

KAPITEL 7



Foto: G. Hänel, GARP

DIE PLACKEREI

Nachdenken über Heilung in der Gemeinschaft

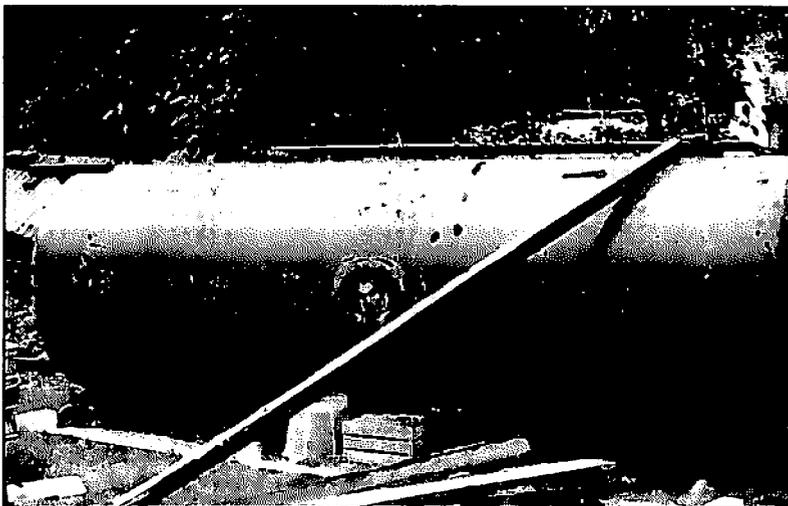


Foto: E. Poschmann

Ich werde weniger eine theoretische Abhandlung über dieses Thema „Heilung in der Gemeinschaft“ zu Papier bringen, sondern gewissermaßen einen Erlebnisbericht von meinem Weg, von meiner Beschäftigung mit diesem Thema in meiner Gemeinschaft. Letztlich geht es um Anarchie, also um das Lebendige, um das Leben, um Liebe, Arbeit, Weisheit, die nicht Wissen bedeutet, sondern tiefe, sinnliche, authentische Erfahrung.

Heilung oder Krankheit waren für uns Menschen, die versuchten auf der Burg Lutter Gemeinschaft zu entwickeln und zu leben, zuerst keine politischen Themen. Ich habe sie erst nach einigen Jahren lutheranischen Lebens als dringlich empfunden und ins Spiel gebracht.

Daß die bürgerliche Gesellschaft mit den Sucht- und Arbeitsstrukturen, mit der Unterdrückung und Ausbeutung, der Isolation, der Hektik und der Konkurrenz die Menschen krank macht, war mir ein schon aus früheren Jahren vertrauter Kritikansatz. In einer anderen Gemeinschaftsform, also möglicherweise in der unseren, könnte es anders sein. Zumindest stellte sich für mich die Frage, wie denn nun eine Ge-

meinschaft sein könnte, damit nicht nur Krankheiten verhindert, sondern auch Krankheiten, mit denen wir in die Gemeinschaft hineingehen, geheilt werden. Mit Krankheiten meine ich nicht nur körperliche, sondern vor allem Neurosen, Süchte, also auch die psychosomatischen Krankheiten.

Die Erwartung jedenfalls, daß das Leben in der Gemeinschaft in jedem Fall gesünder sei als in meiner ehemaligen Zweizimmerwohnung in Braunschweig, erwies sich für mich als Irrtum. Gerade in den ersten Jahren habe ich beobachtet, daß es einigen meiner Freunde und Freundinnen immer schlechter ging, und auch ich selbst hatte einige heftige Asthmaanfälle zu überstehen. Auch heute noch ist das Thema Asthma nicht überstanden.

Eine andere Beobachtung will ich an dieser Stelle vorwegnehmen: Die Menschen, denen es in der Gemeinschaft in dieser Hinsicht nicht gut ging, und die Schwierigkeiten hatten, ihr Leben zu meistern, haben fast allesamt nach Lutter ein überraschendes Comeback außerhalb der Kommune erlebt. Viele, die ich gefragt habe, sind regelrecht erleichtert, das kommunale Leben endlich hinter sich gelassen zu haben.

Nichtsdestotrotz: Die Idee, der Bazillus dieser Idee sitzt fest in meinem Kopf und in meinem Herzen. Ich bin überzeugt davon, daß die Menschen in den Kommunen „gesünder“ werden können und daß gerade dieser Prozeß eine Basis für die politische Arbeit und schließlich für die Veränderung in dieser Welt ist. Ich bin deshalb so sicher, weil ich eine Gemeinschaft kennengelernt habe, die sich die Heilung als Inhalt und Ziel gegeben hat. Ich habe vier Monate in diesem Kreis gelebt und weiß, was geleistet werden kann. Sicher, die Gemeinschaft, von der ich spreche, läßt sich in gar keiner Weise mit unserer „alltäglichen“ vergleichen. Es handelt sich um eine Gemeinschaft in einer psychosomatischen Klinik. Die Methoden, die ich dort kennengelernt habe, auf Kommunen zu übertragen, wäre sicherlich fragwürdig. Beide Gemeinschaften, die ausschließlich therapeutische und die anarchistisch-alltägliche, sind vom Ansatz und vom Sinn her völlig verschieden. Dennoch habe ich viele Anregungen und Impulse mit in meine Gemeinschaft nehmen können, und auf uns zugeschnitten, könnten sie uns auch sehr viel weiterhelfen.

Damals, also vor fast 10 Jahren, ist mir das Buch „Krankheit als Weg“ von Thorwald Detlevsen in die Finger gefallen, das ja heute in vielen halbspirituellen Bücherwänden steht. In dem Buch wird die Krankheit als Symptom beschrieben, das auf tiefsitzende Neurosen verweist und diese durch die Krankheit erst sichtbar werden läßt. In meiner fast zur gleichen Zeit beginnenden Therapie begriff ich in der Tat meine leidige Krankheit oft als einen Weg. Einen Weg, meine Wurzeln zu erkennen, meinen Kern, meine Identität zu finden, meine

Männlichkeit. Die Krankheit war Wegweiser für meine Sehnsüchte, für meine Defizite, sie war ein Wegweiser zu mir selbst und damit auch zu meiner Spiritualität. Am Ende meiner Therapie fragte mich Theo, mein langjähriger Therapeut, ob ich mir vorstellen könne, kein Asthma zu haben, und wie ich mich wohl ohne Asthma entwickelt haben würde. Ich konnte das nicht. Die Krankheit hat einen so umfassenden, bestimmenden Platz in meinem Leben eingenommen, daß ich sie selbst geworden bin.

Dieses Annehmen der Krankheit, dieses Akzeptieren im Gegensatz zum ständigen Abwehrkampf dagegen war eine meiner wichtigsten Arbeiten in der Therapie. Über meine eigene Analyse und über die vielfältigen Übungen und Therapieansätze, die ich im Laufe der Jahre kennenlernte, habe ich eingesehen, daß die Verwurzelung neurotischer Strukturen im jüngsten Kindesalter, wenn nicht gar im pränatalen Bereich liegt: Bei Mama im weichen Bauch, beschützt, weich, feucht, warm, versorgt und mit einem Gefühl versehen, zu dem ich sehnsuchtsvoll jahrzehntelang den Begriff Liebe verwendet habe.

An diese Zeit, also an den materiellen, körperlichen Anfang meines Lebens, kann ich mich trotz meiner Therapie nicht erinnern. Aber über das, was in der Psychologie „Projektion“ genannt wird, kann ich sehr wohl eine Verbindung meiner heutigen Verhaltensweisen zu deren Ursprung erkennen.

Meine therapeutische Arbeit war immer eingebettet in das ganzheitliche Leben auf Lutter, und in die Gemeinschaft. Die Menschen also, mit denen ich zusammenlebe, haben mich auf diesem Weg begleitet. Erst im nachhinein habe ich erkannt, daß das Leben in der Gemeinschaft für meinen Heilungsprozeß ausgesprochen wichtig war. Hier bin ich überhaupt erst in die existentielle Not gelangt, aus der heraus ich die Kraft entwickeln konnte, mit Therapie an meinen Neuronen zu arbeiten. In den drei Jahrzehnten vorher habe ich mich mit Medikamenten vollgestopft.

Das warme, feuchte, lockende Nest: Die Kommune!

Im Laufe der 13 Jahre, die ich auf Lutter nunmehr lebe, habe ich viele Männer und Frauen kennengelernt, die voller Elan mit einem dicken Bündel Hoffnungen und Erwartungen hierhergezogen sind, aus vielen unterschiedlichen Gründen wieder gegangen sind. Jeder und jede hat für den Ein- und für den Ausstieg einen eigenen privaten Grund in der eigenen Biographie. Dennoch scheint sich die Motivation auf breiter Ebene langsam zu verändern. Wenn es vor 13 Jahren fast durchgängig ein politisches Motiv war, so gibt es heute auch andere Motive, das des individualistischen „guten und leichten“ Lebens zum Beispiel, immer noch verpönt, aber doch nicht zu übersehen.

Ich selbst wollte meine politischen Ideen und Ansprüche mit meiner politischen Arbeit näher zusammenbringen. Ich hatte bis dahin, zwar eingebunden in einen Freundeskreis und in die politische Szene, dennoch isoliert in der Metropole gelebt. Meine Ideen zur Gesellschaftsveränderung haben sich in erster Linie aus dem materialistischen Kritikansatz abgeleitet. Die politische Arbeit war eine Widerstandsarbeit und drückte sich durch Demonstrationen, Flugblätter, Initiativarbeit aus. Ich habe dabei die Erfahrung gemacht, daß auf diese Weise die Gesellschaft nicht zu verändern ist. Und zwar weil die Antwort des Staates auf Widerstand die gewaltsame Zerschlagung, die Kriminalisierung oder eine fragwürdige Legalisierung war. Einerseits, und andererseits weil ich nicht authentisch das Leben konnte, was ich in Form meiner Utopie formuliert hatte. Ich war überzeugt, daß es diese Widerstandsarbeit geben muß, daß sie sinnvoll und notwendig sei.

Es war höchste Zeit, weniger zu reden, sondern zu handeln. Und das konnte damals nur so aussehen, daß unter den Rahmenbedingungen, nämlich Abschaffung des Privateigentums und Aufhebung der Isolation und der Kleinfamilie, ein Experiment begonnen werden mußte. Daraus ist dann für mich Lutter entstanden.

Der beschriebene politische Ansatz und die Motivation taugte für mich in den ersten Jahren, um in den chaotischen Wirren der ersten Zeit immer wieder eine gerade politische Linie zu finden, um mich zu orientieren. Dieser Ansatz taugt mit Sicherheit nicht, um den durchlebten jahrelangen Frust, die Nervereien, den Ärger, die Enttäuschungen, die Schwere dieser sozialen Arbeit abzudecken und zu erklären. Er taugt schon gar nicht dazu, über diese lange Zeit Mut zu schöpfen und Kraft zu gewinnen und weiterzumachen. Wenn ich mich mit meinen Freunden über dieses Thema unterhalte, dann stelle ich fest, daß es bei ihnen ähnlich ist. Ein sehr wichtiges Motiv, das zwar latent vorhanden war, bei vielen aber erst im Laufe der Zeit zum Vorschein kam, ist die Sehnsucht nach einem Nest, nach Geborgenheit, nach Wärme, nach Nähe. Ich habe im ersten Abschnitt diese Begriffe in Beziehung zur Mutter gebracht. Und es drängt sich mir in der Tat der Verdacht auf, daß diese Träume auf die Kommune projiziert werden und die Kommune eine Mutterrolle erfüllen soll. Die Reihe der Frustrationen ist somit vorprogrammiert.

Diese romantische Sehnsucht nach Nähe und Wärme hat trotz der vielen Rückschläge eine unglaubliche Zähigkeit entwickelt: Hier in dieser Gemeinschaft können wir uns endlich einander nahe sein, werden wir geliebt, opfern wir uns füreinander auf, helfen wir einander, unterstützen wir uns, sind füreinander da. Wir können in diesem Kommuneschoß angstfrei lieben und leben, nach dem Lustprinzip arbeiten, alles ganzheitlich natürlich, politisch ganz vorne, an der revolutionären Speerspitze, frei, ungebunden, in der Liebe schwelgend

und zwischen den Attacken angreifender Horden von den Pfirsichen triefenden Nektar und das Aroma von heimlich angebautem Cannabis aufsaugend.

Ein Ausweg aus diesem Dilemma könnte es sein, das Bezugssystem, aber auch alle folgenden Systeme, die sich mir anbieten und die ich mir selbst erschaffe, zu entauthorisieren, also zu entmachten. Damit meine ich, daß die Strukturen, die sich über Regeln, Traditionen, Gepflogenheiten, Moral, Sitte, Anstand manifestieren, regelmäßig hinterfragt und umgestürzt werden sollten. Mir ist wichtig, mich immer wieder daran zu erinnern, daß ich mir diese Freiheit nehmen muß, damit ich zumindest hier auf Lutter diesen inneren Umsturz immer wieder vollziehen kann.

Die Theorie: „Neurose“ und „Sucht“

In meinem Aufsatz verwende ich die Begriffe „Sucht“ und „Neurose“ in einem nicht allgemein bekannten Sinn. Deshalb will ich diese beiden Begriffe erklären.

Viele Therapieansätze gehen von der Zeit um die Geburt herum aus oder führen zu ihr hin. Kinder entwickeln als Antwort auf Angst oder Freude, auf Defizite in der Liebe und Zuneigung Verhaltensweisen, die zu ihrer Entwicklung und zu ihren Möglichkeiten passen. In gewisser Weise entwickelt das Kind Überlebens-techniken. Wenn erwachsene Menschen diese kindlichen Verhaltensweisen immer noch anwenden, obwohl ihnen andere, erfolgversprechendere Methoden zur Verfügung stehen könnten, dann bezeichne ich in diesem Aufsatz diese Verhaltensweisen als „neurotisch“.

Diese neurotischen Verhaltensweisen Erwachsener können Krankheit und Sucht bewirken. Neurotisch können Verhaltensmuster sein, die in vergleichbaren Situationen wiederkehren und auf eine negative Art den Erfolg bringen. Ursache ist das Verlangen nach Zuwendung, nach Liebe und Beachtung. Negativ ist diejenige Verhaltensweise, die mir in meinem originären Bedürfnis nach Liebe in ewiger Wiederholung nur Haß und Ablehnung bescheren würde. Die Kritik der anderen ist dann der Ersatz für liebevolle Zuwendung. Krankheit und Sucht sind daher eng mit dieser Verhaltensweise verbunden. Positiv wäre eine Verhaltensweise, mit der ich meinen Wunsch nach lebendiger Liebe und Zuwendung befriedigen könnte. Ich nehme an, daß sich dies auf das Krankheitsbild in den Kommunen sehr positiv auswirken würde. Es geht mir außerdem um die Fähigkeit der freien Entscheidung, meine Verhaltensweisen oder Reaktionen im sozialen Kontakt auszuprobieren und möglichst bewußt zu wählen.

Das Phänomen der Sucht wird allgemein im Zusammenhang mit den Suchttherapien damit erklärt, daß die sozialen oder gesundheitli-

chen Zustände, in jedem Fall aber die damit verbundenen Emotionen nicht ausgehalten werden können und mittels der Droge zumindest zeitweise verdrängt werden. Wenn dieser Vorgang zwingend wird, also wenn ein Kontrollverlust eintritt, ist die Grenze zur Sucht und damit zur Krankheit überschritten. Als Suchtmittel eignet sich demnach alles, was von originären Gefühlen wegführt, sie verdrängt oder überdeckt. Die anerkannten „offiziellen“ Suchtmittel sind Alk, Dope und ähnliches, Tabak, Narkotika (mittlerweile auch anerkannt), Zocken, Fressen, Sex, aber natürlich auch Arbeit, Fernsehen, Computer.

