

## GEMEINSCHAFT X.0 - TIME2UPGRADE: WOHER WIR KOMMEN UND WOHIN WIR GEHEN

*Suchen ist, wenn man von alten Dingen ausgeht, und im Neuen das bereits Bekannte wiederfindet.*

*Finden ist etwas völlig Neues, neu auch in der Bewegung. Alle Wege sind offen, und was gefunden wird, ist unbekannt.*

*Es ist ein Wagnis, ein heiliges Abenteuer.*

*Die Ungewissheit solcher Wagnisse können nur jene auf sich nehmen, die im Ungeborgenen sich geborgen wissen, die in die Ungewissheit, in die Führerlosigkeit geführt werden, die sich im Dunkeln einem unsichtbaren Stern überlassen, die sich vom Ziel ziehen lassen und nicht menschlich beschränkt und eingeengt das Ziel bestimmen.*

*Das Offensein für jede neue Erkenntnis, für jedes neue Erlebnis im Außen und Innen, das ist das Wesenhafte des modernen Menschen, der in aller Angst des Loslassens noch die Gnade des Gehaltenseins im Offenbarwerden neuer Möglichkeiten zulässt. (Pablo Picasso)*



Unter dem Titel Gemeinschaft X.0 – time2upgrade trafen sich im Februar Vertreter/innen von 14 europäischen Gemeinschaften zu einer intensiven Reise ins Unbekannte. Ein wenig wie Kolumbus, der beim kollektiven Bewusstseinsstand der damaligen Zeit mutig dem Rand der Scheibe entgegen segelte und statt im Tod in Amerika landete. Dieses Abenteuer schenkte der Menschheit die Einsicht, dass die Erde eine Kugel ist. Ein Upgrade, der die alte Überzeugung der Scheibe beinhaltet und sie gleichzeitig transzendierte.

Upgrade ist Fähigkeit und Gnade zugleich. Die Fähigkeit ist lernbar. Sie fordert Wachheit und die Bereitschaft, das Flüstern am Horizont zu hören. Selbst dann, wenn der Lärm des Alltags lauter ist. Wie oft schenken wir der leisen Stimme in uns keine Beachtung, machen weiter wie bisher, obwohl die wachsende Ahnung von einer anderen Zukunft immer lauter an unsere Türe klopft. Wenn wir unser Leben in den Dienst des Wachstums stellen, können wir uns dies nicht mehr erlauben. Dann ist die tägliche Praxis des Lauschens essentiell. Wir nehmen uns Zeit, jeden Tag, um der leisen Stimme, dem Flüstern am Horizont zuzuhören. Wir kultivieren Gefässe, die dem Lauschen gewidmet sind und halten eine kontinuierliche Beziehung zum transpersonalen

Potenzialraum, aus dem sich das Licht in Form von Einsicht, Inspiration und Innovation in unser Leben lädt. Wie Leonard Cohen es so treffend singt in seinem schönen Anthem Song: *There's a crack in everything, that's how the light gets in...*

Die wachsende Fähigkeit, einen inneren Raum der Stille zu kultivieren, gepaart mit der Bereitschaft, die eigenen Schattendynamiken anzugehen bereiten den Nährboden der Zukunftsfähigkeit. In einem entschleunigten, entspannten Setting sind die Spalten breiter, durch die das Licht einfallen kann. Wenn wir uns dem evolutionären Druck freiwillig stellen, bricht die Struktur nicht in einer Krise zusammen, sondern wächst stetig mit. Doch je mehr die Zukunft zieht, desto schwerer wird die Gravitation der Vergangenheit. Gewohnheiten wollen Gewohnheiten bleiben und erfordern ein hohes Mass an Aktivierungsenergie, um verändert zu werden. Je mehr Vergangenheit erlöst ist, desto zukunftsfähiger und zukunftsorientierter wird der Mensch. Dann bestimmen nicht mehr unsere Muster und Prägungen unser Leben, sondern das Licht und unser Potenzial. Dann wird das Morgen wirklich zu einem Morgen und nicht bloss zu einer Wiederholung des Heute. Der Rest ist Gnade. Ob wir den nächsten Schritt machen oder nicht und wann es

uns gelingt, uns selbst neu zu erfinden, liegt letztendlich nicht in unseren Händen.

