

Infomappe

Anregungen
zur Veränderung des
persönlichen Lebensstils

Inhalt

Ermutigung

Initiativen und Organisationen

Bilder des guten Lebens

Gruppenbildung

EntschlieÙung

Nachhaltiger Konsum

Soziale Gerechtigkeit

Ganzheitlich Leben

Erinnerung

Weiterdenken

Die Regenbogenkraft des Aufbruchs



Kontakte:

Projektbüro:

Stiftung Ökumene,

Dietrich-Bonhoeffer-Haus,
Ziegelstraße 30, 10117 Berlin

Spenden an: Stiftung Ökumene
Kto.: 0304103513, BLZ 52060410

Servicebüro:

ÖIEW, Tel.: 05694-1417, Fax: -1532

email: aufbruch@anders-besser-leben.de

www.anders-besser-leben.de

Liebe Aufbruch- InteressentInnen,

mit dieser Infomappe möchten wir Ihnen den Aufbruch in eine andere Lebensweise erleichtern. Entsprechend den Farben des Regenbogens (siehe farbiges Papier) bieten wir Ihnen einen Überblick über die gesamte Thematik.

Unter dem Stichwort **"Ermutigung"** geben wir Ihnen einen Überblick über bestehende Bewegungen, Netzwerke und Initiativen, über Beispiele eines guten Lebens und Möglichkeiten des Gruppenaufbaus.

Unter dem Stichwort **"Entschließung"** bieten wir Ihnen Hinweise auf bestehende Informationsmöglichkeiten, wie Sie ihr eigenes Leben anders gestalten können. Die Systematik orientiert sich dabei in ihrer Reihenfolge an den Vorschlägen im Faltblatt der Aufbruch - Initiative.

Die Rubrik **"Erinnerung"** bietet Ihnen Anregungen zum Vertiefen und Weiterdenken.

Diese Materialsammlung befindet sich, wie die gesamte Initiative, im ständigen Aufbau. Für ihre Weiterentwicklung bitten wir Sie um Anregungen und Hinweise. Sie können unsere weiteren Informationsblätter, sowie Ihr eigenes Infomaterial problemlos in die Mappe einschieben.

Wir wünschen Ihnen viel Freude bei Ihrem eigenen - und unserem gemeinsamen - Aufbruch in eine zukunftsfähige Lebensweise.

Herzlichen Gruß

Ihre Redaktion



Diese Infomappe ist entstanden im Rahmen der Initiative "Aufbruch – anders besser leben". Erarbeitet wurde die Infomappe im Rahmen eines Pilotprojektes der Stiftung Ökumene, gefördert vom Bundesumweltministerium und vom Umweltbundesamt. Die einzelnen Punkte müssen nicht mit den Ansichten der Förderer übereinstimmen.

Redaktion:

Dieter Halbach, Wolfram Nolte, Gabi Bott, Christian Hobusch

Gestaltung:

Julia Kommerell, Illustre Illustrationen, juliakom@siebenlinden.de

Redaktionsanschrift:

Dieter Halbach
Ökodorf Sieben Linden,
38486 Poppau

email: d.halbach@siebenlinden.de



Der "Aufbruch- anders besser leben" ist...

...keine neue Organisation und kein festes Programm

sondern eine offene Initiative, in die Sie wie in einen Regenbogen ihre eigene Farbe und ihren eigenen Beitrag für eine andere Lebensweise einbringen können.

...kein Aufruf zum Verzicht und kein Missionierungsversuch

sondern eine Möglichkeit sich von einem überholten Kulturmuster zu befreien und für sich neue Lebensqualität zu entdecken.

...keine persönliche Nabelschau und keine politischer Aktionismus

sondern der Versuch, Ihre eigene Suche nach einem guten Leben in den globalen Horizont von Gerechtigkeit und Verantwortung gegenüber der Zukunft zu stellen.

Ziele

Wir rufen den einzelnen Menschen auf, sich zu einer Änderung seiner persönlichen Lebensweise zu entschließen und geben ihm dafür konkrete Hinweise und Anregungen.

Wir wollen einen offenen Dialog über unsere unterschiedlichen Wege und Erfahrungen führen und Gruppen zur gegenseitigen Unterstützung bilden.

Wir wollen eine Kultur des guten Lebens entwickeln und mit vielfältigen Medien, Aktionen und Festivals vermitteln.

Wir werden in öffentliche Debatten das Thema eines anderen und besseren Lebens einbringen und politisch Einfluss nehmen.

Wer wir sind

Die Initiative "Aufbruch – anders besser leben" wurde im Jahr 2001 von Menschen aus den **Ökumenischen Basisgruppen** für Gerechtigkeit, Frieden und Bewahrung der Schöpfung, aus dem **Ökodorf Sieben Linden** und aus der **Ökumenischen Initiative EINE WELT** (siehe Kap. I. Ermutigung) auf den Weg gebracht. Bisher wird sie im wesentlichen von diesen Gruppen in einem kleinen Koordinationskreis getragen. **Unser Ziel** ist es, einen breiten gesellschaftlichen Aufbruch verschiedenster Gruppen und Strömungen zu schaffen und in 10 Jahren 10 % der Bevölkerung zu erreichen. In dem Maß, in dem **regionale Gruppen** entstehen und die Bewegung sichtbar wird, wird sich auch der bisherige Koordinationskreis erweitern und ein echtes **Netzwerk** entstehen. Schon jetzt hat die Initiative **Unterstützer** aus den verschiedensten gesellschaftlichen Bereichen und Organisationen gewonnen.

Inhalt



I. Ermutigung

- I.1 Initiativen und Organisationen
- I.2 Bilder des guten Lebens
- I.3 Gruppenbildung für eine andere Welt

II. Entschließung

- II.1 Nachhaltiger Konsum
Vom viel Haben zum gut Leben
- II.2 Soziale Gerechtigkeit
Von Konkurrenz zu Solidarität
- II.3 Ganzheitlich Leben
Von materiellen zu spirituellen Werten

III. Erinnerung

- Hinweise zum Weiterdenken :
Zeitschriften, Bücher, Filme, Ausstellungen

IV. Die Regenbogenkraft des Aufbruchs



I. Ermutigung

Initiativen und Organisationen

Die folgenden Beispiele bestehender Gruppen sehen wir wie die verschiedenen Farben in einem Regenbogen: sie sind alle Teile eines gesellschaftlichen Aufbruchs in eine zukunftsfähige Lebensweise. Wir können hier nur einen Ausschnitt der gesamten Breite der Bewegungen wiedergeben und wollen damit den Teil „Ermutigung“ im Basistext der Initiative illustrieren. Wir brauchen nicht bei Null anzufangen! Es gibt bereits viele Möglichkeiten, sich zu engagieren und viele Erfolge. Aber wir müssen auch die verschiedenen Teile des Regenbogens zusammenbringen und eine gemeinsame und ganzheitliche Vision und Praxis entwickeln. Und wir wünschen uns immer mehr, das zu leben, wovon wir reden und was wir uns erhoffen.

Im Teil „Gruppenbildung für eine andere Welt“ geben wir Ihnen ein Bild, wie ein ganzheitlicher Gruppenprozess aussehen kann. Außerdem Adressen regionaler Ansprechpartner, an die Sie sich wenden können, wenn Sie bei einer Gruppe mitmachen oder den Aufbruch- Prozess in ihre bestehende Gruppe einbringen wollen..

Lebensstil verändern

Initiative

„Aufbruch - anders besser leben“

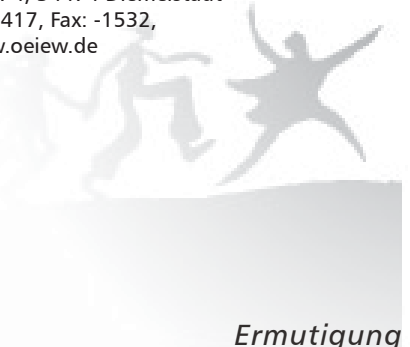
Diese Initiative entstand im Jahr 2001 aus der Zusammenarbeit engagierter Menschen aus der Ökumenischen Initiative Eine Welt, den ökumenischen Basisgruppen (siehe weiter unten) und dem Ökodorf Sieben Linden (siehe unter der Rubrik „Beispiele“). Sie will den einzelnen Menschen aufrufen und unterstützen, seine persönliche Lebensweise zu verändern. Dazu sind Menschen aus allen gesellschaftlichen Bereichen und mit den unterschiedlichsten Erfahrungen aufgerufen. Erst das Zusammenwirken der ökologisch, sozial, kulturell, spirituell und politisch engagierten Menschen ergibt die kreative Kraft für einen kulturellen Aufbruch, wie auch erst das Zusammenwirken verschiedenster Farben die Schönheit eines Regenbogens aufleuchten lässt. Die Initiative fördert die Bildung von regionalen Aufbruchgruppen und will die Kultur des guten Lebens mit vielfältigen Medien, Aktionen und Festivals vermitteln. Sie wird unterstützt von vielen Organisationen und Prominenten (siehe „Unterstützer“) und kooperiert mit der österreichischen Initiative SOL und der internationalen Initiative „You can change the world“ des Club of Budapest (siehe weiter unten).

Infos: Projektbüro für Nachhaltigkeitsstrategien,
Ziegelstr. 30, 10117 Berlin, Tel: 05694-1417,
Fax: -1532, aufbruch@anders-besser-leben.de,
www.anders-besser-leben.de

Die Ökumenische Initiative Eine Welt

Die ökumenische Initiative Eine Welt (ÖIEW) entstand Mitte der 70er Jahre, um eine Lernbewegung für einen neuen Lebensstil anzustoßen - nämlich: gesprächsbereit, solidarisch, einfach, umweltgerecht. Die Initiative will anregen, durch bewusste Lebensgestaltung zu Gerechtigkeit, Frieden und Bewahrung der Schöpfung beizutragen; zu kleinen Schritten im Alltag ermutigen; helfen, ein bewussteres Konsumverhalten zu entwickeln und die Macht der KonsumentInnen politisch wirksam werden zu lassen. Sie will erreichen, dass hierzulande und weltweit eine Ethik und Praxis der Nachhaltigkeit das Verhalten der Menschen sowie wirtschaftliche und politische Strukturen prägt. Aus diesem Grunde hat sich die Ökumenische Initiative dazu entschlossen, als bundesweite Koordinierungsstelle für den Erd-Charta-Prozess (siehe oben) in Deutschland zu fungieren und die Initiative „Aufbruch - Anders besser leben“ aktiv zu unterstützen.

Infos: ÖIEW, Mittelstr. 4, 34474 Diemelstadt-
Wethen, Tel: 05694-1417, Fax: -1532,
info@oeiew.de, www.oeiew.de



Ökumenische Basisgruppen und Initiativen für Gerechtigkeit, Frieden und Bewahrung der Schöpfung

Die Wurzeln des Engagements der ökumenischen Basisgruppen liegen in den prophetischen Visionen und den Reich-Gottes-Bildern der Bibel, den Erfahrungen des konziliaren Prozesses für Gerechtigkeit, Frieden und Bewahrung der Schöpfung der 80-er und 90-er Jahre, der Erd-Charta-Bewegung sowie den global agierenden sozialen Bewegungen. Inspiriert von der Friedensverheißung Gottes, mischen sich die Basisgruppen ein in die Konflikte und Auseinandersetzungen unserer Zeit und vertrauen darauf, dass soziale Gerechtigkeit gestaltet, Armut überwunden, Frieden geschaffen und ein Einklang mit der Schöpfung wieder hergestellt werden kann.

Aufgabe eines Koordinationskreises ist es, diesen GFS-Prozess in und mit den ökumenischen Basisgruppen immer wieder voranzubringen, z.B. mit der jährlichen Durchführung eines „Ratschlags“ aller Initiativen, auf dem auch die Aufbruch-Initiative entstand. Der Koordinationskreis versteht sich auch als Ansprechpartner für andere Bewegungen und Initiativen.

Infos: Stiftung Ökumene, Projektbüro, Ziegelstr. 30, 10117 Berlin, Tel: 030 - 28 30 39 22 ; Fax: 030 - 28 30 39 25, Projektbuero@web.de

YOU CAN CHANGE THE WORLD

Gemeinsam eine bessere Welt schaffen

Eine Initiative des Club of Budapest, eine weltweite Organisation von prominenten Akteuren für ganzheitliche Lösungen in Richtung auf eine nachhaltige Welt. Sie wendet sich an alle Menschen, ihre Zukunft und das Schicksal dieser Welt verantwortlich in die eigenen Hände zu nehmen. Jede/r wird als Individuum ermutigt, Änderungen in seinem eigenen Leben vorzunehmen, die der Weltsituation entsprechen. Im Internet und in dem gleichnamigen praktischen Leitfaden (s. Literaturverzeichnis) werden zahlreiche Wege zu einem ganzheitlichen Denken und zu einem nachhaltigen Leben mit konkreten Anregungen aufgezeigt.

Der wirkungsvollste Wandel geschieht durch Projekte, die ein neues Denken bereits erfolgreich in die Praxis umgesetzt haben und dadurch vorbildhaft wirken. Deswegen werden ab 2002 jährlich beispielhafte Zukunftsprojekte mit einem besonderen „Preis für weltverändernde Praxis“ ausgezeichnet. Gefördert werden solche Projekte durch einen Change-the-World Aktienkorb, der Investoren die Möglichkeit bietet, in ethisch nach einer eigenen Charta kontrollierten Unternehmen zu investieren und einen Teil der Erträge zur Förderung dieser Projekte zur Verfügung zu stellen. Ebenso wird für eine freiwillige Abgabe der Wirtschaft zugunsten von Projekten für eine bessere Welt gewonnen (change-the-world tax), wie sie jetzt schon der europäische Teppichhandel entrichtet.

Infos: The Club of Budapest International, Morsestr. 35, 70435 Stuttgart, Tel: 0711-8263550, Fax: -8263558, club-of-budapest@online.de, www.change-the-world.org, www.club-of-budapest.org

Menschen für Solidarität, Genuss und Lebensstil (SOL)

SOL ist eine österreichische überkonfessionelle und parteienübergreifende Initiative zur Veränderung des persönlichen Lebensstils zu einer nachhaltigen Lebensweise. Mit einem Aufruf zu einem genussvollen, ökologischen und solidarischen Lebensstil wurden viele Menschen in Österreich und auch in Deutschland auf die Notwendigkeit und die Möglichkeiten einer nachhaltigen Lebensweise bekannt gemacht. Mittlerweile gibt es in Österreich SOL-Stammtische, das sind Gesprächsforen für ähnlich denkende Menschen zur gegenseitigen Unterstützung, die gelegentlich auch konkrete Aktionen in ihrer Region durchführen. SOL informiert Mitglieder und Interessierte durch eine vierteljährlich erscheinende Zeitschrift. Das im Auftrag von SOL erstellte Handbuch „Genuss und Nachhaltigkeit“ gibt einen guten Einstieg in das Thema eines nachhaltigen Konsums und eine Fülle von praktischen Tipps zur Veränderung des persönlichen Lebensstils. Es ist in Kooperation mit der Aufbruch-Initiative und erweitert um die Kapitel „Gruppenaufbau“ und „neues Bewusstsein“ erschienen und als Basislektüre sehr zu empfehlen (s. Literaturverzeichnis).

Infos: SOL, Kamillenweg, 8/4, A-1220 Wien, Tel: A-3356-777222, Fax: A-3356-777212, sol@nachhaltig.at, www.nachhaltig.at

Ganzheitlich denken

Die Erd-Charta-Bewegung

Die Erd-Charta versteht sich als eine inspirierende Vision grundlegender ethischer Prinzipien für eine nachhaltige Entwicklung und als Grundlage für einen verbindlichen Vertrag der Völker auf der ganzen Welt. Mehr als 100.000 Menschen aus allen Völkern und allen Minderheiten der Welt, aus allen Religionen und aus mehr als 1000 Nichtregierungsorganisationen waren an ihrem Entstehungsprozess beteiligt. Grundlegend sind die Achtung vor der Natur, die allgemeinen Menschenrechte, soziale und wirtschaftliche Gerechtigkeit und eine Kultur des Friedens. Nur in globaler Partnerschaft und in gemeinsamer Verantwortung können umfassende Lösungen gefunden werden. Etwa 10.000 Organisationen und Gruppen, die mehr als 50 Millionen Menschen repräsentieren, haben bis heute die Erd-Charta unterzeichnet. Der globale Dialog, aus dem die Erd-Charta entstanden ist, muss vertieft und ausgedehnt werden. In einer weltweiten Initiative soll die Erd-Charta die Bürger und Bürgerinnen dieser Erde anregen, einen breiten Dialog über ge-

meinsame Werte zu führen und sich darüber zu verständigen, wie sie in einer nachhaltigen und friedlichen Weise zusammen leben wollen. Fordern auch Sie die Erd-Charta an, unterzeichnen Sie, und tragen Sie zu ihrer Verbreitung bei, damit diese Gedanken eines Tages zu einem die Völker verbindenden Vertrag werden.

Deutsche Koordination: Ökumenische Initiative Eine Welt e.V., Mittelstr. 4, 34474 Diemelstadt-Wethen, Tel: 05694-1417, Fax: -1532, erdcharta@oeiew.de
www.oeiew.de

Internationales Sekretariat: Earth Charter International, c/o Earth Council, P.O. Box 319-6100, San José, Costa Rica, Tel: (506) 205 - 1600, (506) 249 - 3500, info@earthcharter.org, www.earthcharter.org

Weltethos-Bewegung

Am 4. September 1993 hat das Parlament der Weltreligionen in Chicago eine Erklärung zum Weltethos verabschiedet. Diese Erklärung will jenes Minimum an ethischen Werten, Gesinnungen und Haltungen herausstellen, das zum Überleben der Menschheit notwendig und in allen Religionen enthalten ist. Es sind die folgenden vier uralten Richtlinien, die sich in den meisten Religionen der Welt finden:

Verpflichtung auf eine Kultur der Gewaltlosigkeit und die Ehrfurcht vor allem Leben, Verpflichtung auf eine Kultur der Solidarität und eine gerechte Weltwirtschaftsordnung, Verpflichtung auf eine Kultur der Toleranz und ein Leben in Wahrhaftigkeit, Verpflichtung auf eine Kultur der Gleichberechtigung und der Partnerschaft von Mann und Frau. Alle Menschen, ob religiös oder nicht, werden aufgefordert, diesen grundlegenden Werten in ihrem Leben Ausdruck zu geben, damit das Verständnis füreinander wächst und sozialverträgliche, friedensfördernde und naturfreundliche Lebensformen das Leben bestimmen. Bestellen Sie die „Erklärung zum Weltethos“ und lassen Sie sich inspirieren (s. Literaturliste). Sie können auch die Stiftung „Weltethos“, gegründet von Prof. Hans Küng und Graf K.K. von Groeben, unterstützen, die Forschung, Bildung und Begegnungen im Sinne dieser Erklärung fördert.

Infos: Stiftung Weltethos, Waldhäuserstr. 23, 72076 Tübingen, office@weltethos.org, www.weltethos.org, www.al.lu/projects/weltethos/index2.htm/

Tiefenökologie

Die Tiefenökologie ist eine geistige Strömung, die auf der Einsicht beruht, dass alles Leben aus einem wechselseitigem Zusammenwirken entstanden ist und nur in Kooperation fortbestehen kann. Sie sieht die Erde als einen lebendigen Organismus, in dem wir Menschen ein Teil sind und eine besondere Verantwortung haben. Gleichzeitig ist Tiefenökologie eine internationale Bewegung für soziale und ökologische Veränderungen, die auf einer tiefen Veränderung unseres Bewusstseins im

Sinne eines bewussten „in-Beziehung-Seins“ mit allem Lebendigen beruht. In den Publikationen und Seminaren der Tiefenökologie werden neue Perspektiven und Erfahrungsräume eröffnet, indem den Fragen nachgegangen wird, was und wer wir sind, woher wir kommen, wo unser Platz im großen Zusammenhang des Lebens ist und was unsere Verantwortung als ZeitzeugInnen und ZeitgenossInnen in dieser Phase der Entwicklung ist. Sie fördern das ganzheitliche persönliche Wachstum, indem nicht nur das Erkenntnisinteresse, sondern auch die Gefühle sowie die spirituellen Wahrnehmungen und das Alltagshandeln angesprochen werden. Die Tiefenökologie ist eine sehr wirkungsvolle Anleitung, aus einer tiefen inneren Überzeugung für eine zukunftsfähige Entwicklung zu handeln.

Infos: Gesellschaft für angewandte Tiefenökologie, Gabi Bott, Ökodorf Sieben Linden, 38486 Poppau, Tel. 039000-90862, gabibott@siebenlinden.de, www.tiefenoekologie.de, www.tiefenoekologie.ch, www.deepecology.de

Holon-Netzwerk

ökologisch, sozial, spirituell, politisch, kreativ

In diesem internationalen Netzwerk verbinden sich ökologisch-spirituelle Zentren, Organisationen, Lebensgemeinschaften und Einzelpersonen, vor allem aus der Schweiz und Deutschland, sowie aus Belgien, Frankreich, Italien und Österreich zu einem europäischen Netzwerk, um ganzheitliches Denken und Handeln zu fördern. Ein einwöchiges Treffen einmal im Jahr, die vierteljährliche dreisprachige Zeitschrift „Holon Journal“ sowie regionale und thematische Gruppen dienen dem Austausch und der Koordination (s.a. im Literaturverzeichnis: Baulieu-Gruppe: „Aufbruch von innen“)

Infos: Holon - Sekretariat, Weinbergstr. 47, CH-8802 Kilchberg, Tel. 0041-17717731, www.holon.ch

Das weltweite Netz der kulturell Kreativen

Vor drei Jahren erschien in den USA die Studie von Paul Ray und Sherry Ruth Anderson: „The Cultural creatives - How 50 Million People can change the world“ („Die kulturell Kreativen - wie 50 Millionen Menschen die Welt verändern können“). Die Studie zeigt, dass seit etwa 10 bis 15 Jahren in den USA eine kulturelle und soziale Strömung am Wachsen ist, die sich an neuen Werten orientiert und nach entsprechenden Lebensformen sucht. „Die Haltung ihrer Mitglieder ist gekennzeichnet durch Interesse an (spiritueller) Selbstverwirklichung, Wertschätzung von Beziehungen und ökologischer Lebensweise, engagierter Anteilnahme an der Welt. (Ray / Anderson). Das Erstaunliche ist, dass diese Gruppe der kulturell Kreativen 29% der amerikanischen Bevölkerung umfasst, das sind ca. 50 Millionen Menschen. Für Europa wird mit einem ähnlich großen Anteil gerechnet.“

In Deutschland haben sich, inspiriert und ermutigt von dieser Studie, mehrere Zeitschriften zu der „Mediengruppe der kulturell Kreativen“ zusammengeschlossen, um mit gegenseitiger Unterstützung, eine lebendige Auseinandersetzung mit den wichtigen Fragen der Gegenwart zu führen. Es geht ihnen vor allem darum, ein integrales Verständnis der Vielfalt der Welt zu gewinnen durch eine tiefer reichende Aufarbeitung gesellschaftlicher, wissenschaftlicher sowie persönlicher Themen.“ (Mediengruppe). Zu der Mediengruppe der Kulturell Kreativen gehören die Zeitschriften: Hagia Chora, Info3, Kurskontakte / eurotopia, Mensch, Novalis, Spuren, Tattva Viveka, Transpersonale Perspektiven, ZeitGeist, Zeit.Punkt (s.a. Literaturverzeichnis).

Infos: Mediengruppe Kulturell Kreative, c/o Medien und Events, Danzigerstr. 121, 10407 Berlin, Tel. 030-42803155, Fax 030-92094543, info@kulturkreativnet, www.kulturkreativ.net.

Heilung und persönliches Wachstum

Es gibt mittlerweile ein riesiges Angebot an Büchern, Seminaren, Workshops zu diesem Thema. Wir können hier auch nicht ansatzweise einen repräsentativen Überblick geben. Eine ersten Einblick bieten die redaktionellen Beiträge, der Kurskalender und die Anzeigen in der Zeitschrift:

„Kurskontakte - Zeitschrift für inneres Wachstum“

Die Zeitschrift erscheint zusammen mit dem Sonderteil „eurotopia - Leben in Gemeinschaft“ alle 2 Monate und wird im gesamten deutschsprachigen Raum in einer Auflage von 56.000 Exemplaren verbreitet. Sie ist im Abonnement, an Kiosken oder speziellen Auslegestellen zu beziehen. (Abonnementsbedingungen siehe Literaturverzeichnis)

Informationen und Bestellung: Human Touch, Medienproduktion GmbH, Am See 1, 17440 Klein Jasedow, Fax 038374-75223, kurs@humantouch.de, www.kurskontakte.de, Leserservice: 038374-75216

Ganzheitlich und selbstbestimmt lernen

Freie Schulen

Das staatliche Schulsystem ist vielen Eltern zu leistungsorientiert, zu Kopf-betont, zu wenig auf die individuellen Entwicklungsmöglichkeiten und sozialen Bedürfnisse der einzelnen Kinder abgestimmt. Immer mehr Eltern suchen deswegen nach Möglichkeiten, ihren Kindern eine freiere und ganzheitliche Erziehung und Bildung zukommen zu lassen. Die Träger freier Schulen - die Kirchen, diverse Privatschulen, die Waldorf-Schulen

und die alternativen Schulen (nach Montessori, Wild u.a.) haben sich in der „Arbeitsgemeinschaft Freie Schulen“ zusammengeschlossen. In der AGFS sind ca. 2.500 Schulen mit etwa 540.000 Schülern organisiert. Bei der AGFS können Sie Informationen über die verschiedenen Schulsysteme bekommen und auch erfahren, welche Schulen sich in ihrer Nähe befinden.

Infos: Arbeitsgemeinschaft Freier Schulen (AGFS), Mittelweg 147, 20148 Hamburg, Tel: 040-41 46 01 22, Fax: 040 - 41 46 01 11, mail@agfs.org, www.agfs.org

Arbeitsgemeinschaft Natur- und Umweltbildung (ANU)

Die ANU ist eine Vereinigung der Natur- und Umweltbildungseinrichtungen in Deutschland und von Einzelpersonen, die sich mit der Umweltbildung beschäftigen.

Ziele der ANU sind: Förderung der Zusammenarbeit und des Informationsaustausches der Umweltbildungseinrichtungen, Unterstützung bei der Neugründung von Umwelteinrichtungen, Unterstützung von Initiativen zur Entwicklung und Erprobung neuer Modelle des Lehrens und Lernens im Natur- und Umweltbereich. Auf der Homepage der ANU finden Sie Hinweise zu wichtigen Veranstaltungen, neuen Materialien und den monatlichen Informationsdienst zur Umweltbildung „ökopädNEWS“. Außerdem gibt es Tipps über Umweltzentren, Adressen von Umweltbildungs-Referenten, Hintergrundinformationen und Projektdarstellungen zur Bildung für nachhaltige Entwicklung sowie eine Vielzahl Links zu Partnern der Umweltbildung im In- und Ausland.

Infos: Arbeitsgemeinschaft Natur- und Umweltbildung e.V., Eisvogelweg 1, 91161 Hilpoltstein, Tel: 09174-4775-79, Fax: 09174-4775-75, bundesverband@anu.de, www.anu.de

Institute for Earth Education (IEE)

Das Institut für Erd-Erziehung

Das „Institute for Earth Education“ ist eine internationale gemeinnützige Organisation, in der sich Menschen und Organisationen aus dem Umweltbildungsbereich zu der weltweit größten Vereinigung dieser Art zusammengeschlossen haben. Es geht bei Earth Education darum, Wissen von den großen ökologischen Zusammenhängen zu vermitteln und den Menschen gleichzeitig zu helfen, eine persönliche Beziehung zu ihrer natürlichen Mitwelt zu entwickeln. Kopf-, Herz- und Handkomponenten werden dabei gleichwertig in den spannenden Earth Education-Programmen miteinander verflochten, um konkrete Lebensstiländerungen zu initiieren.

Infos: IEE Deutschland e.V., Postfach 1827, 21308 Lüneburg, Tel.04131-390903, iee-d@uni-lueneburg.de, www.uni-lueneburg.de/ieed/iee.htm

Ökologisch und solidarisch leben

Agenda21 - lokale Initiativen

Die Agenda 21 wurde auf dem bisher größten Umweltgipfel 1992 in Rio de Janeiro von knapp 180 Staaten, auch der Bundesrepublik Deutschland, unterzeichnet. Die Agenda 21 ist ein umfangreiches Aktionsprogramm. Gemäß der Agenda 21 sollen ökologische, ökonomische und soziale Aspekte in Einklang gebracht werden, d.h. es geht darum, die natürlichen Lebensgrundlagen zu erhalten, wirtschaftlichen Wohlstand zu ermöglichen und für soziale Gerechtigkeit zu sorgen.

