferenz« entweder drinnen oder im Freien.

Rund 25 Menschen sind in der Wildnis nahe einem Fluß in New South Wales in Australien versammelt. Gestern Nacht haben wir einander die Geschichten über die Erfahrungen erzählt, die unsere Sorge – unseren Schmerz – über das geweckt haben, was in dieser Zeit mit der



Natur geschieht. Wir kommen zwar aus verschiedenen Lebensbereichen, aber wir teilen diese Sorge, und sie hat uns hierher gebracht, um miteinander zu arbeiten. Wir wollen unseren Mut und unsere Bereitschaft stärken, aktiv zur Heilung unserer Welt beizutragen.

Als wir uns gestern Abend zum erstenmal zusammensetzten, nahmen wir uns Zeit, dieses Vorhaben zu würdigen. Wir müssen mit neuen Wegen der Heilung für unsere Trennung von der Natur experimentieren, die der Grund für die Zerstörung der Wälder und der Vergiftung der Meere und Böden ist. Diese Wege zu einer neuen Verbundenheit sind letztlich, darauf wies Sheila, eine der Leiterinnen an diesem Wochenende, hin, so neu nicht.

»Wenn wir verschiedene Gruppenprozesse erforschen, die zu einer neuen Verbindung mit der Natur führen, entdecken wir, daß es nicht schwierig ist, welche zu finden, die funktionieren und sich echt anfühlen. Das ist nicht überraschend, wenn wir bedenken, daß Tausende von Menschen-Generationen an solchen Prozessen teilgenommen haben, und wie wenige Generationen es zurückliegt, daß wir sie vorübergehend vergessen haben.«

Heute vormittag haben wir mehrere Gruppenübungen gemacht, die uns helfen sollten, uns unseres Eingebettetseins in das Netz des Lebens bewußt zu werden. Sie halfen uns, uns an unsere bio-ökologische Geschichte zu erinnern, daran, wie sich unsere Gattung und ihre Vorfahren in viereinhalb Milliarden Jahren des Lebens auf diesem Planeten entwickelt haben. Sie halfen uns, uns entspannt in den Körper hineinzufühlen, in unser intuitives Wissen und in unser Vertrauen aufeinander. Jetzt haben wir nach dem Mittagessen aufgeräumt und versammeln uns, um uns für das versprochene Ritual der »Konferenz des Lebens« vorzubereiten.

Statt gleich anzufangen, fordert uns einer der Gruppenleiter, Frank, auf, uns weiträumig zu verteilen und eine Stunde lang alleine durch die Gegend zu streifen.

»Suche einen Ort, der sich für dich besonders anfühlt, und sei einfach dort, still und wartend. Laß eine andere Lebens-Form in dir auftauchen, eine, für die du heute nachmittag bei der »Konferenz des Lebens« sprechen wirst. Du brauchst es nicht zu erzwingen.

Entspanne dich einfach und laß dich von der Lebens-Form, die durch dich sprechen möchte, erwählen. Es könnte die Form einer Pflanze oder eines Tieres oder eine ökologische Szenerie wie ein Stück Land oder eine Wassermasse sein. Das, was dir als erstes einfällt, ist oft das, was für dich bei dieser Versammlung richtig ist.«

Schon bevor ich mich still in den warmen Sand neben dem Fluß setze, habe ich ein Gefühl für das »Wesen«, das darauf wartet, in mir aufzutauchen. Es ist ein Berg.

Ich entspanne mich und atme tief ein. Atme den Berg tief ein... Ich spüre, daß mein Gestein ganz unten in der Tiefe wurzelt, im glutflüssigen Inneren des Planeten. Ich ruhe auf einer breiten Basis, breit und fest. Stürme kommen und gehen über meine Oberfläche, lassen kaum ein Kräuseln auf meiner Haut aus Bäumen zurück. Selbst, wenn die Erde gelegentlich bebt, läßt mich das nur zittern und meine Vitalität besser spüren. Ich bin uralte. Ich bin mir der vorbeiziehenden Jahrhunderte, Jahrtausende, vieler Jahreszeiten und Zyklen von Veränderung bewußt. Ich fühle mich sehr stark, habe viel Widerstandskraft. Aus dieser Stärke heraus biete ich vielen anderen Lebens-Formen Schutz und Schirm. Ich biete auch Inspiration und Herausforderung: den Ruf zu kommen und mich kennenzulernen, meine Felsen, Täler und baumgesäumten Bäche. Ich fühle großen Frieden in mir – unbeweglich, jenseits von Zeit. Das biete ich allen, die sich auf mir ausruhen. Aber Menschen können, wie Ameisen auf meinen Flanken, so zudringlich, so verletzend sein. Sie höhlen meine Gebeine aus, zerfetzen mein Fleisch, bringen meine Bewohner in Gefahr. Ich muß heute Nachmittag bei der »Konferenz« darüber sprechen.

Drmm, drmm... die Trommel ruft uns zurück. Sie ruft uns zurück, damit wir uns die Zeit nehmen, unsere Masken zu gestalten und gemeinsam weiter unsere verschiedenen Lebens-Formen zu entdecken. In freundschaftlicher Stille strecken wir die Hände nach Papier, Farben, Kleber aus – Geräusche des Schneidens, Faltens, Atmens unter den wispernden Bäumen.

Drmm, drmm... die Trommel ruft uns wieder, diesmal, um den Ritualplatz zu betreten und zur »Konferenz des Lebens« zusammenzukommen. Ich trage meine Bergmaske aus Erde, Stein, Laub und Gräsern und bewege mich langsam und schwerfällig zum Ritualplatz. Das Wasser des Baches, der die Stelle säumt, ist kühl, wäscht das Alte



weg, bereitet uns auf das Neue, das Unbekannte vor. Während wir uns in einem großen Kreis zusammenfinden, schaue ich mir all die versammelten Wesen an – eine solche Vielfalt von Formen und Farben, manche kühn, manche schüchtern, manche spitzfindig. Es herrscht eine Stimmung von ungewisser Erwartung. Die Gummibäume und ein alter Fellagrass-Baum, die den Platz umgeben, rascheln ahnungsvoll. Ein Silberreiherr fliegt bachaufwärts über uns hinweg und bekundet unserer Versammlung mit seinem Flügelschlag sein Wohlwollen. Ich lasse mich im Sand nieder, fest, stark, wartend – bereit für die Ewigkeit, wenn nötig.

Frank erklärt uns zunächst die Struktur des Rituals. Ich erkenne das Zusammenspiel der unterschiedlichen überlieferten Traditionen der Völker auf diesem Planeten. Wir werden uns selbst und den Ritualplatz mit Feuer und Wasser reinigen. Um den vollen Umfang unserer Anliegen zu erkennen, werden wir die Kräfte der Erde und die Wesen, die unser Leben in dieser Raum/Zeit umgeben, anrufen und sie in unseren Kreis einladen: die Kräfte der vier Himmelsrichtungen und die Wesen der drei Zeiten. Wenn dann die eigentliche »Konferenz« beginnt, werden wir spontan als die Lebens-Formen sprechen, die wir angenommen haben. Wir werden dann zum Sprachrohr für das, was gesagt werden muß.

Diese Äußerungen werden sich, so sagt man uns, in drei Phasen aufteilen. Wir werden spontan miteinander aus der Perspektive der anderen Lebens-Formen sprechen. Wir werden sagen, warum wir zu der »Konferenz« gekommen sind, und Gelegenheit haben, unsere Verwirrung, unsere Verzweiflung, unsere Wut und unsere Angst auszudrücken. Nach einer Weile werden schließlich – auf ein Trommelzeichen hin – fünf oder sechs von uns auf einmal in die Mitte des Kreises gehen und dort still sitzen, um als Menschen zuzuhören. Wir alle werden Gelegenheit bekommen, zwischen der Rolle als Mensch und als ein Stück Natur zu wechseln. Und zum Schluß werden wir die Möglichkeit haben, den Menschen die Kräfte anzubieten (und sie als Menschen anzunehmen), die nötig sind, um die Zerstörung unserer Welt aufzuhalten. Frank bietet uns diesen Überblick, damit wir uns in die Struktur des Rituals einfühlen können. Er fügt hinzu, daß wir diese Reihenfolge glücklicherweise nicht im Kopf behalten müssen, da wir ganz natürlich im Fluß des Rituals reagieren werden.

Nun beginnt das eigentliche Ritual der »Konferenz«. Langsamer

Trommelschlag ertönt, wohlriechende Kräuter werden verbrannt. Eine Muschel mit brennendem Salbei und Zedernadeln geht von Hand zu Hand; wir atmen den süßen, beißenden Rauch ein, fächeln ihn mit der Hand ins Gesicht. Wir beschwören unsere Verwandtschaft mit dem Feuer. Dann geht eine Glasschüssel mit frischem Wasser im Kreis herum. Jede(r) taucht einen Finger hinein, um damit den Kopf des Nachbarn oder der Nachbarin zu segnen und erkennt so unser Bedürfnis nach Reinigung und Erfrischung an.

Wir rufen die vier Himmelsrichtungen an, drehen uns nach Osten, nach Süden, nach Westen und Norden. Der alten Lehre des Medizinrades gemäß wenden wir uns gemeinsam jeder Richtung zu und heben die Arme, während abwechselnd eine(r) von uns laut die Bedeutungen dieser Richtungen beschwört. »Wir rufen die Kraft des Ostens und bitten sie, mit uns zu sein... die Kraft der aufgehenden Sonne, der Neuanfänge, der Weitsichtigkeit des Adlers...« Als Berg fühle ich eine besondere Verwandtschaft mit dem Norden, »Kräfte der Ruhe, der Innenschau, des Wartens und der Beständigkeit...«

Nach jeder Anrufung stimmen wir alle gemeinsam in einen einfachen, tiefen Zweitonrefrain ein: »Versammelt euch jetzt in dieser Stunde mit uns; seid jetzt an diesem Ort bei uns.«

Frank hilft uns jetzt als Leiter des Rituals, die Wesen der drei Zeiten herbeizurufen.

»Wir laden in unseren Kreis all die ein, die schon früher gegangen sind. Wir erinnern uns an euch alle, die ihr auf dieser Erde gelebt, sie geliebt und genährt habt. Wir bitten um eure Weisheit und eure Hoffnungen. Euch, unsere Vorfahren und Lehrer, bitten wir, in dieser Zeit bei uns zu sein. Wir suchen Stärke und Kraft, um die Erde, die ihr geliebt habt, zu retten. Wir nennen eure Namen.«

Spontan erhebt sich aus dem ganzen Kreis das Murmeln gesprochener Namen – die Namen von Jesus und Buddha, von Martin Luther King und Großeltern, von Lehrern und spirituellen Führern.

»Wir rufen auch die Wesen der Gegenwart an. Wir laden in diesen Kreis unsere Familien und Freunde ein, unsere Nachbarn und Mitarbeiter und all diejenigen, die es uns möglich gemacht haben,



jetzt hier zu sein. Ihr teilt unsere Hoffnung und unsere Ängste, und wir sind auch für euch hier. «

Und aus dem Kreis kommt wieder das Murmeln von Namen . . . »Peter, Adele, Susanne, Bob Hawke, Michail Gorbatschow . . . «.