### Gemeinsame spirituelle Praxis

*The next Buddha is a Sangha*, eine Gemeinschaft von Praktizierenden, sagen zeitgemässe Mystiker/innen. Intersubjektives Erwachen kann nicht stattfinden, wenn wir unsere spirituelle Praxis privatisieren. Im Gegenteil. Kommt das Licht nicht gerade dann in den Raum zwischen uns, wenn wir unser Ringen um das Höchste teilen? Wenn wir die Intimität und die Scham zulassen, die es häufig mit sich bringt, sich einander im zutiefst Menschlichen und in der Liebe zu Gott zuzumuten. Diese Magie einer leuchtenden Kultur hat ihren eigenen Magnetismus, der seinesgleichen erkennt.

### Unsere „Best Practices“

Die teilnehmenden Gemeinschaften wurden gebeten, ihre drei Best Practices vorzustellen. Drei Bereiche, Werkzeuge, Errungenschaften, die wirklich gut funktionieren. Wir haben uns als Sennrüti Delegation für die Kinderintegration, das entstehende Netzwerk und unser Entscheidungstool Attunement entschieden:

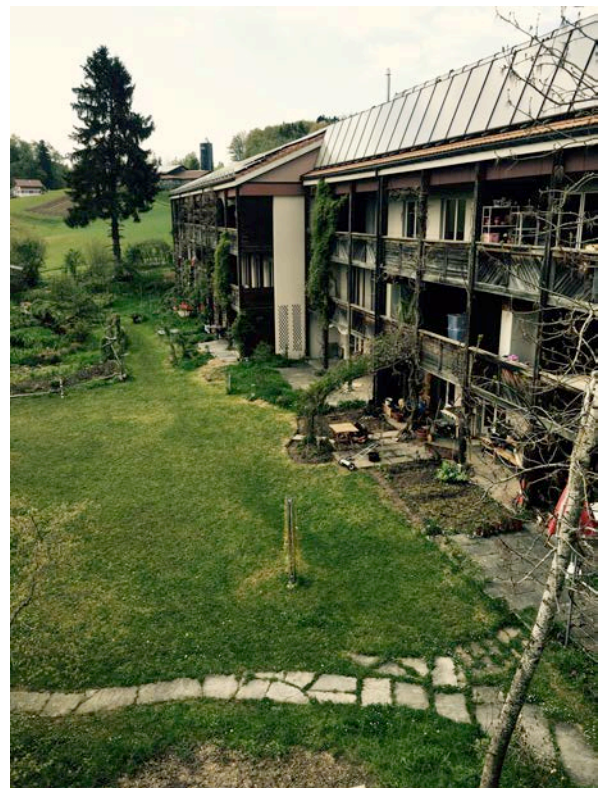
- **Kinder/Kinderintegration**

Sennrüti besteht seit Anbeginn aus 50% Kindern. Anfangs haben wir die Jugendlichen verloren, dann begannen wir uns auf die Frage der Kinder und Kinderintegration als schreiende Uniqueness einzulassen. In Anlehnung an das Konzept von „All Leaders“ sind wir All Mothers und All Fathers, im Sinne von "meine Kinder sind deine Kinder": Im Zusammenleben entwickeln wir Mutter-/Vatergefühle für die anderen Kinder und es manifestiert sich eine kollektive Fürsorglichkeit und Zuwendung. Die Gemeinschaft als Grossfamilie des Herzens. Zugehörigkeit hängt nicht vom Namen ab und nicht vom Blut. Es ist die Zugehörigkeit der Seele, die uns hier zusammen führt.



Wir versuchen, unsere Kinder als Lehrer/innen ernst

zu nehmen. Sie sind der Upgrade der Evolution. Vieles, worum wir ringen, haben sie bereits selbstverständlich integriert. Durch unsere kontinuierliche Prozessarbeit geben wir, im Sinne von C. G. Jung, unsere erlösten Schattendynamiken nicht weiter. Wir bieten den Kindern vertikalen Halt statt Gleichaltrigenorientierung. Statt Beiträge von Kindern als störend zu werten, wollen wir sie als wertvolle Stimme für Unausgesprochenes, Hintergründiges und Unbewusstes respektieren. Eine achtsame Kinderbegleitung liegt uns am Herzen und geht im Einklang mit den Leitsätzen der Freien Schule Monterana im Dorf. Das sich entwickelnde Feld um die Gemeinschaft und die Monterana weist eine hohe Kompetenz und Reflexionsfähigkeit zum Thema Kinder auf.



