

Die Erde weint

Über die Verzweiflungs- und Ermutigungsarbeit nach Joanna Macy

Rüdiger Standhardt

Was wir am dringlichsten tun müssen, ist,
in uns hineinzuhören, wie die Erde weint.

Thich Nhat Hanh

Vorbemerkung

Vor zehn Jahren war ich verwundert und verärgert über einen Bundeskanzler, der von „Frieden schaffen mit immer weniger Waffen“ sprach und der sich gleichzeitig für die Stationierung von Erstschlagwaffen in Deutschland aussprach. Ich teilte die Überzeugung des Ökumenischen Rates der Kirchen, dass die Herstellung und Stationierung von Massenvernichtungswaffen ein Verbrechen gegen die Menschheit darstellt und engagierte mich in der Friedensbewegung. Wichtige Erfahrungen machte ich durch die Gründung und Arbeit in der Marburger Regionalgruppe der „Kampagne Ziviler Ungehorsam bis zur Abrüstung“, durch verschiedene gewaltfreie Aktionen (z.B. vor dem Atomwaffenlager in Mutlangen oder dem Siemens-Brennelementewerk in Hanau) und den Prozessen, die sich daraus ergeben haben, einschließlich eines kurzen Gefängnisaufenthaltes. Wegweisend in meinem politischen Engagement waren für mich ein Besuch des Konzentrationslagers Auschwitz mit Aktion Sühnezeichen/Friedensdienste, verschiedene Aufenthalte in der gandhianischen Lebensgemeinschaft der Arche in Südfrankreich (vgl. Löhmer 1990) und die Seminare zur Verzweiflungs- und Ermutigungsarbeit nach dem Konzept von Joanna Macy. In diesem Artikel will ich die Verzweiflungs- und Ermutigungsarbeit nach Joanna Macy vorstellen, weil für mich durch diesen tiefenökologischen Ansatz der „globale Globe“ in der TZI-Gruppenarbeit erfahrbar gemacht werden kann. In einer Zeit, in der das Überleben der Menschheit fragwürdig geworden ist, bedarf es in der pädagogischen, therapeutischen und politischen Gruppenarbeit dringend einer solchen Bewusstseinsbildung.

Bei der Vorbereitung zu diesem Artikel ist mir dreierlei aufgefallen:

- Wieder einmal wurde mir schmerzlich bewusst, wie sehr ich selber die globale Krise in meinem Alltag verdränge, wie schwer es mir fällt, über meine Gefühle der Hilflosigkeit, der Ohnmacht und der Verzweiflung mit anderen Menschen zu sprechen und wie ich oft einer bewussten seelischen und geistigen Auseinandersetzung aus dem Wege gehe.

- Ich zweifle an meinem eigenen Willen umzukehren und meiner Bereitschaft, meine bequemen Gewohnheiten aufzugeben. Zu selbstverständlich sind mir mein materieller Wohlstand und die sich daraus ergebenden Privilegien geworden. Ich kenne gut die Tage und Wochen, in denen ich mein Leben einfach unbeschwert genießen will - ich will dann in Ruhe gelassen werden von Gedanken an unsere bedrohliche Krisensituation. Und doch gelingt es mir nicht so recht, mein Wissen zu verdrängen. Zu viel weiß ich, und bei einem Blick auf die Titelseite meiner Tageszeitung erfahre ich fast täglich von neuen Katastrophen.
- Trotz allem spüre ich immer wieder in mir den tiefen Willen zu leben (und nicht nur zu überleben!) und den Wunsch, den Untergang nicht in Ruhe und Ordnung abzuwarten. Ich möchte mit meinen Gefühlen der Angst und tiefen Sorge nicht allein bleiben, will sie mit anderen Menschen teilen. Ich habe die Hoffnung auf einen Bewusstseinswandel und glaube, dass wir Energien zum klaren Denken und Handeln bekommen, wenn wir die Gelegenheit erhalten, unsere tiefen Gefühle der Angst nicht weiter verdrängen zu müssen.

1. Interhelp - ein internationales Netzwerk

Angesichts der sich zuspitzenden globalen Krise entstand in den letzten Jahren die internationale Bewegung Interhelp (1). Menschen, die aus den unterschiedlichsten Lebensbereichen kommen, haben sich hier zu einem Netzwerk zusammengeschlossen, um gemeinsam einen konstruktiven Weg im Umgang mit der Krise zu erarbeiten.

Joanna Macy, eine amerikanische Religionswissenschaftlerin und Mitbegründerin dieses internationalen Netzwerkes hat eine spezielle Form der psychologischen Ökologie- und Friedensarbeit entwickelt, die zunächst in den USA, später dann auch in Europa als Verzweiflungs- und Ermutigungsarbeit („despair and empowerment work“) bekannt geworden ist. Verzweiflungs- und Ermutigungsarbeit - dies bedeutet zunächst einmal die Arbeit mit den bewussten und unbewussten *Gefühlen* angesichts der ökologischen und atomaren Bedrohung. Joanna Macy beschreibt unser alltägliches Verdrängungsverhalten gegenüber den globalen Bedrohungen und zeigt die verschiedenen Formen psychischer Lähmungserscheinungen auf, die durch die Unterdrückung des Schmerzes um unsere Welt hervorgerufen werden. Sie ermöglicht mit ihrer Arbeit, dass wir unsere Gefühle der Ohnmacht und Resignation zulassen können und bietet für diese Bewusstseinsarbeit in Gruppen Rituale, Übungen, Meditationen und Diskussionsleitfäden an.

Mit ihren Seminaren richtet sie sich an alle Menschen, die Sorge empfinden über den Zustand unserer Welt, vor allem an diejenigen, die im Bereich sozialer und politischer Veränderung arbeiten.

Die theoretischen Grundlagen für diese psychologische Ökologie- und Friedensarbeit stammen aus der Humanistischen Psychologie und Pädagogik, aus der buddhistischen Philosophie, aus der Systemtheorie, der modernen Biologie sowie der Ökologie- und Friedensbewegung.

Das Besondere der Arbeit von Joanna Macy liegt darin, dass sie durch ihre Verzweiflungs- und Ermutigungsarbeit den Menschen hilft, die furchterregenden Informationen auf der *Gefühlsebene* zu verarbeiten und dass sie auf diese Weise den Mut und die Bereitschaft der Menschen stärkt, aktiv gesellschaftspolitisch zu handeln. In ihrem tiefenökologischen Ansatz geht es letztlich darum, die Bereitschaft und den Einfallsreichtum der Menschen für die Bewahrung des Lebens auf unserem Planeten zu vergrößern (2).

2. Globale Gefahren und menschliche Reaktionen auf die Bedrohungen

Ausgangspunkt der Arbeit von Joanna Macy ist unsere globale Krisensituation. Es geht ihr zunächst darum, dass die Menschen sich der drohenden Vernichtung unseres Planeten bewusst werden. In diesem Zusammenhang nennt sie drei Gefährdungen, die unseren Alltag - bewusst oder unbewusst - prägen: Die Furcht vor dem Atomkrieg, die fortschreitende Zerstörung unserer Welt und das wachsende Elend der meisten Menschen auf diesem Planeten.

