

# Tiefe Ökologie: Leben und Arbeiten in Verbundenheit mit der Natur

Elisabeth Loibl

*„Wir befinden uns in einem Prozess der vollständigen Zerstörung unserer Lebensgrundlagen. Unabhängig davon, was wir an diesem Punkt dagegen tun, ist sicher, dass künftige Generationen in einer schwer geschädigten Welt leben werden.“*

Joanna Macy

*„Unser ökonomisches System beruht auf Gier und Unersättlichkeit. Das sind seelische Probleme. Wir werden das Problem von Arbeits- und Kaufsucht oder die wachsende Kluft zwischen ‚Arm‘ und ‚Reich‘ nicht lösen können, ohne uns diesen seelischen Themen zuzuwenden.“*

Matthew Fox

Die Tiefe Ökologie versteht sich als eine Wissenschaft, Seminar- und Lebensform, die auf der wechselseitigen Bedingtheit und Verbundenheit allen Lebens auf der Erde beruht. Ökologie beschränkt sich nicht länger nur darauf, Missstände zu beseitigen, damit Menschen funktionierende Verhältnisse vorfinden.

Arne Naess, Mitbegründer der Tiefen Ökologie, meinte: „Wir können nicht einzelne Techniken kritisieren, wir müssen die Art [unserer industriellen Dominanzgesellschaft] grundlegend in Frage stellen.“ Denn wir sind seit langer Zeit dabei, unsere Lebensgrundlagen zu zerstören. Tiefe Ökologie legt uns eine andere Sichtweise auf die Welt nahe, damit wir wieder eine tiefe und verantwortungsbewusste Beziehung eingehen können mit allem Leben auf diesem Planeten. Dabei ist es hilfreich, die Erde als einen lebendigen Organismus anzusehen (vgl. Gaia-Theorie nach James Lovelock).



Umgefallene Weide im Garten von Maeterra, Foto E. Loibl

## Abgetrennt von der Natur

Bislang haben wir Menschen der westlichen Industrienationen die Erde auf ihre Rolle als Rohstofflieferantin und Produktionsstätte reduziert. Dies aufgrund des Weltbildes, alles Leben würde funktionieren wie eine Maschine.

Daher sehe ich die tieferliegenden Ursachen für die ökologischen Zerstörungen in unserer sozialen und kulturellen Haltung. Genauso lieblos, wie wir Menschen untereinander umgehen, derart lieblos behandeln wir die Natur. Diese Auffassung erscheint den meisten normal und legitim zu sein.

Mit der Tiefen Ökologie und Ökopsychologie wollen wir herausfinden, wie wir uns nicht länger abgetrennt von der Natur erleben und uns bewusst werden, wir sind ein Teil dieser Welt. Entsprechend dieser Auffassung werden wir hegend und pflegend – nachhaltig – mit den Gegebenheiten auf diesem Planeten umgehen können.



## Abgetrennt von erfüllender und sinnstiftender Arbeit

*„Heute ist es die Arbeit selbst, die krank ist. Und wir wissen das auch, denn unser ganzer Planet ist krank. Und der Grund für den kranken Planeten ist im Wesentlichen unsere Arbeit.“* Matthew Fox

Wir wollen herausfinden, warum wir gesellschaftlich die Ansicht vertreten, wir würden nur existieren können aufgrund von Wirtschaftswachstum und Geld. Und Arbeit sei wichtiger als Leben.

Warum akzeptieren wir weitgehend die Definition von Arbeit im Industriezeitalter, die sich am Konkurrenzkampf, am „freien Spiel der Marktkräfte“ und an der Geldschöpfung orientiert. Dadurch wird sowohl unser natürliches als auch unser soziales Leben maßgeblich beeinträchtigt, „die Welt mit Schrott angefüllt und gleichzeitig Armut und Ungleichheit geschaffen“ (Manitonguat). Matthew Fox und Veronika Bennholdt-Thomsen erinnern uns daran, die Krise der Arbeit ist eine Krise unserer Beziehungen. Sinnvolle Arbeit orientiert sich am Wohl der Gemeinschaft und dient unserem geistigen und seelischen Wachstum. Der Schlüssel dafür ist denkbar einfach, wie Fox das chinesische Tao Te King zitiert: „Tue in der Arbeit das, was dir Freude macht!“

In der westlichen Industriegesellschaft gibt es die Verbindung von Arbeit und Freude kaum. In der bäuerlichen Tradition nimmt Arbeit einen hohen Stellenwert ein und steht oft über Gesundheit, Wohlbefinden und gegenseitige Fürsorge.