- **Netzwerk**

Da wir zu Beginn erst unseren Kindern ein Geborgenheit spendendes Zuhause schenken wollten, verzichteten wir bewusst darauf, einen Seminarbetrieb aufzubauen. Für die Kinder sollte deutlich erfahrbar sein, auf wen sie sich verbindlich beziehen können. Dies hatte zur Folge, dass wir alle ausserhalb zu arbeiten begannen. In den vergangenen sieben Jahren haben wir nun stetig an uns geforscht und so unsere Gemeinschaftskultur entwickelt und diese in uns integriert. Ohne es zu wollen, wurde gerade dieses nach Aussen gehen und uns in den Marktplatz einspeisen zu einer unserer „Best Practices“. Sowohl die Pfarrerin, wie auch eine der Hausärzt/innen im Dorf, die



Psychologin im psycho-onkologischen Dienst am Kantonsspital, Lehrpersonen der freien Schule, Jugendarbeiter usw. lassen die Gemeinschaftskultur in ihre Arbeitsweise einfließen. Und so entstehen überall Vernetzungspunkte in der konventionellen Gesellschaft und die Gemeinschaftskultur wird vielerorts spür- und erlebbar.

- **Attunement**

Unser Entscheidungsfindungswerkzeug ist eine aus Findhorn adaptierte Version. Während die Ausübung des Attunements in Findhorn nur Wenigen vorbehalten ist, nehmen in Sennrüti alle anwesenden Gemeinschaftsmitglieder daran teil. In einer ersten, mental-sachlichen Runde werden im Kreis alle Sachfragen zu einer bestimmten Entscheidung besprochen. Ist die Sachebene geklärt, werden in einer zweiten, emotionalen Runde die gefühlsmässigen Aspekte der anstehenden Entscheidung geteilt. Dabei ist es wichtig, dass alle in ihren Ängsten und Freuden gehört und gesehen werden. Transparenz und Ehrlichkeit sind wesentlich. Erst dann öffnen wir uns gemeinsam und angeleitet dem Raum des Nichtwissens. Die zu entscheidende Frage wird in diesen Raum gestellt und alle Beteiligten öffnen sich in der Stille der Information, die aus dem Raum der höheren Anbindung zu uns fließt, ob in Worten, Bildern, Gefühlen und Empfindungen. Im Austausch zeigt sich dann erstaunlich oft eine Korrelation der Aussagen. Wer sich getriggert fühlt und sich nicht als reiner Kanal zur Verfügung stellen kann, steht selbstredend zurück. Mit dieser Form liegt die Entscheidungskompetenz in der Anbindungsfähigkeit an das Höchste und der Konsens findet sich jenseits der Ratio.

### Heilige Kühe

Upgrade heisst auch immer, Altes loszulassen. Noch bevor die demokratische Welt vom Mehrheitsentscheid zum Konsens gefunden hat, verabschiedet sich die Gemeinschaftsbewegung bereits wieder von der heiligsten ihrer Kühe. Jede Stimme muss gehört werden wird relativiert und revidiert. Hierarchien sind wieder zulässig, sofern sie auf Kompetenz beruhen. Das Gleichmachen und Absägen der Speerspitzen hat vielerorts zu einem trägen Sumpf geführt, in dem Individualität und Potenzialentwicklung weitgehend verloren gegangen sind.

Die Einzigartigkeit des Individuums und seine Kompetenz dürfen wieder gefeiert werden. Wir synchronisieren uns auf die höchste Kompetenz im Raum und erkennen unsere antievolutionären Tendenzen. Andere zu bremsen, um uns wieder sicher zu fühlen und um unseren eigenen Entwicklungsdruck nicht spüren zu müssen, wird nicht mehr unterstützt.

So geben wir der nächsten Ich-Stufe in der Evolution

Raum und verhindern, dass sich engagierte Menschen von ihrem Entwicklungsimpuls entkoppeln bzw. die Gemeinschaft verlassen, um ihrer Seele treu zu bleiben.

Unter folgendem Link steht der 12-minütige, inspirierende Kurzfilm Gemeinschaft X.0 – Thinktank am Schloss Tempelhof zur Verfügung. Ein rasanter Zusammchnitt des viertägigen time2upgrade Treffens:

<https://www.youtube.com/watch?v=ytY5D4tvBUo>

### Lebensform für das dritte Jahrtausend



Liebe Leserin, lieber Leser, möge der Funke unserer Begeisterung für die Gemeinschaftsbewegung und ihre Forschungsfelder zwischen den Zeilen hervorspringen und Dir Freude bereiten. Zusammenfassend können wir wohl berechtigterweise sagen, dass sich Gemeinschaften als zeitgemässe Lebensformen entpuppen, die wahrhaftig Lösungen für die Herausforderungen unserer Zeit zu bieten haben. Sie bereiten einen fantastischen Nährboden, um tiefe und frühe Themen von Zugehörigkeit zu heilen. Sind Inkubator für innovative Kultur, transparente Kommunikation und interpersonelle Klarheit. Forschungsplatz für gelebte Liebe und wache Beziehungskultur. Und Zukunftswerkstatt für soziale, ökologische und spirituelle Nachhaltigkeit.



