

BOOKLET OF BLOG ARTICLES BY IFIS AS PART OF THE COHERE + PROJECT



Co-funded by
the European Union

Institut für integrale Studien
Institute for Integral Studies

ifis

Zusammenstellung der von IFIS im Rahmen des Cohere+-Projekts veröffentlichten Blog- Artikel

mitfinanziert von der Europäischen Union

Preface

This collection of texts consists of blogs published by the Institute for Integral Studies (IFIS) between 2022 and 2025, which were created as part of the Cohere+ project. The aim of Cohere+ was to explore the quality of coherence and its significance for the work of paradigmatic change agents working toward systemic change in view of a regenerative society and politics. The basic thesis is that coherent fields, i.e., fields that are energetically “clean” and internally aligned, e.g., in organizations, initiative or project groups, strengthen their focus for action and substantially increase their effectiveness. This was empirically researched and analyzed in various settings, networks, fields, etc. as part of the project.

One focus of the work of the Institute for Integral Studies in this context was to better understand and apply the quality of coherence as an element and key dimension of integral politics (which is one of many possible approaches to transformative change at the systemic level). To this end, IFIS tested the principles, methods, and practices of integral politics developed in a previous project (*LiFT Politics*) in concrete contexts and reflected on them in depth with regard to the dimension of coherence.

This took place in the following formats (online and offline), which we report on here:

- the IFIS online Colloquium
- integral political salons (online and in person)
- round tables
- dialogue evenings (in cooperation with Aktion Brückenschlag, Freiburg)
- workshops and seminars on the topic of integral politics

The following articles all deal with the phenomenon of coherence or certain aspects of it in the social and political sphere. They are structured as follows

1. Basic Principles of Integral Politics and the dimension of Coherence
2. Substantial reflections on the role of coherence in new paradigm integral politics and self-transformation work
3. Round Tables and Dialog events
4. Integral political Salons, Workshops and Seminars
5. Reports on the IFIS Online Colloquium

We wish you lots of fun and a pleasant time reading!

Vorwort

Die hier versammelten Texte sind eine Auswahl der vom Institut für integrale Studien (IFIS) in den Jahren 2022-2025 veröffentlichten Blogs, die im Rahmen des Cohere+-Projekts entstanden. Ziel von Cohere+ war es, die Qualität von Kohärenz und ihre Bedeutung für die Arbeit von Wandelakteuren zu erforschen, die mit einem paradigmatisch-transformativen Anspruch an systemischen Veränderungen in Richtung einer regenerativen Gesellschaft und Politik arbeiten. Grundthese ist, dass kohärente, also in sich energetisch „aufgeräumte“ und innerlich ausgerichtete Felder, z.B. in Organisationen, Initiativ- oder Projektgruppen deren Handlungsfokus verstärken und ihre Wirkmächtigkeit substanziell erhöhen. Dies wurde im Rahmen des Projekts in verschiedenen Settings, Netzwerken, Feldern usw. empirisch erforscht und analysiert.

Ein Schwerpunkt der Arbeit des Instituts für integrale Studien in diesem Zusammenhang war es, die Qualität von Kohärenz als Element und Schlüsseldimension integraler Politik (als eines unter vielen möglichen Ansätzen transformativen Wandels auf systemischer Ebene) besser zu verstehen und praktisch einzusetzen. Hierzu hat IFIS die in einem vorherigen Projekt (LiFT *Politics*) erarbeiteten Prinzipien, Methoden und Praktiken integraler Politik in konkreten Kontexten erprobt und im Blick auf die Dimension der Kohärenz vertieft reflektiert.

Dies erfolgte in folgenden Formaten (online und offline), über die wir hier berichten:

- dem IFIS Online-Kolloquium
- integralen politischen Salons (online und in Präsenz)
- Runden Tischen
- Dialogabenden (in Kooperation mit der Aktion Brückenschlag, Freiburg)
- Workshops und Seminaren zum Thema integrale Politik

Die nachfolgenden Beiträge beschäftigen sich alle mit dem Phänomen von Kohärenz oder bestimmten Aspekten davon im gesellschaftlichen und politischen Raum. Sie sind gegliedert in

1. Prinzipien integraler Politik und ihr Verhältnis zu Kohärenz
2. Grundlegende Texte zur Rolle von Kohärenz im Kontext integraler Politik und persönlicher Transformationsarbeit
3. Berichte über Runde Tische und Dialogabende
4. Berichte über integrale politische Salons, Workshops und Seminare
5. Berichte aus dem IFIS-Online-Kolloquium

Wir wünschen viel Spaß und eine inspirierende Lektüre!

Table of Contents / Inhaltsverzeichnis

1. Grundlegende Prinzipien integraler Politik and die Dimension der Kohärenz/Basic Principles of Integral Politics and the dimension of Coherence

1. Integral Politics and Coherence	6
2. Integral Politics and Coherence - Principle 1	9
3. Integral Politics and Coherence - Principle 2	10
4. Integral Politics and Coherence - Principle 3	11
5. Integral Politics and Coherence - Principle 4	12
6. Integral Politics and Coherence - Principle 5	13
7. Integral Politics and Coherence - Principle 6	14
8. Integral Politics and Coherence - Principle 7	15
9. Integral Politics and Coherence - Principle 8	17
10. Integral Politics and Coherence - Principle 9	18
11. Integral Politics and Coherence - Principle 10	19
12. IDGs und integrale Politik - eine zauberhafte Mischung	20

2. Bedeutende Reflektionen über die Rolle der Kohärenz in einem neuen Paradigma der integralen Politik und Selbstentwicklungsarbeit - Substantial reflections on the role of coherence in new paradigm integral politics and self transformation work

1. Coherence matters! Mapping a new paradigm quality (vor Projektbeginn, 21.5.2022) .	22
2. Zwischen Broadcasting und Deepcasting: Inspirationen und Impressionen vom 2. IDGs Summit in Stockholm	26
3. The Marriage of depth and power: Integral Politics & IDGs in Caux	30
4. Unsere Politik braucht ein integrales Update!	32
5. Buchrezension: Ein integrales Upgrade für die Demokratie	36
6. Keynote: Ein integrales Upgrade für die Demokratie	40
7. Wie Konflikte entstehen und wie wir sie lösen können - Inspirationen aus Spiral Dynamics	45
8. Reichtum und Kohärenz - ein unterbelichtetes Spannungsfeld	47
9. Exploring coherence in communities of change agents using Sensemaker® application - What "outliers" reveal from a system	55
10. Body-Mindedness Online-Live learning journey - How Embodied Practices Transform Our Inner and Outer Worlds	57
11. Creating Islands of Coherence: Transformation Intensive and the Power of Inner Transformation	60
12. Learnings from Online Colloquium 80 - Exploring coherence	62
13. Communities of Coherence and the Necessity of Frustration Tolerance	63

3. Runde Tische und Dialogabende - Round Tables and evenings of dialogue67

Runde Tische/Round Tables.....67

1. "Überraschend kreativ!" - Runder Tisch in Hinterzarten	68
2. Eine runde Sache: Runder Tisch zum Thema Migration	70
3. Kohärenz in Aktion: Wie die Magie des Runden Tisches Flow erzeugt	73

Dialogabende/evenings of dialogue.....77

1. Inspiziert von Deep Democracy: Auftakt integraler politischer Dialoge in Freiburg.....	77
2. Vertiefung der Demokratie: Zweiter integraler politischer Dialog in Freiburg.....	78
3. „Produktive Verunsicherung“ – Polarisierung abbauen mit Deep Democracy.....	81
4. Magische Momente beim Dialogabend Medien.....	85
4. Integrale politische Salons, Workshops und Seminare - integral political salons, workshops and seminars	90
1. Die Quintessenz integraler Politik.....	91
2. Arbeit am kollektiven Schatten - Deep Democracy und der Umgang mit der AfD.....	92
3. Musicosophia und Dialog - zwei achtsame Geschwister im Geiste.....	96
4. Future politics made in Europe.....	99
5. Berichte vom IFIS-Online-Kolloquium - reports from the IFIS-online-colloquium.....	101
1. Innen und Aussen in Balance.....	102
2. Slipchain Economy und Integrale Ökonomie.....	104
3. Reinventing Society: Zuversichtsdünger im IFIS-Online-Kolloquium.....	106
4. Regeneratives Wissen aus indigenen Kulturen.....	109

1. Integral Politics and Coherence

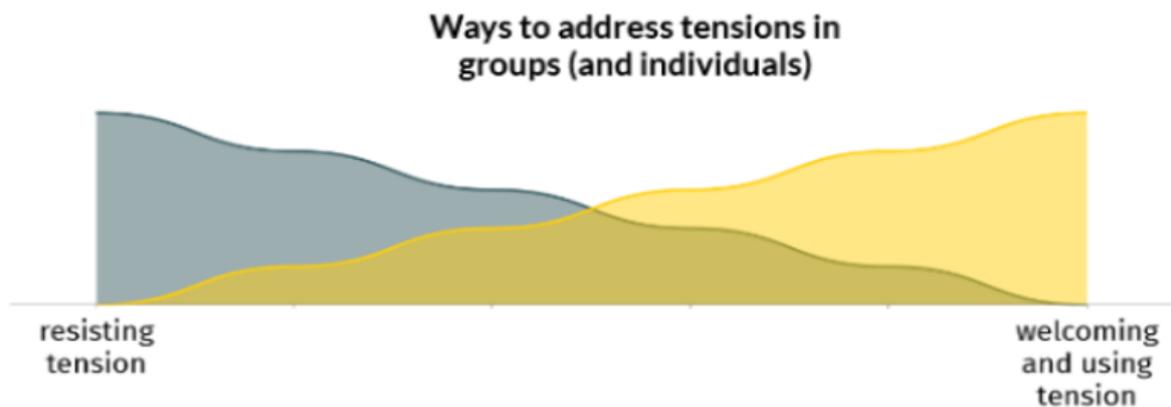
von Dr. Elke Fein | 21.03.2025



The Strategic Partnership Cohere+ explores the quality of what we call **coherence in social fields**, in particular the field of **of social change makers** working towards transformative change. The underlying assumption is that if groups of people are in a coherent state, cooperation flows much more easily and effortlessly than if there was some kind of unaddressed tension or conflict in the shared relational space.

As part of IFIS' contribution to this exploration, numerous on-site workshops, dialog formats and trainings have been conducted over the last 2+ years. Given that Cohere+'s focus is on **new paradigm** transformative change, and that one of IFIS' areas of expertise is the newly emerging **integral paradigm of understanding and doing politics** (IFIS' previous Strategic Partnership LiFT *Politics* has spent three years exploring the essential qualities and elements of this), our spotlight in these events was on how these two concepts relate. More specifically, we looked at how **integral consciousness** provides new ways of dealing with tension and conflict, allowing for more wholeness in public deliberation and decision-making. How would serving greater coherence within the respective groups or fields build a basis for innovative solutions and a better future for all?

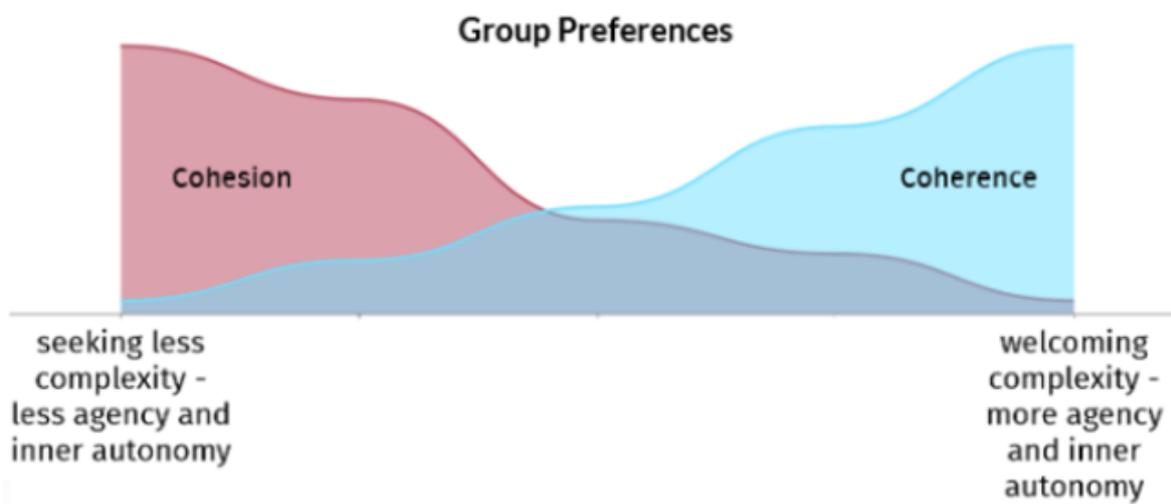
Cohere+ has come up with a model that illustrates how a group's dealing with tension and conflict can actually serve as a marker of their ability or potential to achieve higher or lower degrees of coherence. In a nutshell, we hold that on the one hand, the more tensions or conflict are ignored, denied, avoided or repressed, the more the respective social group or field is located at the pole of what we call *cohesion* or pseudo unity. We understand *cohesion* as a collective state of "sameness" that is superficial, rather than real. This is mostly the case in societies characterized by authoritarian systems of rule and lack of civic freedom.



(c) Bettina Geiken, IFIS

On the other hand, we understand *coherence* as a collective state of integration that is the result of tensions or conflict being openly embraced as important indicators of unmet needs that have gone unnoticed before. On this end of the spectrum, tensions and conflicts are welcomed and processed productively. We assume that valuing and exploring tension is a precondition for addressing unmet needs in a group. If this is done successfully, the latter can be resolved to everyone's satisfaction before things escalate into more serious conflict.

In other words, exploring and processing tensions productively is a way for a group or society to “get more real” with itself, i.e. to move from a “pseudo community” to deep connection, based on trust and felt community which we call *coherence*.



(c) Bettina Geiken, IFIS

While the concept of coherence as described above has not yet been in focus during the LiFT *Politics* project, it turns out that coherence is actually at the heart of integral politics. What's more, the essence of this new, holistic paradigm of understanding politics and of designing better futures for all can be beautifully summarized in that ultimately, it is all about creating deeper qualities of coherence throughout.

This paper relates the essential insights of our exploration of coherence to those of the LiFT *Politics* project on integral politics, in order to better understand the role of coherence in new paradigm politics on a deeper level.

In our book “Foundations, Principles and Inspirational Resources of Integral Politics“ (2023), we have harvested the wisdom and experiences of ten important inspirational thinkers and approaches to integral politics from Sri Aurobindo until Quantum Politics. The essence of these can be summarized in the form of the following ten core principles which describe the new, integral paradigm of understanding and doing politics:

10 Principles of Integral Politics

Integral Politics...

1. integrates more perspectives, in particular inner dimensions;
2. is based on a developmental understanding of political action logics;
3. works with states of presence and awareness;
4. is grounded in spirituality: connected with all living beings;
5. serves a higher purpose, the common good, that transcends particularistic perspectives;
6. translates the integral understanding of the nature of human beings into corresponding structures, institutions and politics;
7. walks its talk by translating theory into experiential praxis;
8. acts with lightness and playfulness;
9. rethinks agency on the basis of a quantum social science paradigm;
10. offers space for not-knowing and emergence.

This paper spells out how each of these ten principles relates to the **quality of coherence** and how each of them helps to better understand different aspects of **coherence** in individuals, groups and the larger society.

Link to this text on the IFIS-Website/Link zu diesem Text auf der IFIS-Webseite: [Integral Politics and Coherence | IFIS](#)

1.1 Principle 1: Integral Politics integrates more perspectives, in particular inner dimensions

von Dr. Elke Fein | 21.03.2025

As per definition, the first core principle of a new, integral/holistic politics is to make politics more whole. And the most straightforward strategy for doing this is to expand its perspective beyond the usual competitive ways of *politics as usual* where privileged perspectives tend to dominate the discourse, and to strive for including previously neglected perspectives. In view of working towards deeper **coherence in groups**, this principle helps to detect and to pro-actively counteract instances of **incoherence** before they produce detrimental effects.

The first step for doing this is to adopt a curious, explorative attitude, asking: what perspectives might we have neglected to far? Who else might need to be at the table or in the conversation in order for us to obtain a more comprehensive picture of the issue or challenge at hand. Sometimes, it is neglected stakeholders, minorities, or simply people who are less comfortable speaking up and making themselves heard in public settings. However, if we neglect or ignore their views and needs, they might one day develop a sense of frustration, anger or even resistance for not having been included.

While the respective voices might or might not add substantially new information to the picture, ignoring them always builds up subtle tension, and as explained earlier, unaddressed tension reduces coherence. So this first principle is all about identifying potential causes of tension, ideally before they actually arise, in order to weave their observations and concerns into the self-perception of the given field and hence, increase its quality and fabric of coherence.

Beyond this straightforward strategy for including more perspectives, integral politics also uses a number of tools for a deeper exploration of potential causes of tension. One of them is the four-quadrant-model by Ken Wilber, which helps to systematically identify blindspots of our attention that are often due to habitual patterns of perceiving the world.

Very often, a four-quadrant analysis shows that we have been neglecting inner dimensions, such as our inner mental or emotional states, or our patterns and structures of meaning-making which are often so automated that we are unconscious of their role in the ways we perceive and understand almost anything. Section 2 below elaborates on this dimension of integral politics.

Another strategy for including more perspectives is to explore shadow dimensions of a given issue or challenge. In cases where tension is felt, but not addressed in appropriate ways, we need to make extra efforts to specifically look at difficult aspects of the respective issue. In public settings, this is sensitive when it comes to taboo topics, taboo perspectives or minority opinions. Most people are more at ease when they feel that they are with the majority in a group or society, while it tends to need more courage to speak up with minority perspectives. Hence, the latter tend to remain silent if they are not actively facilitated into the conversation. As a result, they can develop into tensions or resistance as explained above. Integral approaches such as deep democracy offer a variety of tools for addressing shadow issues and for bringing difficult topics and perspectives into public awareness.

