



abenteuer
philosophie

DIE KUNST ZU LEBEN AUSGABE 1 | JANUAR – MÄRZ 2018 | NR. 151

abenteuer philosophie

NEU

Das neue **WIR**

**Kooperation statt
Konkurrenz**

Berührende Medizin
*Neueste Erkenntnisse der
Berührungsforschung*

Wir Deutschen!
*Aufruf an ein Volk
mit Potenzial*



D € 6,90 / A € 6,90 / CH SFr 12,50



Lebenskunst: Die Entdeckung der Langsamkeit

Lust auf mehr Abenteuer?

abenteuer philosophie

DIE KUNST ZU LEBEN – MAGAZIN
FÜR PRAKTISCHE PHILOSOPHIE

- versteht Philosophie nach klassischem Vorbild als Lebenshaltung und Lebensstil – Leben als Abenteuer, Lernen und Entwicklung.
- schöpft aus dem überzeitlichen Wissen der Menschheit und verbindet es mit den aktuellen Erkenntnissen und Herausforderungen.
- wird mit ehrenamtlichem Engagement von Idealisten für Idealisten herausgegeben.

Jahresabo: € 24 (Österreich inkl. Versand)
(4 Magazine) € 27 (Deutschland inkl. Versand)
€ 29 (Schweiz inkl. Versand)
€ 22 (andere Länder, exkl. Versandkosten, derzeit € 11)

Geschenkabo: Machen Sie Ihren Freunden ein Geschenk.
Die Zustellung endet automatisch nach 4 Ausgaben.

Schnupperabo: für Österreich: 2 Magazine zum Preis von € 12 inkl. Versandkosten
für andere Länder: 2 Magazine zum Preis von € 12 exkl. Versandkosten

Konto: IBAN: AT26 5600 0201 4134 3638, BIC: HYSTAT2G
Verlag Filosofica



Bis zu
20%
Preisvorteil

Bestellung unter:

Tel. +43 (0)316 48 14 43
Handy +43 (0)676 311 80 31
www.abenteuer-philosophie.com
vertrieb@abenteuer-philosophie.com



Ein neues Wir braucht zu allererst ein neues Ich!

Liebe Leserin, lieber Leser!

„Welchen Frieden suchen wir? Ich spreche vom aufrichtigen Frieden. Vom Frieden, der dem Leben auf der Erde einen Wert gibt. Nicht nur Frieden in unserer Zeit, sondern Frieden für alle Zeit. Unsere Probleme sind von Menschen gemacht und können von Menschen gelöst werden. Denn letzten Endes ist unsere tiefe Gemeinsamkeit, dass wir alle diesen kleinen Planeten bewohnen. Wir alle atmen dieselbe Luft, wir alle hoffen für die Zukunft unserer Kinder und wir alle sind sterblich.“

Diese Worte sprach John F. Kennedy nach der Kubakrise 1962, als die Welt mit der realen Möglichkeit eines Atomkrieges konfrontiert worden war. Die folgenden Jahrzehnte des Kalten Krieges erfuhren Ende der 1980er und Anfang der 1990er-Jahre mit dem Zerfall der Sowjetunion ein abruptes und hoffnungsvoll stimmendes Ende. Plötzlich schien der von Kennedy beschworene „Frieden für alle Zeit“ möglich. Doch knapp 30 Jahre später erleben wir mehr und grausamere Konflikte denn je. Es scheint nur eine Frage der Zeit, bis sich die zahlreich aufflammenden Stellvertreterkriege zu Flächenbränden ausweiten.

Zusätzlich manövrieren wir den Planeten in Richtung einer ökologischen Katastrophe, lassen die ökonomische Kluft zwischen Arm und Reich immer weiter aufreißen und schüren die Spaltung unserer Gesellschaften: Einheimische gegen Fremde, Alt gegen Jung, Links gegen Rechts, Säkularisierte gegen Gläubige usw.