»Zum Schluß rufen wir euch an, Wesen der Zukunft, die ihr darauf wartet, geboren zu werden. Wir können eure Namen nicht nennen, da ihr noch keine habt, die wir kennen können. Aber für euch arbeiten wir daran, diesen schönen Planeten zu bewahren. Und wir brauchen auch von euch Hilfe, um tun zu können, was getan werden muß. «

Nach einem Moment des Schweigens, einer Gedenkminute für die Generationen, von denen wir hoffen, daß sie nach uns kommen werden, singen wir wieder den Refrain, der jeder Anrufung folgte.

»Versammelt euch jetzt in dieser Stunde mit uns; seid jetzt an diesem Ort bei uns. «

Nun sind wir bereit, die »Konferenz« abzuhalten. Wir setzen uns und nehmen unsere Masken. Wir befreien uns von unserer ausschließlichen Identifikation mit dem Menschen; wir fühlen uns in die Lebensformen ein, die zu uns gekommen sind und nach Ausdruck suchen.

Wir machen eine Anwesenheitsliste der versammelten Wesen. Jede(r) im Kreis spricht nacheinander durch ihre / seine Maske und stellt sich vor: »Ich bin ein Wolf. Ich spreche für die Wolfsleute.« »Ich bin eine Wildgans, und ich spreche für alle Wandervögel.« »Ich bin Weizen, und ich spreche für alles angebaute Getreide.« »Wir treffen uns«, sagt Frank, der seine Maske aus stacheligen Stengeln und Blättern angelegt hat,

»weil unser Planet in Not ist. Wir treffen uns, um zu sagen, was uns selbst und unserer Welt geschieht. Ich komme zu dieser Konferenz als Unkraut. Unkraut, ein Name, den die Menschen den Pflanzen geben, die sie nicht benutzen. Ich bin kraftvoll, stark, ich treibe und dränge und streue Samen aus – selbst durch Beton hindurch. Ich schiebe mich durch den Asphalt und bringe Feuchtigkeit und Le-

ben. Ich heile die verbrannte und verletzte Erde. Aber ich werde jetzt mit Gift betäubt und zertreten, genau wie die Geschöpfe, die in mir und durch mich leben. «

Als Bestätigung antworten wir alle: »Wir hören dich, Unkraut. «

»Ich bin eine Woompoo-Taube. Kuku. Ich lebe in einem der letzten Winkel des Regenwaldes. Ich singe sanft zwischen den riesigen Bäumen im kühlen, grünen Licht mein Lied. Aber ich bekomme keine Antwort mehr. Wo sind meine Artgenossen? Wo sind sie hin? Ich höre nur das Echo meines eigenen Rufes. Ich habe Angst, darum bin ich hier. «

»Wir hören dich, Woompoo-Taube. «

»Ich bin eine schwarz-weiß gefleckte Kuh, in eine Koppel eingesperrt, weit weg vom Gras, stehe ich in meiner eigenen Scheiße. Meine Kälber werden mir weggenommen, und statt dessen werden an meine Zitzen kalte Maschinen aus Metall geklemmt. Ich rufe und rufe, aber meine Jungen kommen nie zurück. Wo gehen sie hin? Was geschieht mit ihnen?«

»Wir hören dich, Kuh. «

»Die Schalen meiner Eier sind jetzt so dünn und spröde, daß sie brechen, bevor meine Jungen bereit sind, auszuschlüpfen. Ich habe Angst, daß Gift in meinen Knochen ist. «

»Wir hören dich, Wildgans. «

Einzeln sprechen sie und werden gehört. Regenwald. Totes Blatt. Kondor. Schlamm. Wilde Blume. Eine sanfte Stimme sagt:

»Sie nennen mich Nacktschnecke – das stört mich nicht. Ich rutsche einfach ganz langsam und vorsichtig voran, nage dabei an den Blättern. Aber, wißt ihr, schon dafür werde ich zerquetscht und zerhackt, zertreten, ohne daß sie auch nur fragen »Wie geht's?«. Was habe ich getan, womit verdiene ich das?«



Gelächter und Mitgefühl; »Wir hören dich, Nacktschnecke.«  
Rotes Känguruh, Flechte, Wildschwein, großer Tümmler. »Wir hören dich, wir hören dich.«  
Ich spüre, daß ich jetzt sprechen muß.

»Ich bin der Berg. Ich bin alt und stark und fest, gebaut, um zu überdauern. Aber jetzt machen Dynamit und Minen Löcher in mir, meine Haut aus Wald wird mir in Fetzen runtergerissen, meine Erdoberfläche wird weggespült, meine Bäche und Flüsse ersticken. Ich habe heute den Menschen eine Menge zu sagen.«

»Wir hören dich, Berg.«

Die Trommel ruft und kündigt die nächste Phase der »Konferenz« an. Sie ruft Menschen in den Kreis, um zuzuhören. Fünf oder sechs der Wesen legen ihre Masken beiseite und begeben sich in die Mitte. Sie sitzen Rücken an Rücken und schauen nach außen. Sie lauschen schweigend, während die »Konferenz« weitergeht. Nachdem weitere Wesen gesprochen haben, schlägt die Trommel wieder, und die Menschen gehen in den äußeren Kreis zurück und machen Platz für andere; so geht das Ritual weiter, bis jede(r) von uns die Gelegenheit gehabt hat, als Mensch zuzuhören.

»Hört uns, Menschen«, sagt das Unkraut.

»Dies ist auch unsere Welt. Und wir sind hier schon viel länger als ihr. Seit Millionen von Jahren ziehen wir unsere Jungen groß, sind wir reich an Weisheit und Gebräuchen. Aber jetzt sind unsere Tage durch das, was ihr tut, gezählt. Seid wenigstens einmal still und hört uns zu.«

»Ich bin der Regenwald. In Menschenjahren gezählt, bin ich mehr als einhundertdreißig Millionen Jahre alt. Wenn ich eines eurer Gebäude wäre, würdet ihr mich sorgsam behüten. Aber statt dessen zerstört ihr mich. Für Zeitungspapier und billige Hamburger verwüstet ihr mich. Ihr zerstört mich so sorglos, schneidet so viele meiner Bäume für ein paar Bretter ab, laßt den Rest zurück, um zu verrotten oder zu verbrennen. Ihr bohrt nutzlose Straßen durch mich hindurch, auf denen hohlherzige Immobiliengrabscher fol-

gen, die vorgeben, mich zu besitzen. Ihr seid daran schuld, daß die dicke Schicht meines kostbaren Mutterbodens weggespült wird und die Korallenriffe, die mich umsäumen, zerstört. Ich kann eure kreischenden Maschinen nicht aushalten, die durch meine Stämme schneiden, mein Fleisch zerfetzen und Jahrhunderte langsamen Wachstums zu Sägemehl und Möbeln machen. Wie könnt ihr es wagen!«

Stehend fährt Regenwald fort, majestätisch in seinem Zorn.

»Eure Gier und euer Wahnsinn verkürzen das Leben eurer eigenen Gattung. Wenn ihr mich verwüstet und schwelend zurücklaßt, prophezeit ihr damit euren eigenen Tod. Wißt ihr nicht, daß ihr mir entstammt? Ohne meine grüne Welt wird euer Geist verschrumpeln, ohne den Sauerstoff, den mein Pflanzenleben ausatmet, werdet ihr keine Luft zum Atmen haben. Ihr braucht mich so sehr wie eure eigene Lunge: Ich *bin* eure Lunge!«

»Oh, Menschen, als sauberes Wasser barg ich Leben und Nahrung. Schaut, was ich jetzt berge, wo ihr euren Abfall und euer Gift in mich hineingeschüttet habt. Ich schäme mich und möchte aufhören zu fließen, denn ich übertrage Krankheit und Tod.«

Das Opossum meldet sich zu Wort und hebt die Hand.

»Seht ihr meine Hand, Menschen? Sie ähnelt eurer. An ihrem Abdruck auf der weichen Erde könnt ihr sehen, wo ich langgegangen bin. Was für einen Abdruck werdet ihr auf dieser Erde hinterlassen?«

Drmm, drmm... die Trommel klingt in den Kreis hinein. Die Menschen in der Mitte sehen erleichtert darüber aus, daß sie gehen können, kehren in den größeren Kreis zurück und nehmen wieder die Masken ihrer anderen Lebens-Form auf. Sechs andere gehen als Menschen in die Mitte und setzen sich mit dem Rücken zueinander. Manche halten sich bei den Händen, während sie zuhören.



»Ich bin der Große Tümmler. Ich dreh mich im Wasser und springe und spiele gern. Ja, Menschen, ich spiele auch gern mit euch, wenn ich euch vertrauen kann, denn wir fühlen uns euch sehr nahe. Aber in den Netzen, die ihr benutzt, verheddern wir uns und ertrinken. Ihr nützt unsere Freundlichkeit grausam aus und mißbraucht uns für militärische Experimente, bringt Monitore und Sender auf unserem Rücken an. Ihr mauert uns für Vorführungen in euren Aquarien ein. Ihr verweigert uns die Möglichkeit, frei mit unseren Artgenossen zu schwimmen. Ich spreche für alle gefangenen Wesen! Findet eure eigene Freiheit, indem ihr die unsere ehrt.«

Ich spüre, wie ich innerlich zu kochen beginne und weiß, daß ich wieder sprechen muß.

»Menschen! Ich spreche, der Berg. Ihr könnt mich nicht ignorieren! Mich gibt es schon seit euren ersten Anfängen und noch viel länger. Jahrtausendlang haben eure Vorfahren meine heiligen Plätze verehrt, in meinen Höhlen Weisheit gefunden. Ich gab euch Schutz und weite Sicht. Im Gegenzug plündert ihr mich jetzt. Ihr grabt und giert nach dem Juwel im Stein, nach dem Erz in meinen Adern. Ihr legt meine Wälder um und nehmt mir damit meine Fähigkeit, Wasser aufzunehmen und langsam wieder abzugeben. Seht ihr die verschlammten Flüsse? Seht ihr die Überflutungen? Könnt ihr nicht sehen? Indem ihr mich zerstört, zerstört ihr euch selbst. Um Gaias willen, wacht auf!«

»Menschen, ich bin die Flechte. Langsam verwandle ich im Lauf der Jahre Fels in Erde. Ich dachte, nichts könnte mich je aufhalten. Bis jetzt. Jetzt erkrankte ich an eurem sauren Regen.«

»Schaut auf mich, Menschen. Ich bin der letzte wilde Kondor in dem Teil der Welt, den ihr Kalifornien nennt. Man hat mich vor ein paar Tagen gefangen – »zu deinem eigenen Besten«, sagt ihr mir. Schaut mich gut an, den Spann meiner Flügel, den Glanz meiner Federn, das Funkeln in meinen Augen. Schaut jetzt, denn wenn eure Kinder schauen wollen, werde ich nicht mehr da sein.«

»Wir hören dich, großer Tümmler, wir hören dich, Regenwald... Wir hören dich, Berg, Flechte, Kondor...«

Eine Geschichte nach der anderen macht sich Luft, voller Schmerz, Wut und gelegentlich auch Humor. Wir berichten alle, wie schnell und wie radikal die Menschen unser Leben und unsere Überlebenschancen verändern. Doch in den Worten kommt auch das Gefühl eines gemeinsamen Geistes auf, denn wir sind alle von derselben Erde.

Als der allgemeine Redeschwall der geschundenen Schöpfung nachzulassen beginnt, legt Frank, der Leiter des Rituals, seine Maske als Unkraut ab und kommt in die Mitte des Kreises. Es ist das erste Mal während dieses Rituals, daß wir jemanden als Menschen sprechen hören.