Sucht

Beim Einrichten unserer neuen Bibliothek auf Lutter ist mir ein altes Buch aus dem Jahre 72 in die Hände gefallen, in dem ich über folgenden Satz regelrecht gestolpert bin, weil ich ihn schon fast verlorengegangen glaubte: „Wenn wir den Staat verändern wollen, müssen wir uns selbst verändern“. Das Buch heißt „Release“ und beschäftigt sich mit den Suchtproblemen seiner Zeit. Es hat nichts an Aktualität eingebüßt.

Ich will den historischen Exkurs noch weiterführen. In dem Buch „Kommune 2“ wird beschrieben, daß die Bedingung für revolutionäre politische Arbeit die Klärung der eigenen neurotischen Strukturen sei und die Genossen und Genossinnen sich in vehemente psychotherapeutische Arbeit begeben haben.

Das neurotische Kulturgut habe ich vor 13 Jahren als Gepäck gewissermaßen mit in die Kommune genommen. Das ist die Lage, von der ich ausgehe, um mitzuhelfen, eine andere Kultur, eine andere Lebensform zu entwickeln

In der bürgerlichen Situation lebt der Süchtige in seiner sozialen Umwelt, die ihn in seiner Suchtstruktur stützt. Sie macht es ihm möglich, durch Toleranz, durch das Vertuschen, durch die Privatheit, in der Sucht zu verbleiben. Die Anonymen Alkoholiker (AA) bezeichnen das als Co-Verhalten der sozialen Umgebung, also der Familie, der Arbeitskolleginnen und der Freundinnen oder Freunde. In den ersten Jahren haben wir uns in unserer Gemeinschaft genauso verhalten. Wir haben die Sucht als Problem gar nicht erkannt oder nicht ernst genommen. Die meisten von uns haben gesoffen, geraucht, gedoped wie es in dieser Scene an der Tagesordnung war. Erst leidvolle Erfahrungen mit Freunden, die in die Sucht tiefer abgerutscht sind, haben mich für dieses Thema sensibel gemacht. Dennoch kann ich mich daran erinnern, daß wir auch in den ersten Jahren Alkoholiker, die bewußt in ihrer Sucht bleiben wollten, nicht aufgenommen haben. Einerseits ist über unsere politische Arbeit die Auseinandersetzung mit dem Phänomen der Sucht zwingend, andererseits konnte diese aber

nicht in die Praxis umgesetzt werden, weil wir auch immer wieder die Sucht in den privaten Bereich verdrängt haben. Das Leben in der Kommune fördert nicht automatisch Heilung oder den Abbau von Süchten. Das Gegenteil ist der Fall. Eine Gemeinschaft wirkt in erster Linie suchstützend und suchtvhärtend.

Warum?

Ich habe mir dieses Phänomen so erklärt: Wenn ich, in meiner Mutter – Vater – Kindbeziehung Neurosen entwickelt habe, weil ich mit einem Defizit von Liebe, Nähe und Wärme aufwache, und über diese Schiene auch meine wichtigen Liebesbeziehungen durchlebe und jetzt wieder genau diese Wünsche von meiner Gemeinschaft erfüllt haben möchte, dann projiziere ich genau dieses Eltern-Kind Verhältnis auf die Gemeinschaft. Da die Gemeinschaft aber weder Vater noch Mutter ist, kann sie dieses Defizit nicht stillen.

Es ist deshalb auch in diesem Kommuneraahmen erklärlich, daß ich genau wie früher mit meinen erlernten Verdrängungen und neurotischen Mustern reagiere. Je mehr ich jedoch von der „Gemeinschaft“ an Wärme und Zuneigung fordere, desto weniger werde ich bekommen, und je weniger ich bekomme, desto stärker fordere ich das. Daß ich das nicht bekomme, was ich mir von der „Gemeinschaft“ wünsche, hat einen einfachen Grund: Die Gemeinschaft ist nicht konkret greifbar, nicht konfrontierbar, weil mit dem Begriff „Gemeinschaft“ lediglich die Beziehung vieler Menschen zueinander beschrieben wird. Die emotionale Beziehungsstruktur „Ich zur Gemeinschaft“ ist daher romantisch verklärt. Anders würde es sofort werden, wenn ich meine Wünsche nach Wärme und Nähe direkt, ohne Umwege an meine Beziehungspartner oder -partnerinnen richte, an meine Freunde oder Freundinnen, an jeden einzelnen Menschen in der Gemeinschaft persönlich. In dem Moment, in dem ich das mache, verlasse ich den Kreis ewigen vergeblichen Forderns und werde selbstverantwortlich. Es besteht die Möglichkeit, konkret über die Erfüllung dieser Wünsche zu verhandeln. Ich sage dazu, daß ich dann authentische Beziehungen eingehen kann. Leider geschieht das nur sehr selten.

Es gab über lange Zeiten keinerlei Ritual, keinerlei Instrument, dessen Anliegen es gewesen wäre, gegen die Sucht anzugehen. Einen Menschen aber, der mich auf irgendeine Weise dazu aufgefordert hätte, an meinen Süchten und Neurosen zu arbeiten, gab es schon gar nicht. Ich habe immer wieder beobachten können, daß einige meiner Freunde, aber auch ich selbst, gewissermaßen auf einer schiefen Bahn, immer stärker krank, anfälliger und immer weniger belastbar wurden. Einige gelangten mit steigendem Tempo an die kritischen Punkte, an denen sie zwingend ihr Leben verändern mußten.

Auf Lutter ist in den 13 Jahren bei fast allen Leuten das Bewußtsein so stark gewachsen, daß Alk- und Nikotinkonsum kritisiert wird.

Wenn soziale Kontrolle bei den „offiziellen Süchten“ (Alk, Dope) in unserer Gemeinschaft ansatzweise versucht wurde, so funktionierte sie bei Arbeitssucht, Fernsehsucht, Beziehungssucht gar nicht mehr, weil diese Süchte eben nicht als Neurosen erkannt wurden. Die Frage der Suchtbewältigung hat sich mir oft gestellt. Denn wenn wir auch viele Methoden anwenden konnten, um Süchte zu erkennen, so haben wir uns hingegen oft fragen müssen, wie Süchte denn zu beheben seien.

Ich bin jetzt meinen Dopern auf die Schliche gekommen. Sie hatten mir ja schon weit vor dem eigentlichen Thema von sich aus bescheinigt, daß das gelegentliche Dopen den Horizont erweitert und deswegen in gar keiner Weise schädlich, sondern auf dem Wege zur Weisheit gewissermaßen Bedingung sei. In meiner Gemeinschaft zeigten die Doper auffallend unsoziale Verhaltensweisen, und zwar nicht nur in den Phasen des Genusses. Sie standen lange Zeit im Mittelpunkt einer heftigen Kritik, weil sie einmal ihre Arbeit in der Gemeinschaft nicht erfüllen konnten, also keine Verantwortung übernahmen, und zum anderen von ihnen keinerlei soziale Aktivitäten oder Anstöße ausgegangen sind.

Durch die teilweise heftige Konfrontation wurde das Ausweichen in die Droge immer häufiger, was noch mehr Ärger mit den anderen bewirkt hat. Das ist ein Suchtkarrussell.

Ein anderes Beispiel:

Ich bin extrem arbeitssüchtig. Das mir schon in die Wiege gelegte Leistungsprinzip sieht folgendermaßen aus: Wenn ich etwas gut mache, werde ich belohnt, mache ich etwas schlecht oder gar nicht, folgt die Bestrafung. Daraus entsteht dann das vermaledaite Muster: je mehr ich leiste, desto mehr werde ich geliebt. Diese Liebe, die ich bekam, konnte jedoch gar nicht genügen, weil sie sich auf frühkindliche Defizite bezog und deshalb nur im Kontakt mit meiner Mutter einen Ausdruck hätte finden können, aber nicht in projektionsdefinierten Beziehungen der späteren Jahre.

Weil ich geliebt werden wollte, habe ich mich bemüht, Leistung zu erbringen. Also habe ich mein Leben lang in die Hände gespuckt und geackert. Ich habe mich sozial und politisch fast bis zur Selbstaufgabe engagiert und in meine Liebesbeziehungen und in die Luttergruppe ausgesprochen viel Engagement und Leistung investiert.

So entsteht das „Leistung-Liebe-Nicht genug Liebe-noch mehr Leistung-Karrussell“. Und genauso sieht die Beschreibung eines Suchtsystems aus.

Diese Suchtkreisläufe sind ein typisches Merkmal für eine leistungsorientierte bürgerliche Gesellschaft. Wenn sich in meiner Gemeinschaft diese Suchtkreisläufe zeigen, dann weiß ich, daß wieder bürgerliche, patriarchalische Strukturen kultiviert werden.

Heilung heißt, diese Suchtkreisläufe zu durchbrechen. Das kann ich jedoch nur, wenn ich versuche, meine inneren Strukturen zu verändern.

Strukturveränderung heißt immer, die alten, gewohnten, „sicheren“, berechenbaren, lieb gewordenen Verhaltensweisen zu verlassen. Das bedeutet, Sicherheit abzulegen und in unsichere Zustände zu gehen. Wenn Situationen für mich unsicher sind, habe ich immer Angst. Ich stehe deshalb vor meiner Angst, mit der ich mich auseinandersetzen kann. In den Siebzigern stand als Erfahrung aus den Straßenkämpfen an den Toilettenwänden: „Wo die Angst ist, ist der Weg“. Für den inneren Kampf um strukturelle Veränderungen gilt dieser Satz genauso. Sicherheit zu verlassen bedeutet fast immer, die authentischen Gefühle zu leben und auszudrücken. Bei Freude und Liebe mag sich die Stimmung in der Gemeinschaft jubelnd in die Lüfte heben. Zorn, Wut, Aggressionen, Haß sind von den Mitgenossinnen nicht leicht zu ertragen und zu akzeptieren.

Ich habe für diese Art des Einandermitteilens den Begriff der „direkten Kommunikation“ gewählt. In dem Buch „Das Mann – Frau Buch“ von Ron Smothermon bezeichnet er das authentische Erleben als das „Reich des Absoluten“, das keinen Vergleich mit der Vergangenheit und der Zukunft zuläßt, weil es jetzt, hier passiert. Wir meinen beide das gleiche, nämlich das „Hier und Jetzt“.

Die Begriffe „falsch und richtig“, „Recht und Unrecht“, „Schuld und Unschuld“ haben dann in diesem Zusammenhang nichts mehr verloren.

Heilung und Spiritualität

Die Anonymen Alkoholiker (AA) sagen zu dem Punkt, an dem die Veränderung ansetzen kann, „Kapitulation“. An unsere Brauhauswand haben die Genossen vor 14 Jahren den Satz geschrieben: „Du veränderst Dich erst, wenn Du es nicht mehr aushältst“.

Kapitulation bedeutet, daß Hilfe notwendig ist und daß das Heilen dieser Sucht oder der Krankheit oder der neurotischen Struktur nicht aus eigener Kraft möglich ist. Es ist die Erkenntnis, daß die eigenen Kräfte nicht unerschöpflich sind und daß ich nicht nach meinem freien Willen über mich und meinen Körper entscheiden kann. Es gibt eine Grenze. Die Spiritualität ist ein Weg, der das Verständnis dafür entscheidend fördern kann. Ich erinnere mich an einen Mann, der in seiner Weisheit sagte: „Du mußt arbeiten bis an Deine Grenze, der Rest wird Dir vielleicht geschenkt.“ Hier setzt das an, was ich unter Spiritualität verstehe.

Das Prinzip der Kapitulation habe ich auf vielen Ebenen getroffen. Sei es, um Süchte zu bewältigen, Heilung zu erlangen, die mütterliche

Liebe zu ergattern oder die Prinzessin auf der Erbse zu finden. Ich jedenfalls bin oft an meinen Punkt gekommen, an dem ich Hilfe brauchte.

Als Anarchist und Mann allerdings hat es mich irrsinnige Mühe gekostet, dies zu akzeptieren. Die Neigung, alles alleine machen zu wollen, ist paradoxerweise bei mir, aber auch bei meinen Freunden tief im Bewußtsein verankert. Wir nölen zwar allesamt jahrelang darüber, daß jeder von uns alleine in seinem Betrieb arbeitet, und hadern mit unserem politischen Anspruch, im Kollektiv arbeiten zu wollen. Indes denken wir lieber darüber nach, wie wir eine Arbeit alleine schaffen können, als andere um Hilfe zu fragen. Selbst auf dieser Arbeitsebene fällt es uns schwer, unsere Leistungsgrenze zu akzeptieren. Ungleich schwerer fällt es mir auf einer spirituellen Ebene, zu der ich ohnehin kaum einen Zugang habe.

Die AA's haben dafür die höhere Macht eingeführt. Wie diese höhere Macht nun genannt wird, habe ich für mich selbst ausgemacht, und es liegt sicherlich auch bei mir, wieviel Einfluß ich ihr auf mein Leben gebe. Manche nennen das Gott, und für sie mag es das sein, was die Kirche lehrt. Für mich ist das anders: Ich habe seelisch, geistig und körperlich erfahren, daß es für mich wichtig ist, meinen Platz in dem großen Gefüge zu finden, meine Zugehörigkeit zu diesem Universum oder, um auf dem Boden zu bleiben, meinen Platz hier auf der Erde.

Diesen festen Platz spüre ich, wenn ich meine bioenergetischen Übungen unter der Kastanie vollziehe. Ich spüre den Wind, die Luft, die Wärme oder Kälte, ich höre die Vögel und erfahre den Duft der Blumen. Ich bin real fühlbar eingebunden in den Kreislauf, in die Natur. Das ist, sehr bescheiden, meine „höhere Macht“ und meine Spiritualität.

Ich weiß, daß ich bei meinen Genossen, als gestandener Anarchist, ungläubiges Staunen hervorrufe. Die Widerstände, die aus dem linken Lager kommen, sind ja bekannt und im Angesicht der Esoschwemme auch berechtigt. Ich selbst war und bin ein heftiger Kritiker der Esoterikszenen. Alles, was in den Esozeitschriften an spirituellen „workshops“ dargeboten wird, erscheint mir nicht nur deswegen suspekt, weil es bei uns auf dem Klo liegt, sondern weil es mir äußerst widersinnig vorkommt, das Wissen um Spiritualität zu prostituieren. Diese Spiritualität auf Bestellschein meine ich also nicht.

Warum ist das Verständnis für Spiritualität bei der Heilung wichtig?

Ich habe von der Kapitulation gesprochen. Solange ich gegen mein Asthma kämpfe, werde ich es nicht los. Ich habe es oft mit meiner Faust verglichen, die ich auf den Tisch drücke. Je stärker ich drücke, desto stärker drückt auch der Tisch. Solange, bis beides zusammenbricht. Um von meinem Leiden loszukommen, muß ich es annehmen.

Wenn ich es annehme, kann ich einen Sinn darin sehen. Wenn ich es annehme, kann ich es loslassen. Und damit bin ich auf der spirituellen Ebene. Diese Ebene erschließt mir den Weg zu meinen Energien, zu meiner Lebendigkeit, zu meinem Platz.

Aus meiner Zeit bei den AA's habe ich noch einen Vers in Erinnerung, mit dem wir stets unsere Runden beschlossen haben:

„Gott gebe mir die Gelassenheit, die Dinge anzunehmen, die ich nicht ändern kann, den Mut, die Dinge zu ändern, die ich ändern kann und die Weisheit, das eine von dem anderen zu unterscheiden“. Ich habe diesen Vers trotz der göttlichen Einleitung als sehr revolutionär empfunden, weil er zur Veränderung geradezu aufruft und Mut macht. Für mich beschreibt er die eine Möglichkeit der Veränderung, und das ist die über die Weisheit, über das Bewußtsein, den Kopf. Diesen Weg, denke ich, gehen nur sehr wenige Menschen: Analyse, Entscheidung, Veränderung.

Die andere Art der Veränderung läuft über den Punkt, an dem ich es „nicht mehr aushalte“, über die Kapitulation. Der Punkt des „no return“. Die Chance in der Krankheit liegt also genau hier.

Die Schamanen bringen sich selbst bei ihrer Initiierung an diesen Punkt, an dem sie an der Todesschwelle stehen. Das ist der Punkt, an dem sie sich entscheiden müssen, sich zu verändern und darüber Weisheit zu erlangen oder zu sterben.

