



Plädoyer für eine achtsame Politik

Lieber

Als bei der letzten Generalversammlung am 1. Mai als Jahresthema «Suffizienz» auserkoren wurde, klang der Begriff für mich zuerst noch unwirklich und fremd. Erst in den vergangenen Monaten wurde diese Worthülle für mich zunehmend mit Leben gefüllt. Dabei realisierte ich auch, wie sehr Suffizienz mit Achtsamkeit verbunden ist, eine Geistes- und Lebenshaltung, die mir weitaus besser vertraut ist.

Im Wesentlichen bedeutet Achtsamkeit das aufmerksame, absichtslose und akzeptierende Teilhaben an sämtlichen Wahrnehmungen, ohne diese zu bewerten, zu deuten oder unmittelbar darauf zu (re)agieren. Dieser Bezug zu allem in und um uns hat viel mit Mitfühlen zu tun – ein offenes, zugewandtes Mitfühlen für mich und meine Mitwelt. Wer solcherart mitfühlt, wird auch suffizient. Denn durch das «Mit» entsteht die Verbindung, die im Fühlen den ganzen Menschen ergreift. Die schmerzliche Spaltung, in die er sich befindet und für die er sich mit Konsum zu trösten versucht, wird dadurch aufgehoben. Grund für die Spaltung ist die Entwicklung des Bewusstseins für unsere Identität, welche irgendwann im Laufe der menschlichen Entwicklung stattgefunden hat. Obwohl wir ebenso Natur sind, wie alle anderen Wesen um uns, gaukelt seither unser Ich uns vor, etwas ganz Besonderes, Anderes zu sein. Diese Grandiosität bezahlen wir mit dem Gefühl von Heimatlosigkeit und Ungeborgenheit, die uns haltlos werden lässt und von einem Trostpflasterchen zum anderen treibt. Dann sind wir oft damit beschäftigt, uns selbst zu behaupten und Feindbilder zu schaffen, um unsere eigene Unsäglichkeit auszuhalten, die unter unserer vermeintlichen Grandiosität lauert ...

Der Weg zurück zur Natur, zum «großen Ganzen», wie es Joanna Macy nennt, ist hingegen der achtsame Weg. Er ist gekennzeichnet von einem Verzicht, der wie ein Opfer erscheint, aber zum Lebendigen führt. Diese Lebendigkeit ist bei weitem Belohnung genug. Sie zeigt sich in einer tiefen Verbundenheit mit der Mitwelt, die von Achtsamkeit und Fürsorge getragen wird. So ist Suffizienz für mich kein unwirkliches Wort mehr, sondern eine tief empfundene Lebenshaltung, in der zuerst Betroffenheit und Trauer Einzug hält, um darauf einer von innen her getragenen Haltung Platz zu schaffen. Der Schmerz ist notwendig. Die berühmte Ökophilosophin Macy beschreibt ihn wie folgt:

«Womit wir es hier zu tun haben, ist eng verwandt mit der wörtlichen Bedeutung von «Mit-Leid». Es ist das Leid, das wir im Namen des großen Ganzen fühlen, von dem wir ein Teil sind. Es ist der Schmerz der ganzen Welt, den wir in uns erleben. ... Das ist nicht nur natürlich, es ist eine absolute Notwendigkeit für unsere Gesundheit. ... Wie in allen Organismen hat auch hier der Schmerz eine Funktion: er ist ein Warnsignal; er ist darauf ausgerichtet, Heilung bringendes Handeln auszulösen.»
(Macy, J. & Young Brown, M., S. 40. Die Reise ins Lebendige Leben.)

Der Schmerz lässt uns also innehalten und ermöglicht uns das Opfer, zu verzichten, um genügsam und wesentlich zu werden, aus dem unser Handeln von alleine geschieht. Ein Handeln, das von Verbundenheit, Mitgefühl und Selbstverantwortung getragen ist, wobei das «Selbst» gleichzeitig auch das «große Ganze» ist. Dann wird mein Wohl zum Gemeinwohl und natürlich auch umgekehrt. Dass daraus auch politisches Handeln und Denken generiert wird, versteht sich von selbst und zeigt sich auch in den folgenden Artikeln, die allesamt vom Gedanken des Gemeinwohls getragen sind.

So thematisiert der Publizist Christoph Pfluger die derzeitige politische Debatte zur Vollgeldinitiative, die die Geldschöpfung wieder im Dienste der Gesellschaft stellen will. Das Geld soll wieder demokratischer werden. Demokratisch geht es auch im Gespräch von Fredy Kradolfer und Marc Sneiders zu, welche mit dem Postulat «Genomi» einen Weg aufzeigen, wie alle Stimmberechtigten ohne Diskriminierung Zugang zu politischen Mandaten erhalten und die Macht des Lobbyisten und Parteien zugunsten des Gemeinwohls eingeschränkt werden sollen. Und schliesslich zeigt uns Gabriela Huber-Mayer auf, wie unser «Da-Sein» von der «Lebensdienlichkeit», «dem So-Eingebettet-Sein» im Kosmos abhängt und uns diese Erkenntnis dazu auffordert,

für diese naturgegebene Harmonie auf Erden Sorge zu tragen und Verantwortung zu übernehmen. In diesem Sinne wünsche ich allen eine inspirierende Lektüre und eine achtsame Weihnachtszeit!

