

Das weibliche Prinzip

HEILUNG FÜR DIE WELT

Friedlich, fair, gerecht, nachhaltig – wie können wir die Gegenwart neu und weiblich gestalten? Eine Welt schaffen, die auf dem Miteinander, auf Mitgefühl und Liebe aufbaut, anstatt auf Egoismus und unbegrenztes Wachstum auf Kosten anderer zu setzen. Eine Gesellschaft, die Grenzen und die gnadenlose Ausbeutung von Menschen und der Natur überwindet. „Ökofeminismus“ ist eine Bewegung (nicht nur von Frauen), die gerade stark Fahrt aufnimmt. Frauen bringen andere Sichtweisen in die Politik, in die Wissenschaft, in die Öffentlichkeit, besinnen sich auf ihre Werte und Stärken: heilen, nähren, teilen, kümmern und Verantwortung für den Planeten übernehmen. Es ist Zeit, uns mit Mutter Erde zu verbinden und auf unsere weibliche Kraft zu vertrauen: unbesiegbar wie Wasser, kraftvoll wie Feuer, zart wie Luft und viel stärker als gedacht!

„Wir werden eine Zukunft haben, in der Frauen uns den Weg zeigen, wie wir Frieden mit der Erde schließen, oder wir Menschen werden gar keine Zukunft haben.“

VANDANA SHIVA

Von Natur aus stark: Nur wenn das weibliche und das männliche Prinzip wieder ins Gleichgewicht kommen, kann eine neue Weltordnung funktionieren – gemeinsam

Der Ruf der Erde

DIE ZUKUNFT IST WEIBLICH

*Die Welt ist kein universaler Supermarkt, das haben wir wohl inzwischen alle begriffen. Unser Planet ist ein wunderbarer, lebendiger Organismus, dessen Würde, Schönheit und Vielfalt unseren Respekt verdienen. Wenn wir Verantwortung übernehmen, im Alltag, politisch, sozial und global, uns um die Natur und unsere Mit-Lebewesen kümmern, als wären wir die Mutter, die Bewahrer*innen der Schöpfung, dann haben wir noch eine Chance. Das weibliche Prinzip ist eine echte Alternative – und vielleicht auch unsere letzte Hoffnung...*

Die berühmte elf Zentimeter kleine „Venus von Willendorf“ mit ihren üppigen, runden Kurven ist 30000 Jahre alt: Vielleicht stand auch sie wie in vielen archaischen Kulturen für die große Mutter, die Erde, und wurde in ihr das weibliche Prinzip verehrt? Nicht als abstraktes Konzept, sondern als eine authentisch erfahrbare stille Kraft – eine mütterliche, liebevolle Göttin, die alles Leben schenkt und mit dem Kosmos verbunden ist. Doch heute haben zu viele verlernt, auf den Ruf der Erde zu hören ...

DAS ENDE DES PATRIARCHATS?

Wir haben in den letzten Jahrhunderten das weibliche Prinzip des Miteinanders, des Mitgefühls und der Verantwortung zu oft vernachlässigt und unterdrückt. Wir haben zugelassen, dass das männliche Prinzip zu stark dominiert. Nicht nur die Herrschaft der Männer über die Frauen ist damit gemeint – sondern die Allmacht (und die Ohnmacht) des materiellen ziel- und wachstumsorientierten Denkens, welches nicht mehr mit dem Leben selbst verbunden ist. Die Verbundenheit der Menschen und der Schutz der Natur aber kann nur durch ein Zusammenspiel und Gleichgewicht männlicher und weiblicher Energien erreicht werden. Immer mehr Menschen, Frauen und Männer, erkennen, dass etwas in der Weltgemeinschaft radikal schief läuft, vor allem in den westlichen Industrieländern, in denen das Ungleichgewicht und die Entfremdung von der Natur deutlich sicht- und spürbar sind. Sie erkennen, dass wir umdenken müssen und andere Werte brauchen: weg vom Ego, weg von der Macht des Stärkeren, vom „immer mehr“, vom Wachstum um jeden Preis, dem unerbittlichen Kampf

um „höher, weiter, schneller“. Weg von der Ausbeutung der Natur, der Ressourcen und Menschen im Namen des Profits. Hin zu einem Leben im Einklang und im Respekt der Schöpfung und alles Lebendigen.