»Wir hören euch, ihr Mitwesen. Es war schmerzhaft, euch zu hören. Aber wir danken euch für eure Ehrlichkeit. Wir sehen, was wir zerstören, wir sind in Not, und wir haben Angst. Was wir der Welt angetan haben, hat so ungeheuerliche Ausmaße, daß wir uns überwältigt fühlen. Laßt uns nicht allein – wir brauchen eure Hilfe, auch für euer eigenes Überleben. Gibt es Kraft und Stärke, die ihr in dieser furchtbaren Zeit mit uns teilen könnt?«

Es sind keine weiteren Signale oder Anweisungen nötig, um die Stimmung der »Konferenz« zu verändern. Die bitteren Anklagen und Vorwürfe werden abgelöst durch spontanes Teilen: Jedes Wesen schenkt, was es zu bieten hat.

»Als Nacktschnecke gehe ich langsam durchs Leben, bleibe nahe bei der Erde. Ich gebe euch genau das, Menschen. Ihr geht zu weit und zu schnell, als daß es irgend jemandem gut tun könnte. Lernt den Boden, auf dem ihr reist, gut kennen.«

Und Wasser sagt:

»Ich fließe und fließe. Hindernisse gehe ich mit Ausdauer und Flexibilität an. Nehmt diese beiden Geschenke für euer Leben und eure Arbeit für den Planeten.«



»Ich, der Kondor, gebe euch meine scharfen, weitsichtigen Augen. Ich sehe auf große Entfernung, was da ist und was kommen wird. Benutzt diese Kraft, um über eure tägliche Geschäftigkeit hinauszusehen, um zu beachten, was ihr seht und zu planen.«

»Danke, Nacktschnecke... Danke, Wasser... Kondor«, murmeln die Menschen.

Eins nach dem anderen bieten die Wesen den Menschen in der Mitte ihre jeweilige Kraft an. Nachdem es gesprochen hat, läßt jedes seine Maske im äußeren Kreis und geht zu den Menschen in der Mitte, um als Mensch Ermutigung von den anderen Lebens-Formen zu empfangen.

»Als Flechte arbeite ich mit Zeit, großen Zeitspannen. Ich weiß, daß die Zeit mein Freund ist. Ich gebe euch diese Geduld für den langen Weg. Ich würde euch von der Eile befreien.«

»Ich, Regenwald, biete euch meine Kraft, Gleichgewicht und Harmonie zu schaffen, die es vielen Lebens-Formen ermöglichen, miteinander zu leben. Diesem Gleichgewicht und dieser Symbiose kann vielfältiges neues Leben entspringen. Das kann ich euch anbieten.«

»Als totes Blatt würde ich euch von eurer Angst vor dem Tod befreien. Mein Fallen, Zerkrumpeln und Vermodern macht frisches Wachstum möglich. Vielleicht wäret ihr bereiter zu leben, wenn ihr weniger Angst vor dem Tod hättet. Ich biete euch Freundschaft mit dem Tod, während ihr mit den natürlichen heilenden Kreisläufen des Lebens arbeitet.«

Die Wildblume spricht.

»Ich biete euch meinen Duft und mein süßes Antlitz, um euch zur Schönheit des Lebens zurückzurufen. Nehmt euch Zeit, mich zu bemerken, und ich werde euch wieder das Leben lieben lassen. Das ist mein Geschenk.«

Ich spüre, daß der Berg wieder durch mich sprechen will.

»Menschen, ich biete euch meinen tiefen Frieden. Kommt jederzeit zu mir, um euch auszuruhen, zu träumen. Ohne Träume könnt ihr eure Vision und eure Hoffnung verlieren. Kommt auch und holt euch meine Stärke und Standhaftigkeit, wann immer ihr sie braucht.«

Ich nehme meine Maske ab und geselle mich zu der Gruppe von Mitmenschen. Hände strecken sich aus, um mich nahe heranzuziehen. Ich spüre, wie warm und freundlich die Berührung menschlicher Haut ist. Ich beginne, unsere Stärken in neuer Frische wiederzuerkennen. Denn all die Geschenke, die die Wesen uns anbieten, sind als Potential bereits in uns, sonst hätten wir sie nicht zum Ausdruck bringen können.

Das letzte der Wesen gibt seinen Segen. Frank hat seine Maske wieder aufgenommen und spricht:

»Ich biete euch unsere Kraft als Unkraut – die der Zähigkeit. Wie hart der Boden auch sein mag, wir geben nicht auf; wir wissen, wie man dranbleibt, zuerst langsam, mit Ruhepausen, wenn nötig, immer weitermachend – bis es plötzlich knackt und wir wieder im Sonnenlicht sind. Wir wachsen weiter, wo auch immer wir sind. Das ist es, was wir mit euch teilen möchten – unsere Hartnäckigkeit.«

Wir danken ihm und ziehen ihn in unsere Mitte. Es erhebt sich ein Klang ohne Worte. Wir stehen, halten uns an den Händen und beginnen, uns in einem Kreis nach außen zu bewegen, lachend und summend. Sheila führt die lange Menschenschlange nach innen zurück, wir ziehen langsam enge Spiralen und drehen uns um uns selbst in eine Gruppenumarmung hinein. Dies ist eine uralte Form aus der Aborigines-Tradition dieses Landes, die als »humming-bee« bekannt ist. Die engverflochtene Umarmung, Wangen an Schultern, Haut an Haut, fühlt sich gut an, und das Summen unserer Kehlen und Brustkörbe vibriert in uns. Wie wenn wir ein Organismus wären.

Das Summen verwandelt sich in Singen. Irgend jemand nimmt die Trommel. Zu ihrem Rhythmus bewegen und tanzen einige, sprin-

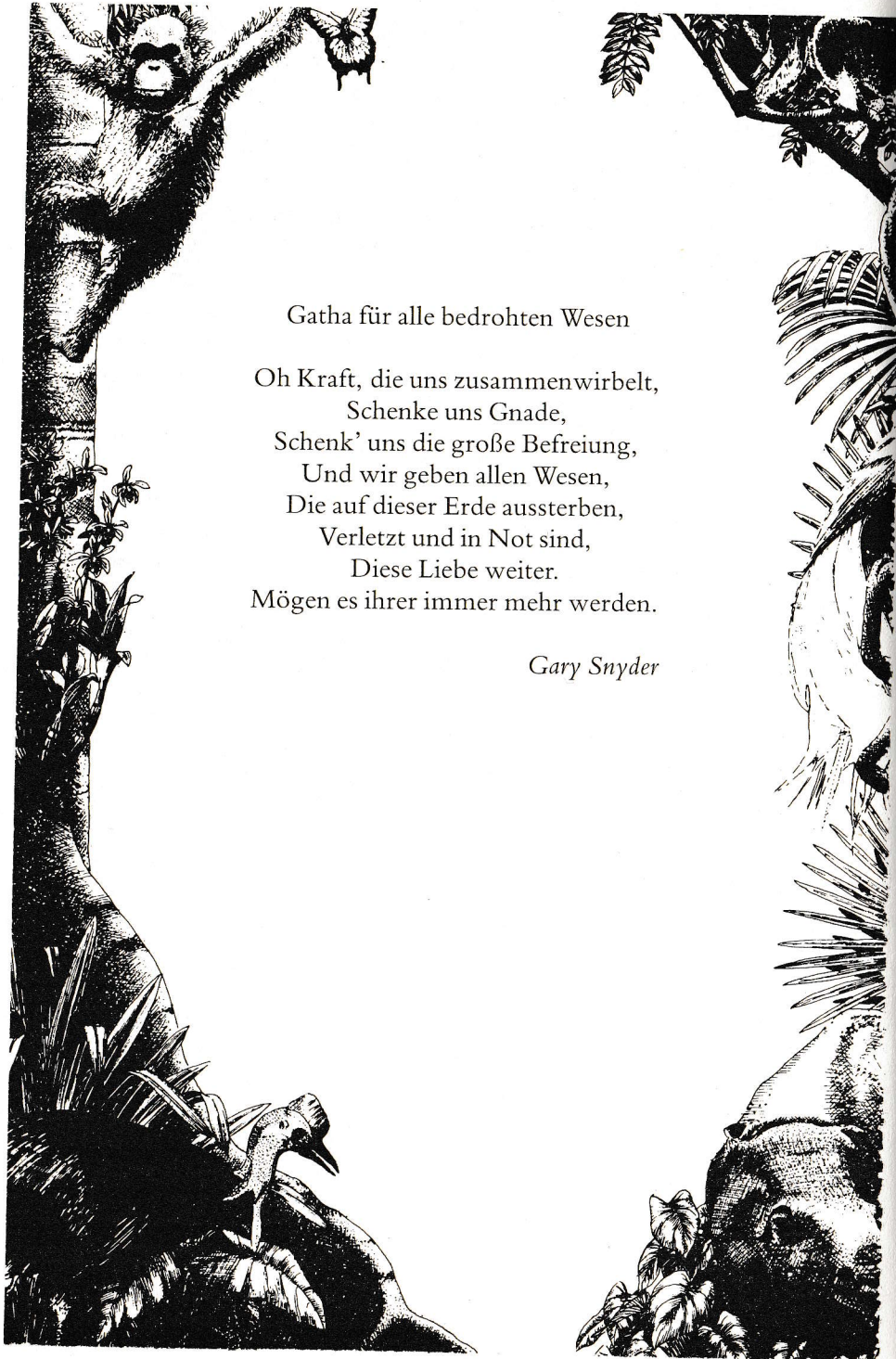


gen, wiegen sich und stampfen auf die Erde. Andere gehen abseits unter die Bäume und hinab zum Wasser, um mit sich selbst und dem, was geschehen ist, in Stille zu verweilen.

Später, als die Sonne untergeht, versammeln wir uns wieder, um die Lebens-Formen freizulassen, die wir durch uns haben sprechen lassen. In der aufsteigenden Dunkelheit ist ein Feuer entzündet worden. Einzelnen kommen wir mit unseren Masken heran, legen sie in die Flammen, danken den Wesen, für die sie standen, und lassen sie verbrennen. »Danke, Kondor.« »Danke, Berg.«

Morgen wird der Kreis wieder zusammenkommen, um über die Veränderungen zu sprechen, für die wir als Menschen in unserem Leben und in unserer Welt arbeiten wollen. Dann werden wir Pläne für Aktionen machen, Strategien ausbrüten, Möglichkeiten finden, einander zu unterstützen. Aber jetzt ist es gut, uns einfach auf unserer Erde auszuruhen und zuzuschauen, wie die Masken sich krümmen und knistern, wenn sie Feuer fangen.





Gatha für alle bedrohten Wesen

Oh Kraft, die uns zusammenwirbelt,  
Schenke uns Gnade,  
Schenk' uns die große Befreiung,  
Und wir geben allen Wesen,  
Die auf dieser Erde aussterben,  
Verletzt und in Not sind,  
Diese Liebe weiter.  
Mögen es ihrer immer mehr werden.