Die Agenda 21 setzt neue Maßstäbe: Ideen, Maßnahmen und Projekte sollen von den Bürgern selbst kommen - und nicht mehr von „oben“ verordnet werden. Die Kommunen sollen den Agenda 21-Prozess lediglich initiieren, unterstützen, und wenn notwendig, koordinieren. In Deutschland haben sich in zahlreichen Städten und Regionen Arbeitskreise zu Umwelt- und Entwicklungsthemen, sozialen Fragen, Bildungsaufgaben und zur ökologischen Stadtplanung gebildet, in denen Bürger und Vertreter verschiedener gesellschaftlicher Gruppen mitarbeiten.

Infos: Agenda-Transfer. Agentur für Nachhaltigkeit GmbH, Bundesweite Servicestelle Lokale Agenda 21, Budapester Str. 11, 53111 Bonn,
Tel: 0228 / 60461 - 30, www.agendaservice.de,
außerdem: www.agenda21-netzwerk.de

BUND (Bund Umwelt und Naturschutz Deutschland)

Bürgerbewegung für die Natur

Der BUND ist ein Angebot an alle, die unsere Natur schützen und den kommenden Generationen die natürlichen Lebensgrundlagen erhalten wollen. Wo Bäume dem Straßenbau geopfert, Böden vergiftet oder unsinnige Großprojekte durchgezogen werden sollen: Der BUND ist vor Ort, um die Natur zu schützen. In 2200 Gruppen und Initiativen setzen 229.000 engagierte und kompetente Menschen Zeichen für den Erhalt unserer natürlichen Lebensgrundlagen. Der BUND ist in fast jeder Region vertreten - ebenso die BUND-Jugend.

Mehr als 100.000 Förderinnen und Förderer unterstützen den BUND finanziell. Ohne die Beiträge und Spenden der Mitglieder und Förderer wäre die erfolgreiche Arbeit des BUND nicht denkbar. Vierteljährlich informiert das BUND-Magazin über aktuelle Projekte. Zahlreiche Schriften über Probleme und Handlungsmöglichkeiten des Naturschutzes können bestellt werden.

BUND, Im Kölnischen Park 1 10179 Berlin,
Tel: 030-257864-0 und 030-25786440,
info@bund.net, www.bund.net,
www.bundjugend.de

Naturschutzbund Deutschland e.V. (NABU)

Der NABU möchte Menschen dafür begeistern, sich durch gemeinschaftliches Handeln für die Natur einzusetzen. Auch kommende Generationen sollen eine Erde vorfinden, die lebenswert ist, die über eine große Vielfalt an Lebensräumen und Arten, sowie über gute Luft, sauberes Wasser, gesunde Böden und ein Höchstmaß an endlichen Ressourcen verfügt. Derzeit sind 270.000 Menschen in zahlreichen Kreis- und Ortsverbänden des NABU für diese Ziele tätig. Auf der Homepage finden Sie eine Fülle von Informationen über Projekte, Aktionen, Veranstaltungen, Seminare und Möglichkeiten der Mitarbeit.

Infos: Naturschutzbund Deutschland e.V., Herbert-Rabius-Straße 26, 53225 Bonn, Tel: 0228 - 40 36-0, Fax: 0228 - 36-200 NABU@NABU.de, www.nabu.de

Gemeinschaftlich Leben

Global Ecovillage Network (GEN)

Globales Ökodorf Netzwerk

GEN wurde als internationale gemeinnützige Organisation gegründet, um die Entwicklung nachhaltiger Siedlungen auf der ganzen Welt zu unterstützen und Ökodörfer als beispielhafte Modelle für eine nachhaltige Lebensweise weltweit sichtbar zu machen. Ökodörfer sind kleine städtische und ländliche Gemeinschaften, die versuchen, kooperative soziale Beziehungen mit einer ökologischen Lebensweise zu verbinden. GEN unterhält zur Vernetzung der Ökodörfer und zur Informationsweitergabe an Interessierte eine sehr aktive Website mit Informationen über mehr als 800 Ökodörfern in der Welt, gibt für verschiedene Regionen weltweit Rundbriefe heraus und veröffentlicht Bücher und Videos. Lehrgänge, Kurse und Beratung auf vielen Gebieten einschließlich Permakultur, Ökodorf-Planung, Naturheilkunde, persönliche Entwicklung gehören ebenfalls zu den GEN-Aktivitäten.

Infos: GEN Europe, Rosa-Luxemburg-Str.89,
14806 Belzig, info@gen-europe.org,
www.gen-europe.org

(es kann auf englisch kommuniziert werden)



eurotopia - Verzeichnis

Darstellung europäischer Gemeinschaften und Ökodörfer

Alle paar Jahre wird von einem speziellen eurotopia-Team in einer aufwendigen Recherche ein aktuelles Verzeichnis europäischer Gemeinschaften und Ökodörfer erstellt. In diesem Verzeichnis berichten Gemeinschaften über ihre Visionen, Experimente und Erfahrungen. In ausführlichen Selbstdarstellungen stellen sich 333 Gemeinschaften in 22 europäischen Ländern vor und zeigen unterschiedlichste Möglichkeiten, nachhaltig und kooperativ zu leben. Ein ausführlicher Adressteil und ein Literaturanhang zum Thema Gemeinschaften bieten weitere Informationsmöglichkeiten. Es dient als praktischer Ratgeber, wie man Gemeinschaften kennenlernen und zeitweise mitarbeiten kann oder einfach als ein inspirierender Überblick über gelebte und lebenswerte Zukünfte (425 S, 13,80 Euro, in englisch oder spanisch 16,80 Euro).

Infos: www.eurotopia.de
Bestellung: Ökodorf Buchversand (s. Literatur-Verzeichnis)

eurotopia -Redaktion

Berichte über kooperatives Leben in der Zeitschrift „Kurskontakte“

Ursprünglich eine selbstständige Zeitschrift, erscheint eurotopia seit 2001 als ständiger Sonderteil in den Kurskontakten. eurotopia stellt zukunftsfähige Ideen, Projekte und Menschen vor und berichtet über konkrete Wege, im Alltag anders und besser zu leben. Insbesondere interessieren gemeinschaftliche Lebensformen als ganzheitliche Lebensschulen und Experimente für ein kooperatives und ökologisches Zusammenleben. eurotopia unterstützt mit anderen gesellschaftlichen Gruppen den Aufbau einer nachhaltigen, solidarischen und humanen Kultur. Beiträge und Anregungen werden gerne entgegengenommen.

eurotopia-Redaktion, Ökodorf Sieben Linden, 38486 Bandau-Poppau, Tel 39000-90866, eurotopia.wn@t-online.de

Sozial und ökologisch wirtschaften

Attac

**für eine solidarische Weltwirtschaft, gegen neoliberale Globalisierung
eine andere Welt ist möglich!**

Attac verbindet Menschen und Organisationen, die für soziale und ökologische Gerechtigkeit im Globalisierungsprozess streiten. Mit ca. 80.000 Mitgliedern in 30 Ländern ist Attac ein wichtiger Teil der globalisierungskritischen Bewegung. Attac wurde 1998 in Frankreich gegründet. Seit Anfang 2000 gibt es Attac auch in Deutschland als ein

breites gesellschaftliches Bündnis, das vom BUND über ver.di und Pax Christi bis zu kapitalismuskritischen Gruppen reicht.

Sie können aktiv werden bei Attac, indem Sie an bundesweiten oder internationalen Aktionen teilnehmen, indem Sie Mitglied werden und / oder an Attac spenden. Sie können sich auch einfach erst einmal in den Info-Verteiler aufnehmen lassen.

Attac Netzwerk · Artilleriestr. 6 · D-27283 Verden,
Tel.: 0 4231 / 957 591 · Fax 04231 / 957 594,
info@attac-netzwerk.de · www.attac-netzwerk.de

GLS-Bank

Wie Sie Ihr Geld für gute Zwecke arbeiten lassen können

Die GLS Gemeinschaftsbank eG in Bochum, 1974 gegründet, ist die erste ethisch-ökologische Bank in Deutschland (die Abkürzung GLS bedeutet „Gemeinschaft für Leihen und Schenken“). Seit ihrer Gründung hat die GLS-Bank immer wieder innovative Geldanlagen und Bankdienstleistungen hervorgebracht. Insgesamt finanziert sie zur Zeit über 1400 zukunftsweisende, nachhaltige und innovative Projekte in ganz Deutschland. Nach ihrem Zusammengehen mit der Frankfurter Ökobank werden es 2000 Projekte sein.

Ziel der GLS-Bank und der mit ihr verbundenen Einrichtungen ist es, mit ihren ca. 40.000 Mitgliedern und Kunden neue Formen im Umgang mit Geld zu entwickeln, bei denen die Vorhaben anderer Menschen und Initiativen und nicht eine abstrakte Kapitalverzinsung im Vordergrund stehen.

Die GLS Gemeinschaftsbank eG leitet das Geld ihrer Sparerinnen und Sparer an ökologische, soziale, reform-pädagogische, medizinisch-pflegerische und kulturelle Initiativen weiter. Für ca. 20% der vergebenen Kredite wird statt einer banküblichen Verzinsung ausschließlich eine kostendeckende Umlage berechnet.

Im Einlagenbereich verfügt die Bank inzwischen über ein breites Angebotsspektrum mit den verschiedensten Laufzeiten und Geldanlageformen: Altersvorsorge, Ansparplan, Auszahlplan, Beteiligungsfonds (z.B. Windkraft), Festgeld, Mitgliedschaft (Genossenschaftsanteile à 100 Euro), Projektsparen, Sparkonto, Sparbriefe, Festgeld) - Lassen Sie sich informieren!

Infos: GLS Gemeinschaftsbank eG, Oskar-Hoffmann-Straße 25, 44789 Bochum, Tel 0234-5797-0, Fax -0234-5797-133, email: bochum@gemeinschaftsbank.de, www.gemeinschaftsbank.de

Bestellen Sie den GLS-Nachhaltigkeitsbericht: „Heute und Morgen in Einklang bringen - Vision, Konzept und Realität eines anderen Umgangs mit Geld“: 0234-5797-236, email: nachhaltigkeit@gls.de

Arbeitslosen-Initiativen

1986 gründeten arbeitslose GewerkschaftlerInnen den Verein „Förderung gewerkschaftlicher Arbeitslosenarbeit e.V.“, um ein Informations- und Koordinierungsbüro für Erwerbslose und von Erwerbslosigkeit Bedrohte aufzubauen. Der Verein organisiert Aktionen und koordiniert Kampagnen der Arbeitslosenprojekte. Er vernetzt über 1000 Arbeitsloseninitiativen in der Bundesrepublik. Mit der Ideenbörse bietet er Hilfestellung und Serviceleistungen für Betroffene, Projekte und Akteure in der Arbeitsmarktpolitik. Es gibt im Internet auch ein Forum, in dem Erwerbslose sich austauschen können und gemeinsam neue Vorstellungen zur Arbeit und zur Arbeitsmarkt- und Sozialpolitik entwickeln können.

Info: Koordinierungsstelle gewerkschaftlicher Arbeitslosengruppen, Marktstr. 10 (DGB-Haus), 33602 Bielefeld, Tel.: 0521-96784-0 Fax: 96784-22 info@erwerbslos.de, www.erwerbslos.de

Weitere Adressen:

Bundesarbeitsgemeinschaft Erwerbslose (BAG-Erwerbslose), c/o FALZ e.V., Solmstr. 1a, 60486 Frankfurt/M., Tel.: 069-700425 Fax: 704812, FALZ@t-online.de, www.bag-erwerbslose.de

Arbeitslosenverband Deutschland e.V., Bundeskoordinierungsstelle, Georg-Schumann-Str. 50, 04155 Leipzig, Tel.: 0341-9618446 Fax: 9618400, bundeskoordinierung@arbeitslosenverband.org, www.Arbeitslosenverband.org

Sozial- und gewerkschaftspolitische Initiativen

Interessante Hintergrundinformationen zu den aktuellen sozialpolitischen Diskussionen (u.a. Hartz-Vorschläge, Gesundheits- und Rentenreform) und radikalere Fragestellungen bietet das Netz der Gewerkschafts- und Betriebslinken

Infos: Bundesarbeitsgemeinschaft der Sozialhilfeinitiativen e.V., Moselstr. 25, 60329 Frankfurt/M., Tel.: 069-27220898 Fax: 27220897, BAGSHIFrankfurt@aol.com, www.BAG-SHI.de, www.labournet.de

Für Abrüstung und Frieden eintreten

Friedensbewegungen

Es gibt in Deutschland zahlreiche Initiativen und Organisationen, die sich für Frieden schaffende und erhaltende Aktivitäten einsetzen: Verhinderung von Kriegeinsätzen, Beendigung von kriegerischen Konflikten, für Abrüstung und Wehrdienstverweigerung und gegen Waffenexporte, für friedliche Konfliktlösung, Wiederaufbau und Friedenserziehung ... Hier gibt es zahlreiche Möglichkeiten, sich zu beteiligen.

Seit 1994 finden in Kassel „Friedenspolitische Ratschläge“ statt. Veranstalter dieser Ratschläge ist die Arbeitsgruppe Friedensforschung an der

Universität Gesamthochschule Kassel, unterstützt vom Bundesausschuss Friedensratschlag sowie von Friedensinitiativen aus zahlreichen Städten und Regionen und interessierten Einzelpersonen aus Wissenschaft, Politik und Gewerkschaften. Die Homepage der „Friedenspolitische Ratschläge“ bietet sehr gute Hintergrund-Informationen über friedenspolitische Themen und kriegerische Konflikte in der Welt, auch aktuelle Hinweise zu Veranstaltungen, Demonstrationen und Protestkampagnen.

Info AG Friedensforschung an der Universität Kassel, Peter Strutynski, Nora-Platiel-Str. 5, 34109 Kassel, eMail: strutype@uni-kassel.de www.friedensratschlag.de

Friedenskooperative

Das Netzwerk Friedenskooperative als informeller Dachverband von Friedens- und Menschenrechtsgruppen ist oft wichtiger Knotenpunkt und Koordinierungsstelle für außerparlamentarische Aktion und „Politik von unten“. Immer wieder geht es um Widerstand gegen Krieg und Militär, Vorschläge und Projekte ziviler Konfliktbearbeitung, Solidarität mit Flüchtlingen und um Menschen- und Bürgerrechte. Umfangreiche Informationen werden zur Verfügung gestellt, z.B. zu den jährlichen Ostermärschen, den Hiroshima- und Nagasaki-Tagen, dem Antikriegstag und der Ökumenischen Friedensdekade.

Infos: Netzwerk Friedenskooperative/Förderverein Frieden e.V., Römerstr. 88, 53111 Bonn, Tel: 0228-692904, Fax: 0228-692906, friekoop@bonn.comlink.org, www.friedenskooperative.de

Veranstaltungen, Aktionen

Aktuelle Hinweise auf Veranstaltungen (auch zu anderen politischen und sozialen Themen) und Links zu anderen Friedensinitiativen erhält man unter www.friedensbewegung.de

Hinweis:

Es gibt in Deutschland Millionen Menschen, die sich in einer Vielzahl von Organisationen für eine nachhaltige Lebensweise engagieren. Wir konnten an dieser Stelle nur eine kleine Auswahl treffen. Informationen über weitere Aktivitäten und andere Organisationen erhalten Sie beim „Forum für Umwelt und Entwicklung deutscher Nichtregierungsorganisationen“.

Forum Umwelt & Entwicklung, Am Michaelshof 8-10, 53177 Bonn, Tel: 0228-359704, Fax: 0228-92399356, info@forumue.de, www.forumue.de

Oder über die homepage : www.BessereWeltLinks.de mit über 30.000 links zu Frieden, Menschenrechten, Umwelt und Eine Welt, soziale Gerechtigkeit, Frauen und Bildung, Politik und Wirtschaft und Religionen.



Ermutigung

I.2 Beispiele des guten Lebens

Die folgenden Beispiele bieten eine kleine Auswahl von Möglichkeiten, anders besser zu leben. Sie sollen anschaulich machen, wie eine sozial und ökologisch verantwortliche Lebensführung auch zu mehr Lebensqualität führen kann. Sie möchte Sie anregen, Ihre eigenen Wege zu einem guten Leben zu gehen. Vielleicht möchten Sie uns ja über ihre eigenen Erfahrungen berichten - und werden so selbst zu einem anregenden Beispiel.

Beispiel 1: Weniger Geld - mehr Leben

Ein holländisches Ehepaar, Hanneke van Veen und Rob van Eeden, hat sein Leben geändert, weil sie unzufrieden waren mit ihrem Luxusleben als Doppelverdiener. Der Anlass war die Umweltkrise und die Erfahrung, dass immer mehr kaufen und konsumieren nicht zu mehr Glück führt. Ganz im Gegenteil. Sie entschieden sich, in ihrem eigenen Haushalt so genügsam wie möglich zu leben.

Erstaunlicherweise klappte das sehr gut, das Leben wurde sogar schöner. Sie lachten mehr, und die Ausgaben sanken schnell. Vom Einkommen (das zuerst fast ganz ausgegeben wurde) blieb schon nach kurzer Zeit mehr als die Hälfte übrig. Was macht den asketischen Lebensstil für sie so attraktiv?

Sie leben viel bewusster und lassen ihre Präferenzen nicht so sehr von anderen (Reklame, Umgebung) bestimmen. Statt teure Sachen zu kaufen und hinter der Mode herzurennen, entdecken sie Geschäfte mit secondhand-Kleidung. Anstelle eines teuren Geschenkes schenken sie Freunden, die gerade ein Kind bekommen haben, einen Gutschein für drei Abende Babysitting.

Mit etwas Geduld können alle Bücher in der Bibliothek ausgeliehen werden. Wander- oder Fahrradfahrten sind für sie eine attraktive Alternative für Fernreisen. Sie entdecken ihre Kreativität beim Kochen, wenn sie eine leckere Mahlzeit mit nur wenig Geld und Nahrungsmitteln aus der Region zubereiten. Hanneke und Rob genießen das Leben und sind zufrieden.

Außerdem können mit dem ersparten Geld viele Träume verwirklicht werden, wie z.B. ein Sabbatjahr, kürzere Wochenarbeitszeit, früher in Rente gehen, so dass mehr Zeit zur Verfügung steht für Familie, Freunde, Hobbies und ehrenamtliche Arbeit.

(siehe auch im Literatur-Verzeichnis das Buch „Geld oder Leben“, herausgegeben von Hanneke van Veen und Rob van Eeden. Beide geben auch Selbsthilfekurse)

Exkurs: Kostet Umweltbewusstsein wirklich mehr?

Ist umweltfreundliches Verhalten zu teuer? „Das können sich normale Verdiener gar nicht leisten“, ist die landläufige Meinung. Im Gegenteil, sagt Dr. Rainer Grießhammer vom Freiburger Öko-Institut.

In einem Beitrag für die Zeitschrift „natur“ (November 1999) hat er ausgerechnet, dass ein durchschnittlicher Haushalt durch ökologisches Verhalten bis zu 10 000 DM im Jahr sparen kann. Wie er dazu kommt, sollen ein paar Beispiele belegen:

- Ein durchschnittlicher, ökologisch sorgloser Haushalt verbraucht jährlich für das Waschen von 500 kg Wäsche ungefähr 360 DM. Ein ökologisch bewusster Haushalt zahlt für die gleiche Wäschemenge nur etwa 125 DM, weil die Wäschetrommel wirklich voll befüllt wird, bei niedrigen Temperaturen gewaschen wird und das Waschmittel geringer dosiert wird, argumentiert Grießhammer.

- In einem weiteren Beispiel berechnet er die Kosten, die durch den Stand-by-Betrieb von Elektrogeräten entstehen. Ein durchschnittlich ausgestatteter Haushalt mit Fernseher, Videorekorder, Satellitenempfänger und HiFi-Geräten hat eine Leerlaufleistung von rund 50 Watt pro Stunde und damit rund 130 DM Stand-by-Kosten im Jahr. Durch Vorschaltgeräte, abschaltbare Steckerleiste oder Geräte mit Netzschalter können 85 DM jährlich gespart werden.

- Oder das Auto: Grießhammer berechnet hier die Kosten eines Autos mit etwa 50 - 80 Pfennig pro Kilometer (15000 km Fahrleistung und vier Jahre Nutzungsdauer eines Neuwagens) bei einem Mittelklassewagen. Darin sind die Kfz-Steuer, die Haftpflichtversicherung, die Teilkaskoversicherung, die Kraftstoffkosten, die Kosten für Inspektionen, Ölwechsel, Verschleißreparaturen und Wagenwäsche, die Parkgebühren und TÜV enthalten, die durch die Fahrleistung geteilt werden. Auch die Kosten für Garage oder Stellplatz und die gelegentlichen Bußgelder sollten einbezogen werden. Ausgehend von

70 Pfg. pro Kilometer kommen so bei 15 000 km Fahrleistung jährlich 10 500 DM zusammen. - Dagegen zahlt jemand, der 15 000 km mit der Bahn (Bahncard) zurücklegt, ansonsten das Fahrrad und den ÖPNV nutzt, nur ca. 4 500 DM. Die Differenz von 6 000 DM könnte 400 Taxifahrten á 15 DM ermöglichen.

Beispiel 2: Autofrei leben!

Was sind das für Leute, die freiwillig auf das Autofahren verzichten, warum tun sie es? Wie kommen sie damit zurecht?

Es sind Leute, die genug haben vom Autofahren. Hand aufs Herz: Wer hat sich nicht schon selbst gesagt, dass es keinen Spaß mehr macht? Viele sind es leid, jeden Morgen im Stau zu stehen oder in der Karawane zu fahren. Viele haben das Gefühl, fürs Auto zuviel Geld auszugeben. Viele haben ein schlechtes Gewissen, weil sie zur Aufheizung der Atmosphäre und damit z. B. zu der Häufung von Unwetterkatastrophen beitragen.

Ein Interview der Tageszeitung (taz) mit Nikolaus Huhn vom Verein „autofrei leben! e.V.“:

taz: Herr Huhn, wieso haben Sie kein Auto?

Nikolaus Huhn: Ich denke einfach, dass es nicht aufgeht, wenn alle Leute ein Auto haben wollen. Und da kann ich schlecht sagen, die Chinesen sollen mal damit anfangen, keine Auto zu haben, da geht es für mich erst mal hier los. Ich denke, dass diese Art von Mobilität keine Zukunft hat - und da gehe ich eben schon mal einen Schritt voraus.

taz: Sie leben auf dem Land, zwölf Kilometer von Jena entfernt. Wie weit haben Sie es zur nächsten Bushaltestelle?

Nikolaus Huhn: 80 Meter.

taz: Und wie oft fährt da der Bus?

Nikolaus Huhn: Fünf mal am Tag: Um sechs, um zehn vor sieben, um viertel nach acht, um elf Uhr fünfzehn und um vierzehn Uhr. Er braucht fünfundzwanzig Minuten bis in die Stadt.

taz: Und wie kommen Sie abends ins Kino?

Nikolaus Huhn: Da fahren meine Frau und ich mit dem Rad. Ab und zu nehmen wir auch mal ein Taxi.

taz: Wie bringen Sie Ihre vier Kinder in den Kindergarten, in die Schule, zum Turnen, und was es sonst noch so gibt?

Nikolaus Huhn: Wir haben zum Glück in unserem Dorf eine Schule und einen Kindergarten. Einmal die Woche kommt eine Musiklehrerin und gibt Flötenunterricht. Ansonsten sind die Kinder noch sehr klein - die Zwillinge sind acht, die anderen sechs Jahre beziehungsweise sieben Monate alt. Ich versuche mich aber heute schon für die Pubertät unserer drei Töchter zu wappnen. Jede bekommt zwei Taxigutscheine im Monat. Insgesamt können sie dann sechs Mal im Monat ins Kino fahren.

taz: Wie fahren Sie in den Urlaub?

Nikolaus Huhn: Wir sind mit allen Kindern schon mit dem Rad auf Campingplätze gefahren. Natürlich keine hundert Kilometer am Tag, das wäre zu viel. Die Kinder haben wir im Fahrradanhänger und auf dem Fahrradsitz, Gepäck in den Taschen hintendran. Wenn man zu weite Strecken fährt, hat so ein Unternehmen aber schnell etwas Heldenhaftes.

taz: Ist das nicht gefährlich, mit einem Kinderanhänger über die Landstraßen zu fahren?

Nikolaus Huhn: Im Gegenteil: Wenn man einen Anhänger dran hat, ist es sogar weniger gefährlich als ohne. Kritische Situation auf der Straßen entstehen doch dann, wenn man mit dem Fahrrad fährt, es kommt ein Auto entgegen und der Fahrer hinter einem denkt, na ja, da pass ich an dem Fahrrad auch noch vorbei. Mit einem Anhänger sind Sie so breit, dass sich das keiner traut. Ich habe immer noch ein Fähnchen hinten am Anhänger, das wirkt dann noch breiter.

taz: Und wenn Sie mal weiter weg wollen?

Nikolaus Huhn: Wir fahren oft mit der Bahn und nehmen dann das Rad mit. Wir haben mal ein Jahr in Schottland gelebt und sind da auch mit dem Rad rumgefahren. Es geht alles - man muss bloß ein bisschen mehr organisieren. Solche Fahrten sind zwar etwas teurer, als wenn man die ganze Familie ins Auto packt. Andererseits sparen Sie aber auch eine ganze Menge Kosten: Ein durchschnittlicher Autobesitzer gibt in seinem Leben mehr als eine halbe Million Mark fürs Autofahren aus. Damit kann man eine ganze Menge machen.



taz: Was machen Sie, wenn es regnet oder schneit?

Nikolaus Huhn: Ich habe ein Faltrad dabei. Das kann man im Zug gut mitnehmen. Ich fahre dann vom Bahnhof die letzten Kilometer mit dem Rad. Wenn es regnet, nehme ich ein Taxi und schmeiße das Rad hinten rein. Ich habe auch ein Winterfahrrad mit Spikes auf den Reifen. Und die Kinder, die werden richtig eingepackt und haben ein Regencap an.

taz: Wie viel geben Sie im Monat für die Bahn aus?

Nikolaus Huhn: Zur Zeit nicht so viel, vielleicht 80 bis 100 Mark. Wir haben eine Familien-Bahncard, und dann gibt es ja den Familiensparpreis für 299 Mark. Da komme ich mit der ganzen Familie bis zu meinen Eltern nach Süddeutschland und wieder zurück. Da kann man echt nicht meckern. Für einen mittleren Pkw müsste ich im Monat auch 500 bis 600 Mark ausgeben, wenn ich den Werteverlust mit einrechne.

taz: Bedauern Sie manchmal, dass Sie kein Auto haben?

Nikolaus Huhn: Klar, wenn es so richtig fies regnet - dann denke ich schon manchmal, das ist jetzt aber nicht mehr so richtig originell. Aber es gibt ja auch beim Autofahren fiese Situationen - wenn Sie unterwegs liegen bleiben, in die Werkstatt und viel Geld bezahlen müssen. Bereut, dass ich kein Auto besitze - das habe ich aber noch nie. Dabei fahre ich gerne Auto!

INTERVIEW: KATHARINA KOUFEN, taz vom 22.9.2000

Siehe den Kostenvergleich Auto / Bahn am Ende des ersten Beispiels.

Siehe auch im Literaturverzeichnis: Überleben ohne Auto, herausgegeben von „autofrei leben! e.V.

Beispiel 3: Das Haus der Eigenarbeit (HEi) in München

Das Haus der Eigenarbeit (HEi) in München ist ein sozio-kulturelles BürgerInnenzentrum, in dem seit 1987 Eigenarbeit ergänzend und bereichernd zu Erwerbsarbeit, Ausbildung, Rente und Familienarbeit ausprobiert, gelebt, erfahren, gelernt, genossen und betrachtet werden kann. Im Mittelpunkt stehen die Werkstätten für Holz, Metall, Textil, Keramik, Schmuck, Papier, Polstern, Reparatur und die Energieberatung. Die Werkstätten sind professionell ausgestattet. Wer seine Möbel selber entwerfen und schreinern oder ein Armband aus Silber schmieden möchte oder das Buchbinden lernen will, kann dies alles und noch viel mehr im Haus der Eigenarbeit tun.

Auch handwerklich Ungeübte können sich versuchen, denn in den Werkstätten stehen FachberaterInnen bereit, die helfen und beraten. Es werden Kurse für die verschiedenen Fachrichtungen angeboten. Ebenfalls stehen Räume für Kinder, für Theater- und Tanzgruppen, für Initiativen und Vereine zur Verfügung, so dass auch Leistungen für andere, Miteinander und Vernetzung unterstützt werden. Ausstellungen und Veranstaltungen ermöglichen den BesucherInnen die Präsentation ihrer schöpferischen Werke in der Öffentlichkeit.