Vielfach war und ist es die zu viele Arbeit, die Ehen und Familien zerrüttet, die Erwachsene veranlasst, ihre Kinder und Partner\*in zu vernachlässigen, die Beziehungen innerhalb der Familie und Gemeinschaft mehr oder weniger behindert. Doch es stellen sich mir grundlegende Fragen: Können wir tatsächlich ohne soziale Einbindung leben? Ist unser Mangel an Geborgenheit Ursache für die fortschreitende Zerstörung von Natur und sozialer Verantwortung? Wie können wir Menschen das Leben bewältigen abgetrennt von uns selbst, von der Natur und von einem sozialen Gefüge? Ist nicht das der Grund dafür, dass Menschen vermehrt unter Depressionen, Burnout, Krebs und vielerlei psychischen Erkrankungen leiden? Damit beginnt ein Teufelskreis, denn kranke Menschen sind noch weniger in der Lage, sich um das Wohl in der Welt zu kümmern und Verantwortung zu übernehmen.

## Was also können wir tun?

Eine Depression kann bewältigt werden, wenn wir uns mit dem Schmerz auseinandersetzen, der sie verursacht hat. Genauso verhält es sich mit dem kollektiven Schmerz um die Welt. Es geht im Kern darum, hinzusehen und einzusehen, der Zustand in der (natürlichen wie auch in der gesellschaftlichen) Welt hat etwas mit unserem Lebensstil zu tun. Für Menschen, die krank sind, ist vorrangig, sich zu fragen, wie kann ich meinen Alltag und meine Arbeitswelt verändern, damit ich wieder gesund werde?

Doch vorweg gilt eine wichtige Einsicht: Eigenständiges, fürsorgliches und verantwortungsbewusstes Handeln wird erst möglich, wenn ich jene Gefühle bewältigen kann, die aktionshemmend auf mich wirken. Habe ich diesen Schritt getan, geht es in der Arbeit der Tiefen Ökologie darum, eigenverantwortlich auf die uns umgebende Gemeinschaft ausgerichtet zu leben und zu wirken. Denn wir sind als soziale Wesen – und nicht als Eigenbrötler – veranlagt. Dies wird derzeit, im September 2015, wieder deutlich: Der große Strom flüchtender Menschen aus Kriegsgebieten in Asien und Afrika animiert viele Menschen in Europa zu helfen, sei es durch ehrenamtlichen Einsatz, durch Geld- oder Gebrauchsartikelspenden, dadurch, dass sie Räumlichkeiten zur Verfügung stellen. Es ist unser größtes Bedürfnis, gebraucht zu werden und für eine Gemeinschaft wertvoll zu sein (Manitonguat).

Doch derartige Lösungen scheinen vielen zu trivial zu sein. Was kann ich kleines Individuum schon ausrichten? fragen sich viele, ohne die kleinen Schritte zu würdigen, die sie tun. Die Mehrheit meint entweder, es sei Aufgabe der politisch Verantwortlichen oder wenn wir etwas tun, dann sollte es gleich die ganze Welt verändern. Derartige Glaubenssätze und innere Haltungen verwehren uns den Blick darauf, was wir in unserem Wirkungsbereich tatsächlich tun können, und seien die Schritte noch so klein.

## Arbeitsweise der Tiefen Ökologie

Mit den Workshopmethoden der tiefenökologischen Arbeit gehen wir von der Annahme aus, wir werden wieder handlungsfähig, wenn wir unsere Verzweiflung, den Schmerz, die Wut und die Ohnmachtsgefühle über die Zerstörung unserer Welt nicht länger verdrängen, wenn wir uns dem stellen, eine innere Läuterung erleben und erkennen, was wir tun können.



Joanna Macy, Foto: [www.activehope.info](http://www.activehope.info)

### Arbeit, die wieder verbindet

Die ehemalige Professorin für Systemtheorie und buddhistische Lehrerin Joanna Macy ist Mitbegründerin der Tiefen Ökologie. Sie arbeitet seit Mitte der 1980er Jahre mit Menschen in aller Welt daran, politische Verantwortung, ökologie-bewusstes Handeln, spirituelles Wachstum, ganzheitliche Wissenschaft und seelische Krisenbewältigung miteinander zu verbinden. So kann daraus ein Engagement für die Zukunft entstehen. Sie hat gemeinsam mit Molly Young Brown Workshopmethoden zusammengetragen für ihr Buch „Reise ins lebendige Leben“.