*Gary Snyder*

Joanna Macy / Pat Fleming

## Richtlinien für einen Workshop: Die Konferenz des Lebens

Als Antwort auf die zunehmende Zerstörung der Biosphäre hat Arne Naess eine Perspektive und ein Wertesystem gefordert, das er Ganzheitliche Ökologie («deep ecology») nannte. Dieses Konzept hat sich überall in der Welt durchgesetzt. An anderer Stelle in diesem Buch fordert Naess auch eine Art gemeinschaftlicher Therapie oder einen Erfahrungsprozeß, durch den wir die Perspektive und die Werte einer Ganzheitlichen Ökologie wahrhaft schätzen und ein ökologisches Selbst-Wert-Gefühl entwickeln können. Der Gruppenprozeß, der als »Konferenz des Lebens« bezeichnet wird, soll genau das erreichen. Er ist nur eine der vielen Formen, die zweifellos entstehen werden, um uns Menschen von den anthropozentrischen und ausbeuterischen



Denkmustern bezüglich unserer natürlichen Umwelt zu befreien, aber es ist eine Form, die es schon gibt, und deren Kraft bereits bekannt ist. Ein zentrales Anliegen dieses kleinen Buches ist es, mehr Menschen mit dieser Form vertraut zu machen.

Die Bezeichnung »Konferenz des Lebens« wird für zweierlei benutzt. Im engeren Sinne ist damit eine Ritualform gemeint, ein ritueller Kreis von eineinhalb bis zwei oder drei Stunden Dauer, in dem sich Menschen versammeln, um im Namen anderer Gattungen zu sprechen. Der Begriff wird auch umfassender benutzt, um einen längeren Prozeß zu bezeichnen, der einen oder mehrere Tage dauert und Übungen und Aktivitäten einschließt, die zu dem eigentlichen Ritual hinführen und sich aus ihm heraus ergeben. Der gesamte Prozeß ist ein Workshop, der oft an Wochenenden abgehalten wird. Im Rahmen des Workshops wird die rituelle »Konferenz« für die Teilnehmer authentischer, und sie scheint Veränderungen in ihrem Leben zu bewirken. Wir bieten hier Richtlinien für die umfassendere Form an.

Diese Form von Gruppenarbeit durchzuführen, hat nichts Esoterisches. Es ist eine leichte und natürliche Art, Menschen zu helfen, ihre Bewußtheit über die ökologischen Schwierigkeiten, in denen wir stecken, auszuweiten und auszudrücken und ihre Motivation zu handeln zu vertiefen. Dazu müssen wir keine ökologischen Fachleute oder charismatische Leitfiguren sein. Das Wesentliche ist bereits in unserem Wunsch vorhanden, daß das Leben weitergehen möge, in demselben Wunsch, der dazu geführt hat, daß wir nach diesem Buch gegriffen haben. Darüber hinaus ist nichts anderes erforderlich als ein klares Zielbewußtsein, ein Platz, der ausreichend groß und geschützt ist, damit die Teilnehmer sich wohlfühlen können, und ein paar Fertigkeiten, die man für die Leitung einer Gruppe erwerben kann.

### Das Zielbewußtsein

Ein klares Bewußtsein von unseren Zielen bei dieser Arbeit wird uns über die Schwierigkeiten oder Unannehmlichkeiten hinweghelfen, die sie mit sich bringen kann. Unsere Bemühungen werden erleichtert, wenn wir daran denken, daß es nicht um unserer selbst willen »klappen muß«, sondern, daß wir einfach um aller Wesen willen eine Struktur anbieten, durch die spontane Energie fließen kann. Das

Hauptanliegen der »Konferenz« und des Workshops ist vielleicht einfach dieses: die Bereitschaft und den Einfallsreichtum der Menschen für die Bewahrung des Lebens auf unserem Planeten Heimat zu vergrößern. Diese Absicht umfaßt glücklicherweise eine Reihe sich ergänzender Anliegen:

- Mitgefühl für alle anderen Wesen zu hegen und das Bewußtsein für die Gefahren und Schwierigkeiten zu schärfen, denen sie gegenüberstehen;
- uns unseres gemeinsamen Schicksals bewußter zu werden;
- die Motivation für anhaltende Aktionen im Namen aller Wesen zu schaffen;
- uns an den Gesamtzusammenhang unserer Lebensgeschichte in der langen Evolution des Lebens auf diesem Planeten zu erinnern und ihn uns zueigen zu machen;
- aus diesem umfassenden Zusammenhang Stärke und Autorität zu gewinnen;
- uns den Hilfsquellen von Mut, Ausdauer und Kreativität zu öffnen, die uns im Netz des Lebens zur Verfügung stehen;
- wieder ganz zu werden, die Trennung zwischen Geist und Körper, Verstand und Intuition, Mensch und Natur zu heilen;
- zusammen zu spielen, unserer Vorstellungskraft und dem Kind in uns einen größeren Spiel-Raum und Wirkungskreis zu geben;
- Vertrauen und ein tieferes Gefühl von Gemeinsamkeit mit unseren Mitmenschen aufzubauen;
- gemeinsame Aktionen zur Verteidigung der Erde und zukünftiger Generationen vorzubereiten.

In ihrem Zusammenwirken führen all diese Anliegen – und die Liste könnte beliebig fortgeführt werden, wenn wir alles aufzählen wollten, was Menschen bei der »Konferenz des Lebens« erlebt haben – zu einer Verwandlung des verkrüppelten Gefühls vom Selbst, das durch die Konditionierungen der Hauptströmungen unserer Kultur und ihrer Institutionen entstanden ist, in ein umfassenderes, älteres und geschmeidigeres Gefühl für unser wahres ökologisches Selbst.



Wann, wo, wieviele

Die »Konferenz des Lebens« hat schon in unterschiedlichster Umgebung drinnen und draußen stattgefunden, vom Grand Canyon bis zum Aufenthaltsraum einer Universität, von einem Hain zwischen majestätischen Nadelbäumen bis zu einem Polizei-Zeughaus im Mittelwesten, von einer Schulturnhalle bis zum Altarraum einer Kirche.

Die Teilnehmerzahlen reichten von weniger als zwölf bis über hundert, und es waren Menschen aller Altersgruppen dabei.

Die »Konferenz« hat manchmal nur eineinhalb Stunden gedauert und manchmal vier Tage. Entscheide selbst, was für die Menschen, die du einbeziehen willst, richtig ist.

#### Vorbereitung für die Leitung eines Workshops

In Kapitel 4 ihres Buchs *Mut in der Bedrohung* (Goldmann Verlag, 1988) beschreibt Joanna Macy genau, was die Leitung eines Workshops über »Verzweiflung und Ermutigung« erfordert. Für einen Workshop in Ganzheitlicher Ökologie, die »Konferenz des Lebens«, gelten im wesentlichen die gleichen Bedingungen. Beachtet die Abschnitte über Führungsstile und Führungsrollen, über die unterschiedliche Geschwindigkeit des Ablaufs, über die Arbeit mit der Atmung und dem Körper, über den Einsatz von Stille und von Tönen und über den Umgang mit heftigen Gefühlen. Berücksichtigt, daß es wichtig ist, bereits mit euren eigenen Gefühlen gearbeitet zu haben. Gruppenleiter(innen) müssen sich der Tiefe ihrer eigenen inneren Reaktionen auf die Gefahr der Auslöschung des Lebens gestellt und sich über ihre Angst vor diesen heftigen Gefühlen hinaus entwickelt haben.

Das Ritual oder einen ganzen Workshop zur »Konferenz des Lebens« zu führen, verlangt von den Verantwortlichen empfindsame Ausgewogenheit. Auf der einen Seite bieten sie eine vorgefertigte Struktur an, die sie ausfüllen wollen. Sie brauchen daher Vertrauen in diese Struktur, um den Prozeß in die »richtige Richtung« zu lenken. Auf der anderen Seite müssen sie die Rolle dessen, der dies möglich macht, mit soviel bescheidener Selbstverständlichkeit und Flexibilität ausfül-

len, daß die Menschen an die Natürlichkeit des Prozesses und die Möglichkeit glauben, sich echt und spontan auszudrücken.

Da wir als Leiter(innen) Menschen einladen, sich an einer Aktivität zu beteiligen, die neu für sie ist und die Gefahr birgt, künstlich oder albern zu erscheinen, ist es für uns um so wichtiger, diese Menschen aus der Perspektive der Ganzheitlichen Ökologie zu sehen: das heißt, an *ihr* größeres ökologisches Selbst zu glauben und sie auf dieser Ebene anzusprechen. Es besteht keine Notwendigkeit, zu predigen oder zu drängen. Man muß den Menschen nur die Möglichkeit geben, sich der Weisheit und dem Schmerz zu öffnen, der als wesentlicher Teil dieser schönen und gefährdeten Welt in jedem Wesen verborgen ist.

Das wird leichter, wenn man im Umgang mit Gruppendynamik geübt ist und Erfahrung mit dem Ausdruck tiefempfundener Belange hat. Es ist auch nützlich, bereits an einer »Konferenz des Lebens« teilgenommen zu haben. Diese Faktoren jedoch sind zwar wünschenswert, aber nicht unabdingbar. Die Art von Fertigkeiten, die ihr braucht, um eine »Konferenz des Lebens« zu leiten, könnt ihr auch entwickeln.

Plant so, daß ihr euch die Leitung des Workshops zu zweit oder dritt übernehmen könnt, besonders wenn euch die Arbeit selbst noch nicht so vertraut ist. Mit jemandem zusammenzuarbeiten, der Erfahrungen mit Gruppen hat, ist das beste Training. Gemeinsame Leitung hat zwei weitere Vorteile. Sie dient allen Beteiligten als Modell für die synergistische Kooperation, das kooperative Zusammenwirken aller Energien, das ein grundlegender Bestandteil der ökologischen Perspektive ist. Und abwechselnd die Verantwortung für verschiedene Teile des Workshops zu übernehmen, gibt jedem von euch die Möglichkeit, in freierer Form teilzunehmen, eure eigenen Gefühle und euer Wissen selber umfassender zum Ausdruck zu bringen. Vergeßt nicht, daß ein kritischer Rückblick und gegenseitige Rückmeldungen nach dem Workshop für eine erfolgreiche, gemeinsame Leitung ebenso wichtig sind wie eine sorgfältige Vorausplanung.

Kindern macht es Spaß, an der »Konferenz des Lebens« teilzunehmen. Sie können schon in jungen Jahren den Sinn darin verstehen und daraus Ermutigung und Trost ziehen. Da sie noch nicht so stark dahingehend geprägt sind, daß sie sich von der natürlichen Welt abgeschnitten fühlen und das, was sie wahrnehmen, werten, haben sie viel



zu bieten. Eine »Konferenz des Lebens«, an der mehrere Generationen teilnehmen, vermittelt eine ganz eigene Freude und einen besonderen Zauber.

Kinder unter zehn Jahren werden unruhig und wirken ablenkend, wenn man von ihnen erwartet, den ganzen Prozeß hindurch dabei zu sein. Außerdem können sie ältere Teilnehmer daran hindern, ihre Ängste, ihre Wut und ihre Trauer über den Zustand dieser Welt frei auszudrücken. Wenn ihr beschließt, Kinder zu beteiligen, dann sorgt für die Möglichkeit der Betreuung und entscheidet, zu welchen Teilen der »Konferenz« ihr sie einladen wollt.

### Die Struktur des Workshops

Die bisherige Gruppenarbeit weist drei charakteristische Ansätze auf, unser ökologisches Selbst wiederzugewinnen: trauern, sich erinnern und aus der Perspektive anderer Lebens-Formen sprechen. Für jeden Ansatz oder jede Phase der Arbeit gibt es vielfältige unterstützende Übungen, von denen einige im weiteren Verlauf dieses Kapitels beschrieben werden. Doch zunächst zur Entwicklung dieser Phasen innerhalb des Ablaufs eines Workshops, nachdem davor eine Festigung und Klärung des Zielbewußtseins erfolgt ist. Die Entwicklung dieser Phasen findet ihren Höhepunkt im Erstellen von Plänen für Aktionen und Veränderungen.