Merkmale der Eigenarbeit: selber etwas tun anstatt zu kaufen, selbstbestimmt tätig sein, eigene Bedürfnisse befriedigen, etwas Nützliches und/oder Schönes herstellen, sei es ein Produkt oder eine Dienstleistung, das Hervorgebrachte selber nutzen, verschenken oder eintauschen.

Was hat das alles mit Zukunftsfähigkeit zu tun? Menschen, die ins Haus der Eigenarbeit kommen, beurteilen ihren Aufenthalt dort als sehr positiv, auch über den unmittelbaren Zweck und die spontan empfundene Befriedigung hinaus. Eigenarbeit verändert aus der Sicht der Nutzerinnen und Nutzer den Umgang mit Gegenständen, das Qualitätsbewusstsein und das Konsumverhalten. Wer sich beispielsweise ein Bett selbst baut, lernt manches über Holz und dessen Herkunft, schätzt das Bett als einmalig - als Unikat - und als Produkt der eigenen Geschicklichkeit, identifiziert sich ganz anders mit ihm als mit einem gekauften und nutzt es vermutlich auch länger. Eigenarbeit ist kein Ersatz für Erwerbsarbeit, aber sie kann in der Zukunft, in der die Erwerbsarbeit weiter zurücktreten wird, eine wichtigere Rolle spielen. Sie bereichert die, die sie ausüben, nicht nur psychisch und sozial, sondern auch materiell - denn was man selbst herstellt, braucht man nicht zu kaufen. Sie wirkt in andere Arbeitsbereiche, indem sie Fähigkeiten, Fertigkeiten und Erfahrungen vermittelt, die den Menschen insgesamt fördern. In Zeiten der Arbeitslosigkeit hilft sie, Kompetenz und Selbstvertrauen zu erhalten.

Adresse: Haus der Eigenarbeit, Wörtherstr.42/Rgb., 81667 München, Tel: 089/4480623, info@hei-muenchen.de, www.hei-muenchen.de

Es gibt in vielen Städten und Gemeinden sozio-kulturelle Zentren mit ähnlichen Angeboten und Möglichkeiten, selbst aktiv zu werden. Erkundigen sie sich bei ihrer Gemeinde- oder Stadtverwaltung.



Beispiel 4: Werkhaus Antirost - Ruhestand gleich Stillstand?

Gehört man als RentnerIn schon zum „alten Eisen“? Oft enden mit dem Beginn des Ruhestands auch die mit der Arbeit verbundenen sozialen Kontakte. Die reiche Erfahrung der alten Menschen wird dann nicht mehr genutzt. Seit 1987 erleichtert es das Werkhaus Antirost Ruheständlern, nach Beendigung ihres Berufslebens selbstbestimmte, kreative Tätigkeiten auszuüben. In verschiedenen Gruppen und Arbeitsbereichen kann eine breite Palette von v.a. (kunst-) handwerklichen Tätigkeiten ausgeübt werden. So gibt es beispielsweise eine Tischlerei, Schneidergruppen, eine Foto- und eine Bootsbauwerkstatt. Hier sind mittlerweile über 200 Mitglieder und Ehrenamtliche aktiv. Die Arbeit des Werkhauses hat drei Schwerpunkte: das Arbeiten für den persönlichen Bedarf und an Gemeinschaftsvorhaben, die Beratungstätigkeit für Mitglieder und Auftragsarbeiten für gemeinnützige Einrichtungen. Das reiche Gemeinschaftsleben umfasst auch Feiern, Reisen und Ausstellungen.

Neben älteren Menschen spricht das Werkhaus auch AusländerInnen und Jugendliche an. Gerade diese können im Rahmen dieser Einrichtung von der Erfahrung der RentnerInnen profitieren. Das Werkhaus Antirost wird von einer Fördervereinigung, der Stadt Berlin und kirchlichen Einrichtungen gemeinsam getragen.

Kontakt: Herr W. Priewe, Werkhaus Antirost, 12105 Berlin, Tel.: 030/7069142-3

Beispiel 5: Tausche Marmelade gegen Steuererklärung

Tauschringe sind offene Gemeinschaften, in denen die Teilnehmer und Teilnehmerinnen untereinander Dienstleistungen und teilweise auch Sachgüter tauschen oder verleihen. Die unterschiedlichsten Dinge und Tätigkeiten werden getauscht: Kinderbetreuung, Gitarrenunterricht, Gartenarbeit, Reparatur von Gebrauchsgegenständen und vieles mehr. Bei einem Tausch wird die Leistung, die man erbracht oder erhalten hat, gutgeschrieben, so dass man sie zeitversetzt bei anderen Mitgliedern wieder einlösen kann.

Ein Beispiel:

Wilhelm Weber arbeitet gern im Garten. Er tut dies drei Stunden für Frau Meisel, vielleicht sogar regelmäßig. Dafür bekommt er den Wert seiner Tätigkeit auf seinem Tauschkonto gutgeschrieben. Mit dem kann er später die Hilfe, die sie bei der Steuererklärung benötigt, verrechnen. Frau Meisels Konto dagegen wird mit dem Wert der Gartenarbeit belastet. Sie gleicht das später aus, indem sie an andere Tauschringmitglieder selbstgemachten Quittengelee verkauft.

Für die Leistungsbewertung gibt es verschiedene Ansätze. In einigen Tauschringen zählt jede Tätigkeit gleich viel, also ist sie die Stunden wert, die dafür aufgewandt wurden: die eingebrachte Lebenszeit wird verrechnet. Andere Tauschringe rechnen nicht in Stunden, sondern in eigenen Verrechnungseinheiten, in denen die geleistete Arbeit in Anlehnung an Marktpreise bewertet wird. Diese Verrechnungseinheiten haben Phantasienamen, wie Talente, Punkte, Batzen, Klümpchen etc. 1 Talent oder 1 Batzen hat dann den Wert von 1 DM, aber man kann von seinem Konto kein Geld abheben; hat sich ein Guthaben angesammelt, so muss es durch Käufe wieder ausgeglichen werden, damit die Gegenseitigkeit gewahrt bleibt.

In einigen Tauschringen ist die Gegenseitigkeit nur durch das Vertrauen gewährleistet, dass jeder und jede mit Geben und Nehmen ausgewogen umgeht. In anderen wird der Kontostand von Zeit zu Zeit veröffentlicht, so dass bekannt ist, wer viele Schulden oder hohe Guthaben hat. Oder man wird von einer Zentrale daran erinnert, dass man sein Konto ausgleichen sollte.

Die verschiedenen Tauschangebote und -gesuche werden in Mitgliedszeitungen, Aushängen oder bei den regelmäßigen Treffen veröffentlicht. Einige Tauschringe vermitteln die Angebote auch über ihre Zentrale.

Für wirtschaftlich schwächere Teilnehmer und Teilnehmerinnen ist es ein großer Vorteil, dass es keine Zinsen gibt, die für ein „überzogenes“ Konto gezahlt werden müssen. Die Mitglieder geben sich gegenseitig zinslose Kredite, allerdings längstens für ein Jahr, dann muss ein Konto wieder ausgeglichen sein. Denn der Sinn des Tauschrings liegt darin, dass die Verrechnungseinheiten nur dem Tausch dienen. So werden die Nachteile des Geldsystems vermieden, die aus Zins und Zinseszins entstehen.

Die schnelle, unbürokratische Hilfe, vermittelt durch den Tauschring, schafft eine neue Form der geldunabhängigen Ökonomie, die die langlebige Nutzung von Gebrauchsgegenständen fördert, am Bedarf orientiert ist, einen reflektierten Umgang mit Konsum unterstützt und damit auch einen aktiven Beitrag zum Umweltschutz leistet.

Und nicht zuletzt: Die Mitarbeit im Tauschring macht auch Spaß. In einer von uns kürzlich durchgeführten Untersuchung hat sich gezeigt, dass die Tätigkeit im Tauschring, verglichen mit anderen Tätigkeiten, von besonders positiven Befindlichkeiten begleitet war. Kein Wunder - man kommt mit anderen Menschen zusammen, setzt sich für eine moderne und wichtige Aufgabe ein, kann seine eigenen Vorstellungen einbringen und hat auch selbst einen Vorteil davon.

Informationen zu Tauschringadressen:

Kreuzberger Tauschring und Netzwerk Selbsthilfe e.V. c/o Nachbarschaftsheim, Urbanstr. 21, 10961 Berlin, Tel: 030/6922351 und www.tauschring.de, (siehe auch Hinweise im Literatur-Verzeichnis zum Thema Tauschringe)

Beispiel 6: Gesunde Lebensmittel direkt vom Bauern

Wie Erzeuger und Verbraucher kooperieren können

Ein gutes Leben beinhaltet auch die bewusste Wahl gesunder und ökologischer Lebensmittel. Die folgenden Beispiele bieten darüberhinaus die Möglichkeit eines direkten Kontaktes zum Erzeuger, d.h. einen kleinen Einblick in den Produktionsprozess und die konkreten Orte und Menschen.

Viele Bio-Bauern bieten in ihren Hofläden bereits ihre Produkte an. Manche Bio-Bauern bieten auch einen wöchentlichen ABO-Dienst an. Gegen einen Festpreis wird Ihnen einmal oder zweimal in der Woche Obst, Gemüse, Feldfrüchte u.a. vorbeigebracht.

In vielen Städten haben sich bereits Erzeuger-Verbraucher-Kooperativen gebildet, um gemeinsam billiger und mit weniger Aufwand bei Bio-Bauern einzukaufen. Die eingekauften Lebensmittel werden entweder direkt nur an die Mitglieder verteilt oder in einem kleinen Ladenlokal auch an Nicht-Mitglieder der Kooperative zu normalen Bioladen-Preisen verkauft.

Was braucht mensch für eine Koop ?

In den meisten Fällen einen trockenen, gut zugänglichen Raum, in dem Lebensmittel gelagert werden können. Mindestens ein Auto, um die Lebensmittel beim ErzeugerIn abholen zu können.

Was ist wichtig für eine Koop ?

Die Koop sollte stadtteilgebunden sein, um lange Wege bei Abholung bzw. Verteilung der Lebensmittel zu vermeiden. Die Mitglieder sollten zumindest ein geregeltes „Ess-Leben“ führen. Koops lohnen sich nur, wenn jedes Mitglied eine bestimmte Mindestmenge an Gemüse, Milch, o.ä. abnimmt. Ohne regelmäßigen Verbrauch verderben sonst viele Lebensmittel. Die Größe der Koop sollte begrenzt werden. Es ist wichtig, dass sich die Mitglieder untereinander kennen. Deshalb sollte die Gruppe nicht mehr als ca. 30 Mitglieder umfassen.

Am Beispiel der Lebensmittelkoop „Maiskolben“ in Bremen (100 Mitglieder) oder in Witzhausen (350 Mitglieder) zeigt sich, dass die Funktionalität nicht nur bei „kleinen“ Mitgliederzahlen gewährleistet ist. Es bedarf allerdings einer breiteren Aufgabenverteilung. Die Mitglieder sollten sich genau überlegen, was für sie leistbar ist.

Die Koop setzt Engagement und Einsatzbereitschaft voraus. Jedes Mitglied muss einen Teil der Organisation übernehmen. Die Koop erfordert daher mehr Zeit als Einkaufen. Gemeinschaftssinn und Vertrauen tragen sehr zum Gelingen einer Koop bei. Die Koop ist mehr als eine reine Einkaufsgemeinschaft. Gemeinsame Gespräche über gesundes Essen, mögliche Weiterentwicklung oder Probleme in der Gruppe oder auch Austausch bzw. das Ausprobieren neuer Rezepte machen es möglich, neue Lebensformen zu entdecken. Wichtig ist auch, dass die Finanzen und Organisation in Ordnung gehalten wird, weil dadurch am ehesten Streit und Frustration vermieden werden können.

(gekürzt entnommen den Empfehlungen der Bundesarbeitsgemeinschaft der Lebensmittelkooperativen)

Infos: Bundesarbeitsgemeinschaft der Lebensmittelkooperativen, c/o Bärbel Holve, Hochstr. 30, 53894 Lückerrath, Tel: 02443-1631, www.foodcoops.de

Einen guten Einblick in die Arbeitsweise solcher Kooperativen und viele praktische Ratschläge für GründerInnen gibt das „Food Coop Handbuch“ (s. Literaturverzeichnis)



Beispiel 7: Übungen in Achtsamkeit und Einfachheit

Achtsamkeit lernen im Haus Maitreya im Bayerischen Wald

Gerhard Breidenstein, evangelischer Theologe und Mitbegründer der Aufbruch-Initiative, hat sich für eine Woche „Leben in Achtsamkeit“ im Haus Maitreya angemeldet und berichtet von seinen Erfahrungen:

Hier, im „Zentrum für achtsames Leben“ wird alles zur meditativen Übung: das Kochen, das Essen, das Spülen, das Putzen, jeder Gang und jede Bewegung. Alles soll in wacher, bewusster Aufmerksamkeit vollzogen werden, nichts nur nebenbei in gewohnter Routine. Das geht eigentlich nur, wenn man alles betont langsam ausführt“.

Während manche klugen Leute inzwischen von „Entschleunigung“ unseres Lebensstils reden und schreiben, wird sie hier gelebt. „ich hole eben noch schnell meine Jacke“, sage ich, weil es nach Regen aussieht kurz vor der gemeinsamen Geh-Meditation durch den Wald. „Ich hole meine Jacke langsam“, sagt Eva darauf, eine der fünf Personen, die zur Zeit den Kern der Sangha (spirituelle Gemeinschaft) bilden und ständig hier leben. Sie sagt es nicht belehrend, sondern schmunzelnd, fast genießerisch. Alle neu Ankommenden brauchen einige Zeit, bis sie sich auf das ungewöhnliche Tempo bzw. Nicht-Tempo dieser Gemeinschaft eingeschwungen haben. Wie gut es tut und wie nötig es ist, um wirklich achtsam sein zu können, merken sie viel schneller.

Immer wieder am Tag erklingt von irgendwoher eine Klangschaale oder ein Gong, immer laden sie ein zum Innehalten, zum Unterbrechen des Redens oder Tuns, zum Wahrnehmen des Atems und damit des Lebens. Sogar das Telefonklingeln nutzen die SchülerInnen Thich Nhat Hanh´s (ein vietnamesischer Mönch und buddhistischer Lehrer- siehe Literaturliste „Die 5 Pfeiler der Weisheit“) als „Glocke der Achtsamkeit“, als Wecker aus der Alltagsroutine, als Ruf ins Bewusstsein des Hier und Jetzt. „Lasst es dreimal läuten, bevor ihr langsam zum Telefon geht. Wenn es wichtig ist, wird der Anrufer lange genug läuten lassen.“

Der Spülraum, wo jede/r sein oder ihr eigenes Geschirr abwäscht und wegräumt, ist ein Schweigeraum, und an der Wand hängt der Spruch „Geschirrspülen ist wie einen kleinen Buddha baden“. Tatsächlich hielt ich, seit ich ihn las, die gläserne Nachtschale behutsam wie einen Babykopf in meiner Hand, und ich denke seitdem: Wäre ich immer achtsam, würde ich nie mehr etwas zerbrechen, verschütten, anbrennen lassen oder verlegen, ich würde nicht mehr stolpern, keinen Unfall verursachen und vor allem. Ich würde kein unbedachtes Wort mehr sagen...

Das Leben im Haus Maitreya ist gewiss nicht alltäglich in der Weise wie der Alltag einer Hausfrau mit kleinen Kindern, einer Lehrerin in turbulenten Schulen, eines Geschäftsmannes im betriebsamen Büro oder eines Schichtarbeiters im dröhnenden Maschinensaal: Es ist von klosterähnlicher Abgeschiedenheit. Nicht einmal Zeitungen lassen sie dort herein! Andererseits gibt es dort auch alltägliche Arbeit. Und es gibt Übungshilfen, um zu trainieren, dass aus meiner momentanen Achtsamkeit allmählich längere Strecken werden; um zu lernen, dass ich alltägliche Begebenheiten wie die Telefonklingel, die rote Ampel oder das Warten auf Bus, U-Bahn oder Zug zum bewussten Atmen nutzen kann; um zu üben, die Sammlung und Wachheit vom Sitzkissen dorthin zu übertragen, wo ich sie am dringendsten brauche: in den alltäglichsten Alltag...

Als mich Christian am Ende meines Aufenthaltes im Haus Maitreya zum nächsten Bahnhof fuhr, ging mir durch den Kopf: Ich will nie mehr schnell gehen! Und wenn nachher ein Zug mir vor der Nase wegzufahren droht? Dann werde ich achtsam rennen.

(gekürzt aus einem ausführlichen Bericht in der Connection Spezial 52)

Intersein-Zentrum, Haus Maitreya, Unterkashof 2 1/3, 94545 Hohenau, Tel. 08558-920252, Fax.-434,
Email: post@intersein-zentrum.de, www.intersein-zentrum.de

Sonnenhaus Beuron: Einfach leben, damit andere überleben.

Meditativer Alltag in einer christlichen Meditationsstätte mit weltweiter Wirkung

Das Sonnenhaus Beuron liegt im Tal der jungen Donau, nicht weit von der berühmten Benediktinerabtei entfernt. Seit 20 Jahren leitet dort der Jesuit Bernhard Scherer die „Christliche Meditationsstätte Sonnenhaus Beuron - Eine Welt“. In Meditations-Exerzitien und Fastenwochen für Leib und Seele wird ganzheitliche Erneuerung und Solidarität mit der Dritten Welt in origineller Weise miteinander verbunden. Die Redaktion des Magazins *weltweit* hat mit Pater Scherer über sein Werk gesprochen:

weltweit: Pater Scherer, Sie leiten in Beuron ein etwas ungewöhnliches Exerzitien-Haus. Die Zimmer und das Essen sind einfach. Die Teilnehmer sind eingeladen, sich an den Hausarbeiten zu beteiligen. Und das Seltsamste: Sie brauchen keine Zuschüsse, sondern Sie unterstützen auch noch Projekte in der Dritten Welt.

Scherer: Das ergibt sich aus der Art und Weise, wie wir die Kurse gestalten. Wir führen hin zu christlicher Kontemplation. Aber zugleich geht es um die Einübung in einen einfachen Lebensstil, und daraus erwächst christliche Weltverantwortung, Verantwortung für unsere kleine Welt und für die große Welt, in der wir leben.

weltweit: *Haben Sie deswegen Ihr Haus „Sonnenhaus Beuron - Eine Welt“ genannt?*

Scherer: In der Tat. Wer in unser Sonnenhaus kommt, erfährt, wie gut es tut, einfacher zu leben. Ihm kann bewusst werden, wie lebensbehindernder Überfluss auch sein Leben bestimmt. Die Frage kann auftauchen, wohin er fließen soll. Es genügt oft der Impuls: Teilen mit denen, die nichts haben! Das Sonnenhaus ist so eine sehr lebendige Brücke geworden zwischen der sogenannten Ersten und der Dritten Welt, die schließlich Teile der Einen Welt sind.

weltweit: *das Sonnenhaus wird in diesem Jahr 20 Jahre alt. Wie zu erfahren ist, haben Sie in dieser Zeit über 6 Millionen DM für den Bau ganzer Dörfer in Indien zur Verfügung stellen können. Wie kam dieser „Überschuss“ zustande?*

Scherer: Zunächst gibt es bei uns einfache Mahlzeiten, d.h. nur einen Gang, nicht zwei oder drei. Die Teilnehmer und TeilnehmerInnen sagen immer: es ist einfach gut. Dann kommen bisherige Kursteilnehmer immer wieder ins Haus und arbeiten hier für kürzere oder längere Zeit unentgeltlich mit, eine Art Entwicklungsdienst in der Heimat für die Dritte Welt. Von 1980 - 1999 haben uns rund 1800 Kursteilnehmer 10.000 Arbeitstage geschenkt. Dadurch konnten wir viele Personal- und Handwerkerkosten sparen. Eine ganz wichtige Sache ist das Verteilen des Sonnenhaus-Brottes in den Städten. Allein dadurch haben wir 1,6 Millionen DM für die Armen in Indien ermöglicht. Schließlich gibt es immer noch größere und kleinere Spenden, die direkt für unsere Projekte in Indien gegeben werden.

weltweit: *Hier im Sonnenhaus Beuron bieten Sie Meditationsexerzitien an. Wie sieht dieses Angebot konkret aus?*

Scherer: Unser Angebot umfasst einen Hinführungskurs zum existentiellen Beten, einen Grundkurs zur Einübung in die Kontemplation, einen Intensivkurs und Meditations-Einzelexerzitien. Unter anderem beinhalten diese Kurse die leiblich-geistliche Einübung in Lebenshaltungen und -wahrheiten mit existentieller Atemerfahrung. Es gibt Übungen zur Sensibilisierung der äußeren und inneren Sinne und der Fähigkeit, intuitiv zu erkennen. Die Kurse verlaufen durchgängig im Schweigen. Die einfachen Sonnenhaus-Mahlzeiten bestehen aus Vollwertkost. Abends halten wir eine meditative Mahlzeit mit Brot und Milch. Auf Wunsch ist auch Sonnenhaus-Heilfasten möglich. Die Kurse dauern in der Regel 10 Tage... Unser Ziel ist es, dass die TeilnehmerInnen einen einfachen Lebensstil kennenlernen, der in der heutigen Menschheitssituation verantwortbar ist. Damit verbunden ist ein tiefgehender Umkehrprozess - in der Erfahrung mit sich selber und in der Überprüfung der persönlichen Lebensweise. Das Ergebnis hängt immer davon ab, wie ernst die TeilnehmerInnen mitmachen. Es kommt nicht selten vor, dass Teilnehmer ein ganz neues Leben anfangen oder auch die Situation in ihrer Familie, ihrem Beruf ganz neu sehen und verstehen lernen.

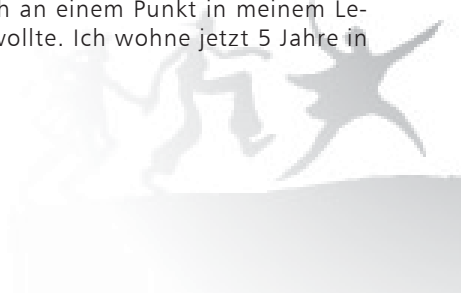
(Dieses Interview wurde gekürzt und zusammengefasst dem Sonderdruck aus weltweit 1/99 entnommen. Das Sonnenhaus bietet im Eigenverlag Broschüren mit Meditationsübungen an. Siehe auch Literaturliste)

Infos: Christliche Meditationsstätte Sonnenhaus Beuron - Eine Welt,
88631 Beuron, Tel: 07466-209, Email: office@sonnenhaus-beuron.de, www.sonnenhaus-beuron.de

Beispiel 8: Gemeinschaftlich leben in der Stadt

Die Mieterinitiative Karlsruhe (MIKA), vorgestellt von Christina Fromm

Seit Dezember 1998 wohne ich im "Mika-Wohnhof" (Mika = Mieter/innen in Karlsruhe) auf einem ehemaligen Kasernengelände. Wir leben in 4 Wohnblocks und sind etwa 150 Erwachsene und 90 Kinder. Jeder Wohnblock ist an 2 Hausgruppen vergeben, in der zwischen 30 – 40 Menschen leben. Ich habe mich entschieden, in diesem Wohnprojekt mitzuarbeiten, als ich an einem Punkt in meinem Leben ankam, an dem ich nicht mehr allein mit meinen Kindern leben wollte. Ich wohne jetzt 5 Jahre in der "Mika" und lebe gerne hier.



Ein Hauch von Dorfleben in der Stadt

Die Nachbarschaft in unserem Haus ist gut, wir helfen uns so gut wir können, essen zusammen, feiern zusammen. Im Sommer sitzen wir draußen bei Kaffee und abends wird oft ein Feuer angezündet. Das genieße ich besonders, denn eigentlich geht dies in einer Stadt nicht. (Mit dem Fahrrad ist man in 10 Minuten in der Innenstadt). Ich wohne im Erdgeschoss mit einer Tür direkt nach draußen. Abends sitze ich oft auf meinem Treppchen und genieße die "Mika". Meist ist es sehr ruhig, die hohen Kiefern und Eichen machen eine kleine Musik, in allen Wohnungen ist Licht an. Wenn ich Lust habe und vor oder hinter einem Haus Menschen zusammensitzen, geselle ich mich dazu. Die zwischenmenschlichen Kontakte sind eher lose, fast alle gehen tagsüber einer Beschäftigung außerhalb der "Mika" nach. Ich gehe oft meine eigenen Wege, besuche Konzerte, Ausstellungen... Das tue ich aber auch gern mit einer Freundin, die auch in der "Mika" wohnt und mit der ich auch ein Auto teile.

Jede Wohngruppe (es gibt 8 Wohngruppen) hat einen Garten. Dort habe ich mir einen kleinen, hübschen, ertragreichen Platz geschaffen. Es bedeutet mir sehr viel, immer wieder zum Garten zu gehen, ihn zu pflegen, zu schauen, zu ernten.

Die Strukturen des Zusammenlebens

Die größeren Hausgruppen haben sich nach Sympathie und praktischen Bedürfnissen gefunden, z.B. gibt es in einer Hausgruppe viele Familien mit Kindern, in einer anderen viele Frauen... Die Hausgruppen bestimmen über Wohnungsvergabe, gemeinsam genutzte Fläche in ihrem Haus, organisieren- wenn die Lust dazu da ist – Feste, Essen, gemeinsame Einkäufe, je nachdem wie viel die Menschen in einer Hausgruppe miteinander verbindet.

Jede Hausgruppe musste auch einen bestimmten Genossenschaftsanteil (500 DM pro qm) zur Sicherstellung der Finanzierung des Wohnprojekts zur Verfügung stellen. Die Finanzierung ist gewaltig, es handelt sich immer wieder um Millionenbeträge und ich habe mich in diesen Bereich nicht eingearbeitet. Die gesamte Finanzierung wurde ehrenamtlich erarbeitet von Menschen aus der "Mika". Weitere Bereiche, in denen viel unbezahlte Eigenleistung erbracht wurde sind: Planung der Wohnung, Planung des Außenbereichs, Kontakte zur Stadt und anderen amtlichen Stellen und dann die viele Arbeit bei der Vorbereitung zum Umbau und später, Fußböden ölen, Wände streichen, Heizungen streichen... Wir haben für über 1Million DM Eigenleistungen erbracht. Ich finde es wunderbar, wie dies alles geklappt hat und immer noch funktioniert, zumal alles auf freiwilliger Basis geschieht und manche Mitbewohner nichts dazu beitragen. Diese Seite bewundere ich sehr an uns: Jede/r bringt nur so viel Arbeitsleistung in die "Mika" ein, wie er/sie kann und will.

Ich war eine Zeit lang in der Bauplanungsgruppe. Wir trafen uns wöchentlich und besprachen Aspekte des Umbaus wie Wohnungsplanung oder Fußbodenbelag, Holz –oder Kunststofftüren und Fenster (wir konnten uns für Holz entscheiden), wie groß sollen die Badewannen sein, welche Materialien verwenden wir ... Wir versuchten nach möglichst ökologischen Kriterien zu entscheiden, waren aber an unsere finanziellen Möglichkeiten gebunden, der qm Umbau sollte nur DM 1000,- kosten. Im Moment besteht mein Beitrag zur Gemeinschaft darin, dass ich hin –und wieder für die Menschen koche, die samstags im Kulturhaus arbeiten. Alle 14 Tage nehme ich an den hausinternen Treffen teil. Dort werden alle ausstehenden Entscheidungen für das gesamte Wohnprojekt oder die Hausgruppe besprochen. In unserer Hausgruppe verlaufen gemeinsam zu treffende Entscheidungen fast immer problemlos. Wir haben ähnliche Ansichten oder es fällt uns nicht schwer Kompromisse zu finden. In anderen Hausgruppen soll es schwieriger sein. Alle drei Monate findet eine Mitgliederversammlung der "Mika" statt.

In Zukunft: Etwas mehr Kultur und Spiritualität

Im Moment wird unser Kulturhaus " MIKADO" umgebaut und wird im Dezember diese Jahres fertiggestellt sein. Es sind neben dem Gastronomiebetrieb mit Biergarten für jedes Wochenende größere kulturelle Veranstaltungen geplant. In den beiden Multifunktionsräumen soll kulturelles Leben stattfinden: Musik, Lesungen, Kleinkunst, Tanz, Seminare ... Ich werde im Kulturhaus einen Kurs "Tanz und Meditation" anbieten. Vielleicht kann ich dadurch etwas Spiritualität in die "Mika" tragen. Diese Seite wird hier kaum gelebt und ich vermisse sie.