Zeitgleich mit dem zunehmenden Gegeneinander entstehen aber neue Formen eines Miteinanders. „Ein neues Wir“ heißt nicht nur ein Dokumentarfilm über Ökodörfer, sondern wurde zum Titel eines weltweiten Trends zur Kooperation. Nicht zuletzt beweist die moderne Wissen-

schaft, dass das Kooperieren in der menschlichen Natur angelegt ist, und menschliches Überleben sogar davon abhängt (siehe Titelthema dieser Ausgabe).

Das Problem beginnt jedoch, wie der weise Konfuzius schon vor über 2500 Jahren erkannte, im ganz Kleinen: Nur der Frieden im Herzen des Einzelnen schafft Frieden in der Familie; der Frieden in den Familien sorgt dann für den Frieden in den Dörfern und Städten; Frieden in den Städten bewirkt den Frieden im Land; und der Frieden in den Ländern führt schließlich zum Frieden in der Welt.

Wir alle sind uns dessen bewusst, wie sehr die Familien-, Freundes-, Kollegen- und Nachbarschaftskonflikte ihre Auslöser in Neid, Eifersucht, Unbeherrschtheit, Egoismus, Gier, Unzufriedenheit und unzähligen anderen Problemen in jedem Einzelnen von uns haben. Jetzt heißt es, dieses Bewusstsein zu nützen, um an der Erziehung unserer selbst und jedes Einzelnen zu arbeiten, um mehr inneren Frieden und dadurch Zufriedenheit zu erlangen. Ein neues Wir braucht zu allererst ein neues Ich, meint

Ihr Hannes Weinelt



Schreiben Sie uns:
redaktion@abenteuer-philosophie.com



*Chefredakteur
Hannes Weinelt*

Liebe Lesende!

Wir verwenden Naturpapier für den Innenteil unseres Magazins. Das Papier kommt aus nachhaltiger Waldbewirtschaftung in Österreich. Die Umwelt liegt auch uns am Herzen.

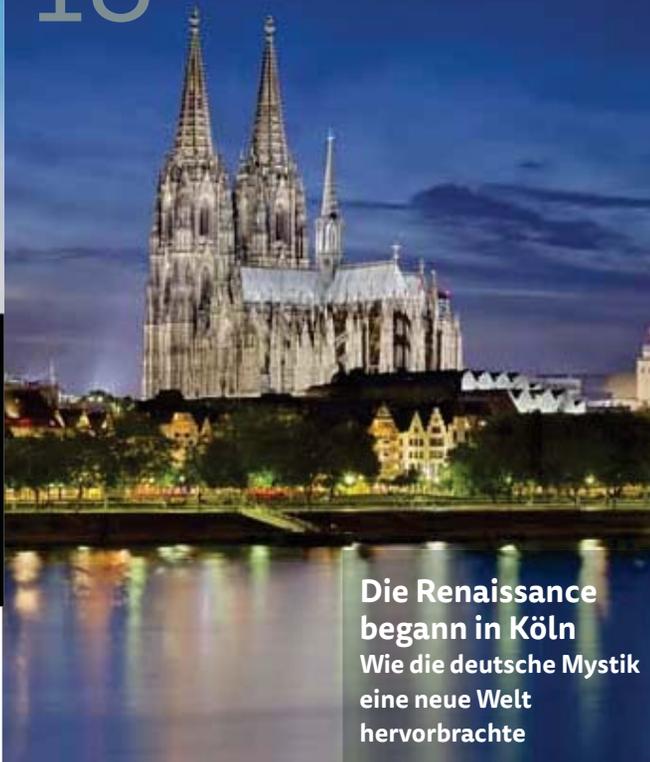
Ihr Redaktionsteam

8



Das neue WIR
Kooperation
statt Konkurrenz

18



Die Renaissance
began in Köln
Wie die deutsche Mystik
eine neue Welt
hervorbrachte