### Das Zielbewußtsein der Gruppe

Wir kommen zusammen, weil unser Planet in Not ist, weil wir als diejenigen, die an der Zerstörung unserer Biosphäre teilhaben, auch zu der notwendigen Heilung beitragen müssen.

John Seed sagte zu Beginn eines Workshops:

»Wenn sich eine Gruppe von Menschen für den Zeitraum von einem oder mehreren Tagen mit dem Ziel zusammenfindet, einander dabei zu helfen, unsere Trennung von der Natur zu heilen, dann ist dieses gemeinsame Ziel bereits die Heilung, die wir suchen. Also

ist es wichtig, bei diesem Zielbewußtsein zu verweilen, es fest im Kopf und Herz zu verankern. Laßt uns zehn Minuten über dieses heilige Zielbewußtsein meditieren.«

Wenn ein Workshop mehrere Tage dauert, werden die Teilnehmer am ersten Abend beim Auseinandergehen eindringlich aufgefordert, dieses Zielbewußtsein nicht aus den Augen zu verlieren.

Die Verpflichtung, das Leben zu schätzen und ihm zu dienen, wird bei der Einführung deutlich. Wenn die Leute ihren Namen sagen, werden sie gebeten, über einen (nur einen!) speziellen alltäglichen Aspekt der Erde zu sprechen, den sie lieben. Wenn genügend Zeit da ist, können sie auch erzählen, welche Botschaft oder welches Gefühl von Dringlichkeit sie in den Workshop geführt hat. Manchmal lassen wir einen Stein, einen Kristall oder eine Erdkugel aus Ton oder Gummi im Kreis herum gehen, die die jeweiligen Sprecher(innen) halten können.

### Trauern

Ganzheitliche Ökologie bleibt eine Leerformel ohne die Kraft, unser Bewußtsein und unser Verhalten zu transformieren, wenn wir unsere Gefühle nicht zulassen – das bedeutet, den Schmerz über das zu fühlen, was mit unserer Welt geschieht. Der Workshop bietet einen sicheren Freiraum, wo dieser Schmerz erkannt, kanalisiert und losgelassen werden kann. Er kommt oft als ein tiefes Gefühl von Verlust auf, Verlust dessen, was im Verschwinden begriffen – uralte Wälder und saubere Flüsse, Vogelgesang und die Luft zum Atmen. *An diesem Punkt ist es angemessen zu trauern – wenigstens dieses eine Mal –, unseren Kummer auszusprechen und, wenn die Bereitschaft dafür da ist, dem Lebewohl zu sagen, was aus unserem Leben verschwindet.* Wenn die Teilnehmer(innen) dies in der ganzen Gruppe oder Kleingruppen geschehen lassen, kommen auch Wut, Angst und Hoffnungslosigkeit hoch – und darüber hinaus eine tiefempfundene Fürsorge.

Fürsorge und die Verbundenheit, aus der sie entspringt, erweisen sich als der Urgrund dieses Zorns und dieses Kummers. Darauf hinzuweisen, ist ein wichtiger Teil der Rolle der Workshopleiter(innen). Warum sonst weinen wir um andere Wesen und diejenigen, die noch nicht geboren sind? Ganzheitliche Ökologie dient als erklärendes



Prinzip sowohl bei dem Schmerz, den wir um unseren Planeten und seine Wesen erfahren, wie auch bei dem Gefühl von Zugehörigkeit, das entsteht, wenn wir aufhören, diesen Schmerz zu unterdrücken und uns durch ihn wieder mit unserer Welt verbinden lassen.

Diese Phase ähnelt im hohen Maße der schon erwähnten Arbeit mit Verzweiflung, und sie liegt aus verschiedenen Gründen vor den anderen Phasen. Sie untergräbt die kulturell konditionierte Abwehr des abgetrennten Ich, die Vorstellung, daß »ich« die Kontrolle habe oder haben sollte, daß ich mich aus dem raushalten kann, was andere befällt. Zweitens verleiht das Trauern dem Konzept des Miteinander-Verbundenseins oder der Ganzheitlichen Ökologie Autorität. Und drittens vertieft es das Vertrauen zwischen den Gruppenmitgliedern für die bevorstehende Arbeit.

Die Zeitspanne für diese Phase braucht man nicht allzu lange anzusetzen. Wesentlich ist, Menschen dabei zu helfen, die Echtheit ihrer Fürsorge zu erfahren und über die Angst vor dem damit verbundenen Schmerz hinauszugehen. In diesem Zusammenhang können sich eine oder mehrere der folgenden Übungen als hilfreich erweisen.

#### *Geschichten über tiefgreifende Erlebnisse mit der Natur*

Diese Übung ist für den Eröffnungsteil des Workshops gedacht, da sie es möglich macht, daß jede(r) von Anfang an ausführlich gehört werden kann. Die Teilnehmer(innen) nehmen sich in Dreier- oder Vierergruppen Zeit (fünf bis fünfzehn Minuten), um von besonderen Lebenserfahrungen zu berichten, in denen sie ein besonders starkes Gefühl für die natürliche Umwelt und / oder Schmerz über das empfunden haben, was diese Umwelt befällt. Die Leiter(innen) können der Gruppe dafür eigene Beispiele geben und dann betonen, daß dieses Geschichtenerzählen kein Gespräch in der Gruppe ist; die Teilnehmer(innen) sollen sich gegenseitig aufmerksam zuhören, ohne selber etwas dazu zu sagen. Die Zeit, die dem einzelnen zusteht, kann man mit einer Glocke oder Trommel markieren und so auch jeder Geschichte einen Nachhall im Schweigen geben.

Joanna zitiert beim Vorstellen dieser Übung oft die Worte des Dichters Thich Nhat Hanh: *Was wir am dringlichsten tun müssen, ist, in uns hineinzuhören, wie die Erde weint.* Jede(r) von uns hört dies auf andere Weise. Wie hast du es gehört?

#### *Meditation über Häuptling Seattle*

Die gewandten prophetischen Worte dieses großen Indianerhäuptlings, mehr als hundert Jahre alt, können bei der Arbeit für Ganzheitliche Ökologie als »heiliger Text« benutzt werden. Seine Aussage wird im Kreis herumgereicht und jede(r) liest – laut und deutlich – einen kurzen Abschnitt vor. (Die Rede – siehe Seite 87 – ist in diesem Buch bereits in entsprechend kurze Passagen unterteilt.)

Nach dem Vorlesen lassen die Leiter(innen) einen Moment der Stille vergehen und bitten dann die Anwesenden auszusprechen, was sie im Herzen fühlen. »Wir können jetzt sprechen, als ob Häuptling Seattle selbst hier in unserer Mitte wäre, ihm erzählen, wie die Situation jetzt für uns und unsere Mit-Wesen ist.« Antworten gibt es stets genug, denn Seattle rührt alle tief an. Darauf folgt im allgemeinen eine reinigende Aussprache. Ihre Rolle in der ersten Hälfte des Workshops ist der Funktion des Bekennens der Sünden in der christlichen Liturgie ähnlich; ohne das riskieren wir, uns heuchlerisch ausschließlich als Träger heilsamer Veränderung zu betrachten und nicht auch als Mitverursacher der Misere.

#### *Die Ehrung der gefährdeten Arten*

Diese Form von Ritual hat eine ähnliche Funktion wie die Übung mit der Rede von Häuptling Seattle. Mit verteilten Rollen wird laut aus der Liste der bedrohten und gefährdeten Arten vorgelesen. (Diese Liste befindet sich in dem Buch »Unseren Tieren eine Chance« von Herbert Hermann, Moewig, Band 3344, Rastatt 1988. Auch die Meditation »Bestiarium« auf Seite 94 kann für diesen Zweck benutzt werden.)

Jedesmal wenn eine Pflanzen- oder Tierart genannt wird, die jetzt von der Ausrottung bedroht ist, werden ein paar Stöcke oder Klappern ganz fest zusammengeschlagen, um das Geräusch einer Guillotine zu erzeugen, das Geräusch von Endgültigkeit – denn Ausrottung ist endgültig. Da wir für die anderen Gattungen, die von uns scheiden, keine Beerdigungen abhalten, ist es angemessen, ihnen wenigstens einen Moment lang unsere gemeinsame Aufmerksamkeit zu widmen und ihre besondere Eigenart zu ehren, in der sie unserer gemeinsamen Mutter Erde gedient haben, solange sie da waren beziehungsweise noch sind.



Am Ende der Aufzählung sollte Zeit für spontane Reaktionen der Gruppe bleiben. Die Leiter(innen) können vorschlagen, daß diese Reaktionen in Form von Tönen oder Geräuschen ohne Worte erfolgen. Kassetten mit Walgesängen sind dazu angetan, solche ursprünglichen Reaktionen hervorzulocken und zu begleiten, Tonfolgen nämlich, die oft die uralte Form des Wehklagens annehmen und Tränen auslösen: ein stimmiger Ausdruck des persönlich ökologischen Schmerzes, der in der Gruppe geteilt werden will.

### Mitten im Leben

Diese Übung, bei der die Menschen im Zimmer oder auf dem Platz herumgehen, ist als nonverbale Form des Miteinanders eine Art geführter Meditation, die in mehrfachen schweigenden Begegnungen der Beteiligten stattfindet. Die Teilnehmer(innen) gehen herum und bleiben – von den Leitern oder Leiterinnen mit einem Wort dazu aufgefordert – immer wieder vor jemandem anderen stehen, ergreifen seine oder ihre Hände und erblicken dieses Wesen, diese Lebens-Form in all ihrer Zartheit und Verletzbarkeit. Da sie von der Notwendigkeit befreit sind, zu antworten, können die Teilnehmer(innen) ihre ganze Aufmerksamkeit auf das richten, was die Leiter(innen) vorschlagen – Aufmerksamkeit für das Wesen, das sie jetzt sehen und berühren, für die menschliche Form, die sich über Millionen von Jahren entwickelt hat, die jetzt Trauer um ihre Welt empfindet, die Kräfte in sich trägt, zu handeln und wieder aufzubauen.

Diese Übung kraftvoller Beschwörung ist leicht zu führen. \* Laßt die schweigenden Begegnungen, die die Menschen miteinander haben, zu einer Beschwörung und Ehrung ihrer Sorge um das Leben und die Gefahren werden, denen sie in dieser Zeit ausgesetzt sind:

»Schau diesem Wesen in die Augen und lasse in deinen Gedanken die Möglichkeit entstehen, daß dieser Mensch durch etwas, was wir aus unserer Umwelt einatmen oder zu uns nehmen, an Krebs sterben könnte.

\* Siehe die Beschreibung von »Mitten im Leben« in *Mut in der Bedrohung*, Seite 137. Passe die Übung dem entsprechenden Zusammenhang an, das heißt betone die ökologische Krise stärker.