Es gibt sicher noch viele Dinge zu erzählen und vielleicht habe ich auch wichtige Details vergessen, aber unser Projekt ist so groß ... ich weiß vielleicht sogar nicht alles.

Als ein Projekt mit einer soliden Finanzierung stellt die "MiKa" interessante Anlagemöglichkeiten zur Verfügung. Das Kulturhaus sucht noch weitere Spenden.

Kontakt: MiKa-Projektbüro, Kanalweg 50, 76149 Karlsruhe, Tel. 0721-7501270,
info@mika-eg.de, www.mika-eg.de

Beispiel 9: Gemeinschaftlich leben auf dem Land

Das Ökodorf Sieben Linden in Sachsen-Anhalt

Alles begann mit einem Traum von einem selbstbestimmten Leben in einem Dorf, in dem vieles selbst angebaut und angefertigt wird, in dem es keine Autos gibt, wo die Menschen wieder Zeit und Interesse füreinander haben und in Harmonie miteinander und mit der Natur leben.

Dieser Traum wurde Ende der 80er Jahre in der Broschüre „Selbstversorgung als Selbstbestimmung“ beschrieben. Die ersten Interessenten fanden sich und suchten über Zeitungsanzeigen weitere GefährtInnen.

Die ersten Treffen zur Gründung eines ökologischen Dorfes fanden im Jahre 1989 statt. Daraus hat sich der Freundeskreis Ökodorf e.V. gebildet, der mittlerweile 300 Mitglieder in ganz Deutschland hat. Seit 1993 lebte in Groß Chüden (bei Salzwedel in Sachsen-Anhalt), wo das provisorische Projektzentrum zur Vorbereitung der Dorfplanung entstand, eine ständig wachsende Zahl von ÖkodorflerInnen gemeinschaftlich zusammen. Seit Frühjahr 1997 entsteht in der Nähe des Altmark-Dorfes Poppau – der Sage nach „de Mitt von de Welt“ – auf einem mittlerweile 42 ha großen Stück Land das Ökodorf „Sieben Linden“. 1999 wurde ein wichtiger Teil der Infrastruktur (Energie, Wege, Pflanzenkläranlage, Teich) geschaffen und die alte Hofstelle nach ökologischen Kriterien wieder aufgebaut. Sie dient jetzt als Regionalzentrum, Gästehaus und Treffpunkt für die Gemeinschaft und beherbergt auch die Büros, eine Food-Coop, eine Schmuckschmiede, ein Atelier für Malerei und Gestaltung und das ArtDepot. Ein Amphitheater bietet Platz für kulturelle Feste im Freien. Im Jahre 2000 wurden die ersten Wohnhäuser gebaut. Diese Häuser im Niedrigenergiestandard bieten Wohnraum für ca. 20 Personen in Familien und Wohngemeinschaften. Das erste genehmigte zweigeschossige Strohballen-Wohnhaus Deutschlands wird z. Z. fertig gestellt. Dieses Haus wird in reiner Handarbeit nur unter Verwendung von regionalen Baustoffen (Rundholz, Stroh, Lehm, etc.) und Recyclingmaterialien gebaut. Der Bau eines weiteren großen Wohnhauses ist in Planung. SiedlerInnen, die noch keinen Platz in einem Wohnhaus haben, leben in Bauwagen.

Zur Zeit leben in Sieben Linden ca. 45 Erwachsene und 15 Kinder. Im nahegelegenen Dorf Poppau ist ein größerer Hof angemietet, in dem nochmals ca. 15 Personen leben, die zu der Gemeinschaft gehören. In den nächsten 10-20 Jahren soll das Dorf auf ca. 300 BewohnerInnen anwachsen.

Die gemeinsamen Zielvorstellungen der SiedlerInnen werden organisatorisch durch die 1993 gegründete Siedlungsgenossenschaft Ökodorf e.G. zusammengefasst, die als Grundeigentümerin und als oberste Selbstverwaltungseinheit im Dorf fungiert. Alle erwachsenen BewohnerInnen von Sieben Linden sind Mitglieder dieser Genossenschaft. Das gemeinschaftliche Leben findet darüber hinaus seinen Ausdruck in regelmäßigen Treffen, wo gemeinsam im Konsens entschieden, wo Konflikte besprochen, wo Ermutigung und Kritik ausgetauscht werden. Von besonderer Bedeutung sind die zahlreichen kulturellen Veranstaltungen wie Theater, Chor, Musikdarbietungen, Vorträge, Meditationen, Feste etc., wo sich alle mit ihren besonderen Fähigkeiten einbringen und immer wieder neu erleben können.

Fast alle BewohnerInnen leben und arbeiten im Dorf selbst als Handwerker, als Gärtner, in der Selbstversorgung, als Angestellte des Vereins „Freundeskreis Ökodorf e.V.“ im Bereich Bildung, Kultur, Öffentlichkeitsarbeit, als KindergärtnerInnen als Freiberufler; im Heilungsbereich, als SeminarleiterInnen, als KünstlerInnen etc.

Aus der Ökodorfinitiative heraus wurde die Freie Schule Altmark als staatlich anerkannte Ersatzschule mit angeschlossener Kindertagesstätte gegründet. Sie befindet sich in Depekolk, 25 Km von Sieben Linden entfernt. Seit Juni 2002 betreibt der „Freie Schule Altmark e.V.“ einen Waldkindergarten in Sieben Linden.

Im Jahre 1996 und 2000 erhielt die Wohnungs- und Siedlungsgenossenschaft Ökodorf e.G. die ersten größeren öffentlichen Anerkennungen durch die Verleihung der Tatorte-Preise „für die Entwicklung und Realisierung einer sozialökologischen Modell-Siedlung im ländlichen Raum.“ (Die Preise wurden verliehen von der Deutschen Bundesstiftung Umwelt und dem Deutschen Institut für Urbanistik)

Die ÖkodorflerInnen wollen das Bild eines guten Lebens lebendig werden lassen und laden alle Interessierten zu Informationstreffen, Seminaren und Workshops, zu Wochen der Mitarbeit und des Mitlebens und zum jährlichen Pfingstfestival und Sommercamp ein.

Ein ausführliches Seminarprogramm kann gegen 2 Euro in Briefmarken angefordert oder auf der Homepage eingesehen werden. Ein ausführliche Broschüre mit allen wichtigen Informationen kann gegen 6 Euro in Briefmarken angefordert werden, Stichwort: Siedlerinfo.

Infos: Freundeskreis Ökodorf e.V., Sieben Linden, 38486 Bandau / Poppau, Tel: 039000-51235, Fax:-51232, verein@oekodorf7linden.de, www.oekodorf7linden.de

Beispiel 10: Gemeinsam statt einsam

Integratives Wohnen in Walkersbrunn. Wie Alt und Jung gemeinsam das Leben meistern.

Manche alteingesessene Bewohner des kleinen Dörfchens Walkersbrunn bei Gräfenberg am Rande der Fränkischen Schweiz, einem Naherholungsgebiet 30 km nördlich von Nürnberg, mögen es als ungewöhnlich empfunden haben, als zu Ostern letzten Jahres eine Gemeinschaft von sieben Menschen im Alter von 26 bis 89 Jahren in das frei gewordene "Beckenhaus" des Dorfes einzogen, die weder verheiratet, noch miteinander verwandt waren (bis auf Gisela und ihre Mutter). Ist es wirklich so ungewöhnlich, wenn sich Menschen zusammentun, um ihr Leben gemeinsam zu organisieren?

Sieben sehr unterschiedliche Menschen

Die fast erblindete 56-jährige *Monika Gabrysch* meint: "Für mich ist die Gemeinschaft eine große Bereicherung. Früher musste ich jede Hilfe selbst organisieren. Jetzt unterstützt mich die Hausgemeinschaft. Dafür bin ich sehr dankbar!"

Gisela Käb, die Initiatorin des Projektes, kann in der Gemeinschaft ihre 89-jährige *Mutter* versorgen, die rund um die Uhr Pflege braucht. Die anderen Bewohner unterstützen sie bei der Betreuung und die Mutter lebt in der Gemeinschaft auf. Um ihre Mutter nicht ins Heim geben zu müssen, gab Gisela ihre Arbeit mit geistig Behinderten auf. Neben ihren eigenen Kindern hat sie mehrere Kinder adoptiert, die heute alle selbstständig sind. Für die Gemeinschaft ist sie "Herz und Seele" des Projektes. In fester Beziehung mit ihr lebt *Martin Merklein*, der mehr als 30 Jahre als Pfarrer in Brasilien tätig war und jetzt im Ruhestand ist.

Die 66-jährige *Maria Knör* sorgt dafür, dass die Gemeinschaft mit selbst angebautem biologischem Gemüse versorgt wird. Als gelernte Biogärtnerin verfügt sie über ein enormes Wissen über ökologische Zusammenhänge, die sie gern an die jüngeren Bewohner weitergibt, die mit ihr zusammen den gepachteten Acker bewirtschaften.

Doris Heinritz (44) und *Uli Haller* (26) partizipieren an der umfangreichen Erfahrung Marias über Bienenzucht ohne Gift und Chemie. Das hochorganisierte Leben der Bienen ist eine Wissenschaft für sich und bedarf ständiger Aufmerksamkeit. Für Doris, die hauptberuflich mit geistig Behinderten arbeitet und Uli, der als Drucker tätig ist, bedeutet die Arbeit in der Natur körperlichen Ausgleich und Entspannung.

Die Verwirklichung einer Vision

So gut es sich unter den gegebenen Bedingungen im "Beckenhaus" (früher war es die einzige Bäckerei mit Gemischtwarenladen im Dorf) einrichten ließ, hat jeder seinen Wohnbereich mit Kochmöglichkeit für sich. Eine Mahlzeit am Tag wird von Gisela oder Maria für alle gekocht und gemeinsam eingenommen. Das ist für alle eine Entlastung und stärkt die Gemeinschaft. Dank des eigenen Feldgemüseanbaus reichen dafür 50 Euro im Monat pro Person. Eine wöchentliche Besprechung dient der Organisation des gemeinschaftlichen Lebens.

"Im Grunde habe ich schon seit 20 Jahren die Vision eines gemeinsamen Lebens von Alt und Jung", erzählt Gisela Käb. 1996 schlossen sich die ersten Mitstreiter zu einer Arbeitsgemeinschaft zusammen und gründeten 1999 den Verein "Integrativ wohnen – Zu neuen Ufern". Zur Zeit hat der Verein 30 Mitglieder. Um das gemeinsame Leben noch effektiver gestalten und Hilfe besser organisieren zu können, ist als optimales Fernziel an eine Siedlungsgemeinschaft von 40 bis 80 Menschen aller Altersgruppen gedacht. "Mit einem verträglichen Maß an hilfsbedürftigen Menschen", sagt Martin Merklein, "denn ein größerer Anteil Behinderter bedeutet, dass man bestimmte Auflagen für Heime erfüllen muss. Und das wollen wir nicht."

Als sich lange Zeit kein geeignetes Objekt fand und auch die Schwierigkeiten einer Finanzierung deutlich wurden, nahm man von der Vision eines ganz großen Projektes Abstand. Statt einer ganzen Siedlung wurde das Haus in Walkersbrunn als "erste Zelle des Projektes" gekauft. Möglich wurde dies durch die großzügige Spende einer Frau, der Gisela Käb in schweren Zeiten beigestanden hatte und die nun ihrerseits dieses Projekt förderte.



Die ersten Erfahrungen

Inzwischen haben die Bewohner erste Erfahrungen mit den Sonnen- und Schattenseiten eines gemeinsamen Lebens gemacht: Gert Mathiesen hat sie nach ihren Erfahrungen befragt.

Was empfindet ihr nach 5 Monaten des Zusammenlebens als besonders hilfreich, was macht euch Freude?

Monika (fast blind): "Besonderen Spaß haben mir die Feste mit den Vereinsmitgliedern und Freunden gemacht. Im Umgang miteinander macht mir Freude, dass sich immer wieder jemand findet, der mit mir die mir unbekanntenen Wege geht. Nach einiger Zeit finde ich sie dann selber."

Gisela: "Besonders hilfreich erlebe ich, dass ich mit der schweren Aufgabe der Pflege meiner Mutter nicht allein bin."

Martin: "Hilfreich ist, dass man verschiedene Personen als Gesprächspartner hat, als Anregung und Herausforderung."

In welchen Bereichen ist an die Stelle einer ersten Begeisterung eine realistische Ernüchterung getreten?

Gisela: "Jedes Vorhaben muss mit der Gemeinschaft, mit sechs Individualisten, besprochen und verstanden werden, bevor sie in die Tat umgesetzt wird. Vorher war ich es gewohnt, einfach selbst zu entscheiden und es umzusetzen. Ich will das ja so, aber dass Entscheidungen so lange dauern, ist eine Geduldprobe."

Gibt es in der Gemeinschaft auch Meinungsverschiedenheiten und wie regelt Ihr diese?

Martin: "Wir sind sieben sehr verschiedene Menschen mit unterschiedlicher persönlicher Geschichte. Jeder hat anderes Gepäck im Rucksack. Das ist spannend. Wir regeln dies, indem wir bei Mahlzeiten oder bei den wöchentlich stattfindenden WG-Treffs die Dinge ansprechen und zu klären versuchen, auch mit Hilfe von einer monatlicher Supervision."

Doris: "In der Supervision fasse ich Mut, dass unser Experiment klappen kann. Wir sind sehr verschiedene individuelle Persönlichkeiten. Dass wir zu einem Miteinander kommen, läuft nicht konfliktfrei ab. Nötig ist ein Kennenlernen und damit Verstehenlernen des anderen. Wenn das klappt, finde ich es als etwas ganz Bereicherndes und die Grundlage für das weitere Zusammenleben."

Gisela: "Unsere Dienstagstreffs dienen der Planung, der Organisation, aber auch der Beziehungsklärung. Da wird so lange geredet, bis auch bei Meinungsverschiedenheiten gemeinsame Entscheidungen getroffen werden können. Es hat sich bewährt, etwas anzusprechen, dann ruhen zu lassen und beim nächsten Mal versuchen wir, eine Entscheidung zu treffen. Es ist spannend, mit sechs verschiedenen Leuten zu einheitlichen Lösungen zu kommen."

Wenn Ihr euch noch mal entscheiden könntet, würdet Ihr euch wieder für diese Lebensform integrativen Wohnens entscheiden?

Doris: "Dafür ist die Zeit noch zu kurz. Im Moment würde ich sagen: ja. In einem Jahr werden wir mehr wissen."

Maria (zählt die Monate an ihren Fingern ab): "Die vier Monate reichen gerade, dass wir miteinander an die Schmerzgrenze kommen. Hauptsache, der Mut verlässt uns nicht!"

Uli: "Für mich ist es etwas ganz Neues. Bei mir ist es so ein Auf und Ab. Es sind Zeiten dabei, in denen es mir manchmal schon zuviel ist und es gibt Zeiten, da bin ich gern hier. Ich kann das nicht pauschal mit Ja beantworten."

Gisela: "Freilich, aber es muss mit der Zeit weniger arbeitsintensiv werden, auch weil ich spüre, dass ich älter werde. Wir sieben Bewohner in Walkersbrunn können noch nicht das Endziel sein. Wir sind eine zu kleine Basis. Ich habe die Hoffnung, dass sich in Walkersbrunn noch mehr Möglichkeiten erschließen, weitere Häuser zu kaufen oder zu mieten, zumal die Dorfgemeinschaft so offen ist."

(Bericht u. Interview v. Gert Mathiesen, abgedruckt im eurotopia-Teil der Kurskontakte 125, Februar/März 2003)

Näheres beim Verein "Integrativ wohnen – Zu neuen Ufern" Tel. 09192/ 99 47 66.

Anschrift: Walkersbrunn 44, 91322 Gräfenberg

Hinweis:

Die Beispiele 1-5 sind leicht gekürzt den Internet-Seiten des Wuppertal-Institutes entnommen. Dort finden Sie weitere Beispiele: www.wupperinst.org/Gutes_Leben/navi.html.

Siehe auch Hinweise im Literatur-Verzeichnis



Ermutigung

1.3 Gruppenbildung für eine andere Welt

*"LEBEN EINZELN UND FREI WIE EIN BAUM UND GESCHWIS-
TERLICH WIE EIN WALD, DAS IST UNSERE SEHNSUCHT"
NAZIM HIKMET*

Es gibt viele Wege zu einer anderen Lebensweise zu kommen. Der wichtigste ist, bei sich selbst anzufangen. Darüber hinaus kann eine Gruppe von Gleichgesinnten als Kraftquelle und Unterstützung dienen, um gemeinsam eine neue Kultur zu kreieren. Im folgenden möchten wir Ihnen eine Orientierung für die Art von Gruppenbildung anbieten, wie wir uns den Aufbruch vorstellen. Bitte lassen Sie sich anregen und wählen Sie das aus, was Ihnen entspricht.

Der Einzelne und das Ganze

Das Leben ist nicht starr, es ist ein ständiger Fluss. Alle Teile sind in ständiger Bewegung, sind nicht abgeschlossene, sondern **offene Systeme**. So leben und überleben auch wir in einem ständigen Austausch mit unserer Mitwelt. Ständig durchströmt uns Licht und Sauerstoff, Nahrung und Wasser, Informationen erreichen uns durch sämtliche Sinnesorgane. Durch Interaktionen entstehen Beziehungen, die wiederum die uns umgebende Mitwelt formen. Durch diese Sichtweise entsteht ein vernetztes Bild der Wirklichkeit. Es zeigt, dass wir alle ein "individueller Edelstein" - eine besondere Persönlichkeit - in diesem "Netz des Lebens" sind. Wenn sich einer dieser "Edelsteine" bewegt, hat das Einfluss auf das ganze Gewebe. Genau das macht es so wichtig, sich persönlich mit seinem ganzen Wesen einzubringen und die **Verantwortung** für das eigene Tun - oder Nichttun - zu übernehmen.

1. Deshalb ist unsere Initiative auch ein Aufbruch von jedem/r Einzelnen. Ein Aufruf, den individuellen Weg für sich im Ganzen zu finden – als ein unverzichtbarer Baustein für eine andere Welt.

Die Kraft der Vernetzung

Die Aufbruch- Initiative hat als Symbol für die "Einheit in der Vielfalt" den **Regenbogen** gewählt. Jede Farbe steht und leuchtet für sich, aber nur zusammen ergeben sie das bunte, anziehende Bild des Regenbogens, dem sich kaum jemand entziehen kann.

Übertragen auf den "Aufbruch" heißt das, dass jeder Mensch aus sich heraus leuchtet mit seinem Wissen und seiner Weisheit. Und diese Kraft wird unterstützt in einer Gruppe von Menschen, die sich gegenseitig zuhören und sich lernen zu sehen. Jede/r hat durch die eigene Geschichte eine ganz eigene Färbung mit einzubringen. Die Herausforderung besteht darin, sie **nebeneinander stehenlassen** zu können. Aufbruch-Gruppen sind keine Diskussionskreise, in denen man versucht, sich gegenseitig zu überzeugen. Sie sollen einen geschützten Erfahrungsraum bieten, in dem sich gleichwertige Persönlichkeiten begegnen und durch das Miteinander im persönlichen Wachstum unterstützen. Sie bieten eine Möglichkeit gewaltfreie und achtsame Kommunikation zu üben.

"Das Ganze ist mehr als die Summe seiner Teile", das passt hervorragend auf eine Gruppe von Menschen die sich einem gemeinsamen Ziel widmet. Dadurch entsteht ein **Synergieeffekt**, der nur dann auftritt, wenn man sich gemeinsam einem Thema zuwendet.

2. Deshalb möchte unsere Initiative eine achtsame Kommunikationskultur entwickeln und die Vielfalt der persönlichen Wege als gegenseitige Inspiration nutzen – für eine lebensfrohe und gewaltfreie Welt.



Eine neue Lebenskultur

Gerade was die Frage nach dem **persönlichen Lebensstil** angeht, kann es sehr spannend sein, wenn wir uns gegenseitig erzählen und informieren wie und wo die Einzelnen "anders besser leben". Es geht bei einer neuen Kultur auf keinen Fall darum, sich gegenseitig zum Objekt eines schon definierten "besseren Menschenbildes" zu machen, sondern darum, gemeinsam herauszufinden, was für uns ein erfülltes und glückliches Leben ausmacht. Aber auch wo wir Schwierigkeiten haben, unsere Visionen zu verwirklichen. Dieser Prozeß wird neben den materiellen Veränderungen (z.B. weniger Konsum) auch die immateriellen Werte (z.B. Vertrauen und Freundschaft) stärker hervorbringen und fördern.

3. Deshalb sieht unsere Initiative die Qualität der zwischenmenschlichen Beziehungen und die inneren Werte der Einzelnen als Grundlage für eine andere Welt an, die von immateriellen Werten geprägt ist.

Eine Vielfalt von Gruppenarten

Die **Art der Gruppen** kann so vielfältig sein wie die Farben des Regenbogens. Das "Anders besser leben" – Thema kann in bestehende Gruppen eingebracht werden, wo man sich dann ein paar Abende Zeit dafür nimmt, es kann in Seminare und Workshops eingebaut werden oder man initiiert eine neue, kontinuierliche Gruppe.

Die **Gruppenzusammensetzung** trägt sehr zur Vielfalt der Information und Inspiration bei. Je unterschiedlicher die Lebensräume und –zusammenhänge, die Altersstufen, Weltanschauungen und Kulturhintergründe der Gruppenmitglieder, um so größer sind die Möglichkeiten des voneinander Lernens. Die Themen einer Aufbruch-Gruppe können sowohl ganz persönliche Fragen des Konsums, der Arbeit und der Alltagsbewältigung sein, als auch des globalen, politischen Horizontes der eigenen Handlungen und der inneren Suche der Einzelnen.

4. Deshalb sind Aufbruch-Gruppen ganz unterschiedliche und selbstorganisierte Foren auf Zeit, je nach den Bedürfnissen und Interessen der Mitglieder – aber immer im globalen Zusammenhang für eine andere, bessere Welt.

Hilfen zum Gruppenaufbau

Um als Einzelperson in Kontakt zu kommen mit Aufbruch-Gruppen oder mit anderen, die auch Interesse an diesen Themen haben, werden im Folgenden ein paar **Kontaktadressen** aufgeführt. Wir haben Deutschland in vier verschiedene PLZ - Abschnitte eingeteilt. Bei den jeweiligen Personen erfahren Sie, wer in ihrer Gegend sich noch am Aufbruch beteiligen will und wann die nächsten Treffen stattfinden.

Kontakt für PLZ – Bereich 0-31

Heiko Lietz, Berlin, Tel.: 0173-4694997, email: heiko.lietz@web.de

Gabi Bott, Ökodorf 7 Linden, Tel.: 039000/90862, email: gabibott@siebenlinden.de

Kontakt für PLZ – Bereich 32 ff., 4-6

Jürgen Holzheuer, Tel.: 05641/742564

Martin Schuler (ÖIEW), Tel.: 05694/1417, email: info@oeiew.de

Kontakt für PLZ – Bereich 7

Gerhard Breidenstein, Tel.: 07192/902726, email: g.breidenstein@t-online.de

Kontakt für PLZ – Bereich 8 und 9

Sepp Stahl, Tel.: 09405/2677

Infomaterial zur Gruppenbildung:

„Genuss und Nachhaltigkeit - Handbuch zur Veränderung des persönlichen Lebensstils“

von Dan Jakubowicz, hier besonders die Kapitel „Aufbruch-Gruppen“ (S.175) und „Unser Bewußtsein ändert sich“ (S.188) von Gerhard Breidenstein

Hilfen zum Gruppenaufbau

ein Methodenhandbuch mit vielen Ideen, Tipps, Spielen und Anregungen für das Arbeiten und Sein in Gruppen (geplant)

Bestellung beim Aufbruch - Projektbüro Berlin, siehe Seite 1

Seminare und Veranstaltungen siehe www.anders-besser-leben.de (Aktuelles)

Beispiel eines Aufbruch-Wochenendes

Einen Erfahrungsraum für ein anderes Leben

Anregungen von Seminarleiterin Gabi Bott

*Die **grundlegende Frage** ist: Wie kann im begrenzten Rahmen eines Wochenendes ein Vertrauensraum entstehen, in dem die Teilnehmenden sich für neue Aspekte ihres Lebens öffnen und sich gegenseitig ihre Fragen und Ängste mitteilen?*

Außerdem: Wie können Sie praktische Anregungen erhalten, die Sie in Ihrem Alltag und evtl. auch in eigenen Gruppen, umsetzen können?

Im Folgenden möchte ich ein Bsp. eines Aufbruch-Wochenendes beschreiben. Es soll als Anregung dienen, nicht als fertiges Konzept.

Freitagabend

Die erste gemeinsame Runde – nach der Anreise - beginnt meist um 20.00 Uhr. Im Gruppenraum hat die Leitung (die immer aus einem Team von 2-3 Leuten bestehen sollte) vorher einen Sitzkreis ohne Tische gestellt, in dessen Mitte ein Tuch, eine Kerze, ein Stein o.ä. liegt.

Nach einem **herzlichen Willkommen** heißen, stelle ich als erstes den Redestein vor. Ich verwende ihn für die immer wieder vorkommenden **Redesteinrunden** während des Seminars. Wer diesen Stein in der Hand hat, hat die ganze Aufmerksamkeit der Gruppe, kann reden, schweigen, lachen, weinen... zu was auch immer ihr/ihm zumute ist. In der nun folgenden ersten Steinrunde geht es nicht darum, sich im herkömmlichen Stil vorzustellen, sondern ich lade die Menschen ein, ihren Namen zu nennen und dann ein kleines Erlebnis, das sie in den letzten Stunden oder Tagen hatten, bei dem sie Freude, Dankbarkeit oder Liebe gespürt haben. Eine kleine Begebenheit, bei der diese Gefühle hervorgerufen wurden. Nichts spektakuläres, nichts großartiges. Ich beginne damit, um ein Beispiel zu geben und gebe den Stein dann an meiner/m NachbarIn weiter.

Nach dieser ersten Runde geht es dann um die **Hintergründe der Einzelnen** und deren **Erwartungen für das Wochenende**. Ich finde es ratsam, Fragen zur persönlichen Motivation vorzugeben: Was waren Deine Beweggründe Dich zu diesem Seminar anzumelden? Was erwartest Du von dem Seminar? Je nach Größe der Gruppe kann vor einer zweiten Runde ein **AB-Gespräch** die Atmosphäre auflockern (d.h., eine Person ist A, die andere B: erst spricht A für eine bestimmte Zeit und B hört aufmerksam zu, ohne zu reagieren und zu urteilen; danach wechseln die Rollen). Ein weiterer Vorteil ist, dass die Anwesenden mehr und länger zu Wort kommen und in der anschließenden Runde aufgefordert werden, nur noch die Essenz der ganzen Gruppe zu berichten. Danach folgt das **Vorstellen des groben Ablaufplans** für die gemeinsame Zeit. Dieser ist recht offen gehalten, gibt zwar eine Struktur vor, lässt aber viel Raum für aufkommende Gruppenprozesse.

Als Abschluss des Abends ist es schön miteinander einen Kreistanz zu tanzen oder ein Lied zu singen.

Samstagmorgen

Vor dem Frühstück, beginne ich immer mit Körper- und Wahrnehmungsübungen, Yoga, Sitz- oder Gehmeditation. Nach dem Frühstück treffen wir uns wieder im Gruppenraum. Zur **Einstimmung** lese ich einen inspirierenden Text vor und gebe dann den Stein herum mit der Frage nach der momentanen **Befindlichkeit**. Als nächstes finde ich es wichtig, viel Raum zu lassen für das Mitgebrachte der TeilnehmerInnen. Jetzt ist Zeit für das **Austauschen der eigenen Erfahrungen**, die man mit dem Thema "anders besser leben" gemacht hat. Die Lust und den Frust daran. In Seminaren ab ca. 6 Teilnehmenden schlage ich Kleingruppenarbeit (3-4 Personen) vor, in der man sich gegenseitig eigene Erlebnisse erzählen, sie stichwortartig mitschreibt und anschließend der großen Gruppe kurz vorstellt. Die Zettel sollten an die Pinnwand aufgehängt werden, so dass sie für alle sichtbar und noch mal nachgelesen werden können. Dann ist meist Zeit für eine Pause.

Nach der Pause ein paar Streck- und Reckübungen.

Gerne biete ich auch eine **Begegnungsübung** an: Alle gehen im Raum herum, schauen sich noch mal um, wo sie sich hier befinden. Sie nehmen dann Augenkontakt mit den Anderen im Raum auf, nehmen wahr wer noch hier ist und bleiben irgendwann vor jemanden stehen. Sie nehmen wortlos Kontakt auf, ohne sich zu berühren.

