

Das Dreieck des (Gemeinschafts-)Lebens – Ein Werkstatt-Bericht aus Jahnishausen

Die „Lebenstraumgemeinschaft Jahnishausen“ (LTGJ), zwischen Leipzig und Dresden gelegen, existiert seit 2001 und zählt heute (Oktober 2012) 36 Mitglieder. Wir, die „Offene Werkstatt Jahnishausen“ (OWJ), sind eine Gruppe innerhalb der LTGJ und verstehen uns als ein eigenständiges, prozessorientiertes Projekt. Die OWJ zählt derzeit sechs Erwachsene und drei (Teilzeit-)Kinder und ging hervor aus einer Gruppe von Menschen, die sich zunächst zu Lektüre und Austausch über integrale Themen getroffen haben. In dieser Zeit entwickelte sich ein Impuls zum Experiment mit einer gemeinschaftlichen Integralen Lebenspraxis – die Möglichkeit eines erfahrungsreichen Scheiterns berücksichtigend, mit neuen Fragestellungen und Antworten zum Thema Gemeinschaftsleben. Seit knapp zwei Jahren lebt der größere Teil unserer Gruppe in einem Gebäude zusammen, und ein Mitglied wohnt in einem benachbarten Gebäude.



Freiheit, Verbindlichkeit und Notwendigkeit

Was kennzeichnet unser Zusammenleben, und welche Rolle spielen dabei die integrale Theorie und Praxis? Abgeleitet aus den vier Quadranten bzw. den „Großen Drei“ des Wahren, Schönen und Guten basiert unser Verständnis von Gemeinschaft auf etwas, das wir mit dem „Dreieck des Gemeinschaftslebens“ bezeichnen.

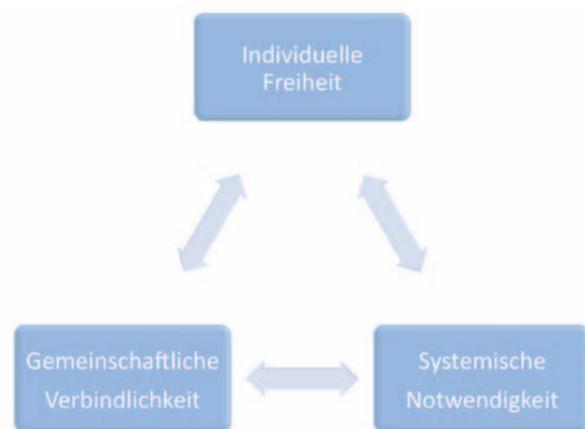


Abbildung: Das Dreieck des Gemeinschaftslebens

Die drei Elemente der Abbildung beschreiben das Spannungsfeld, in dem wir uns tagtäglich bewegen.

Individuelle Freiheit (die oberen Quadranten)

Auch in Gemeinschaft sind wir weiterhin Individuen mit eigenen Wünschen, Intentionen, Sorgen, Zielen, Bedürfnissen, Hoffnungen und Meinungen. Diese Daseinsaspekte betonen unsere Agens, die sich in Freiheit, Unabhängigkeit und unserem „Anderssein“ ausdrückt. Aus dieser Perspektive heraus sorgt jede und jeder (gut) für sich, und im Rahmen einer Integralen Lebenspraxis geht es hier darum, mit sich selbst im Reinen zu sein oder ins Reine zu kommen – und den eigenen „Schatten“ zu begegnen: Sich damit zu zeigen, ermöglicht nicht nur persönliches Wachstum, sondern öffnet Räume, in denen Begegnung stattfindet. Was sich so leicht und schön sagt – „Celebrate the differences“ –, birgt eine der zentralen Herausforderungen und lässt immer wieder Konflikte entstehen. Nur die Bereitschaft zu „investieren“, lässt die Intimität entstehen, die uns letztlich die Unterschiedlichkeit zwischen uns wirklich einladen statt ablehnen lässt.