In other words, these are ways to actively work towards **deeper coherence in a group** through inviting, exploring and constructively processing tension before it turns into felt incoherence or open conflict.

Link to this text on the IFIS-Website/Link zu diesem Text auf der IFIS-Webseite: [Integral Politics and Coherence | IFIS](#)

1.2 Principle 2: Integral Politics is based on a developmental understanding of political action logics

von Dr. Elke Fein | 21.03.2025

The second core principle of integral politics honors the many decades of research in various areas of structural adult development, which shows that humans potentially develop through increasingly complex systems of cognitive functioning and meaning-making. In other words, every person's patterns of thinking, perceiving, and processing "reality" are subject to structural development, i.e., to increases in complexity of their cognitive "operating system" as humans mature. All humans start their developmental journey at an embodied, "egocentric" place, where considering anything beyond their own personal needs is physically impossible. From there, we gradually develop more complex and more differentiated ways of perceiving, thinking, and problem solving, as we are going through various kinds of challenges and educational support.

As a result, people on different levels of complexity development perceive the same reality differently, and hence identify different things as good/bad or normal while also holding different ideas as to how society could or should be governed. This fact is so far rarely taken into account in the political realm, even though, holding true for every person, it applies to citizens, politicians, and all other societal actors alike. Moreover, the degree of complexity by which every one of us perceives, understands, and makes sense of the world has a direct influence on how we act on it, on what we perceive as "problems" in the first place, and what we assume to be (im)possible or good solutions to these.

For example, a person operating at an egocentric level will view and evaluate political events and developments through the lens of their own personal interests ("[how] does it serve me?"). Someone at a conventional level will evaluate events with regard to their specific system of norms or rules ("Is it socially/morally/legally acceptable? Will my peers or my authority X approve of it?"). In contrast, a person at a post-conventional level will likely weigh various perspectives, options, and arguments and prioritize choices based on overarching, higher principles such as "the value of human life beats specific interests or rules". Moreover, I would argue that similar differences are the root cause of many of the tensions, conflicts, and challenges we are facing in our societies.

So if we want to **create greater coherence** by addressing similar tensions at their root causes, we have to take differences in meaning-making into account. When it comes to politics, a minimum level of cognitive complexity and perspective taking are preconditions for understanding what is at stake in a given conflict and, hence, for successfully acting in systems as complex as modern societies. This is especially the case in democratic societies, where many stakeholder positions – and (ideally) every citizen's voice is considered as equally valuable and important. Likewise, successful problem solving in and between social groups and even whole societies (as in foreign politics) calls for a certain capacity of empathy and taking others' perspectives into account (àwise relating).

It is therefore not surprising that open, liberal and democratic societies tend to be governed on more complex levels of consciousness and meaning-making as compared to more authoritarian societies. Liberal societies tend to try to process conflicts through various forms of negotiation, compromise or settlement of interests. In contrast, in authoritarian systems, political leadership is often unable to address tensions and conflict in welcoming and productive ways, and rather tend to fight them by fighting those who voice them. This, of course, will ultimately increase tensions and incoherence instead of solving them and making social relations more coherent.

So while a high level of complexity development would be desirable for people in political offices, especially in open, democratic societies, a majority of people, including political leaders, are thinking, making meaning, and acting at levels below the most complex known levels in each area of development (i.e. post-formal or post-conventional ones). According to available data, a majority of adults operates on one of the conventional structures of consciousness.

A developmentally informed politics is therefore much more effective in understanding and addressing these differences and thus, some of the root causes of incoherence and social conflict. It is thereby better at understanding what can(not) be done about them, based on the specific actors' logics of thinking and action. In other words, it is better equipped to facilitate conflicts such that the underlying needs and tensions can be integrated in view of increasing the coherence of the social fabric.

So, based on its developmentally informed understanding of thinking and behaviors, integral politics is much better equipped to understand and hence, resolve socio-political challenges in ways that increase coherence by processing tensions more adequately and more effectively than more conventional approaches.

Link to this text on the IFIS-Website/Link zu diesem Text auf der IFIS-Webseite: [Integral Politics and Coherence | IFIS](#)

1.3 Principle 3: Integral politics works with states of presence and awareness

von Dr. Elke Fein | 21.03.2025

Third, new paradigm integral politics consciously works with states of presence, attention, and awareness in political, leadership, groups, and all kinds of cooperation contexts. By putting a strong focus on how we are being together (lower left quadrants in Wilber's model), integral politics directly addresses the relational qualities which are at the heart of the work on increasing **coherence**. As indicated before, incoherence arises if tensions and conflicts are not addressed, in other words, if "weak signals" of discontent or resistance are ignored. Integral politics does the opposite: it puts its focus right onto the quality of our interrelations.

Moreover, it offers a rich body of experience and tools for actively shaping the qualities of communication and presence in groups and in social fields more generally, with the aim of transforming them towards deeper qualities of interbeing. By definition, this implies that relationships become more authentic and thus, more **coherent**.

One of the most prominent resources for actively working with collective states of being and thus, deepening the qualities of presence in groups, is the work by Otto Scharmer (2007) and his colleagues on "Theory U" and presencing (Senge, Scharmer, Jaworski & Flowers, 2008). Its essence is all about the art and skill of using state awareness to improve the quality of listening and communication.

As integral theory points out, states are much more fluid and flexible phenomena than stages (or levels) of skill development (see section 2 above). Whereas it usually takes years to develop new structures of meaning making and reasoning by just one level, states can be modulated and changed quite easily through appropriate exercises (individual level) and skilled facilitation (in groups). This allows to modulate different state experiences in the course of just one group session, for example. In this way, groups can be guided from more conventional, superficial modes of listening and

communicating into deeper and more meaningful ones in a short period of time. This helps them to access new perspectives, as well as potential shadow sides of an issue which had previously been overlooked or avoided. Moreover, it helps to transform shadow into potential and supports the co-creation of better, more visionary, and more effective responses to socio-political challenges.

The magic of Theory U lies precisely in gradually taking groups into deeper collective states of awareness, in which fresh perspectives arise and new solutions appear that draw on an emerging future, rather than the patterns of past thinking. By integrating methods and approaches for promoting state-awareness into its standard repertoire, integral politics lays the ground work for a political culture of depth and coherence and thus, for building **communities of coherence**.

Link to this text on the IFIS-Website/Link zu diesem Text auf der IFIS-Webseite: [Integral Politics and Coherence | IFIS](#)

1.4 Principle 4: Integral politics is grounded in spirituality: connected with all living beings

von Dr. Elke Fein | 21.03.2025

The fourth principle holds that new paradigm integral politics is grounded in spirituality and based on an ontology of inter-connectedness with all living beings. In other words, it promotes wholeness both inside the individual and in view of humans' role in the larger fabric of all life. This principle thus strongly promotes **personal coherence** in the sense of bringing all elements of the personality into harmony and resonance. At the same time, it strives to heal interconnections both among humans and between them and their natural environment.

As to personal coherence, integral politics draws on Sri Aurobindo's (1999) view of the human person, which proposes an anthropology consisting of four equally important pillars: body, emotions (vital), mind, and spirit (see Figure 3). By adding spirituality as one of these, integral politics is very explicit in going beyond the modern, primarily materialistic worldview. Moreover, by claiming that physical, emotional (vital), mental, and spiritual needs and capabilities are equally important, it turns this anthropology into a political statement.

In this perspective, all humans have basic needs in all of those four dimensions. Consequently, politics needs to address all four of them with equal attention and care. This integral anthropology makes clear to what extent the current modern worldview and the *politics as usual* based on it try to compensate emotional or spiritual needs by material consumption or mental distraction. Both of these endeavors are bound to fail – and lead to experiences of **incoherence**. Moreover, personal coherence can be increased precisely by rebalancing these four basic needs dimensions within each person.

This spiritual foundation of interconnectedness also helps to recognize – and to ultimately heal experiences and phenomena of incoherence beyond the individual person. Moreover it is a powerful antidote to the three “divides” identified by Scharmer and Käufer (2013): our separation from ourselves and our inner source (spiritual), from each other (social), and from nature and the ecosystem (ecological).

On the ecological level, it is clear that we won't heal the ecosystem by perpetuating our currently dominant mindset of exploitation which has produced significant levels of incoherence in the first place.

On the social level, an attitude of interbeing will put the focus on deep, healthy relationships as a precondition of social coherence, happiness and, hence, a flourishing society. On the personal level,

connection with the origin/source and with one's higher self and purpose helps to move beyond ego, to transcend self-centered concerns and identities, and to give a deeper meaning to one's life and actions. Living according to our higher purpose and inner calling (see Principle 5) instead of primarily pursuing material interests can be considered a crucial element of personal coherence.

To sum up, an anthropology based on a spirituality that is grounded in interconnectedness is a political project that profoundly invests in **deeper levels of coherence** in all areas.

Link to this text on the IFIS-Website/Link zu diesem Text auf der IFIS-Webseite: [Integral Politics and Coherence | IFIS](#)

1.5 Principle 5: Integral politics serves a higher purpose, the common good, that transcends particularistic perspectives

von Dr. Elke Fein | 21.03.2025

This principle is essentially inspired by Frederic Laloux' research into what he calls "teal" (integral) organizations (Laloux, 2014). He found that organizations operating on the basis of teal (integral) consciousness have implemented three basic principles: self-management, wholeness, and an evolutionary purpose as their *raison d'être*. In view of the very mission and legitimacy of politics, the principle of putting the deeper WHY into the center is a crucial game changer. As opposed to *politics as usual* which is primarily interest-, power and stakes-driven, integral politics defines and builds its whole agenda and strategy around its core mission and identity, namely to be in service of the larger common good.

The ambition of being aligned with its higher purpose means that **inner coherence** is put in the center not only of political activity, but of the very existence of political groups. Laloux stresses that purpose-driven organizations are so focused on their purpose that if the latter changes, they either have to change themselves too – or dissolve.

By its commitment to serve a higher, evolutionary purpose, new paradigm politics sets clear priorities and acts based on the question "What is ultimately at stake?". It thereby transcends silo thinking and particularistic interests in favor of solutions that work for everyone (see principle 1). The idea of purpose is thus closely connected with a **larger sense of coherence** that radiates all across the social fabric.



Foundations, Principles and Inspirational Resources of Integral Politics

Integral Studies Volume 2

Von Elke Fein



Softcover



Hardcover



E-Book

19,99 €

In den Warenkorb

While this might sound like a high ambition, it turns out that many people actually get excited if you invite them into doing meaningful work, especially as problems get bigger. This seems to be because they sense that something fundamental is at stake – and that they can do something about it. Jim Rough (1996), the inventor of the wisdom circle and citizens’ assemblies format, found that if people have been involved in a collective process of decision-making, they are very ready to make personal sacrifices for a higher cause. This illustrates the fact that acting on the basis of a powerful, **coherent vision** and sense of meaning and interconnection increases the vibrational quality of aliveness, which generally makes purpose-driven work attractive.

Link to this text on the IFIS-Website/Link zu diesem Text auf der IFIS-Webseite: [Integral Politics and Coherence | IFIS](#)

1.6 Integral politics translates the integral understanding of the nature of human beings into corresponding structures, institutions and politics

von Dr. Elke Fein | 21.03.2025

The next five principles deal with implementing and enacting the above visionary principles in a coherent way, and with putting them into practice in ways that increase peoples’ **felt sense of coherence**.

Principle 6 is all about bringing the new integral political culture into **coherence** with the more stable features of the political system, i.e. with its structures, institutions and processes for deliberation and decision-making. For ultimately, it must be sustained and scaffolded by replacing the incentives of the current political systems for competition with incentives for cooperation and interbeing throughout the political operating system (lower right quadrant in Wilber's model). Note that according to sociological research, polarization is to a large degree produced and co-created by the political parties themselves, while they are acting out the current system's compulsion for self-presentation at the expense of political opponents (Mau, Lux, & Westheuser, 2023). In some sense, we can say that the behavior of our politicians (*politics as usual*) is **coherent** with the existing systemic incentives. So if we want to sustainably change behaviors, we must also change the system of incentives on the level of the political (operating) system.

There is no single blueprint for designing integral (or TEAL) political institutions, since integral consciousness is a newly emerging phenomenon. Moreover, every society has to co-create their own version of next-level structures and institutions in order for them to be in **coherence** with the emerging consciousness and culture – and hence, to function sustainably.

At the same time, the good news is that countless pioneers and initiatives are already prototyping new paradigm structures that can inspire this process. We see many examples of next stage deliberation and dialog processes, decision-making formats, and behaviors all over the world. New structures for overcoming partisanship are being created and tested, showing that party bickering can be replaced through cultures and practices of nonpartisanship. Moreover, this co-creative process of inventing new structures that are **in coherence** with an integral political culture and consciousness is an agile, iterative process that involves many feedback cycles and rounds of testing and prototyping better versions of the newly emerging entities.

As one of the products of our LiFT *Politics* project (2019-2022), Indra Adnan and Harald Schellander have created an interactive Prezi-based universe of new politics called “Planet A”. It suggests that a new planet built up of countless pioneering initiatives of a new, more integral politics is virtually emerging underneath our feet. You can enter the universe of Planet A through many different doors and walk your own way through your personal exploration.

Another prominent example for translating the core principles of an integral worldview into policy recommendations is Hanzi Freinacht's suggestion of **six forms of metamodern politics** (Freinacht, 2019).

Link to this text on the IFIS-Website/Link zu diesem Text auf der IFIS-Webseite: [Integral Politics and Coherence | IFIS](#)

1.7 Integral politics walks its talk by translating theory into experiential practice

von Dr. Elke Fein | 21.03.2025

This principle is about coherence in the most direct sense. While the above principle 6 aims to bring inner and outer quadrants (consciousness, culture, behavior and institutions) into **coherence**, this one spells out the need for coherence in an even broader, more general way.

Many great thinkers, philosophers, and models have described integral consciousness. However, a new integral paradigm of understanding and doing politics will only gain traction if it can be experienced in practice by people, whether they are familiar with the “theory” or not. As an all-quadrant approach, integral politics needs to be embodied and speak to people's hearts, minds, and

souls alike, in a language they can hear and understand, or it is not integral. In other words: we need to walk our talk in order for people to feel and experience it first-hand.

While this principle appears to be a no-brainer at first sight, it is probably one of the most difficult ones to implement. Many an integral political initiative failed precisely because its members did not manage to walk their talk and to embody their vision and theory in a coherent and, thus, convincing way in “real life”. Admittedly, given the gap between the politics we are used to and the integral vision, this is not an easy task. This does not mean that integral projects have to display perfect coherence in all areas from the start. However, it includes the willingness and openness to build a coherent entity, to engage in a purpose-driven process of transforming politics toward the integral vision and to learn from mistakes.

This might imply to be willing to engage in shadow work, to get in touch with traumatic experiences, and to process and heal tensions and conflicts in oneself, one’s group or organization, as well as within the larger social fabric. Calling for a truly transformative attitude and approach, this ambition requires the willingness and the commitment to live up to these principles and to embodying them in everyday life and actions. Integral politics thus aims to practice what Otto Scharmer (2016) calls “seeing with fresh eyes”, i.e., to start with what is, rather than what should be. It values process qualities just as much as actual results. It happily makes mistakes and learns from them, keeping the overall vision in focus. It values doing over talking and resists dogmatism by making sure its ideals are translated into visceral practice.

Ultimately, integral politics’ striving for integrity can be measured by how much vitality and joy it generates among those who practice and experience it. In fact, after successful meetings, participants would state that they are leaving “more alive” than they came in. In other words, the **coherence barometer** would show an increase in coherence.

Link to this text on the IFIS-Website/Link zu diesem Text auf der IFIS-Webseite: [Integral Politics and Coherence | IFIS](#)

1.8 Resonance, creativity, and flow: Integral Politics acts with lightness and playfulness

von Dr. Elke Fein | 21.03.2025

Expanding on the previous principle, the degree of joy and “aliveness” that participants experience in a meeting can be considered a good indicator of the degree of coherence that was enacted there.

One of the ways for achieving a degree of **coherence** that makes people “more alive” is to draw on all senses, the whole body, and the arts when inviting people into integral political experiences. It is well known that the mind (our mental and cognitive capabilities) – even though highly valued in Western culture – is but one among many modalities by which humans can communicate and express themselves. While we all are trained extensively in using our minds, many, if not most of us, have other talents beyond thinking – or are even more at ease in using these.

Integrating music, dance, art, and other playful, more “feminine” approaches into our ways of doing politics not only increases the level of fun and aliveness. It also helps to strengthen a sense of interconnectedness and, thus, trust in new modalities of collective intelligence that allow to give up narrow ego perspectives, identities, and their desire to control outcomes.

While we might think that “politics” is or has to be something serious, given that it deals with serious issues, experience shows that once a group of people has developed a sufficient degree of **vibrational coherence**, based on mutual trust and safe enough spaces, new levels of creativity, lightness, and flow emerge. These, in turn, help them to open up, let go of narrow, fear-based assumptions and perspectives, and to access collective states where out-of-the-box thinking is welcome and new ideas can emerge easily.

After all, integral politics’ ambition is to **change our political cultures** towards more collaborative, co-intelligent, and co-creative qualities, while limiting incentives for competition to areas where they don’t produce losers or other forms of exclusion. Even though global problems are of course very serious, not taking ourselves too seriously helps us to remain open to new solutions. It allows for positive surprises, and for grace, coming in the form of wisdom, deeper insights, healing, and synergies of all kinds.

To sum up, this principle calls for dancing tango with our challenges, including our creative abilities. In this way, we are inviting miracles that our cognitive mind might not be open to, but that start to appear once we open up all channels of our humanness.