Wenn wir uns durch derlei Methoden wieder mit der Welt in Verbindung bringen, können daraus neue Perspektiven und Handlungsspielräume entstehen. Im letzten Schritt der tiefenökologischen Arbeit geht es immer darum, was kann ich konkret tun für die Welt. Eine Teilnehmerin erzählte, sie hätte am Tag nach einem Tiefenökologie-Seminar beschlossen, sich ein Fahrrad zu kaufen, um die Wege in der Stadt in Zukunft nicht mehr mit dem Auto zu erledigen. Ein Teilnehmer hat eine Gruppe ins Leben gerufen, in der sich Menschen mit ihrem eigenen und mit dem Schmerz in der Welt auseinandersetzen, um herauszufinden, was sie gemeinsam tun können.

### Der Weg des Kreises

Manitonquat & Ellika Linden halten seit mehr als dreißig Jahren so genannte Circleway-Seminare in ganz Europa ab. Der Weg des Kreises ist eine wirkungsvolle Methode, wieder in Beziehung zu treten, zu uns selbst, zu anderen Menschen und zur ganzen Welt. Der Kreis funktioniert nur, wenn wir uns auf derselben Augenhöhe begegnen und einander aufmerksam zuhören.

Zu den Grundregeln gehört es, dass nur eine Person im Kreis spricht, alle anderen hören zu. Es wird nicht diskutiert, ob die Aussage von jemand richtig oder falsch sei. Wir üben uns darin, die Tendenz zu überwinden, andere davon zu überzeugen, wir hätten Recht und sie Unrecht. Voraussetzung ist bei allem Gesagten ganz bei sich zu bleiben und nur davon zu erzählen, was uns als wesentlich erscheint.



Manitonquat & Ellika Linden, Foto: [www.circleway.org](http://www.circleway.org)

### Ausblick

Die Welt als unser aller Heimat zu betrachten braucht eine neue Beziehung untereinander und zum Planeten Erde, die so alt ist wie die Menschheit selbst (und die nichts mit nationalistischem Gedankengut zu tun hat). Wenn wir uns wieder heimisch fühlen in der Welt, werden sich uns neue Handlungsspielräume eröffnen und wir werden in hegender und pflegender Weise leben und wirtschaften.

### Literatur

Elisabeth Loibl 2014: Tiefenökologie. Eine liebevolle Sicht auf die Erde. oekom verlag München

Geseko von Lüpke 2003: Politik des Herzens. Nachhaltige Konzepte für das 21. Jahrhundert. Gespräche mit den Weisen unserer Zeit. Arun Verlag Uhlstädt-Kirchhasel:

Arne Naess: Wir müssen unsere Fürsorge ausdehnen, S. 105-114.

James Lovelock: Die Erde ist ein lebender Organismus, S. 55- 64

Joanna Macy: Die Welt als Geliebte, S.93-104.

Matthew Fox: Ein Teil der Schöpfung werden, S. 371-378

Joanna Macy & Molly Young Brown 2007: Die Reise ins lebendige Leben – Strategien zum Aufbau einer zukunftsfähigen Welt – Ein Handbuch. Junfermann Verlag Paderborn

Manitonquat (Medicine Story) 2000: Der Weg des Kreises, Biber Verlag Extertal

Matthew Fox 1994: Revolution der Arbeit. Damit alle sinnvoll leben und arbeiten können. Verlag Kösel München

Veronika Bennholdt-Thomsen 2010: Geld oder Leben. Was uns wirklich reich macht. Oekom verlag München

[circleway.net](http://circleway.net), [patchacutec.com](http://patchacutec.com), [tiefenoekologie.at](http://tiefenoekologie.at), [tiefenoekologie.de](http://tiefenoekologie.de), [maeterra.at](http://maeterra.at), [joannamacy.net](http://joannamacy.net)



Foto: Ilse Puchner-Lahofer

**Elisabeth Loibl**, Jg. 1963, ist Tiefenökologin und Vertreterin der Subsistenzperspektive an der Bundesanstalt für Bergbauernfragen Wien. Sie ist Lektorin an der Universität für Bodenkultur: LVA Einführung in die Tiefenökologie und Autorin verschiedener Forschungsberichte wie auch des Buches: *Tiefenökologie. Eine liebevolle Sicht auf die Erde*. Da mehr als 20 Jahre Diskussion zum Thema „Nachhaltigkeit“ kaum etwas bewirkt haben, leitet sie in Seminaren und Workshops Menschen an, in Verbindung zu gehen mit sich selbst und mit unserer Welt, um eine lebendige Form der eigenen Lebensgestaltung aus sich heraus zu entwickeln. Wesentliche Methoden sind die *Arbeit, die wieder verbindet* nach Joanna Macy und der *Weg des Kreises* nach Manitonquat & Ellika Linden.