In vielen Märchen wird beschrieben, daß Veränderung über Schmerz, Leid und Tod erfolgt. Die Ursachen für Krankheiten und Süchte gelten als gesellschaftlich bedingt. Sobald allerdings in unserer Gemeinschaft Krankheit oder Sucht auftreten, werden sie zur Privatsache erklärt.

Unsere politischen Ideen haben die Freiheit des Individuums zum Inhalt. Die Moral daraus läßt soziale Kontrolle nur schwer zu. Es hat sich deshalb auch bei uns so entwickelt, daß wir dazu neigen, uns nicht oder nur wenig einzumischen. In einer Kultur, die sich durch Neurosen und Suchtstrukturen auszeichnet und mit immensen Verdrängungsmöglichkeiten aufwartet, werden die in ihr sich bildenden Subgesellschaften in der ersten Phase diese Struktur ausnahmslos kultivieren. Verdrängung und Sucht bedeutet immer Blockade, Runterschlucken, Hemmung. Meine Gefühle gehören mir, mein Kopf und meine Gedanken sowieso, und was ich mit meiner Krankheit mache, ist auch meine Sache. Als ich meiner Mitgenossin am Tisch von diesem Aufsatz erzählte, hat sie gemeint, was geht die Leute das an, was hier am Tisch passiert.

Heilung in der Gemeinschaft zwingt also zur Öffentlichkeit, zum Offenlegen der Gefühle, der Gedanken, der Hoffnungen und Wünsche.

Die Burg und die Republik

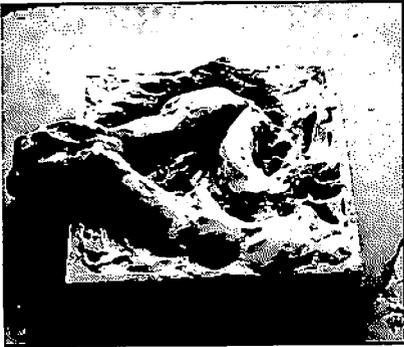
Der Unterschied zwischen der Burg Lutter und der Republik ist folgender: Auf der lutheranischen Burg, also in meiner Kommune, sind die Möglichkeiten der Verdrängung, die die „Republik“ anbietet, nicht in dieser Vielfalt vorhanden und lassen sich wegen der sozialen Kontrolle auch nicht so unbeschwert nutzen. Ich meine damit nicht nur die offiziellen Süchte, sondern alle anderen Süchte auch, die ich beschrieben habe, und vor allem auch die neurotischen Verhaltensweisen. Ich hatte vor Lutter in meinem Appartement in Braunschweig viele Ausweichmöglichkeiten, über die ich meine neurotische Struktur so kultivieren konnte, daß sie in das gesellschaftliche Bild paßte. Meine damaligen Bekannten waren alle so oder ähnlich. Wenn die Umwelt verraucht und versoffen war und meine Architektenkollegen im Arbeitswahn versanken, warum, um alles in der Welt, sollte ich das nicht auch tun? Und warum sollte ich ausgerechnet in der Kommune auf meine Süchte verzichten? Schließlich haben ja auch hier alle meine Kampfgenossinnen gesoffen, geraucht und ghascht. Wer nicht mitmacht, isoliert sich. Das ist heute auch so. Wenn ich mit meinen Freunden reden will, muß ich in Kauf nehmen, vollgequalmt zu werden. In der Kommune ist das soziale Miteinander die Grundlage des Zusammenlebens. Süchte und Neurosen, wie ich geschrieben habe, sind von der Tendenz her immer unsozial. Damit meine ich, daß das soziale Zusammenleben nur dann befriedigend erlebt werden kann, wenn Süchte und Neurosen abgebaut werden. Dieser Widerspruch, nämlich Sucht und Gemeinschaft, führte in den ersten Jahren bei uns zu irrsinnigen Spannungen und Zerreißproben. Meine Erfahrung war, daß wir als anarchistische Gemeinschaft nur dann überleben können, wenn wir an dieses heiße Thema immer wieder herangehen.

Bei uns stand die Ökonomie im Vordergrund. Die Lernziele waren: Zusammen arbeiten – kollektives Arbeiten. Das wurde akzeptiert. Der Frust vor der völlig anderen Realität war entsprechend hart und schwer zu verkraften. Die Sehnsucht nach paradiesischen Zuständen, nach Nestwärme, war bei vielen von uns vorhanden. Die Einsicht, daß diese romantischen Erwartungen ihre Wurzeln in dem zuerst beschriebenen Mutter-Kind-Beziehungsfeld haben, ist nur schwer zu erlangen. Ich habe den Eindruck, daß der Weg zur inneren Weisheit über diese Kreuzung führt. Die Einsicht, daß es sinnvoll und notwendig ist, sich mit diesem Thema zu beschäftigen, muß sich jede und jeder von uns hart erkämpfen, weil unsere politische Moral den politischen Feind immer außerhalb von uns ortet. Mir ist es ähnlich ergangen. Diesen Weg habe ich mir erst im Laufe meiner Therapie erschlossen, die ich in erster Linie wegen meines Asthmas begonnen habe und

nicht, um mich in meinen persönlichen Suchtstrukturen zu verändern. Auch die ungeheure Literaturmasse, die seit Jahrzehnten produziert wurde, hat bei mir nicht den Ausschlag gegeben, sondern die ganz schlichte, aber bittere Erfahrung, an der Schwelle zur Hölle zu stehen und in meinen Asthmaangstzuständen dem „point of no return“ immer näher zu rutschen.

Ich bin seinerzeit in meine Gemeinschaft gezogen, ohne über soziale Strukturen viel zu wissen. Wir alle haben uns blind in dieses soziale, gruppensdynamische Abenteuer gestürzt, und je nach der Heftigkeit der Situationen und der Konflikte hat jeder und jede versucht, auf seine Art mit seinen Mitteln zu überleben. Das heißt konkreter: Wir mußten auf unsere individuellen Krankheiten und Süchte ausweichen. Dabei konnten wir in unsere Sozialisationskiste greifen und vehement entsprechend dem bürgerlichen Eltern-Kind-Muster drauflosschlagen: „Ich habe recht, Du hast unrecht, ich will, daß Du Dich so verhältst, wie ich es mir wünsche!“. Dazu sage ich, das ist genau das bürgerliche Machtmuster, mit dem traditionell Konflikte ausgetragen werden.

Dieses Machtmodell beinhaltet Konkurrenz, Neid, Kampf, Krieg, Unterdrückung, Hierarchie. Es verhindert Offenheit, Gefühle, Ehrlichkeit. Damit verhindert es auch die Arbeit an den eigenen Strukturen. Nach diesem System haben die Dickfelligsten überlebt. Alle anderen sind gegangen.



Das Tonfeld

Foto: U. Kurzbein

Die ersten praktischen Versuche auf Lutter

Unser Weg zur Einsicht war lang. Die Situation sah nach etwa fünf Jahren folgendermaßen aus: Die Betriebe waren aufgebaut, die Schulden nahmen ab, und wir hatten im Grunde genommen keine wirtschaftlichen Sorgen mehr. Glücklicherweise waren wir nicht. In dieser Situation fragten wir uns alle, wie meist in stark depressiven Phasen, ob denn das jetzt alles sei? Ist das, was wir jetzt entwickelt haben, das Modell, das uns glücklich macht und das wir auch anderen vermitteln können? Es reichte nicht. Wir spürten fast alle ein großes Defizit in unseren Beziehungen zueinander. Wir mußten, wenn wir überleben wollten, an gruppensdynamischen Situationen und Beziehungen arbeiten.

Unsere Anfänge waren zaghaft und holperig. Wir machten einige Zeit Supervision, wir fingen an, unsere gruppenspezifischen Strukturen zu untersuchen und zu hinterfragen, wir machten alle möglichen halbtherapeutischen Spiele. Über die Kritik an unserem eigenen Sprachgebrauch, an unseren Sprachmustern, in denen auch Machtstrukturen zum Ausdruck kommen, gelang es uns, in den Prozeß der inneren Veränderung einzusteigen. Zu diesem Zeitpunkt haben sich noch alle Menschen der Lutter-Gruppe an dem Versuch beteiligt.

Wie in der Schule haben wir die TZI-Regeln gepaukt (Themenzentrierte Interaktion). Eine dieser Regeln heißt: „Störungen haben Vorrang“. Damit ist gemeint, daß Probleme, die vom eigentlichen Thema ablenken, zuerst behandelt werden sollten. Kummer und Sorgen hatten wir stets. Die Folge war, daß wir über lange Zeiten uns mit unseren Sorgen und Nöten beschäftigt haben. Von hier aus war der Schritt in den therapeutischen Bereich hinein nur ein kleiner. Wir konnten einen Einblick in viele Therapiemethoden gewinnen, so daß wir auch analytisch und energetisch miteinander arbeiten konnten. Je mehr wir autodidaktisch in diesen Bereich eindringen, desto weiter kamen wir an die Ursachen unserer Neurosen heran. Aber je heftiger wir hier thematisch einstiegen, desto mehr Genossinnen und Genossen verließen die Runden. Von den ehemals 10 Menschen, die täglich in unseren Runden saßen, war nach 2 Jahren nur noch die Hälfte dabei.

Woran lag das? In erster Linie haben sich zweierlei Dinge gezeigt:

Zum einen sind wir an unsere Grenze gestoßen. Diese Grenze war unsere eigene Betroffenheit und die damit fehlende Distanz zur Analyse. Zum anderen war die Psychoarbeit für einige alte Genossen und Genossinnen, aber fast für alle neuen, zu anstrengend und zu bedrohlich. Für viele lösen die Begriffe Therapie, Psycho, Gefühle, Sex und Liebe heute soviel Abwehr und Angst aus, daß sofort Betonmauern entstehen, wenn diese Begriffe auch nur erahnt werden.

Um uns den Weg zu erleichtern, schufen wir uns einen „geschützten Raum“. Das war unsere „Mittagsrunde“. „Geschützter Raum“ bedeutet, daß alles, was in ihm entsteht – ohne Sicherheitsnetze, offen und verletzlich – auch verlässlich in diesem Raum verbleibt und nicht etwa Gesprächsstoff der nächsten Kaffeerunde wird. In diesem geschützten Raum wurden die Sehnsüchte nach Liebe und Zuneigung deutlich. Die eigenen Strukturen wurden transparent. Obwohl die Motive ähnlich waren, waren die Verhaltensmuster, um Liebe und Zuneigung zu bekommen, oft sehr unterschiedlich: Karl z.B. redete bei jedem Thema ewig lange, auch dann noch, wenn ihm offensichtlich niemand mehr zuhörte. Er redete auch dann noch weiter, wenn ihm Proteste heftig entgegenschallten.

Fritz machte das so, daß er sich in jeden Konflikt, den andere miteinander in der Runde austragen wollten, einmischte und damit den

Konflikt an sich zog. Das Ergebnis war ,daß die ganze Gruppe jetzt über ihn herfiel.

Clara setzte jahrelang immer wieder ohne ersichtlichen Grund eine so finstere Miene beleidigt auf, daß alle anderen zusammenzuckten und ihnen eine Gänsehaut den Rücken herunter lief.

Karl-Heinz brachte bei jedem Anlaß über Jahre die typische, aber unerfüllbare Forderung nach mehr Gemeinschaft ein, und die Beteiligten stiegen auch jedesmal heftig diskutierend darauf ein. Nur Karl-Heinz selbst entzog sich den meisten gemeinsamen Unternehmungen.

Und ich bekam in genau pointierten Situationen meinen Asthmaanfall, so daß ich mich aus jeder authentischen Begegnung herausziehen konnte, immer dann, wenn mir ein Thema zu heiß wurde. Auch ich habe über Jahre penetrant die Notwendigkeit von intensiven Beziehungen zueinander eingeklagt.

Das waren unsere unterschiedlichen Versuche, über negative Äußerungen Zuwendung zu bekommen. Als wir das erkannt hatten, versuchten wir es direkter.

Ich konnte lernen, mir auf geradem Wege diese Zuneigung zu holen, die ich brauchte. Ich konnte aber auch lernen, Abschied von dem zu nehmen, was ich nicht bekommen würde. Das war ausgesprochen schwierig und erforderte viel Mut, weil gerade dieser Bereich sehr angstbesetzt ist. Selbst in meinem 4. Jahrzehnt, nach Jahren heftiger Therapie, stand die Sehnsucht nach mütterlicher Liebe immer noch im Zentrum meiner Bemühungen. Natürlich verschleiert, unerschwellig und längst nicht offen, denn ich halte mich ja selbst für einen gestandenen Mann und nicht für ein Muttersöhnchen. Aber mein Asthma, mein unbarmherziges Barometer, hat mich immer wieder auf diese Sehnsucht und auf dieses Defizit hingestoßen. Wenn ich ehrlich sein will, muß ich zugeben, daß ich meinen Körper und meine Gefühle nicht hintergehen kann.

Langsam bin ich im Laufe der Jahre, in denen ich mich mit diesem Thema auseinandergesetzt habe, meinem Ziel näher gekommen. Dem Ziel, andere Lebensbedingungen zu entwickeln, in denen Lebendigkeit – also auch Gesundheit – möglich ist. Voraussetzung dafür ist jedoch, daß ich mich in die therapeutische Arbeit zur Veränderung beständig hineinbegebe und lerne, die Gemeinschaft als soziales Lernfeld anzunehmen. Ich bin zu der Überzeugung gekommen, daß das Leben in unserer Gemeinschaft ein Weg sein kann. Ich habe hier die Möglichkeiten, meine Gefühle zu erkennen und ihnen in einer partnerschaftlichen Beziehung zu meinen Freunden auch lebendigen Ausdruck zu verleihen. Das ist für mich eine wichtige Grundlage, um gesünder zu werden.

Die Anarchie

In unseren alltäglichen Mittagsrunden haben wir den Anarchiebegriff in unterschiedlichen Entwicklungsphasen weiterentwickelt. Wir sind ausgegangen von der Definition: Anarchie bedeutet Ordnung ohne Herrschaft, wobei bei uns zumindest Herrschaft immer mit Hierarchie gleichgesetzt wird, obwohl es inhaltlich etwas ganz anderes sein kann. Darüber sind wir zu den freien Entscheidungen gekommen. Frei entscheiden können wir uns, wenn es uns gelingt, unsere zwangsneurotischen Verhaltensmuster abzulegen. Dadurch entdeckten wir die authentische Lebendigkeit, und diese ist die Voraussetzung für meine Utopie „Heilung und Weisheit“. Anarchie kann demnach für mich nur bedeuten, daß ich mich in die Lage versetze, wirklich frei zu wählen und mich frei zu entscheiden. Anarchie ist pulsierende Lebendigkeit. Frei entscheiden kann ich mich nur, wenn ich die wichtigsten meiner Neurosen verabschieden kann und ich mich nicht mehr dem Zwang ausgesetzt sehen muß, mich aufgrund meiner ansozialisierten Verhaltensweisen zu entscheiden. Wenn ich eine Ahnung von Lebendigkeit erwischen will, ist es wichtig, daß meine Energien auf möglichst wenig Blockaden treffen. In diesem Zusammenhang bekommt der Begriff der Krankheit einen anderen Inhalt.

Krankheit ist angebunden an Zwang, an Unfreiheit, an Blockaden. Sinnvoller wären in diesem Zusammenhang die Begriffe von Lebendigkeit und Unlebendigkeit. Die freie Wahl kann auch bedeuten, daß ich mich für eine Krankheit entscheide, weil ich mir erhoffe, damit auf meinem Wege einen Schritt weiter zu kommen. Freie Entscheidungen lassen sich nicht in die Kategorie von „Richtig und Falsch“ einordnen. Immer wenn ich mich frei entscheide, dann nehme ich die Verantwortung für mich selbst in die Hand. Ich brauche nicht zu betonen, daß der Weg lang und steinig ist, mit vielen hintergründigen Tricks versehen.