Ich sage dann sinngemäß Sätze wie:

“Dieser Mensch, der da vor Dir steht, hat sich auch die Zeit genommen heute hier zu sein, sich dem Thema “anders besser leben” zu widmen.”

“Dieser Mensch will auch Verantwortung übernehmen in dieser Zeit des Wandels und der großen Herausforderungen.”

Dann weise ich auf die Einmaligkeit von jeder Person hin:

“Erahne die Fähigkeiten und Weisheiten, die in jeder/m noch im Verborgenen schlummern.”

Es ist immer wieder erstaunlich, wie intensiv diese recht einfache, kleine Übung ist: Sich den Anderen zu öffnen, sich gegenseitig sehen zu lernen und sich nicht hinter Worten zu verstecken, kann innerlich sehr berührend sein. Und es kann das Gefühl hervorrufen sich nicht alleine zu fühlen auf dem Weg zu einer anderen, zu einer lebensbejahenden, nachhaltigen Lebensweise.

Danach kann sich dann ein **Impulsreferat** anschließen. “Was ist ein gutes und global verantwortliches Leben?” “Was haben Gruppen für eine Funktion?” “Welche Bedeutung hat der/die Einzelne für den Aufbruch?” Danach Fragen, Diskussion, Gespräch darüber, entweder in der ganzen Gruppe in Kleingruppen oder als Zweiergespräch.

Zum Abschluss des Morgens noch ein Kreistanz oder Lied.

Mittagspause – nicht zu kurz, mind. 2 Stunden

Samstagmittag

Nach der Mittagspause ist oft ein “toter Punkt” spürbar. Da bietet es sich an, raus zu gehen für einen gemeinsamer Spaziergang, bei dem wir schweigend, jede/r für sich **Gehmeditation** übt. Dabei achtet man auf die Empfindungen die entstehen, wenn der Fuß gehoben wird, in der Luft ist, wieder aufgesetzt wird, usw. – eine Übung um ganz in der Gegenwart zu sein. Auch verschiedene **Natur - Wahrnehmungsübungen** können hier für ca. 1 Stunde angeboten werden.

Nach der Rückkehr schließt sich eine halbstündige Kaffeepause an, bevor wir uns wieder im Gruppenraum treffen.

Thema Kraftquelle: Am Morgen bei dem Impulsreferat und auch bei dem Spaziergang in der Natur ist dieses Thema schon enthalten. Jetzt können wir noch mal jede/r für sich nachspüren, wo die eigenen Kraftquellen liegen: Was gibt mir Kraft? Was unterstützt mich? Nach einer kurzen Zeit der Eigenreflektion, Austausch in Kleingruppen und anschließendes Mitteilen von Einer/m aus der Kleingruppe für Alle – aufhängen an die Pinnwand.

Thema politische Dimension: Was hat mein ganz persönlicher Lebensstil für politische Auswirkungen? Was ist der Zusammenhang individueller und politischer Veränderungen? Was ist die politische Herangehensweise des “Aufbruchs”? Kurzreferat, Kleingruppenarbeit, Diskussion, Gespräch

Am Ende des Nachmittags wieder ein Tanz oder ein Lied.

Abendessen

Samstagabend

Für den Abend ist es oft schön den Raum zu wechseln, sich in lockerer, gemütlicher Stimmung zusammen zu setzen, in Gesprächsform über die **Entstehung der Aufbruch – Initiative** und den aktuellen Stand zu informieren und Fragen dazu zu beantworten. Wie der Abend sich weiter entwickelt liegt natürlich individuell bei jeder Gruppe selbst, z.B.: Geschichten erzählen, Gedichte vortragen, Improtheater spielen..., der Phantasie sind keine Grenzen gesetzt.

Sonntagmorgen

Am Sonntagmorgen beginnen wir wie am Vortag mit Körperübungen vor dem Frühstück.

Nach dem Frühstück, Treffen im Gruppenraum, **Einstimmung** durch ein Gedicht oder kurzen Text und anschließend eine Steinrunde zur momentanen **Befindlichkeit** und ob noch etwas von gestern übriggeblieben ist, was gesagt werden möchte.

Dann Einladung zu einem **Brainstorming**: “Wie könnte sich der Aufbruch in Deiner schönsten Phantasie entwickeln?” “Wie könnte unser Leben im Sinne des “Aufbruch’s” aussehen?” Kurze Zeit der Stille zur Eigenbesinnung, dann laut in den Raum die Phantasien und Vorstellungen aussprechen. Eine Person schreibt, auf einem Zettel an der Pinnwand mit. Es muss nicht alles erfasst sein, wichtig ist, dem Prozess seinen Lauf zu lassen.

Jetzt können sich **Informationen** anschließen, sowohl durch die LeiterInnen, als auch durch die TeilnehmerInnen. Was gibt es schon alles an gelebten Beispielen, unterstützenden Initiativen und praktischen Tipps. Außerdem **Fragen** wie: Was brauchst Du noch an Infos? Wie läuft die Vernetzung? Wie kann eine Gruppe gestartet werden? Wieviel Zeit kann und will ich in die Initiative investieren?...

Nach einer Pause und ein paar Reck- und Streckübungen schließt sich eine Übung an, bei der jede/r sich gemütlich mit Zettel und Stift in eine Ecke setzt und 6 von mir gestellte Fragen in Selbstreflektion beantwortet:

Übung: Meinen Weg finden

Die Fragen sollen helfen, den eigenen Weg in eine zukunftsfähige Lebensweise zu finden. Sie sollen helfen, klarer die eigene Vision vor Augen zu haben, sozusagen schwarz auf weiß, nachdem sie aufgeschrieben ist. Aber genauso wichtig wie die Vision, ist der nächste Schritt darauf zu - vom jetzigen Standpunkt aus.

Frage 1: *Was ist Deine Vision, wie Du in 5 Jahren leben möchtest? (Bitte von der Idealvorstellung ausgehen, nicht so sehr am Ist-Zustand orientiert).*

Frage 2: *Welche inneren und äußeren Ressourcen stehen Dir jetzt schon zur Verfügung, um diese Vision wahr werden zu lassen? (z.B.: Geduld, Wissen, PartnerInnen, Geld...)*

Frage 3: *Welche inneren und äußeren Ressourcen fehlen Dir noch, um die Vision zu realisieren ?*

Frage 4: *Wie und wo stehst Du Dir selbst im Weg? Wo blockierst Du dich selbst?*

Frage 5: *Was würde Dir helfen, diese Blockaden zu überwinden? Was könnte Dich unterstützen?*

Frage 6: *Was ist der erste Schritt in Richtung Realisierung? Nenne einen konkrete Schritt, den Du in den nächsten Tagen umsetzen wirst, umsetzen kannst, um Deiner Vision etwas näher zu kommen.*

Für jede Frage lasse ich ca. 3 min. Zeit, wenn die Teilnehmenden die Frage mitschreiben, haben sie zu Hause noch Gelegenheit, sich weiter damit zu beschäftigen.

Im anschließenden **Bekräftigungsritual** steht jede/r auf und sagt sich und der Gruppe laut den persönlichen nächsten Schritt (Antwort 6). Damit bekräftigt sie/er noch mal den Entschluss dazu.

Für die abschließende **Feedbackrunde** (Steinrunde) gebe ich 3 Fragen vor: Was nehme ich mit von diesem Wochenende? Was hat mit gefehlt? Was ist mir noch wichtig mitzuteilen?

Zum Abschluss tanzen wir noch einen Kreistanz oder singen zusammen.

Danach widme ich die Arbeit dem inneren und äußeren Frieden dieser Welt: "Möge sich alles Positive, was an diesem Wochenende entstanden ist, ausbreiten und zum Frieden dieser Welt beitragen! Mögen alle Wesen glücklich sein!"

Das ist eine von vielen Möglichkeiten wie ein Aufbruch - Seminar ablaufen kann. Es hängt immer von den Leitenden und den Teilnehmenden ab, wie sich die gemeinsame Zeit gestaltet. Ich finde es sehr wichtig, dass möglichst viele Sinne und Ebenen des menschlichen Seins an solch einem Wochenende angesprochen werden.

In diesem Sinne wünsche ich viel Spaß beim Experimentieren.



Ermutigung

II. Entschließung

Die folgenden Hinweise sollen Ihnen den Aufbruch in eine andere Lebensweise erleichtern. Zu allen angesprochen Themen einer zukunftsfähigen Lebensweise bieten wir Ihnen kurze Tipps zur weiteren Information. Die Systematik folgt dabei in ihrer Reihenfolge der "Entschließung" im Basistext der Initiative mit ihren konkreten Praxisvorschlägen.

Auch in der Literaturliste unter der Rubrik „Materialien“ -Anstiftung zur Praxis, finden Sie weitere Praxistipps.

II.1 Nachhaltiger Konsum

Vom viel Haben zum gut Leben

a) Konsumverhalten allgemein

alternatives Branchenbuch

ECO-World informiert über ökologische Standards, Innovationen und Trends zu Themen wie Ernährung, Bauen und Wohnen, Energie, Gesundheit, Kosmetik und Mode bis hin zu ökologischen Kapitalanlagen.

<http://www.eco-world.de>

ALTOP Verlags- und Vertriebsgesellschaft für umweltfreundliche Produkte mbH, Gotzingerstr. 48, D-81371 München, Tel.: 089 74 66 11-0

Bunte Seiten

Verzeichnis alternativer Projekte mit 13.500 Anschriften alternativer Projekte, Betriebe und Initiativen. Gemeinsamer Nenner ist ihr besonderes soziales, kulturelles und umweltpolitisches Engagement.

<http://www.contraste.org>

Postfach 104520, D-69035 Heidelberg, Tel: (06221) 16 24 67

Grüne Seiten

Auf den Grünen Seiten des one world web präsentieren sich Hersteller und Anbieter umwelt- und sozialverträglicher Produkte und Dienstleistungen.

http://www.oneworldweb.de/gruene_seiten

Logisch - bio.logisch, öko.logisch

Logisch ist ein themenspezifisches Internet-Forum mit Magazin- und Servicecharakter zu den Themen Umweltschutz, Energie, Technologie, Verkehr, Bauen, Wohnen, Haushalt, Arbeit, Garten, Ernährung, Gesundheit, Fitness, Familie, Kleidung, Kosmetik, Tierschutz

<http://www.logisch.at>

Produkte für ein besseres Leben

Ein Online-Shop für den Versand tierversuchsfreier Kosmetik, vegetarischer Lebensmittel und vieles mehr.

<http://www.ein-besseres-leben.de>

Regina Schmitz, Sebastianstraße 7, D-53572 Unkel, Tel: 02224-76207

Tipps zum ökolog. Einkaufen

Eine „grüne Suchmaschine“ im Internet mit vielen Links.

<http://www.die-gruene-suchmaschine.de>
<http://www.oekotopp.de>

Und als grünes Branchenbuch im Buch- und Zeitschriftenhandel.

Tel: 04532 - 21402, Fax: -22077, service@gruenes-branchenbuch.de, www.gruenes-branchenbuch.de

b) Lebensmittel

Foodwatch

Foodwatch will die Voraussetzungen dafür schaffen, dass Verbraucher informierte und verantwortliche Entscheidungen für ihre Ernährung treffen können und die Möglichkeit besitzen, ihren politischen Willen effektiv geltend zu machen.

<http://www.foodwatch.de>

foodwatch e.V., Brunnenstr. 181, 10119 Berlin,
Tel: 030 / 28 093 995

Ökolandbau

Umfangreiche Informationen zum Thema Ökologischer Landbau - für Verbraucher, Erzeuger und Handel.

<http://www.oekolandbau.de>

Projektgemeinschaft Zentrales Internetportal
Ökologischer Landbau, Galvanistraße 28, 60486
Frankfurt, Tel.: 069 7158996-0

Bundes Arbeitsgemeinschaft der Lebensmittelkooperativen e.V.

Das neu erschienene Food-Coop Handbuch versteht sich als Leitfaden zur Neugründung von Einkaufsgemeinschaften für ökologische Lebensmittel und zur Verbesserung und Motivation bestehender Food-Coops.

<http://www.oekoop.de/www.foodcoops.de>

c/o Bärbel Holve, Hochstr. 30, 53894 Lückerrath,
Tel. 02443 - 1631

Vegane Ernährung

Die Vegan-Welt bietet Informationen über veganes Leben, also ohne jegliche Nutzung von tierischen Produkten. Mit Rezepten, Einkaufsquellen, Informationen über veganes Tierfutter, etc.

<http://www.vegan-welt.de>

Vegan-Shop & Versand Frankfurt

Angebot: Lebensmittel, Kosmetik, Körperpflege, Haushaltsreiniger, Buttons, Aufkleber, Geschenkartikel, Schmuck, Schuhe, Tiernahrung. Dieser Vegan-Shop ist leider noch nicht im Internet. Per Telefon oder Post kann der aktuelle Katalog gegen eine Schutzgebühr von 4,- DM angefordert werden.

Vegan-Shop & Versand Frankfurt, Höhenstraße 50,
60385 Frankfurt am Main, Fon: 069-440989

Was wir essen...

Viele Informationen über Ernährung: Erzeugung, Verarbeitung, Einkauf und Kennzeichnung, Zubereitung und Lagerung, Gesund essen und Verbraucherschutz. Mit Schadstofflexikon und Wörterbuch.

<http://www.was-wir-essen.de>

aid infodienst Verbraucherschutz Ernährung
Landwirtschaft, Friedrich-Ebert-Str. 3, 53177
Bonn, Telefon: 0228-8499-0

c) Kleidung

Öko-Faire Kleidung

Eine Marke für öko-faire Kleidung aus zertifizierter Bio-Baumwolle: ökologisch produziert, sozialverträglich hergestellt, kontrolliert.

<http://www.lamulamu.de>

Landjugendverlag GmbH, Drachenfelsstraße 23,
53604 Bad Honnef-Rhöndorf, Tel.:(02224) 94 65-0

d) Qualitätssiegel

Bio-Siegel

Das Bio-Siegel des Bundesministeriums für Verbraucherschutz, Ernährung und Landwirtschaft

<http://www.bio-siegel.de>

Informationsstelle Bio-Siegel bei der ÖPZ GmbH,
Godesberger Allee 125-127, D-53175 Bonn, Tel.:
0228 53689-0

Die Verbraucherinitiative e.V.

Die VERBRAUCHER INITIATIVE e.V. bietet Ihnen Informationen zu den Themenfeldern Ernährung, Fairer Handel, Geld & Recht, Gesundheit und Umwelt an. Bitte beachten Sie die Datenbanken zu Zusatzstoffen, Gentechnik und Gütesiegeln.

<http://www.verbraucher.org>

Die VERBRAUCHER INITIATIVE e.V., Elsenstraße
106, 12435 Berlin, Tel: 030-53 60 73-3

Verbraucherschutz

Das EinkaufsNetz bietet die Plattform, Verbraucherinteressen und Verbrauchermacht zu bündeln. Durch Informationen und Kampagnen versetzt es Verbraucherinnen und Verbraucher in die Lage, wirkungsvoll Druck mit dem Einkaufskorb zu machen. Das EinkaufsNetz ist die Verbraucherorganisation von Greenpeace, sie stellt unbequeme Fragen, gibt ehrliche Antworten und bietet den Menschen die Möglichkeit der Macht der Konzerne etwas entgegenzusetzen - politisch motivierten, nachhaltigen Konsum.

<http://www.greenpeace.de/einkaufsnetz>

Greenpeace e.V., Große Elbstraße 39, 22767
Hamburg, Tel.: 040-30618-0



e) Konsumgüter

All you Need

All You Need ist eine umfassende Initiative der Verbraucherzentrale Bayern für einen neuen Lebensstil. Sie stellt u.a. viele Produkte vor, die aus fairem Handel stammen und den Ideen der Nachhaltigkeit entsprechen. Es gibt eine ausleihbare Ausstellung zum Thema.

<http://www.all-you-need-online.de>

Verbraucherzentrale Bayern e.V., Mozartstr. 9,
80336 München, Tel. 089/53987-0

Lifeguide München

Ein Wegweiser für ein nachhaltiges Leben in München und darüber hinaus. - „Gut leben und dabei die Umwelt schonen“. Viele nützliche Hinweise und Links.

<http://www.lifeguide-muenchen.de>

Second-Hand vernetzt

Der Handel mit gebrauchten Waren macht Spaß, bietet ökonomische Vorteile, lässt Raum für Individualität und gewährt in unserer Wegwerfgesellschaft einen wertschätzenden Blick auf die Dinge.

<http://www.secondhand-online.de>

Verband für die Förderung des Gebrauchtgüterhandels e.V., Hüfferstraße 16, 48149 Münster, Tel: 0251-44136

f) Heizung, Strom, Wasser

Dämmung und Haustechnik

Informationen und Links zu den Themen Energieoptimierung und regenerative Haustechnik.

<http://www.oekologischbauen.de>

Energie

Liste vieler alternativer Stromanbieter und Solartechnik.

http://www.oneworldweb.de/gruene_seiten/energie.html

Grüner Strom

Zweck des Vereins Grüner Strom Label e.V. ist die Förderung einer ökologischen Energieversorgung durch die Zertifizierung verbunden mit der Vergabe eines Labels von direkten Anbietern von Stromlieferungen aus Erneuerbaren Energien, ergänzt um Strom aus Kraft-Wärme-Kopplung („Grüner Strom“), um damit den Beziehern solchen Stroms eine Transparenz der Marktanbieter zu ermöglichen.

<http://www.gruenerstromlabel.de>

Grüner Strom Label e.V., c/o EUROSOLAR e.V.,
Kaiser-Friedrich-Str. 11, 53113 Bonn, Telefon:
0228-36 23 73

Interaktiver Solarenergie-Förderberater

Ein „Interaktiver Solarenergie-Förderberater“ in drei Schritten: „Geben Sie die Daten Ihrer geplanten Solaranlage ein! Wählen Sie aus den Empfehlungen des Solarberaters die für Sie beste aus! Informieren Sie sich im Detail über Ihre Fördermöglichkeiten und folgen Sie unseren verständlichen Wegweisern! „

<http://www.solarfoerderung.de>

Unternehmensvereinigung Solarwirtschaft e.V.
(UVS), Torstrasse 177, 10115 Berlin, Tel. 030 44
009 123

Solarstrom-Magazin

PHOTON - das Solarstrom-Magazin online - ist eine Publikation der Solar Verlag GmbH. Viele Artikel und Informationen zum Thema.

<http://www.photon.de>

Solar Verlag GmbH, Wilhelmstraße 34, 52070
Aachen, Telefon 0241 / 4003-0

Stromanbieter Greenpeace

Greenpeace energy bietet „Strom aus kontrolliertem Anbau“ und ist deshalb entstanden, weil es viele gute Gründe gibt, sich von der gefährlichen und veralteten Stromerzeugung aus Atomkraft zu verabschieden. Dazu bedarf es natürlich einer neuen Energiepolitik, und das heißt: freie Bahn für Sonne, Wind und Wasser. Mit Hintergrundtexten können Sie Ihr Wissen darüber vertiefen.

<http://www.greenpeace-energy.de>

GREENPEACE energy eG, Norderstraße 99, 20097
Hamburg, Telefon 040 - 28 05 79 - 0

g) Verkehr und Transport

Anders Reisen

Das Forum Anders Reisen ist ein Netzwerk zur Stärkung der kleinen Veranstalter und zur Verbesserung ihrer Kommunikation. Der Verband stellt sich die Aufgabe, die Idee eines nachhaltigen Tourismus praktisch und politisch zu unterstützen.

<http://www.forum-anders-reisen.de>

forum anders reisen, Postfach 50 02 06, 79028
Freiburg



autofrei leben! e.V.

autofrei leben! e.V. ist Plattform und Sprachrohr für autofreie Menschen und solche, die es werden wollen und will Alternativen aufzeigen - durch schlichtes aber konsequentes Verhalten im Alltag und durch gezielte Aktionen.

<http://www.autofrei.de>

autofrei leben! e.V., Volkmannstr. 6, D-22083 Hamburg, Tel.: (040) 27 80 83 63

Avanti Busreisen Freiburg

Ein alternativer Bus-Reiseveranstalter, der Wert auf individuelle und umweltverträgliche Reisen legt, und sich um sanften Tourismus bemüht.

<http://www.avantireisen.de>

Hans-Peter Christoph KG, Klarastr. 56, 79106 Freiburg, Tel: 0761-386588-0

Fahrradverein ADFC

Der Allgemeine Deutscher Fahrrad-Club setzt sich für die konsequente Förderung des Fahrradverkehrs ein und arbeitet mit Vereinen, Organisationen und Institutionen zusammen, die sich für mehr Sicherheit und Umweltschutz im Verkehr einsetzen.

<http://www.adfc.de>

ADFC Allgemeiner Deutscher Fahrrad-Club e. V., Postfach 10 77 47, 28077 Bremen, Telefon: 04 21 / 34 62 90

Hitchhikers Mitfahrzentrale

Hitchhikers verfügt über eine der größten Fahrten-datenbanken Europas. Fahrer und Mitfahrer können kostenlos ihre Angebote und Gesuche eingeben. Gemeinsam fahren spart Sprit und schützt die Umwelt und schafft Kontakt.

<http://www.hitchhikers.de>

Hitchhikers GbR, Ebelingstrasse 1, 22175 Hamburg, Tel.: 040 / 7679 7674

Mitfahrzentrale.de

Mitfahrgelegenheiten und Fahrgemeinschaften europaweit im Internet. Mitfahrzentrale.de ist ein Service der EuropeAlive Medien GmbH. Telefonische Vermittlung unter 0190-8666588 1,86 •/ Min. (24 Stunden erreichbar)

<http://www.mitfahrzentrale.de>

EuropeAlive Medien GmbH, Ennemoserstr. 10, D-53119 Bonn, 0 228/ 410 11-0

h) Bauen und Renovieren

Bauen und Wohnen

Anbieter und Lieferanten von ökologisch einwandfreien Materialien.

http://www.oneworldweb.de/gruene_seiten/bauen.html

Fachverband Strohballenbau Deutschland e.V

Der Fachverband Strohballenbau Deutschland e.V. (FSB) hat sich zum Ziel gesetzt die Strohballenbauweise auf den verschiedensten Ebenen zu fördern und eine Legalisierung durchzusetzen. Mit Strohballen lassen sich auf einfache Weise hochwärmedämmte, umweltfreundliche Wohnhäuser erstellen, doch in Deutschland ist diese Bauweise bislang wenig verbreitet, da für Strohballen weder anerkannte Regeln der Technik, noch Baustoffzulassungen existieren.

<http://www.strawbalehouse.de>

Fachverband Strohballenbau Deutschland e.V., c/o Dipl. Ing. Architekt Dirk Scharmer Auf der Rübekuhle 10, 21335 Lüneburg, Tel. 04131-727804

FSC Gütesiegel Tropenholz

Die FSC Arbeitsgruppe Deutschland stellt eine nationale Initiative zur Unterstützung des regierungsunabhängigen, internationalen Forest Stewardship Council (FSC) dar. Sie wurde 1997 als Diskussionsforum zur Förderung einer im umfassenden Sinne des FSC nachhaltigen Waldbewirtschaftung innerhalb Deutschlands gegründet und ist mittlerweile als gemeinnütziger Verein anerkannt.

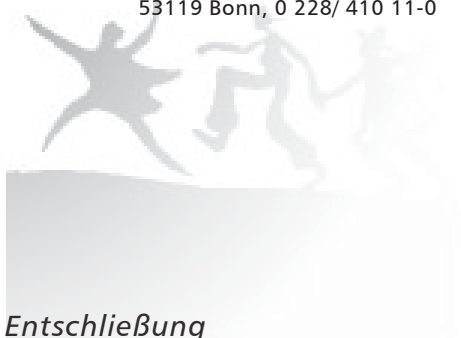
<http://www.fsc-deutschland.de>

FSC Deutschland e.V., Rennerstr. 22, D-79106 Freiburg, Tel.: 0761 / 6966433

Ökologisch Bauen

Informationen und Links zu den Themen ökologisch Bauen und energieeffizient Bauen.

<http://www.oekologischbauen.de>



i) Gesundheit / Krankheit

ARTABANA

Ziel von ARTABANA ist die Finanzierung des Gesundheitswesens auf der Grundlage von Eigenverantwortung und Solidarität. Artabana wird getragen von Menschen, die sich gegenseitig die individuelle Entscheidungsfreiheit und Verantwortungsfähigkeit in den Fragen der Gesundheitspflege und Krankheitsbewältigung zugehen, auch in finanzieller Hinsicht. Artabana geht davon aus, dass jeder Mensch ein Individuum ist und auch individuell erkrankt. Jeder Mensch soll seinen eigenen Weg zur Gesundheit suchen und gehen können.

<http://www.artabana.de>

Artabana, Panoramastr. 11, D-88147 Achberg, Tel: 0700-27822262

Frankfurter Gespräche - Dachverband

Der Dachverband sucht nach übergreifenden Unterscheidungs- und Qualitätsmerkmalen im Bereich von Gesundheit und Lebensberatung. In Blick kommen dabei beratende und gesundheitsfördernde Angebote wie Yoga, Körpertherapie, NLP, Atemschulung, Familienaufstellungen, Kinesiologie, Tai Chi, Shiatsu und viele weitere traditionelle und neue Methoden und Verfahren.

<http://www.frankfurter-gespraech.de>

Geschäftsstelle der Frankfurter Gespräche,
Danziger Str. 121, 10407 Berlin,
Tel. 030- 92 09 13 77

Onlinemagazin zur Alternativmedizin

Zu verschiedenen Themen der Alternativmedizin, Therapieformen und Möglichkeiten bietet das Onlinemagazin auch die Möglichkeit nach Adressen von Behandlern zu suchen.

<http://www.heilpraktiker.de>

Online Now! Gesellschaft für elektronisches Marketing mbH, Elisabethhof, Erkelenzdamm 59 - 61, 10999 Berlin, Telefon: 030 - 615 082-0

Paracelsus

Die Paracelsus-Heilpraktikerschulen informieren über die verschiedenen Heilverfahren und bieten die Suche nach einer Heilpraktikerin oder einem Heilpraktiker in der Nähe.

<http://www.paracelsus.de>

ZÄN - Zentralverband der Ärzte für Naturheilverfahren

Der Zentralverband der Ärzte für Naturheilverfahren bietet einen Patientenbereich, in dem Ärzte für Naturheilverfahren gesucht werden können.

<http://www.zaen.de>

Zentralverband der Ärzte für Naturheilverfahren,
Am Promenadenplatz 1, 72250 Freudenstadt, Tel.:
0 74 41 / 91 858 -0





Entschließung

II.2 Soziale Gerechtigkeit

Von Konkurrenz zu Solidarität

a) Sozialverhalten allgemein

Bessere Welt Link-Sammlung

Sammlung vieler interessanter Internet-Links zu Aktionen, Bildung, Eine Welt, Frauen, Frieden, Konfliktregionen, Menschenrechte, Militär, Nachrichten, Politik, Religionen, Soziales, Umwelt, Wirtschaft...

<http://www.bessereweltlinks.de>

FIAN

FIAN ist eine internationale Menschenrechtsorganisation für das Recht sich zu ernähren. Bei FIAN (FoodFirst Informations- & Aktions- Netzwerk) sind heute in Deutschland mehr als 1.300 Menschen Mitglieder, in elf weiteren Staaten Asiens, Europas, Lateinamerikas und den USA gibt es FIAN-Sektionen.

<http://www.fian.de>

FIAN, Sektion der Bundesrepublik Deutschland e.V., Overwegstr. 31, 44625 Herne, Tel.: 02323/ 49 00 99

Nachhaltige Entwicklung

Ein Internetportal aus Österreich für nachhaltige Entwicklung

<http://www.nachhaltigkeit.at>

Organisationen und Verbände

Gemeinsam mit verschiedenen Verbänden, Organisationen und Initiativen sind im One World Web viele deutschen Quellen zu den Themen Entwicklung, Frieden, Menschenrechte und Umwelt zusammengestellt.

<http://www.oneworldweb.de/organisationen>

b) Fairer Handel

gepa Fair Handelshaus !

Gepa vertreibt über „Weltläden“ und den Online-Shop verschiedene Produkte aus fairem Handel.

gepa Fair Handelshaus (keine Verkaufsstelle), Gewerbehof Wagner, Bruch 4, 42279 Wuppertal, Tel. 0202 - 266 83 0

<http://www.gepa3.de>

Transfair

Transfair-Produkte mit internationalem Logo; Transfair e.V./Rugmark, Remigiusstr.21, 50937 Köln, Tel. 0221 - 942040-0, Fax. -94204040, info@transfair.org

<http://www.transfair.org>

Ökologischer und Fairer Handel

Öko & Fair-Trade.Net ist ein Projekt zur Förderung von ökologischen Initiativen im fairem Handel. Guter Überblick.