Note that dancing tango is very much about being present with what is in any moment, and to respond to it from the core of our being. In other words, it is about **personal and relational coherence** in action and interconnection. When Hanzi Freinacht speaks about the attitude of principle 8 as “sincere irony” (Freinacht, 2017, 2019), he describes the mixture of lightness and sincerity that appears to be a product of that sense of personal coherence that has us be ok and present with whatever is.

Link to this text on the IFIS-Website/Link zu diesem Text auf der IFIS-Webseite: [Integral Politics and Coherence | IFIS](#)

1.9 Integral politics rethinks agency on the basis of a quantum social science paradigm

von Dr. Elke Fein | 21.03.2025

What stories are we telling ourselves about the world, about ourselves and about what our role could be – in other words, about if and how we could have a positive impact? Our (often unconscious) narratives are at the heart of our thinking, which then influences the choices we make and hence, become our behavior. Are our stories and narratives **coherent**? And are they **in coherence with the latest science**? In other words, are they aligned with the best of what we, humanity, know about how the universe works?

Integral politics draws on an epistemology that, in turn, is grounded in a new paradigm ontology, namely quantum theory. Even though quantum theory has actually been around for over 100 years now, its basic insights, such as entanglement (interconnectedness), non-locality, and complementarity as described by generalized quantum theory (Walach & von Stillfried, 2011) seem to not have arrived in many other areas of everyday life yet, including politics.

So what does radically rethinking politics and agency on the basis of a quantum social science paradigm imply? Taking the insights and principles of quantum theory seriously implies a completely different understanding of and perspective on the world and of our role and potential agency in it. Karen O'Brien has spelled out the consequences of what she calls a "quantum social science" perspective for politics in her contribution to our handbook (Fein, 2023). She holds that:

- Our current paradigms limit the ways in which problems are defined and approached, including what we assume to be realistic, legitimate, effective, and possible.
- A quantum lens provides an alternative perspective that challenges, provokes, and invites people to engage with politics in a profoundly different way: It sees humans as "walking wave functions" of potentiality and possibility".
- It supports the ontology of wholeness and interconnectedness, in which we see ourselves as entangled parts of a much bigger whole, where politics is essentially about how we manage our entangled relationships.
- Quantum theory sees space, time, and matter not as given, but instead as iteratively performed and produced in every moment (nonlinearity, serendipity).
- Its fractal approach to politics calls for generating patterns that reflect integrity at all scales, which, in turn, impact each other.
- This alternative paradigm, grounded in connections, intra-actions, and values applying to all life on the planet helps us to relax fixed mindsets and to open our minds in view of making the potential for sustainability a reality. It offers a way of seeing solutions that are obscured by the current lens and provides alternative ways of responding rapidly and collectively to interrelated problems (O'Brien, 2023).

A quantum politics approach thereby offers a new (meta)narrative in which both personal development and political agency are (re)framed towards the power of infinite possibility. In this metanarrative, we are profoundly interconnected, in other words, we operate on the basis of **coherence across all levels**.

If all our actions impact everything else, we are extremely powerful. We begin to see that we have created the world we live in and, thus, we can also change it. Our mind and every thought held in our consciousness counts as an origin of our actions – and as the potential source of other actions. "We matter" in the double sense of being important and because of the fact that we are materializing what

we hold to be true or important. In a **coherent state**, thoughts can become material actions and thereby change the world in no time.

In this new paradigm informed by quantum science, we are fully aware of our power. Barack Obama's slogan "Yes we can" is embodied knowledge. Due to the power of this new paradigm agency, social scientists now speak of "positive social tipping points" (Otto et al., 2020) which can be reached if enough people start to subscribe to this ontology and start to enact it. In this case, unexpectedly positive, regenerative human action can start to constructively counteract the bio-physical tipping points of our Earth's system by implementing behaviors and solutions that have been unthinkable in the current paradigm. In other words, we can bring our inner and outer systems back into **coherence**.

Link to this text on the IFIS-Website/Link zu diesem Text auf der IFIS-Webseite: [Integral Politics and Coherence | IFIS](#)

1.10 Integral politics offers space for not-knowing and emergence

von Dr. Elke Fein | 21.03.2025

The last, tenth principle is, in a way, complementary to the previous one. Even though integral politics' rationale is based on the latest available science, it would never mistake the latter's insights for the "ultimate" or "final truth" about the world. Rather, it takes a position of humility in view of its own status, relevance, and agenda, adopting an attitude that goes beyond ego-driven aspirations, claims and desires.

From a developmental perspective, all knowledge is subject to evolution, to constant improvement through probing, testing, trial, and error (see principle 2). Therefore, our concept of integral politics self-identifies as a vision and attractor, rather than as a concise program that can or should be implemented in ten (or so) well-defined steps.

As explained in the context of the first principle, in order to obtain a more comprehensive picture, we have to include "more perspectives". In other words, we always have to ask: What else do we need to include and consider, beyond what we already know is important? Metaphorically speaking, this principle invites the habit of making sure there is always an additional empty chair at the table, as a symbol for the incompleteness of our knowledge and wisdom at any time.

Moreover, principle 10 is about actively putting ourselves in a state of not-knowing (Buddhist traditions speak of the beginner's mind) in order to make space for **deeper resonance and coherence** to emerge. For ultimately, tapping into the vast realms of potential that lies beyond our individual minds, requires us to do less (of what we habitually think or do), but to rather step aside and make room for collective intelligence and the overall evolutionary purpose (Principle 5). Note that one of the first inspirational thinkers of integral politics, the Indian mystic Sri Aurobindo, observed that, at the end of the day, we cannot act against the power of evolution which, by nature strives to unfold towards greater complexity, aliveness and overall **coherence** in all areas.

Integral politics offers a set of tools, methods, and processes for developing the practice of entering the energetic state of not-knowing, helping both individuals and groups to listen to their intuition and to the voice of wisdom that emerges from silence. Thus, it is a powerful agent and driver for bringing more **coherence** into our societies on all levels.

I would like to close these considerations with a quote received as a feedback from a participant of one of my workshops on Integral Politics which describes the visceral quality of their experience. The immersion into integral politics, they said, was like “a sip of wisdom, combined with resonance, soothing connection, and calming togetherness”.

References

Mau, S., Lux, T., & Westheuser, L. (2023). *Triggerpunkte: Konsens und Konflikt in der Gegenwartsgesellschaft/ Warum Gendersternchen und Lastenfahrräder so viele Menschen triggern*. Suhrkamp Verlag.

Link to this text on the IFIS-Website/Link zu diesem Text auf der IFIS-Webseite: [Integral Politics and Coherence | IFIS](#)

1.12 IDGs und Integrale Politik – eine zauberhafte Mischung

von Dr. Elke Fein | 10.03.2024



„Ich fühle mich genährt, inspiriert und berührt“, so das Fazit eines Teilnehmers nach meinem [Halbtagesworkshop zu „IDGs und Integrale Politik“](#) am vergangenen Samstag.

8 Teilnehmende aus der Schweiz, Deutschland und Liechtenstein trafen sich auf Einladung des Schweizerischen IDGs Hub im Impact Hub Basel, um das Verhältnis zwischen den [Inner Development Goals](#) und den am IFIS entwickelten [zehn Grundprinzipien integraler Politik](#) zu erforschen.

Die IDGs wurden geschaffen, um den im Blick auf die Erreichung der UN-Entwicklungsziele (SDGs) bislang stark vernachlässigten inneren Dimensionen der menschlichen Entwicklung die ihnen gebührende Aufmerksamkeit zu verschaffen. Damit sind sie ein entscheidender Beitrag zu einem ganzheitlicheren Verständnis – und einem ganzheitlicheren Herangehen an den nötigen Systemwandel, mit anderen Worten: zu einem neuen, integralen Paradigma von Politik. Letztere wiederum bietet Methoden und Werkzeuge, um die von den IDGs vorgeschlagenen persönlichen Entwicklungsziele und Kompetenzen in eine neue politische Kultur und Praxis zu übersetzen.

Beide sind daher sich ergänzende und durch ihren jeweiligen Fokus komplementäre Konzepte, die gemeinsam ein echter „**game changer**“ sind für die Art, wie wir unsere Gesellschaften gestalten. Metaphorisch könnte man auch sagen: eine zauberhafte Mischung. Denn wie in jedem echten Paradigmenwechsel erscheint das neue Paradigma denjenigen, die es noch nicht kenne, womöglich wie Zauberei: plötzlich werden Problemlösungen sichtbar, wo vorher nur Fragezeichen waren; Handlungsmacht und Zuversicht treten an die Stelle von Ohnmachtsgefühlen und Politikverdrossenheit.

In einer Mischung aus spielerischem Kennenlernen, thematischem Input, interaktiven Übungen und ko-kreativen Gesprächsrunden wurde der **paradigmatisch neue „Geschmack“ integraler Politik** in diesem Halbtages-Workshop im Kleinen erfahrbar. Auch wenn die vier Stunden nur für ein erstes „Hineinschnuppern“ reichte, „die integrale Qualität war schon da“, konstatierte eine Teilnehmerin im Rückblick.



Im Zentrum der vertiefenden Übungen zur Anwendung des integralen Paradigmas auf politische Herausforderungen stand die Frage: „Wie können wir das Leben und die Lebensgrundlagen auf diesem Planeten erhalten, regenerieren und entfalten, bemessen am Wohlbefinden und einer guten Balance aller (Systeme)?“ Eine der Antworten war: eine „zuhörende, mitfühlende, partizipative, ko-kreative Gesellschaft, die sowohl das Innen wie das Außen im Blick hat, während sie lebensdienliche Handlungsstrategien entwickelt“.

Hier noch einige **Feedbacks zum Workshop**:

- „Es war inspirierend und horizonsweiternd.“
- „Mein zu Beginn geäußertes Bedürfnis, zu: „erfahren, genießen und zu sein“ hat sich erfüllt.“
- „Ein Schluck Weisheit, verbunden mit bedachtem Resonieren – eine beruhigende Verbindung, ein beruhigendes Zusammensein“
- „Ich habe Lust auf Politik bekommen!“

2.1 Coherence matters! Mapping a new paradigm quality

von Dr. Bettina Geiken | 21.05.2022



Two years ago, my interest in the topic of coherence started off with one of my usual early morning “downloads”. It was transformed shortly afterwards into a joint article with Delia Mensitieri focusing on “coherence versus alignment”. Since then, the topic of coherence reappeared continuously on my radar, in many different places, conversations, articles and sensations.

During the preparation and research leading up to the **50th IFIS Online Colloquium** “Coherence - mapping a new paradigm quality”, the idea of calling it **Coherence matters** was initially owed to the assumption that it would fit in nicely with the approach used in the recent book by Prof. Karen O'Brien from Oslo University, “You matter more than you think”.

Karen is a project partner in our LiFT – Leadership for transition *Politics* project, which, among other activities, researches the core principles of a new/integral politics. In her book, Karen very artfully and skillfully points out the different elements of what she calls quantum social science, and how they contribute to a sense of agency and “mattering”, as applied to the challenge of climate change.

During the last 2 years of research and dialogues around new politics and its core principles in the context of the LiFT *Politics* project, we saw the concept of *coherence* emerging that could somehow be a candidate for one of those principles.

The recent Colloquium was the first attempt to present work in progress around the topic and to give an overview about my ideas. However, the most inspiring part of it was to be able to engage with a very well-disposed audience that was willing to enter into generative dialogues and to co-create an enormous wealth of relevant questions around coherence, as well as to consider its implications for political decision-making.

Coherence “out there” and “felt sense” of coherence

During the Colloquium, we looked at coherence from many different angles and disciplines, ranging from physics, quantum physics, physiology, psychology, complexity science, business, law, social system and co-creation (see below). While overall coherence points to the *underlying principle of harmonious relationship, correlations and connections between the various parts of a system*, each perspective

adds another and distinctive quality of coherence. It is a bit like this colorful elephant that looks slightly different, depending on the perspective you take.

So what is coherence?

This You-tube video on a resonance experiment with different frequencies is a great visual entry point into the topic.

In **quantum physics**, coherent wave particles pull other wave particles into an entanglement/entrainment/ superposition, independent of distance and space.

In classical physics, the further away the incoherent light source is, the more coherent it becomes.....Kind of coherence always wins.

This also tells me that the quality of coherence seems to reflect an intrinsic property of the life force and hence, to be a strong and powerful principle for the organization of energies.

Extrapolating from scientific research and findings around **heart coherence**, it is important to note that it is possible for the individual to deliberately generate heart coherence. Subsequently, this releases stress and activates the parasympathetic nerve system and, in turn, reduces fear and the survival mechanism. Heart coherence also has a strong influence on other people, inducing them to resonate and move towards heart coherence themselves, thereby building up collective coherence. This is a measurable fact, not something that can be dismissed by mainstream media as esoteric or parapsychological. An interesting feature is that, yes coherent heart waves are more harmonious and regular than when the heart rhythms are incoherent AND at the same time, the heart rate variability is greatly enhanced. This is important, because in this in-between-space a lot of information processing and adaptive and self-regulating processes take place. The coherent heart pulls other biological oscillators into synchronization, or in more general terms, coherent elements seem to “nudge” the wider system towards more coherence.

(By the way, this might also explain, why so far, Ukraine has kept heads up in the war initiated by Russia, as the wave of solidarity and empathy around the world induced something like a broader collective heart coherence between supporters and friends. This, in turn, could help to explain the enormous strength of the Ukrainians despite the multitude of atrocities that we are forced to witness daily. At least this is one way of looking at it....)

Looking at coherence in **complexity theory** again adds another angle and quality. Complex domains, being unpredictable by nature, are argued as providing coherent conclusions mainly in retrospect, or in other words in the complex domain hindsight does not lead to foresight and is also highly context dependent. However, also in the complex domain we can apply “Tests for coherence” as described by Dave Snowden.

In another article he points out that *“The value of coherence allows for contingent truth. While we don’t know everything, we are at least going in the right direction”*

Complexity theory also recognises the need for **heterogeneity** while at the same time, it is important that *“the differences, in a relevant context, are capable of coherence”*.

Coherence and tests of coherence are also critical for any form of **sensemaking**. In fact, the phenomenon of sensemaking in different **political settings** has been explored by our partner in the LiFT *Politics* project, Anne Caspari from EZCPartners and her colleagues from Cognitive Edge.

In **psychology**, different research strands look at the perceived **sense of coherence** which can be described as triads of either comprehensibility, manageability and meaningfulness (Antonovsky 1987)

and later through the **self-determination theory** (Deci, Ryan 2000) as the triad of autonomy, belonging and competence.

In the corporate world, coherence is very often connected to degree of matching between the company culture that is claimed by leadership and the (perceived) reality on the workflow (walk the talk). An increasingly “popular” topic are the policies on “inclusion and diversity” where the claim is to include everyone and honor the differences. However, more often than not, this turns out as trying to align everyone to pre-set company values or behaviors (e.g. value of inclusion) instead of allowing and “harvesting” the uniqueness of all involved people.

This ties in with research on **social coherence**. In a coherent team, there is freedom for the individual members to thrive, while maintaining cohesion and resonance within the group’s intent and goals. According to findings from HeartMath Institute, research points to a “group field” that connects all the members.

And what about the individual’s **inner sense or perception of coherence**? Starting from the hypothesis that all (human) beings have the ability to discern coherent from incoherent experiences, the question arises, how and where do we perceive which quality of coherence?

From consciousness and subtle awareness studies, contemplative physiotherapy and my own research, the following phenomena seem to be involved:

- Gross - subtle - causal(?) perceptions (body, energy body, field)
- The quality of attention (fixed or free flowing)
- Access to intuition and direct knowing
- Perceptions of inner movements within the body
- Other?

So finally, what does all of this have to do with **politics and political engagement**?

A number of interesting perspectives emerged from our dialogues, of which I present only a few here.

- Based on the qualities described above, in the political and societal arena coherence could potentially be highly disruptive to the system which is based on polarities, positions and the power connected to those positions.
- As our Swedish LiFT partner Bernard Le Roux from Dialogues has identified patterns that influence the **quality of dialogue**, could there be similar patterns influencing the quality of coherence or incoherence? Or might the quality of dialogue be a function of the degree of coherence in the first place?
- In fact, between different coherent states, there seem to be transition times and patterns that are totally incoherent. What if the incoherent states themselves were an engine towards more overall coherence?
- Having said all this, we might not have adequately valued its **potential for individual, societal and political transitions** yet, especially when used consciously and deliberately.

Through this first round of exploration, obviously many more questions arise. How is the felt sense of coherence different or alike at different stages of adult and worldview development? Is there an almost cellular urge towards coherence? What about qualities of coherence in music, energy medicine, quantum social science? And what would communities of coherence look and feel like?

My current personal summary on the topic would be, when I bring all the above elements and specific meanings of coherence in the different disciplines together:

Coherence really matters! It appears when the flow of life energy is allowed to move between apparent opposites or polarities, and when the variability in the respective system is large enough to allow for self-regulation of unique qualities to interweave, while having boundaries or constraints that can reflect back the flow wave and create a resonant container.

Having said this leads me directly to the next question: What does it mean in terms of operating concretely and practically in the world for the I, the We and for larger system.?

I would be happy to hear back from you!!!