Am Beispiel der fortschreitenden ökologischen Zerstörung will ich unsere Krisensituation deutlicher beschreiben.

Fast jeden Tag informieren die Tageszeitungen über neue Umweltzerstörungen und ökologische Katastrophen. Berichtet wird über Tankerunglücke, Vernichtung der Regenwälder, Waldsterben, Verseuchung und Verknappung von Trinkwasser, das sich vergrößernde Ozonloch, den Treibhauseffekt, den sauren Regen, aussterbende Tier- und Pflanzenarten, die Verschmutzung der Nord- und Ostsee etc. (3). Schon in seiner 1972 veröffentlichten Studie „Grenzen des Wachstums“ (Meadows 1972) kommt der vor weltweiten Krisenzuständen warnende Club of Rome zu dem alarmierenden Fazit: „Unser Bevölkerungs- und Produktionswachstum ist ein Wachstum zum Tode.“ Um diesen Gesamttrend aufzuhalten, sind radikale, das heißt an die Wurzel gehende Änderungen in unseren Denkgewohnheiten, Verhaltensweisen und Gesellschaftsstrukturen notwendig. In der kritischen Würdigung zu dieser Studien durch den Club of Rome heißt es: „Der Grundgedanke einer Gesellschaft im wirtschaftlichen und ökologischen Gleichgewicht ist scheinbar leicht zu erfassen; doch ist unsere heutige Wirklichkeit davon so weit entfernt, dass praktisch eine geistige Umwälzung kopernikanischen Ausmaßes für die Umsetzung unserer Vorstellungen in praktische Handlungen erforderlich sein dürfte“ (Meadows 1972, S. 175).

Eine zweite umfassende Bestandsaufnahme zum Zustand der Welt wurde 1980 unter dem Titel „Global 2000“ (Kaiser 1980) vom damaligen amerikanischen Präsidenten Carter veröffentlicht. Im Begleitschreiben der Studie an den Präsidenten heißt es: „Die Schlussfolgerungen, zu denen wir gelangt sind, sind beunruhigend. Sie deuten für die Zeit bis zum Jahre 2000 auf ein Potential globaler Probleme von alarmierendem Ausmaß. Der Druck auf Umwelt und Ressourcen sowie der Bevölkerungsdruck verstärken sich und werden die Qualität herrschenden Lebens auf diesem Planeten zunehmend beeinflussen“ (Kaiser 1980, S. 19).

Wer es wissen will, dem ist spätestens mit „Global 2000“ deutlich, dass wir unsere Erde systematisch zugrunde richten. Politische Konsequenzen unterbleiben weitgehend, und der Zustand der Welt verschlechtert sich weiter; auch die Umweltschutzbemühungen ändern an dieser Situation nur wenig. Dies ist ausführlich nachzulesen in den Berichten über die Lage der Welt (vgl. Michelsen 1991), die seit 1984 alle zwei Jahre vom international bekannten Worldwatch Institut in Washington veröffentlicht werden.

Die beschriebene Krise erhält dadurch noch eine besondere Dimension, weil zum ersten Mal in der Geschichte in Frage gestellt ist, ob es überhaupt ein Überleben der Menschheit geben wird. „Jede Generation lebte bisher mit der unausgesprochenen Gewissheit, dass andere Generationen folgen würden. Jeder konnte zweifelsfrei davon ausgehen, dass seine Kinder, Kindeskiner und die noch Ungeborenen auf der gleichen Erde, unter dem gleichen Himmel weiterleben würden. Notzeiten, Niederlagen und individueller Tod waren eingebettet in die übergeordnete Gewissheit, dass es eine Zukunft gibt. Eben diese Sicherheit haben wir nun verloren, ob wir dem Militär oder der Friedensbewegung angehören, und dieser Verlust, unmessbar und unermesslich, ist das Kernstück unserer gegenwärtigen psychischen Realität“ (Macy 1988, S. 19).

Angesichts der mehrdimensionalen Krisensituation stellt sich nun die Frage, warum die vielfältigen Warnsignale nicht ernstgenommen werden bzw. wie es dazu kommt, dass die beunruhigenden Nachrichten über die drohende Vernichtung unseres Planeten unterdrückt werden. Was sind die Ursachen der allgemeinen Apathie? Wissen wir etwa doch nicht um die Gefahren oder sind wir gar gleichgültig gegenüber der drohenden Vernichtung allen Lebens? In vielen politisch aktiven Kreisen wird die Apathie der Öffentlichkeit auf einen Mangel an Informationen zurückgeführt und die Aktivistinnen und Aktivisten verwenden einen Großteil ihrer Zeit, Energie und ihres Engagements darauf, die mutmaßlichen Wissenslücken der Bevölkerung mit Informationen zu füllen. Doch der erhoffte Erfolg bleibt in der Regel aus, denn - wie Erfahrungswerte der Verzweiflungs- und Ermutigungsarbeit belegen - sind sich innerlich die meisten Menschen sehr wohl der drohenden Vernichtung unseres Planeten bewusst (vgl. Seed u.a. 1989, S. 20).

Joanna Macy sieht in der allgemeinen Apathie (griech., wörtl.: Nicht- Leiden) die Unfähigkeit oder die Weigerung vieler Menschen, mit den eigenen Ängsten in Kontakt zu kommen. Ihrer Ansicht nach verdrängen wir die düsteren Zukunftsprognosen, weil wir Angst davor haben, der Verzweiflung, dem Schmerz, dem Ohnmachtsgefühl und der Zukunftsangst zu begegnen und von den sie begleitenden Gefühlen überwältigt zu werden. Diese Gefühle sind für viele Menschen sehr bedrohlich und gelten in unserer Kultur als nicht gesellschaftsfähig - ein offenes Bekenntnis zu den eigenen Gefühlen angesichts des Zustandes unserer Welt würde bedeuten, ein soziales Tabu zu übertreten (4).

Drei Verhaltensweisen nennt Joanna Macy als typische Reaktionen auf die Krisensituation: Ungläubigkeit, Verleugnung und Doppelleben.

Unsere Bedrohung ist nur schwer vorstellbar. Wir nehmen beispielsweise die Zerstörung der lebensschützenden Ozonschicht nur indirekt wahr und können auch die 30-40 Millionen Menschen, die jährlich weltweit an Unterernährung sterben, nicht sehen. Es fällt uns schwer zu glauben, dass dieses alles tatsächlich existiert. Von der Ungläubigkeit zur Verleugnung ist es dann kein weiter Weg mehr. Und solange wir die beunruhigenden Informationen nicht in unser Leben integrieren, verdrängen wir sie - in gewisser Weise führen wir dabei ein Doppelleben: Auf der einen Seite leben wir unseren Alltag mit all seinen kleinen und großen Begebenheiten, gleichzeitig wissen wir um die drohende Vernichtung unseres Planeten.

Wie wirkt sich nun die Verdrängung aus? Was sind die Folgen, wenn wir unsere Ängste verleugnen und öffentlich nicht zeigen? Was geschieht, wenn wir uns mit dem allerwichtigsten Thema unserer Zeit, der Möglichkeit drohender totaler Vernichtung, nicht wirklich auseinandersetzen?