Der evolutionäre Impuls drückt sich in dieser Perspektive aus als eine Hinbewegung zu umfassenderer Bewusstheit und authentischer Persönlichkeit. Diese Vielfalt an Aspekten der persönlichen Entwicklung, in denen wir uns zwangsläufig täglich üben, ist ein synergetischer Gewinn und bildet Zuwachs an persönlicher Freiheit für jeden und jede von uns. So verändert sich beispielsweise die Qualität von Freundschaft, indem Verstrickungen und Projektionen weniger werden.

Wir verorten uns, nehmen verschiedene Perspektiven ein, sind Lernende, in einem stetigen Prozess. Und indem wir uns individuell entwickeln, entsteht zunehmend ein gemeinsames Feld.

Gemeinschaftliche Verbindlichkeit (der untere linke Quadrant)

Wir wollen Gemeinschaft verbindlich miteinander gestalten, deshalb haben wir uns für diese Lebensform entschieden. In dieser Daseinsdimension geht es nicht um unsere Unterschiedlichkeit, sondern um das, was uns verbindet und was wir miteinander sind und auch nur deshalb haben. Wir teilen miteinander Zeit, Aufmerksamkeit und materielle Mittel und erkunden und erforschen die Kunst des Miteinanders. Stichworte dieser Daseinsdimension sind Kommunion und Kommunikation, Dialog, Austausch, Beziehung, Verbindlichkeit, Pflichten, Selbstverpflichtung und Solidarität, Freude, Humor, Ausgelassenheit sowie Gelassenheit und Empathie. Als eine auf Vereinbarungen und Vertrauen gegründete Wirtschaftsgemeinschaft (gemeinsame Ökonomie), haushalten wir miteinander und teilen unseren Besitz in solidarischer Nutzung. Die Einkommensunterschiede innerhalb unserer Gruppe waren groß. Wir wollen aber – wenigstens „im Kleinen“ – beweisen, dass genug da ist zur gesellschaftlichen Teilhabe aller.

Geht es in der Perspektive von Individualität um Differenzierung, sorgt verbindliches Miteinander dafür, dass diese Unterschiede uns nicht trennen, sondern eben verbinden, indem wir sie integrieren, auch unter Anwendung der integralen Landkarte: Wir verorten uns, nehmen verschiedene Perspektiven ein, sind Lernende, in einem stetigen Prozess. Und indem wir uns individuell entwickeln, entsteht zunehmend ein gemeinsames Feld. ILP bedeutet hier, mit „dem Anderen“ ins Reine kommen, und Themen wie Versöhnung und Vergebung treten oftmals in den Vordergrund. Es ist nicht nur unvermeidlich, über den Spiegel des „Anderen“ mit den eigenen Themen konfrontiert zu werden, darin offenbaren sich gleichzeitig die intensivsten Wachstumschancen. Das ist der Gewinn eines Lebens in Gemeinschaft, aber auch die kontinuierliche Arbeit an uns und am Anderen, unterstützt u. a. durch Supervisionen, weil der unbefangene Blick von außen unverzichtbar ist. Einen Schwerpunkt der gruppen(dynamischen) Arbeit innerhalb der OWJ bildet der Community Building Process nach M. Scott Peck, der uns immer wieder mit der Prozesshaftigkeit, dem Nicht-Wissen, der Notwendigkeit des „Letting go“ konfrontiert.

Wir werden uns zunehmend bewusst, dass Gemeinschaft holonomisch gesehen immer Gemeinschaft-in-Gemeinschaft-in-Gemeinschaft – ohne Ende – ist: Als OWJ sind wir Mitglied der Lebenstraum-Gemeinschaft, welche wiederum ein Teil der Gemeinde Jahnishausen ist, usw.

Systemische Notwendigkeit (der untere rechte Quadrant)

Diese Daseinsdimension weist uns auf die vielen systemischen Eingebundenheiten hin, die unsere Existenz – individuell und als Gemeinschaft – erst ermöglichen... und manchmal erschweren! Unser Zusammensein braucht Infrastruktur, Organisation, Ver- und Entsorgung und Finanzen.