Main references used:

- Resonance experiment and any textbook on physics and quantum physics
- <https://www.heartmath.org/research/science-of-the-heart/coherence/>
- <https://pt.slideshare.net/TransformativeTech/dr-deborah-rozman-heartmath-group-flow-and-the-global-coherence-project-125051750>
- https://medium.com/@andreaaharding_64695/co-creation-defining-the-integr...
- https://www.researchgate.net/publication/311995486_The_Sense_of_Coheren...
- Ryan, R. M., & Deci, E. L. (2000). Self-determination theory and the facilitation of intrinsic motivation, social development, and well-being. *American Psychologist*, 55, 68-78.
- <https://asistdl.onlinelibrary.wiley.com/doi/pdfdirect/10.1002/meet.2008.1450450206>
- [https://doi.org/10.1016/0167-2681\(94\)90094-9](https://doi.org/10.1016/0167-2681(94)90094-9)
- <https://www.linkedin.com/pulse/complexity-mostly-unexplored-opportunity-bettina-geiken-phd>
- <https://www.cambridge.org/core/journals/legal-theory/article/abs/coherence-evidence-and-legal-proof/64235FFFA7E16008E639C8D674F72C97>
- <https://thecynefin.co/coherence-and-truth> - <https://thecynefin.co/tests-for-coherence/> - <https://thecynefin.co/coherent-heterogeneity-1-of-2/>
- <https://ezc.partners/leadership-in-complex-times/>

Link to this text on the IFIS-Website: [Coherence matters! Mapping a new paradigm quality | IFIS](#)

2.2 Zwischen Broadcasting und Deepcasting Inspirationen und Impressionen vom 2. IDGs summit in Stockholm

von Dr. Elke Fein | 11.11.2023

Kürzlich ging der zweite und bisher größte IDGs Summit in Stockholm zu Ende. Über 1.500 Teilnehmende waren vor Ort präsent, weitere rund 7.000 nahmen an der Online-Übertragung teil. Das sich über vier Tage erstreckende Programm begann mit einer Un-conference zur Vernetzung der Aktivitäten lokaler IDG-Hubs im Haus Blivande, der Heimat des Stockholmer IDG-Hubs. Den mit maßlichen Höhepunkt bildete alsdann der erste Plenartag mit rund einem Dutzend zum Teil renommierter Speaker in der Cirkus-Arena auf der Stockholmer Tiergarten-Insel sowie ein Tag mit fünf über das ganze Stadtgebiet verteilten thematischen Workshop-Tracks. Den Abschluss bildete ein halber Tag mit Raum für „Nachglühen“, Integration und Feiern. In diesem Rahmen bot auch unser Institut für integrale Studien gemeinsam mit Partnern aus dem Cohere+ Projekt, The Hague Center for Global Governance, Life Itself und Emerge einen Reflexions-, Auswertungs- und Integrationsworkshop an. – Diese stärker interaktive Qualität einer ko-kreativen Einbindung aller Teilnehmenden hatte im Prozessde sign der beiden Haupt-Konferenztage weitgehend gefehlt.

Zur Geschichte der IDGs Die Idee der Inner Development Goals entstand im April 2019 bei einem Treffen von For schenden und Praktiker:innen im Bereich der Leadership, Erwachsenenentwicklung und Nachhaltigkeit in Thomas Björkmans Seminarhaus auf der Insel Ekskäret (Eicheninsel). Die 2 Initiative und Bewegung dazu wurde 2020 durch die Ekskäret Stiftung, The New Division und die 29k Stiftung offiziell gegründet und mit einem Zeitungsartikel zur Bedeutung von Erwachsenenentwicklung öffentlich lanciert. Das Ziel der gemeinnützigen Open-Source-Initiative ist es, gesellschaftliche und politische Aufmerksamkeit zu schaffen für die Bedeutung innerer (individueller und kultureller) menschlicher Entwicklung. Mithin stellt sie die These in den Raum, dass die 2015 verabschiedeten 17 UN-Entwicklungsziele ohne eine korrespondierende innere Entwicklung jedes und jeder Einzelnen und der Menschheit insgesamt hin zu nachhaltigen Werten, Denk- und Verhaltensweisen nur schwer erreichbar sind. Seither gab es bereits zahlreiche Veranstaltungen, darunter Workshops, drei MindShift – Growth that Matters-Konferenzen und einen ersten Live-Summit in Stockholm im vergangen Jahr mit insgesamt über 3.000 aktiven Teilnehmenden. Inzwischen sind über 250 sogenannte IDG-Hubs auf der ganzen Welt entstanden, die sich dem Ziel verpflichtet haben, die IDGs bekannt zu machen und lokal zu verankern. Ferner konnte eine beachtliche Zahl von Förder-Partnerschaften mit Unternehmen geschlossen werden, die sich zu den IDGs bekennen und die Initiative in ihrer Arbeit unterstützen (darunter Google, IKEA, Volvo und Novartis).

Ein besonderer Erfolg ist, dass sich mit Costa Rica 2023 sogar ein erster Staat den IDGs verpflichtet hat. Zahlreiche UN- und internationale Organisationen sowie nationale Schwedische Ministerien waren ebenfalls in Stockholm präsent. Damit ist der Initiativ vgruppe innerhalb weniger Jahre ein bemerkenswerter Outreach gelungen, der darauf hof fen läßt, dass das Thema innere Entwicklung auf der internationalen Agenda sukzessive einen größeren, angemesseneren Stellenwert erhält. Einordnung und politische Relevanz Mit ihrer Botschaft, demas Bemühen um sozio-ökonomische Entwicklung durch entsprechende innere Entwicklung zu flankieren, ist die IDGs-Initiative eine wichtige Stimme im wachsenden Chor derjenigen, die verstanden haben, dass unser aktuelles Wirtschafts- und Lebensmodell mit seinen Prioritäten und blinden Flecken direkt in den Abgrund führt. Eine auf quantitatives Wachstum ausgerichtete Ökonomie zerstört nicht nur unsere natürlichen Lebensgrundlagen, sondern auch unsere sozialen Beziehungen und unser Gefühl von Verbundenheit – sowohl mit andern wie auch mit uns selbst und einem Erleben von Sinnhaftigkeit, das sich aus dem Dienst an einem größeren Ganzen ergibt.

Ähnliche Fehlentwicklungen werden zunehmend auch im Bereich des politischen Miteinanders diskutiert. So kann die IDGs-Initiative an vielfältige Bestrebungen zu einer Vertiefung unserer Demokratien anknüpfen, etwa Hanzi Freinachts „Zuhörende Gesellschaft (Listening Society)“, das kürzlich von den beiden Vorständen von Mehr Demokratie, Claudine Nierth und Roman Huber, veröffentlichte Plädoyer für eine „Demokratie der Zuneigung“ oder mein gemeinsam mit fünf Kolleginnen im Frühjahr 2023 erschienenes Buch „Integrale Politik“. Sie alle drängen auf die eine oder andere Weise darauf, die inneren Dimensionen (den inneren Quadranten) von Politik konsequenter mit einzubeziehen. Bei Nierth und Huber liegt der Fokus auf einer bewussten Integration unserer Emotionen, insbesondere der schwierigen; Hanzi Freinachts metamoderne Politik buchstabiert ein ganzes Panorama an inneren Entwicklungsdimensionen auf, und „Integrale Politik“ zeigt anhand der wichtigsten Impulsgeber die Vielfalt und Bedeutung integralen Denkens für ein ganzheitlicheres Verständnis von Politik auf. Was also sind die Inner Development Goals und wozu brauchen wir sie? Eine große Frage, 5 Dimensionen und 23 Kompetenzen: die IDGs im Überblick In einem mehrjährigen, von namhaften Forschenden im Bereich der Erwachsenenentwicklung begleiteten Crowdsourcing-Prozess sammelte, sichtet und bündelte die IDGs-Initiative die Antworten von zahlreichen Expertinnen und Praktikern aus dem Feld zur Frage: Welche Kompetenzen und Fertigkeiten brauchen wir, um eine nachhaltige Zukunft zu gestalten? (die „one big question“ der IDGs). Dabei kam ein Modell aus den folgenden fünf Kerndimensionen innerer Entwicklung heraus, die sich jeweils aus vier oder fünf Kompetenzen zusammen setzen:

Quelle: https://static1.squarespace.com/static/600d80b3387b98582a60354a/t/63604270729c1a3d7771fe25/1667252849798/IDG_Deutsch+%281%29.pdf

Die Initiative betrachtet das Modell dabei erfreulicherweise nicht als in Stein gemeißelt, sondern als einen ersten Diskussionsvorschlag, um das Thema innere Entwicklung in die Öffentlichkeit zu tragen. Mit der Verbreitung ihrer „one big question“, also der im Zentrum stehen den Forschungsfrage nach den inneren Zukunftskompetenzen, lädt sie aktiv dazu ein, das Modell weiterzuentwickeln und zu verfeinern. Die im Modell abgebildeten 23 Kompetenzen wurden beim Stockholmer Summit erstmals der Öffentlichkeit vorgestellt – und zwar in jeder Dimension durch einen passenden künstlerischen Impuls, etwa durch einen Pianisten, eine Wortkünstlerin und weitere Performances. Damit unterstrich der Summit den grundlegenden Anspruch der IDG-Initiative, „zuerst ein Kommunikationsprojekt“ zu sein, ein Wegzeichen, das Gespräche in Gang setzen kann und soll. Die Aufgabe der IDGs „ist es, mehr Menschen und Organisationen auf die Bedeutung der inneren menschlichen Entwicklung aufmerksam zu machen. (...) Wir beschreiben (die IDGs) als ein „nacktes“ Modell. Es entspringt keinem spezifischen spirituellen oder kulturellen Hintergrund“ und möchte kein Selbstzweck sein, sondern vielmehr auf die Fülle an originärer Forschung zum Thema verweisen (Quelle: Going Deeper). Diese Verbindung aus Präzision, einfacher Zugänglichkeit, Professionalität und spielerischer Ganzheitlichkeit dürfte eins der Erfolgsgeheimnisse der Initiative sein. – Der andere ist ihre schiere Notwendigkeit in einer Zeit, in der immer mehr Menschen klar wird, was auf dem Spiel steht und worum es eigentlich, wirklich, wirklich geht. Dies wurde von den Rednerinnen und Rednern auf dem Summit denn auch klar und unverschnörkelt auf den Punkt gebracht.

Warum also Inner Development Goals?

Kaum jemand hat es so direkt formuliert wie Daniel Schmachtenberger: „Wir haben inzwischen annähernd die Macht von Göttern angehäuft – leider noch nicht die Weisheit von Göttern.“ Wie es aussieht, verlangt wissenschaftlicher und technischer Fortschritt, wie ihn die Moderne und Postmoderne hervorgebracht haben, nach einer „nachholenden Bewusstseinsentwicklung“, um ausreichend verantwortlich – das heißt lebensdienlich mit technischen Errungenschaften wie künstlicher Intelligenz umgehen zu können. Demgegenüber können wir aktuell beobachten, wie die Nicht-Nachhaltigkeit unserer Kulturen und Wertesysteme sowie unsere daraus entstandenen Strukturen und Systeme uns in einen „Wettlauf nach unten“ hineinzwingen. Erik Fernholm, der Gründer der Meditationsapp 29k und Mitbegründer der IDGs-Initiative, bezeichnete es als ein „Handeln auf der Grundlage der Phantasie/Fantasie der Trennung in einer verbundenen Welt“, ... wobei das ökonomische Erfolgsrezept

bislang darin bestehe, sich weniger um andere und die Umwelt als um sich selbst zu kümmern und die Folgen des eigenen Handelns zu externalisieren. Leidtragende sind die natürlichen und sozialen Ökosysteme. Neben den allseits bekannten Daten und Fakten zur Klimakrise wurden in Stockholm auch zahlreiche soziale Kollateralschäden betont:

- Es sterben mehr Menschen durch Selbstmord als durch Kriege, Terrorismus und Morde zusammen.
- Nur 15% der Berufstätigen sind an ihrem Arbeitsplatz engagiert bei der Sache.
- In der Tech-Szene möchten mehr oder weniger alle aus ihrem derzeitigen Leben ausbrechen.
- Unter den Jugendlichen sind 56% der Ansicht, dass die Menschheit dem Untergang geweiht ist.
- 93% jedes erwirtschafteten Dollars geht an die reichsten 1%. (In Deutschland verfügen die reichsten 1% über 35% des Vermögens, während die der ärmeren Hälfte (42 Millionen Menschen) nur 1,4% des nationalen Vermögens gehören. Jedes Jahr werden in Deutschland 3-400 Mrd. Euro vererbt, die aktuell im Durchschnitt freilich nur mit 2% besteuert werden.)
- Digitale soziale Medien sind am erfolgreichsten, wenn sie eine der sieben Todsünden bedienen: Hochmut/Selbstsucht (Instagram), Neid (Facebook), Habgier (Amazon, LinkedIn), Wollust (Tinder), Völlerei (Lieferando), Trägheit (Netflix) und Zorn (Twitter).

Kurz und gut: Der Mensch ist die Ursache unserer Probleme. Er kann bzw. sie muss daher auch der Ursprung wirklich nachhaltiger – oder besser: regenerativer Lösungen sein. Bei der Klimapolitik geht es, so der Tenor in Stockholm, eigentlich weniger ums Klima, als um uns. Ebenso geht es weniger um Technik als um die Frage nach unseren Werten und Prioritäten, sowie unserer Vorstellungskraft. Wie die Moderatorin Katharina Moser resümierte, kann auch eine noch so stark gesteigerte Geschwindigkeit (Wachstum um jeden Preis) nicht aufwiegen, dass man in die komplett falsche Richtung läuft. Ein grundlegender Wandel im Bereich im Bereich von Werten und Prioritäten beginnt mit der Anerkennung – und dem Benennen der Realitäten. Gleichwohl, so ein Panelteilnehmer aus der Politik, scheint die größte Herausforderung in unserem politischen System darin zu bestehen, die Wahrheit – bzw. schlicht unbequeme Wahrheiten als solche aussprechen:

- Wir bräuchten flächendeckend 97% Kreislaufwirtschaft, manch ein EU-Staat hat je doch erst eine Recyclingquote von 12 %.
- Die EU kann sich nur 144.000 neue Wohnungen pro Jahr erlauben, will sie die planetaren Belastungsgrenzen respektieren.
- Ein T-Shirt müsste eigentlich 450 Euro kosten, wenn alle Kollateralschäden einberechnet würden. Bedeutet dies, dass wir „zurück in die Steinzeit“ müssen? Oder in nur die Nachkriegszeit, in der man zu klein gewordene Strickpullover aufzog und neu gestrickt hat? Eher nicht. (Für Deutschland gibt es Ulrike Hermann zufolge Berechnungen, nach denen der Lebensstandard von 1978 die Zielgröße wäre.)

Aber: wir brauchen dringend neue Visionen. Wir brauchen eine Politik mit einem deutlich weiteren (inneren, äußeren und zeitlichen) Horizont, eine Politik mit mehr Phantasie und mit mehr Vertrauen in unsere Fähigkeiten, aber auch in unsere Möglichkeiten. Eine Politik mit mehr Mut, die Komfortzonen des von „politics as usual“ zu verlassen. Eine Politik, die die Realitäten anerkennt, aber zugleich den Raum des Möglichen drastisch erweitert, und die tut, was nötig ist, weil es nötig ist.

Phoebe Tickell erinnerte beim IDGs Summit daran, dass sieben Jahre nachdem jemand (der damalige US-Präsident) dazu eine klare Intention gesetzt hatte, die ersten Menschen zum Mond geflogen sind. Im Rahmen ihrer Arbeit zu „moral imaginations“ ruft sie dazu auf, die Vorstellungskraft entsprechend

auszuweiten, über Lösungen jenseits des aktuellen Paradigmas hinaus, also unsere Systeme auf der Grundlage einer an deren Logik aktiv zu re-imaginieren, anstatt nur kaputte Systeme reparieren zu wollen. Sie spricht von einem imagination activism, der uns von der Marktlogik der Transaktion, Exaktion und Trennung hin zu einer Liebeslogik des Bewahrens, Pflegens und Verbindens führen könnte.