Die Folge dieser Verdrängung ist, dass wir eines großen Teiles unserer Energie beraubt und von den tiefen, unbewussten Quellen unserer Kraft und Kreativität getrennt sind. Der Preis, den wir letztlich für die Verdrängungsarbeit bezahlen, ist hoch, denn das Verweigern von Gefühlen wirkt sich auf unser gesamtes Leben aus. Es wird wie unter einer psychischen Betäubung erlebt, die auch „seelische Erstarrung“ (5) genannt wird. Joanna Macy (vgl. Macy 1988, S. 31ff.) nennt verschiedene Formen psychischer Lähmungserscheinungen, wobei Ohnmachtsgefühle, Resignation, Hilflosigkeit und eine lähmende Zukunftsmüdigkeit mit zunehmender Häufigkeit in fast allen Bevölkerungskreisen anzutreffen sind:

- Die Isolierung des Menschen von sich selbst, den anderen und der Natur: In diesem Zusammenhang spricht Joanna Macy von der Gefahr einer psychischen Dissonanz, das heißt, dass es dazu kommen kann, nicht die seelische Gesundheit der Gesellschaft, sondern unsere eigene anzuzweifeln.
- Übersprungshandlungen und Ersatzbefriedigungen, hektische sinnlose Aktivitäten, zwanghafte Suche nach Vergnügungen und anderen kurzlebigen Inhalten, Zerstreuung, Konsum und Anhäufung von materiellen Dingen in einem Maß, das nichts mehr mit der Befriedigung von Bedürfnissen zu tun hat: In diesen Ersatzbefriedigungen drückt sich

nicht Lebenslust aus, sondern eher das Gegenteil, „nämlich die Ahnung schrecklicher Möglichkeiten und die manische Verleugnung der tiefen Lebenszweifel“ (Macy 1988, S. 33).

- Politische Passivität und Unmündigkeit: Die meisten Bürgerinnen und Bürger in unserer Demokratie verhalten sich still, unauffällig und geben zu oft ihre gesellschaftliche Mitverantwortung an andere ab. Wir leben daher heute eher in einer „passiven Zuschauerdemokratie“ als in einer „aktiven Mitbestimmungsdemokratie“ (vgl. Fromm 1976, S. 174).
- Ausblendung beunruhigender Informationen, das absichtliche oder unbewusste Fernhalten von Informationen über unseren inhumanen Lebensstil: Dies geschieht beispielsweise dadurch, dass wir bestimmte Informationen der Zeitungen oder Rundfunk- und Fernsehsendungen nicht mehr an uns heranlassen.
- Ausgelaugt sein, Erschöpfungszustände und Gefühle der Frustration: Für diese Gefühle sind besonders Menschen empfänglich, die sich in der Ökologie- und Friedensbewegung engagieren.

3. Theoretische Grundlagen der Verzweiflungs- und Ermutigungsarbeit

Mit ihrer psychologischen Ökologie- und Friedensarbeit schafft Joanna Macy einen Raum, in dem Menschen ermutigt werden, über ihre Gefühle und Ängste zu sprechen, sie zuzulassen und auszudrücken.

3.1. Grundprinzipien der Bewusstseinsbildungsarbeit

Fünf Grundprinzipien (vgl. Macy 1988, S. 39ff.) liegen der Verzweiflungs- und Ermutigungsarbeit nach Joanna Macy zugrunde. Sie bilden die Basis ihrer Arbeit in Gruppen und zeigen, wie Menschen anders als mit Verdrängung auf die Krisensituation reagieren können:

„Es ist natürlich und ein Zeichen geistiger Gesundheit, wenn wir Schmerzen um unsere Welt empfinden.“

Unsere Gefühle (Angst, Wut, Trauer, Zorn etc.) angesichts der Zerstörung unserer Lebensgrundlagen sind normal und ein Ausdruck unserer Humanität. Sie dürfen nicht als individuelle Probleme abgetan werden, sondern zeigen, dass wir mit allen Lebewesen verbunden sind.

- „Dieser Schmerz ist nur krankhaft, wenn er verleugnet wird.“ Ich habe oben schon davon gesprochen, welchen hohen Preis wir zahlen, wenn wir den Schmerz um unsere bedrohte Welt leugnen: Erstarrung, Gefühle der Isoliertheit, der Hilflosigkeit, der Ohnmacht, der Resignation etc. Unsere Weigerung, diese schmerzlichen Gefühle wahrzunehmen, anzunehmen und auszudrücken, blockiert unsere Fähigkeit zur notwendigen Wandlung. Daher ist es wichtig, unserem Leiden um die Welt Wertschätzung entgegenzubringen und die Ansicht aufzugeben, dass Trauer um unsere Welt krankhaft sei.
- „Information allein genügt nicht.“ Es gibt heute genügend Möglichkeiten, sich über die globalen Gefahren zu informieren. Viel wichtiger aber ist es, diese furchterregenden Informationen auf der *Gefühlsebene* zu verarbeiten, denn nur so können wir mit dem Wissen auch angemessen(er) umgehen. In der Bewusstseinsbildungsarbeit nach Joanna

Macy wird daher nicht nur über die globalen Herausforderungen informiert, sondern es werden auch Angebote gemacht, die vielfältigen Gefühle zu spüren und zuzulassen.

- „Das Zulassen unterdrückter Gefühle gibt uns Energie und macht den Verstand klarer.“ Die Psychotherapie hat uns darauf aufmerksam gemacht, dass Energie und Kreativität frei werden, wenn verdrängte Dinge an die Oberfläche gebracht werden. Übertragen auf die Verzweiflungs- und Ermutigungsarbeit bedeutet dies: Wenn wir uns dem verdrängten Schmerz zuwenden, wird Energie frei, und somit entsteht Möglichkeit, die Wirklichkeit wacher wahrzunehmen und entsprechend handeln zu können.
- „Wenn wir den Schmerz um die Welt zulassen, können wir auch unsere Verbundenheit mit allem Lebendigen wieder spüren.“ Durch das Wahrnehmen und Erleben unserer verdrängten Gefühle bekommen wir eine neue Sichtweise unserer Existenz. Wir entdecken die innere Verbundenheit mit allen Lebewesen (wieder) und nehmen nicht nur den Schmerz um die bedrohte Welt wahr, sondern auch die Kraft und Freude, die aus dieser Verbundenheit gespeist werden.

Dieser zuletzt genannte Grundsatz ist für jede Form der Ökologie- und Friedensarbeit so entscheidend, dass ich im Folgenden die theoretischen Grundlagen näher erläutern werde.

3.2. Vom kartesisch-newtonschen zum ganzheitlich-ökologischen Denken

Die Arbeit von Joanna Macy basiert auf der Annahme, dass es möglich ist, Verbundenheit mit allen Lebewesen, aber auch mit den Elementen des Lebens (Luft, Wasser etc.) zu spüren. Bereits neuzeitliche Denker wie Spinoza, Goethe und Steiner vertraten die tiefe Überzeugung von der inneren Verbundenheit aller Lebewesen. Ähnliche Gedankengänge tauchten in den Naturwissenschaften Anfang des 20. Jahrhunderts auf. Die innere Verbundenheit aller Phänomene war (wieder-)entdeckt worden und verändert seitdem nachhaltig die Wahrnehmungsweise und das Denken der Wissenschaftler.