Die letzte Entdeckung: Den geschützten Raum gibt es in unserer Gemeinschaft nicht!

Immer wenn es um Veränderung geht, habe ich den „geschützten Raum“ „angeführt, in dem wir auf eine soziale Bestrafung verzichten

**Ich suche fünf Hardcorecomics.
Wer hat die, bzw. weiß, wer die hat? Chr.**

**Sowas Hohles. Und da willst du an den Biokartoffeln sparen. Scheiß gemeinsame Ökonomie! Scheiß linkes Politikverständnis! H.
Die sind noch von vor meiner Kommunezeit, jetzt ist alles ganz anders – ganz?? Chr.**

Niederkaufunger Mitteilungsrolle

wollten. Weil wir das tun wollten, sollte dort alles erlaubt sein. Und weil alles erlaubt sein sollte, konnten wir auch alles ausprobieren.

Ich habe in den letzten Wochen gemerkt, daß das eine meiner romantischen Ideen war, die keine reale Basis haben. Ich habe mich während der langen Jahre unserer halbtherapeutischen Bemühungen in diesem vermeintlich „geschützten Raum“ nämlich gefragt, warum wir einander nicht näher gekommen sind, warum wir die „Liebe und Freude“ nicht leben konnten, warum wir statt zufriedener und gesünder, unzufriedener und kränker geworden sind. Warum sind viele Genossinnen von diesen Runden weggeblieben? Wieso scheiterte der Versuch mit dem geschützten Raum? Wir lebten nicht nur in dem geschützten Raum zusammen, sondern verbrachten den ganzen Tag in unserer Küche oder am Arbeitsplatz zusammen. Wenn wir es schafften, in dem sogenannten „geschützten Raum“ unsere persönlichen Probleme, die wir miteinander hatten, zu bearbeiten, dann ließ sich das, was wir dort herausbrachten, nicht von der Zeit danach abspalten. Wenn soziale Offenheit erprobt wurde, also Leute ihre Schutzkleidung ausgezogen und auf Taktik verzichtet hatten, dann blieben oft außerhalb des geschützten Raumes soziale Konsequenzen nicht aus. Das, was wir dort als Experiment versuchten, hatte sofort soziale Konsequenzen am Küchentisch zur Folge. Wenn ich damit rechnen mußte, für Verhaltensweisen, die ich ja erst ausprobieren wollte, bestraft zu werden, dann brauchte ich für dieses Experiment sehr viel Mut. Meistens habe ich es dann lieber gelassen.

Unsere Runden waren in dieser Hinsicht daher eine Falle. Sie waren dennoch für die Analyse nicht verzichtbar. Was das Erlernen anderer sozialer Verhaltensweisen anging, so war ein sichtbares Ergebnis kaum zu beobachten.

Seit etwa zwei Jahren ist dieser geschützte Raum gänzlich wieder verschwunden. Es geht wieder zu wie vor 13 Jahren, und zwar mit allem, was die bürgerliche Welt an sozialen Machtmitteln anbietet. Ich habe die Erfahrung gemacht, daß auch ohne den eben „entlarvten“ geschützten Raum soziale Bestrafung wieder an der Tagesordnung ist. Das drückt sich so aus, daß ich ausgelacht werde, wenn ich über meine Gefühle und Ideen sprechen möchte, ich werde über die Begriffe „recht“ und „unrecht“ bewertet. Fast automatisch stellt sich taktisches Verhalten ein. Es kostet mich viel Kraft und Mühe, auch in diesen Zeiten meinen Kern zu finden und bei mir zu bleiben und nicht auf alte Muster zurückzufallen. Ich merke, daß ich längst nicht mehr frei in meinen Aktionen bin. Angst ist das Ergebnis, Mißtrauen, Mißgunst und ähnliches. Angst blockiert und schnürt die Luft ab. Das Ergebnis ist wieder zunehmende Krankheit. Bei mir ansteigende Häufigkeit meiner Anfälle. Angst schnürt die Kehle zu. Jeder kennt dieses Gefühl der Hilflosigkeit, der Bewegungslosigkeit, der Starrheit.

Wenn wir unsere soziale Talfahrt, die ich in diesem Aufsatz ja öfter angesprochen habe, überwinden wollen, dann müßten wir uns wieder neue Wege suchen. Die Distanz zwischen dem geschützten Raum, und der täglichen Lebenssituation muß vergrößert werden.

Ich erinnere mich an das Prinzip der Anonymität bei den Anonymen Alkoholikern. Wenn wieder halbtherapeutische geschützte Räume aufgebaut werden sollen, dann ließe sich das nach einem ähnlichen Modell bewerkstelligen. Ich denke hier an Runden, in die von unter-



Foto: U. Kurzbein

schiedlichen Kommunen Leute hineingehen, so daß die Anonymität der sozialen Experimente in der ersten Phase jedenfalls gesichert bleibt und mir damit keine soziale Schelte am eigenen Herd droht.

Die Utopie! :

Wie könnte die Gemeinschaft strukturiert sein, die die Heilung, das Gesunden möglich macht. Und zwar so, daß der Gemeinschaftsversuch nachvollziehbar und übertragbar wird und somit eine Antwort auf die bestehenden Verhältnisse sein kann? Wilhelm Reich beginnt sein Buch über die Funktion des Orgasmus mit dem Satz: „Arbeit, Liebe, Wissen, sind die Quellen unseres Lebens. Sie sollten es auch beherrschen“. Ich meine, wir täten gut daran, diese drei Teile wieder zu

einem Ganzen zusammenzufügen. Das aber kann gelernt werden. Ich habe erlebt und gesehen, mit welchen Methoden das geschehen kann, und wie wir uns so konditionieren können, heil in unserer Gemeinschaft zu werden und zu leben. Wenn wir es denn nur wollten.

Literaturverzeichnis:

Wilhelm Reich: Die Entdeckung des Orgons, Funktion des Orgasmus, Verlag Kiepenheuer + Witsch, Köln, 1969 + 1987.

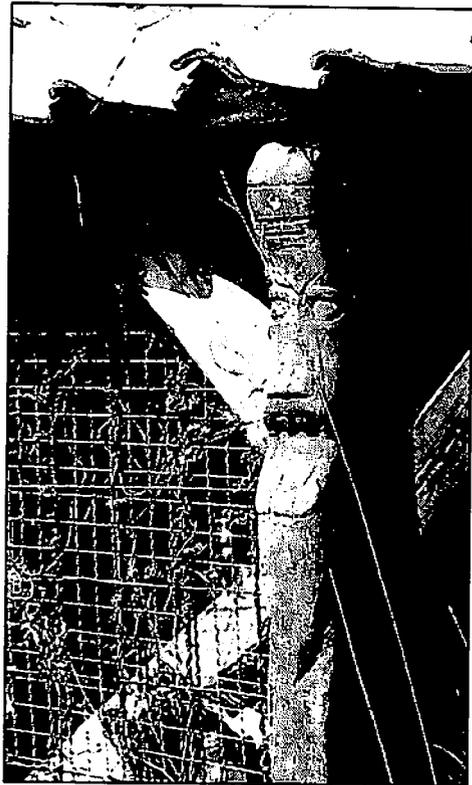
Ron Smothermon m.D.: das Mann-Frau Buch, Drehbuch II, die Transformation der Liebe, Context Verlag Bielefeld 1988 + 1992, Originaltitel: The man woman book.

Kommune 2 – Versuch der Revolutionierung des bürgerlichen Individuums, kollektives Leben und politische Arbeit verbinden! Reprint Edition Ceuta-Press, Luxembourg 1975

Helft Euch selbst – der Release-Report gegen die Sucht: Rowohlt Taschenbuch Verlag 1971

Thorwald Detlefsen, Rüdiger Dahlke: Krankheit als Weg, Deutung und Bedeutung der Krankheitsbilder, Bertelsmann Verlag GmbH, München 1989, Goldmann Verlag, 1990.

**Radikale Therapie –
Vorbemerkung des
Redaktionskollektivs**



„Totem“. Foto: U. Kurzbein

In politisch motivierten egalitären Gemeinschaften wurde die Arbeit an der Entwicklung des Einzelnen bzw. an der Verbesserung der zwischenmenschlichen Beziehungen lange als überflüssig angesehen. Die Aussage: „Die Veränderung des Einzelnen führt zur Veränderung der Gesellschaft und ist Bedingung dafür“ galt als Ausrede von Menschen, die ihren Rückzug aus gesellschaftspolitischen Engagements rechtfertigen wollten.

Erst in den letzten Jahren setzt sich mehr und mehr die Erkenntnis durch, daß Gemeinschaftsentwicklung ohne die gezielte Entwicklung der Einzelnen und ihrer Ausdrucksmöglichkeiten kaum realisierbar ist. Die Methode der „Radikalen Therapie“ hat in mehreren Gruppen eine bemerkenswerte Akzeptanz: einige Gemeinschaften wenden sie bereits an, andere diskutieren ihre Einsatzmöglichkeiten.

Daniela und Thee von der Gruppe „Feuerland“, die diesen Ansatz in unsere Kommunezusammenhänge eingebracht hat, beschreiben in diesem Text Grundlagen und theoretische Hintergründe dieser Methode.

VON GROLL-, SCHMUSE- UND GESPINSTERUNDE

Einführung in das Konzept der „Radikalen Therapie“ in der Kommune Feuerland

*„und die Bedingung der Anarchie ist für mich
die Überzeugung,
daß jeder Mensch die Möglichkeit in sich trägt,
sein Verhalten zu ändern, solange er lebt.“
(Gustav Landauer)*

Seit nunmehr fast drei Jahren arbeitet die Feuerlandgruppe mit dem Experiment Radikale Therapie (RT) als Kommunikationsstruktur in unserer gemischten Gruppe. Allerdings verstehen wir uns im gemischten Zusammenhang nicht als Therapiegruppe, sondern als Arbeits- und Lebenszusammenhang. Bereits vor Kommunebeginn haben fast alle Erfahrungen in FORT/MRT Gruppen gesammelt. Schon in der Vorbereitungs- und Gründungsphase für eine Kommune haben wir mit den Strukturelementen der RT unsere Treffen gestaltet.

JedeR einzelneR von uns hat sowohl für sich selbst als auch im Zusammenhang mit gruppendynamischen Prozessen die Vor- und auch die Nachteile von der RT kennengelernt. Wir sind weiterhin als einzelne oder als Gruppe Teil einer FORT/MRT Gruppe außerhalb von Feuerland.

Radikale Therapie – Was ist das eigentlich ?

„Das ist ja das Faszinierende... Es ist überhaupt nichts Besonderes.“

„Daß sich Menschen was Schönes sagen, daß sich Menschen zeigen, was gerade mit ihnen passiert, und daß die anderen einfach zuhören und sie die Person unterstützen. Es ist einfach normal. Und diese Normalität auszudrücken, das geht irgendwie erstmal so nicht.“
(Zitat eines Feuerlandkommunarden)

Das, was Radikale Therapie ausmacht, ist im Prinzip nichts Besonderes, es sind keine nur mit größten Schwierigkeiten zu beschreiben-

den Psychotechniken, sondern ist der Versuch, das, wovon viele Menschen immer wieder reden, einfach in die Tat umzusetzen. Denn wer/welche möchte nicht:

- von Menschen umgeben sein, die einander zuhören und mit Aufmerksamkeit begegnen,
- das zeigen dürfen, was gerade da ist, sei es Ärger oder Freude, seien es Träume oder schallendes Gelächter,
- die Erlaubnis haben, auch alle Ängste zeigen zu dürfen,
- auf Menschen treffen, die daran glauben, daß Mensch sich verändern kann,
- in den Arm genommen werden, wenn du es brauchst,
- sich vor allen selbst loben dürfen,
- soviel Vertrauen spüren, daß ich offen und ehrlich sein kann,
- die Verantwortung für sich selbst übernehmen,
- sich liebevoll begegnen,
- spielen, singen und lachen,
- Menschen finden, die Kritik hören können, ohne sich als ganze Person angegriffen zu fühlen.

All das klingt so wünschenswert und von der Idee her so einfach, aber die Realität zeigt, wie schwer es ist. Das alles sind eben keine Selbstverständlichkeiten. RT heißt Mut tanken, es immer wieder versuchen und üben. Allerdings macht RT auch nur dann Sinn, wenn sich Menschen eingestehen (können), daß ihr Umgang mit sich selber, mit anderen, mit der Arbeit, mit der Natur, ... unbefriedigend ist und sie dazulernen wollen, Strukturen und Verhaltensweisen (aus eigenem Antrieb) in Frage zu stellen.

Dann ist es mit der RT auch möglich, sich aus Hilflosigkeit zu befreien und eigene Handlungsmöglichkeiten zu entdecken und auszuschöpfen. Das alles im Vertrauen auf die eigenen Fähigkeiten, im liebevollen Umgang mit sich selbst, im eigenen Tempo und ohne schon strukturell angelegte Hierarchien. Die Gruppe soll das Vertrauen und die Wärme bieten, um sich diesen Prozessen zu stellen. Gerade weil es darum geht, die „100%ige“ Selbstverantwortung für das eigene Leben zu übernehmen, gehören Liebe, Solidarität und Unterstützung anderer dazu.

Geschichte der Radikalen Therapie

Die Ursprünge des Selbsthilfetherapiekonzeptes liegen in der Radikalen Psychiatrie Bewegung¹, die 1968 in Berkeley (USA) getragen durch die StudentInnenbewegung entstand. Der Machtmißbrauch der Psychiatrie wurde angegriffen. Die Kritik der Radikalen Psychiatrie fordert „eine Abkehr der psychiatrischen Praxis von ihrer Usurpation durch die etablierte Medizin, eine Abkehr auch von elitär und unpro-

duktiv bezeichneter individueller Psychotherapie zu Gruppentherapieverfahren. Die psychischen Probleme der Menschen wurden aus einem gewohnten Standort betrachtet. Was die Psychiatrie als individuelle Pathologie mißverstanden hatte, erwies sich den Radikalen Psychiatern als soziale Pathologie, als Ausbeutung und Entfremdung, Krieg, Umweltzerstörung etc... Derartige Kritik zielt auf eine Gesellschaft, die sich der Psychiatrie lediglich als ein Instrument zur Anpassung Abweichender und Dissozialer an die bestehenden Verhältnisse bedient. Daraus resultiert die Forderung nach einer Parteinahme der Psychiatrie für die Unterdrückten und einer therapeutischen Praxis ohne Zwangsmaßnahmen und mit klaren Abmachungen. Die Radikale Psychiatrie versteht sich folglich als politische Theorie psychischen Leids und politische Praxis der Therapie.“²

Allerdings sehen Vertreter der Radikalen Psychiatrie auch die gesellschaftlichen Grenzen von Therapie. Wyckhoff³ sagt ausdrücklich, daß völlige Befreiung solange nicht möglich ist, wie die sozioökonomischen Ursachen der Unterdrückung (insbesondere der Frauen) fortbestehen.

Aus dieser Bewegung entstanden Therapiegruppen, die z.B. mit Techniken der Transaktionsanalyse⁴ arbeiteten. Diese Gruppen arbeiteten jedoch noch mit PsychiaterInnen.

Das Selbsthilfemodell der RT ist eine niederländische Erfindung. Dort kombinierten Mitte der 70er Jahre Feministinnen ihre Erfahrungen aus Selbsthilfegruppen mit den Ideen und Theorien der Radikalen Psychiatrie und des Re-evaluation Counseling⁵ und nannten das Konzept FORT (übersetzt: Frauen üben Radikale Therapie).

MRT (Männer üben Radikale Therapie) ist eine Neuentwicklung des FORT-Konzeptes für Männergruppen, d.h. von der Grundidee und den Techniken sehr ähnlich, aber auf die spezielle Situation von Männern ausgerichtet.

Schon aus der Entstehungsgeschichte von FORT und MRT wird deutlich, daß die Bewußtwerdung von Auswirkungen der patriarchalen Gesellschaft auf Geschlechtsidentität und Geschlechtsrollen als zentrale Ansatzpunkte für die Selbsterfahrung bzw. Therapie gesehen werden.