FÜNF VOR ZWÖLF

Überall auf der Welt erleben wir, dass die Erde und das Klima aus dem Lot geraten sind, das Yin und Yang, das weibliche und das männliche Prinzip, nicht mehr in Balance sind. Diesen Sommer haben wir Überschwemmungen und Waldbrände, extreme Hitze, Stürme und Dürre gesehen und überstanden. Doch wie können wir das Gleichgewicht wieder herstellen? Oder ein neues Gleichgewicht finden? Bereits vor 25 Jahren gaben die indische Umweltaktivistin Vandana Shiva und die deutsche Soziologin Maria Mies einen ersten Impuls. Sie

zeigten auf, wie eng Feminismus und Ökologie verbunden sind. Weitere Mitstreiterinnen und Vordenkerinnen sind: Françoise d'Eaubonne, Gaura Devi, Émilie Hache, Wangari Muta Maathai, Donna Haraway oder Starhawk. Ihre Forderung: eine gleichberechtigte, faire, friedliche Weltordnung. Wenn wir das weibliche Prinzip stärken, es anwenden und eine neue Ausrichtung finden, die dem Leben dient – dann führt es uns zurück zum Herzen, hin zur Liebe, verbindet uns untereinander und mit der Natur.

SCHÖNE NEUE WELT

In ihrem Roman „Die Rückkehr des weiblichen Prinzips“ (LebensGut Verlag, 18 €) beschreibt die schamanische Heilerin Inaqiawa eine nahe Zukunft, in der der ökologische Neubeginn gelungen ist, weil die Menschen genug von Chaos, Zerstörung und Ungerechtigkeit



„Die Welt ist patriarchalisch, kapitalistisch und kolonialistisch – wie eh und je. Wir brauchen eine neue Weltanschauung.“

MARIA MIES,
SOZIOLOGIN

„In der Natur ist die Nahrung nicht Geld, sondern Leben.“

VANDANA SHIVA

Grüne Therapie: Pflanzen verbinden uns nicht nur mit der Natur, sondern tun auch erwiesenermaßen der Psyche gut

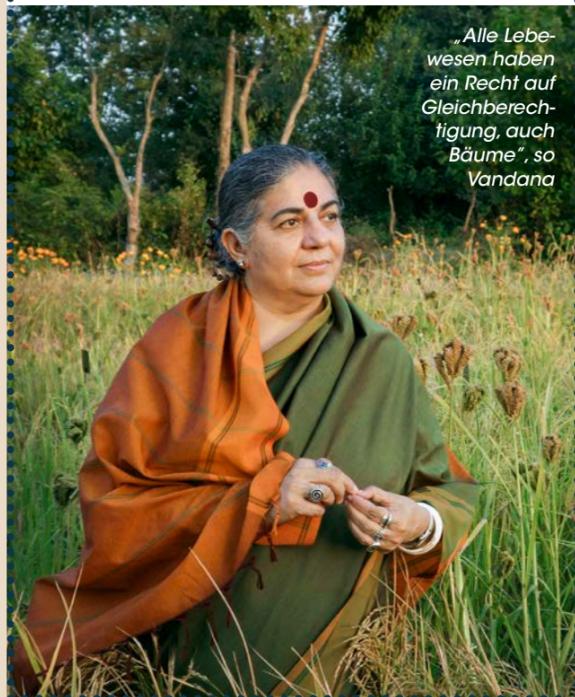


VANDANA SHIVA

Mit Liebe Widerstand leisten

„Umweltschutz, Gleichberechtigung und Frieden sind verbunden“, so die Pionierin des Ökofeminismus