... Diese Möglichkeit ist Teil davon, in dieser Zeit des Planeten zu leben, und du bist stark genug, dich dem zu stellen und damit umzugehen... Erkenne das ohne Worte auf irgendeine Weise an, die dir angemessen erscheint.«

Bittet die Menschen, die sich paarweise gegenüberstehen, ebenso »den Gedanken entstehen zu lassen, daß dieser Mensch vor dir eine entscheidende Rolle bei der Heilung unseres Planeten spielen könnte...«. Laßt sie auch auf diese Möglichkeit spontan reagieren. Die Übung kann ausgeweitet werden, um Raum für mehr persönliches Miteinander-Teilen zu schaffen:

»Achtet, während ihr herumlauft, darauf, wie sich ein menschlicher Körper anfühlt. Geht jetzt auf einen anderen zu, einen, den ihr nicht kennt, und nehmt dessen Hand in eure eigene. Nehmt euch jede(r) ein paar Minuten Zeit und erzählt einander von einer besonderen Gelegenheit, von einer starken Erfahrung, die ihr in der Natur gehabt habt, von etwas, das für euch herausragt und das euch bleibt... Nun dankt einander und geht wieder in eurem eigenen Tempo im Kreis durch den Raum; nehmt euch Zeit, tief durchzuatmen, während ihr euch bewegt...«

Andere Übungen, die in *Mut in der Bedrohung* beschrieben sind, eignen sich, wie die geführte Meditation mit dem Namen »Durchatmen« und die Übungen, bei denen Bilder mit Farben oder Ton gestaltet werden, ebenfalls für diese Phase der Arbeit mit Ganzheitlicher Ökologie. Beide ermöglichen es, daß unterdrückte Sorgen um unsere Welt und ihre Zukunft mit der schweigenden Unterstützung der Gruppe an die Oberfläche kommen. Wenn diese Gefühle anerkannt und in das Wachbewußtsein integriert werden, wird Energie für kreative Reaktionen freigesetzt.

### Erinnern

Wir sind eine Form des Ausdrucks von organischem Leben auf der Erde und haben als solche eine lange und bilderreiche Geschichte. Wir sind nicht erst seit heute hier und auch nicht auf diesen einen kurzen



Moment in der Geschichte unseres Planeten beschränkt: Unsere Wurzeln gehen zurück zu den Anfängen der Zeit. Wir können lernen, uns an sie zu erinnern. Das Wissen ist in uns. So wie unser Körper als Embryo im Mutterleib die Evolution zellularen Lebens auf der Erde wiederholt hat, können wir das jetzt bewußt tun, indem wir unseren Intellekt und unsere Vorstellungskraft einsetzen.

Es gibt bestimmte Methoden, diese Erinnerungen auszulösen. Das sind unterschiedlich geführte Meditationen, die auf unsere evolutionäre Reise abzielen und unsere viereinhalb Milliarden Jahre lange Geschichte als Erde (oder unsere fünfzehn Milliarden Jahre lange Geschichte als Universum) heraufbeschwören. Es folgen einige Formen, die schon recht häufig mit guter Wirkung benutzt worden sind.

#### *Evolutionäres Erinnern*

Das evolutionäre Erinnern (Seite 65) kann als Vorstellungsgrundlage dienen, von der aus du die Varianten, die du wählst, leiten und aufbauen kannst. Hier wird eine zweiteilige Übung angeboten. Der erste Teil führt uns durch die Geschichte des Universums vom Urknall bis zum Beginn organischen Lebens auf der Erde. Er wird am besten als Erzählung, als Geschichte angeboten. Bittet die Teilnehmer(innen) vorher, sich bequem hinzusetzen oder zu legen, so daß sie aufmerksam und entspannt bleiben können. Der/die Erzählende liest langsam und lädt zu einer Erinnerungsreise zurück zu den Anfängen des Universums ein.

Der zweite Teil ist eine geführte Bewegungsmeditation über die Evolution organischen Lebens, vom Einzeller bis zu den mannigfaltigen Formen und Ausdrucksmöglichkeiten der heutigen Menschen. Darauf erforschen wir den nächsten Schritt in der menschlichen Evolution – den ökologischen Menschen, der die primitiven Schöpfungsmythen durch die Wirklichkeit des Kurses ersetzt, den wir heute auf unserer Reise einschlagen. (Die Teilnehmer(innen) stellen dies in Bewegungsformen dar, »spüren« den Prozeß ihrer eigenen Evolution.)

Nehmt euch für diese Übung eine bis eineinhalb Stunden Zeit. Bittet die Teilnehmer(innen) zunächst, sich in bequemer Haltung auf den Rücken oder den Bauch zu legen, entspannt und tief atmend. Fordert sie bei dieser geführten Meditation auf, sich zu Beginn jeder evolutionären Phase zunächst die beschriebenen Bewegungen genau vor ih-

rem inneren Auge auszumalen, bevor sie sich zu bewegen beginnen. Manche Menschen werden es vorziehen, die ganze Übung als Visualisierung (bildhafte Vorstellung) auszuführen und stillzusitzen. Ermutigt die Teilnehmer(innen), ganz ungehemmt auf die Anweisungen zu reagieren – sie sollen sich so viel oder so wenig bewegen, wie sie möchten. Die Teilnehmer(innen) sind oft davon überrascht, wieviel ihr Körper bereits weiß. In den lebhafteren Phasen finden sie es vielleicht angemessen, körperlichen Kontakt mit anderen aufzunehmen. Bittet sie jedoch, sich vor eingelernten typisch menschlichen Reaktionsformen wie Entschuldigungen zu hüten. Das Ende einer Phase kann jeweils durch eine Trommel oder Rassel angezeigt werden, die die Teilnehmer(innen) daraufhinweist, daß sie sich entspannen sollen, bevor neue Anweisungen kommen.

Laßt am Ende eine halbe Stunde Zeit, damit die Beteiligten den Prozeß, paarweise miteinander sprechend, (sitzend oder liegend) noch einmal durchgehen können. Einander zu beschreiben, wie sich die Erinnerungen an das Leben als *Eidechse* oder *kleines Säugetier* im Geist/Körper angefühlt haben, macht die Erfahrung lebendiger und später leichter abrufbar.

Diese Meditation mit Tönen und Bewegung hilft uns bei der Erfahrung von Bewußtseinssebenen, die tiefer liegen als Worte. Sie gibt uns dadurch ein kraftvolles Gespür für die brachliegenden Erinnerungen und die Weisheit in jeder Zelle unseres Körpers.

#### *Unser Leben als Gaia*

Für diese geführte Meditation findet sich ein Text auf Seite 77. Er kann laut vorgelesen oder auswendig gelernt werden und – mit persönlichen Änderungen und Hinzufügungen versehen – vorgetragen werden: sowohl in kleinen Gruppen als auch vor größerem Publikum. Trommelt, wenn ihr könnt, dazu den Herzschlag, den Herzschlag in jedem Menschen und den Herzschlag unserer Welt.

#### *Die Gaia-Meditation*

Diese Phantasiereise (siehe Seite 59) eignet sich auch für große Gruppen und Versammlungen. Sie ist jedoch besonders wirksam, wenn Menschen einander paarweise gegenüber sitzen. Sie dienen sich dann



gegenseitig als »Meditationsobjekte«, durch die wir die Wunder unseres biologischen Seins und das dynamische elementare Fließen, das unser Wesen nährt und zusammenwebt, heraufbeschwören können.

### *Das Wiegen*

(Der Text für »Das Wiegen« ist in *Mut in der Bedrohung* auf Seite 46 abgedruckt. Er kann so verändert werden, daß zum Zwecke unseres Erinnerns der evolutionäre Aspekt stärker betont wird.)

Wenn für die ganze Übung nicht ausreichend Zeit oder Raum zur Verfügung steht – eine Stunde und ein Zimmer, in dem man sich ausruhen kann –, könnt ihr einander sehr wirkungsvoll nur die Hände wiegen. Diese Kurzform für fünf Minuten kann vor einem größeren Publikum in einer Rede, in einem Programm oder einem Gottesdienst Verwendung finden. Bei Workshops kann sie gemeinsam mit oder als Ersatz für »Mitten im Leben« für Begegnungen ohne Worte eingesetzt werden. Bittet die Teilnehmer(innen), die Augen zu schließen, so daß sie ihre ganze Aufmerksamkeit auf das Tastgefühl richten können.

»Beachte die Feinheit der Knochenstruktur und der Muskulatur, das weiche, empfindsame Polster der Handflächen, der Fingerspitzen. Hier ist keine Schale oder Panzerung, keine schützenden Schichten. Dies ist deutlich ebenso sehr ein Instrument des Wissens wie des Tuns. Durch die Hand kann unsere Erde sich selbst berühren und ihre Formen und Beschaffenheiten erkunden...

Du könntest irgendwo mitten im Universum sein, in irgendeinem dunklen Tunnel des Alls, aber wenn du diese Berührung spüren würdest, wüßtest du, daß du zu Hause bist. Denn das ist eine menschliche Hand vom Planeten Erde. Die findest du anderswo nicht. Es hat viereinhalb Millionen Jahre gedauert und der besonderen Bedingungen auf diesem Planeten bedurft, damit sie entstehen konnte... Sie war einst eine Flosse in der Ursuppe, in der wir schwammen...

Laßt eure Worte die Geschichte dieser Flosse lebendig werden, wie sie sich aufs trockene Land hinaufdrängte, zu greifen und zu fassen lernte, Werkzeuge zu machen, zu weben und zu pflanzen, Tempel und Teleskope zu bauen, Gaskammern und Krankenhäuser... aber auch die Arbeit, die ihr in den kommenden Zeiten bevorsteht, die Arbeit daran, eine gesunde und anständige Welt zu bauen.

Wenn wir zusammenarbeiten, um ein ökologisches Gefühl vom Selbst zu entwickeln, entdecken wir neu, daß wir uralte sind. Als Workshopleiter(innen) könnt ihr die Menschen an die Autorität und Ausdauer erinnern, die uns dieses hohe Alter schenkt. Wenn wir uns für die Verteidigung von lebenden Arten erheben und in den Dialog mit Unternehmen, Politikern oder dem Militär treten, tun wir das nicht aus einer persönlichen Grille oder einer vorübergehenden Laune heraus, sondern mit all der Autorität von viereinhalb Milliarden Jahren!

### *Öko-Atmung*

Eine weitere Übung, um den Menschen wieder in die Biosphäre zu integrieren, heißt »Öko-Atmung«. Sie wurde von John Seed und Robert Rosen in Australien entwickelt. Sie beruht auf einer Workshop-Form, die »BRETH« heißt (Breath Releasing Energy for Transformation and Healing; Atmung, die Energie für Transformation und Heilung freisetzt). Dieser Weg zu persönlichem Wachstum ähnelt dem »Rebirthing«, bei dem holotropes Atmen eingesetzt wird, um die Verbindung zu tiefen, unbewußten Schichten unseres Seins zu erlangen und uns mit den unverarbeiteten Situationen unserer Vergangenheit auszusöhnen, die unser jetziges Leben behindern und prägen.

In einer Rebirthing-Gruppe wählen die Teilnehmer(innen) eine(n) Partner(in) und wechseln sich im Atmen und der Betreuung ab. Eine Sitzung dauert meistens mehrere Stunden. Der/die Atmende legt sich hin und kann durch einen bestimmten Atemrhythmus inhaltsschwere Einsicht in tiefgründige Bereiche seines/ihrer Seins erlangen. Dies kann von intensiven Bildern und Erinnerungen, starken Gefühlen und Emotionen, Weinen, Zittern, Toben usw. begleitet sein. Auf mehrere Rebirthing-Sitzungen folgt meist ein Gefühl davon, daß Probleme gelöst worden sind, von Heilung, Integration und Ermutigung.

