

Rezepte gegen die Angst ?? Transformation durch Verzicht. Eine Besprechung von Stefan Brunnhubers Buch ??Die Kunst der Transformation??

Description

Dass wir in Krisenzeiten leben, braucht nicht extra gesagt werden, auch nicht, dass wir fÃ¼r die Ã?berwindung der Krisen eigentlich keine guten Rezepte haben. Aber was wir wirklich benÃ¶tigen ist eine zusammenschauende Analyse der verschiedenen Krisen, der partikularen LÃ¶sungsansÃ¤tze und daraus entwickelt einige Ideen, die wirklich funktionieren kÃ¶nnen. Wenn wir uns das nachhaltige Ã?berleben der Menschheit als Ziel Ã¼berhaupt vorstellen kÃ¶nnen.

Das ist es, was [Stefan Brunnhuber in seinem Buch ??Die Kunst der Transformation??](#) tut. Er zeigt auf, dass die scheinbaren Teilkrisen ?? die Big 7, wie man sie nennt ?? alle zusammengehÃ¶ren und aus einem ??Bewusstseinsschwerpunkt?? erwachsen, der zu wenig das Ganze, also den Bezug zu anderen Bereichen unseres Lebens, unserer Welt in den Blick nimmt. Daher ist das VerÃ¤nderungsrezept klar: Wir benÃ¶tigen eine Transformation dieses Bewusstseinsschwerpunktes, individuell und kollektiv, hin zu einer integralen Sicht und daraus resultierend eine VerÃ¤nderung der privaten und gesellschaftlichen Praxis.

Eine andere Alternative scheint nicht in Sicht zu sein. Denn ?? und hier ist Brunnhubers Analyse messerscharf ?? all die anderen vorgeschlagenen Rezepte funktionieren nur in TeildomÃ¤nen und haben auf lange Sicht und aufs Ganze gesehen verheerende Auswirkungen.

Die Big 7, die sieben groÃ?en Themen der Zukunft, sind
?? die Ã?berwindung absoluter Armut = Entwicklungsgerechtigkeit
?? der Ausgleich sozialer PolaritÃ¤ten = soziale Gerechtigkeit
?? der Erhalt der BiodiversitÃ¤t = Ã¶kologische Gerechtigkeit
?? die Vermeidung einer Klimakatastrophe = Generationengerechtigkeit
?? die ErhÃ¶hung des globalen und lokalen Bildungsstandes = Bildungsgerechtigkeit
?? die Verbesserung des Gesundheitszustandes der WeltbevÃ¶lkerung = gesundheitliche Gerechtigkeit
?? die nachhaltige Energieversorgung der Menschheit = Ressourcengerechtigkeit.

Fairerweise muss dazu gesagt werden, dass die Interpretation der Themen als verschiedene Formen der Gerechtigkeit von mir stammt, aber so wird der Zusammenhang noch deutlicher. Denn alle Themen, das macht das Buch sehr klar, hÃängen zusammen und jedes Thema hat einen Einfluss auf die anderen.

Dabei haben die sozialen Formen der Gerechtigkeit klarerweise Vorrang vor Ã¶kologischen. Bewusstsein fÃ¼r die Umwelt kommt erfahrungsgemÃ¤Ã? ohnehin erst dann auf, wenn die menschlichen und sozialen GrundbedÃ¼rfnisse erfÃ¼llt sind.

Was [EINER zum Buch](#) aus meiner Sicht so speziell und damit bedeutsam macht ist die Zusammenschau und der detaillierte Aufweis, dass Teilrezepte, die in einem Bereich funktionieren mÃ¶gen, negative Auswirkungen auf andere Bereiche haben kÃ¶nnen. Wenn man beispielsweise durch Ã¶kologisch motivierte Innovation ?? green

technology ?? allein, wie das manche in Deutschland gut finden, mit Blick auf die Klimaziele Wachstumsimpulse fÃ¼r die Wirtschaft setzt, so fÃ¼hrt dies zu einer Verbilligung von kohlenstoffreicher PrimÃ¤renergie. Das kann man derzeit beim Ã?lpreis beobachten. Das wiederum regt insgesamt zu mehr Konsum von Ã?l an, was zwar anderswo die Wirtschaft wachsen, aber die Klimaziele global verfehlten lÃ¤sst. Solche Rebound-Effekte zeigen, dass InsellÃ¶sungen nicht die Antwort auf die Probleme sind. Also muss man alle Themen gemeinsam in ihrer Verflechtung sehen und einen Ansatz suchen, der insgesamt tauglich ist.