Unter den Pionieren einer neuen, integralen oder metamodernen Politik ist die hierzu verhelfende Haltung verschiedentlich beschrieben worden. Nicht zuletzt sind Spiel und Ironie gute Gegenmittel zum Krisenmodus – und Elemente „post-tragischer Hoffnung“ (Fernholm). „Auch wenn es ernst ist, lasst es uns nicht langweilig machen!“, so auch der IDGs-Executive Director Jan Artem Henriksson. Die IDGs tragen hierzu einen bunten Strauß an Kompetenzen und Fähigkeiten (skills) bei, deren Quintessenz in der Verbindung von Intelligenz und Weisheit besteht. Besonders letztere – als Herz-Intelligenz – steht im Fokus der inneren Entwicklung: „Wir müssen unsere Herzen erweitern, um in der Lage zu sein, sowohl den Raum für Schmerz als auch für größere Möglichkeiten zu halten“, so Fernholm. Dazu gehört auch „die Fähigkeit, Komplexität auszuhalten und nicht sofort zu Lösungen zu springen“ und das Raumlassen für glückliche „Zufälle“ (serendipity) und für Gnade (ebd.). Letztlich, so Erik Fernholm, sei es mitunter ein gutes Zeichen, wenn Dinge nicht rund laufen: „Wenn du Unbehagen spürst, bist du am richtigen Ort – es findet gerade Entwicklung statt!“ Den Schritt von Big Data zu „Deep Data“ für einen größeren Kreis von Menschen, Organisationen und Institutionen interessant zu machen, ist ein großes Verdienst der IDGs. Tatsächlich wirkte selbst das Mammut-Event mit 1.500 Menschen als ein überaus freundlicher und einladender Raum. Die IDGs Community hat immerhin das Potential, zu einer „Gemeinschaft edler Freunde“ zu werden (Nipun Mehta), die sich einig ist: „Wir müssen eine Rolle spielen in der anstehenden Transformation!“

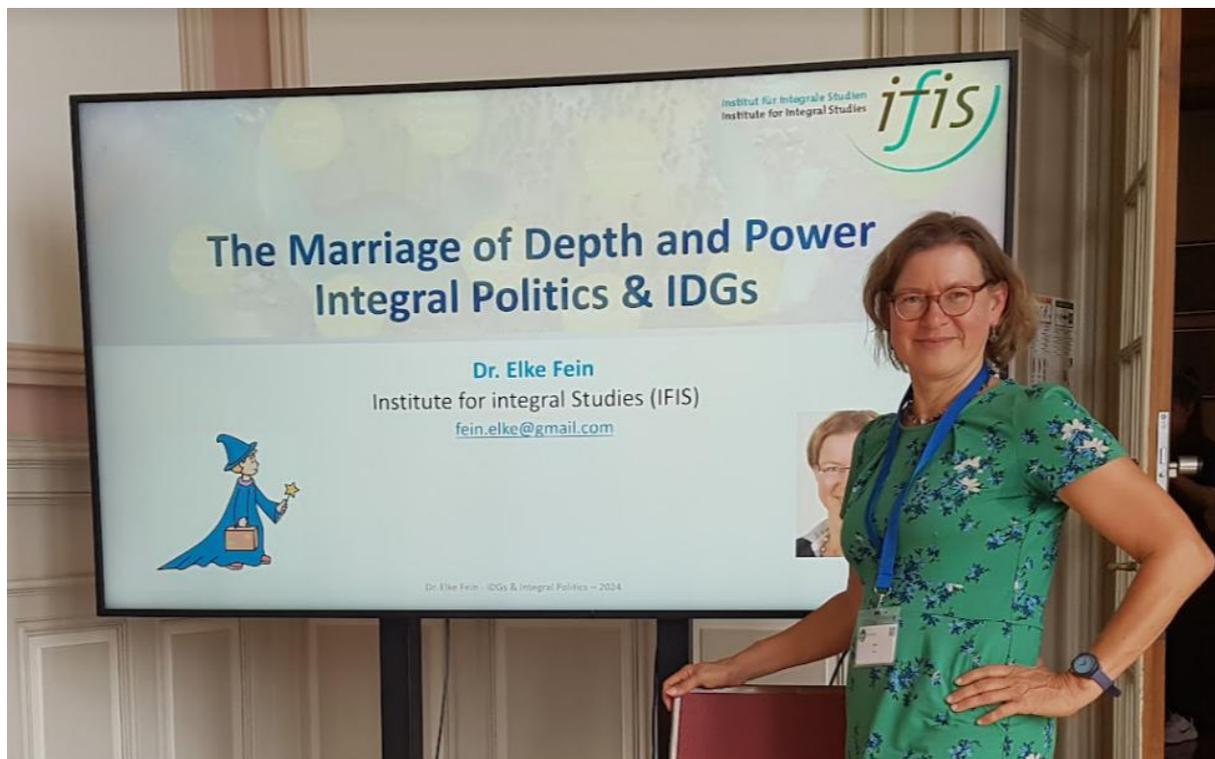
Link zum Blog: [Zwischen Broadcasting und Deepcasting: Inspirationen und Impressionen vom 2. IDGs Summit in Stockholm | IFIS](#)

2.3 The Marriage of depth and power: Integral Politics & IDGs in Caux

by Dr. Elke Fein | 12.07.2024



Cohering fields and sharing the magic of Integral Politics with 250+ participants of the Caux Inner Development Goals Forum 2024.



The kick-off week of the Initiative of Change's annual Caux Form series was dedicated to the IDGs for the first time this year. During the ceremonial opening in Geneva's Maison de la Paix, the IDGs were vividly endorsed by the Director General of the United Nations Office in Geneva, Tatiana Valovaya, and Costa Rica's Permanent Representative, Christian Guillermet Fernández, as a necessary addition, supporting the achievement of the SDGs.



Just like the IDGs complement the SDGs, covering their blind spots, Integral Politics complements both of them. In my workshop at the Forum, I have proposed a broader, integral map showing how Integral Politics offers an overarching narrative that describes a completely new paradigm of understanding and of doing politics – in other words, of the ways in which we see our own agency. This, in turn, is the basis of how we design and shape our world.

The mission of integral politics is to deepen our democracies and hence, to bring more depth into power.



Among the participants were change-makers from different countries and continents, among them a considerable number of indigenous activists. Most of the participants were either part of the IDGs community, Caux' Initiative of Change field or the Conscious Food Alliance, some of them discovered the IDGs only recently.



According to participant feedbacks to my workshop, they found it “eye-opening” to look at “what’s behind” or “what is missing” in the IDGs, namely the worldview and paradigm that brought them into being, while it is not immediately visible in the framework itself.

I am grateful for invitations to present Integral Politics in Hubs in the French-speaking part of Switzerland and in Sweden soon.

Link to the text on the IFIS website: [The Marriage of depth and power: Integral Politics & IDGs in Caux | IFIS](#)

2.4 Unsere Politik braucht ein integrales Update!

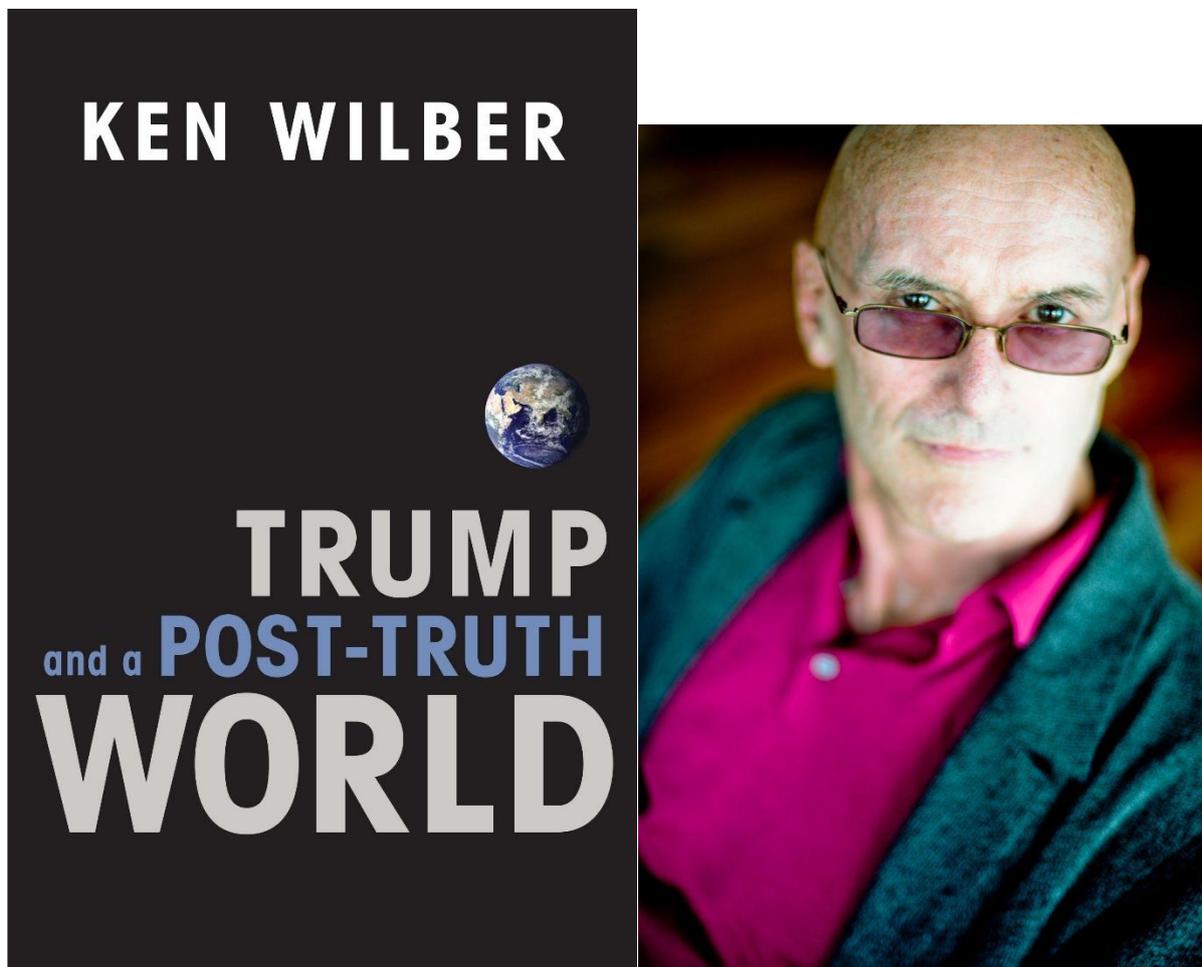
von Dr. Elke Fein | 06.12.2024



Die Welt präsentiert uns immer mehr Gründe, warum unser politisches "Betriebssystem" reif für ein integrales Update ist.

Einer der wichtigsten ist das Erstarren illiberaler und antidemokratischer Kräfte weltweit, nicht zuletzt in den USA und in unserer unmittelbaren europäischen Nachbarschaft. – Und das Unvermögen unseres bestehenden politischen Betriebs ("politics as usual"), dessen Ursachen in der Tiefe zu verstehen und darauf angemessen zu reagieren.

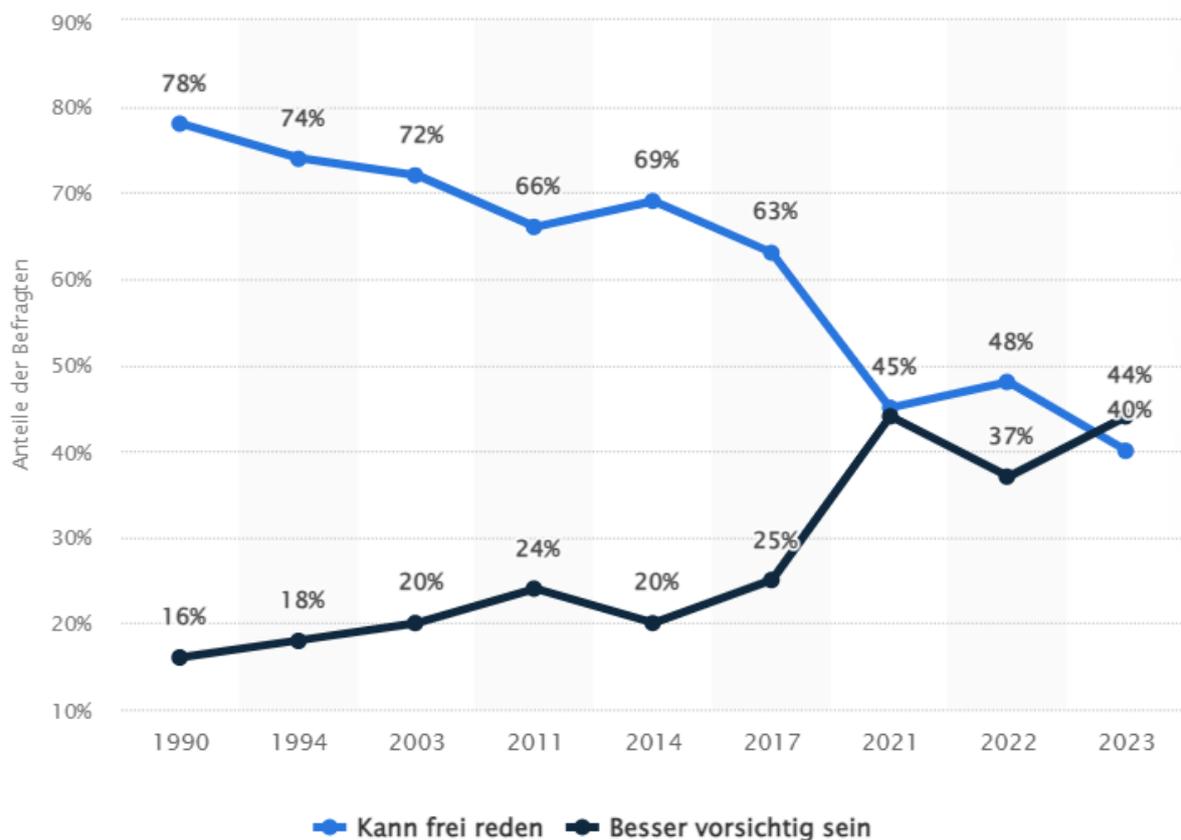
Der integrale Philosoph und Bewusstseinsforscher Ken Wilber hat anlässlich von Donald Trump's erstem Wahlsieg 2017 ein Buch mit dem Titel "Trump and the Post-Truth World" geschrieben. Darin argumentiert er, der Erfolg Trumps sei in erheblichem Maße ein Ergebnis der Arroganz und der moralischen Überheblichkeit des links-grünen intellektuellen Mainstreams in den USA, der den Kontakt mit anderen Bevölkerungsschichten weitgehend verloren habe. Die Reaktion letzterer ist bekannt: konservativere Bürger/innen und solche mit einem eher traditionellen Wertesystem fühlen sich von der politischen Elite abgehängt und ignoriert. Unter dem Strich versteht Wilber das Phänomen Trump zwar als einen Rückschritt in der politisch-kulturellen Entwicklung der USA. Er interpretiert und erklärt ihn zugleich jedoch auch als einen verständlichen "Versuch der Evolution, den angerichteten Schaden zu korrigieren".



Auch die Welle, die Trump nun erneut ins Weiße Haus trägt, scheint sich stark aus der Ablehnung der "elitären politischen Klasse" zu speisen. Die **Frankfurter Allgemeine Zeitung** veröffentlichte am 3.12.2024 eine Analyse der verschiedenen Gruppierungen innerhalb des Trump-Lagers - und der erheblichen Unterschiede zwischen ihnen.

In der Sprache des Werteentwicklungsmodells des Psychologie-Professors **Clare W. Graves**, besser bekannt als **Spiral Dynamics**, gibt es darunter sowohl Machos und plumpe Machtmenschen (ROT), erzkonservative Christen (und Vertreter anderer Religionen) mit traditionellen bis fundamentalistischen Werten und Ordnungsvorstellungen (BLAU), sowie schließlich geldgetriebene Unternehmer, die im Gefolge Trumps Morgenluft im Sinne neoliberaler Deregulierung wittern (ORANGE). Auf der Werteebene haben diese Gruppen wenig gemeinsam. Die F.A.Z. prognostiziert daher nach Trumps Amtsübernahme erhebliche Spannungen zwischen ihnen. Was sie alle eint, ist jedoch und vor allem ihr anti-GRÜNER Konsens.

Auch in Deutschland sehen wir einen weitgehend vom GRÜNEN Werte-Mem geprägten Diskurs in Wissenschaft, Medien und politischer Öffentlichkeit. Immer mehr Vertreter/innen anderer Meinungen fühlen sich dagegen unwohl dabei, sich überhaupt öffentlich zu äußern (STATISTA, 2023). Der Zulauf von Parteien wie der AfD und dem BSW, die für entsprechenden Frust ein Sprachrohr bieten, unterstreichen die These, dass auch hier ein „Anti-GRÜN-Feld“ (Veit Lindau) entsteht.



Haben Sie das Gefühl, dass man heute in Deutschland seine politische Meinung frei sagen kann, oder ist es besser, vorsichtig zu sein? (c) Statista 2024

Wie gehen wir damit um?

Dem politischen Mainstream fällt bisher wenig mehr ein als moralisches *bashing*, das Errichten von Brandmauern oder der Ruf nach Verboten – womit wir ungefähr bei Ken Wilbers These von der gefährlichen Arroganz der gesellschaftlichen Elite wären.

Der Baden-Badener Potenzial- und Persönlichkeitscoach **Veit Lindau**, selbst seit vielen Jahren ein Fan von Wilbers integraler Theorie, hat diese aktuellen Trends, ebenso wie Wilbers Thesen zur Trump-Wahl aufgegriffen und im Blick auf Deutschland konkretisiert. Seit seinem Sabbatical im

letzten Sommer hat sich Veit Lindau dem lobenswerten Ziel verschrieben, die integrale Theorie bekannter zu machen. Der Gründer der Plattform **Homodea** möchte Menschen dazu zu befähigen, mit ihrer Hilfe mehr von der Komplexität, die uns umgibt, zu verstehen. In der auf Homodea soeben lancierten Bewegung **Human Future Movement** (HFM) stellt Veit die Frage, wie integrale Perspektiven und Einsichten uns dabei helfen können, den großen Herausforderungen unserer Zeit zu begegnen.

Eine zentrale Bedeutung hat dabei eine entwicklungsinformierte Sichtweise, die Anhänger/innen anderer als des GRÜNen Wertesystems nicht verurteilt und abwertet, sondern ihnen mit Respekt begegnet - und sie ggf. auf konstruktive und empathische Weise dazu einlädt, Schritte hin zu einer größeren Perspektivenvielfalt zu gehen.



Veit Lindau - Human Future Movement: Das Anti-Grün-Feld

Sehr zu empfehlen sind unter anderem Veits Podcasts zum Thema Schattenarbeit, und zum Umgang mit Trump und seinen Anhänger/innen („Trump ist unsere Medizin“). Die Dynamiken zwischen liberal-GRÜNem Diskurs und den zunehmend widerständigen Reaktionen der weniger komplexen Wertesysteme in Deutschland beschreibt er treffend und unterhaltsam in der vorletzten Lektion des HFM, mit dem Titel „Der Schatten des Gutmenschen“ (nur im Homodea-Abo).

Wer sich tiefer mit diesen Fragen und mit integralen Perspektiven auf Politik und Gesellschaft beschäftigen möchte, ist herzlich eingeladen in das Einführungsseminar **Politik ohne Spaltung - das geht! Einführung in die Prinzipien integraler Politik** am 14. Und 15.12.2024 in Freiburg.

Die Themen Bewusstseins- und Werteentwicklung und Schattenarbeit sind zentrale Inhalte, die in diesem Seminar praxisnah vertieft werden.