Es gibt und braucht den ganz normalen Alltag, Ordnung im Haus wie in der Buchhaltung – und nach den philosophischen Gesprächen nächstens beim Wein jemanden, der verantwortlich am Morgen die Küche aufräumt ... Uns verbindet neben der gemeinsamen Ökonomie die Praxis von Nachhaltigkeit, die wir umfassend beziehen: ökologisch, politisch, zwischenmenschlich, auf alle Systeme, von denen wir abhängig sind, und die wir erhalten und weiter entwickeln wollen.

Das WIR als gemeinschaftliches Erfahrungsfeld

Die Herausforderung, nicht nur für uns in der OWJ, besteht in der Integration der drei genannten Bereiche. Wir lassen uns leiten von Liebe, Vertrauen und Weisheit.

Dabei sehen wir uns in unserem Alltagsleben immer wieder Fragen ausgesetzt wie:

- Was ist die offene Werkstatt? (Ein Arbeitsteam? Ein Freundeskreis? ...)
- Wie, wann und auf welche Weise beziehen wir uns aufeinander?
- Was macht unsere Verbindung/Verbundenheit aus?
- Welcher Art ist die Intimität zwischen uns?
- Wie schaut es – neben der „Arbeit“ – mit Lust, Freude, Leichtigkeit aus?
- Wie wollen/können wir uns entwickeln von einer „Kultur der Angst“, wie wir sie in unserer Gesellschaft bisher überwiegend vorfinden, hin zu einer Kultur des Vertrauens, letztlich der Liebe?
- Wie bereit und offen sind wir für das, was sich im Prozess zeigt?
- Wie gehen wir mit Konflikten und dem unerwarteten Neuen um?

Die persönliche Entwicklung ist eine wichtige Voraussetzung für den evolutionären Prozess, reicht uns aber nicht aus. Was ist mit Solidarität, Verbundenheit, Fürsorge in GELEBTER Form? In dem Buch „Integrale Lebenspraxis“ wird dem Thema „Gemeinschaften“ gerade mal eine halbe Seite eingeräumt. Wir gehen mit unserem Projekt bewusst tiefer, tagtäglich im intersubjektiven und im interobjektiven Feld: Auch in konfliktreichen Situationen bleiben wir hier/beieinander; also wo, wenn nicht in Gemeinschaft, lassen sich integral-soziale Kompetenzen entwickeln? UND dennoch: Wie und wo genau findet jenseits des theoretischen Verständnisses die Umsetzung der verschiedenen „Bereiche“ (Körper, Geist, Seele) statt? Wir entdecken, dass wir an bestimmten „Punkten“ (zum Beispiel bei



Konkurrenz oder Überforderung) immer wieder in „affektierter“ Weise aufeinander reagieren. Zwischen Erkenntnis und Alltag klafft eine Lücke, wir wissen es einerseits – und andererseits wissen wir oft nicht, wie wir sie schließen können.

Zwischen Prozess und Vision

Unser Prozess zunehmender innerer Bewusstheit über koexistierende Werte, Moral und An- bzw. Weltsichten schreitet voran, zwar langsam (aus der Sicht evolutionärer Ungeduld), aber kraftvoll und nachhaltig. Es gilt, diese allmähliche Veränderung wertzuschätzen, die oftmals unter der Oberfläche vor sich geht und erst rückblickend ihr Veränderungspotential offenbart. So kann eine kleine Bewegung sehr tief greifend sein und letztlich großen Einfluss auf die Kultur entfalten. UND gleichzeitig ist da die Gewissheit, es lassen sich keine Zwangsläufigkeiten und Garantien daraus ableiten ...

Das mindert nicht den Wert großer Visionen, sie dienen der Inspiration und auch der Fokussierung. Gleichzeitig ist uns nichts Inspirierenderes bekannt, als eine tatsächliche Teilhabe an Prozessen einer Entwicklung, die wir uns wünschen.