Vandana Shiva, 68, wurde am Fuß des Himalajas im indischen Bundesstaat Uttar Pradesh geboren. Ihre Eltern lehrten sie die Liebe zur Natur. Als junge Frau war ihr Vorbild Albert Einstein. Sie studierte Physik und promovierte über Quantentheorie. In Indien engagierte sie sich in der Chipko-Bewegung, der ersten indischen Umweltbewegung. Bäuerinnen kämpften in den 1970er-Jahren gegen die Abholzung von Wäldern und für die Erhaltung der Artenvielfalt, indem sie sich an Bäume ketteten. In ihrem Buch „Ökofeminismus“ zeigen Vandana Shiva und die deutsche Soziologin Maria Mies auf, wie wir das weibliche Prinzip der Fürsorge, Empathie und Gemeinsamkeit für unseren Planeten einsetzen können. Vandana ist Gründungsmitglied des World Future Council (WFC), das sich für Völkerverständigung, Umweltschutz und die Gleichberechtigung aller Lebewesen stark macht. Für ihr Engagement wurde sie vielfach ausgezeichnet.



„Alle Lebewesen haben ein Recht auf Gleichberechtigung, auch Bäume“, so Vandana

hatten und sich überall auf der Welt immer mehr Frauen und Männer weiterten, dem männlichen Prinzip weiter zu folgen. Die Autorin beschreibt eine lebens- und liebenswerte Welt, in der die Sehnsucht der Menschheit nach Frieden, Liebe und Verbundenheit erfüllt wird. Wo Geld, Profit, Herkunft, Geschlecht oder Alter keine Rolle mehr spielen, sondern das Wohlbefinden der Menschen und das „Gemeinwohl“ die neue Währung sind. In der von Inaqiawa entworfenen Utopie darf die Natur sich regenerieren. Sie wird mit Respekt und Dankbarkeit behandelt, wie eine Verbündete. Es gibt keinen Besitz mehr. Niemand ist mehr „Ausländer“, sondern jeder ist „Weltbürger“ mit denselben Rechten und Pflichten, egal wo er lebt. Teilen und Informationsaustausch sind für die Generation von Merlina, der Protagonistin des Romans, oberstes Gebot. Von ihrer Großmutter und den Älteren erfährt Merlina, 20, wie es früher war, vor der „großen Erneuerung“...

HARMONIE IST STÄRKER

„Das weibliche Prinzip ist nährend, bewahrend und empfangend. Es zeichnet sich durch seine Naturverbundenheit mit einem starken Verständnis für zyklische Prozesse aus. Es benötigt keine Machtstrukturen und künstliche Hierarchien, um gelebt zu werden. Solidarität und eine tiefe Verbindung mit allem, was ist, waren den Menschen damals verloren gegangen“, erzählt Grandma Quiery ihrer Enkelin im Roman. Mit Grauen erinnert sie sich an die Umweltzerstörung, den Hunger, die Menschen auf der Flucht und die Unterdrückung der Frauen in ihrer Jugend.

GEBEN UND NEHMEN

Schöne Fiktion oder kraftvolle Zukunftsvision? Ist die Zeit nicht mehr als reif für ein neues, weibliches Weltbild? Für Heilung und neue Werte wie Wertschätzung, Solidarität und einen achtsamen Umgang mit den Ressourcen. Für „das kosmische Gesetz des ausgewogenen Gebens und Nehmens“, wie Inaqiawa schreibt. Es ist Zeit, uns daran zu erinnern, egal ob Mann oder Frau, dass beide Prinzipien, das männliche und das weibliche, schon immer ein Teil von uns und dem Leben waren. Wenn wir in uns selbst diese weiblichen Aspekte genauso wertschätzen und dem männlichen Prinzip zur Seite stellen, dann können wir das neue Gleichgewicht auf die Welt übertra-



Weniger ist mehr?
Ja! Aber in Farben dürfen wir schwelgen: am besten draußen, in den Tönen, die uns die Natur zaubert