Politik ohne Spaltung – das geht! Seminarwochenende Einführung in die Prinzipien integraler Politik

Freiburg, Sa + So, 14./15. Dezember 2024
mit Dr. Elke Fein (IFIS)



Link zu diesem Text auf der IFIS-Webseite: <https://www.ifis-freiburg.de/newsletter/unsere-politik-braucht-ein-integrales-update-seminar-blogs-und-weitere-terme>

2.5 Buchrezension: Ein integrales Upgrade für die Demokratie

von Dr. Elke Fein | 20.09.2023



BUCHREZENSION: Claudine Nierth / Roman Huber – Die zerrissene Gesellschaft. So überwinden wir gesellschaftliche Spaltung im neuen Krisenzeitalter

Claudine Nierth und Roman Huber, Vorstände der bekannten Nichtregierungsorganisation Mehr Demokratie, haben ein **Plädoyer für ein Update der demokratischen Kultur** geschrieben, das zentrale Elemente integraler Politik aufgreift. Sie nennen ihre Vision eine „Demokratie der Zuneigung“, mit der sie dazu beitragen wollen, den Boden für einen fruchtbaren Dialog über wichtige

gesellschaftliche Themen zu bereiten. Oder anders ausgedrückt: Es geht darum, den „gemeinsamen Rahmen für eine produktive Auseinandersetzung“ dort wieder zu verbeitern und zu vertiefen, wo er so schmal geworden ist, dass manche Menschen sich weigern, sich mit anderen Menschen an einen Tisch zu setzen, weil letztere andere Ansichten vertreten als sie selbst (S. 25).

Nierth und Huber gehen von der verbreiteten Beobachtung einer vielfach gespaltenen – oder wie es im Buchtitel heißt, „zerrissenen Gesellschaft“ aus, in welcher sich die **Dysfunktionalitäten der heutigen Politik** etwa in Form von Schwarz-weiß-Denken, dem Drang des politischen Personals zu Selbstdarstellung, wie auch zu „Faktenverschlucken“ zugunsten der Parteiloyalität äußern. Ihre **Diagnose** und damit die beiden **Kernthesen** des Buches lauten:

- „Es gibt einen unmittelbaren **Zusammenhang zwischen äußeren Konflikten und inneren Abläufen**.“ Wenn beides nicht in einem „gesunden Flow“ ist, entstehen Konflikte, bis hin zu Spaltung (S. 28f.)
- „**Die innere Auseinandersetzung mit den äußeren Herausforderungen muss politisch und von öffentlichem Interesse werden!**“ (S. 19)

Auf dieser Grundlage plädieren Nierth und Huber für ein „**Update, vielleicht sogar ein neues Betriebssystem**“ der Politik, das Innenräume und Außenräume verbindet.

Dies sind weitgehende, kraftvolle und extrem erfreuliche Forderungen von den Vorsitzenden eines Vereins, der 1988 vor allem mit dem Ziel gegründet wurde, in Deutschland mehr Partizipation über direkte Demokratie und Volksentscheide zu ermöglichen. Denn mit den oben genannten Thesen beschreiben Claudine und Roman gleichsam wichtige **Eckpunkte eines integralen Paradigmas von Politik**. – Dass man den Begriff „integral“ in ihrem Buch vergeblich sucht, liegt dem Vernehmen nach vor allem daran, dass es seitens des Verlags einige Vorgaben bezüglich Umfang und möglichst niederschwelliger Lesbarkeit gab.

Wie ich in meinen „10 Thesen für ein neues politisches Betriebssystem“ ausführe (siehe POP-Video vom 5.9.2023 und das Buch „Integrale Politik“), erfordert eine komplexere Sicht auf die Welt zuvorderst die **Einbeziehung aller Quadranten**, insbesondere der im „alten Paradigma“ von Politik (*politics as usual*) so stark vernachlässigten inneren Quadranten. Dazu gehören alle unsere Bewusstseinsinhalte, wie Wahrnehmungs- und Denkmuster, Werte und nicht zuletzt Emotionen. Letztere stehen bei Nierth und Huber besonders im Fokus. – Zu Recht, denn im einzelnen rollen die beiden Autoren die banale, aber wichtige Einsicht aus, dass **jedes politische Handeln von Emotionen und unerfüllten Bedürfnissen geprägt ist**. Die wiederum können – vom Verhalten anderer getriggert – automatisierte Reaktionen und Verhaltensmuster usw. hervorbringen, die dann mehr dem Selbstschutz als der Lösung konkreter Probleme dienen. Wird dies nicht bewusst und transparent gemacht und idealiter aufgelöst, führt es fast zwangsläufig zu Spannungen und Konflikten.

Gerade in unseren heutigen Gesellschaften so verbreitete Phänomene wie Vereinzelung und Politikverdrossenheit, Polarisierung und die mit ihr zum Teil einhergehende Verhärtung politischer Sichtweisen und Positionen haben ihre Ursache häufig weniger in Sachfragen. Vielmehr speisen sie sich aus tieferen, nicht gesehenen/erfüllten Bedürfnissen, unaufgeräumten inneren Konflikten und ungeklärten Emotionen wie z.B. „Angst, Neid, Gier, Egoismus, Eitelkeit, Sturheit, Geltungsdrang“ usw. Es ist mithin ein Markenzeichen unser *politics as usual*, dass derlei Emotionen *nicht* beachtet, teilweise nicht einmal wahrgenommen und erst recht nicht konstruktiv bearbeitet werden. Stattdessen werden sie nach außen projiziert und dann in Form von Vorwürfen und politischen oder persönlichen Angriffen beim politischen Gegner abgeladen.

Im Rahmen von **Deep Democracy** wird hierfür gerne das Freudsche Modell des „mental Eisbergs“ verwendet, in dem der überwiegende Teil unserer inneren, geistigen Regungen und Antriebskräfte unter- oder unbewusst bleibt.

Es ist daher ein zentrales Anliegen von Deep Democracy, die Demokratie dadurch zu vertiefen, dass man gleichsam die Wasserlinie absenkt, also auch die unter- und unbewussten Aspekte ins Blickfeld holt. Hierzu braucht es in der Regel besonders **geschützte Räume**, in denen die Beteiligten nicht fürchten müssen, bloßgestellt oder angegriffen zu werden.

Allein – wie es eine Teilnehmerin unseres Runden Tisches am 12.9.2023 treffend formulierte, derartige, von Achtsamkeit und Wertschätzung geprägte Räume sind eigentlich genau das Gegenteil dessen, was derzeit im politischen Alltag die Regel ist. Wie wohltuend ist daher Nierths und Hubers Plädoyer, „**das Wissen um die menschliche Seele in unseren politischen Werkzeugkasten** auf(zu)nehmen“ und die Rahmenbedingungen dafür zu schaffen, unbewältigte Schatten zu bearbeiten! Sie plädieren damit also im Grunde für ein erweitertes Politikverständnis auf der Basis einer **integralen, ganzheitlichen Anthropologie**.

Diese kann seit Sri Aurobindo durch mindestens zwei zentrale Bausteine umrissen werden: Erstens postuliert Aurobindo das gleichberechtigte Nebeneinander von **vier Grundbedürfnissen**: materielle, emotionale (interpersonelle), mentale und spirituelle, wobei letztere nicht auf materiellem Weg befriedigt werden können. Und zweitens eine evolutionäre Perspektive auf unser Mensch- und in-der-Welt-Sein, wonach erst die Ausrichtung auf ein höheres (unsere unmittelbaren persönlichen Bedürfnisse übersteigendes) Ziel unserem Dasein Sinn und Antriebskraft gibt. Aus integraler Sicht sollte Politik demnach dieses Bestreben – und entsprechende Entwicklungsschritte – fördern und dabei helfen, innere und äußere Hindernisse aus dem Weg zu räumen. Insofern hat gute Politik und gute Führung sehr viel mit **persönlicher Entwicklung** zu tun.

Nicht zufällig betonen auch Roman und Claudine ganz richtig: „jeder Schatten, jedes Trauma, jede Beziehungsinkompetenz der Führung überträgt sich auf das gesamte System“. Daher müssen „die tieferen Schichten hinter den Konflikten gelöst werden“, wenn diese selbst dauerhaft gelöst werden sollen (S. 77).

Ein zentraler Begriff in ihrem Buch ist denn auch der des **Traumas** als einem besonders wirkmächtigen Komplex politisch wirksamer emotionaler Belastungen. Nierth und Huber verwenden den Traumabegriff recht breit und beziehen dabei sowohl persönliche, als auch intergenerational übertragene Traumata mit ein. In ihrem Verständnis entsteht **Trauma** immer dann, wenn eine Erfahrung gemacht wird, die den normalen Verarbeitungsprozess überfordert („zuviel, zu schnell, zu plötzlich“, S. 107). Dies kann durch überwältigende Ereignisse oder Lebenskrisen ausgelöst werden, in denen es keinen oder keinen angemessen geschützten und unterstützenden Raum gibt, um die betreffenden Erlebnisse integrierend zu verarbeiten.

Solche Erfahrungen werden dann im Körpergedächtnis abgespeichert – ebenso wie die Reaktion darauf. Sobald ein äußerer Trigger auftaucht und die entsprechende körperliche Erinnerung anstößt, wird dann der gesamte Reiz-Reaktions-Mechanismus auf der physischen Ebene automatisch wieder aktiviert. Daher, so die Autoren, löse jede Erinnerung an ein altes Trauma unmittelbar typische **Überlebensreflexe** aus, z.B. Flucht, Kampf oder Erstarren. Diese wiederum stehen allesamt im Gegensatz zu den eigentlich wünschenswerten **demokratischen Kompetenzen**, wie Offenheit, Toleranz, Perspektivenübernahme, Dialogfähigkeit etc.

Es ist ein **Verdienst des Buches** von Claudine Nierth und Roman Huber, diese Zusammenhänge überaus einfach und in für Laien verständlicher Weise zu erklären. Hierzu tragen nicht zuletzt zahlreiche persönliche Erfahrungen und Anekdoten, wie auch mehrere Kästen mit praktischen Tipps und Übungen bei, zum Beispiel um zu erkunden, wo der oder die Leser:in möglicherweise durch eigene Traumaerfahrungen getriggert wird. Die **politische Relevanz traumatischer Erfahrungen** wird nicht zuletzt durch kurze Exkurse in die Geschichte verschiedener Länder verdeutlicht, wie etwa der DDR, der USA, Chinas und Indiens sowie auf das Erbe des Kolonialismus („unsere Kultur ist eine aggressive Erobererkultur“, S. 145). – Ein deutlicher Hinweis darauf, wie verbreitet das Problem – und wie unterbelichtet es dennoch einstweilen in der öffentlichen Wahrnehmung ist.

Mit diesem breiten Panorama von Aspekten einer „Innensicht“ auf die Demokratie ziehen Nierth und Huber auch eine Zwischenbilanz der Aktivitäten des bei *Mehr Demokratie* seit einigen Jahren neu entstandenen Arbeitsbereichs „**Demokratische Kultur**“. Dazu gehören etwa das Format „Sprechen und Zuhören“, systemische Politikaufstellungen, ebenso wie der 2022 durchgeführte (und von IFIS im Rahmen des LiFT *Politics*-Projekts mitorganisierte und begleitete) Workshop zu Traumaintegration und demokratische Kompetenzen. Diese Formate ergänzen den **Trend hin zu mehr ganzheitlicher Partizipation und zu einer Vertiefung der demokratischen Kultur**, wie sie *Mehr Demokratie* derzeit dankenswerterweise in Form der losbasierten Bürgerräte erheblich voranbringt.

Eine der zentralen Fragen lautet daher: „**Wie können wir agile Lernschleifen in unsere Systeme designen?**“ Da komplexe Probleme das bisher übliche lineare Problemlösungsdenken übersteigen – ebenso wie unsere bisherigen, hiervon informierten Gesetzgebungsprozesse: wie können wir unsere Systeme bereit machen für komplexere Denk- und Lösungsfindungsansätze?

Robert Habeck sagte kürzlich, das eigentliche Problem sei die Art, wie Politik funktioniert, d.h. das Denken in Wettbewerb, Nullsummenspielen, Selbstdarstellung und dem permanenten Reflex des *bashing* gegen politische Gegner. Dies verweist auf Nierths und Huberts Beobachtung, dass Krisen auch „entstehen (können), wenn ein **nächster Entwicklungsschritt** ansteht, aber nicht vollzogen wird“ (S. 38), wenn also alte Strukturen und Verhaltensmuster beibehalten werden, obwohl die konkreten Herausforderungen nach neuen Denkweisen und Lösungen verlangen. Genau dies ist momentan ganz offensichtlich fast überall der Fall.

Das Festhalten an überkommenen Verhaltensmustern kann im übrigen durchaus auch durch bestehende, nicht integrierte Erfahrungen oder Traumata begünstigt werden. Nierth und Huber bezeichnen diese als „inneren Schatten (der) unsere Evolution verhindern oder zumindest in einem erheblichen Ausmaß beeinträchtigen“ kann (S. 39).

Auch diese Beobachtung impliziert eine integrale, im Buch freilich ebenfalls nicht sehr explizit ausbuchstabierte Grundannahme, nämlich dass **Demokratie in stetiger Entwicklung begriffen ist**. Sehr klar wird demgegenüber, dass gerade eine emotional bewusstere und kompetentere demokratische Kultur an ihren Herausforderungen wachsen könnte und sollte, hin zu neuen, zu den Herausforderungen passenden Verhaltensweisen und Lösungen. Wörtlich schreiben beiden Autoren: (die Organisation) „Mehr Demokratie wünscht sich einen **Wechsel auf die nächste Ebene**“. Es brauche „eine Grunderneuerung, in der eine fühlende Verbindung mit allem Sein oberste Maxime wird und der Außenraum als Spiegel des Innenraums interpretiert wird.“ (S. 218f.).

Dass ein entsprechendes **Update (oder Upgrade) der Demokratie** im Grunde einem nächsten Entwicklungsschritt gleichkommt, ist eine wesentliche Annahme integraler Politik. Es ist eine sehr gute Nachricht, dass integrale Ideen zur Transformation unserer politischen Kultur von Claudine Nierth und Roman Huber nun aufgegriffen und für eine breite Öffentlichkeit anschlussfähig gemacht werden.

Link zu diesem Text auf der IFIS-Webseite: <https://www.ifis-freiburg.de/2025-08/ein-integrales-update-fuer-die-demokratie>

2.6 Keynote: Ein integrales Update für die Demokratie

von Dr. Elke Fein | 26.08.2025



„Wir brauchen ein integrales Update für unsere Demokratie“, so die Kernthese der Keynote, die ich am 19. Februar 2025 zur Eröffnung des GWS*-Forums in Oberursel gehalten habe.

[Keynote auf Youtube anschauen](#)

Warum? Die Politik, wie wir sie kennen, stößt immer spürbarer an Grenzen ihres „Betriebssystems“. Ihre Angebote passen immer weniger zu den gegebenen Problemlagen. Mit anderen Worten es fehlt ihr an Weitblick, Tiefe und Kohärenz.



Angesichts globaler und innergesellschaftlicher Herausforderungen wie Rechtspopulismus, Vertrauensverlust und abnehmender politischer Bindungskraft stehen viele Demokratien unter Druck. Wichtiger Verstärker dieser Schieflage sind toxische Strukturen in Parlamenten, dysfunktionaler Parteienwettbewerb und die fehlende Komplexitätsbewältigung in Gesetzgebungs- und Verwaltungsverfahren.

Kohärenz als Ausweg aus Polarisierung und Fragmentierung

Was, wenn wir unsere Demokratie als flexibles und entwicklungsfähiges Werkzeug und nicht als zu bewahrendes Denkmal betrachten würden?

In meiner Keynote plädiere ich für eine dynamische integrale Perspektive, in der Institutionen und politische Kultur permanent weiterentwickelt werden – müssen, um gesellschaftlichen Wandlungs- und Differenzierungsprozessen zu entsprechen. Wir müssen also Kohärenz zwischen unseren Institutionen, unseren Organisationsformen und Prozessen einerseits und den für die Lösung der anstehenden Aufgaben erforderlichen Denk- und Verhaltensweisen andererseits herstellen. Andernfalls könnten wir die Demokratie selbst verlieren.



Die Essenz der Demokratie ist das Gespräch

Claudine Nierth, Mehr Demokratie

Wie steht es um die Qualität des demokratischen Gesprächs in Deutschland?

Wo stehen wir und was ist das Problem daran?

Die meisten von uns nehmen das System der Parteiendemokratie als scheinbar „alternativlos“ wahr, weil wir schlicht nichts anderes kennen. Doch auch dieses System hat eine Geschichte. Es ist ein Produkt modernen Denkens, moderner Werte und Verhaltensweisen, deren Schattenseiten heute überall sichtbar werden. So erscheint auch die Parteiendemokratie zunehmend als ein zu enges, dysfunktionales Korsett, das gute Lösungen häufig eher verhindert als fördert. Das System passt also nicht mehr zu den vielfältigen und komplexen, gleichzeitig zu lösenden Aufgaben unserer Zeit. Wie können wir Kohärenz wieder herstellen?

Kleine Geschichte der parlamentarischen Demokratie

Demokratie bedeutet „Herrschaft des Volkes“. Das System der Repräsentation des Volkes bzw. seines politischen Willens über Parteien war in seiner Entstehungszeit, im späten 18. und 19. Jahrhundert (in England bereits deutlich früher), eine große Innovation. Also in einem Kontext, wo Monarchien das dominante Modell waren. Es ging den frühen Parlamenten unter anderem darum, der im Zuge der Aufklärung selbstbewusster gewordenen – und den Staat finanziell tragenden – Bürgerschaft eine Stimme (damals noch vor allem in Haushaltsfragen) zu geben. Dazu wurden die gesellschaftlichen Milieus (vor allem Arbeiterschaft, liberales Bürgertum, katholisches Milieu, konservative Eliten) über Parteien vertreten.



Diese Milieus haben sich heute weitgehend aufgelöst oder sind viel durchlässiger als sie es damals waren. So sind auch Parteipräferenzen heute viel volatil als noch vor Jahrzehnten. Im Ergebnis konkurrieren Parteien vielfach um dieselbe Wählerschaft, was zu zunehmend absurden Wahlkämpfen, leeren Versprechungen und Profilierung auf Kosten anderer führt.