BRETH ähnelt dem Rebirthing, legt aber mehr Betonung auf das



Zielbewußtsein desjenigen, der die Atemübung macht. Das Ziel wird bewußt formuliert, und im allgemeinen stellt sich beim Gespräch und in der Diskussion mit der Gruppe nach der Sitzung heraus, daß die Erfahrung des/der Atmenden bei der Sitzung seinem/ihrer Zielbewußtsein sehr nahe kommt. Bei den »Öko-Atmungs«-Workshops verbringen wir zwei Tage mit BRETH-Sitzungen. Beim zweiten Workshop wechselt das Zielbewußtsein aus dem Bereich des Persönlichen, Biographischen ins Planetare. Diese Sitzungen haben sich darin bewährt, transpersonale, sogar artenübergreifende Schichten unseres Seins zu erreichen.

Weitere Informationen über Workshops zur Öko-Atmung gibt es auf Anfrage bei John Seed, 40 Rainforest Information Centre, P. O. Box 368, Lismore, New South Wales, Australien.

#### Die Identifikation mit anderen Lebensformen

Die Workshop-Teilnehmer(innen) haben sich durch Trauer und Erinnerungen der Ganzheit des Lebens in ihnen geöffnet. Sie sind bereit, ihre ausschließliche Identifikation als Menschen abzuschütteln und sich eine Zeitlang in der Vorstellung auf die Erfahrung einzulassen, wie es wäre, eine andere Lebens-Form zu sein. Das ist ebenso befriedigend, wie eine halbvergessene Fertigkeit wiederzuerwecken oder nach Jahren ein vertrautes Lied zu singen. Der Workshop hilft uns, unseren Weg zu erspüren. Wir wählen eine andere Gattung – lassen uns von ihr erwählen. Wir horchen auf das Flüstern der natürlichen Welt um uns herum und in uns. Wir strecken uns, um zu sehen und zu fühlen, was gleich hinter den Grenzen unseres menschlichen Wissens liegt.

Wir bereiten uns damit für das Ritual der »Konferenz des Lebens« vor. Und die Vorbereitung teilt sich in drei Abschnitte auf: uns von einer anderen Lebens-Form erwählen zu lassen; eine Maske machen, um sie darzustellen; uns darin üben, für sie zu sprechen.

#### Erwählt werden

Wenn ihr die Menschen auffordert, sich von einer anderen Lebens-Form erwählen zu lassen, könnt ihr soviel sagen, wie es Frank in dem Beitrag über die »Konferenz des Lebens« in diesem Buch tut (Seite 101). Seht für diesen Prozeß mindestens eine Stunde vor, wenn ihr draußen in der Natur arbeitet. Weist die Teilnehmer(innen) an, alleine loszugehen und sich einen Ort zu suchen, der sich für sie richtig anfühlt – wie bei einer Visionssuche, und so wird dieser Teil des Workshops auch oft genannt. Die Menschen suchen einen Verbündeten, um bei der »Konferenz« für ihn zu sprechen.

Wenn ihr drinnen arbeitet, ist die Suche eine rein geistige. Dann kann sie sehr viel kürzer angesetzt werden: zehn bis fünfzehn Minuten. Bereitet ein Band mit Geräuschen aus der Wildnis oder eintöniger meditativer Musik vor; vermeidet Musik, die ablenken oder besonders viel Aufmerksamkeit verlangen könnte. Bittet die Menschen, sich vollkommen zu entspannen, am besten liegend, und ganz offen und geduldig zu warten, während sie eine andere Lebens-Form bitten, zu ihnen zu kommen.

Ermutigt die Teilnehmer(innen) unabhängig davon, ob ihr drinnen oder draußen arbeitet, bei dem ersten Impuls zu bleiben, der ihnen kommt. Es geht nicht darum, eine Art zu wählen, über die man viel zu wissen glaubt, sondern vielmehr darum, daß jede(r) sich von der Lebens-Form, die kommt, überraschen läßt, ob es nun eine Pflanze, ein Tier oder ein ökologisches Bild wie ein Sumpf oder eine Gebirgsschlucht ist. Bittet jede(n), sich ein inneres Bild dieses Wesens zu erschaffen, in seiner Ganzheit und aus jeder Perspektive, von seiner Größe und Form, seiner Art sich zu bewegen. Sagt den Beteiligten, daß sie dieses Wesen um Erlaubnis bitten sollen, in es hineinzutreten, so daß sie seinen Körper in der Vorstellung von innen her spüren können. Laßt sie schließlich das Wesen fragen, wie es dargestellt werden möchte und welche symbolischen Formen zu einer Maske gemacht werden könnten, die bei der »Konferenz« getragen wird.



### *Masken-Machen (schweigend)*

Legt die Materialien (Pappe, Farbstifte, Leim, Klebeband, Scheren, Schnur usw.) auf Tüchern oder Tischen aus. Laßt die Menschen arbeiten, ohne zu sprechen. Ihr könnt Entspannung, Spontaneität und Kreativität dadurch fördern, daß ihr ein Band mit sanfter Musik vor dem Hintergrund von Naturgeräuschen spielt. Beim Gestalten dieser Masken entwickelt sich oft eine bemerkenswerte Originalität.

Die Masken können durch ein Band oder Gummi am Kopf befestigt oder an einen Stock geklebt werden, den man sich vors Gesicht halten kann. Für die eigentliche »Konferenz« ist letzteres vorzuziehen, da die Maske sich dann leichter bewegen läßt, wenn die Teilnehmer(innen) zwischen ihrer menschlichen und ihrer anderen Lebensform hin und her wechseln. Stellt sicher, daß jede(r) Löcher hineinschneidet, um durch die Maske sehen und sprechen zu können; eine Maske, die den Mund verdeckt, macht es schwierig, dieses Wesen zu hören. Manche Leute ziehen es vor, sich ein Brustschild zu machen oder ihr Gesicht zu bemalen. Betone, daß es notwendig ist, sich mit der Maske einfach und bequem bewegen zu können, wie auch immer die Entscheidung ausfällt.

Ein halbe Stunde sollte genügen. Falls der Zeitplan oder die äußeren Bedingungen für eine »Konferenz« keine Möglichkeit bieten, Masken zu machen, könnt ihr einfach kleine Zettel – oder leere Aufklebeetiketten – verteilen und in ein paar Minuten Zeichnungen von der Gestalt oder einem Symbol der jeweiligen Lebens-Form anfertigen lassen. Es ist auch kein Problem, wenn selbst das nicht geht, etwa weil die Versammlung zu groß ist. Die Teilnehmer(innen) der »Konferenz« können auch einfach ansagen, wer sie sind.

### *Bewegungs-Meditation über die Lebensform*

Wenn es die Zeit erlaubt, hilft diese Übung den Menschen, sich noch mehr mit ihrer Lebensform zu identifizieren. Die Masken werden beiseitegelegt. Die Anweisung lautet:

Setze oder lege dich bequem auf den Boden, entspanne dich und atme leicht, fühle allmählich, wie es ist, diese neue Lebensform zu verkörpern... Welche Gestalt hast du?... Wieviel Raum nimmst

du jetzt ein?... Wie ist deine Haut oder Oberfläche beschaffen?... Wie nimmst du wahr, was um dich herum ist?... Bewege dich, wenn du dich überhaupt bewegst... Machst du irgendwelche Geräusche? Spiele mit diesen Geräuschen...

### *Für die Lebensform Sprechen üben*

Die Teilnehmer(innen) erhalten mit angelegten Masken und in Dreier- und Vierergruppen die Möglichkeit, mit ihrer menschlichen Stimme das Sprechen für die von ihnen angenommene Lebensform zu üben. Dieser Prozeß vertieft wie der vorhergehende die Identifikation. Ohne diese Vorbereitung laufen die Wesen in der »Konferenz« Gefahr, aus einer allzu menschlichen Perspektive zu sprechen – zu moralisieren, Schuld zuzuweisen oder ihre Äußerungen mit Allgemeinplätzen und wissenschaftlichen Daten zu befrachten.

Bittet jedes Wesen, jeweils fünf Minuten zu seiner Kleingruppe zu sprechen, sich vorzustellen und auszudrücken, wie es sich anfühlt, das zu sein, was es ist. Betont, daß jede(r) sich auf die angenommene körperliche Gestalt und die damit verbundene zu leben konzentrieren und Aussagen über die gegenwärtigen Umweltbedingungen vermeiden soll.

Du hast nun das Geschenk der Sprachgewalt bekommen. Erzähle, wie es sich anfühlt, du zu sein. Welche Stärken und Eigenschaften genießt du besonders? Versuche, deinem neuen Wesen treu zu sein, und sprich in der ersten Person. Und die, die zuhören, können Fragen stellen, um den Sprechenden dabei zu helfen, ihr Wesen besser auszudrücken und kennenzulernen.

Diese Übung ruft oft viel Gelächter und allgemeine Freude hervor. Sie ist so wirksam darin, Menschen zu zeigen, wie groß ihre Fähigkeit ist, sich mit anderen Lebensformen zu identifizieren, daß sie manchmal statt der »Konferenz des Lebens« eingesetzt wird, wenn nicht genügend Zeit für dieses Ritual ist. In solchen Fällen wird das, was in den Kleingruppen abläuft, auf drei Phasen erweitert. Wenn sie ein Bild von ihrer Erfahrung vermittelt haben, werden die Wesen gebeten zu erzählen, wie das Leben sich für sie unter den Bedingungen, die die Menschen in der Welt geschaffen haben, verändert hat.



Zum Schluß sprechen sie über die besonderen Kräfte oder Geschenke, die sie den Menschen machen würden, um der Zerstörung Einhalt zu gebieten.

### *Die Konferenz des Lebens*

Der Beitrag darüber in diesem Buch (Seite 101) kann als Leitfaden für das eigentliche Ritual benutzt werden. Denkt daran, daß jede »Konferenz« anders ist als jede andere, da sie im wesentlichen den spontanen Ausdrucksformen der Anwesenden entspringt. Jede hat ihren eigenen Charakter und Fluß. Bei einigen werden Ströme von intensiven Gefühlen freigesetzt, andere scheinen leichten Herzens abzulaufen, manche recht trocken. Denke auch daran, daß der Schein trügen kann: Teilnehmer(innen), die in ihren Rollen unbeholfen wirken, die relativ still oder unbeteiligt aussehen, können von der »Konferenz« tief bewegt sein.

Die Eröffnung des Rituals ist vorgeplant, aber man weiß nie, auf welche Weise es enden wird. Wie es schließt, hängt von der Stimmung der Gruppe und der entfesselten Dynamik ab. Einige »Konferenzen« enden in nachdenklicher Stille. Bei manchen gestaltet sich der Abschluß sehr vertraulich, wenn die Menschen in der Mitte summen oder singen. Manchmal wird viel Demut spürbar, wenn jede einzelne Maske an eine Mauer gehängt oder auf einen provisorischen Altar gelegt und dem Wesen, das es dargestellt hat, Dank ausgesprochen wird. Andere »Konferenzen« brechen mit spontanem Trommeln und Tanzen, mit Schreien und Jaulen und anderen wilden Lauten in Frohsinn aus. Und manchmal gibt es mehrere dieser Schlußszenen nacheinander.

Am Ende des Rituals oder bald danach werden die angenommenen Lebensformen freigelassen, und die Menschen bekommen die Möglichkeit, die Identifikation mit ihnen wieder aufzugeben. Dies geschieht am besten durch das rituelle Verbrennen der Masken, eine nach der anderen, rund ums Feuer. Die Teilnehmer(innen) danken ihrem Wesen, wenn sie die Maske den Flammen geben. Der Rest der Gruppe unterstützt sie dabei und sagt: »Danke, Eule«, »Danke, Sahara«...