„Wenn du das Richtige für die Erde tust, ist sie eine tolle Gesellschafterin.“

VANDANA SHIVA

gen. Vielleicht erst im Kleinen und dann zieht es immer größere Kreise... „Eine andere Welt ist möglich“, so heißt auch eines der Bücher von Vandana Shiva. „Wir brauchen Menschen an der Macht, die sich um die Umwelt, die Menschen und die Gesellschaft kümmern“, forderte ihre Mitstreiterin Maria Mies in einem Interview. „Bisher hat die Politik die Frauen verändert.“ Nun sei es an der Zeit, dass Frauen und das weibliche Prinzip die Politik und die Weltgemeinschaft verändern. Vandana und Maria treten für mehr „Erd-Demokratie“ ein, eine Welt-Gemeinschaft, in der alle Lebewesen ein Recht auf Gleichberechtigung haben, nicht nur Kinder und Frauen, in Afrika und Europa, sondern auch Bäume, Tiere, Insekten, Pflanzen.

PFLANZT MEHR GEMÜSE!

Sie kämpfen für Artenvielfalt, Erhalt der Lebensräume, für ein friedliches, partizipatives Miteinander. „Gartenarbeit kann viel ändern – materiell, emotional und politisch. Jeder sollte gärtnern“, davon ist Vandana überzeugt. Würden wir

alle mehr Zeit damit verbringen, unsere eigenen Kartoffeln, Bohnen und Zucchini anzupflanzen, dann würde das auch unsere Beziehung zur Natur verbessern. Wenn wir mit unseren eigenen Händen, auf dem Balkon, im Beet oder im Schrebergarten, in Kontakt mit Erde kommen, erkennen wir viel eher, wie wichtig es ist, das Gleichgewicht eines Ökosystem zu bewahren. Und wie zerbrechlich es ist. Unsere Tomaten selbst zu ziehen würde uns auch autarker und unabhängiger von Supermärkten, Handelsketten und multinationalen Konzernen machen. Die Globalisierungsgegnerin wird nicht müde, vehement gegen Chemie-Riesen wie Monsanto und Bayer vorzugehen. Denn, so Vandana: Monokulturen und Monopole sind Gift für die Landwirtschaft, die Biodiversität und das Ökosystem Erde. Es ist nicht erstaunlich, dass es oft Frauen oder Klein-Bäuerinnen sind, die sich für die Umwelt und die natürliche Vielfalt stark machen. Diversität ist weiblich! Frauen sind sehr oft die Bewahrerinnen des Saatguts. Weil sie wissen, welche Pflanzen auf dem Feld einander

„Mit geballten Fäusten
kann man sich nicht
die Hände schütteln.“

INDIRA GANDHI

Wir haben
die Lizenz zum
Staunen: alles
Lebendige als
Wunder zu
erkennen und
zu feiern

unterstützen. Weil sie nicht auf Gewinnmaximierung, sondern auf Nachhaltigkeit schauen. Und auch im nächsten Jahr noch etwas ernten wollen, um ihre Kinder zu ernähren. Oder Holz im Wald finden müssen, um das Feuer zum Kochen zu machen.

IN DIVERSITÄT SIND FRAUEN SPITZE

In zwei Drittel der Haushalte in Afrika, Asien und Lateinamerika sind Frauen das Familienoberhaupt. Viele von ihnen sind Selbstversorgerinnen für sich und ihre Familien. In den Industrieländern dagegen entfremden wir uns immer weiter

von der Natur. Gerade mal ein bis fünf Prozent unserer Zeit gehen wir im Durchschnitt in der westlichen Welt überhaupt noch nach draußen: „Drei Viertel aller Kinder im Vereinigten Königreich (im Alter von fünf bis zwölf) verbringen mittlerweile weniger Zeit im Freien als Gefängnisinsassen“, so schreibt Lucy F. Jones in ihrem Buch „Die Wurzeln des Glücks“ (siehe Kasten unten). Selbst den Häftlingen stehen laut UN-Richtlinie pro Tag 1,5 Stunden an der frischen Luft zu... Die Journalistin aus England erlebte selbst, wie sehr ihr Bäume und Grün fehlten. Wie ihr ein Spaziergang in der Natur



VERBUNDENHEITS-ÜBUNG

Wurzeln des Glücks

10 Gründe, was die Natur für unsere Psyche tun kann und was wir der Erde zurückgeben können

1 Einen Baum umarmen, seine Lebendigkeit spüren, fühlen, was uns verbindet (siehe auch unser Experiment S. 56). Ein Bäumchen pflanzen oder eine Baum-Patenschaft übernehmen, in unserer Straße, im Wald oder symbolisch (z. B. bei www.greenforestfund.de oder die „grüne“ Suchmaschine Ecosia verwenden).