Anhand eines Beispiels machen wir die Dynamik einer integral informierten kleinen Gemeinschaft sichtbar:

Gemeinschaftsbildung in Aktion

Im September 2012 haben wir das Experiment „community building in action – prozesshaft leben und arbeiten“ zur Verwirklichung gebracht, gemeinsam mit Menschen, die an diesem Erfahrungsfeld teilhaben wollten: Gästen und Menschen aus dem Freundeskreis. Vor dem Start hatten wir das Arbeitsprojekt der **ersten Woche** geplant: In der achtsamen und authentischen Haltung von Community Building sollten u. a. im Dachgeschoss Maschinen demontiert und zur Wiederverwertung abtransportiert werden. Am Ende dieser Woche sahen wir uns mit der Tatsache konfrontiert, dass das Ziel nicht erreicht wurde, und daraus ergaben sich Fragestellungen wie: Wer hat wann was wie und von wem gehört, weitergegeben oder umentschieden? Wie wurde kommuniziert? Warum und an welcher Stelle ist die Planung ins Leere gelaufen? Wie viel Freiheit/Verbindlichkeit, Un-/Achtsamkeit war zwischen uns/in mir? Und was hat uns am Ende der ersten Woche ins Chaos gestürzt („Chaos“ im Sinne des CB-Prozesses)? Was hat dieses oben beschriebene Dreieck aus der Balance gebracht, die systemischen Notwendigkeiten, das WIR, mein ICH?

Das Besondere der ersten Woche war der Supervisionstag mit Michael Habecker. Wir hatten ihn eingeladen, uns bei der Erhellung unseres Gruppenschattens zu unterstützen, da wir bei bestimmten Themen immer wieder ins Stocken gerieten

Die persönliche Entwicklung ist eine wichtige Voraussetzung für den evolutionären Prozess, reicht uns aber nicht aus. Was ist mit Solidarität, Verbundenheit, Fürsorge in GELEBTER Form?

bzw. in der Vermeidung waren. Die Aufstellungsarbeit dieses Tages wirkte in der Tiefe und drückte sich in der Folge in Konfrontation und heftiger Emotionalität innerhalb des Gruppenprozesses aus.

Eine der Konsequenzen dieses Chaos war die Erstellung eines Struktur gebenden Wochenplans mit Planungsvorgaben, Zeitfenstern und Zuständigkeiten (blaues Mem) zur Orientierung der Teilnehmenden. Dennoch traten in der Folgezeit die Verwerfungen an unterschiedlichsten Stellen zu Tage und hinterließen zuweilen ratlose Menschen.

All das gipfelt in der Frage: Welches sind die Merkmale einer sich zum „Integralen“ hin entwickelnden Gruppe, die nicht nur theoretischen Austausch oder die persönliche Meisterschaft sucht, sondern **gemeinsam** das Leben ausdehnen will? In der jede/r einzelne sich im Sozialen, im WIR, im Systemischen, in einer erweiterten Wahrnehmung/Wirklichkeit orientiert und bewegt, tagtäglich im Ich-Du-Wir-Es-Bereich? Die permanente Zumutung, Herausforderung, Hingabe, Inspiration, Abgrenzung, Momente tiefer Begegnung, Freude und Liebe, Verachtung, Schuld und Scham, Rückzug, Einschließen, Ausschließen ... Wo alle nach ihren Möglichkeiten die Klaviatur des Alltags beherrschen und sich im bewussten Sein unterstützen?

Vertrauen und Verbundenheit wurden in diesen Septemberwochen und bis zum heutigen Zeitpunkt auf eine harte Probe gestellt: Warum gehen wir genau diesen Weg der Integralen Lebenspraxis? Was habe ich, was haben wir davon? Die Antworten fallen unterschiedlich aus, das wirklich Gemeinsame ist der Wunsch nach authentischer Gemeinschaft und Verbundenheit, in Annäherung der großen spirituellen Traditionen und frei nach Ken Wilber: Lebe (auch in Gemeinschaft!) dein endliches Selbst und ruhe in der Unendlichkeit.

Als offene Werkstatt machen wir Angebote an Menschen, die eine Zeit mit uns verbringen wollen: www.offene-werkstatt-jahnishausen.de

Kontakt: ev@offene-werkstatt-jahnishausen.de, Jahnatalstr. 4a, 01594 Riesa

Einen Flyer zu dem beschriebenen Septemberprojekt gibt es auf der Homepage oder hier:



Weitere Informationen zum „Netzwerk Community Building in Europa“ unter:
www.netzwerk-communitybuilding.eu