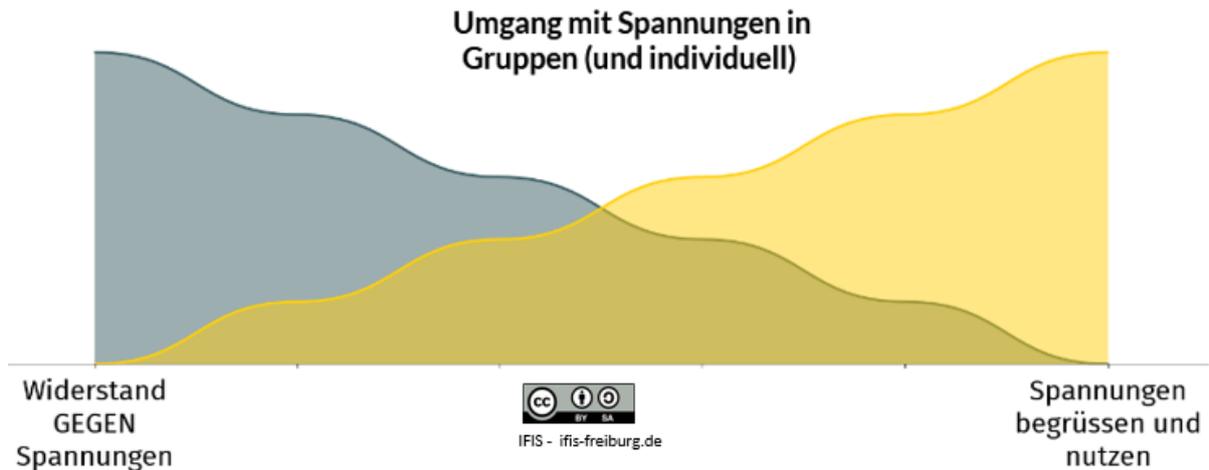
Dabei sind die politischen Akteure oft innerlich und materiell so sehr mit diesem System verwoben, dass sie selbst dessen die Dysfunktionalität kaum wahrnehmen, geschweige denn effektiv beseitigen könnten. Wir brauchen daher ein Update für unsere Demokratie und einen Paradigmenwechsel in der Politik, der die Demokratie weiterentwickelt und vertieft. Und diese Transformation kann eigentlich nur von außerhalb des Systems, d.h. sie muss von uns, den Bürger/innen kommen.

[Keynote auf Youtube anschauen](#)

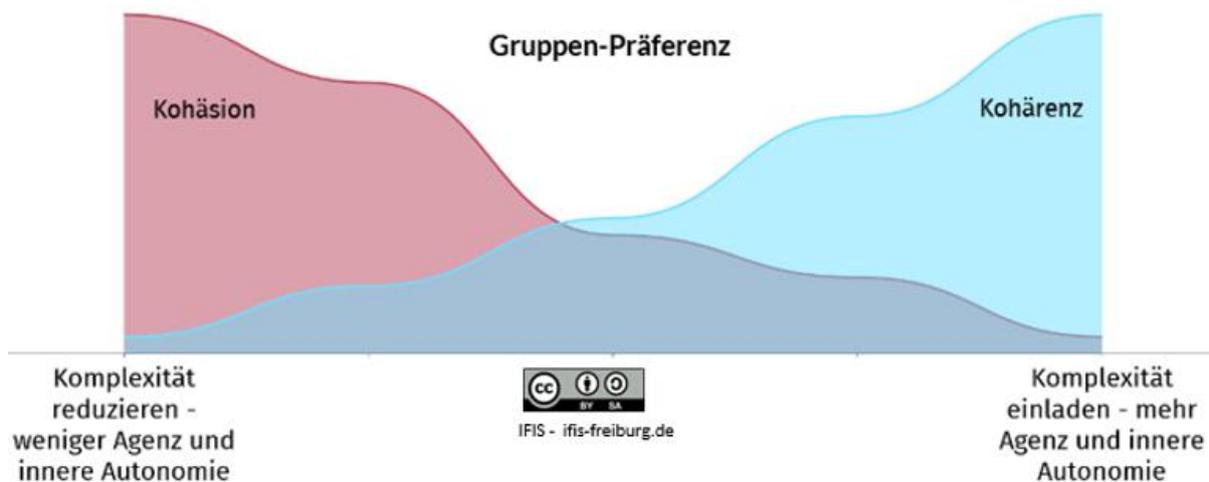
Eine tiefe Demokratie ist eine kohärente Demokratie

Letztlich geht es dabei darum, unser politisches System flexibler, lebendiger, und in sich stimmiger zu machen. Es geht um eine andere Qualität in unserem Miteinander. Wie gehen wir mit Problemen und Konflikten um? Betrachten wir sie als lästige Störungen, als Gelegenheiten zur Selbstdarstellung oder als Chance zu einem tieferen Zusammenhalt?

Die Qualität von Demokratien bemisst sich nicht nur nach institutionellen Standards und Beteiligungsmechanismen, sondern auch nach dem Grad der Kohärenz und Integrität im gesellschaftlichen Beziehungsraum. Kohärente Demokratien schaffen es, auch kontroverse oder marginalisierte Positionen sinnvoll in öffentliche Diskurse einzubinden, Spannungen offen anzusprechen und daraus innovative, tragfähige Lösungen zu entwickeln. Umgekehrt führen verdrängte Spannungen und unbewältigte oder ignorierte Konflikte – Inkohärenz – zu Vertrauensverlust und gesellschaftlicher Blockade.



Somit ist die Fähigkeit, unterschiedliche Perspektiven und Erfahrungen konstruktiv zu integrieren, die eigentliche Stärke offener Gesellschaften. Eine Vertiefung der Demokratie durch Erhöhung ihrer Kohärenz ist also ein Schlüssel zur Überwindung gesellschaftlicher Polarisierung. Hierzu bietet integrale Politik die erforderlichen Ansätze und Werkzeuge.



Ein integrales Update für unser demokratisches Betriebssystem

Die gute Nachricht ist: das neue, integrale Paradigma ist im Kern seit langem bekannt. Es wird seit über 100 Jahren von vielen Vordenkern und Entdeckerinnen erforscht und beschrieben, beginnend mit Sri Aurobindos „Integralelem Yoga“ nach dem Ersten Weltkrieg, bis hin zur Quanten-Politik und -Sozialwissenschaft von Karen O’Brien (2023). Ich habe die Quintessenz der Einsichten einer wichtiger Impulsgeber/innen integraler Politik in zehn Prinzipien zusammengefaßt. Hinter jedem einzelnen davon verbirgt sich ein ganzes Universum an neuen Ansätzen und Möglichkeiten. Gemeinsam weisen sie den Weg in eine (sich selbst) zuhörende und damit kohärentere Gesellschaft (Hanzi Freinacht).

Integrale Politik – viele Inspirationsquellen

1. Sri Aurobindo
2. Jean Gebser
3. Clare W. Graves
4. Ken Wilber
5. Otto Scharmer
6. Frederic Laloux
7. Hanzi Freinacht
8. Komplexitätswissenschaft
9. Quantentheorie
10. Feministische Perspektiven

Dr. Elke Fein – Ein integrales Update für die Demokratie – 2025 35

Doch wie kommen wir dorthin? Wie können wir den Prozess vom alten ins neue Paradigma gestalten? Vor allem: Wie schaffen wir das im laufenden Betrieb? Und wie nehmen wir die ganze Gesellschaft dabei mit? Oder allgemeiner gefragt: wie geht Transformation? Wie können wir vertraute Muster würdevoll verabschieden, um Platz zu machen für etwas Neues?

Arnold Mindell, der Mitbegründer von Deep Democracy, nennt es die Kunst, im Feuer zu stehen, ohne zu verbrennen. Um Kohärenz in der Tiefe zu lernen, müssen wir sie erfahren. Hierbei kommt Transformationsexpert/innen, Moderator/innen und systemisch arbeitenden Coaches, wie sie in der Gesellschaft für Weiterbildung und Supervision (GWS)+ organisiert sind, eine zentrale Rolle zu. Sie alle, die Sie ähnliche Kompetenzen haben, sind aufgerufen, ihr Können und ihre „skills“ in den Dienst an einer neuen, integraleren politischen Kultur zu stellen. Die Demokratie braucht Sie!

Mein herzlicher Dank gilt Eberhard Gaissert, für die Einladung zum Forum wie auch für die Aufnahme meiner Keynote. Auch wenn das Setting hierfür technisch nicht ganz optimal war, ist sie dank Aribert Laschke jetzt geschnitten und ab sofort als Folge 25 unserer Serie „Pioneers of Politics“ online verfügbar. Ich freue mich über Kommentare, Likes und Repostings 😊

[Keynote auf Youtube anschauen](#)

* Die GWS ist ein Fachverband systemisch arbeitender Personal- und Organisations-Entwickler/innen im deutschsprachigen Raum. Sie veranstaltet einmal jährlich ihr "Forum" als Jahrestagung für ihre Mitglieder. 2025 hatte das Forum den Titel "Wie gelingt Verständigung in polarisierten Welten?"

Link zum Text auf der IFIS-Webseite: <https://www.ifis-freiburg.de/2025-08/ein-integrales-update-fuer-die-demokratie>

Im Zentrum stand dabei die Frage, wie wir Konflikte besser verstehen – und im Idealfall besser lösen können. Dazu haben wir zunächst unsere eigenen Werte erforscht (siehe Word Cloud oben) und dann die Entstehung und Veränderung verschiedener Wertesysteme nach Graves genauer angeschaut. Mit am Tisch saß immer auch die Frage danach, welche Werte eigentlich in unserer Gesellschaft – und insbesondere in der Politik – wirkmächtig sind. Gerade in letzterer klaffen dabei Worte und tatsächliches Verhalten nicht selten erheblich auseinander.

Als aktuelles Beispiel für die Bedeutung von Graves' Theorie sei die Spannung zwischen sogenannten „progressiven“ (grünen und linken) Kräften einerseits und dem Erstarren eher rechter oder „rechtspopulistischer“ Kräfte in vielen westlichen Gesellschaften genannt, nicht zuletzt in Deutschland und den USA.

Hierzu schrieb der integrale Bewusstseinsforscher Ken Wilber bereits 2017, kurz nach dem ersten Amtsantritt von Donald Trump, ein Buch mit dem Titel „[Trump and the Post-Truth World](#)“. Seine Kernthese lautet, dass das in den meisten westlichen Ländern federführende GRÜNe Wertesystem selbst erheblich zum Aufstieg der "populistischen" Bewegungen, einschließlich der Wahl von Donald Trump zum US-Präsidenten, beigetragen habe. Warum?

Durch sein mangelndes Verständnis der Entwicklung politischer Dynamiken (*first tier*) habe der links-grüne Mainstream eine starke Arroganz gegenüber traditionellen Werten entwickelt, die sich u.a. in Phänomenen wie der „wokeness“ ausdrücke. Sein Narzissmus (alles Nicht-GRÜNe ist verachtenswert) einerseits und seine Kultur des Nihilismus (Wahrheit ist relativ, *post-truth*) andererseits führten ferner zu performativen Widersprüchen (alle Werte sind gleich wahr, aber dies ist die Wahrheit).

Im Ergebnis, so Wilber, sei die Wahl Donald Trumps eine Reaktion der konventionellen (ethnozentrischen) Wertesysteme auf die Arroganz des gesellschaftspolitischen und kulturellen Codes der GRÜNen gesellschaftlichen Eliten ihnen gegenüber.



Garrison, [GRRRGRAPHICS.com](#)

(c) Ben

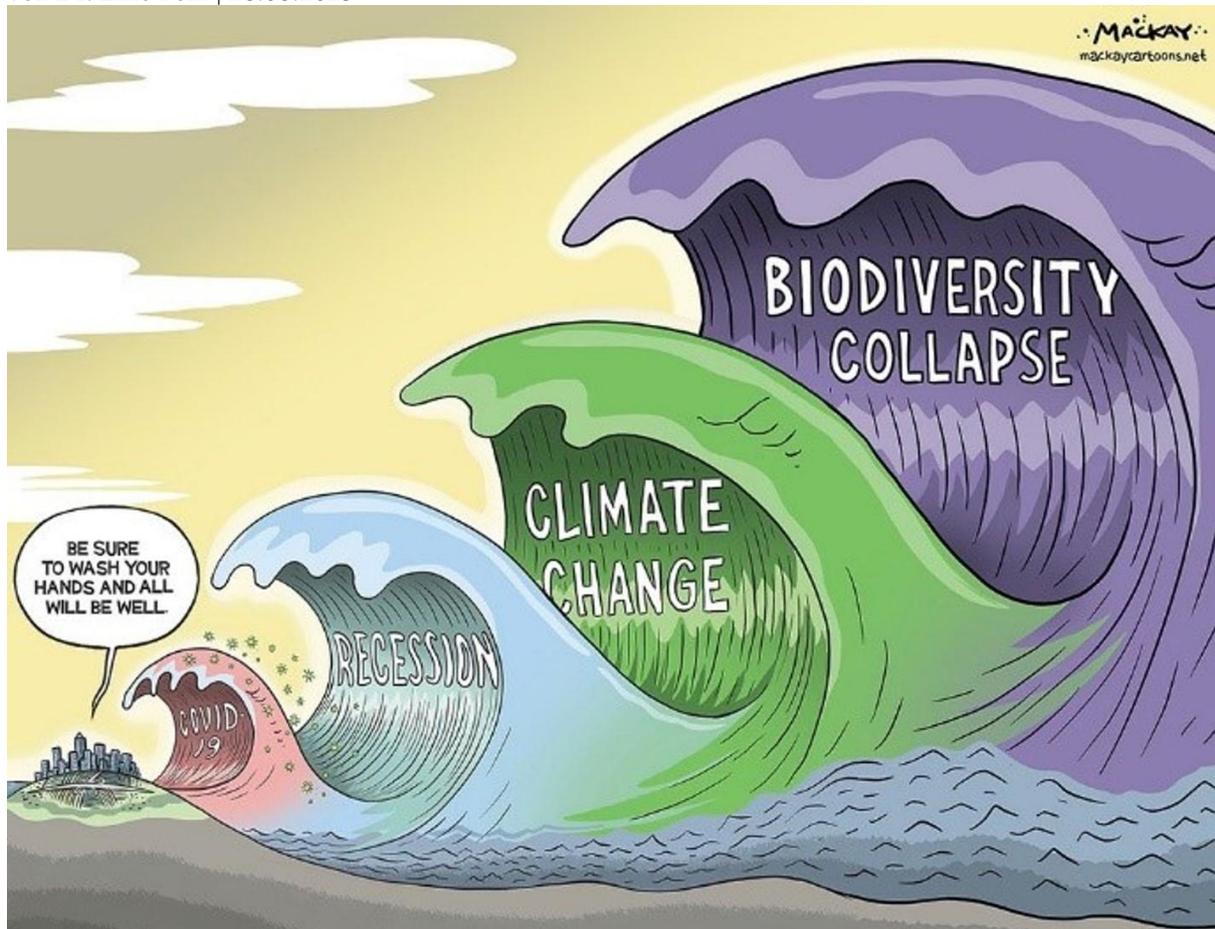
Wie können wir diese Perspektive für die Überwindung gesellschaftlicher Konflikte in Deutschland nutzen? Dies erarbeiteten wir im zweiten Teil des Abends gemeinsam anhand eines Szenarios, bei dem es darum ging, die Bedürfnisse aller von Graves beschriebenen Wertesysteme zu berücksichtigen.

Wenngleich der Abend hierfür gefühlt zu schnell vorbei war, äußerten sich viele Teilnehmende inspiriert und bereichert: „Ein Blumenstrauß voll Inspiration“, so eine Teilnehmerin. „Ich habe mich wohlgefühlt – eine Atmosphäre, wo man alles sagen konnte, das ist nicht selbstverständlich. Faszinierend“. Zwei andere betonten, wie wichtig ihnen die Möglichkeit zum Austausch über diese Themen aus integraler Sicht war. Eine junge Frau, die *Spiral Dynamics* schon länger kennt, lobte das Angebot als „gut gegen gelbe Einsamkeit“, also das Gefühl, mit integralen Sichtweisen allein zu sein. Es gebe Hoffnung, dass es neben den verbreiteten GRÜNEN Abwehrreflexen gegenüber manch anderen politischen Positionen auch integral informierte Ansätze wie den der Aktion Brückenschlag gebe, Polarisierung durch eine Erweiterung unserer inneren und äußeren Wahrnehmung zu überwinden.

Link zum Text auf der IFIS-Webseite: <https://www.ifis-freiburg.de/2025-01/wie-konflikte-entstehen-und-wie-wir-sie-loesen-koennen-inspirationen-aus-spiral-dynamics>

2.8 Reichtum und Kohärenz – ein unterbelichtetes Spannungsfeld

von Dr. Elke Fein | 28.08.2025



„Wir erschaffen gemeinsam Ergebnisse, die keiner wollen kann“, so lautet eine Kernthese von Otto Scharmers Gegenwartsdiagnose rund um die **Kollateralschäden des modernen Wertesystems** und seiner Denk- und Verhaltenslogiken, die bis heute in fast allen Bereichen unseren Lebensalltag dominieren.

Der moderne Fokus auf materielles Wachstum hat zu einem Wirtschafts- und Finanzsystem geführt, das ohne dieses Wachstum de facto kollabieren würde. Im Ergebnis sind wir kurz vor der Zerstörung unseres Heimatplaneten. Die soziale Ungleichheit (global wie auch national) hat gigantische Ausmaße angenommen, soziale Gefüge geraten aus der Balance in eine Schiefelage. Und damit wachsen auch Einsamkeit, Sinnverlust und sogenannte Zivilisationskrankheiten.