Der Atomphysiker Fritjof Capra hat in seinen beiden Büchern „Das Tao der Physik“ und „Wendezeit“ allgemeinverständlich dargestellt, warum es zu der radikalen Infragestellung des bisherigen naturwissenschaftlichen Weltbildes kommen musste und wie die neue, ganzheitliche Beschreibung der Wirklichkeit im Einzelnen aussieht; Capra schreibt: „Die neue Sicht der Wirklichkeit (...) beruht auf der Erkenntnis, dass alle Phänomene - physikalische, biologische, psychische, gesellschaftliche und kulturelle - grundsätzlich miteinander verbunden und voneinander abhängig sind“ (Capra 1990, S. 293).

Das naturwissenschaftliche Weltbild, das unsere abendländische Kultur in den letzten dreihundert Jahren beherrscht hat, wird von Capra als „kartesisches“ bzw. „kartesianisch-newtonsches“ und „mechanistisches“ Weltbild bezeichnet, weil es auf Denker wie Descartes und Newton (sowie Kopernikus, Galilei und Bacon) zurückgeht. Die kartesische Anschauung vom Universum basiert auf einem rigiden Richtig-Falsch-Wahrheitsbegriff und ist unter anderem geprägt von der Trennung zwischen Subjekt und Objekt, von der Unterscheidung von Geist und Materie, kurz: von einem mechanistischen Weltbild, das sowohl die Natur als auch den Menschen analog dem Modell einer Maschine erklärt. Insbesondere bei der Entwicklung wissenschaftlicher Theorien, aber auch bei der Umsetzung komplexer technologischer Systeme, hat sich dieses analytische Denkmodell sehr bewährt. Gleichzeitig führte die Überbewertung eines Denkmodells, das die Zusammenhänge der Welt durch Reduktion auf ihre kleinsten Teile erklärt, zu einer Zersplitterung, die für unser Denken wegweisend geworden ist. Im wissenschaftlichen Kontext gipfelt das kartesische Denken in der Überzeugung, dass prinzipiell alle Phänomene erklärt und verstanden werden können,

wenn man nur in der Lage ist, sie auf ihre kleinsten Teile zu reduzieren. Ein derart analytisches Denken ist auf die Bevorzugung „maskuliner“ Werte (rationales Wissen, Analyse und Expansion) ausgerichtet, wobei gleichzeitig die „femininen“ Werte (intuitive Weisheit, Synthese und ökologisches Bewusstsein) vernachlässigt werden.

Die kontinuierliche Weiterentwicklung des kartesisch-newtonschen Denkens wurde im ersten Drittel unseres Jahrhunderts durch die Erfahrungen verschiedener Physiker als zu begrenzt erwiesen, um die Phänomene der Natur zu erklären. Bei der Erforschung der atomaren und subatomaren Welt kamen die Wissenschaftler mit einer seltsamen und unerwarteten Wirklichkeit in Kontakt, „welche die Grundlagen ihrer Weltanschauung zum Einsturz brachte und sie zwang, ihr Denken neu auszurichten. (...) In ihrem Bemühen, diese neue Wirklichkeit zu begreifen, wurden die Wissenschaftler sich schmerzlich dessen bewusst, dass ihre Grundbegriffe, ihre Sprachen und ihre ganze Art zu denken nicht ausreichten, die atomaren Phänomene zu beschreiben. Ihre Probleme waren nicht nur intellektueller Art, sondern schlossen auch eine tiefgreifende emotionale und existenzielle Erfahrung ein“ (Capra 1990, S. 78).

Nicht wenige Physiker hatten eine existenzielle Krise zu überwinden, als sie sich damit abfinden mussten, dass ihr bisheriges naturwissenschaftliches Denken keine angemessene Basis mehr für ihre Forschungen bot, und sie suchten nach neuen Wegen des Verstehens. Wegweisend für das sich daraus entwickelnde systemhafte, ganzheitliche Denken in der modernen Physik waren dabei vor allem Albert Einsteins Relativitätstheorie, die von Max Planck, Albert Einstein, Werner Heisenberg, Niels Bohr und anderen erarbeitete Quantentheorie und die von Werner Heisenberg formulierte Unschärfentheorie.

Diese neuen Denkansätze veränderten radikal die Perspektive in Richtung auf ein ganzheitliches Weltverständnis. Die moderne Physik brachte eine Weltanschauung hervor, die als organisch, ganzheitlich und ökologisch charakterisiert werden kann. Nicht mehr das Bild einer Maschine, bestehend aus vielen Einzelteilen, ist das Erklärungsmuster für die Welt und das Universum, sondern das Bild eines lebendigen Organismus, dessen Teilbereiche untrennbar miteinander verflochten sind. Eine derartige Sicht der Welt ist den Anschauungen der östlichen und westlichen Mystiker sehr ähnlich (6), und der Anthropologe Gregory Bateson bezeichnete sie als „den größten Bissen vom Baum der Erkenntnis seit 2000 Jahren“, da sie in vielen Bereichen der menschlichen Gesellschaft einen tiefgreifenden Veränderungsprozess in Gang gesetzt hat. Gegenwärtig vollzieht sich ein Wandel zu einem ganzheitlich-ökologischen Weltbild nicht nur in der modernen Physik, sondern auch in der Medizin, der Biologie, der Psychologie sowie in den Sozial- und Wirtschaftswissenschaften. Nach Capra ist dieser Wandel die Voraussetzung, um unsere Krisensituation zu verstehen, aber auch um unsere Wahrnehmungsweise und unsere Wertvorstellungen grundlegend verändern zu können.

3.3. Synergie - ein neues Konzept der Macht

Das oben beschriebene ganzheitlich-ökologische Denken bildet die theoretische Grundlage der psychologischen Ökologie- und Friedensarbeit. Joanna Macy hat in Anlehnung an die Systemtheorie ein neues Konzept von Macht entwickelt, das unsere gängigen Machtvorstellungen radikal in Frage stellt.

Das alte Konzept von Macht basiert auf der mechanistischen Weltsicht. Atome, Pflanzen, Tiere und Menschen werden als getrennt voneinander bestehende und damit real existierende Einheiten wahrgenommen, während die Beziehungen und Interaktionen zwischen den Einheiten, da sie weniger präzise messbar sind, eine untergeordnete Rolle spielen. Macht ist demnach das Einwirken einer separat existierenden Einheit auf eine andere. Es geht um

Dominanz und Durchsetzungsvermögen. Die Folge ist ein Gewinn-Verlust-Denken, das heißt, die Stärke und Macht des einen bedeutet die Schwäche und Machtlosigkeit des anderen. Durch das alte Verständnis von Macht wird das Rivalitäts- und Konkurrenzverhalten der Menschen unterstützt und gefördert; jeder Mensch ist bemüht, sich vom Einfluss des anderen abzugrenzen, um nicht verletzt, besiegt bzw. vernichtet zu werden.

