

## Tropfen im Ozean – Ökologie der Verbundenheit

Woher die Lebenskraft und den Mut nehmen für den notwendigen Wandel in der Welt?

Neue Erkenntnisse der Hirnforschung belegen, dass Kreativität und Inspiration – die Fähigkeit Dinge neu zu Denken – niemals allein aus rationalem Denken entsteht. Es ist das Zusammenspiel aus Emotion und Ratio, aus Kopf und Bauch oder Kopf und Herz, das uns auf gesunde Pfade führt, um die Themen anzugehen, die zunehmend als Auswirkungen menschengemachter Krisen unser aller Leben bedrohen.

Joanna Macy hat dies bereits vor 40 Jahren erkannt, als sie ihre „Arbeit die (uns) wieder verbindet“ [work that reconnects] entwickelte: ein Platz, um Gefühle anzunehmen und auszudrücken, die in uns allen angesichts von Krieg, atomarer Bedrohung, Klimawandel, sozialen Problemen, bedrohten und aussterbenden Arten ... entstehen. „Sachlich bleiben“ und die Dinge „objektiv und wissenschaftlich“ zu betrachten schneidet uns ab von wichtigen Aspekten unserer selbst und isoliert uns. So, wie die Liebe unter uns Menschen immer auch ein emotionsgeladenes Thema ist, so ist es auch die Liebe zum Leben und zum Planeten Erde mit all seinen Lebensformen.

Das oftmals Überraschende und Unerwartete der „Arbeit die wieder verbindet“, ist folgendes: wenn wir den Mut haben, uns unserem Schmerz um das, was in der Welt geschieht, zu stellen und ihn anzunehmen (ebenso wie unseren Gefühlen von Hilflosigkeit oder Wut oder Ängsten oder Verzweiflung oder was auch immer) dann setzt diese Öffnung auch Kräfte, Entschlossenheit, Intelligenz und Mut in uns frei, um für des Leben zu handeln. Nicht als Weltretter oder Übermensch, sondern in dem Maß, wie es mir und meinem Leben entspricht. Dann spüren wir als „Tropfen im Ozean des Lebens“ diese Kraft in der Verbundenheit, im tiefen Miteinander, im Kreis, im Ritual, in der Stille. Und wir können hinspüren und unsere Köpfe zusammenstecken, um herauszufinden, wie wir das Erfahrene in unseren Alltag integrieren können.

Norbert Gahbler kennt Joanna Macy seit 34 Jahren und hat in den letzten 30 Jahren ihre Arbeit in Deutschland übersetzt und ihr assistiert. Außerdem ist er Therapeut in der Männerarbeit und ausgebildet als Anleiter der Friedenstänze.