2 Unseren Focus auf die Gemeinschaft und Gemeinsamkeiten richten. Uns fragen: Was kann ich dazu beitragen? Was kann ich zurückgeben?

3 So oft wie möglich in der Natur „baden“, im Wald, am Strand. Unseren Kindern Naturnähe und den Respekt vor allem Lebendigen vorleben – sie in einen Waldkindergarten oder Naturworkshops schicken (z. B. www.nabu.de).

4 Gärtnerin werden: Tomaten, Kürbisse und Kapuzinerkresse selbst anbauen, auf dem Balkon oder in einem Urban-Gardening-Projekt. Die Erde fühlen und riechen, säen, gießen und sich freuen, wie es wächst und blüht.

5 Die Zyklen der Natur, auch die unseres Körpers, akzeptieren. Unser Alter als Prozess des Lebens annehmen und genießen. Uns von dem Druck, ewig jung, dünn, happy und perfekt sein zu müssen, befreien.

6 Das Wasser fließen hören, an einem Bach, einem Wasserfall oder Fluss, und uns mit dem Rhythmus der Schöpfung verbinden. Wild schwimmen gehen und der Seele etwas Gutes tun. Wasser als kostbare Ressource behandeln und im Alltag schauen, wo wir gerade in heißen trockenen Monaten Wasser sparen können.

7 Konsumzurückhaltung üben: uns vor jedem Kauf fragen, brauche ich das wirklich? Denn: Die nachhaltigsten Dinge sind die, die wir bereits besitzen...

8 Frauen-Solidarität pflegen. Oder Menschen-Solidarität. Schauen, wo wir Mädchen und Frauen besonders unterstützen können, in unserer Gemeinde oder Stadt oder in der Welt. Das Kinderhilfswerk Plan International z. B.

engagiert sich mit „Get Equal“ für das Empowerment von Mädchen und jungen Frauen (www.plan.de).

9 Unsere „Biophilie“ (= Liebe zum Lebendigen) trainieren und unseren CO2-Fußabdruck reduzieren: lokal und regional bei kleinen Betrieben einkaufen. Tauschen anstatt neu anzuschaffen. Weniger Essen wegwerfen und achtsam haushalten.

10 Niemals das Staunen verlieren! Uns in „effortless attention“ üben: ein Rotkehlchen, einen Hirschkäfer, eine Fledermaus, eine Rose, die aufblüht, betrachten. Den Sonnenauf- oder untergang erleben, die Herbstfarben, das Glitzern der Regentropfen auf dem Gras genießen. Denn, so Lucy F. Jones: „Unsere Erde ist wie fürs Staunen gemacht.“



Zum Weiterlesen:
„Die Wurzeln des Glücks. Wie die Natur unsere Psyche schützt“ von Lucy F. Jones (Blessing Verlag 18 €)

wieder Mut gab oder auch nur das Betrachten des Lichtspiels im Birnbaum vor ihrem Fenster ihr Trost spendete, als es ihr schlecht ging. Schon als Jugendliche litt sie unter depressiven Verstimmungen, flüchtete sich zunehmend in Alkohol, um ihr Gefühl der Einsamkeit, Isolation, Überforderung und Verzweiflung zu betäuben. Es scheint absurd: „Wir sehnen uns nach dem, was wir zerstört haben“, meint die Autorin. „Jenseits von Philosophie oder Ästhetik ist unser Bedürfnis nach Natur viel dringlicher und grundlegender – unser Wohlergehen hängt davon ab“, bringt sie es auf den Punkt.