Das ganzheitlich-ökologische Denken verändert die Sicht der Welt radikal. Die Betonung liegt nicht mehr auf den getrennt voneinander existierenden Einheiten, sondern auf der Verbundenheit. Wissenschaftler entdeckten, wie bedeutsam der *offene* Informationsaustausch für die Funktionsfähigkeit von Systemen ist. Nur durch diese Offenheit halten sich Systeme selbst aufrecht und entfalten ihre Komplexität und Reaktionsfähigkeit. Lebewesen entwickeln sich durch die Interaktion, durch das Geöffnet sein gegenüber der Mitwelt (7) und durch die Fähigkeit, das lebensnotwendige Feedback zu geben und zu empfangen. Diese Einsichten der Systemtheorie sind nach Ansicht der Systemtheoretiker auch für die menschliche Gesellschaft von Bedeutung. Gegenwärtig besteht eine gesellschaftliche Tendenz zur Verdrängung der Krisensituation, die den umfassenden Informationsfluss gefährdet. Wir nehmen unsere Ängste nicht ernst und erkennen sie nicht als Feedback auf die gestörten Prozesse in unserem Umgang mit uns selbst und unserer Mitwelt. Durch verschiedene unbewusste Verdrängungsmechanismen und durch das bewusste Zurückhalten von Informationen unterbrechen wir die Informationsweitergabe. Die Folge ist, dass unsere Widerstandskräfte gelähmt sind, die dringend notwendige Bewusstseins- und Verhaltensänderung wird verhindert und das Gesamtsystem gerät weiter aus dem Gleichgewicht. „Die Unterbrechung unseres Kontakts zu wesentlichen Dimensionen unserer Existenz sorgt so für eine kontinuierlich steigende Einschränkung unseres Verhaltensspielraums und macht uns zu Gefangenen unserer Selbstentfremdung“ (Burow 1988, S. 115).

Auf dem Hintergrund der systemischen Denkweise entwickelt Joanna Macy ihr Verständnis von Kraft und Macht, bei dem es um Offenheit, Verletzbarkeit und die Bereitschaft zur Veränderung geht. „Gemeinsame Macht“ ist das Stichwort. Nicht gegeneinander, sondern miteinander, nicht Konkurrenz, sondern Kooperation ist das Geheimnis, durch das es uns möglich sein wird, einen Zuwachs an Mut, Ausdauer, Engagement und Energie zu erfahren. Dieses neue Verständnis von Kraft und Macht ist jedoch nur möglich, wenn wir unsere Ängste ernstnehmen, sie zulassen und uns mit ihnen auseinandersetzen, denn nur so kann die dahinterliegende gebundene Energie freigesetzt werden.

4. Verzweiflungs- und Ermutigungsarbeit in Gruppen

4.1. Ziele der Bewusstseinsbildungsarbeit

Die Bewusstseinsbildungsarbeit von Joanna Macy hat das Ziel, den Menschen die Gelegenheit zu geben, „ihre tiefsten Reaktionen auf die unseren Planeten bedrohenden Gefahren zu erleben und mit anderen zu besprechen und sie durch solches Tun zu befähigen, die Kraft zu erkennen, die aus ihrer inneren Verbundenheit mit dem gesamten Leben erwächst, damit sie ihre Betäubung überwinden und aus der Machtlosigkeit zur Aktion kommen“ (Macy 1988, S. 97f.).

Die Arbeit mit Verzweiflung und Ermutigung bietet keine Programme für soziale Veränderung an und ist auch kein Ersatz für konkretes politisches Handeln, z.B. das Engagement am Arbeitsplatz, in Friedensinitiativen, Umweltschutzorganisationen oder Eine-

Welt-Gruppen. Im Vordergrund stehen andere Schwerpunkte politischen Engagements, von denen ich an dieser Stelle zwei Aspekte herausgreifen möchte:

4.1.1. Handeln aus dem Bewusstsein der Verbundenheit

Durch die systemische Sichtweise der Realität stehen sowohl private Tätigkeiten als auch politische Aktionen in einem größeren Handlungszusammenhang. Unsere Anstrengungen, die uns oftmals so armselig und unbedeutend erscheinen, gehen in ihrer Bedeutung weit über die individuelle Ebene hinaus - weil alles mit allem verbunden ist und jede Handlung eine Vielzahl verschiedener Wirkungen hat, die nicht annähernd alle bewusst sein können. „Wenn unsere Strategien von einem größeren Zusammenhang als dem unseres begrenzten Egos getragen und geformt werden, wenn wir erkennen, dass wir nicht nur aus unseren eigenen Überzeugungen und Meinungen heraus handeln, sondern im Auftrag eines größeren Selbst - der Erde -, (...) dann sind wir von neuer Entschlossenheit, Mut und Ausdauer erfüllt, sind weniger durch Selbstzweifel, enges Eigeninteresse und Entmutigung eingeschränkt. Die Apathie, das Gefühl des Gelähmt seins, unter dem so viele von uns leiden, ist ein Produkt unseres verkümmerten Selbst-Gefühls“ (Seed u.a. 1989, S. 28).

4.1.2 Vom Imperativ zum Indikativ

Durch die Bewusstseinsbildungsarbeit nach Joanna Macy kann ein Ansatz für gesellschaftsveränderndes Handeln in den Blick kommen, der jenseits des weitverbreiteten Moralisierens der Ökologie- und Friedensbewegung liegt. Wenn Menschen die Erfahrung der inneren Verbundenheit mit allem Lebendigen und den Elementen des Lebens gemacht haben, dann ist für sie die Haltung der „Ehrfurcht vor dem Leben“ kein moralischer Imperativ mehr, sondern eine „indikativische Selbstverständlichkeit“ (v. Brück 1987, S. 378). Arne Naess schreibt dazu: „Unglücklicherweise hat das umfangreiche Moralisieren innerhalb der ökologischen Bewegung der Öffentlichkeit den falschen Eindruck vermittelt, dass sie in erster Linie gebeten wird zu opfern, mehr Verantwortung, mehr Sorge und bessere Moral zu zeigen. So wie ich es sehe, brauchen wir die unendlichen Quellen der Freude, die durch die wachsende Empfindsamkeit gegenüber dem Reichtum und der Vielfalt des natürlichen Lebens und durch die tiefe Wertschätzung freier, natürlicher Landschaften entsteht. (...) Die notwendige Fürsorge fließt ganz natürlich, wenn das Selbst weiter und tiefer wird, so dass der Schutz der freien Natur wie der Schutz unseres eigenen Selbst empfunden und wahrgenommen wird“ (Seed u.a. 1989, S. 42).

Meditative Übungswege (z.B. Zen, Yoga) können helfen, das Selbst zu vertiefen und zu erweitern.