Marc Schmuziger
Vorstandsmitglied der IP

politisch

Im Rat der Ahnungslosen



Publizist **Christoph Pfluger** (*Zeitpunkt*) zur Debatte im Ständerat über die Vollgeld-Initiative

Die grosse Enttäuschung der Vollgeld-Debatte im Ständerat war nicht die Ablehnung der Initiative. Das war zu erwarten. Der grosse Schock war die flächendeckende Unkenntnis über die Materie, die entschieden wurde.

Mit dem Geld ist es wie mit Eisbergen. Entscheidend ist das Unsichtbare: wer es herstellt und mit welchen Folgen.

→ [mehr](#)

bewegt

Demokratie ist keine Utopie - GENOMI



Fredy Kradolfer und **Marc Snejders** (Präsident Genomi)

Fredy Kradolfer: Auch wenn es unter dem herrschenden System immer wieder «Quereinsteiger» gibt, die in den Nationalrat gewählt werden, so gelangt doch der weitaus grösste Teil der Gewählten über die sogenannte «Ochsentour» in den Nationalrat – nämlich über den Aufstieg von einem kommunalen über ein kantonales bis zu einem nationalen Amt. Diese Ochsentour hat einen grossen Vor- und einen grossen Nachteil.

→ [mehr](#)

bewusst

Bewusstsein und Selbstwirksamkeit



Gabriela Huber-Mayer - Yoga KomplementärTherapie Supervisorin – Redaktorin/ Autorin für „YOGA! Das Magazin“

Was wäre, wenn durch irgendein Ereignis das kosmische Gleichgewicht gestört würde und sich der blaue Planet Erde plötzlich ein paar tausend Kilometer näher der Sonne oder weiter weg vom Mond oder den anderen Planeten befände? Das hätte Konsequenzen, denn die besonderen Umstände des „So-Eingebettet-Seins“ im Kosmos sorgen auf unserem Planeten für ein Klima, ...

→ [mehr](#)

Aktuelles

www.Schweiz-in-Stille.ch



Wir freuen uns über die Erneuerung des **Meditationsverzeichnis**, welches von der IP und der Stiftung für integrale Friedensförderung untertützt wird.

Die **Facebook-Seite** dazu – bitte mitmachen!
→ <https://www.facebook.com/schweizinstille/>

Das war das Besser leben Festival 2017



von *Fredy Kradolfer*

Dass man in Luzern besser leben kann, davon sind alle Luzernerinnen und Luzerner überzeugt. Dass man in Luzern aber auch «Besser leben», sprich ein gehaltvolles und informatives «**Besser leben Festival**» organisieren und am Anlass eine positive Energie kreieren kann, bewies die IP Luzern, ...

→ [mehr](#)

Ungersheim zeigt, wie Transition schon geht



Spannende Eindrücke von H. T. der IP-Nordwestschweiz vom **Transition-Ausflug der Sun21** nach Ungersheim – erstaunlich was schon möglich ist, dank grossem Einsatz!

→ [mehr](#)

Erstes Friedenssymposium im Kiental



Warum die Welt so tickt, wie sie tickt

von *Fredy Kradofer*

Kein Mensch kann «teilweise im Frieden leben». Nur wenn unsere Handlungen in allen Lebensbereichen von einer friedlichen Grundhaltung gesteuert und von Achtsamkeit, Liebe und Respekt getragen werden, unser ganzes Leben also integral vom Friedensgedanken durchdrungen ist, kann in uns Frieden entstehen. ...

→ [mehr](#)

Weitere Aktualitäten jeweils auf → [Facebook](#)

Agenda



Donnerstag, 25. Januar 2018

einfach leben - Suffizienz unser Weg in die Zukunft

Podiumsgespräch mit Prof. Anton Gunzinger, Meret Schneider und weiteren Referentinnen.

→ [mehr](#)



Samstag, 24. Februar 2018

Erweiterter Vorstand & Tagung mit Jungen

Parallel zur Tagessitzung des erweiterten IP-Vorstandes findet ein von Jeannine Brutschin moderiertes Treffen mit jungen IP-Mitgliedern/Interessierten statt mit gemeinsamem Austausch zu Beginn sowie am Schluss des Tages. Wir freuen uns auf neue Erkenntnisse!



Samstag, 14. April 2018 in Bern - Save the date

IP Mitgliederversammlung im Haus der Religionen

Mit partizipativem Mitgestalten am Nachmittag

Weitere spannende Anlässe auf → [AGENDA+](#)



Newsletter
Polit.
Kommentar



Facebook



Mitglied
werden



Spenden