„Männer und Frauen werden durch Einschärfung und Zuschreibung in Geschlechtsrollen gepreßt, die beide Seiten unterdrücken und schädigen, wobei die Unterdrückung der Frau größer ist als die des Mannes.“⁶

Anfang 1985 wurde von zwei niederländischen Männern die erste MRT-Gruppe und 1986 von niederländischen Frauen die erste FORT-Gruppe in der BRD/Westberlin angeleitet.

Das Menschenbild

RT ist in die Tradition der humanistischen Psychologie einzuordnen: Es wird von folgenden Grundannahmen ausgegangen:

„Von Natur aus ist der Mensch frei, froh, unbefangen und glücklich. Er will mit sich selbst und den anderen in Frieden und Einklang leben.“

„Die Menschen werden o.k. geboren... Menschen mit emotionalen Problemen sind dennoch vollwertige, intelligente Menschen.“

.....muß man sich daran erinnern, daß der Mensch intakt und vollständig ist, mit riesiger Intelligenz ausgestattet, und daß er/sie, trotz gegenteiligen Anscheins, den Verhaltensmuster entstehen lassen, gut ist.“ Ein Menschenbild also, das nicht nur an das Gute im Menschen glaubt, sondern auch an die Fähigkeit, das Verhalten zu verändern. In der Transaktionsanalyse werden „existentielle Grundpositionen“ beschrieben, Gefühle, die mensch sich selbst gegenüber und zu anderen Menschen hat. Mit der besonders durch die TA bekanntgewordene Grundposition „ich bin o.k.– du bist o.k.“ ist nicht gemeint, daß alle menschlichen Handlungen annehmbar sind. Ganz im Gegenteil, denn menschliches Verhalten ist oft genug zerstörerisch und erdrückend.

Es ist eine für die RT wesentliche Grundhaltung, die zwischen Person und Verhalten trennt. Es geht um eine Haltung, in der ich mich und andere im Kern uneingeschränkt anerkenne und wertschätze. Aus diesem Grundgefühl ist es viel leichter, selbstbewußt und ohne Schuldgefühl eigenes Verhalten und das anderer in Frage zu stellen und Veränderung zu erreichen.

Zusammengefaßt basiert die Radikale Therapie auf der Grundlage, daß Menschen intelligent, kontaktfreudig, liebevoll und kreativ sind und daß die meisten psychischen Probleme auf unterdrückende Gesellschaftsstrukturen zurückzuführen sind.

Das Selbsthilfekonzzept

Ein Prinzip der RT ist, daß einer Gruppe in einer deutlichen Startphase Fähigkeiten von Menschen mit Erfahrungen übertragen werden. Die Start- oder Anleitungphase für eine neue FORT oder MRT Gruppe (8-12 Menschen) umfaßt in der Regel zwei Wochenenden, d.h. insgesamt 10-12 Sitzungen à 3 Stunden. An diesem Wochenende versuchen 2-3 RT-Erfahrene in der Gruppe die wichtigsten Bestandteile des RT-Konzeptes in Theorie und Praxis zu vermitteln. Diese Anleitung ist prinzipiell kostenlos (außer möglicherweise anfallende Fahrtkosten). Die TeilnehmerInnen nehmen sich vor, später selbst eine Gruppe anzuleiten oder etwas anderes für das Weitertragen des RT-Gedankens zu tun, so daß RT nach dem Selbsthilfegedanken weitergegeben

wird. Für eine lebendige und möglichst gleichberechtigte Anleitung ist es wichtig, daß sich die AnleiterInnen auch als Person einbringen. D.h., sie nehmen an den meisten Übungen und Ritualen teil, können Arbeitszeit (s.u.) nehmen, bringen ihre Gefühle mit ein. Sie sind keine von der Gruppe abgehobenen „TherapeutInnen“, sondern an diesen Wochenenden Teil der Gruppe, allerdings mit Leitungsfunktion.

Nach der Anleitungphase leiten jeweils zwei Personen aus der Gruppe die Sitzung. Da jede/r Teilnehmer/in abwechselnd „Leitungs- oder Klientenposition“ übernimmt, wird strukturelle Hierarchie vermieden (zwischen TherapeutIn/KlientIn).

Jeder Gruppe wird nach einigen Monaten noch ein „Vertiefungswochenende“ zum Thema Co-Counseling angeboten. Es gibt eine relativ feste Struktur mit bestimmten Runden, mit der an jedem Abend gearbeitet wird. Der Aufbau gliedert sich wie folgt:

Blitzlicht

Es wird von allen beschrieben, wie sie sich in diesem Moment fühlen.

Gutes und Neues

Um aufmerksam für das Positive in unserem Leben zu werden, erzählt jede Person kurz, was sie in der letzten Woche Gutes und Neues erlebt hat.

Grollrunde

Ärger, Wut und Irritation über andere in der Gruppe sollen bewußt werden, ausgesprochen und entladen werden.

Gespinsterunde

Gedanken über andere aus der Gruppe werden geäußert, um Beziehungen zu klären, eigene Projektionen aufzudecken und die Intuition zu schulen.

Arbeitszeit

In den einzelnen Arbeitszeiten haben die Frauen/Männer die volle Aufmerksamkeit der ganzen Gruppe. Sie wählen sich eine Person zur Unterstützung und arbeiten an ihren aktuellen Themen.

Schmuserunde

In der Schmuserunde können alle, die möchten, Anerkennung geben, bekommen, ablehnen, fordern und auch sich selber geben.

Ob und wie diese Elemente eingesetzt werden, entscheidet jede Gruppe für sich, bzw. die jeweilige Leitung einer Sitzung in ihrer Vorbereitung.

Zwischen diesen festen Runden gibt es auch Zeit für Körperarbeit, Massagen, Spiele, Phantasiereisen, Tanzen, Yoga u.ä. Teilweise wird auch themenbezogen gearbeitet, z.B. einen Abend über Sexualität, Trennung, Vater-Mutterschaft, Eltern, etc...

...und im Alltag der Feuerlandkommune

„Denn um in einer Gemeinschaft zu leben, ist es notwendig, daß Beziehungen offen und ehrlich gelebt werden. Wie wichtig dabei u.a. der Umgang mit Ängsten und Wut sowie Trauer und Freude ist, um ehrlich und aufrichtig miteinander umzugehen, habt Ihr wahrscheinlich durch RT erfahren. Wir glauben aber auch, daß das gegenseitige Unterstützen, das Offenmachen von Konkurrenzen, das Ausleben unseres freien rebellischen Kindes notwendige Schritte sind, um im Alltag mit Konflikten und Problemen umzugehen.“

(Aus dem Aufrufbrief für eine RT-Kommune im Jahre 1992)

„Gefühle sind ursprüngliches, ganz persönliches Wissen.“⁷

„Im moralischen Sinne sind Gefühle weder gut noch schlecht. Was wir in ihrem Namen tun, kann gut oder schlecht sein.“⁸

Aus den Erfahrungen in den Selbsthilfegruppen ist uns bewußt, wie schwer uns der Zugriff auf dieses ganz persönliche Wissen fällt und wie wichtig es ist, aus einem guten Kontakt mit den eigenen Gefühlen heraus zu handeln. So ungewohnt es für uns in einer Projektgruppe auch war, so wollten wir unseren Gefühlen einen zentralen Platz in unserem Miteinander geben. Den Wunsch nach Veränderung bzw. die Unzufriedenheit mit dem Bestehenden brachten alle FeuerländerInnen mit. Doch neben der daraus entstehenden Kraft bedarf es in aller erster Linie des Vertrauens in sich selber und in die anderen bzw. die Gruppe.

Auch wollen wir nicht aus den Augen verlieren, daß RT zunächst ein geschlechtsspezifisches Selbsthilfetherapiekonzept für Gruppen ist, die sich einmal die Woche für ca. drei Stunden treffen. Wir hingegen sind ein gemischter Arbeits- und Lebenszusammenhang und wollen RT u.a. als Kommunikationsstruktur in unserem Kommunealltag integrieren.

Deshalb haben wir auch von Anfang an ausprobieren müssen, was geht mit der RT bzw. was geht nicht. Wo sind die Grenzen der RT? Wie können wir sie verändern? Ist es gut sie zu verändern? Können wir in Feuerland noch von RT sprechen, da wir sie doch unter anderen Voraussetzungen einbringen und anwenden?

Da wir auf keinerlei Erfahrungen anderer Lebenszusammenhänge, die mit RT arbeiten, zurückgreifen können, sind wir immer wieder aufgefordert, zu beobachten, welche Veränderungen real stattfinden.

Im konkreten sieht das erst einmal so aus: Einmal die Woche findet eine gemischte Sitzung (Frauen und Männer) von 3 Stunden statt. Die Sitzung wird in der Regel von zwei FeuerländerInnen rotierend vorbereitet. Diese beiden übernehmen auch die Leitung für die Sitzung. Leitung heißt u.a.: koordinieren, Vorschläge machen, Anregungen sammeln, in schwierigen Situationen Verantwortung übernehmen. Aller-

dings kann die „Leitung“ auch jederzeit abgegeben werden, wenn es für die jeweiligen Personen notwendig erscheint. Abhängig vom Thema bzw. der Bedürfnis der einzelnen FeuerländerInnen trennen wir uns auch während der Sitzung in Frauen- und Männergruppe auf.



Foto: U. Kurzbein

Die Sitzung oder das „Beziehungsplenum“ dient ausschließlich uns, d.h. keine Vermischung mit irgendwelchem „Orgakrempel“. Wir haben festgestellt, daß sich im Laufe der Woche eine Menge an Gefühlen ansammelt. Wir versuchen nun, Raum zu schaffen, damit sie ausgedrückt werden können. Gerade eine Grollrunde spielt dabei eine enorm wichtige Rolle, d.h. es geht z.B. nicht „nur“ darum, Kritik einer anderen Person zu sagen, sondern zu versuchen, den Ärger zu erspüren und auszudrücken (auch nonverbal). Dieser offene Umgang schafft Klarheit unter den Beteiligten. Hingegen verhindern zurückgehaltene Grolle freie Aufmerksamkeit für die/den anderen, weil ein Teil der Gedanken ständig um diese negativen Gefühle kreist. Weil der Blick dafür verstellt ist, ist es schwierig bis unmöglich, positive Anerkennung zu geben. Ebenso führen zurückgehaltene Grolle oft dazu, den Ärger, der

für die anderen da ist, gegen sich selbst zu richten, in selbstzerstörerisches Verhalten zu verfallen. Hierbei versuchen wir auch Grolle neu zu bewerten, d.h. als etwas Positives zu sehen.

„Es ist gut, Groll zu geben, sie haben etwas mit Zärtlichkeit zu tun. Denn bei 'oberflächlichen Kontakten' braucht mensch keinen Groll zu geben, aber wenn du herzlich und tief mit Leuten zusammenleben und zusammenarbeiten willst, solltest du Wege finden, um deine 'negativen' Gefühle loszuwerden. Wenn du einem Menschen Groll gibst, dann heißt das auch, daß er/sie wichtig für dich ist. Wenn du Groll bekommst, dann heißt das auch, daß du ernst genommen wirst. Die Person, die Groll gibt, macht das auch, um dir wieder offen und frei begegnen zu können, um wieder freie Aufmerksamkeit zu haben und Unterstützung und Anerkennung geben zu können.“⁹

Fast immer hat in unseren Sitzungen die eigene Wertschätzung bzw. die Wertschätzungen für die anderen Platz, es ist daher die konsequente Umsetzung der Erkenntnis, daß alle Menschen Anerkennung brauchen.

„Streicheln wird als primäres Bedürfnis von Menschen angesehen, d.h. es ist genauso unentbehrlich wie z.B. Nahrung, Trinken oder Obdach.“¹⁰ Mit Streicheln ist also sowohl körperliches Streicheln, als

auch jede Form von Anerkennung und Lob, sei es durch Sprache, Gesten, Mimik, o.ä. gemeint.

Natürlich (auch wenn es manchmal schwer fällt) versuchen wir, Raum für unser „freies rebellisches Kind“ zu schaffen.

„Was ich total gut finde, daß ich in der Feuerlandgruppe erstmal wieder mit Leuten außerhalb von einer Lagerfeuersituation gesungen habe. Einfach mal was singen und spielen. Das finde ich total klasse. Da habe ich auch gemerkt, daß da ein Teil von mir zum Zuge gekommen ist, der schon immer da war. Ich hatte immer Spaß da dran. Ohne was getrunken zu haben, es einfach mal integrieren. Am helllichten Tage auf einmal mit einer Gruppe von Leuten zusammen singen und spielen“. (eine Feuerlandkommunardin)

Ein weiterer zentraler Baustein sind unsere Arbeitszeiten.

Die Methoden für die Gestaltung von Arbeitszeiten, die in der RT angewendet werden, kommen aus dem Co-Counseling, der Transaktionsanalyse und der Gestalttherapie¹¹. Da ein ausführlicheres Eingehen auf die unterschiedlichen Methoden den Umfang dieser Aufsatzes sprengen würde, nur einige Anmerkungen zu Arbeitszeiten.

„Arbeitszeit ist die Zeit, die du dir nimmst, um an einem dir selbst gewählten Thema zu arbeiten... Wenn du Arbeitszeit beantragst, bestimmst du ebenfalls, wie lange du arbeiten willst.“ (FORT-Handbuch S.20) Im Verlaufe der Sitzung wird gefragt, wer/welche arbeiten möchte und wie lange. Es kann vor der gesamten Gruppe, in Untergruppen, und (auch räumlich getrennt) in Zweierpaaren gearbeitet werden.

Sind wir hingegen bei unseren Klausurtagen u.a. mit inhaltlichen Fragen beschäftigt, arbeiten wir im großen und ganzen weiterhin mit den Strukturelementen der RT, d.h. gerade in unserer Anfangsphase fanden keine bis kaum Diskussionen im herkömmlichen Sinne statt. Es gab stattdessen Runden (jede Person bekommt ein Zeitlimit, eine Ausgangsfrage wird von der Leitung eingebracht, reihum sagen diejenigen etwas dazu, die wollen, die Leitung faßt zusammen und koordiniert, der Konsens wird gesucht). Die Runden bauten auf unsere Erfahrung, daß Vertrauen dann entsteht, wenn eine befriedigende Kommunikation möglich ist, d.h. erstmal ganz einfach, daß alle zu Wort kommen, daß einander zugehört wird und daß einander ernstgenommen wird. Auch wenn dieser Anspruch allgemein in vielen Gruppen besteht, zeigen die Erfahrungen, wie oft gerade das nicht gelingt. Die klare Zeitregelung wirkt anfangs auf einige einengend, besonders auf „VielrednerInnen“ (wobei es sich öfter um Männer handelt!), hilft auf Dauer aber, sich auf das Wesentliche zu beschränken. Unsere bisherige Erfahrung ist die, daß wir tatsächlich enorm effektiv mit Entscheidungsprozessen umgehen können, wenn wir unsere Beziehungen

„klar“ halten. Allein die Tatsache, daß wir uns als Gruppe gerade 6 Monate kannten und dann binnen weniger Tage zu zehnt den Vorvertrag für unser Gehöft unterschrieben haben, macht wohl deutlich, daß uns die RT als Kommunikationsstruktur erheblich unterstützt hat.

Abschließend ist zu unserer gemischten Sitzung zu sagen, daß wir mittlerweile alle Strukturelemente der RT je nach Bedarf verwenden. Also von den relativ festen Strukturen, die in den üblichen FORT/MRT Gruppen stattfinden, bleibt bei uns manchmal wenig übrig. Das ist auch gut und notwendig, denn einerseits ermöglichen die RT-Regeln Gleichheit und schaffen Raum für persönliche Veränderung. Andererseits steht im Mittelpunkt nicht das umfassende Regelwerk, sondern die Menschen, die damit arbeiten wollen. Die RT bietet ein strukturiertes soziales Experimentier- und Lernfeld. Ordnung und fester Rahmen sind nicht Selbstzweck, sondern sollen eingeschlifene Einstellungen und Verhaltensmuster durchbrechen bzw. umstrukturieren helfen. So wird Emanzipation geübt, anstatt darüber zu reden. Daher ist es natürlich ein Wunsch von uns, immer mehr von diesen zahlreichen Veränderungen in unseren Alltag zu integrieren. Also eine Haltung entwickeln, die letztlich Sitzungen überflüssig macht. Davon sind wir leider noch weit entfernt.