### Einzigartigkeit in der Diversität

Die Einzigartigkeit jedes einzelnen Mitglieds wert zu schätzen und die daraus resultierende Vielfalt als Geschenk zu ehren, liegt uns nicht nur auf Gemeinschaftsebene am Herzen, sondern auch im Weltgeschehen. Networking als eine unserer Best Practices ruft uns immer wieder, dieses Credo auch in die Welt zu tragen. Ganz aktuell freuen wir uns, Euch zu einem bevorstehenden Anlass einzuladen, den Menschen aus unserem Kreis mitinitiiert haben: Das OPEN FORUM in St. Gallen, eine Veranstaltung, die auf den Grundsätzen von Arnold Mindells *Deep Democracy*, insbesondere *Worldwork*, beruht und sich an alle Menschen mit Interesse an den grösseren Zusammenhängen der humanitären Krise in Europa wendet.



### OPEN FORUM: Menschen auf der Flucht

Die Zuwanderung von Menschen auf der Flucht nach Europa und in die Schweiz hat in den letzten Jahren markant zugenommen, aufgrund andauernder weltweiter Konflikte ist eine weitere Zunahme zu erwarten. Die Situation spitzt sich nicht nur in Europa zu, sondern beschäftigt uns vermehrt auch hier in der Schweiz. Es ist uns ein Anliegen, dass die Flüchtlingsthematik auch in der Schweiz aufgefangen wird und in der Gesellschaft Gehör findet.

Wir sind überzeugt, die Schweiz braucht heutzutage mehr denn je einen gesellschaftlichen Dialog zwischen der Schweizer Bevölkerung und Neuankömmlingen und zwar auf eine niederschwellige Weise.

Hier setzt unser Projekt an: Das OPEN FORUM möchte die Bevölkerung sowie Akteure und Vertreter/innen aus Politik und Parteien, Menschen auf der Flucht, Flüchtlingsarbeit, Regierung, Entscheidungsträger/innen und weitere interessierte Personen zusammenbringen, um ihnen gleichermassen die Chance zu bieten, sich am Dialog zu beteiligen und auszutauschen.

Diese Foren wollen alle Seiten ins Gespräch bringen, sie füreinander sensibilisieren, Probleme aufzeigen und ihre Sichtweise verstehen und respektieren, Vorurteile abbauen und gegenseitiges Verständnis entwickeln.



Mit Hilfe der tiefendemokratischen Methode des Instituts für Prozessarbeit wollen wir in einer ersten Reihe ein Open Forum in St. Gallen und eines in Zürich durchführen. Mit der Option, bei grossem Anklang, in weiteren Städten und Regionen Anlässe in dieser Form zu organisieren und damit den Prozess der gegenseitigen Verständigung und des Dialogs zu vertiefen. Zudem unterstützen wir Menschen, die im Anschluss eine Arbeitsgruppe gründen und konkrete Themen voranbringen möchten, beim Startup.

Das OPEN FORUM findet am 9. Juni 2016 von 19h bis 21:30 in der Lokremise in St. Gallen statt. Mit Yvonne Gilli (Grüne Partei) und Mario Schmitt (SVP).

### Lesbos ist überall

Ein anderes Gemeinschaftsmitglied hatte sich im letzten November ebenfalls für Menschen auf der Flucht engagiert. Als Ärztin an den Stränden von Lesbos. Dort kamen Menschen, nach teils monatelanger Flucht inklusive lebensgefährlicher Überfahrt in masslos überfüllten Schlauchbooten unterkühlt und erschöpft, hungrig und durstig, verletzt und traumatisiert an. Die Fotos auf dieser Seite zeugen von der dortigen Situation.

Mit diesen Beiträgen möchten wir der Welt etwas von der Verbundenheit und dem Glück, welches wir hier in Sennrüti teilen und leben dürfen, zurückgeben. Möge Frieden sein auf Erden. Mögen alle Wesen glücklich sein.