Plant für das Ritual der »Konferenz« zwei Stunden ein, und laßt den Abend nach der Arbeit dieses Tages offen. Es tut gut, nach dem

Abendbrot gemeinsam zu ruhen und zu entspannen, Geschichten zu erzählen oder sich auszutauschen, zu tanzen oder einfach in den Nachthimmel zu schauen.

### Nachbearbeitung Integrieren und Planen

Wenn die Gruppe wieder in einem großen Kreis zusammenkommt, beginnt ihr mit Berichten von den persönlichen Reaktionen auf das Ritual. Die Teilnehmer(innen) müssen Gelegenheit haben, einige ihrer Gedanken über diese Erfahrung und einige der Reaktionen zum Ausdruck zu bringen, die bei ihnen entstanden sind, bevor sie sich wieder auf irgend etwas anderes konzentrieren können.

Der erste Teil dieser Stunde ist *keine* Diskussion. Erinnert die Menschen daran, wenn ihr sie bittet, frei zu sprechen, und laßt zwischen den Äußerungen einen Moment der Ruhe, so daß ihr einander besser hören könnt, ohne Kommentare abgeben zu müssen. Diese Aussagen können die Form von Gesang, Bewegung und gesprochenen Worten einschließen, die damit im Zusammenhang stehenden Träume annehmen. Dieser Austausch kann die Erfahrung, die die Teilnehmer(innen) miteinander gemacht haben, sowie ihr Gefühl von Gemeinschaft vertiefen.

Nach einigen Minuten, in denen man sich bewegen und strecken kann, ist jetzt die Zeit gekommen, gemeinsame Arbeit zu planen. Zu welcher Form der Arbeit für die Welt fühlen wir uns jetzt hingezogen? Welche Veränderung wollen wir in unserer Lebensweise vornehmen? Zu welcher Art von Aktionen fühlen wir uns inspiriert? Wie können wir einander bei dieser Arbeit helfen?

Ihr könnt mit einem »Brainstorming« beginnen, dem freien, spontanen Ausdruck all dessen, was den Beteiligten einfällt. Ein paar Protokollanten sollten alles auf großen Papierbögen festhalten. Die Ideen, die auf besonders viel Interesse stoßen, können in der ganzen Gruppe oder in Kleingruppen diskutiert werden. Jetzt ist es an der Zeit, konkret zu werden, Informationen und Hilfsquellen miteinander zu teilen – Bücher, Tonbänder, Organisationen. Und jetzt könnt ihr genaue Pläne für Aktionen und kommende Treffen festlegen. Stellt sicher, daß die nächsten Schritte beschlossen sind, bevor der Workshop zu Ende geht.



Die Tiefe des Erlebens in diesem Workshop erfordert ein Ende in ritueller Form. Das kann so einfach sein, wie in einem Kreis zu stehen, in dem Dank und Ehrfurcht vor dem Leben, das durch uns alle pulsiert, ausgedrückt und spontane Gebete und Versprechen in Worte gefaßt werden. Es kann auch ein ausführliches Ritual sein, das die Teilnehmer(innen) entwerfen und anbieten. Wenn am Anfang die vier Himmelsrichtungen angerufen wurden, sollte der Schluß einen Dank an sie und den Abschied von ihnen einschließen.

Der Workshop ist jetzt nur in dieser Form vorbei. Wenn es auch unwahrscheinlich ist, daß dieser spezielle Kreis von Wesen sich noch einmal in genau der gleichen Zusammensetzung treffen wird, wird die »Konferenz« in den Gedanken aller Anwesenden als Teil ihrer inneren Landschaft weiterleben und sie an ihr umfassendes, wahres, ökologisches Selbst erinnern.

## Beispiele für die Planung eines Workshops

Dies sind Beispiele von Strukturen, die wir für ein- und zweitägige Workshops benutzt haben. Sie stellen nur eine kleine Auswahl aus der Fülle von Übungen, Meditationen und Ritualen dar, die wir in den letzten drei Jahren bei der »Konferenz des Lebens« benutzt haben. Jeder Zeitplan zielt darauf ab, die wesentlichen Qualitäten dieser Arbeit zu berücksichtigen, die die Teilnehmer(innen) zu einem besseren Verständnis der Ganzheitlichen Ökologie und ihrer individuellen Rollen führen.

### Tages-Workshops (9 bis 17 Uhr)

- 9.00 Uhr – Einschreibung und Kennenlernen der Workshop-Umgebung
- 9.15 Uhr – Körperliche Aufwärmübungen/ Atemübungen/ Spiele/ Singen usw.
- 9.30 Uhr – Willkommen und Einführungsansprache
- 9.45 Uhr – Einführungsübung
- 10.00 Uhr – Mitte-des-Lebens
- 10.20 Uhr – Evolutionäre Erinnerungen
- 11.30 Uhr – Zeit, mit der Natur allein zu sein/ einen Verbündeten finden
- 12.30 Uhr – Mittagspause und Masken-Machen
- 13.45 Uhr – Stimm- und Körperübungen. Die ganze Gruppe kommt zusammen
- 14.00 Uhr – Meditation auf die gewählte Lebensform
- 14.15 Uhr – Kleingruppen-Gespräch über die Lebensformen
- 14.30 Uhr – Eröffnung des Ritualplatzes für die Konferenz des Lebens
  - Lesungen
  - Bestiarium/ Liste der bedrohten Arten



- Vorstellung der Wesen
- Einladung an die Menschen, als stille Zeugen dabei zu sein
- weitere Antworten der Wesen an die Menschen die Menschen bitten um Führung
- Zeit, den Wesen alleine in der Natur Lebewohl zu sagen
- rituelle Freilassung der Wesen
- Abschluß der Konferenz
- 16.00 Uhr - Paarweise überlegen, wie man die Werte der Ganzheitlichen Ökologie leben kann
- 16.15 Uhr - Brainstorming über »Was ist Arbeit für den Planeten?«
- 16.25 Uhr - Paarweise darauf konzentrieren, was unsere individuelle Arbeit und Verpflichtung ist/sein wird, und welche Art von Unterstützung wir im nächsten Jahr brauchen werden
- 16.40 Uhr - Treffen der ganzen Gruppe/Schlußkreis - Bewertung, Kommentare, humming-bee/Lied

Anmerkung: Dies ist ein ziemlich konzentrierter Ablauf, der sich besser für die Arbeit in geschlossenen Räumen eignet. Wenn der Workshop draußen stattfindet, müßt ihr mindestens eine Stunde mehr einplanen, um euch der langsameren Gangart draußen anzupassen.

Zweitages-Workshop  
(Freitag 19 Uhr bis Sonntag 16 Uhr)

Freitag, 19 bis 21 Uhr

- 19.00 Uhr - Einschreibung/Orientierung
- 19.15 Uhr - Willkommen und Einführungsansprache
- 19.30 Uhr - Einführung
- 20.00 Uhr - Spiele/Lieder/Zusammenstellung von Kleingruppen
- 20.20 Uhr - Kleingruppen-Treffen - individuelles Zielbewußtsein für das Wochenende stärken
- 20.50 Uhr - Gute-Nacht-Geschichte/Lieder

Samstag, 9 bis 21 Uhr

- 09.00 Uhr - Aufwärmübungen/Strecken/Spiele. Tagesplan bekannt geben
- 09.20 Uhr - Die Kleingruppen treffen sich und entwerfen das Eröffnungsritual
- 09.50 Uhr - Eröffnung des Ritualplatzes durch die Kleingruppen
- 10.10 Uhr - Mitte-des-Lebens
- 10.40 Uhr - Evolutionäres Erinnern
- 12.00 Uhr - Zeit, mit der Natur allein zu sein; einen besonderen Platz für stilles Nachdenken finden
- 12.30 Uhr - Mittagspause
- 14.00 Uhr - Treffen der ganzen Gruppe/Spiel
- 14.15 Uhr - Lesungen - Bestiarium/Liste der bedrohten Arten - abschließend: Lesung der Rede des Häuptlings Seattle und Übung
- 15.00 Uhr - Visionssuche - unseren Verbündeten finden (alleine)
- 16.00 Uhr - Masken-Machen
- 16.30 Uhr - Erforschung des neuen Wesens - in der Meditation und zu zweit
- 17.00 Uhr - Abendbrotpause
- 19.00 Uhr - Meditation »Unser Leben als Gaia«
- 19.20 Uhr - Kleingruppentreffen - Zeit, über alles zu sprechen, was noch gesagt werden will; dann Planung des Öko-Dramas
- 20.00 Uhr - Vorführung des Öko-Dramas
- 20.40 Uhr - Wiege-Übung
- 20.55 Uhr - Gute-Nacht-Lied

Sonntag, 9 bis 16 Uhr

- 9.00 Uhr - Ankündigungen/Beschreibung des Tagesablaufs/Treffen in Gruppen
- 9.15 Uhr - Aufwärmübungen für Stimme und Körper
- 9.30 Uhr - Ritual: Konferenz des Lebens
- 11.00 Uhr - Zeit, mit der Natur allein zu sein
- 11.30 Uhr - Die Kleingruppen treffen sich, um ihre Erfahrungen anzuschauen



- 12.00 Uhr – Mittagspause  
 14.00 Uhr – Treffen der ganzen Gruppe/Lieder/Spiele  
 14.30 Uhr – Integrationsübungen/zu zweit:  
 – Wie integrieren wir das, was wir gelernt haben ins Alltagsleben?  
 – Brainstorming:  
 – Was ist unsere Arbeit für den Planeten?  
 – Kleingruppen:  
 – Was ist und was wird unsere persönliche Arbeit für den Planeten sein, und welche Unterstützung brauchen wir dabei in den nächsten Jahren?  
 14.40 Uhr – Abschlußkreis – den Ritualplatz schließen/unterstützende Netzwerke/Gruppensegen für alle Wesen/Abschlußbemerkungen/humming-bee

## Empfohlene Literatur

- Houston, Jean: *Der mögliche Mensch*, Basel, Sphinx Verlag, 1984  
 Illies, Joachim: *Das Geheimnis des grünen Planeten*, Frankfurt, Umschau Verlag, 1982  
 Lutz, Rüdiger: *Bewußtseins(R)evolution*, Weinheim, Beltz Verlag, 1983  
 Macy, Joanna: *Mut in der Bedrohung. Friedensarbeit im Atomzeitalter*, München, Goldmann Verlag, 1988  
 Myers, Norman: *Die sinkende Arche*, Braunschweig, Westermann Verlag, 1985  
 Myers, Norman: *Gaia. Öko-Atlas der Erde*, Frankfurt, Fischer Taschenbuch Verlag, 1987  
 Pieper, Werner (Hrsg.): *Starke Plätze. Orte, die zum Herzen sprechen*, Löhrbach, Verlag Medienexperimente, Der grüne Zweig 110, 1986  
 Russell, Peter: *Die erwachende Erde*, München, Heyne Verlag, 1984  
 Snyder, Gary: *Schildkröteninsel*, Schickler Verlag, 1980  
 Starhawk: *Der Hexenkult als Ur-Religion der Großen Göttin*, Freiburg, Verlag Hermann Bauer, 1983  
 Starhawk: *Wilde Kräfte. Sex und Magie für eine erfüllte Welt*, Freiburg, Verlag Hermann Bauer, 1987