4.2. Vorzüge der Bewusstseinsbildungsarbeit mit Gruppen

Die Erfahrungen von Joanna Macy und anderen haben gezeigt, dass sich die oben beschriebenen Ziele am besten gemeinsam mit anderen Menschen verwirklichen lassen. Es wurden daher Seminare konzipiert, in denen die Teilnehmenden die Bewusstseinsbildungsarbeit in einer Gruppe erleben können. Ein derartiges „Verzweiflungs- und Ermutigungsseminar“ findet meist an einem Wochenende statt, damit sich die Gruppenmitglieder - befreit von den alltäglichen Verpflichtungen und Ablenkungen - intensiv

auf die Arbeit einlassen können. Gemeinsam beschäftigen sie sich mit ihren Reaktionen auf die globalen Bedrohungen und erleben, dass sie mit ihren eigenen Gefühlen nicht alleine stehen. Mit dem Beistand der Gruppe können die einzelnen ihre Angst vor ihrer emotionalen Reaktion abbauen, sie lernen, ihre schmerzlichen Gefühle wertzuschätzen und voreinander zuzulassen, ohne sie gleich wieder zu verharmlosen bzw. sich selbst rechtfertigen zu müssen. Darüber hinaus ermöglicht die Gruppe die Erfahrung einer inneren Verbundenheit miteinander, die die einzelnen (wieder) die Kraft finden lässt, gemeinsam Aktionen zu vereinbaren und vorzubereiten.

4.3. Innere Struktur der Bewusstseinsbildungsarbeit in Gruppen

Die innere Struktur der Arbeit mit Verzweiflung und Ermutigung ist durch drei Phasen gekennzeichnet. Die Beachtung dieser drei Phasen ist für einen dynamischen Gruppenprozess wichtiger, als die einzelnen Methoden, die zur Anwendung kommen.

4.3.1. Die erste Phase - Arbeit mit der Verzweiflung

Joanna Macy erwähnt bei ihrer Arbeit mit der Verzweiflung oft die Worte des vietnamesischen Dichters und Zen-Meisters Thich Nhat Hanh, der sagt: „Was wir am dringlichsten tun müssen, ist, in uns hineinzuhören, wie die Erde weint.

Genau um diesen sehr schmerzlichen, aber auch befreienden Prozess geht es in der ersten Phase. Der geschützte Raum der Gruppe gewährleistet das Zulassen können und Wertschätzen aller freiwerdenden Empfindungen und Schmerzen angesichts der globalen Krisensituation. Die Gruppenmitglieder haben den Freiraum, ihren ganz persönlichen Weg zu finden, wie sie beispielsweise ihrem Wissen über den fortschreitenden ökologischen Sterbeprozess Ausdruck verleihen können und wollen. Im Seminar haben sie die Möglichkeit, ihren Kummer zuzulassen und auszusprechen. In dem Maße, wie sie begreifen, wie sehr unsere Mitwelt zerstört ist und wie viele Pflanzen- und Tierarten bereits ausgerottet wurden, können sie diesen Verlust auch angemessen betrauern und - wenn sie dazu bereit sind - sich von all dem verabschieden, was für immer zerstört und verschwunden ist (Vgl. Seed u.a. 1988, S. 127).

4.3.2. Die zweite Phase - die Wende

In der zweiten Phase wird den Gruppenmitgliedern immer mehr bewusst, dass ihr Schmerz angesichts der drohenden globalen Katastrophen ein Ausdruck ihrer Verbundenheit mit allem Lebendigen ist. An diesem Wendepunkt in der Gruppenarbeit verändert sich ihre Wahrnehmungsweise; die Gruppenmitglieder erleben die Gefahr als Chance zur Veränderung und das Leiden an der Welt beginnt sich in Kraft und Energie zu verwandeln. Dabei ist unerheblich, ob sich die ganzheitliche Sichtweise des Universums ganz allmählich entwickelt oder ob sie plötzlich da ist. Jedes einzelne Gruppenmitglied folgt hier seinem eigenen Rhythmus - übereinstimmend für alle ist jedoch das veränderte Lebensgefühl, die Art, wie sich die einzelnen selbst sehen und wie sie ihre Kräfte einschätzen. Der Wendepunkt führt die Gruppenmitglieder auf eine tiefere Ebene ihres Bewusstseins (Vgl. Macy 1988, S. 167f).

4.3.3. Die dritte Phase - Arbeit zur Ermutigung

In der letzten Phase der Gruppenarbeit geht es nun zunächst einmal darum, Wege zu finden, wie die Seminarteilnehmenden sich der „gemeinsamen Kraft“ (Synergie) öffnen können. Gestärkt durch die Erfahrung der Verbundenheit mit allem Leben kann die Gruppe in einem weiteren Schritt nach Wegen suchen, wie sich die einzelnen aktiv gegen die Zerstörung unserer Welt auflehnen können (8). Es ist nun genügend Energie freigesetzt, um Aktionen vorzubereiten und konkrete politische Handlungen zu planen.

4.4. Aufgaben und Fähigkeiten der Gruppenleitenden

Die Aufgaben der Gruppenleiterinnen und Gruppenleiter bestehen darin, die Ziele des Seminars transparent zu machen, ein vertrauensvolles Klima in der Gruppe zu schaffen, Strukturen für den schwierigen und schmerzvollen Prozess von der Verzweiflung zur Ermutigung anzubieten und die Teilnehmenden auf dieser „inneren Reise“ mit Verständnis und tiefem Respekt zu begleiten.

Die jeweiligen Gruppenleitenden sollten daher im Umgang mit Gruppen geübt und in der Strukturierung so erfahren sein, dass die Ziele der psychologischen Ökologie- und Friedensarbeit erreicht werden können. Besonders wichtig ist es, dass die Gruppenleiterinnen und Gruppenleiter selbst bereits intensiv mit ihren eigenen Gefühlen gearbeitet haben und so mit dem Ausdruck tiefer Emotionen vertraut sind (9). In diesem Zusammenhang betont Joanna Macy, dass die Verzweiflungs- und Ermutigungsarbeit keine Psychotherapie ist. Die Teilnehmenden eines Seminars werden zwar ermutigt, ihre Gefühle zuzulassen und ihnen auch einen Ausdruck zu geben, aber es werden keine Versuche unternommen, diese Gefühle zu interpretieren. Darüber hinaus wird es respektiert, wenn sich jemand emotional nicht einbringen will oder kann - der sichtbare Ausdruck der Gefühle ist kein Maß für die innere Intensität.

4.5. Das Verzweiflungsritual - ein Praxisbeispiel

Zum Abschluss beschreibe ich noch eine zentrale Übung von Joanna Macy, das Verzweiflungsritual (vgl. Macy 1988, S. 161ff). Viele Teilnehmende erleben dieses Ritual als den wichtigsten Teil des Seminars. Das Verzweiflungsritual leitet sich seiner Form nach aus einem Ritual der Indianer ab und vollzieht sich in drei konzentrischen Kreisen.

Zu Beginn bewegen sich alle Teilnehmende im äußeren Kreis. Dieser äußere Kreis ist ein Ort der Mitteilung (und nicht der Argumente!); die Teilnehmenden sprechen dort aus, was sie über die Krisensituation unserer Welt denken. Sie machen kurze und einfache Aussagen wie »Ich habe Angst, dass wir bald unser Wasser nicht mehr trinken können!« und die Gruppe antwortet anschließend mit den Worten „Ja, so ist es.“ In diesem äußeren Kreis kann alles zur Sprache gebracht werden, was normalerweise nicht ausgesprochen wird.