Anzumerken ist zu unserem Feuerlandalltag, daß wir die Organisationen weitestgehend von „Psycho“ freihalten wollen. Sie finden unregelmäßig und je nach Bedarf häufig bis selten statt. Auch hier nutzen wir Rundenstrukturen, Leitung, Spiele, Blitzlicht, um möglichst effektiv und nicht allzusehr gefrustet die meist doch eher nervigen Dinge des Kommunealltages zu bewältigen.

In der RT wird auch das Co-Counseling erlernt. Es bietet die Möglichkeit, außerhalb von Sitzungen an Gefühlen, Problemen, einfach an sich zu arbeiten mit lediglich einer weiteren Person. Dadurch wird nicht alles in die Gruppe verfrachtet und ein spontaneres Reagieren auf Situationen ermöglicht. Bei uns in Feuerland ist zu beobachten, daß wir zunehmend mehr co-counseln.

Ferner treffen sich die Männer einmal die Woche zu einem gemeinsamen Abend, um u.a. auch MRT zu machen. Aufgrund unserer Aufbausituation haben wir leider immer noch Schwierigkeiten, mit dieser Gruppe eine Kontinuität aufzubauen. Die Frauen waren am Anfang nur zu zweit, jetzt seit 3 Monaten endlich mit einer weiteren Frau. Auch sie treffen sich regelmäßig und arbeiten dann mit FORT-Strukturen.

Mindestens einmal im Jahr machen wir eine „Supervision“ mit außerhalb lebenden RT-Frauen und Männern.

Um stärker unsere Gäste und BesucherInnen mit der Art unseres Miteinandergehens zu vertrauen, machen wir z.B. vor dem Essen Blitzlichter, öffnen unsere Orgarunden für NichtfeuerländerInnen und

bieten FORT und MRT Infoveranstaltungen an. Soweit zur Konzeption der Feuerlandkommune. Erste Erfahrungen mit der Umsetzung folgen anhand von vier ausgewählten Themenkomplexen (aus einem längeren Gespräch).

Der geschlechtsspezifische Ansatz

Daniela: Ja, Thee, frag ich dich doch einfach mal, was bedeutet denn RT für dich in unserer Kommune?

Thee: Also, dazu fällt mir ein, wie das alles angefangen hat. Meine Erfahrungen waren die, daß ich vor einigen Jahren, als ich in verschiedenen Projekten und Kommunen zu Gast war, mitgekriegt habe, wie grundlegend wichtig es ist, daß die Leute das Miteinander auf die Reihe kriegen. Für mich war es fast immer so (natürlich gibt es da auch Ausnahmen), daß sich die grundlegenden Probleme über das Miteinander aufgebaut haben, nicht so sehr die finanziellen Probleme oder die Probleme von außen. Nachdem ich mit der Radikalen Therapie angefangen hatte, habe ich relativ schnell gemerkt, daß das ein total geiles Instrumentarium für ein intensives Gruppenleben wäre. Und es ist ja dann auch so gelaufen, daß wir zuerst versucht haben, in diesem Spektrum Leute für ein Kommuneprojekt zu suchen.

Für mich als Mann habe ich in den letzten Jahren immer wieder festgestellt, daß auch sehr männerbewegte „linke“ Männer an Grenzen gestoßen sind, wenn es darum ging, z.B. Bereiche wie Zärtlichkeit und gegenseitige ehrliche Wertschätzung tatsächlich praktisch zu erschließen. Für mich war es mit diesem RT-Instrumentarium möglich, mit Männern 'ne ganz neue Form des Miteinanderumgehens zu schaffen. Es war/es ist das, was es uns immer so schwer gemacht hat: z.B. dieses Leistungs- und Konkurrenzdenken, immer wieder dieser patriarchale Komparativ, d.h. besser, schneller, stärker. Mit RT ist es möglich geworden, das zu durchbrechen.

Es war für mich eine große Bereicherung, Männer anders kennenzulernen, anders in Kontakt treten zu können und dabei zu spüren, wie sich unsere Beziehungen verändern.

Ganz krass ist der Unterschied von Männerkumpanei zur Männerfreundschaft. Von daher hat für mich MRT in unserer Kommune nochmals eine besondere Bedeutung. Es ist für mich gerade in der Kommune wichtig, daß die Männer in der Lage sind, 'ne ganze Menge an Vertrauen und Zärtlichkeit zu geben, so daß wir uns auch lösen können von der negativen Fixierung auf die Frau. Damit meine ich, daß frau für die Gefühle verantwortlich ist, für den Mann da ist, ihm Platz anbietet zum Weinen, zum Trauern. Von ihr erwartet wird, daß sie ihn wieder seelisch aufbaut. Kurzum, sie leistet die Beziehungsarbeit.

Ich glaube, daß es in einem Klima von Vertrauen und Zärtlichkeit viel einfacher ist, Kritik zu üben und Auseinandersetzungen zu führen. Tja, und deswegen hat RT für mich 'ne ganz besondere Bedeutung.

Daniela: Mich hat besonders angesprochen, daß von vornherein klar war, daß RT einen geschlechtsspezifischen Ansatz beinhaltet. Die RT geht davon aus, daß Männer und Frauen in dieser Gesellschaft ganz unterschiedlich erzogen werden, daß sie ganz unterschiedliche Rahmenbedingungen haben, unter denen sie aufwachsen. Ich fand es früher schon total spannend, mich damit zu beschäftigen, warum reagiere ich in bestimmten Situationen auf 'ne Art und Weise, die mir eigentlich nicht entspricht, wo ich eigentlich gern etwas anders machen würde. Dann aber immer wieder dahin zurückzukommen, daß das ganz viel damit zu tun hat, was wir in unserer Kindheit erfahren haben an Bedrängnis, an Einschränkungen, an Zurechtbiegen auf so 'ne Norm hin. Das find' ich an der Radikalen Therapie gut, daß ich mich zum einen damit auseinandersetzen kann: Was ist denn da früher alles so passiert – warum bin ich so geworden, wie ich bin? Und das eben nicht nur auf so 'ner allgemeinen Schiene, sondern eher unter dem Aspekt, warum bin ich als Frau so geworden.

Ich find' halt schon, daß es da Übereinstimmungen im Leben von Frauen gibt, z.B. im Umgang mit Problemen Wiedererkennung¹² von Frauen zu bekommen. Dann merk' ich, ich bin nicht nur alleine, muß mich nicht alleine als Daniela so blöd fühlen, daß ich die Situation nicht auf die Reihe gekriegt habe, sondern daß es auch was mit meiner Situation als Frau in dieser patriarchalen Gesellschaft zu tun hat.

Raus aus den klassischen Zweierbeziehungen!

Daniela: Vor meiner Kommunezeit habe ich irgendwann gemerkt, in einer klassischen Zweierbeziehung möchte ich nicht länger leben. Das habe ich über Jahre getan, aber dabei immer wieder die Beschränkungen und Gefahren gesehen, nämlich ineinander aufzugehen, miteinander zu verschmelzen, irgendwann nicht mehr zwei Personen zu sein, sondern die totale Symbiose – so nenn ich das für mich.

Im Gegensatz dazu habe ich in der Gruppe mehr Möglichkeiten, anders in einer Zweierbeziehung miteinander umzugehen. Die nahen Kontakte sind dann nicht mehr auf einen Menschen beschränkt, sondern ich kann auch verschieden nahen Kontakt zu anderen Menschen haben. Ich muß nicht meine ganzen Wünsche auf „meine Beziehung“ projizieren, und die muß mir dann alles bieten, und wenn sie das nicht tut, ist es nicht o.k..

Thee: Ich frage mich oft, ob wir es erreichen können, einen vernünftigen Umgang mit unseren Ängsten auf die Reihe zu kriegen.

Wenn wir es schaffen würden, ein gutes Klima des Vertrauens herzustellen und wir uns auf vielen Ebenen auch durch viele Beziehungen eine ganze Menge geben, dann könnten wir auch leichter eingefahrene Beziehungsstrukturen verlassen.

Herausragend war für mich im letzten Winter die Veränderung von Beziehungsstrukturen durch das Auseinandergehen eines Pärchens und die unmittelbar neue Pärchenkonstellation in unserer Gruppe. Da war für mich spürbar, es sind alle davon betroffen, gerade bei der Art und Weise, wie wir uns auseinandersetzen. Das war für mich ein ganz ermutigendes Zeichen! Die beiden Männer haben einen guten Umgang mit ihren Konkurrenzen gefunden, und es war für sie möglich, sich untereinander Vertrauen und Zärtlichkeit zu geben.

Das war u.a. auch möglich, weil wir uns alle damit beschäftigt haben und auch in der Zeit besonders geguckt haben, wer oder welche braucht z.B. Unterstützung.

Daniela: Ja! Genau das meinte ich vorhin. So 'ne Trennung muß beispielsweise auch nicht diese ganzen Schmerzen verursachen, die da vielleicht sind, wenn du keine weiteren Menschen um dich hast und das Gefühl bleibt: Du trennst dich gerade von dem Menschen, den du bis jetzt geliebt hast – und dann die Angst davor, alleine dazustehen und vielleicht aus dieser Angst heraus, so 'ne Trennung doch lieber zu lassen. Innerhalb der Gruppe ist es aber möglich, auch noch die Beziehungen zu den anderen Menschen zu sehen und die sind mir 'ne Menge wert, die geben mir auch ganz viel.

Aufbrechen von Konkurrenz, aber klar gegen Männerbündelei

Thee: Mir fällt noch ein Punkt ein, warum ich es gut finde, gerade mit Männern zusammen etwas zu machen. Meine Erfahrung ist die, daß die Gräben unter uns Männern echt verdammt tief sind. Es ist sehr schwierig, tatsächlich Nähe aufzubauen, weil wir uns überwiegend als Konkurrenten kennengelernt haben, was gesellschaftlich ja auch so gewollt ist. Beispielsweise machen ja viele Männer was mit Männern, aber – so kenn ich das von mir – auf einer immer wiederkehrenden „Komm-mir-nicht-zu-nahe“ Ebene. Wirklich tiefere Sachen, die viel mit „sich-geben-können“ zu tun haben, fehlen einfach, z.B. Ängste zu zeigen und dafür auch Unterstützung zu bekommen, obwohl sie grundlegend zu einer Männerfreundschaft gehören. Es war daher für mich auch sehr wichtig, daß MRT vom Ursprung her als politische Therapie zu verstehen ist. Bei dem Psychoboom der letzten Jahre habe ich da auch genau hingeguckt, was in meine gesellschaftliche Utopie paßt. Beispielsweise höre ich oft von Leuten, die Therapie machen, daß es darum geht, „gut für sich zu sorgen“. Wenn daraus ein

ausschließliches „für mich“ wird, kann da aber eine extreme Selbstbezogenheit draus werden, die Herrschafts- und Unterdrückungsverhältnisse leugnet, denn Hauptsache ich ich. Ganz krass wirkt sich das z.B. bei der Art von Männergruppen aus, die sich am „Wild Man“¹³ orientieren. Sie nennen sich Maskulinisten und leugnen schlichtweg patriarchale Unterdrückungsstrukturen, baden sich dabei nicht nur im Selbstmitleid, sondern entwickeln teilweise aggressive bis extrem reaktionäre Positionen.

Anarchie und Radikale Therapie

Daniela: Für mich beschreibt sowohl der Begriff Anarchie als auch die Radikale Therapie eine Lebenshaltung. Wenn ich anderen Menschen mit der Grundhaltung begegne, daß sie o.k. sind, wenn für mich Solidarität statt Egoismus im Vordergrund meines Handelns steht, ich mir mehr gegenseitige Hilfe statt Konkurrenz wünsche, dann spielt Macht- und Hierarchiestreben für mich keine große Rolle mehr.

Und die Prinzipien der RT beinhalten für mich Elemente, die es mir leichter machen, eine solche Lebenshaltung einzunehmen bzw. zu festigen.

Dadurch, daß ich mich mit den Bedingungen beschäftige, z.B.: Warum ich so bin wie ich bin? Was hat das mit den gesellschaftlichen Realitäten zu tun? Dadurch gewinne ich persönliche Stärke zurück und kann auch wieder anders auf Menschen zugehen. Das heißt für mich auch Gesellschaftsveränderung, ein Bewußtsein darüber zu haben, die Möglichkeit zur Veränderung in mir zu tragen.

Thee: Das, was wir jetzt machen in Feuerland, ist für mich ein Versuch. Wir haben keinerlei Erfahrungen in Kommunezusammenhängen mit RT als Basis.

Wie weit uns das bringen kann und wo wir evtl. Gefahr laufen uns festzufahren, da bin ich echt neugierig. Mal sehen, was wir nach vier oder fünf Jahren auswerten werden.

Anmerkungen

- 1 Die Radikale Psychiatrie beruht auf einer Theorie der Entfremdung und bezieht sich dabei u.a. auf Werke von Marx, Marcuse, Reich und Laing. Entfremdung als politischer und wissenschaftlicher Terminus geht auf die frühen Schriften von K.Marx zurück. Entfremdung ist für Marx eine die ganze kapitalistische Gesellschaft durchdringende Erscheinung und drückt sich auf 4 Ebenen aus:

1. als Entfremdung des Arbeiters/der Arbeiterin vom Produkt seiner/ihrer Arbeit, 2. als Entfremdung des Arbeiters/der Arbeiterin im Produktionspro-



- zeß, 3. als Entfremdung des Menschen vom Menschen, 4. als Entfremdung des Menschen von sich selbst.
- 2 Brandenburg, Dietrich, „Männer-Radikale-Therapie (MRT) – Deskription und Evaluation eines Gruppenmodells politischer Selbsterfahrung für Männer, Diplom Arbeit FU Berlin, 1988
 - 3 Wyckhoff, Hogue. 1975. Problem-solving-groups for women in Steiner,C.(Ed.) Readings in radikal psychiatry. New York
 - 4 Die Transaktionsanalyse (TA) wurde von Eric Berne in den 50er/60er Jahren erarbeitet. Sie geht von drei Grundannahmen aus:
 - Alle Menschen werden o.k. geboren.
 - Menschen mit emotionalen Problemen sind vollwertige, intelligente Wesen.
 - Allen emotionalen Probleme sind zu lösen, wenn entsprechende/nötige Aufmerksamkeit vorhanden sind.
 - 5 Co-Counseling wurde unter Bezeichnung Re-evaluation-Counseling von Harvey Jackins entwickelt und 1965 veröffentlicht. Beide Begriffe sind synonym im Gebrauch. Re-evaluation Counseling steht in der Tradition der Humanistischen Psychologie und ist eine Selbsthilfemethode bei der überwiegend zu zweit gearbeitet wird. Jede Person nimmt im Wechsel die Rolle des/der Therapeutin und der/des Klientin ein und unterstützt in der Therapeutinrolle die andere Person nach bestimmten Regeln.
 - 6 (Wyckhoff,S.229)
 - 7 Harris, Amy und Thomas, „Einmal o.k. – immer o.k.“, Reinbeck, 1985, S.229
 - 8 a. a. O.
 - 9 MRT-Handbuch, S. 30/31
 - 10 Steiner, Claude; „Wie man Lebenspläne verändert“, S.128, Jungfermann, Paderborn, 1982, S. 128
 - 11 Die Gestalttherapie, die von F.S. Perls begründet wurde, steht auch in der Tradition der Humanistischen Psychologie. Sie untersucht das aktuelle Verhalten und seine Blockaden. In der Therapie werden Verhaltensmuster zwar behandelt, deren Ursprung in der Vergangenheit liegt, im Vordergrund steht jedoch nicht die Erkenntnis des Zusammenhanges mit früheren Erlebnissen, sondern die Erfahrung neuer Reaktionsmuster.
 - 12 Wiedererkennung bedeutet, daß die die möchten, kurz und knapp beschreiben, in welchen Gefühlen, Ängsten o.ä. sie sich selbst erkannt haben, ohne dabei ihre eigene Geschichte zu erzählen. Das schafft Solidarität und kann Bewußtsein dafür wecken, daß (manche) Probleme nicht nur persönliche sind, sondern auch eine gesellschaftliche Dimension haben.
 - 13 US-amerikanische Bewegung seit Mitte der 80er Jahre. Am Ideal des männlichen „Kriegers“ orientiert. Ein Mann muß kämpfen können, seine Identität baut sich daraus auf, daß er siegen will. Wild man verfolgen einen antifeministischen Ansatz mit deutlicher Nähe zum reaktionären Männlichkeitsideal.