30



Inhalt

PHILOSPIRIT

8 Christine Schramm
Das neue WIR
Kooperation
statt Konkurrenz

12 Andreas Stock
Geistige Immunität
Der Dalai Lama verrät, wie
Sie mit Meditation die Kraft
aus der Mitte stärken

16 Sabina Jarosch
Berührende Medizin
Neueste Erkenntnisse der
Berührungsforschung

PHILOSOCIENCE

18 Heribert Holzinger
Die Renaissance
began in Köln
Wie die deutsche Mystik
eine neue Welt
hervorbrachte

24 Barbara Friepertinger
Mut zur Faulheit
Die Arbeit und
ihr Schicksal –
Philosophicum Lech 2017

26 Barbara Friepertinger
A Long and
Winding Road
Interview mit Martin Seel
über die Balance von
Tugenden und Lastern

PHILOSOCIETY

30 Walter Kreyjci
Wir Deutschen!
Betrachtungen eines Wahl-
deutschen über ein Volk
mit Potenzial

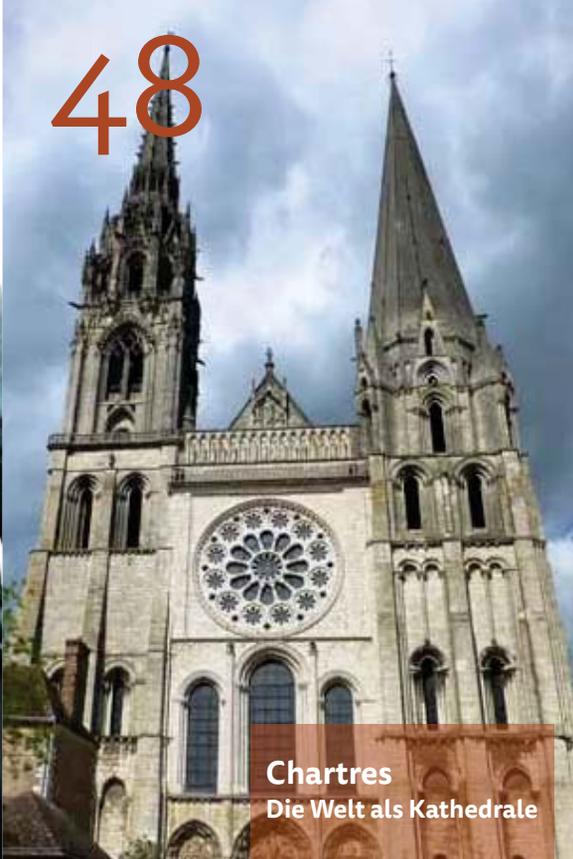
34 Manuel Stelzl
Eine Ethik der Zukunft
Wie sie aussehen müsste,
damit wir überleben können