Wenn Teilnehmende aufgrund der sprachlichen Äußerungen mit ihren Gefühlen in Kontakt kommen, können sie diese in den beiden inneren Kreisen zum Ausdruck bringen. Der mittlere Kreis ist der Ort des Zornes und der Wut, hier darf geschrien und geflucht werden. Manche laufen mit geballten Fäusten umher, stampfen mit den Füßen oder schlagen auf die am Boden bereitliegenden Kissen. Der innere Kreis ist der Kreis der Trauer - hier können sich die Teilnehmenden in Decken einhüllen und ihrem Schmerz und ihrer Trauer freien Lauf lassen.

Während der Übung bewegen sich die Teilnehmenden zwischen den Kreisen hin und her und erleben so bei sich selbst und bei den anderen die verschiedenen Ebenen emotionaler Beteiligung, aber auch deren Wandel. Zu Beginn bringen die einzelnen Gruppenmitglieder in der Regel ihre Verzweiflung und ihren Schmerz immer intensiver zum Ausdruck. Wenn sie dann erleben, dass sie alle von den gleichen schmerzlichen Gefühlen berührt sind, tritt eine Wende ein. Die Teilnehmenden kommen in Kontakt mit der Energie, die ihrer Leidensgemeinschaft zugrunde liegt. Sie treten aus ihrer Einsamkeit und beginnen aufeinander zuzugehen, aneinander Anteil zu nehmen und sich gegenseitig zu unterstützen. Solidarität wird spürbar, und die freigesetzte Energie findet oft ihren Ausdruck in einer gemeinsamen Gruppenaktion (Gesang, Tanz etc.). In dieser Phase geht das „Verzweiflungsritual“ seinem Ende zu, und die Gruppenleitenden schließen es ab, indem sie die Aufmerksamkeit aller auf die Gesamtgruppe richten und die Bedeutung der gemeinsamen Erfahrung hervorheben.

Eingebettet in ein Seminar zur Verzweiflungs- und Ermutigungsarbeit ist das oben beschriebene Ritual oftmals die Ausgangsbasis für die Ausarbeitung und Umsetzung konkreter politischer Vorhaben.

5. Kritische Würdigung

Die Verzweiflungs- und Ermutigungsarbeit nach Joanna Macy stellt grundlegende Vorstellungen und Werte der abendländischen Kultur in Frage und ermutigt zum Ungehorsam und zur Auflehnung gegen die Zerstörung unserer Welt. Das Überleben der Menschheit wird davon abhängen, ob wir ein neues Verhältnis zu uns selbst und zu unserer Mitwelt entwickeln können. Anhand des Prinzips der Synergie zeigt Joanna Macy, dass in dem tiefen Prozess der Einswerdung mit der Schöpfung nicht nur der Schmerz um die Welt begründet liegt, sondern dass wir dort auch die Quellen der Kraft, Energie und Kreativität erfahren können, die wir für die dringend gebotene Bewusstseins- und Verhaltensänderung brauchen.

Wer jedoch meint, eine einmalige Seminarerfahrung sei ausreichend, um aus einem anderen Bewusstsein heraus handeln zu können, der irrt sich, auch wenn häufig am Ende eines Verzweiflungs- und Ermutigungsseminars eine entsprechende Euphorie unter den Teilnehmenden herrscht. Ähnlich wie bei meditativen Übungswegen muss auch die Bewusstseinsbildungsarbeit nach Joanna Macy immer wieder neu geleistet werden - ein Leben lang! Ich fände es daher sinnvoll, die Verzweiflungs- und Ermutigungsarbeit als selbstverständlichen Bestandteil von pädagogischen, politischen und therapeutischen Gruppen aufzunehmen. So könnten die Mitglieder einer regionalen Aktionsgruppe ebenso wie die Teilnehmenden einer pädagogisch-therapeutischen Ausbildung ihre neuen Einsichten in konkretes politisches Handeln umsetzen.

Anmerkungen

(1) Interhelp ist ein internationales Netzwerk, das Gruppen und Individuen miteinander verbindet, die mit der psychologischen Ökologie- und Friedensarbeit nach Joanna Macy arbeiten und deren Anliegen die Weiterverbreitung dieser Arbeit ist. Informationen über diese Arbeit sind zu erhalten bei: Interhelp Deutschland, Claudia Friedel, Im Schilf 34, 26133 Oldenburg

(2) Marks (1991) macht darauf aufmerksam, dass die Arbeit von Macy in Deutschland durch den Umstand erschwert wird, dass die emotionale Seite des Nazi-Holocaustes auch nach fünfundvierzig Jahren nicht wirklich erinnert, betrauert und aufgearbeitet worden ist. Vgl. außerdem Sanders-Brahms 1989)

(3) Vgl. ausführlich: Beck 1986, 1988; Breidenstein 1990; Drewermann 1990

(4) Schwarz geht in diesem Zusammenhang noch weiter: „Was hindert mich also an einer Form der Friedensarbeit, die meine emotionale Betroffenheit nicht ausklammert und die der Größe der Bedrohung angemessen wäre? Ich kann nur antworten: Die Angst vor (zivilem) Ungehorsam. Meine Angst, geschriebene und ungeschriebene Gesetze dieser Gesellschaft zu übertreten und deshalb als Tabubrecher geächtet zu werden. Und das verbindet mich letztlich vielleicht sogar in gewisser Weise mit Politikern, die u.a. wohl auch aus Angst davor, ungeschriebene Gesetze der Machtpolitik zu verletzen und dafür von ihresgleichen geächtet zu werden, Bombe auf Bombe häufen“ (Schwarz 1989, S. 372). Vgl. außerdem Fromm 1982: Er sieht im Ungehorsam gegenüber falschen Autoritäten die wahrscheinlich einzige Möglichkeit, die Menschheit vor dem Untergang zu bewahren.

(5) Der Begriff der „seelischen Erstarrung“ bzw. „psychischen Abstumpfung“ wurde durch Robert J. Lifton geprägt. Das zentrale Thema seiner verschiedenen Studien (u.a. über die Hiroshima-Opfer, das Verhalten von Ärzten in Konzentrationslagern und das System der nuklearen Abschreckung) sind die psychologischen Folgen mit der Konfrontation mit dem Tod. Vgl. u.a. Lifton/Markusen 1992

(6) Bei allen großen Meditationswegen geht es letztlich um die Erfahrung der Einheit der Wirklichkeit, d.h. um die Erfahrung, dass sich das Universum nicht außerhalb unseres Selbst befindet. Vgl. Habito 1990; Huth/Huth 1988; Suzuki 1988; Thich Nhat Hanh 1987; v. Brück 1987

(7) Üblicherweise wird noch der Begriff „Umwelt“ benutzt; Mever-Abich schlägt jedoch den Begriff „Mitwelt“ vor, denn „der entscheidende Gedanke, mit dem die Umkehr beginnt, ist, dass andere Lebewesen nicht nur um uns, sondern mit uns in der Welt sind“ (1990, S. 11).