<http://www.eco-fair-trade-net.de>

c) Projekte in Armutsländern

Brot für die Welt

„Brot für die Welt“ ist eine Aktion der kirchlichen Entwicklungszusammenarbeit und wird getragen von allen evangelischen Landes- und Freikirchen Deutschlands. In einem nationalen und internationalen Netzwerk von Aktionen, Organisationen und Kooperationen werden fachspezifische Dialoge sowie entwicklungspolitische Bildungs- und Kampagnenarbeit (Lobbying) betrieben. Das Leitmotiv dieser Aktivitäten: Den Armen Gerechtigkeit!

<http://www.brot-fuer-die-welt.de>

Brot für die Welt, Staffenbergstraße 76, 70184 Stuttgart, Telefon: +49 (0)711 / 21 59-0

MISEREOR

MISEREOR ist das Hilfswerk der Katholikinnen und Katholiken in Deutschland für die Entwicklungszusammenarbeit mit den Armen in den Ländern des Südens.

<http://www.misereor.de>

Bischöfliches Hilfswerk MISEREOR e.V., Mozartstraße 9, 52064 Aachen, Tel: 0241/4420

d) Asyl, Rassismus, Sexismus

Amnesty International Deutschland

amnesty international ist eine weltweite, von Regierungen, politischen Parteien, Ideologien, Wirtschaftsinteressen und Religionen unabhängige Mitgliederorganisation. Auf der Grundlage der Allgemeinen Erklärung der Menschenrechte wendet sich ai gegen schwer wiegende Verletzungen der Rechte eines jeden Menschen auf Meinungsfreiheit, auf Freiheit von Diskriminierung sowie auf körperliche und geistige Unversehrtheit.

<http://www.amnesty.de>

amnesty international, Sektion der Bundesrepublik Deutschland e.V., 53108 Bonn, Telefon: 0228/983 73-0

ProAsyl - Menschenrechtsorganisation für Flüchtlinge

PRO ASYL, gegründet 1986 wurde im Laufe der Jahre zu einer Menschenrechtsorganisation mit mehr als 11.000 Fördermitgliedern. Damals wie heute ist es das Ziel, eine wirkungsvolle Stimme zu sein, die für die Rechte von Flüchtlingen in diesem Land eintritt. PRO ASYL ist eine unabhängige Menschenrechtsorganisation, in der Menschen aus Kirchen, Gewerkschaften, Flüchtlingsräten, Wohlfahrts- und Menschenrechtsorganisationen zusammen arbeiten.

<http://www.proasyl.de>

PRO ASYL, Postfach 160 624, 60069 Frankfurt/M.,
Telefon 069 - 23 06 88

e) Arbeit teilen

Qualifizierte Teilzeitarbeit

Die Homepage zur Qualifizierten Teilzeitarbeit ist eine Informations- und Kommunikationsstelle für qualifizierte und hochqualifizierte Teilzeitarbeit. Unter anderen gibt es eine Sammlung von wissenschaftlichen Arbeiten zu diesem Thema sowie eine (teilweise kostenpflichtige) Datenbank zum Thema Job-Sharing.

<http://www.qualifizierte-teilzeitarbeit.de>

f) ökologische Geldanlage

GLS Gemeinschaftsbank

Die GLS Gemeinschaftsbank eG arbeitet als Non-Profit-Bank. Sie finanziert derzeit ca. 1.400 zukunftsweisende Projekte in ganz Deutschland: Biohöfe, freie Schulen, regenerative Energien, soziale und gewerbliche Projekte. Die GLS übernimmt die laufenden Geschäfte der Ökobank.

<http://www.gemeinschaftsbank.de>

GLS Gemeinschaftsbank eG, Postfach 10 08 29,
44708 Bochum, Tel.: 0234-5797-0

Oeko Kapital Lebensversicherung

Als erster deutscher Lebensversicherer hat sich die oeko capital in ihrer Satzung zu einer sozialen und umweltfreundlichen Kapitalanlagepolitik verpflichtet.

<http://www.oeko-capital.de>

oeko capital Lebensversicherung AG, Karl-
Wiechert-Allee 55, 30625 Hannover, Tel: 0511/
5701-2191

Ökumenische Entwicklungsgenossenschaft

Die Ökumenische Entwicklungsgenossenschaft Oikocredit (damals EDCS) wurde 1975 vom Ökumenischen Rat der Kirchen gegründet. Oikokredit verspricht sozial und ökologisch verantwortbare Kapitalanlagen.

<http://www.oikocredit.org/de>

Oikocredit Deutsche Förderkreise, Adenauerallee
37, 53113 Bonn, Tel: 0228 / 9 25 97 39

Portal für nachhaltige Kapitalanlage

Ein Internetportal mit Informationen über nachhaltige Kapitalanlagemöglichkeiten.

<http://www.ecoreporter.de>

ECOreporter.de AG, Latschenweg 13, 83209 Prien
am Chiemsee, Tel 0231/477 359-60

Portal für Ökologische Investments

Ein Internetportal mit Informationen über ökologische Investments.

<http://www.oeko-invest.de>

g) gemeinsame Nutzung und Tauschringe

StattAuto CarSharing

<http://www.stattauto.de>

Tauschring-Archiv

Informationen über Tauschsysteme. Das Tauschring-Archiv befasst sich bei der Arbeit auch mit den ‚Begleitthemen‘ der Tauschsystem-Landschaft: „Lokale Ökonomie“, „Agenda 21“, „Neue Arbeit - Zukunft der Arbeit (Beschäftigung)“, und „Bürgerschaftliches Engagement“.

<http://www.bag-tauschsysteme.de>

Das Tauschring Archiv, Hasenkamp 30, D-49504
Lotte, Telefon: 05404-7 24 00



h) gemeinschaftlich Leben und Arbeiten

contraste - Monatszeitung für Selbstorganisation

CONTRASTE ist die einzige überregionale Monatszeitung für Selbstorganisation und dient den Alternativen Bewegungen als Sprachrohr und Diskussionsforum. AktivistInnen aus den unterschiedlichsten Bewegungen verfolgen mit der Herausgabe der Zeitung das Ziel, zu den von Globalisierung, Sozialabbau, Massenarbeitslosigkeit und Umweltzerstörung geprägten herrschenden Verhältnissen Alternativen zu diskutieren, Entwicklungen aufzuzeigen, eigene Utopien zu entwickeln und diese zu erproben.

<http://www.contraste.org>

Postfach 104520, D-69035 Heidelberg, Tel:
(06221) 16 24 67

europa - Verzeichnis europäischer Gemeinschaften und Ökodörfer

Das europa - Verzeichnis europäischer Gemeinschaften und Ökodörfer enthält Beiträge zum Thema Leben in Gemeinschaft und Informationen über 333 Gemeinschaften in 22 europäischen Ländern. In deutsch, englisch und spanisch erhältlich. Vertrieb über Ökodorf-Buchversand, 29416 Gross Chüden, Fax: +49-(0)3901-82942.

<http://www.europa.de>

Vertrieb über Ökodorf-Buchversand, 29416 Gross Chüden, Tel: 039000-51233, Fax: +49-(0)3901-82942

Global Ecovillage Network

Das GEN - Global Ecovillage Network ist ein Netz von weltweiten ökologischen Projekten.

<http://gen.ecovillage.org>

Infos: GEN Europe, Rosa-Luxemburg-Str.89,
14806 Belzig, info@gen-europe.org,
www.gen-europe.org

(es kann auf englisch kommuniziert werden)

kurskontakte

Zeitschrift für inneres Wachstum mit regelmäßigem Sonderteil „europa - Leben in Gemeinschaft - Anders besser leben“. Zum abonnieren und neu im Zeitschriftenhandel.

<http://www.kurs-kontakte.com>

Human Touch Medien GmbH, Am See 1, 17440 Klein Jasedow, Tel. (038374) 75216

NETZ für Selbstverwaltung und Selbstorganisation

Das NETZ ist ein Verband von kleinen Betrieben und Organisationen, die nachhaltiges Wirtschaften praktizieren

<http://www.netz-bund.de>

NETZ für Selbstverwaltung und Selbstorganisation e.V, Huckarder Str. 10-12, 44147 Dortmund

TAKAÖ - Theoriearbeitskreis Alternative Ökonomie

Der Theoriearbeitskreis Alternative Ökonomie (TAK AÖ) ist ein selbstorganisierter bundesweiter (informeller) Zusammenschluss von am Thema „Anderen Wirtschaftens“ Interessierten. Er arbeitet zu Fragen der alternativen Ökonomie bzw. Selbstverwaltung.

<http://www.leibi.de/takaoe>

Redaktion: Waldemar Schindowski, Holzheimer Str. 7, 89233 Neu-Ulm, Tel 07308/919094





Entschließung

II.3 Ganzheitlich Leben

Von materiellen zu spirituellen Werten

a) Geisteshaltung allgemein

Netzwerk für spirituelle Entwicklung und Krisenbegleitung e.V.

Ziel des Vereins ist die Begleitung einzelner oder kleiner Gruppen auf dem spirituellen Weg und bei etwaigen Krisen.

<http://www.senev.de>

SEN - Deutschland e.V., Graf Dürckheimweg 5, D-79682 Todtmoos-Rütte, Tel.: 07674-8511

Wuppertal Institut

Ein Projekt der „Arbeitsgruppe Neue Wohlstandsmodelle“ am Wuppertal Institut .

http://www.wupperinst.org/Gutes_Leben

Wuppertal Institut für Klima, Umwelt, Energie GmbH, c/o Arbeitsgruppe Neue Wohlstandsmodelle, Renate Jungkeit, Döppersberg 19, 42103 Wuppertal

b) Zeit und Raum der Sittle

EigenZeit

EigenZeit-Verlag: Was ist eigentlich Eigenzeit? „Eigenzeit ist die Zeit, die ich ganz allein für mich brauche. Es ist die selbstbestimmte Zeit, die Zeit, die ich souverän gestalte. Wenn ich die Regie über meine Zeit habe, dann gehe ich um mit meiner Eigenzeit.“

<http://www.eigenzeit.de>

eigenZEIT Verlag, Tannenweg 9, 78126 Königsfeld, Tel:(0 77 25) 39 25

Verein zur verzögerung der Zeit

Der VEREIN ZUR VERZÖGERUNG DER ZEIT ist ein Netzwerk der Zeit-Interessierten. „Die Mitglieder im Verein zur Verzögerung der Zeit verpflichten sich zum Innehalten, zur Aufforderung zum Nachdenken dort, wo blinder Aktivismus und partikuläres Interesse Scheinlösungen produziert.“

<http://www.zeitverein.de>

VEREIN ZUR VERZÖGERUNG DER ZEIT am Interdisziplinären Institut für Forschung und Fortbildung (IFF) der Universität Klagenfurt, Sterneckstraße 15, A-9020 Klagenfurt

c) Leben achten, Werte

Ökumenische Initiative Eine Welt

Die Erd-Charta versteht sich als eine inspirierende Vision grundlegender ethischer Prinzipien für eine nachhaltige Entwicklung und sie soll ein verbindlicher Vertrag der Völker auf der ganzen Welt werden. Grundlegend sind die Achtung vor der Natur, die allgemeinen Menschenrechte, soziale und wirtschaftliche Gerechtigkeit und eine Kultur des Friedens.

<http://www.erdcharta.de>

ÖIEW-Geschäftsstelle, Laurentiushof Wethen Mittelstr. 4, 34474 Diemelstadt-Wethen, Tel.: (05694) 1417

Stiftung Weltethos

Aufgaben der Stiftung sind Durchführung und Förderung interkultureller und interreligiöser Forschung, Anregung und Durchführung interkultureller und interreligiöser Bildungsarbeit, Ermöglichung und Unterstützung der zur Forschungs- und Bildungsarbeit notwendigen interkulturellen und interreligiösen Begegnung.

<http://www.weltethos.org>

Stiftung Weltethos, Waldhäuser Strasse 23, D-72076 Tübingen, Telefon: 0 70 71 - 6 26 46

d) Kreativität

Workshopangebote

Ein Reichhaltiges Workshopangebote für Kulturrell-Kreative in der Zeitschrift für inneres Wachstum. Zum abonnieren und neu im Zeitschriftenhandel.

<http://www.kurs-kontakte.com>

Human Touch Medien GmbH, Am See 1, 17440 Klein Jasedow, Tel. (038374) 75216



d) Verbindung mit allem, Tiefenökologie

Gesellschaft für angewandte Tiefenökologie e.V.

Die Gesellschaft für angewandte Tiefenökologie bietet Erfahrungs- und Lernprozesse an, die der tiefenökologischen Bewusstseinsbildung dienen, die Entwicklung von sozialen und ökologischen Visionen unterstützen und deren Umsetzung im Alltag fördern

<http://www.tiefenoekologie.de>

Informationen bei Gabi Bott, Sieben Linden,
38486 Poppau, Telefon 039000-90862, eMail:
gabibott@siebenlinden.de

e) Beziehungen

Fachklinik Heiligenfeld

Im Mittelpunkt steht für uns der Mensch, jeder einzelne mit seinen körperlichen oder seelischen Leiden. Ausgehend von einem ganzheitlichen Menschenbild bezieht unser therapeutisches Handeln die erkrankte Seele, den Körper und auch die geistig-spirituelle Ebene der Patientinnen und Patienten ein.

<http://www.heiligenfeld.de>

Fachklinik Heiligenfeld, Euerdorfer Straße 4 - 6,
97688 Bad Kissingen, Telefon: 0971/8206-0

Gewaltfreie Kommunikation

Die Gewaltfreie Kommunikation nach M.B.Rosenberg sucht nach Wegen, aufrichtig und einfühlsam miteinander zu sprechen und nach neuen Wegen in der Mediation und im Umgang mit Konflikten.

<http://www.gewaltfrei.de>

Zentrum Gewaltfreie Kommunikation Berlin e.V.,
Elfriede-Kuhr-Str. 37, 12355 Berlin, Tel. 030 66 46
05 27

Klinik Bad Herrenalb

Grundpfeiler des therapeutischen Konzeptes der Klinik Bad Herrenalb sind die tiefenpsychologische Grundorientierung, die systemische Familientherapie, die Bonding-Psychotherapie nach Casriel, das 12-Schritte-Programm der Anonymen Alkoholiker sowie das Prinzip der therapeutischen Lehr- und Lerngemeinschaft.

<http://www.klinik-bad-herrenalb.de>

Klinik Bad Herrenalb, Fachklinik für Psychosomatische Medizin, Kurpromenade 42, D-76332 Bad Herrenalb, Tel. 0800 / 7853920

f) Glück und Sinn

Glücksforschung

Ein Glücksfragebogen zur Stärkung des eigenen Glücksbewusstseins.

<http://www.stimmlabor.de>

Zentrum für Glücksforschung, Mirco Großer,
Karlsgartenstr. 14, 12049 Berlin

g) Religion, Philosophie, Spiritualität

Google-Verzeichnis

Unter „Religion und Spritualität“ verbergen sich hier über 2000 Links zu Angeboten dieses Themenkomplexes.

[http://directory.google.de/Top/World/
Deutsch/Gesellschaft/](http://directory.google.de/Top/World/Deutsch/Gesellschaft/)

HOLIS.ORG

Internet-Plattform für ganzheitliche Perspektiven und für Kulturell Kreative

<http://www.holis.org>



III. Erinnerung

Wir bieten Ihnen Materialien zum Erinnern und Weiterdenken mit ausgewählten Zeitschriften, Büchern und weiteren Medien zu den Themen Grundlagenliteratur, Beispiele eines anderen Lebens, Lebenskunst, Anstiftung zur Praxis (nachhaltiger Konsum, soziale Gerechtigkeit, ganzheitlich Leben), Nachhaltigkeit und Globalisierung sowie Kinder und Jugendliche.

Die eigenen Materialien der Aufbruch- Initiative können Sie beim Aufbruch Projektbüro-Berlin (Bestellzettel siehe vorletzte Seite) bestellen.

Materialien zum Weiterdenken

Ausgewählte Zeitschriften:

Kurskontakte - Zeitschrift für inneres Wachstum / eurotopia – Leben in Gemeinschaft

Schon seit 1988 (jetzt auch am Kiosk) wird ein breiter Überblick über Kurse, workshops und Veranstaltungen im Bereich von ganzheitlicher Bildung, neuen Heilweisen, integraler Kultur und reflektierter Spiritualität geboten. Dazu noch interessante Hintergrundberichte und mit dem Sonderteil "eurotopia – Leben in Gemeinschaft" konkrete Beispiele eines anderen besseren Lebens.

Human Touch GmbH, Am See 1, D-17440 Klein Jasedow, Fax. 038374-75223, email: kurs@humantouch.de, 6 Ausgaben im Jahr für 10,- EUR

Mensch – Beiträge für Morgen

Für alle, denen es um den Versuch geht, der menschlichen Existenz eine Dimension zu geben, die im Weltganzen Sinn macht.

Info 3 -Verlag, Kirchgarten 1, 60439 Frankfurt/Main, Tel. 069-584647, Email: vertrieb@info3.de, www.info3.de, erscheint vierteljährlich, am Kiosk für 6,50 EUR

Zeitpunkt – für gelebte Träume

Befasst sich mit dem, was unsere Träume anregt und behindert.; behandelt Themen aus Politik, Wirtschaft, Wissenschaft, Alltag und Spiritualität

Der Zeitpunkt, Westbahnhofstr. 10, CH – 4500 Solothurn, Tel. 032-6218111, Fax.-6218110, schnupperrn@zeitpunkt.ch, Jahresabo 6 Ausgaben

Diese 3 Zeitungen und 7 weitere gehören zur Mediengruppe Kulturell Kreative (MKK), einem Forum von Zeitungsmachern zur Vernetzung des Gedankens einer zukünftigen integralen Kultur.

Koordinationsstelle c/o Medien und Events, Danziger Str. 121, D-10407 Berlin, Tel. 030-42803155, info@kulturkreativ.net, www.kulturkreativ.net, Probeheft-Paket für 20,- EUR (Schein beilegen)

Connection

Das Magazin fürs Wesentliche

Die Zeitschrift steht mit ihren Beiträgen zu Spiritualität, Liebe und Bewusstsein für religiöse Toleranz, Humor und ein ganzheitliches Verständnis. Der Name ist Inhalt und Programm: Gegensätze wie Sex und Religion, Selbstverwirklichung und soziales Handeln werden miteinander verbunden. Empfehlenswert auch die regelmäßigen "specials" als vertiefende Themenhefte.

Connection Medien GmbH, Hauptstr. 5, D-84494 Niedertaufkirchen, Tel. 08639-98340, Fax.-1219, vertrieb@connection-medien.de, www.connection-medien.de, Jahresabo 6 Hefte 24,- EUR, Schnupperabo 3 Ausgaben für 7,50 EUR, Abo der 6 specials 42,- EUR

Bankspiegel

Zeitschrift für ein modernes Bankwesen

Die Hauszeitschrift der GLS-Gemeinschaftsbank informiert alle 3 Monate über Hintergründe des gesellschaftlichen Umgangs mit Geld und zeigt Alternativen auf, wie Geld als ein soziales Medium eingesetzt werden kann. Es wird ständig über Beispiele der über 2000 bisher geförderten Projekte berichtet. Für Mitglieder der Genossenschaft kostenlos.

GLS Gemeinschaftsbank eG, PF 100829, D-44708
Bochum, Tel. 0234-57970, Fax.-5797133,
bochum@gemeinschaftsbank.de,
www.gemeinschaftsbank.de, Jahresabo 12,- EUR

Contraste e.V. Postfach 1045 20 , 69035 Heidelberg,
Tel. 06221-162467, Email: contraste@t-online.de,
www.contraste.org, Schnupperabo 3 Monate für 5,-
EUR, Jahresabo 45,- EUR

Die weibliche Stimme

für eine Politik des Herzens

Zeitschrift für weibliches Friedenswissen und Handeln in Politik, Liebe und Spiritualität. Ein Forum für Männer und Frauen.

Redaktion: Leila Dregger, Rosa-Luxemburg-Str. 89,
D-14806 Belzig, Tel. 033841-38441, Fax.-38562,
redaktion@weibliche-stimme.de, www.weibliche-
stimme.de, Jahresabo 14,- EUR für 4 Ausgaben

Der Rabe Ralf

Die monatliche Umweltzeitung des noch aus der DDR – Zeit entstandenen Netzwerkes ökologischer Bewegungen. Umfassender und politischer als manch andere Umweltzeitung, immer auch mit Beispielen für ein anderes besseres Leben.

Hrsg. Grüne Liga, Prenzlauer Allee 230, D-10405
Berlin, Tel. 030-443391, Fax. -33,
raberalf@grueneliga.de, www.grueneliga.de,
Halbjahresabo 10,- EUR

Zukünfte/Wechselwirkung (seit neuestem gemeinsam)

Profunde Technikbewertung und Konzepte der
Zukunftsgestaltung

Fax.: 0031-43-4552346,
Email: info@wechselwirkung.com,
www.wechselwirkung.com, 6 x im Jahr für 36,- EUR
oder am Kiosk

Holon Journal

ökologisch, sozial, spirituell, politisch, kreativ
Mehrsprachige Zeitschrift (deutsch, italienisch,
französisch) des europäischen HOLON- Netzwerkes,
einer losen Vereinigung von kulturell-kreativen
Menschen und Initiativen.

Sekretariat: Ines Brientini Nägeli, Weinbergstr. 47,
CH- 8802 Kilchberg, Tel. +41-01-7717731, Fax.-34,
info@holon.ch, www.holon.ch, Jahresabo mit 4
Ausgaben 16,- EUR

Publik-Forum

Ein Forum kritischer Christen zu aktuellen gesellschaftlichen und geistigen Fragen.

Postfach 2010, D-61410 Oberursel,
Tel.: 06171/700310, FAX: 06171/700346, Email:
Buecherdienst@Publik-Forum.de

Contraste - Monatszeitung für Selbstorganisation

Monatszeitung für Selbstorganisation mit dem Ziel Alternativen und Utopien aus den unterschiedlichsten alternativen Bewegungen zu diskutieren und zu erproben.

Ausgewählte Bücher:

a) Zur Einführung

Dan Jakubowicz:

Genuss und Nachhaltigkeit - Handbuch zur Veränderung des persönlichen Lebensstiles.

Dies gut lesbare Buch begleitet die Kampagne der österreichischen Initiative "Menschen für Solidarität, Ökologie und Lebensstil" und auch unsere Aufbruch-Initiative. Es enthält ein Theoriekapitel zur globalen Ökologie, ist aber im übrigen randvoll mit praktischen Informationen und Tipps. Ergänzungskapitel von G. Breidenstein erläutern den kulturellen Zusammenhang des „Aufbruches“ und geben praktische Hinweise für Start und Gestaltung von „Aufbruch“-Gruppen.

223 Seiten, 15,90 EUR, 3.Aufl., Wien 2002 , bei
unserem Aufbruch- Büro zu bestellen

Gerhard Breidenstein:

Hoffen inmitten der Krisen - von Krankheit und Heilung unserer Gesellschaft.

Im I. Teil dieses Buches werden vom Initiator der Aufbruch- Initiative die globalen Krisen unserer Zeit skizziert, nach ihren tieferen Ursprüngen gefragt und ihr unausweichlicher Verlauf wahrgenommen. Im II. Teil geht es um Hoffnungsperspektiven, die bereits erkennbar sind und uns zum heilenden Handeln motivieren können.

Das Buch ist leicht verständlich geschrieben und referiert viele andere, schwierigere Bücher.

265 Seiten, 3.Aufl.1999, nur noch beim Autor:
Römerstr.26, 71540 Murrhardt für 7,50 EUR

Ervin Laszlo, Michail Gorbatchow

You can change the world - Gemeinsam eine bessere Welt schaffen

Der Club of Budapest startete gleichzeitig mit dem "Aufbruch" und mit gleichem Ziel seine Initiative. Dieses Buch will einen kleinen Leitfaden anbieten für alle jene Menschen, die einen ganz persönlichen Beitrag zu einer besseren Welt leisten möchten. Es ist ein Leitfaden, der das Denken und Handeln miteinander verbindet. Er reicht von der Frage, welche ethischen Werte der Realität einer zusammenwachsenden Menschheit gerecht werden können, bis zu der Frage, mit welchen Gedanken, Haltungen und Handlungen wir zu aktiven Mitgestaltern unseres gemeinsamen Schicksals werden können. Er reicht von grundlegenden philosophischen und psychologischen Fragen bis zu konkreten Handlungsoptionen.

Zu den Autoren: Ervin Laszlo ist Gründer und Präsident des Club of Budapest. Michail Gorbatschow, Friedensnobelpreisträger, er war der letzte Präsident der Sowjetunion und Initiator der Perestrojka.

Direktbestellung: Horizonte Verlag, Morsestr. 35, 70435 Stuttgart, Tel (0711) 8263550, horizonteverlag@online.de, 10,00 EUR

b) Beispiele eines anderen Lebens

Eurotopia – Verzeichnis europäischer Gemeinschaften und Ökodörfer

Das Nachschlagewerk (jetzt auch in Englisch und Spanisch) mit insgesamt 699 Adressen für alle Gemeinschaftssuchenden. Aber auch ein Buch, das mit seinen fundierten inhaltlichen Beiträgen dazu anregt, sich über alternative Lebensformen Gedanken zu machen und das durch mehrere hundert „real-existierende“ Beispiele Mut macht, diese Gedanken im eigenen Leben umzusetzen.

Neu recherchierte Ausgabe (deutsch u. englisch) 2000/2001, Bestellung nur beim Ökodorf-Buchversand, D-29416 Groß Chüden, Tel. +49-(0)3901-82949, Fax –82942, mail: oekodorf.buch@t-online.de, EUR 15,50 inkl. Versand

Thomas Bertschi:

Der erste Regenbogen Katalog

Eine kreative Collage mit Porträts von Initiativen und innovativen Menschen: Momentaufnahme eines wachsenden Netzwerkes. Ansätze einer Regenbogenkultur als Sinnbild und Vision einer neuen Einheit in der Vielfalt der Kulturen und Projekte. Ein schönes Buch als Ermunterung zum Austausch und Inspiration zum eigenen kreativen Wirken. Mit vielen Adressen und Hinweisen.

Rainbow Project 1999, CH-3433 Schwanden, Schweiz, Tel. 0041-034-4613975, Fax. 0041-034-4613101, EUR 56.00, rainbowproject@bluewin.ch, www.rainbow-project.ch

Helena Norberg-Hodge:

Leben in Ladakh

Ladakh an der Grenze zu Tibet war bis Ende der siebziger Jahre eine der letzten spirituellen und selbstversorgenden uralten Kulturen der Welt. Die Autorin war eine der wenigen Ausländer, die diese Lebensform kennen und schätzen lernen konnte. Sie schildert anschaulich ihre Qualitäten und kämpft mit ihrer internationalen Gesellschaft für Ökologie und Kultur für eine sanfte Alternative zu ihrer Zerstörung.

Herder-Verlag, 9,90 Eur

Ulrich Gruber:

Ausstieg in die Zukunft

Eine Reise durch die farbige Landschaft der ökologischen, sozialen und ökonomischen Gegenkul-

tur mit interessanten Interviews von visionären Denkern.

18,00 EUR

Holzer, Bennholdt-Thomsen, Müller:

Das Subsistenzhandbuch

Widerstandskulturen und gelebte Alternativen zur Wachstumsökonomie in Europa, Asien und Lateinamerika. Traditionelle und moderne Gemeinschaftsansätze.

17,90 EURO

Meßner u.a.:

Alternative Lebensentwürfe

Gelebte Utopien vom Mittelalter bis zur Neuzeit in aller Welt

2001, 370 S., 22,80 EUR

Anna und Frances Lappe:

Hoffnungsträger

Eine Reise zu sozialökologischen Projekten in vier Kontinenten jenseits der globalisierten Wertvorstellungen. Projekte von und für die Unterdrückten der Welt

2001, 476 S., 24,00 EUR

Geseko v. Lüpke

Die Alternative. Wege und Weltbild des Alternativen Nobelpreises

In seinem neuen Buch zeigt der Münchner Journalist, dass die Alternativen Nobelpreisträger im letzten Vierteljahrhundert einen gangbaren und längst praxisorientierten Weg in eine nachhaltige und zukunftsfähige Welt entwickelt haben. Geseko v. Lüpke hat es sich zur Aufgabe gemacht, die mittlerweile rund 100 preisgekrönten Projekte nicht nur vorzustellen. Er erzählt ihre Geschichte und die Geschichte der Menschen, die hinter diesen Projekten stehen. Kreative, mutige und visionäre Menschen in aller Welt, die sich entschieden haben, aktiv an der Gestaltung eines neuen Weltbildes mitzuwirken.