GEMEINSCHAFTSLEBEN UND SPIRITUALITÄT



Die Beringhof-Gemeinschaft beim Abschluß des Morgenkreises. Foto: U. Mertens

Der gesellschaftliche Kontext

Es gibt politische Kommunen, es gibt religiöse Kommunitäten und es gibt Gemeinschaften, die irgendwo dazwischen liegen. Ich gehöre zu einer Lebensgemeinschaft, die eine Synthese von gesellschaftlichem Engagement und spirituellem Leben zu verwirklichen sucht. Ehe ich von unseren Gründen dafür und unseren Erfahrungen dabei berichte, sind einige Vorüberlegungen nötig. Denn zweifellos ist das Thema Religion, dem das der Spiritualität zugehört, in unserer Zeit und Kultur äußerst belastet. Das liegt an dem (im wörtlichen Sinne) verheerenden Mißbrauch, den christliche Religion in Europa und weltweit mit sich hat treiben lassen; an der abschreckenden Gestalt, die christliche Institutionen in Vergangenheit und Gegenwart selbst darstellten; an den tiefen Enttäuschungen und Verletzungen, die viele von uns in ihrer Jugend durch „religiöse Erziehung“ erlitten haben; an der anti-religiösen Tendenz der Aufklärung, die bis heute fortwirkt,

insbesondere in den verschiedenen linken Traditionen; und schließlich an der reaktionären bis faschistischen Politik, die von fundamentalistisch-religiösen Strömungen in aller Welt heute wieder betrieben wird. Da braucht es schon einige Rechtfertigung, wenn einer noch oder wieder von Spiritualität redet, der sich selbst in der aufklärerischen und anti-kapitalistischen Tradition sieht.

Wenn ich im Folgenden nicht mehr von Religiosität, sondern von Spiritualität spreche, so ist dies nicht ein sprachlicher Trick. Vielmehr meint im Feld des Religiösen das Wort Spiritualität eine besondere Art der Beziehung zum Göttlichen, oder noch allgemeiner: zum Geistigen (das lateinische Wort 'spiritus' meint ja 'Geist'). Spiritualität geht davon aus, daß es unmittelbare Erfahrungen nicht-materieller Wirklichkeit gibt und daß man durch entsprechende Rituale sowie meditative oder ekstatische Übungen Zugang zu solcher Erfahrung bekommen kann. Direkte Beziehung zum Göttlichen braucht keine institutionelle Vermittlung (z.B. durch Priester) und stellt jede Lehre in Frage. Deshalb wurden die christlichen MystikerInnen, 'Pfungstler' und 'Schwärmer' von den Kirchen stets mit äußerstem Mißtrauen betrachtet und häufig verfolgt. Spiritualität ist tendenziell anti-dogmatisch und anti-institutionell. Sie ist gerade deshalb das geeignetste Feld für Begegnung und Gemeinsamkeit zwischen Menschen verschiedener Religionen. Und sie ist offenbar die am ehesten zugängliche religiöse Erfahrung für die vielen religionsgeschädigten Menschen unserer Zeit.

Jedenfalls ist auffallend, wieviele Menschen aller Altersgruppen und aus fast allen sozialen Kontexten sich heutzutage mit buddhistischen, hinduistischen und vielen anderen Meditationsweisen, mit Ritualen wie der indianischen Schwitzhütte oder mit schamanischen Trancereisen beschäftigen. Außerdem gibt es erstaunliche Überschneidungen zwischen psychologischer Selbsterfahrung und 'transpersonaler' (d.h. das Ich-Bewußtsein überschreitender) spiritueller Erfahrung (etwa beim Rebirthing oder beim holotropen Atmen).

Ist all das nur eine ablenkende Modewelle – auch unter linken Intellektuellen! – oder gar anhaltende Flucht aus der immer düsterer werdenden politischen Realität? Oder zeigt sich hier ein berechtigter Nachholbedarf als Reaktion auf die extrem rationalistische Kulturform der Aufklärung? Oder sind dies Anzeichen einer kulturellen Umbruchs- und Aufbruchsbewegung in ein Neuland jenseits der Moderne und insofern ein Thema für jede radikale Alternativbewegung? Nicht zufällig brachte bereits die Hippie-Bewegung eine Renaissance des Spirituellen, besonders in seiner fernöstlichen wie in seinen indianischen Ausprägungen. Denn es ging ihr ja um die Abkehr von jenem alltäglichen Materialismus, der sich in der Geld-Fixierung und Konsum-Sucht der kapitalistischen Gesellschaften zeigt, aber auch um

Ablehnung jenes politischen Materialismus, der sich im absoluten Vorrang der Politökonomie in allen linken Strömungen und Staaten ausdrückte.

Gewiß kann ein 'Spiri-Trip' eine besonders subtile Form eines 'Ego-Trips' sein, auch Rückzug aus der Politik und Flucht ins Private (wie ja auch umgekehrt Aktionismus auf der Straße eine Flucht vor dem eigenen Ich sein kann). Aber ich glaube nicht, daß man allein mit solcher Deutung dem um sich greifenden Interesse an Spiritualität gerecht wird. Ich vertrete die These, daß wir derzeit nicht nur in einer unglaublich zerstörerischen Krisenzeit leben, sondern zugleich auch in einer Zeit der Formierung einer neuen Kulturepoche. (Dabei meine ich mit 'Kultur' das umfassende geistige, soziale und ökonomische Muster (Paradigma) einer Epoche.) Die heutigen globalen Krisen haben offenbar sehr tief sitzende ideologische Ursachen, und die politisch-ökonomische Gesellschaftsstruktur Kapitalismus ist anscheinend deshalb so stabil und so populär, weil sie tief im geistigen Muster aller Menschen dieser Epoche (und nicht mehr nur in Europa) verankert ist. Kennzeichen dieses Paradigmas sind ein philosophischer wie alltäglicher Materialismus, ein extremer Individualismus, ein mechanistisches Weltbild, ein quantitatives, messendes, berechnendes Denken und – trotz formaler Demokratie – immer noch ein hierarchisches, patriarchales Sozialmodell. Es ist ein kulturelles Muster, aus dem der Kapitalismus hervorging und das er – in dialektischer Verschränkung von Bewußtsein und Sein – verstärkt.

Jedoch: dieses Kulturmuster ist im Umbruch. Während das naturwissenschaftlich-technische Weltbild der Neuzeit seine angemäße Alleingültigkeit verliert, und während seine Leben-gefährdenden Einseitigkeiten, Ausblendungen und Ansprüche immer deutlicher zutage treten, entsteht und entfaltet sich ein neues Denk- und Wertesystem. Ausgehend von der Atomphysik (bereits der 20er Jahre) breitet sich in Chemie, Biologie, Medizin, Kybernetik, Informatik und allmählich auch in den Human- und Sozialwissenschaften mit dem systemtheoretischen Ansatz ein neues Verständnis von Wissenschaft aus. (Mehr dazu weiter unten im Abschnitt „Quellen“.) Der alltägliche Materialismus unserer Geld- und Konsum-Kultur erweist sich für immer mehr Menschen als sinnlos. Die feministische Kritik des Patriarchats hat deutlich gemacht, daß es nicht um Gleichberechtigung der Frauen innerhalb dieser Kulturform, sondern um deren Überwindung insgesamt gehen muß und um die Herausbildung eines neuen, vielleicht maskulin und feminin geprägten Musters. Die Friedensbewegungen, das Umwelt-Engagement und Eine-Welt-Solidarität, an denen allein in Deutschland Millionen Menschen teilnehmen, haben mehr zur Entwicklung eines neuen Bewußtseins beigetragen, als ihre Erfolge und Mißerfolge 'auf der Straße' erkennen lassen. Auch die sozialen Expe-

rimente zu alternativen Lebens- und Arbeitsformen, über die in diesem Buch berichtet wird, sehe ich nicht als Nischenkultur des Bishe- rigen, sondern als Teil dieser epochalen kulturellen Aufbruchsbe- wegung.

Die meisten der heutigen Bemühungen um eine neue Spiritualität sehe ich in diesem gesellschaftlichen und geschichtlichen Kontext.

Motive für Spiritualität in Gemeinschaften

Eines der zentralen Probleme in jeder Gemeinschaft, wenn nicht das entscheidende, ist es, die anderen als Andere anzunehmen. Zwar erleben wir die Andersartigkeit der anderen oft als Bereicherung, als die besondere Chance einer Gemeinschaft, aber mindestens ebenso oft ist sie die Quelle turbulenter Konflikte. Dagegen hilft keine Toleranz, die alles hinnimmt. Aber es kann ja auch nicht richtig sein, alle Mit- glieder einer Gemeinschaft an einem einheitlichen Verhaltensmuster zu messen oder ausrichten zu wollen. Wo geht der Weg dazwi- schendurch?

Das Annehmen der anderen ohne Vorbehalt und ohne Bedingungen erfordert die Fähigkeit, das eigene Ego mit Abstand zu betrachten und die eigenen Schattenseiten, die wir so oft auf andere projizieren, mit Nachsicht anzunehmen. Manche Menschen haben diese Reife und in- nere Größe 'einfach so'. Andere finden sie durch Selbsterfahrungs- und Therapieprozesse im Umfeld der Humanistischen Psychologie. Und wann immer solches Annehmen der anderen gelingt, wird eine geistige Energie spürbar, ist dies ein implizit spirituelles Geschehen. Explizite Spiritualität, also praktisch geübte, bewußt gemachte Spi- ritualität unterstützt solche Fähigkeit zur Relativierung und Annahme des eigenen Egos. In fast allen Hochreligionen wird die Frucht der Spiritualität in der uneingeschränkten Liebe gesehen, in der Liebe zu sich, zu anderen Menschen, zu allen Lebewesen und Seinsformen. Dieses teils altertümliche, teils modern eingeengte Wort 'Liebe' meint jenes bedingungsfreie Annehmen der Anderen, so, wie sie sind, das in der alltäglichen Praxis unseres Gemeinschaftslebens oft so schwierig ist.

Ein anderes zentrales Thema jeder Gemeinschaft ist die Frage nach dem Verbindenden, dem tragenden Boden, dem Gemeinsamen, das al- le Andersartigkeiten umgreift. Das Wohnen an einem Ort und das Ar- beiten im selben Projekt haben – soweit ich sehe – hierfür nur selten genügt, auch wenn der Wunsch nach einem 'anderen Leben' einer weiterreichenden Vision entspringt. Auch Druck von außen schweißt nur für eine Weile zusammen, spätestens wenn er nachläßt, verliert er seine Bindekraft. Am ehesten haben bisher politische Utopien, die über die bloße Ablehnung des gegenwärtigen gesellschaftlichen Zu-

standes hinausreichen, einer Gemeinschaft Zusammenhalt geben. Aber was ist, wenn heutzutage diese politischen Perspektiven und Träume immer undeutlicher werden und immer ungewisser? Wird es genügen, eine Überlebengemeinschaft zu sein?

Mit dem Stichwort 'Spiritualität' will ich keine Patent-Antwort auf diese Fragen aus der Tasche ziehen, nicht auf eine Ersatz-Ideologie verweisen, die praktischerweise zeitlos ist. Aber ich möchte behaupten, daß eine offene, in die Zukunft gewandte Spiritualität in der Lage sein wird, uns zu tragen, wenn alles andere wankt und fällt. Ich kann mir für eine Gemeinschaft keine stärkere Bindekraft vorstellen als eine gemeinsame Spiritualität, sofern sie einigermaßen klar ist in ihrem Inhalt und verwurzelt in alltäglicher Praxis.

Schließlich möchte ich noch ein Motiv für Spiritualität im Gemeinschaftsleben nennen, das wahrscheinlich überrascht: die Erhöhung der Achtsamkeit, Wachheit und Präsenz. Sie wird von allen spirituellen Traditionen, die ich kennengelernt habe, in den Mittelpunkt gestellt. Und es ist kaum zu bezweifeln, daß diese Qualitäten gerade im Gemeinschaftsleben von großer Bedeutung sind. Die wache Aufmerksamkeit im gegenwärtigen Moment, erleichtert es, mir selbst, dem anderen und der Situation gerecht zu werden und mich nicht von alten Mustern und festgelegten Erwartungen gefangenhalten zu lassen. „In jedem Hier und Jetzt kannst Du neu beginnen“, sagen humanistisch-psychologisch orientierte TherapeutInnen. Spirituelle LehrerInnen fast aller Traditionen gehen noch weiter: „Nur das Hier und Jetzt ist real.“

Quellen für Spiritualität in Gemeinschaften

Auf der Suche nach Inhalt und Formen für Spiritualität geht es weder um eine fundamentalistische oder eine imitierende Rückkehr zu alten Traditionen, noch brauchen wir das Rad neu zu erfinden. Vielmehr können wir eine weltgeschichtlich einmalige Chance nutzen: erstmals in der Geschichte der Menschheit sind VertreterInnen aller Religionen physisch in der Lage und geistig bereit, einander zu begegnen, voneinander zu lernen, ihre Schätze miteinander zu teilen. Daraus soll und wird keine Welt-Einheitsreligion werden. Wohl aber könnte ein aufeinander abgestimmter Zusammenklang entstehen, indem jede/r – wie in einem Symphonie-Orchester – deutlich seine eigene Stimme spielt und zugleich auf die anderen Stimmen hört, um sich in Tempo, Rhythmus, Thema und Ausdruck auf eine gemeinsame Musik einzustimmen. Vielleicht entsteht dabei eine neue 'interreligiöse' Spiritualität?

Für uns Europäer heißt das wohl zweierlei: zum einen, die eigene Stimme wieder zu üben, also unsere christliche Tradition von verzer-

rendem Beiwerk zu befreien, ihren ursprünglichen Ton und ihre wertvollen Besonderheiten wiederzuentdecken. Und zum anderen ist für uns dran – gerade weil wir so lange alle Welt mit unserer Religion wie mit unserer Wissenschaft und Technik missionierten –, daß wir von anderen, bewährten, jahrtausende alten Traditionen lernen. Insbesondere im Buddhismus und Hinduismus, aber auch im Taoismus, Islam oder in indianischen Religionen wurden so wertvolle Schätze bewahrt, daß es töricht wäre, vom großzügigen Angebot ihrer heutigen Hüter, sie mit uns zu teilen, keinen Gebrauch zu machen. Dabei darf es nicht um eiligen Konsum wie in einem spirituellen Supermarkt gehen, sondern um ein geduldiges, respektvolles und einfühlsames Erlernen einer fremden Sprache.

Fragwürdig bleibt, wieweit einzelne Zeremonien (wie z.B. das Medizinrad oder die Schwitzhütte aus indianischer Tradition) aus ihrem kulturellen Kontext herausgelöst und isoliert gefeiert werden können und dürfen. Manche indianischen Führer sehen darin einen neuen Kultur-Imperialismus der Weißen, was angesichts ihrer furchtbaren Erfahrungen mit europäischen Eroberern sehr verständlich ist. Tatsächlich gibt es eine typisch kapitalistische Kommerzialisierung solcher Ritual-Angebote und einen oft oberflächlichen Umgang mit diesen Überlieferungen. Andererseits habe ich auch positive Erfahrungen mit legitimer und legitimer Übertragung indianischer oder buddhistischer Spiritualität in unseren europäischen, gegenwärtigen Kontext gemacht. Auf jeden Fall ist hierbei unsere äußerste Wachsamkeit und Sensibilität gefordert.