Diesen Ansatz findet Brunnhuber darin, dass er einen Wandel des Bewusstseins einfordert. Denn ein Wandel von Bewusstsein ist die Basis. Das reicht aber nicht, denn

??ein isolierter Bewusstseinswandel ohne einen Wandel von Technologie, Praxis und Governancestruktur ist einsam und stumpf, da er ohne Konsequenzen bleibt. Technologiewandel ohne Wandel der Governance-Struktur ist blind, eine VerÃ¤nderung der sozialen Praxis ohne Bewusstseinsentwicklung ziellos und die Entwicklung von Governance und Institutionen ohne Bewusstseins- und Technologiewandel leblos.?? (S. 78)

Genau diese MultiperspektivitÃ¤t macht das Buch so wertvoll und komplex. Es versagt sich die marktschreierische ??Ich weiÃ? wie es geht?? Propaganda des StrandlektÃ¼re Buches und nimmt den Leser auf eine komplexe Reise mit. Die Landkarte fÃ¼r diese Reise stammt von Ken Wilber, dessen Aufforderung zum Integralen Denken in allen vier Quadranten die Blaupause fÃ¼r Brunnhubers Ideen liefert. Aber die Reiseroute, die Lokaltermine, also die Fakten, sind sehr genuin und in dieser Weise meines Wissens nirgends zusammengetragen. Die Vier-Quadranten-Struktur zeigt sich darin, dass alle VerÃ¤nderungen sowohl individuell als auch kollektiv sein mÃ¼ssen, dass sie sowohl in der Innensicht ?? also dem individuellen Bewusstsein und dem kollektiven Bewusstsein, der Kultur ?? sichtbar werden mÃ¼ssen, als auch in der AuÃ?ensicht, also im individuellen Verhalten und den kollektiven Strukturen.

Diese Struktur wendet Brunnhuber auf seine Grundthese an. Sie lautet:

??Governancestruktur, Bewusstseinslage, soziale Praxis und technologische Errungenschaften fallen so lange auseinander, solange es nicht gelingt, deren psychologisches Missing Link hinreichend zu formulieren.?? (S. 28)

Das Problem sieht er im Wachstumszwang, der vom implizit geltenden Primat der Ã?konomie verordnet wird. Dementsprechend sorgfÃ¤ltig analysiert er geltende Ã¶konomische Prinzipien und zeigt, wie schwach deren Fundamente sind und vor allem, wie wenig sie unsere eigentliche psychologische Natur berÃ¼cksichtigen. Denn diese sei viel leichter durch Kategorien wie ??Verzicht, Weniger, Balance, Unterscheidung und Weglassen?? (S. 28) beschreibbar.

Auf die Beschreibung der Forschungsergebnisse, die diese Analyse stÃ¼tzen, verwendet Brunnhuber viel Zeit und Aufmerksamkeit, so dass die LektÃ¼re des Buches fÃ¼r jeden viele Erkenntnisse und Ã?berraschungen bereithÃ¤lt. FÃ¼r Leute wie mich, die die psychologischen HintergrÃ¼nde relativ gut kennen, sind die Ã¶konomischen und sozialen Analysen sehr einsichtsvoll und bereichernd. FÃ¼r Ã¶konomisch gebildete Leser wÃ¤re wohl der Anschluss an die Psychologie und klinische Psychiatrie sehr erhelltend.

Das Rezept, das Brunnhuber aus seinen Erkenntnissen destilliert und das er manchmal fast etwas verschÃ¤mt und versteckt prÃ¤sentiert ?? vermutlich, um skeptischen oder weniger offenen Lesern nicht gleich die Laune zu verderben und so mÃ¶glichst lange bei der Stange zu halten:

Verzicht, statt immer wÄ¤hrende Suche nach neuen KonsumgÄ¼tern oder Ä¶konomischen Wachstumsphantasien;

Fasten, statt Konsum komplexer Gesundheitsleistungen;

Balance im Zeitbudget, statt dauernde Beschleunigung;

Meditation, Achtsamkeit und radikale Konzentration aufs Wesentliche, statt sich in der Welt der Hypertechnisierung zu verlieren.