38 Jan Opielka
Gehe mir nicht in
die Sonne
Ein kleines Plädoyer für eine
große Grundkultur

42 Sabina Jarosch
Das Hohe Friedensfest
Der weltweit einzige Feier-
tag, der nur in Augsburg gilt

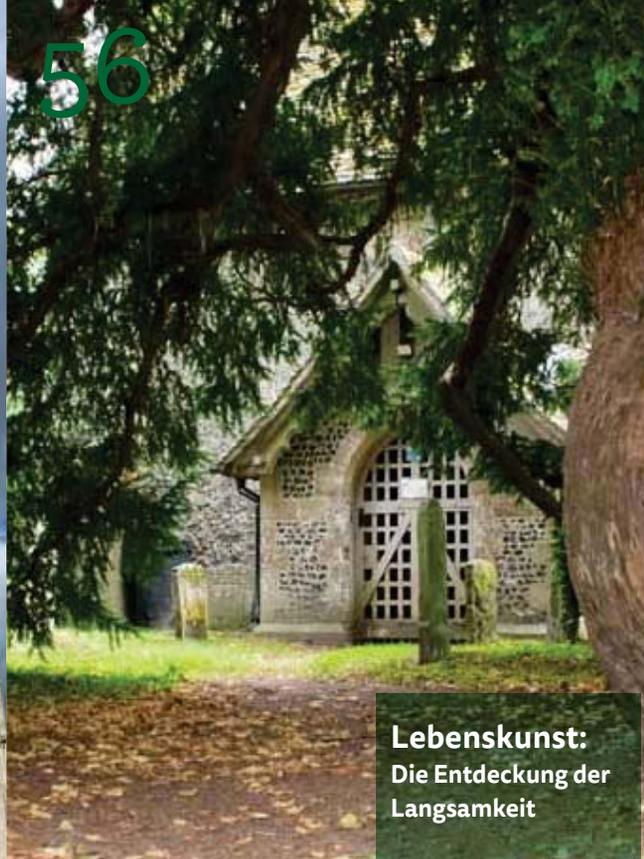


Wir Deutschen!
Aufruf an ein Volk
mit Potenzial



48

Chartres
Die Welt als Kathedrale



56

Lebenskunst:
Die Entdeckung der
Langsamkeit

PHILOART

46 Ingrid Kammerer
**Die Irrfahrt des
Michael Aldrian**
Das neue Buch von
Gerhard Roth

47 Katharina Lücke
Der Film: Human
Wenn Sie Ihr Herz öffnen,
beginnt Ihr Gespräch
mit der Welt

48 Sophie von Allersleben
Chartres
Die Kathedrale der Welt –
Die Welt als Kathedrale

PHILOSOPHICS

53 PHIOSYMBOL
Astrid Ringe
**Der Mond ist
aufgegangen**

56 LEBENSKUNST
Gudrun Gutdeutsch
**Die Entdeckung der
Langsamkeit**

58 PHILOSOPHERS
Manuel Stelzl
„Sei wie ein Fels, ...“
Marcus Aurelius Antonius

60 PHILOSOPHISCH REISEN
Martinissimo
**Wo Kühe und Schafe
Edelweiß fressen**
Kirgisien – Nomadische
Stammeskultur in
unberührter Natur

66 PHILOSTORY
Ingrid Kammerer
Die kleine Welle

68 GESUNDSEIN
Renate Knoblauch
**Narzissos und die
Angst vor
Veränderung**

-
- 2 AboService
 - 3 Editorial
 - 6 GOOD NEWS
 - 70 philoKIDS
 - 72 ErLESENES
 - 74 Lach- und Gehirntraining
 - 75 Vorschau und Impressum

Geistige Immunität

Der Dalai Lama verrät,
wie Sie durch Meditation die Kraft aus der Mitte stärken

„Viele Menschen glauben, Meditation bedeute einfach nur, mit geschlossenen Augen dazusitzen. Diese Art von Meditation kann sogar meine Katze, sie sitzt ruhig da und schnurrt. Wir Tibeter rezitieren oft so viele Mantras wie das „Om mani padme hum“, dass wir vergessen, den Ursachen des Leidens wirklich auf den Grund zu gehen. Vielleicht rezitiert meine Katze in Wirklichkeit „Om mani padme hum“ wenn sie schnurrt?“

Mit diesen Worten zeigt der Dalai Lama wie so oft seinen Sinn für Humor, der nicht einmal vor seiner eigenen Religion zurückschreckt. Doch wie funktioniert sinnvolle Meditation?

Der amerikanische Journalist Douglas Abrams hat den Dalai Lama 2015 eine Woche lang zu seinen Gedanken zum Thema Freude und zu seiner spirituellen Übungspraxis interviewt. Anlass war ein Treffen des Dalai Lama mit Desmond Tutu, dem ehemaligen Erzbischof von Südafrika, einer der moralischen Leitfiguren des friedlichen Kampfes gegen die Apartheid. Aus diesen Gesprächen ging ein Buch hervor, „Das Buch der Freu-

de“, das 2016 im Lotos Verlag erschien. Es ist eine Quelle der Inspiration, ein Einblick in den philosophischen Geist des Dalai Lama und ein Handbuch voller praktischer spiritueller Übungen.