Neben diesen alten und uralten Quellen von Spiritualität gibt es heute auch ganz moderne. Sie kommen überraschenderweise aus dem scheinbar so antireligiösen Bereich der Naturwissenschaften. Seit der Quantenphysik und mit der Entwicklung der Urknall-Theorie (von der Entstehung des gesamten Universums aus einem unendlich verdichteten Punkt bloßer Energie) wurde der Energie-Begriff so zentral, daß er heute den alten Streit zwischen 'Materie' und 'Geist' überbrücken könnte, insofern Energie als Materie wie als Geist gedacht werden kann. Von der Computerwissenschaft wird 'Information' als neue Kategorie neben Materie und Energie formuliert. Immer mehr Beachtung findet die naturwissenschaftlich begründete Hypothese von den morphischen (oder morphogenetischen) Feldern, die organische wie anorganische Formbildung, instinktives Verhalten der Tiere und menschliche Bewußtseinsprozesse leiten und ihrerseits veränderbar sein sollen. Die anfangs schon erwähnte Systemtheorie lenkt das wissenschaftliche Interesse von der Analyse immer kleinerer isolierter 'Teilchen' auf die Wechselwirkungen innerhalb von Systemen (wie Atome, Zellen, Organismen) und zwischen den vielfach verschachtelten Systemen (von der DNS-Kette bis zur fernsten Galaxie). „Das

„Ganze ist mehr als die Summe seiner Teile“ sagen Physiker wie W. Heisenberg, M. Planck, C.F. von Weizsäcker, F. Capra oder H.P. Dürr. Die Ökologie, einst nur ein Teilgebiet der Biologie, wurde zu einem interdisziplinären Wissenschaftsfeld, in dem die vielfältigen Verflochtenheiten von der mikrobiologischen bis zur planetaren Ebene erforscht werden. Ihre Ergebnisse und Einsichten werden erstaunlich schnell ins öffentliche Bewußtsein übertragen. Aus zunächst der anorganischen Chemie, dann der Biochemie und Mikrobiologie stammt die Beobachtung von 'sich selbst organisierenden Systemen', deren Verständnis heute sogar auf den ganzen Evolutionsprozeß angewandt wird. Und nun das eigentlich Faszinierende: viele dieser naturwissenschaftlichen Einsichten und Theorien der letzten Jahrzehnte erinnern an das, was in den jahrhundertealten mystischen Traditionen aller Religionen als die All-Eins-Erfahrung beschrieben wird bzw. bestätigen diese mit wissenschaftlichen Argumenten. (Z.B. gibt es auf der atomaren Ebene keinen 'Kern', keine 'Schalen', keine 'Wände' oder 'Grenzen'. Es gibt nur Energieverdichtungen und riesige 'leere' Räume, Beziehungen und Ströme in dem, was die Physiker als das 'Vereinheitlichte Energiefeld' zu erfassen versuchen.) So ist es nicht mehr erstaunlich, daß sich immer häufiger NaturwissenschaftlerInnen und spirituelle LehrerInnen in großen internationalen Konferenzen treffen, um verblüffende Gemeinsamkeiten zu entdecken und voneinander zu lernen.

Für meine Wahrnehmung bahnt sich dabei eine 'ökologische Spiritualität' oder 'spirituelle Ökologie' an. Für sie geht es nicht um die hundert Gebote und Verbote des Umweltschutzes, sondern um ein für uns neues Bewußtsein von unserer tiefen Verbundenheit mit allem Lebendigen, mit allem Sein. ('Deep Ecology' nannte dies der norwegische Philosoph Arne Naess.) Es gibt in meinem Körper kein einziges Atom, das nicht vor Milliarden Jahren in irgendeiner Sternexplosion im weiten All entstand und später dann auf diesem kleinen Planeten Erde unzählige Male Teil war eines Wassertropfens, eines Minerals, eines Luftwirbels, einer Pflanze oder eines Tieres und es nicht in aller vorstellbaren Zukunft immer wieder sein wird. Ein ökologisch-spirituelles Bewußtsein davon könnte uns von unserem Anthropozentrismus (= der Mensch im Mittelpunkt des Weltbildes) befreien, mit dem wir dabei sind, alles Leben auf der Erde, einschließlich unseres eigenen, unmöglich zu machen. Wahrscheinlich wird nur solch ein in der Tiefe verwandeltes Bewußtsein uns befähigen, den notwendig radikalen Umbruch in unserer Lebenspraxis zu vollziehen, den moralische Appelle niemals bewirken können. Neues Bewußtsein wäre freilich nur ein solches, wenn es auch – ganz 'natürlich' – zu entsprechendem verändertem Verhalten führt. So gesehen wäre also die Entwicklung einer 'Spiritualität des Lebens' kein privater Luxus, son-

dem ein möglicherweise entscheidender Beitrag zum gesellschaftlichen und kulturellen Umbruch.

Ausdrucksformen für Spiritualität in Gemeinschaften

Was heißt all das bisher Gesagte für die Praxis in einer spirituell orientierten Gemeinschaft? Ganz sicher, daß spirituelle Formen heute vielfältig, offen und experimentell sein sollten. Nicht nur, daß jeder und jedem (auch im wörtlichen Sinne) Raum gegeben sein sollte, ihre oder seine spirituelle Praxis zu üben; denn ich kenne keinen spirituellen Weg, der ohne ausdauernde, regelmäßige Übung auskommt. Sondern auch die gemeinsame spirituelle Praxis sollte sich von verschiedenen Traditionen befruchten lassen, ohne daß daraus ein beliebiger spiritueller Konsumismus werden muß. Gerade das gemeinsame Praktizieren läßt erst jene Kraft der Verbundenheit entstehen und spüren, von der ich oben geschrieben habe. Dabei ergibt sich das Dilemma, daß man natürlich niemanden zu irgendeiner spirituellen Praxis drängen, gar zwingen kann, daß andererseits eine gemeinsame Spiritualität nur aus einer regelmäßigen Übung erwächst, an der möglichst alle Mitglieder einer Gemeinschaft teilnehmen. Deshalb ist es für spirituelle Gemeinschaften wichtig, bei den Bewerbungsgesprächen für neue Mitgliedschaft auch dieses so undeutliche Thema einer offenen, noch nicht festgelegten Spiritualität anzusprechen. Jemand muß nicht eigene spirituelle Erfahrungen mitbringen, aber für die spirituelle Suche offen sein und sich an ihr aktiv beteiligen wollen. Ein weiteres Dilemma entsteht daraus, daß spirituelle Praxis einerseits feste, stützende Formen braucht, daß sie andererseits – gerade als Spiritualität des Lebens – Freiraum braucht für Spontaneität und Intuition.

Ferner gibt es die beiden Pole von Feier und Alltag. Eine neue Spiritualität wäre sicher arm und 'unterentwickelt', wenn sie uns nicht auch zur Gestaltung alter und neuer Feiern inspirierte: Sonnenwende, Erntedank, Weihnachten, Buddhas Geburtstag, Karfreitag, Ostern und besonders Pfingsten, Hiroshima-Tag und Tschernobyl-Gedenken, Geburt, Initiation, Hochzeit und Tod. Wichtiger aber scheint mir ihre Verwurzelung im Alltag. Denn nur so kann sie ihre reale Kraft in unserem Leben entfalten und uns – als Einzelne wie als Gemeinschaft – durchtragen.

Gerade in dieser Hinsicht haben wir in unserer Gemeinschaft viel von der spirituellen Findhorn Community in Schottland gelernt, die seit ihren sehr esoterischen Anfängen vor über dreißig Jahren manche Wandlungen erlebte und viele bewährte Erfahrungen ansammelte. Da über Findhorn in der linken Szene sehr negative, aber z.T. falsche Vorstellungen umlaufen, möchte ich hier aufgrund meiner eigenen Ein-

drücke von drei Besuchen dort einen kurzen Exkurs zu dieser umstrittenen Gemeinschaft einfügen.

Diese internationale Siedlung an der Nordostküste Schottlands umfaßt heute 150 Mitglieder (mit gemeinsamer Ökonomie und sehr einfachem Leben) und ca. 250 assoziierte Mitglieder. Sie entstand Anfang der sechziger Jahre aus dem Notquartier der Familie von Peter und Eileen Caddy und ihrer Freundin Dorothy Maclean. Insofern wurde sie nicht „gegründet“ und schon gar nicht „absichtlich neben einem Atomwaffenstützpunkt“, weil von dort positive Wirkungen erwartet worden wären (wie Jutta Ditfurth in einem Interview behauptete). Vielmehr haben die Findhorn-Leute die unmittelbare Nachbarschaft des damaligen und heutigen Campingplatzes zu einem (normalen) Militärflugplatz immer als ‘Stachel im Fleisch’ empfunden und als wichtige Erinnerung an den Zustand der Welt.

In den Anfangsjahren, als immer mehr Besucher kamen, um den ‘magischen Garten von Findhorn’ mit seinen extrem großen Blumen und Früchten zu bestaunen, war eine kleine Gruppe um die Caddys stark esoterisch orientiert und von Peter Caddy autoritär organisiert. Aber mit dem Herbeiströmen von Hippies aus USA und Europa wuchs das Chaos und der Aufstand. Mitte der siebziger Jahre gab es eine große Krise, und Peter Caddy wurde von jüngeren Leuten durch eine (seitdem) kollektive Führung abgelöst. In den achtziger Jahren konsolidierte sich die Gemeinschaft, öffnete sich weiterem ökologischen Denken und Handeln und den globalen politischen Problemen. Auch die dort gelebte Spiritualität wurde vielfältiger und sozusagen ‘transreligiös’. Übrigens hat die heute noch in Findhorn lebende Eileen Caddy trotz ihrer „Botschaften von Gott“ nie die Rolle eines ‘Gurus’ innegehabt.

Inzwischen wurden Seminare und Konferenzen zu allen Aspekten eines Neuen Bewußtseins und mit tausenden von Gästen in jedem Jahr zum Schwerpunkt dieses internationalen Zentrums. Ohne dies ausdrücklich zu betreiben, inspirierte es zahlreiche Gemeinschaftsgründungen in USA, Europa und Australien.

In Findhorn gibt es zweimal am Tag Zeiten, zu denen sich viele der Mitglieder und Gäste zu schweigender Meditation in besonders schön gestalteten Räumen treffen. In unserer Beringhof-Gemeinschaft bemühen wir uns auch um gemeinsame Meditation, aber es war bisher schwierig, Zeiten zu finden, die für alle Mitglieder in ihren verschiedenen Tagesrhythmus passen. Ein anderer Findhorn-Brauch ist das ‘Sharing’, bei dem sich alle Teilnehmenden an einer Gruppe besonders bei Wochenbeginn aber auch beim Beginn eines Tages, eines Arbeitsvorhabens oder einer Gruppensitzung gegenseitig mitteilen, wie es ihnen gerade geht. Davon zu wissen, hat für das gemeinsame Arbei-

ten Bedeutung wie auch für die Ego-überschreitende Verbundenheit: es erleichtert das Annehmen der anderen Person, wenn ich weiß, wie es ihr momentan innerlich geht. Und es beginnt in Findhorn keine Gruppe ihre Sitzung oder die gemeinsame Garten-, Bau- oder Putzarbeit, ohne sich im Kreis an den Händen zu fassen und (unter Anleitung der jeweils verantwortlichen Person) sich meditativ aufeinander und die gemeinsame Aufgabe einzustimmen ('tuning in'). Diese Verbindung (wie sie ja auch manche Sportteams praktizieren!) wird am Ende einer solchen Phase ausdrücklich wieder gelöst ('tuning out'). Mit dieser einfachen Form haben wir auch in unserer Gemeinschaft gute Erfahrungen gemacht. Sie deckt bestehende Differenzen oder Konflikte nicht zu, betont aber das Verbindende, wovon ja immer ein Minimum noch da ist, solange man sich nicht getrennt hat.

Eine weitere spirituelle Praxis mitten im Alltag, die wir in der Findhorn-Gemeinschaft kennenlernten und die wir in einigen seltenen Fällen, aber mit eindrucklicher Wirkung erprobten, ist eine meditative Entscheidungsfindung. Gerade dann, wenn eine Gemeinschaft sich auf Konsens-Entscheidungen festgelegt hat (also keine Mehrheits-Abstimmungen will), kann es zu schwierigen Entscheidungsprozessen kommen. Da kann es helfen, zwischen die wortreichen und manchmal gefühlsbeladenen Diskussionen eine Phase des Schweigens zu legen. Wenn diese genutzt wird, die eigenen Argumente und Gefühle wenigstens vorübergehend zur Seite zu legen und nach innen zu lauschen auf die meist so leise 'innere Stimme', dann kann es zu manchmal überraschenden Lösungen verfahrenere Patt-Situationen kommen. Hinter dieser Methode meditativer Entscheidung steht der Glaube, daß wir trotz all unserer Individualität Teil sind eines alles durchwehenden Geistes – wie jede Meereswelle Teil ist des ganzen Ozeans. Wenn dem so ist, dann ist es wichtig, diesem Wehen nicht im Wege zu stehen, möglichst leer zu werden für den Einfluß der Kräfte des Ganzen.

Auch den Gebrauch des indianischen Sprechsteines, der der redenden Person die volle Aufmerksamkeit der ganzen Runde gibt und Zwischenbemerkungen oder Diskussionen durch die anderen als Regel ausschließt, haben wir zuerst in Findhorn kennengelernt. Wir nehmen ihn immer dann zu Hilfe, wenn aufmerksames, teilnehmendes Zuhören und ein persönlicheres und offeneres Reden dran ist. Ich halte diese so einfache wie wirkungsvolle Form für eine spirituelle Praxis, weil sie mich dem oder der anderen öffnet.

Ein potentiell spiritueller Moment in unserem Gemeinschafts-Alltag ist der Beginn der gemeinsamen Hauptmahlzeit. Trotz lebhafter Kinder und meist 'tröpfelndem' Erscheinen der Mitessenden gelingt es uns in der Regel, unsere Aufmerksamkeit auf das vor uns stehende Essen zu sammeln. Wir wollen uns dann bewußt machen, wie sehr

wir durch die Nahrungsmittel mit der langen Kette der vorbereitenden Hände, mit Tieren und Pflanzen, mit Erde und Himmel, letzten Endes mit der göttlichen Energie im ganzen Universum verbunden sind. Da wir Form und Inhalt der jeweiligen Köchin bzw. Koch überlassen, hat sich bisher noch nicht die leere Routine des traditionellen Tischgebetes eingestellt. Gerade an dieser Stelle des Tages kann ökologische Spiritualität Nahrung erhalten und in die Tiefe wachsen. Manchmal schließen wir noch ein zehnmütiges Schweigen an, damit wir dem Essen die verdiente Aufmerksamkeit widmen können.

Ein Anlaß zu ökologisch-spiritueller Besinnung ist uns immer wieder die Arbeit mit unserem Brennholz und einmal auch die Anlieferung einer Ladung Bauholz. Nachdem die Kanthölzer abgeladen waren, umstanden wir den großen Stapel, faßten das Holz an und machten uns bewußt, daß mindestens 35 Fichten für uns gefällt worden waren, sicher ohne – wie bei Indianern üblich – vorher gebeten worden zu sein, sich für das Bauen zur Verfügung zu stellen. 'Objektiv' hat sich dadurch nichts geändert, aber vielleicht wurde unser Bewußtsein ein Stückchen weiter.

Die geschilderte Praxis ist bescheiden und unsicher. Andere spirituelle Gemeinschaften werden andere Akzente setzen, andere Formen erproben, andere Erfahrungen machen. Der experimentelle Charakter ist gewollt und – in dieser Zeit des Aufbruches in unbekanntes Neuland – unvermeidlich. Umso wichtiger ist der Erfahrungsaustausch mit denen, die sich ebenfalls auf einen Weg gelebter Spiritualität in Gemeinschaft begeben haben.

Gerhard Breidenstein, Beringhof-Gemeinschaft