Man kÃ¶nnte auch sagen: es ist eine RÄ¼ckbesinnung auf traditionelle Werte und Tugenden. Die aber â?? im Gegensatz zu vielen Besinnungs- und SelbsthilfebÄ¼chern â?? argumentativ aufs Beste gestÄ¼zt ist durch kenntnisreiche LektÃ¼re neuer Literatur aus allen relevanten Sachbereichen. Die daher auch einen Sog entfaltet, der ernsthaften Lesern am Ende kaum eine Wahl lÄ¤sst, als Brunnhubers Analyse zuzustimmen.

Man hÄ¤tte sich am Schluss vielleicht noch ein Kapitel mit Konkretisierungen gewÄ¼nscht, mit Vorschlägen und Ideen, wie das alles gehen soll. Aber das ist vielleicht Material fÄ¼r Workshops oder ein Folgebuch mit Praxisideen, denn das Buch ist mit seinen knapp 300 Seiten Text schon dick genug. 261 Anmerkungen fÄ¼hren die Argumentation in Spezialbereiche oder geben Hinweise zu ca. 320 Literaturzitaten, die das Argument stÄ¼tzen. Vieles, was aus Brunnhubers eigentlichem Spezialgebiet stammt â?? Medizin, Psychologie, Psychiatrie und ErnÄ¤hrungswissenschaften â?? fÄ¼hrt er gar nicht erst an, vermutlich weil es ihm ohnehin klar ist, oder der Apparat nicht zu Ä¼berladen werden sollte.

DafÄ¼r sind gerade die Argumente, die sich auf Ä?konomie, Ä?kologie und Politik beziehen sehr gut gestÄ¼zt und mit Referenzen unterlegt. FÄ¼r einen solchen transdisziplinÄ¤ren Blick auf Ä¶konomisch-politische Argumente, wie sie die Wirklichkeit in unseren Gesellschaften gestalten, benÄ¶tigt man wahrscheinlich auch einen solchen frischen, unverstellten Blick aus der Warte eines Psychologen und Psychiaters: um zu erkennen, wie nackt der immer wieder von unseren politischen und Ä¶konomischen Eliten eingekleidete Kaiser wirklich ist. Und Brunnhubers Buch ist der lange Finger des Buben der hinzeigt und sagt: â??seht her, der Kaiser ist nacktâ??.

Das ist eine undankbare, aber hÄ¶chst nÄ¶tige Rolle, und es ist Stefan Brunnhuber zu danken, dass er sich davor nicht gedrÄ¼ckt hat. Seine Mitgliedschaft im Club of Rome und der EuropÄ¤ischen Akademie der Wissenschaften haben ihm dafÄ¼r offenkundig sowohl das nÄ¶tige FingerspitzengefÄ¼hl als auch die transdisziplinÄ¤ren Kontakte verschafft.

Damit ist dieses Buch ein auÄ?erordentlich wertvoller Diskussionsbeitrag, dem eine weite Verbreitung zu wÄ¼nschen ist. Jeder, der mit Menschen arbeitet, jede, der unser Gemeinwesen ein Anliegen ist und alle, die sich um die Zukunft ihrer Kinder sorgen, sollten das Buch lesen.

FÄ¼r alle anderen ist es ein gutes Rezept gegen die Angst. Denn es zeigt einen konkreten Weg, den jeder gehen kann: seinen eigenen Lebensstil Ä¼berdenken und Ä¼berlegen, wo Verzicht vielleicht zu mehr Freiheit fÄ¼hren kann.

[\[1\] Stefan Brunnhuber: Die Kunst der Transformation â?? Wie wir lernen, die Welt zu verÄ¤ndern. Freiburg: Herder, 2016, 334 Seiten, 24,99 Euro. ISBN 978-3-51-60003-6](#)

Date Created

17.08.2016