„Einige Formen der Meditation sollen einfach nur einen Zustand des Nichtdenkens herbeiführen. Sie funktionieren wie ein Schmerzmittel: Angst und Wut verschwinden für eine Weile, aber sie kommen wieder, wenn die Meditation zu Ende ist.“ Dalai Lama

Alle spirituellen Traditionen haben das Ziel, Schmerz zu überwinden und zum Glück zu führen. Der Buddha lehrte vor zweieinhalbtausend Jahren, dass man dem Schmerz nicht ausweichen kann: „Das Leben ist Schmerz“ ist die erste Edle Wahrheit des Buddhismus. Vermeidung funktioniert nur bedingt, Stress, Sorgen und Schwierigkeiten holen jeden Menschen immer wieder ein.

Also ist es nicht zielführend, den Belastungen und Sorgen zu entfliehen und sich nach einem „ewigen Urlaub“ zu sehnen. Viel sinnvoller ist es, mit innerer Stärke den Belastungen des Lebens zu trotzen, so wie es das Immunsystem des Körpers zeigt. Unzählige Krankheitserreger werden täglich davon abgehalten, uns zu schaden. Wir werden dann krank, wenn unser Abwehrsystem schwach wird.

Eine Ethik der Zukunft

Wie sie aussehen müsste, damit wir überleben können

Wir befinden uns in einem neuen Erdzeitalter, dem Anthropozän. Der Name trägt dem Umstand Rechnung, dass menschliche Einflüsse heute über das Aussehen der Erde bestimmen. In erdgeschichtlich gesehen kürzester Zeit haben wir eine technologische Machtfülle entwickelt, die unseren heutigen Lebensstil erst möglich macht. Doch genau das wird nun zu unserem größten Problem. Unsere Unersättlichkeit verdrängt nicht nur zunehmend alles Nicht-Menschliche. Sie bedroht auch immer mehr unsere eigene Existenz. Deshalb brauchen wir eine Ethik der Zukunft – letztlich um uns vor uns selbst zu schützen.

Das Prinzip Verantwortung

1979 veröffentlichte der Philosoph Hans Jonas sein Werk *„Das Prinzip Verantwortung – Versuch einer Ethik für die technologische Zivilisation“*. Darin begründet er seinen neuen Ansatz einer Verantwortungsethik, deren Zweck kein geringerer ist, als die Menschheit vor ihrer Selbstzerstörung zu bewahren. Seine Gedanken darin sind aktueller denn je. Jonas argumentiert, dass alle bisherige Ethik fundamentale Defizite aufweise, welche sie ungeeignet macht, auf die Herausforderungen der Zukunft angemessene Antworten zu finden. Ihre Defizite sind:

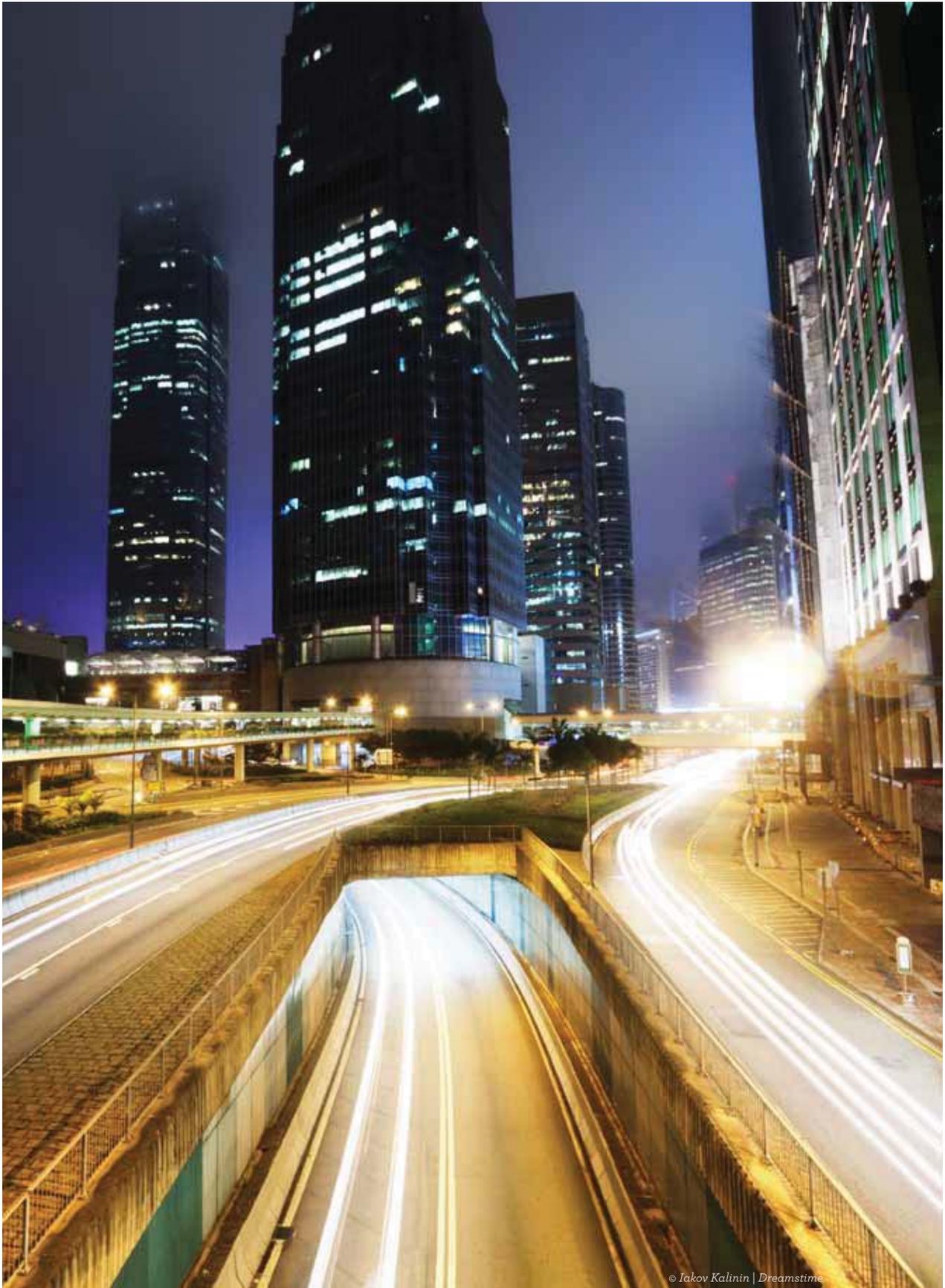
1. Ihr beschränkter Zeithorizont. Er richtet sich nur auf zeitlich Nahliegendes.
2. Im Mittelpunkt aller Ethik stand bisher nur der Mensch.
3. Die physische Natur hatte bislang keinen sittlichen Eigenwert, sie galt als ethisch neutral.