Vorwort v. Jakob v. Uexküll, 450 Seiten, 23 Euro, ISBN 3-570-50031-4

Christa Müller:

Wurzeln schlagen in der Fremde

Die Autorin beschreibt in ihrem Buch ein innovatives Integrationskonzept in Deutschland, das Menschen aus verschiedenen Kulturen durch Gartenbau, handwerkliche und umweltbildende Aktivitäten verbindet. Heute prägen mehr als 300 Menschen aus 20 Ländern die soziale Praxis der 'Internationalen Gärten'. Ein umfangreicher Serviceteil ist als Arbeitshilfe zum Nachahmen konzipiert.

OKOM - Verlag 2002, 16 Euro

Bunte Seiten 2003+ erschienen

Die Bunten Seiten werden seit 18 Jahren von der Monatszeitung für Selbstorganisation „Contraste“ herausgegeben, um immer wieder einen aktuellen Überblick über die alternative Projektlandschaft in Deutschland, der Schweiz und Österreich zu geben. Erfasst wurden dieses Mal die Anschriften von 13.500 alternativen Projekten, Initiativen und Betrieben, deren gemeinsamer Nenner ihr besonderes soziales, kulturelles und umweltpolitisches Engagement ist. Das Verzeichnis ist nach Postleitzahlbereichen und ca. 60 Rubriken wie Antimilitarismus, Beratung, Dienstleistungen, Gemeinschaften, Initiativen, Regionalentwicklung, Reisen, Tagungshäuser etc. übersichtlich unterteilt. Der Reader der Alternativmedien im Innenteil gibt einen guten Überblick über alternative und linke Zeitschriften, Verlage, Freie Radios, Film- und Videogruppen. Die Bunten Seiten umfassen 300 Seiten im DIN A4 - Format und können auch als CD-ROM in jeder guten Buchhandlung bezogen werden.

Infos und Bestellung: Contraste e.V., Postfach 104520, D-69035 Heidelberg, Tel. (06221) 183402, zeitsprung-verlag@onlinehome.de, www.contraste.org, 18,- Euro

Herwig Büchele, Lieselotte Wohlgenannt:

Grundeinkommen ohne Arbeit - auf dem Weg zu einer kommunikativen Gesellschaft

Dieses Buch ist eine hervorragende Einführung in dieses brisante Thema, das unsere herkömmlichen Auffassungen von Arbeit, Leistung, Sinn und Freiheit hinterfragt und neue Perspektiven aufzeigt. Die Verfasser stellen sich den unterschiedlichsten Einwänden gegen ein von der Arbeitsleistung unabhängiges Grundeinkommen, beschäftigen sich mit den Fragen der Finanzierbarkeit, der ökonomischen, sozialen und menschlichen Wirkungen. Interessant ist der Überblick über bereits gemachte Erfahrungen und Modelle. In allem ein anregendes Buch für eine sinnvolle und menschenwürdige Antwort auf die Krise der Arbeitsgesellschaft, der die (Erwerbs-) Arbeit ausgeht.

Hrsg.: Katholische Sozialakademie Österreichs; Europaverlag Wien - München - Zürich, 1985

TAT-Orte- Gemeinden im ökologischen Wettbewerb

Eine Vielzahl von kleinen ländlichen Gemeinden in den neuen Bundesländern nahmen von 1995 – 2000 an einem Wettbewerb der Deutschen Bundesstiftung Umwelt teil. Die anregenden Beispiele einer eigenständigen und nachhaltigen Entwicklung der Preisträger (u.a. auch das Ökodorf Sieben Linden) wurden umfassend dokumentiert und ausgewertet in Büchern, thematischen Broschüren, einer Praxisbörse und in Videos.

Bezug kostenlos über das Deutsche Institut für Urbanistik, Str. des 17. Juni 112, 10623 Berlin, Tel. 030-39001-261, tatorte@difu.de, www.difu.de/tatorte

c) Anstiftung zur Praxis

*** *nachhaltiger Konsum***

Das Foodcoop Handbuch - gemeinsam ökologisch handeln

Das neu erschienene Food-Coop Handbuch versteht sich als Leitfaden zur Neugründung von Einkaufsgemeinschaften für ökologische Lebensmittel und zur Verbesserung und Motivation bestehender Food-Coops. Es ist aber auch ein Lesebuch für alle, die mehr über Lebensmittelkooperativen erfahren wollen, über ihre Entstehungsgeschichte, die unterschiedlichen Organisationsmöglichkeiten und die Probleme, mit denen sich die KooplerInnen befassen.

Geschrieben wurde der Ratgeber von AutorInnen, die selbst in unterschiedlichen Koops aktiv sind. Viele Praxisbeispiele machen das Buch sowohl für NeugründerInnen als auch für „alte Koop-Hasen“ interessant.

112 Seiten, 30 Abbildungen, erhältlich für 10 EURO als Überweisung auf das BAG-Konto Volksbank Freiburg BLZ 680 9000, KtoNr. 2882000

autofrei leben! e.V.:

Überleben ohne Auto

Das Buch „Überleben ohne Auto“ ist eine Sammlung von Erfahrungsberichten von über 60 ganz verschiedenen Menschen, vom Manager bis zur Familienmutter und bis zum Insektenforscher, die erzählen, wie sie auf ein Auto verzichten. Die Herausgeber wollen den Kontakt zwischen den Menschen fördern, die den Vorteil eines Lebens ohne Auto erkennen.

München 2000, 7,60 Euro

ECO – World. Das alternative Branchenbuch

Ein eher marktkonformes Nachschlagewerk mit über 10.000 Adressen zu allen Bereichen nachhaltigen Konsums.

Im Buchhandel oder direkt per Tel. 089-7466110 für 10,00 EUR zzgl. Versand

Leuthner, F.:

einfach buono! – ein Kochbuch für Winter und Frühjahr

Einfach leben und einfach kochen. Mit viel Kreativität und über 200 Rezepten für Winter und Frühjahr bietet dieses TAGWERK-Kochbuch einen schmackhaften Einstieg in die ökologisch regionale Küche.

Dorfen 2001, EUR 14,90

* soziale Gerechtigkeit

Hoffmann, G.:

Tausche Marmelade gegen Steuererklärung

Hilfe zur Selbsthilfe ist der pragmatische Ansatz der Tauschringe, die nach dem Prinzip nachbarschaftlicher Hilfe organisiert sind. Was sie sind und wie sie funktionieren beschreibt das Buch über die älteste Form des Geschäftemachens.

Piper Verlag, München 1998, EUR 6,90, momentan vergriffen

Fair Trade e.V. (Hrsg.):

Im Zeichen der Nachhaltigkeit – Verknüpfung von Öko- & Fair Trade-Initiativen

Das Handbuch gibt einen Überblick über ökologische und Fair-Handels-Initiativen und stellt Organisationen, Firmen und Produktkennzeichen für ökologische und fair gehandelte Produkte vor. Viele Informationen und Tipps für die Bereiche Essen, Waschen, Bekleidung, Wohnen, Reisen, Energie und Geldanlagen.

Wuppertal 1999, Bezug: Fair Trade e.V., Gewerbepark Wagner, Bruch 4, 42275 Wuppertal, Tel. 0202/6489-221, EUR 2,50

Rotthaus, S.:

Grüne Geldanlagen. Ökologisch und ethisch bewusst investieren: alle Anlageformen im Überblick

Ein leicht lesbarer Überblick über die Möglichkeiten Geld fair und verantwortlich anzulegen vom Redakteur der Zeitschrift der GLS-Gemeinschaftsbank. Er stellt die Chancen und Risiken der Anlageformen und die 50 wichtigsten Anbieter vor und warnt vor schwarzen Schafen. Mit umfangreichen Serviceteil.

Falken Verlag, Niedernhausen 2001, EUR 14,95

Hoffmann, J. , Scherhorn, G.:

Saubere Gewinne. So legen Sie ihr Geld ethisch-ökologisch an.

Die Autoren sind selbst an der Entwicklung von ethisch-ökologischen Konzepten beteiligt. Ihre Hoffnung: immer mehr Geldanleger steuern die Welt in Richtung Zukunftsfähigkeit.

Herder Verlag, Freiburg im Breisgau 2002, EUR 9,90

Wolfgang Kessler (Hrsg.):

Geld und Gewissen - Kompass für ethisch motivierte Sparer.

Verschiedene AutorInnen erläutern leicht verständlich alle Anlageformen, bei denen soziale und ökologische Kriterien berücksichtigt werden. Mit vielen Adressen.

128 Seiten, Publik-Forum-Verlag, Oberursel 2000, 11,70 Euro

* ganzheitliches Leben

Thich Nhat Hanh:

Die fünf Pfeiler der Weisheit. Liebe, Achtsamkeit und Einsicht - der buddhistische Weg für den westlichen Menschen.

Die fünf ethischen Grundlagen des Buddhismus (achtsam hören und reden, verantwortungsvoll lieben, großzügig handeln, Leben schützen, Dinge achten) werden für die heutige Zeit neu formuliert und als Ausgangspunkt einer neuen Lebensweise genommen, die dem eigenen Wohlergehen und dem der Mitwelt gleichermaßen dient. Mit inspirierenden Reflexionen verschiedener Lehrer und Praktiker über die eigenen Erfahrungen mit der Umsetzung und ihrer Wirkung in der Welt.

Droemer Knauer, 2000, Taschenbuch, 8,90 EURO

Herrmann Scherer:

Über meine Grenzen hinaus...spüren was mich trägt.

Der spirituelle Übungsweg in 14 Schritten, wie er im Sonnenhaus Beuron praktiziert wird (siehe auch unter „Beispiele Guten Lebens“).

Kösel-Verlag, 14,95 EUR

William Martin:

Tao te King für Paare

Ein schönes kleines Buch, um sich auf das Gemeinsame und Wesentliche in Beziehungen zu besinnen. Die zentrale Idee des Taoismus vom natürlichen Lebensfluss und geistiger Einfachheit wird in einer poetischen und klaren Sprache auf das moderne Leben angewandt. Vom selben Autor auch das "Tao te King für Eltern"

Pendo Verlag Zürich/München, 14,90 Euro

E. Gorys:

Zu Gast in Klöstern

Beschreibung von über 70 Klöstern in D, CH, A die auch für kurze Zeit Gäste aufnehmen

EUR 10,00, 300 S.

Karin Breyer:

Rendevous mit Buddha. Buddhistische Klöster und Zentren

Das Buch gibt eine Einführung in den Buddhismus und beschreibt 15 Häuser im ganzen deutschsprachigen Raum ausführlich und weitere 50 mit allen notwendigen Daten.

Königsfurt, 12.90 EUR

Werner Gross:

Hinter jeder Sucht ist eine Sehnsucht. Alltags-süchte erkennen und überwinden.

Workaholics, Konsumabhängige, Internetsüchtige und andere - sie alle sind auf der Suche nach einem anderen, besseren Leben. Der erfahrene Therapeut zeigt, wie man lernen kann mit den "kleinen Fluchten" besser umzugehen: das Leben kann dadurch spannender werden, ohne in den Kreislauf des "Immer-Mehr" zu geraten.

Herder Verlag 2002, EUR 9,90

Anne Wilson Schaeff:

Im Zeitalter der Sucht. Wege aus der Abhängigkeit

Systemkritische Analyse der Suchtproblematik nicht nur typischer Süchte und neue Ansätze sich aus der Sucht zu befreien.

dtv Taschenbuch, 7,50 Euro

Joanna Macy:

*Die Wiederentdeckung der sinnlichen Erde
Wege zum Ökologischen Selbst*

In dieser eindrucklichen Sammlung von Reden und Aufsätzen zeigt Joanna Macy, dass es kein besonderes "Glaubensbekenntnis" im weitesten Sinne braucht, um für ökologische und soziale Veränderungen arbeiten zu können. Entscheidend ist allerdings welches Weltbild wir haben: Erst wenn wir anfangen uns als Teil dieser Erde zu fühlen, können wir uns tatkräftig und effizient für eine menschliche und friedliche Umwelt einsetzen.

Theseus-Verlag, Zürich-München, 1994, vergriffen

F.T. Gottwald/Andrea Klepsch (Hrsg.):

Tiefenökologie - Wie wir in Zukunft leben wollen

Tiefenökologie fordert grundlegend zu einem neuen Bewusstsein im Wechselspiel zwischen Mensch und Natur auf und lädt zu einer Reise in bislang unbekannte Territorien ein, in denen alle Lebensformen untereinander in Beziehung sind. Für dieses Band wurden weltweit Beiträge gesammelt. Gute Einstiegsliteratur in das Thema.

Diederichs Verlag, München, 1995, 10 Euro

d) Lebenskunst

Michael von Brück:

Wie können wir leben? Religion und Spiritualität in einer Welt ohne Maß.

Dieses Buch wendet sich an Leser und Leserinnen, die ihr Leben nicht nur im Verbrauch von materiellen Gütern leben wollen, sondern nach dem Sinn ihres Lebens und dem der Menschheit fragen. Der Autor versucht, die alten Bilder der Religionen (vor allem des Christentums und des Buddhismus) neu

zu betrachten angesichts der Erfahrungen von Leiden und Hoffen, von Lernen und Erleben.

203 S., Beck Verlag, 17,90 EUR, München 2002

ÜberLebenskunst...in Zeiten der Globalisierung

Essays und Übungen zu den Themen "Was wir zum Leben brauchen", "Fortschritt", "Mein Leben(sprojekt)", "Techniken der Lebensführung, Techniken des Haushaltens" vom Philosophen Wilhelm Schmid. Dazu "Grenzerfahrung Aids" und "Überlebenskunst als zivilgesellschaftliches Engagement" Weitere Hefte: "Einfach anders altern", "Kulturen des Alterns", "Projekte der Hoffnung"

Ein Heft der Reihe MISEREOR ALTERNativen, pro Heft 5,- EUR, Bestelladresse: MVG, Postfach 101545, 52015 Aachen, Tel. 0180-5200210, Fax. 0241-47986745, Email: info@eine-welt-mvg.de, www.eine-welt-mvg.de

Wilhelm Schmid:

Philosophie der Lebenskunst. Eine Grundlegung.

Aufgabe einer Philosophie der Lebenskunst ist es, die theoretischen Elemente bereitzustellen, mit deren Hilfe ein Individuum sein Leben selbst gestalten kann. Das Buch führt zunächst in die Geschichte der Philosophie, um aufzuzeigen, wie tief die Frage der Lebenskunst in ihr verwurzelt ist, bevor sie im Verlauf des 19. und 20. Jahrhunderts fast gänzlich außer Blick geriet. Mit Bezug auf die Herausforderungen der Gegenwart werden dann die Begriffe der Lebensführung, der Lebensform und des Lebensstils entfaltet. Über die Frage nach dem "guten Leben" hinaus, die in den neunziger Jahren wieder an Bedeutung gewonnen hat, wird hier die weitergehende nach dem "schönen Leben" gestellt.

Frankfurt/M. 1998: Suhrkamp Taschenbuch Wissenschaft.

Dieter Birnbacher (Hrsg.):

Glück

Aussagen großer Schriftsteller über das Glück und die Lebensqualität. Durch alle zieht sich die Erkenntnis, dass ein glückliches und sinnvolles Leben nicht vom Wohlstand abhängt, sondern von der Daseinsfreude, der lebensbejahenden Hinwendung, der nichtentfremdeten Aktivität, kurz: dem produktiven Tätigsein.

Stuttgart 1983: Verlag Philipp Reclam jun. 115 Seiten, 3,10 Euro

Svevo Brooks:

Von der Kunst, gut zu leben.

"Leben in Harmonie mit der Natur, wie es uns dieses Buch nahelegt, ist eine wesentliche Voraussetzung für das Überleben der Menschheit... Die sieben Regeln, die das Gerüst dieser Arbeit bilden, sind Regeln für eine richtige, wirklich ge-

sunde Lebensweise... Würden sie allgemein befolgt, so könnte unsere Welt für uns alle wieder zu einem glücklicheren und sichereren Ort werden.“

München 1991: Droemersch Verlag
Th.Knaur Nachf., 202 Seiten, momentan vergriffen

Mihaly Csikszentmihalyi:

Flow. Das Geheimnis des Glücks .

„Jeder hat schon erlebt, dass man, anstatt von anonymen Kräften herumgestoßen zu werden, sich in Kontrolle der eigenen Handlungen, als Herr des eigenen Schicksals fühlt. Bei diesen seltenen Gelegenheiten spürt man ein Gefühl von Hochstimmung, von tiefer Freude (Flow), das lange anhält und zu einem Maßstab dafür wird, wie das Leben aussehen sollte... Gegen unsere Überzeugung sind solche Momente, die besten Momente im Leben, nicht passiv, rezeptiv, entspannend. Sie ereignen sich gewöhnlich, wenn Körper und Seele eines Menschen bis an die Grenzen angespannt sind, in dem freiwilligen Bemühen, etwas Schwieriges und Wertvolles zu erreichen. Optimale Erfahrung ist daher etwas, das wir herbeiführen.“

Stuttgart 1992: Verlag Klett-Cotta. 424 S., 22,50 Euro

Martin Doehlemann:

Langeweile? Deutung eines verbreiteten Phänomens.

Mit einem Kapitel über „Das Elend der modernen Konsumgesellschaft: Die Vermehrung der Langeweile durch ihre unaufhörliche Bekämpfung“.

Frankfurt/Main 1991: SuhrkampVerlag. 230S., momentan vergriffen

Jay Griffiths:

Zeit der Venus. Zurück zu einem Leben ohne Uhr?

„Mit der Erfindung von Kalendern und Uhren haben sich die Menschen der Zeit bemächtigt. Im Gegenzug aber hat die Zeit zurückgeschlagen. Sie tyrannisiert uns durch ihre Flüchtigkeit und Knappheit, und wir unterwerfen uns täglich aufs neue ihrem hektischen Diktat. Jay Griffiths plädiert in *Zeit der Venus* für einen anderen Umgang mit der Zeit. Sie zeigt uns, was die Jahreszeiten und Gestirne, das Werden und Vergehen den Naturvölkern bedeuten, und sie ergreift das Wort für eine zyklische „weibliche“ Zeit, die der linearen „männlichen“ Zeit, die unser Leben beherrscht, entgegensteht“.

Berlin 1999: Rütten & Loening, 351 Seiten.

Florian & Gabriele Langenscheidt:

1000 Glücksmomente.

„Auf der Suche nach dem großen Feuerwerk übersehen wir nur allzu leicht, dass das Glück

sich am ehesten einstellt in einer Vielzahl besonderer Augenblicke, die wir fast täglich erleben können. Für diese Momente lohnt es sich zu leben, und von ihnen kann man lange leben.“

München 1991: Wilhelm Heyne Verlag, 159 Seiten, 7,95 Euro

Heinz Rothbucher, Rudolf Seitz, Rosemarie Donnenberg (Hrsg.):

Alles hat seine Zeit. Ich habe keine Zeit.

Veröffentlichung der Salzburger Internationalen Werktagung: Tagungsbericht der 43. Tagung 1994. In 9 Hauptreferaten nähern sich Philosophen, Pädagogen, Psychologen und Theologen dem Thema Zeit.

Salzburg/Wien 1995: Otto Müller Verlag, 183 S.

Holmer Steinfath (Hrsg.):

Was ist ein gutes Leben? Philosophische Reflexionen.

12 Aufsätze von zeitgenössischen Philosophen. Die Titel: Die Thematik des guten Lebens in der gegenwärtigen philosophischen Diskussion. Zur Struktur der Frage nach dem guten Leben. Was es heißt, ein gutes Leben zu leben. Selbstbejahung, Selbstreflexion und Sinnbedürfnis. Selbstverwirklichung. Spielerische Selbstbeherrschung. Ein Beitrag zur „Aesthetik der Existenz“. Gründe für eine objektive Theorie des menschlichen Wohls. Glück und Sinn: Zwei Aspekte des guten Lebens. Menschliches Tun und soziale Gerechtigkeit. Werden Menschen schwanger? Das „gute menschliche Leben“ und die Geschlechterdifferenz. Kantische Moral und das gute Leben. Freie Weltbegegnung.

Frankfurt/M. 1998: Suhrkamp Taschenbuch Wissenschaft, 11,50 Euro

Joseph Tewes (Hrsg.):

Nichts Besseres zu tun - über Muße und Müßiggang

„Dies Buch und seine 17 Autoren räumen der Muße den obersten Rang ein und halten den Satz des Aristoteles, der Mensch lebe um der Muße willen, für die ungeschmälerte Wahrheit. Im übrigen versuchen sie, den Eindruck Goethes, diese Welt habe für die Ruhigen und Müßigen keinen Platz, zu widerlegen.“

Oelde 1991: Tewes Verlagsbuchhandlung, 241 S., 19,95 Euro

Catharina Aanderud:

Weniger ist mehr. Zurück zum einfachen Leben.

„Was können wir eigentlich noch ändern? Und wollen wir es überhaupt? Vielen schwant, dass es dabei irgendwie um Teilen geht, um Teilnehmen, um ein neues Interesse (lateinisch: dabei-sein, teilhaben) am anderen... Die Frage, mit der wir uns auseinandersetzen müssen, lautet: Mit wem wollen wir künftig welche Produkte, Dienst-

leistungen, Gefühle und Erlebnisse austauschen und teilen, mit wem unsere Zeit - und, vor allem, zu welchem Preis?"

Hamburg 1998: Kabel Verlag, 237 S.

Reimer Gronemeyer:

Die neue Lust an der Askese.

"Geist und Körper rufen nach "Umkehr". Aber Umkehr wohin? Reimer Gronemeyer beschreibt die verschiedenen Suchbewegungen, und er zeigt, dass die neue Lust an der Askese ein zwiespältiges Phänomen ist: Sie kann zum Trend degenerieren, zu einer Modeerscheinung im Wettlauf der Lebensstile. Aber sie kann auch dem Turbo-kapitalismus seine Dynamik rauben. Denn Asketen sind gefährlich, sie scheren sich nicht um Markt und Staat. Sie sind weder auf der Suche nach neuen Produkten noch auf der Reise zu sich selbst. Askese meint vielmehr die Einübung von Tugenden: Souveräner Verzicht, genießerische Langsamkeit, selbstbewusste Gelassenheit, unanfechtbare Ruhe könnten der Auflösung von Gesellschaft entgegenwirken."

Berlin 1998

Engadiner Kollegium (Hrsg.):

Die unersättliche Gesellschaft. Wieviel Konsum verträgt der Mensch?

"Konsumieren ist schön, darauf dürften wir uns einigen. Verzichten ist in gewissen Situationen ebenso wertvoll. Diese Erfahrung muss jeder selber machen. Konsum und Verzicht stehen in einem komplementären Verhältnis zueinander." Das Buch enthält 19 Beiträge von einer Tagung des Engadiner Kollegiums über die Aufgabe, den Sinn im Verzicht zu erfahren.

Freiburg 1992: Herder Verlag, 238 Seiten.

Josef Kirschner:

Die Kunst, ohne Überfluss glücklich zu leben. Das große Abenteuer unserer Zeit.

"Statt uns die Technik zu unterwerfen, haben wir durch sie verlernt, unsere eigenen Fähigkeiten sinnvoll einzusetzen... Gerade wegen des Überflusses, den wir geschaffen und dessen Wichtigkeit wir uns eingeredet haben, wissen wir längst nicht mehr zu unterscheiden, was uns nützt und was uns schadet - oder was ganz einfach wertlos ist... Stärken Sie an jedem Tag ein wenig mehr die Kraft zum Widerstand gegen die Verlockungen des Überflusses. Das ist der beste Weg der Rückkehr zu sich selbst."

Locarno: Droemer Knauer Verlag Schoeller & Co, 224 Seiten.

Elaine St. James:

In Einfachheit leben.

Die Autorin beschreibt, wie sie und ihre Familie es schafften, ihr Leben zu vereinfachen, um von

der "Überholspur" herunterzukommen, mehr Zeit für die ihr wichtigen Dinge zu haben und mehr im Einklang mit sich und der Umwelt zu leben.

München 1998

Herrad Schenk (Hrsg.):

Vom einfachen Leben. Glücksucht zwischen Überfluss und Askese.

Auszüge aus über 50 Büchern, geordnet in 8 Kapitel: I. Diogenes in der Tonne oder Die Freiheit der Bedürfnislosigkeit. II. Heilige und Klöster: Das einfache Leben als religiöser Weg. III. In Gruppen siedeln: Das einfache Leben als Gemeinschaftsutopie. IV. Schlichtes Gemüt und karges Leben: Die kollektiv verordnete Einfachheit. V. Ursprüngliche Paradiese: Die Idealisierung des Landlebens. VI. Auf den Spuren des "edlen Wilden": Aussteigen und Abhauen in exotische Welten. VII. Robinson Crusoes Insel: Das einfache Leben als Autarkiephantasie. VIII. Die "Neue Askese": Verzicht in der Überfluggesellschaft.

München 1997, 19,90 Euro

Wolfgang Schmidbauer:

Weniger ist manchmal mehr. Zur Psychologie des Konsumverzichts.

"Der Konsumskeptiker, wie ich ihn sehe, ist kein Asket oder Lustfeind. Wie der Konsumfreund strebt er nach einem möglichst intensiven Genuss, doch achtet er mehr auf die Zukunft (sowohl seine eigene wie auch die seiner Kinder) als dieser. Der zentrale Wunsch richtet sich dann nicht auf die vom Menschen möglichst verfeinerte Ware, sondern auf die vom Menschen möglichst ungeschorene Natur. Die Verlogenheit der Konsumwelt beginnt da, wo sie uns glauben machen will, wir könnten beides haben."

Reinbek 1992, 303 Seiten, 6,50 Euro

Regine Schneider:

Entdecken, was wirklich zählt. Das Konzept der Neuen Bescheidenheit.

Aus dem Inhaltsverzeichnis: Die Vision der Freiwilligen Selbstbeschränkung. Sparsam ist nicht geizig. Eine Idee geht um die Welt. Entdecken, was wirklich zählt. Glück ist nicht käuflich. Gewinnen durch Verzicht.

Frankfurt/M. 1998: Wolfgang Krüger Verlag, 8,90 Euro

Van Veen, H. & van Eeden, R.:

Geld oder Leben. Finanziell unabhängig und glücklich mit der Philosophie der Profis.

Eine Anleitung zur Sparsamkeit mit Stil durch Abschied vom Konsumzwang und Erhöhung der eigenen Lebensqualität

Landsberg/Lech 1997: Verlag Moderne Industrie, 8,60 Euro

Glassl, R. / Thomas, C.:

Rosa canina

Eine Heckenrose (*Rosa canina*) erzählt ihre Geschichte: Einst von ihrem Besitzer geliebt, gehegt und gepflegt wird sie nun achtlos beiseite geworfen. Für die Rose beginnt ein verändertes Leben in dem sie eine neue „Lebensqualität“ erkennt und annimmt.

Verlag Sieber Dialog, Jengen 1997, EUR 12,80

Goldsworthy, A.:

Zeit

Der Bildband zeigt einen Überblick über die vielfältigen, in der Natur errichteten Kunstwerke und die Arbeitsweise und Gedankenwelt des bekannten Künstlers.

Zweitausendeinsverlag, Frankfurt 2000, EUR 35,00

Verres, Rolf:

Paradies

Der Psychiater, Musiker und Fotograf hat mit diesem Band meditative Bilder und Gedanken über das mögliche irdische Paradies und seine Wiedergewinnung geschaffen.

Umschau/Braus Verlag 1999

Böll, H.:

Entfernung von der Truppe, Anekdote zur Senkung der Arbeitsmoral

In einem Hafen an der westlichen Küste Europas liegt ein ärmlich gekleideter Mann in seinem Fischerboot und döst. Es kommt zu einem Gespräch zwischen dem Fischer und einem vorbeikommenden Touristen, das sich um die Frage dreht „Was ist Lebensqualität? Was brauche ich wirklich?“ – mit einer für den Touristen überraschenden Erkenntnis.

dtv, München 1992, EUR 5,01

Schwab, H.-R. (Hrsg.):

Einfach leben – Ein Lesebuch

Literarische Vorschläge zum guten Leben von 80 Autoren der Weltliteratur. „Einfach leben“ wird hier als Formel verstanden, die eine Sehnsucht nach der Befreiung von inneren und äußeren Zwängen bezeichnet.

dtv, München 1999, EUR 10,00

Guillaume, Paoli (Hrsg.):

Du darfst!