KOOPERATION STATT KONKURRENZ

Inzwischen gibt es zunehmend Krankheitsbilder wie die Naturdefizit-Störung: Kinder oder Menschen, deren Sinne verkümmern, die unter Depressionen, Angstattacken oder einem ständigen Gefühl kollektiver Trauer leiden und nicht wissen, was ihnen fehlt. Und junge Wissenschaftszweige wie die Ökopsychologie, die das beschreiben und untersuchen. Ökofeministisch statt kapitalistisch-patriarchalisch, so wünschen sich Vandana Shiva und Maria Mies die neue



ALARMSTUFE GRÜN

Gaia – Mutter Erde braucht uns!

Klimawandel, Wetterextreme, Artensterben – die Natur sendet uns immer deutlichere Alarm-Signale

Gaia, die Muttergottheit, die Mutter Erde, nährt uns und sorgt für die Natur, für alle Tiere und Pflanzen. Das Forscher-Duo James Lovelock und Lynn Margulis beschreibt den Planeten als lebendigen Organismus mit Vernetzung und Abhängigkeiten zwischen Lebewesen untereinander und mit ihrer Umwelt. Denn, so ihr Ergebnis: Die Erde als Ganzes ist zur aktiven Selbstregulierung fähig. Dazu gehören die Temperatur der Erdoberfläche, die chemische Zusammensetzung der Atmosphäre oder der Salzgehalt der Meere. Die Stabilität der Biosphäre Erde hängt von der ständigen Veränderung, dem Fließen von Energie und Materie ab. Aktiv, aber unbewusst sind die Lebewesen auf unserem Planeten, auch wir Menschen, so wie die Zellen und Organe eines Organismus an der Regulation unserer Umwelt beteiligt. Was wir Menschen auf traurige Weise gerade beweisen...



„Gewalt hört da auf,
wo Liebe beginnt.“

PETRA KELLY

Wie würde die Welt aussehen, wenn wir das weibliche Prinzip leben?

Gesellschaftsordnung: „Wir haben das Ziel mit dem Mittel verwechselt, Wachstum ist das Mittel, nicht das Ziel“, fordern sie uns zum Umdenken auf. Es ist eine Sackgasse, die Natur und die Menschen auszubeuten, als ob die Ressourcen dieses Planeten unendlich wären. „Es geht ums Überleben, nicht um die Idylle“, fasst es auch Lucy F. Jones zusammen.

EINE FRAGE DES ÜBERLEBENS

„Immer wenn wir den Wald und Naturgesetze verletzen, endet es in einer Katastrophe“, stellt Vandana mit Blick auf die Corona-Pandemie fest. Wie viele Katastrophen brauchen wir noch? Keine mehr! Was wir jetzt brauchen, ist ein neues Weltbild und verantwortungsvolles und mitfühlendes Handeln für uns selbst, andere Menschen und unsere Umwelt.

Fangen wir im Kleinen an und staunen wir über unsere eigene Kraft: Seien wir Teil der Veränderung. Werden wir Teil des Wandels, leben wir das weibliche Prinzip!

Nathalie Schwaiger

Zum Weiterlesen:

„Ökofeminismus“, von Maria Mies und Vandana Shiva (AG Spak Verlag, 28 €)



FOTOS: DDP, GETTY IMAGES, JÖRN NEUMANN, PR (2), IVAN OZEROV/STOCKSY UNITED (4)

Zum Glück entscheide ich!

Homöopathie – denn meine Erfahrung zählt.

Meine Gesundheit ist mir wichtig, deswegen schätze ich die Homöopathie. Sie gibt mir die Möglichkeit, ganz individuell auf meine Beschwerden einzugehen. Diese sanfte, natürliche Medizin kann ich außerdem gut mit Schulmedizin verbinden. Durch die gezielte Aktivierung der Selbstheilungskräfte hilft sie meinem Körper zu einem gesunden Gleichgewicht zurückzufinden.

Fragen Sie Ihren Arzt, Heilpraktiker oder Apotheker, welche homöopathischen Arzneimittel Ihre Gesundheit unterstützen können.



Gesundheit erfahren.

Deutsche Homöopathie-Union DHU-Arzneimittel GmbH & Co. KG

www.dhu.de