Das Neuartige künftiger Herausforderungen ist nach Jonas die *veränderte Natur menschlichen Handelns*. Das hat mit der Geschwindigkeit der Globalisierung von Technologien und deren Integration in unseren Alltag zu tun. Damit ist Folgendes gemeint: Wir nehmen heute kol-

lektiv gesehen schon durch einfache alltägliche Handlungen mehr Einfluss auf die Ökosphäre unseres Planeten, als dies noch vor 200 Jahren überhaupt möglich war. Damals waren wir gerade einmal eine Milliarde Menschen, waren viel ärmer und hatten noch bei Weitem nicht jene technologischen Möglichkeiten. Die veränderte Natur menschlichen Handelns ergibt sich aus zwei Umständen: der ständig wachsenden Anzahl an Menschen, die diese Technologien nützen und der Blindheit des Einzelnen für die Langzeitfolgen seines Lebensstils. So bevorzugen etwa die meisten von uns einen Lebensstil, der ständige PKW-Nutzung, häufigen Fleischkonsum, jährliche Flugzeugreisen und andauernden Konsum modernster Medien beinhaltet. Dies ist, kollektiv gesehen, mit gewaltigen Emissionen und enormem Ressourcenverbrauch verbunden.

Was ist das Problem dabei?

Der Einzelne erkennt weder die Langzeitfolgen seines Lebensstils noch nimmt er sich selbst als Teil jenes Handlungskollektivs wahr, das sie verursacht. Noch vor 100 Jahren gab es vieles, was uns heute selbstverständlich erscheint überhaupt nicht. Dennoch ist seit dieser Zeit nicht nur die Weltbevölkerung stark gewachsen, sondern auch unsere *„Bedürfniskultur“*. Sie lässt uns vieles als besonders wichtig erscheinen, was wir vor 100 Jahren noch gar nicht kannten. Dies geht jedoch mit Umweltkosten einher, für die der Einzelne blind ist: Weltweit hat der Rückgang an tropischen Regenwäldern sowie die Verdrängung anderer Spezies mit nie da gewesenem Tempo zugenommen. Das Problem dabei ist, dass wir uns selbst zerstören werden, wenn wir so weitermachen. Eine globale Zunahme an Dürren, Waldbränden, Stürmen und Überschwemmungen sind erste Vorboten. Auch eine wachsende Anzahl an Klimafüchtlings geht damit einher. Der Einzelne erkennt



© Jakov Kalinin | Dreamstime

Die moderne Lebensart beeinflusst die Ökosphäre unseres Planeten mehr denn je

GUDRUN GUTDEUTSCH

Die Entdeckung der Langsamkeit

Ich stehe und staune. Im größten Eibenwald Deutschlands in Paterzell. Vor mir ein Baumstamm von etwa 20 cm Durchmesser. Der Baum ist ca. 5 m hoch. Eine kleine Klapptafel fordert mich auf, das Alter der Eibe zu schätzen. 60 Jahre gebe ich ihr und denke, dass es großzügig bemessen ist. Aufgeklappt erfahre ich, dass sie 230 Jahre alt ist!

Eiben sind die älteste Baumart Europas, sie gehen bis in die Zeit der Dinosaurier zurück. Sie sind die am langsamsten wachsenden Bäume und können mehrere 1000 Jahre alt werden. Nach einigen Jahrhunderten werden sie innen hohl. Anstatt zu sterben, können Innenwurzeln von der Krone nach unten wachsen, sich im Boden verankern



© Stevet2607 | Dreamstime.com

Eine uralte Eibe: Diese Bäume wachsen ganz langsam, sodass ihr Holz extrem stabil wird und trotzdem flexibel bleibt

Weshalb
Warum



Abenteuer Philosophie

Praktische
Philosophie
aus aller
Welt in
18 Abenden

Östliches/westliches Menschenbild | Der innere Pfad | Über die Seele | Die innere Ruhe | Die Zyklen im Leben | Die Kraft der Entscheidung | Mensch als Teil des Kosmos | Buddhismus | Hinduismus | griechische/römische Philosophie | China | Ägypten | Tibet | Dialog | praktische Übungen | Philosophie anwendbar aufbereitet

Regelmäßige, kostenlose Info-Abende zum 4 Monats-Kurs in:
A: Dornbirn, Graz, Innsbruck, Klagenfurt, Linz, Salzburg, Villach, Wien
D: München, Nürnberg, Stuttgart
CH: Zürich