(8) Vgl. dazu u.a. Jungk/Müllert 1989; außerdem in diesem Buch die Beiträge von Jungk/Burow und Müllert

(9) Joanna Macy geht nicht näher darauf ein, wie die vielfältigen Fähigkeiten des Gruppenleitens erlernt werden können. Die genannten Qualitäten können bei den meisten Menschen nicht selbstverständlich vorausgesetzt werden; die Themenzentrierte Interaktion (TZI) nach Ruth C. Cohn hilft, sich in die Kunst der Gruppenleitung einzüben und ist so die ideale Grundlage für die Bewusstseinsbildungsarbeit nach Joanna Macy. Vgl. u.v.a. Löhmer/Standhardt 1992, Löhmer/Standhardt (Hrsg.) 1992

Erwähnte und weiterführende Literatur

BEAULIEU-Gruppe (Hrsg.): Aufbruch von innen. Manifest für eine Ethik der Zukunft. Entwurf einer ökospirituellen Kultur. Frankfurt / M. 1991

Beck, Ulrich: Risikogesellschaft. Auf dem Weg in eine andere Moderne. Frankfurt/M. 1986

Beck, Ulrich: Gegengifte. Die organisierte Unverantwortlichkeit. Frankfurt/M. 1988

Breidenstein, Gerhard: Hoffen inmitten der Krisen. Von Krankheit und Heilung unserer Gesellschaft. Frankfurt/M. 1990

Burow, Olaf-Axel: Aus der Bedrohung Kraft gewinnen. Bericht von einem gestaltpädagogischen Workshop. In: Imschweiler, Volker (Hrsg.): Gestaltpädagogik in der Unterrichtspraxis (Hessisches Institut für Lehrerfortbildung). Weilburg 1989, S. 79-115

Burow, Olaf-Axel: Grundlagen der Gestaltpädagogik. Dortmund 1988

- Capra, Fritjof: Das Tao der Physik. Die Konvergenz von westlicher Wissenschaft und östlicher Philosophie. Bern, München, Wien, 11. Auflage 1989 (1. Auflage 1975)
- Capra, Fritjof: Wendezeit. Bausteine für ein neues Weltbild. Bern, München, Wien, 18. Auflage 1990 (1. Auflage 1982)
- Chu, Victor: Krisenzeit. Nach Tschernobyl: Meditationen eines Psychotherapeuten. Köln 1991 (1. Auflage 1987)
- Drewermann, Eugen: Der tödliche Fortschritt. Von der Zerstörung der Erde und des Menschen im Erbe des Christentums. Regensburg, 6. Auflage 1990 (1. Auflage 1981)
- Fromm, Erich: Haben oder Sein. Die seelischen Grundlagen einer neuen Gesellschaft. Stuttgart 1976
- Fromm, Erich: Über den Ungehorsam. Stuttgart 1982
- Grof, Stanislav (Hrsg.): Die Chance der Menschheit. Bewusstseinsentwicklung - der Ausweg aus der globalen Krise. München 1988
- Habito, Ruben: Barmherzigkeit aus der Stille. Zen und soziales Engagement. München 1990
- Huth, Almuth/ Huth, Werner: Meditation. Begegnung mit der eigenen Mitte. Einführung und Anleitung. München 1988
- Jungk, Robert: Projekt Ermutigung. Streitschrift wider die Resignation. Berlin 1988
- Jungk, Robert/ Müllert, Norbert R.: Zukunftswerkstätten. Mit Phantasie gegen Routine und Resignation. München 1989
- Kaiser, Reinhard (Hrsg.): Global 2000. Der Bericht an den Präsidenten. Frankfurt/M. 1980
- Lifton, Robert J./ Markusen, Eric: Die Psychologie des Völkermordes. Atomkrieg und Holocaust. Stuttgart 1992
- Löhmer, Cornelia: Überleben allein genügt nicht. Erziehung zur Gewaltlosigkeit in den Archegemeinschaften. In: Junge Kirche, 51 (1990) 5, S. 290-295
- Löhmer, Cornelia/ Standhardt, Rüdiger: Themenzentrierte Interaktion. Die Kunst, sich selbst und eine Gruppe zu leiten. Mannheim 1992
- Löhmer, Cornelia/ Standhardt, Rüdiger (Hrsg.): TZI. Pädagogisch-therapeutische Gruppenarbeit nach Ruth C. Cohn. Stuttgart 1992
- Lutz, Rüdiger: Ökopolis. Eine Anstiftung zur Zukunfts- und Umweltgestaltung. München 1987
- Macy, Joanna: Mut in der Bedrohung. Friedensarbeit im Atomzeitalter. Ein Selbsterfahrungsbuch. München 1988 (1. Auflage 1986)

- Macy, Joanna: „Despair Work“. Mit der Verzweiflung arbeiten. Hamburg 1983
- Marks, Stephan: Deutsch-Sein, wie ist das? Kollektive Erinnerungs- und Trauerarbeit. In: Gruppendynamik, 22 (1991) 4, S. 443-450
- Meadows, Dennis: Die Grenzen des Wachstums. Bericht des Club of Rome zur Lage der Menschheit. Stuttgart 1972
- Meadows, Donella H./ Meadows, Dennis! Randers, Jorgen: Die neuen Grenzen des Wachstums. Die Lage der Menschheit: Bedrohung und Zukunftschancen. Stuttgart 1992
- Meyer-Abich, Klaus Michael: Aufstand für die Natur. Von der Umwelt zur Mitwelt. München, Wien 1990
- Michelsen, Gerd (Hrsg.): Worldwatch Institute Report. Zur Lage der Welt - 91/92. Daten für das Überleben unseres Planeten. Frankfurt/ M. 1991
- Müller, Wilhelma/ Schlüter, Barbara/ Sommerfeld, Verena: Das Apfelbäumchen soll wachsen. Zum Umgang mit Bedrohungsgefühlen und Zukunftsängsten von Kindern. Bielefeld 1992 (zu bestellen bei: Werkstatt Friedenserziehung, Sternenburgstr. 58, 53115 Bonn)
- Petzold, Hilarion (Hrsg.): Psychotherapie und Friedensarbeit. Paderborn 1986
- Sanders-Brahms, Helma: Die Lähmung überwinden. Wie uns Hitlers Erbe immer noch verformt, verbiegt und uns am lebendigen Leben hindert. In: Emile, Zeitschrift für Erziehungskultur, 3 (1989) 4, S. 35-48
- Schwarz, Arne: Die Angst vor (zivilem) Ungehorsam. In: Gruppendynamik, 15 (1984), S. 365-373
- Seed, John/ Macy, Joanna/ Fleming, Pat/ Naess, Arne: Denken wie ein Berg. Ganzheitliche Ökologie: Die Konferenz des Lebens. Freiburg 1989
- Suzuki, Shunryu: Zen-Geist - Anfänger-Geist. Unterweisungen in Zen-Meditation. Zürich, 4. Auflage 1988
- Thich Nhat Hanh: Innerer Friede - Äußerer Friede. Zürich 1987
- von Brück, Michael: Einheit der Wirklichkeit. Gott, Gotteserfahrung und Meditation im hinduistisch-christlichen Dialog. München, 2. Auflage 1987 (1. Auflage 1986)
- Walsh, Roger: Überleben. Die psychologischen Ursachen der globalen Bedrohung und Wege zu ihrer Überwindung. München 1987 (1. Auflage 1985)
- (Rüdiger Standhardt / Cornelia Löhmer (Hrsg.): Zur Tat befreien. Gesellschafts-politische Perspektiven zur TZI-Gruppenarbeit. Mainz: Grünewald 1994, S. 226-246)*