Mehr Zuckerbrot, weniger Peitsche. Aufrufe, Manifeste und Faulheitspapiere der „glücklichen Arbeitslosen“

Edition Tiamat, Berlin 2002, EUR 14,00

Helen und Scott Nearing:

Ein gutes Leben leben. Gegen den Strom

Das Ehepaar Nearing sind Vorbilder für diejenigen geworden, die einen Weg suchen abseits von einem vorfabrizierten Leben und aufgepfropften Werten. Ihre Erfahrungen aus 50 Jahren „alternativen“ Lebens und ihre Kämpfe gegen zerstörerische Angriffe von außen lesen sich wie gerade heute erlebt.

beim Pala verlag noch lieferbar für 15,80 Euro

Ralph Hannes:

Glück ist keine Glückssache

Das Buch vermittelt Techniken in leicht erlernbaren Schritten, ausgehend von Befunden der modernen Glücksforschung. Damit ist es dem Leser möglich, nachzuvollziehen, wie glückliche Menschen es schaffen, glücklich zu sein. Sprache und Aufbau des Textes sind so gestaltet, als befände sich der Leser in einem Workshop mit dem Autor, in dem bestimmte glückstiftende Fähigkeiten auf lebendige Weise vermittelt werden.

15,90 EUR, 165 S.

Anselm Grün:

Buch der Lebenskunst

Der Abt der Benediktinerabtei vertritt eine lebensbejahende und sinnliche Praxis der spirituellen Suche

Herder-Verlag, 19,90 Euro

e) Nachhaltigkeit und Globalisierung

BUND / Misereor (Hrsg.):

Zukunftsfähiges Deutschland – Ein Beitrag zu einer global nachhaltigen Entwicklung

– Studie des Wuppertal Instituts für Klima, Umwelt, Energie GmbH (Langfassung)

Unser ressourcen- und energieintensives Wohlstandsmodell ist weder zukunftsfähig noch verallgemeinerbar: Zu viele Naturgüter werden verbraucht und zu hohe Schadstoffemissionen verändern das Klima und verschmutzen die Weltmeere. Wie aber müsste zukunftsfähiges Leben und Wirtschaften in einem Industrieland wie Deutschland aussehen? Leitbilder für ein zukunftsfähiges Deutschland.

Birkhäuser Verlag, Berlin 1998, EUR 22,00

Misereor (Hrsg.):

Weltkursbuch – Globale Auswirkungen eines „zukunftsfähigen Deutschlands“,

Hinweise und Tips für unser tägliches Handeln

Informationen und Anregungen für unser Alltagsverhalten, angelehnt an die Leitbilder der Studie

„Zukunftsfähiges Deutschland“: Durch die lebendige Zusammenstellung von Informationstexten, literarischen Beiträgen, praxisorientierten Anregungen und Cartoons richtet sich das „Weltkursbuch“ an uns als bewusste VerbraucherInnen und MitbürgerInnen in einem zukunftsfähigen Deutschland.

bei MISEREOR erhältlich für 11,50 EUR

Dritte Welt Haus Bielefeld, BUND, MISEREOR (Hrsg.):

Entwicklungsland Deutschland- Schaubilderbuch

Die wichtigsten Themen der Studie „zukunftsfähiges Deutschland“ umgesetzt in Schaubilder für die praktische Bildungsarbeit

Bezug über MISEREOR für 11,50 EUR

BUND / Misereor (Hrsg.):

Wegweiser für ein zukunftsfähiges Deutschland

Eine Bilanz 10 Jahre nach der Umweltkonferenz in Rio: Experten nehmen Stellung zu dem was zukunftsfähiges Handeln heute ausmachen sollte.

Bezug über MISEREOR für 18,-EUR

Umweltbundesamt (Hrsg.):

Umweltbewusst leben – Handbuch für den umweltbewussten Haushalt

Handbuch mit einer Fülle von Informationen und Tipps für umweltbewusstes Verhalten bei der Produktauswahl, im Alltag, in der Freizeit usw..

Berlin 1998, Kostenlos

Lothar Mayer:

Ausstieg aus dem Crash

Entwurf einer Ökonomie jenseits von Wachstum und Umweltzerstörung

Mit „ Ausstieg aus dem Crash“ legt Lothar Mayer eine weitgehende Untersuchung vor. Die intensive Beschäftigung mit den historischen und naturwissenschaftlichen Zusammenhängen eröffnet die Einsicht in die zugrundeliegenden Systemstrukturen, aus der der Autor in seinem Buch den Entwurf eines Ausstiegs aus der tödlichen Kollision zwischen Ökonomie und Ökologie entwickelt. Versöhnung ist möglich...

Publik-Forum, Oberursel, 1999

Grefe, Greffrath, Schumann:

Attac- Was wollen die Globalisierungskritiker

Geschichte, Programmatik, Aktionen und Organisationsform des wachsenden Netzwerkes gegen die Auswüchse der kapitalistischen Globalisierung.

224 S. Rowohlt, 12,90 EUR

Menzel, P.:

So lebt der Mensch – Familien in aller Welt zeigen, was sie haben

Ein außergewöhnliches Buchprojekt: 16 Fotografen porträtieren Alltag und Hab und Gut von typischen Familien aus 30 Ländern der Welt. Eine globale Inventur vom Haben und Nichthaben, von den Lebensläufen, Wünschen, Hoffnungen und Träumen der Menschen.

Geo im Verlag Gruner u. Jahr, Hamburg 1998, EUR 39,00

Hans Holziger:

Nachhaltig Leben. 25 Vorschläge für einen verantwortungsvollen Lebensstil

Salzburg 2002, 70 Seiten, EUR 10,00, zu bestellen unter jungk-bibliothek@salzburg.at

James Bruges:

Das kleine Buch der Erde – Wohin gehen wir ?

In 60 Kapiteln wird in kompakter Form und mit hohem Nutzwert das Hintergrundwissen für die Globalisierungsdiskussion auf den Punkt gebracht. Jeder Artikel bietet weiterführende Literaturtipps und internationale Websites.

287 S. , Riemann-Verlag, One Earth Spirit, 2002, 12,50 EUR

Wolfgang Kessler:

Weltbeben -Auswege aus der Globalisierungsfalle.

„Lange Zeit fehlte ein umfassendes und aktuelles Buch mit Alternativen zur markt-fundamentalistischen Globalisierung. W. Kesslers Buch füllt diese Lücke und wird in der wachsenden sozialen Bewegung eine wichtige Rolle spielen.“(S. Giegold, Attac) „Kesslers Buch macht Hoffnung und Mut zur Mitarbeit an einer gerechten Welt ohne Hunger und Massenarbeitslosigkeit.“ (Franz Alt)

237 S., Publik-Forum-Verlag, Oberursel 2002, 14 Eur

Maria Mies:

Globalisierung von unten. Der Kampf gegen die Herrschaft der Konzerne

In ihrem Buch geht es um die Suche nach einer anderen Wirtschaft und Gesellschaft, einer Gesellschaft, die den Profit nicht über Menschen und Natur stellt. Sie berichtet über die globale Bewegung gegen das konzerngesteuerte neoliberale Wirtschaftsmodell. Sie informiert über Methoden und Ziele, über Vorläufer und historische Hintergründe.

255 S. , Rotbuch Verlag, Hamburg 2001, 13,50 Euro

Ernst-Otto Czempel:

Weltpolitik im Umbruch - Die Pax Americana, der Terrorismus und die Zukunft der internationalen Beziehungen.

Ein Analyse, die es versteht die aktuellen Veränderungen der Weltordnung in einen größeren Zusammenhang der Vergangenheit und Zukunft zu stellen.

Beck Verlag, 12,90 Euro

Beaulieu Gruppe:

Manifest für eine Ethik der Zukunft

Die Industriegesellschaften haben sich vorwiegend auf den materiellen Fortschritt konzentriert, Wenn es nicht zu einem Aufbruch von Innen kommt, ist eine soziale Erneuerung nicht möglich. Mit dem in diesem Band veröffentlichten Manifest der 1985 in der Schweiz gegründeten Beaulieu-Gruppe, deren Anliegen von der internationalen Initiative HOLON (s. Initiativen) fortgeführt werden, werden Schwerpunkte für eine ökospirituelle Kultur und Alltagspraxis vorgestellt.

Fischer alternativ 1993

Hans Küng, K.-J. Kuschel (Hrsg):

Erklärung zum Weltethos. Die Deklaration des Parlamentes der Weltreligionen

Am 4. September 1994 hat das Parlament der Weltreligionen in Chicago eine „Erklärung zum Weltethos“ verabschiedet, in der sich Menschen ganz unterschiedlicher religiöser Herkunft erstmals verständigt haben auf ein Minimum unverrückbarer ethischer Normen, die für das Überleben der Menschheit einfach notwendig sind. Sie ist gegen niemanden gerichtet, sondern lädt alle ein, Gläubige und auch Nicht-Gläubige, sich dieses Ethos zueigen zu machen und entsprechend zu handeln.

Verlag Piper 1993

f) Kinder und Jugendliche

Jugend schreibt Zukunft - Gedanken und Bilder zur Nachhaltigkeit.

Fkom-Verlag ISBN 3-928244-91-4, 2002

Pia Gyger:

Die Erde ruft - Ein Prozess spiritueller und politischer Bewusstseinsentwicklung bei Jugendlichen.

In diesem Buch lässt die politisch sehr engagierte Zen-Lehrerin vor allem 18 - 28 Jahre alte Jugendliche zu Wort kommen. Mit Erfahrungsberichten von sehr intensiven internationalen Friedenscamps der neunziger Jahre. Sie selbst berichtet anregend

von ihren Erfahrungen bei der Weltgipfel-Konferenz in Rio 1992 und bei den Vereinten Nationen.

193 Seiten, rex-Verlag Luzern und Stuttgart, 1996

Zukunft der Erde – Erde der Zukunft

Anregungen zur Umsetzung der Studie "Zukunftsfähiges Deutschland" für die Jugendarbeit

(Loseblattsammlung), jede Teillieferung 4,60 EUR über MISEREOR

Themenhefte u.a. : "Zukunft der Arbeit", "Gut leben statt viel haben", "Lokale Agenda 21", "Spiritualität"

Baedecker, C. u.a.:

Clever leben: MIPS für Kids.

Zukunftsfähige Konsum- und Lebensstile als Unterrichtsprojekt

Der "ökologische Rucksack" beim Einkaufen, erklärt für Kinder von 4-16 Jahren, u.a. mit Spielaktion "Sarahs Welt" beim Einkauf für ein Geburtstagsfest, incl. CD-ROM

Ökom-Verlag, München 2001

Bauer, J.:

Selma

Was ist Glück? Was braucht der Mensch? Dazu erzählt das Bilderbuch die Geschichte von Selma, dem Schaf.

Lappan Verlag, Oldenburg 2000, EUR 15,45

Grzimek, M. / Herrenberger, M.:

Ein Bärenleben

Der kleine Bär liegt schon so lange im Schuhkarton, dass er jedes Zeitgefühl verloren hat. Er weiß nur noch, da war ein Junge namens Christian, mit dem er ein paar Jahre durch dick und dünn gegangen ist. Das war kein ungefährliches, aber ein schönes Leben. Eine Beziehungsgeschichte mit nachhaltigen Aspekten.

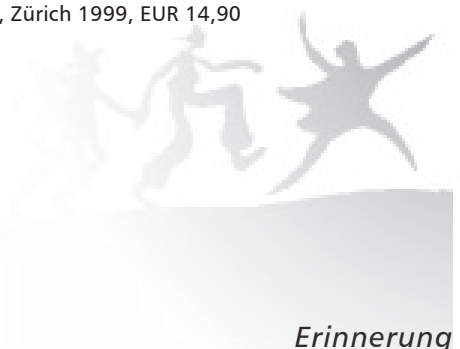
Hanser Verlag, München 1995, EUR 13,90

Ungerer, T.:

Otto – Autobiographie eines Teddybären

Teddybär Otto ist alt geworden. Er hat ein ungewöhnliches Leben hinter sich, ist durch viele Hände gewandert und wurde erst nach Jahren wieder fest in die Arme geschlossen. Ein Buch über den Umgang mit (Spiel)Sachen.

Diogenes Verlag, Zürich 1999, EUR 14,90



Kreuzinger, S. / Unger, H.:

*Agenda21 – Wir bauen unsere Zukunft
Eine Mitmach-, Ideen- u. Werkzeugkiste für
Kinder und Jugendliche*

Was heißt Agenda 21? Wie funktioniert global denken – lokal Handeln? Die Mitmachkiste enthält viele Anleitungen und Tipps zur Umsetzung der Agenda 21 im Alltag für Kinder und Jugendliche.

Verlag an der Ruhr, Mülheim 1999, EUR 20,40

Mönter, B. / Pieper, C.:

Kleider, Kleider, Kleider!

Ein Sachbuch für Kinder zum Thema Kleider und Mode. Es zeigt den Weg, den unsere Kleidung geht und setzt sich kritisch mit Kinderarbeit und Chemie in der Kleidung auseinander. Es zeigt vor allem den absoluten Modedefreaks unter den Kids möglicherweise Aspekte, mit denen sie sich bisher wahrscheinlich noch nie auseinandergesetzt haben.

kbv Verlag, Luzern 1999, EUR 13,80

*Rettungsaktion Planet Erde – Kinder der Welt
zum Umweltgipfel von Rio*

Das Buch versteht sich als Kinderausgabe der Agenda 21 in Zusammenarbeit mit den Vereinten Nationen. Bilder und Texte sind anschaulich – nicht nur für Kinder. Die Problemstellung wird aus Sicht der Kinder dargestellt, Zusammenhänge aufgezeigt und Handlungsansätze erkennbar gemacht.

Meyers Lexikonverlag Mannheim 1994, Bezug:
Children For A Better World, Münchner Freiheit 8,
80802 München, Tel. (089) 324 36 09, EUR 14,00

Nivola, Claire A.:

Elisabeth. Die wahre Geschichte einer Puppe.

Elisabeth heißt die Puppe eines Mädchens, das Anfang der dreißiger Jahre in Deutschland aufwächst. Mit der Puppe verbinden sich die Freuden und Leiden des Alltags. Doch als die Eltern erkennen, dass es für sie im zunehmend feindlichen Deutschland keine Bleibe mehr gibt, muss die Familie flüchten und alles Hab und Gut muss zurückbleiben – auch die Puppe Elisabeth. «Ich komme zurück und hole dich», flüstert das Mädchen seiner Puppe ins Ohr. Jenseits des großen Ozeans viele, viele Jahre später fanden das Mädchen, nun erwachsen und mit einer eigenen Tochter, und die Puppe Elisabeth wieder zusammen. Eine Geschichte über die Wertschätzung der Dinge des Lebens.

Verlag Urachhaus, Stuttgart 1999, EUR 14,50

Klaus Hurrelmann:

Konsum - Kinder. Was fehlt, wenn es an gar nichts fehlt.

Ein Lehrbuch ohne erhobenen Zeigefinger, was Eltern in Sachen Konsumsucht falsch machen können.

Versand-Adressen:

Der Ökotopia Verlag

bietet ein umfangreiches Programm mit Büchern, Spielen und Musik für Kinder, Jugendliche und Pädagogen.

Ökotopia Verlag, Hafengeweg 26, 48155 Münster, Fax.
0251-4819829, Email: info@oekotopia-verlag.de.
www.oekotopia-verlag.de

Der Ökodorf-Buchversand

ist ein Fachversand für alternative Lebensformen und gibt eine eigene Literaturliste heraus. Auch alle anderen handelsüblichen Bücher können dort bestellt werden.

Andreas Schaaff, Dorfstr. 4, D-29416 Groß Chüden,
Tel. +49-(0)3901-82949, Fax –82942, email:
oekodorf.buch@t-online.de,
www.alternativeninderaltmark.de

Der Eine Welt Bücherdienst von Misereor

bietet für alle Altersgruppen unterschiedliche Materialien und Medien zum globalen Lernen an.

MVG, Postfach 101545, 52015 Aachen, Tel. 0180-
52000210, Fax. 0241-4798645, Email: info@eine-welt-mvg.de
www.eine-welt-mvg.de

Medien:

Eine Welt Medien

Der zentrale Überblick mit einer Datenbank über Filme und Videos (zunehmend auch DVD und CD-Rom) zu globalem Lernen und Nachhaltigkeit. Mit Serviceseiten zu Verleihmöglichkeiten.

Koordination: Büro für Kultur und Medienprojekte,
Bettina Kocher, PF 5000161, 22701 Hamburg,
Tel. 040-3901407,

Email: bkocher@kultur-und-medien.com,
www.kultur-und-medien.com

Email: info@eine-welt-medien.de, www.eine-welt-medien.de

Verleih-Adressen (Medien):

Landesfilmdienste: Konferenz der Landesfilmdienste e.V.,

Rheinallee 59, 53173 Bonn, Email: konferenz@t-online.de, Tel. 0228-355002, www.landefilmdienste.de

Landesbildstellen: Institut f. Film u. Bild in Wissenschaft u. Unterricht

Geiseltasteig, Bavariafilmplatz 3, PF 1261, 82031 Grünwald, Tel. 089-64971, Service- hotline 089-896497244, Email: hotline@fwu.de, www.fwu.de

Evangelische Medienzentralen: Geschäftsstelle

c/o Zentrum für Medien, Kunst und Kultur, Sigrid Gabel, Archivstr. 3, 30169 Hannover, Tel. 0511-1241432, www.evangelische-medienzentralen.de

Videma -Videoverleih, Lizenzen für öffentliche Aufführungen

Ludwigstr. 33, 60327 Frankfurt/Main, Tel. 069-97143615, Email: info@videma.de, www.videma.de

Eine Welt Internetkonferenz (EWIK)

Die zentrale Einstiegsseite zum globalen Lernen der Eine Welt Internet Konferenz.

www.eine-welt-netz.de

Kinder- und Jugendfilmzentrum

Die zentrale Adresse für Überblick und Qualitätskontrolle

Kinder- und Jugendfilmzentrum, Küppelstein 34, 42857 Remscheid, Tel. 02191-7940, Email: kjfmedie@aol.com, www.kjf.de

Bundesverband Jugend und Film e.V. (BJF)

Kennedyallee 105a, 60596 Frankfurt/Main, Tel. 069-6312723, Email: mail@BJF.info, www.bjfev.de

Mit Clubfilmtheke, Tel. 06131-2878821, Email: LFD@Uni-Mainz.de

Jugendfilmverleih

Neue Schönhauser Str. 20, 10178 Berlin, Tel. 030-30006970, Email: info@jugendfilm.de

All You need -Ausstellung

Ein umfassendes Ausstellungskonzept zum Thema Nachhaltigkeit und Lebensstil zum Ausleihen

Verbraucherzentrale Bayern e.V., Mozartstr. 9, 80336 München, Tel. 089-539870, www.all-you-need-online.de

Auditorium Netzwerk

Unter dem Motto „Geist in Bewegung“ wird ein umfangreiches Tonkassetten- und Videoprogramm zu den Themen Psychologie, Psychotherapie, Lebenshilfe, Philosophie und Spiritualität angeboten. Mit vielen Originalaufnahmen und Vorträgen namhafter sozial engagierter Persönlichkeiten.

Auditorium- Verlag, Weinbergstr. 4, 97359 Schwarzbach, Tel. 09324-903952, Fax. 09324-903953, Email audionetz@aol.com, www.auditorium-netzwerk.de



Adresse:

Projektbüro: Stiftung Ökumene

Dietrich-Bonhoeffer-Haus, Ziegelstraße 30,
10117 Berlin

Spendenkonto:

Stiftung Ökumene,
Kto.: 0304103513, BLZ 52060410

Servicebüro: ÖIEW,

Tel: 05694-1417, Fax: 1532
aufbruch@anders-besser-leben.de

www.anders-besser-leben.de



Den folgenden Abschnitt bitte an das Projektbüro schicken

- JA, ich unterstütze den Aufbruch in eine andere Lebensweise durch mein alltägliches Handeln
 - Ich möchte in einer Gruppe mitmachen und bitte um Zusendung von Adressen in meiner Region.
 - Ich bin einverstanden damit, dass meine Adresse an andere UnterzeichnerInnen zur Vernetzung weitergegeben wird.
- Ich bitte um die Zusendung von

- Infomappe mit Basisinformationen (Adressen, Beispielen, Initiativen, Literatur, 5,50 Euro zzgl. Versand)
- regelmäßigen Informationen mit aktuellen Terminen
- Informationen zu Hilfen zum Gruppenaufbau (2,50 Euro zzgl. Versand)
- Expl. des Handbuchs „Genuss und Nachhaltigkeit“ (224 S., 15,90 Euro + Versand)
- Expl. des Kurz-Faltblattes
- Expl. des ausführlichen Aufrufs „anders-besser-leben“

Name	Vorname
PLZ	Wohnort
Strasse	
Tel.	Fax
e-mail	
Ort und Datum	Unterschrift

Den folgenden Abschnitt bitte an das Projektbüro schicken

- JA, ich unterstütze den Aufbruch in eine andere Lebensweise durch mein alltägliches Handeln
 - Ich möchte in einer Gruppe mitmachen und bitte um Zusendung von Adressen in meiner Region.
 - Ich bin einverstanden damit, dass meine Adresse an andere UnterzeichnerInnen zur Vernetzung weitergegeben wird.
- Ich bitte um die Zusendung von

- Infomappe mit Basisinformationen (Adressen, Beispielen, Initiativen, Literatur, 5,50 Euro zzgl. Versand)
- regelmäßigen Informationen mit aktuellen Terminen
- Informationen zu Hilfen zum Gruppenaufbau (2,50 Euro zzgl. Versand)
- Expl. des Handbuchs „Genuss und Nachhaltigkeit“ (224 S., 15,90 Euro + Versand)
- Expl. des Kurz-Faltblattes
- Expl. des ausführlichen Aufrufs „anders-besser-leben“

Name	Vorname
PLZ	Wohnort
Strasse	
Tel.	Fax
e-mail	
Ort und Datum	Unterschrift

Den folgenden Abschnitt bitte an das Projektbüro schicken

- JA, ich unterstütze den Aufbruch in eine andere Lebensweise durch mein alltägliches Handeln
 - Ich möchte in einer Gruppe mitmachen und bitte um Zusendung von Adressen in meiner Region.
 - Ich bin einverstanden damit, dass meine Adresse an andere UnterzeichnerInnen zur Vernetzung weitergegeben wird.
- Ich bitte um die Zusendung von

- Infomappe mit Basisinformationen (Adressen, Beispielen, Initiativen, Literatur, 5,50 Euro zzgl. Versand)
- regelmäßigen Informationen mit aktuellen Terminen
- Informationen zu Hilfen zum Gruppenaufbau (2,50 Euro zzgl. Versand)
- Expl. des Handbuchs „Genuss und Nachhaltigkeit“ (224 S., 15,90 Euro + Versand)
- Expl. des Kurz-Faltblattes
- Expl. des ausführlichen Aufrufs „anders-besser-leben“

Name	Vorname
PLZ	Wohnort
Strasse	
Tel.	Fax
e-mail	
Ort und Datum	Unterschrift

IV. DIE REGENBOGENKRAFT DES AUFBRUCHS

1. Bewusstsein

Jeder wirklich neue Aufbruch ist ein Aufbruch von innen und beginnt mit der Veränderung des individuellen Bewusstseins (rotes Feld). Heute steht jeder einzelne Mensch vor der Herausforderung, zu erkennen, dass sein Leben und sein Wohlergehen mit allem Leben auf diesem Planeten verbunden ist. Um zu überleben, muss er ein größeres Identitäts-, Verantwortungs- und Mitgefühl entwickeln. Dazu bedarf es der Heilung seelischer Brüche und der Integration von Empfindungen, Gefühlen, Intuition und rationalem Denken zu einer neuen Wahrnehmungsfähigkeit.

2. Handeln

Im Bereich des individuellen Handelns (gelb) muss der Einzelne nach den ökologischen und sozialen Folgen seines Handelns fragen und sein inneres Bewusstsein und sein tägliches Handeln stärker in Einklang bringen. Er muss sein Konsumverhalten und seine Umgangsweisen mit anderen Menschen und Kulturen in globaler Verantwortung verändern. Damit kann jeder Einzelne unmittelbar wirksame Voraussetzungen für grundlegende Veränderungen in Kultur und Gesellschaft schaffen.

3. Kultur

In der kulturellen Arbeit (grün) geht es um die gemeinsame Verständigung über die jeweilige Welt- und Selbstwahrnehmung und das Entwickeln einer Kultur des guten Lebens. Es gilt, verbindende Werte zu etablieren und mit Leben zu füllen, die das menschliche und das nicht-menschliche Leben achten und feiern, wie es in der Erdcharta und dem Projekt Weltethos der Weltreligionen vorgeschlagen wird: Achtung vor der Natur und Verwirklichung der allgemeinen Menschenrechte sowie das Eintreten für eine Kultur des Friedens und der sozialen und wirtschaftlichen Gerechtigkeit.

4. Gesellschaft

Im gesellschaftlichen Bereich (blau) werden zunehmend global, doch immer noch nach partikularen Werten und Interessen Entscheidungen getroffen, die das Zusammenleben aller Menschen und ihren Umgang mit der Natur betreffen. Hier gilt es auf der Grundlage anderer Werte und Lebensweisen neue Rahmenbedingungen zu entwickeln, damit die Naturgrundlagen erhalten bleiben und der produzierte Reichtum so verwendet wird, dass jeder Mensch auf der Welt die Chance erhält, seine Begabungen voll zu entfalten und ein materiell gesichertes, gewaltfreies und erfülltes Leben führen kann.

DER AUFBRUCH HAT BEGONNEN

Es sind bereits Millionen Menschen, die sich in einem oder mehreren Bereichen für zukunftsfähige Veränderungen einsetzen.

Auf der individuellen Ebene sind bereits viele Menschen im **Aufbruch** und auch im kulturellen Bereich zeichnen sich neue Leitideen für nachhaltige, solidarische und humane Lebensweisen ab. Wie die Studie von Ray und Anderson „*The Cultural Creatives...*“ belegt, sind es allein in den USA 29 % der Bevölkerung (50 Millionen), die er deswegen als kulturell Kreative bezeichnet. Für Europa wird mit ähnlichen Ergebnissen gerechnet. Die Erdcharta ist bisher von 10.000 Organisationen in der Welt unterzeichnet worden, die ebenfalls 50 Millionen Menschen repräsentieren.

Allerdings folgen den neuen Werten noch nicht immer neue Taten. Hier setzt der **Aufbruch** „*anders besser leben*“ an und versucht die Macht der Gewohnheiten und der Verhaltensweisen von unten zu verändern. Denn im gesellschaftlichen Bereich der wirtschaftlichen und politischen Macht wird solange nach alten Leitbildern entschieden, wie es die Wähler und Verbraucher möglich machen. Es fehlen Entscheidungen für ein Wirtschaften ohne quantitatives Wachstum, für eine Regulierung der globalen Finanzmärkte, für eine Neubestimmung und Neuverteilung der Arbeit, für eine Grundsicherung aller Menschen auf dieser Erde mit Nahrung, Wasser, Wohnung, Bildung und Gesundheitsfürsorge, für einen sozialen Ausgleich zwischen Reichen und Armen national und weltweit, für eine planetarische Kooperation zur Verbesserung der Lebensqualität für alle Lebewesen dieser Erde.

Grundlegende Veränderungen setzen gleichzeitige Veränderungen in allen Bereichen des Lebens voraus, damit diese sich gegenseitig stützen können.

Deswegen wendet sich die Initiative „Anders besser leben“ an Menschen aus allen Bereichen und lädt sie ein, ihre besondere Farbe in das Spektrum des Regenbogens einzubringen, der das Zusammenwirken aller Veränderungskräfte für die Schönheit des Lebens symbolisiert.

(Siehe Grafik auf der Rückseite)



Grafik angeregt von Ken Wilbers "Quadranten" (siehe sein Buch „Eros, Kosmos, Logos“), Gestaltung: Wolfram Nolte und Julia Kommerell

Die Initiative „**anders besser leben**“ versteht sich als ganzheitlicher **Aufbruch** zur Veränderung der eigenen und der gesellschaftlichen Lebensweise.

Sie umfasst alle Bereiche der menschlichen Lebenswirklichkeit:

die inneren und äußeren Aspekte des individuellen Lebens (Bewusstsein und Handeln)

als auch die inneren und äußeren Aspekte des kollektiven Lebens (Kultur und Gesellschaft).

Jeder Bereich verlangt ein besonderes Verstehen und eine besondere Herangehensweise zu seiner Veränderung. Erst das Zusammenwirken der Veränderungen in den verschiedenen Bereichen führt zu einem integralen Verstehen und Vorgehen, das dem **Aufbruch** seine verändernde Regenbogenkraft gibt.