Kurz gesagt: **unsere Systeme** – innere wie äußere, globale wie nationale und persönliche – **sind aus der Kohärenz gefallen**. Ein Weiter-So würde früher oder später zur dauerhaften Auslöschung unserer Lebensgrundlagen führen, und damit zum Kollaps und zur Selbstzerstörung der Menschheit.

Dieser Beitrag lenkt den Fokus auf einen hierfür zentral mitursächlichen, bisher jedoch kaum diskutierten Aspekt des Problems: die ambivalente Rolle extrem hoher Vermögen.

Ein integral-politischer Blick auf die Klimakrise

Integrale Politik, wie wir sie verstehen, bemüht sich darum, Systeme kohärenter zu machen. Es geht also darum, Spannungen und Inkohärenzen, gerade solche, an die wir uns so sehr gewöhnt haben, dass wir sie gar nicht mehr bewusst wahrnehmen, zu fühlen, zu benennen und produktiv aufzulösen.

Wenn wir aus unseren gewohnten modernen Sinn- und Wertesystemen heraustreten (in Wirtschaft, Politik, Gesundheit, Bildung oder anderswo), also eine Art Vogelperspektive einnehmen, können wir die Dynamiken und Wechselwirkungen unserer bestehenden inneren und äußeren Systeme deutlicher sehen (siehe dazu auch meine Keynote „**Ein integrales Update für die Demokratie**“). Der Club of Rome, der IPCC und andere haben diese in Bezug auf den Klimawandel seit vielen Jahrzehnten ausführlich beschrieben und vor den Folgen gewarnt. Doch passiert ist bisher viel zu wenig. Wie also können wir die fatale Spirale stoppen oder gar umkehren, auf einen Weg zurück zur Kohärenz?

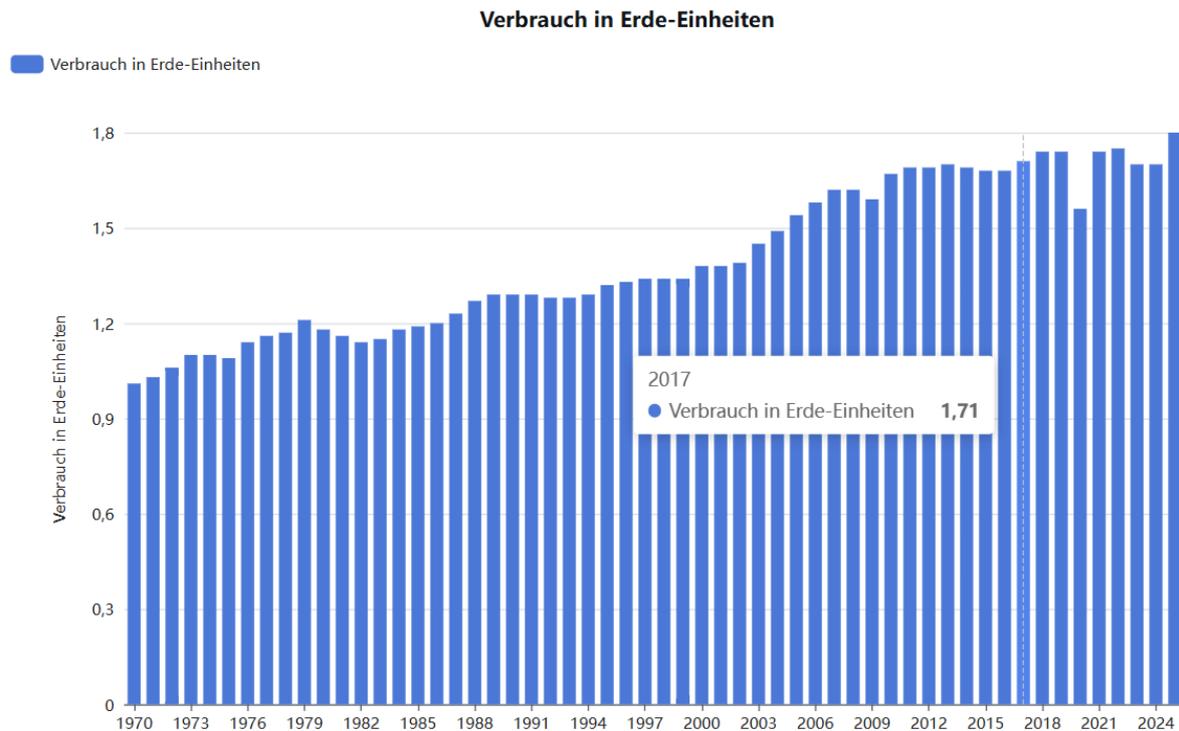


Theoretisch sind neben den Dimensionen des Problems sowohl die Ziele, die wir erreichen müssten, als auch die wirksamsten Strategien zur Wiederherstellung des planetaren – und damit auch menschlichen und sozialen Gleichgewichts bekannt. Die Klimaforschung hat sie im Blick auf die Kippunkte in allen Bereichen der planetaren Ökosysteme klar und deutlich benannt.

Am bekanntesten sind die **CO₂-Berechnungen**, denen zufolge die Weltbevölkerung pro Kopf und Jahr maximal 3 Tonnen Kohlendioxid ausstoßen dürfte, um etwa das Ziel einer Erderwärmung um maximal 1,5° noch erreichen oder bewahren zu können. Real sind es derzeit in Deutschland 10, in den USA 17 und in Qatar 42,6 Tonnen!

Eine weitere geläufige Größe ist der sogenannte **Erdüberlastungstag**, der anzeigt, in welchem Maße wir als Menschheit die Ressourcen der Erde inzwischen über das hinaus aufbrauchen, was im Rahmen eines regenerativen Gleichgewichts wiederhergestellt werden könnte. Er wurde in den 1960er Jahren

eingeführt und liegt seit 1970 im negativen Bereich. Im Jahr 2025 lag der Erdüberlastungstag global am 24. Juli – so früh wie noch nie zuvor, in Deutschland sogar noch früher, am 3. Mai. Wir leben also „auf Pump“ und haben den (statistischen) Zustand der **planetaren Kohärenz** seit Jahrzehnten verlassen. Eine genaue graphische Darstellung dieser Entwicklung findet sich hier.



Doch wer genau ist eigentlich „Wir“?

Bei allen oben genannten Zahlen handelt es sich um **statistische Durchschnittswerte**, die kontinuierlich unter anderem für die globale wie auch die nationale Ebene erhoben werden. Dabei werden etwa die gravierenden Unterschiede zwischen dem Naturverbrauch in Ländern des globalen Nordens und denen des globalen Südens deutlich. Bei einem weltweiten Ressourcenverbrauch wie in den USA bräuchten wir 5,1 Erden, bei einem wie in Deutschland 3; China bräuchte 2,4 Erden usw. Den mit Abstand größten Naturverbrauch haben die Bewohner von Katar: Sie verbrauchen statistisch betrachtet 9 Erden pro Jahr. Somit hat das Emirat Katar auch den frühesten Erdüberlastungstag (im Jahr 2025 war er am 6. Februar); den spätesten hat Uruguay (17. Dezember). Alle Pro-Kopf-Emissionen der Länder dieser Welt finden sich hier.

Ihren persönlichen CO₂-Verbrauch können Sie hier berechnen lassen – er schwankt natürlich in Abhängigkeit vom persönlichen Lebensstil, ist aber schon allein deswegen in den westlichen Industrieländern höher als anderswo, weil wir verhältnismäßig großzügig wohnen (viele Single-Haushalte), unsere Wohnungen zumeist fossil beheizen, und weil wir im Alltag auf zahlreiche komplexe Infrastrukturen angewiesen sind.

Soweit die bekannten Statistiken. Weniger bekannt, aber ungleich beunruhigender sind die gravierenden Unterschiede *innerhalb* der westlichen Gesellschaften selbst. – Könnte diese Einsicht am Ende vielleicht sogar ein Grund zur Hoffnung sein? ... weil sie zeigt, dass große Veränderungen – jedenfalls in Demokratien – vielleicht einfacher umsetzbar sind, als wir denken?

Inspirationen aus Julia Friedrichs' Buch „Crazy Rich“ (2024)

„Sehr robuste Datenreihen belegen, dass der Lebensstil reicher Menschen für wesentlich mehr Emissionen verantwortlich ist als der ärmerer“ so Julia Friedrichs in ihrem 2024 veröffentlichten Buch „Crazy Rich. Die geheime Welt der Superreichen“ (Berlin-Verlag, 2024, S. 332). Es ist das Ergebnis einer mehrjährigen Recherche der Autorin, in deren Verlauf sie mit zahlreichen extrem vermögenden Menschen gesprochen und zumindest punktuelle Einblicke in deren Lebensrealitäten erhalten hat. Unter anderem durfte sie dabei ein unter dem Pseudonym „Sebastian“ auftretendes Exemplar dieser Spezies über einen längeren Zeitraum begleiten. Dadurch entsteht ein recht differenziertes Bild der Welt der „Überreichen“, die Marlene Engelhorn als „**die gefährlichste Parallelgesellschaft**“ **unserer Zeit** bezeichnet (Friedrichs, 2024, S. 347).

Denn während der jährliche Pro-Kopf-Ausstoß an CO₂ in Deutschland bei 10t und in den USA bei 17t liegt, beträgt der von Millionär/innen 100t (!), der von sogenannten „Superreichen“, also Multimilliardären, gar über 2300t/Jahr. Wie kommt es zu diesen exzessiven Werten? – Und inwieweit könnten sie in Zeiten des Klimanotstands Ansatzpunkte für viel effektivere und kohärentere Antworten auf diesen sein?



Hier seien nur einige **Faktoren** genannt, über deren Rolle und Bedeutung wir dringend nachdenken sollten.

Beginnen wir mit der banalen Tatsache, dass Vermögende in der Regel mehrere Immobilien zur eigenen Nutzung besitzen, deren bloßer Unterhalt natürlich erhebliche Ressourcen verbraucht. Diese befinden sich häufig in verschiedenen Ländern, zwischen denen die Besitzer folglich regelmäßig hin- und her reisen. Wo Geld keine Rolle spielt, tun sie dies vorzugsweise auf dem schnellsten und bequemsten Weg, also per Flugzeug, idealiter im Privatjet. Einkaufsbummel in Paris, Teilnahme am Schönheitswettbewerb für die eigenen Zuchthunde in London, Hochzeit von Freunden in Griechenland. Nischenphänomen oder neues Normal?

Friedrichs zufolge entfallen aktuell 12% des gesamten Flugverkehrs (260 Starts am Tag) an deutschen Flughäfen auf **Privatjets**, wobei es sich bei den meisten davon um Kurzstrecken von weniger als 300 km handelt. (Etwa 100mal im Jahr werde sogar auf Strecken unter 50km geflogen; Friedrichs, 2024, S. 338).

Nun könnte man einwenden, dass es sich bei einem Teil dieser Flüge um Business-Reisen handeln dürfte, sie also nicht dem bloßen Vergnügen der Betroffenen dienen (nach dem Motto: „Wenn ich in Lateinamerika bin und mache sechs Länder in sechs Tagen – das kann ich mit einem Linienflug nicht machen“, so ein Interviewpartner; Friedrichs, S. 337). Man könnte anführen, dass der Erhalt und/oder die Vermehrung des jeweiligen Wohlstands, sofern er in Unternehmen gebunden ist, zumindest theoretisch auch anderen oder gar der Gesellschaft insgesamt dient.

Doch der Löwenanteil des Energieverbrauchs scheint den Gewohnheiten eines extrem hedonischen Lifestyles zu entspringen. Man denke etwa an die **CO₂-Bilanz von Weltraumflügen**, die von Menschen, die es sich leisten können, heutzutage zu rein touristischen Zwecken unternommen werden: Ein einziger Flug kann je nach Rakete und Treibstoff zwischen 75 und 380 Tonnen CO₂

verursachen. Das übersteigt die Jahresemissionen von Dutzenden von Durchschnittsbürgern (zum Vergleich: ein Flug nach Mallorca verursacht 600-750 kg CO₂) oder sogar die CO₂-Bilanz des gesamten Lebens ärmerer Bevölkerungsschichten.

Erschreckend sind auch Friedrichs' Einblicke in einen besonders dekadenten Aspekt des *dolce vita* der globalen Vermögenseliten. In der **CO₂-Bilanz der 20 reichsten Menschen**, die bei sage und schreibe 8000t pro Kopf und Jahr liegt, werden zwei Drittel durch private Yachten bzw. Super-, Mega- oder Gigajachten verursacht: im Schnitt 7000 Tonnen pro Boot. Der Betrieb einer solchen Luxusjacht verbraucht etwa 300-400 Liter Treibstoff pro Stunde, vom sonstigen Unterhalt ganz zu schweigen. „Manche Yachten (...) kreisen in wochenlangen Warteschleifen *stand by* vor den Häfen, ein Dutzend Leute [Besatzung] an Bord, die Kühlschränke gefüllt, um die (...) Show [der Allround-Versorgung durch Köche, Masseure, Personal Trainer und Stewardessen] sofort aufführen zu können, falls der Besitzer den Wunsch verspür(t)e, ein, zwei Tage dort zu verbringen (Friedrichs, S. 327). – Eine winzig kleine und daher unbedeutende Minderheit?

2,6 Millionen Euro Miete nimmt die deutsche Werft Lürssen für eine Luxusjacht pro Woche – und muss sich nicht um Kundschaft sorgen.

Was machen extrem große Vermögen mit der Psyche, mit der Demokratie und mit unseren Lebensgrundlagen?

Die erschreckende Bilanz besagt, dass das reichste Prozent der Weltbevölkerung jährlich 8,5 Milliarden Tonnen CO₂ verursacht; das ist „mehr als die ganze ärmere Hälfte“ (Ebd., S. 332).

Konkret bedeutet dies: „Im Moment sind allein die Millionäre dabei, 72 Prozent des verbleibenden Kohlenstoff-Budgets für das 1,5-Grad-Ziel zu verbrennen. Wir opfern gewaltige Mengen an Energie, um den exzessiven Konsum einer herrschenden Klasse zu ermöglichen – inmitten eines Klimanotstands. Das ist komplett irrational“, so Jason Hickel, Dozent an der London School of Economics, am 22.11.2023 im *Guardian* (zit. nach Friedrichs, S. 332f.)

Was machen wir mit diesen Informationen über den CO₂-Abdruck von Milliardärsfüßen vor dem Hintergrund der Klimakatastrophe – und der Frage nach mehr Kohärenz auf globaler Ebene? In einer Situation, in der sechs von neun Kipppunkten bereits erreicht bzw. überschritten sind, müssen wir uns als (globale) Gesellschaft fragen:

Kann ein derart zerstörerischer Lebenswandel weiterhin Privatangelegenheit sein? Wo und wie können oder müssen wir als Gesellschaft dem Grenzen setzen und gegensteuern?



Von der Armutsgrenze zur Reichtumsgrenze

Nach Lage der Dinge haben die Klimaaktivisten recht mit ihrer These: „Wir können uns die Superreichen nicht mehr leisten“ (vgl. ebd., S. 333). Dass dieses Thema indes bisher kaum diskutiert wird, liegt nicht zuletzt daran, dass es finanziell Privilegierten weltweit überwiegend gut gelingt, sowohl den medialen Diskurs als auch Politik und *governance* in ihrem Sinn zu beeinflussen. Sie verfügen über die nötigen Hebel, um darauf hinzuwirken, dass gewisse Regeln und Rechtsgrundsätze für sie de facto nicht gelten, ohne dass dies in der Öffentlichkeit breiter thematisiert würde.

Beispielsweise

- müssen Privatjets derzeit keine Verschmutzungszertifikate im Rahmen des EU-Emissionshandels kaufen, anders als alle anderen Airlines.
- Unternehmenserben werden in Deutschland steuerlich durch Sonderregeln wie die „Verschonungsbedarfsprüfung“ massiv gegenüber anderen Bürger/innen bevorzugt.
- Wer es sich leisten kann, unterhält ein eigenes *family office*, mit gut bezahlten Experten, Anwälten und Lobbyisten, die dafür sorgen, dass nicht nur bestehende Steuerschlupflöcher und Gestaltungsspielräume stets optimal genutzt, sondern auch neue geschaffen werden.

Im Ergebnis zahlen hoch Vermögende im Verhältnis deutlich weniger Steuern als alle anderen Bevölkerungsgruppen. So wächst die bestehende Ungleichheit kontinuierlich. Zugleich sorgen sie (mit wenigen Ausnahmen wie etwa Marlene Engelhorn und der Verein *Tax Me Now*) durch ihren Einfluss dafür, dass diese Schieflage (Inkohärenz) perpetuiert oder sogar weiter verstärkt wird (S. 245, 255).

Was also können wir tun?

Kein Zweifel, diese Zustände sind problematisch, sowohl im Blick auf die Demokratie und den Gesellschaftsvertrag, als auch im Blick auf das Klima. Bereits vor geraumer Zeit wies der Club of Rome darauf hin, dass das Klimaproblem sich nur lösen lasse, wenn wir auch die Ungleichheit reduzieren (Earth4all). Viele Länder fordern höhere Steuern auf Privatflüge – wer das Klima schädigt, müsse einen gerechten Beitrag leisten. – Doch wie erfolgversprechend ist das, wo Geld keine Rolle spielt (siehe das Beispiel des „ultimativen Klimakillers“, der Superjachten; S. 330)?

Ganz konkret setzt hier der Amsterdamer Flughafen Schiphol an: Er bedient ab 2026 keine Privatjets mehr (ebd., S. 339). Insgesamt glänzen unsere Entscheider/innen diesbezüglich jedoch eher durch mangelnden politischen Ehrgeiz.

Aus integral-metasytemischer Sicht bedeutet Ungleichheit reduzieren, strukturell anzusetzen. Dazu brauchen wir sowohl kurzfristige Maßnahmen, um die beschriebenen destruktiven Dynamiken zu stoppen – und die damit verbundenen strukturellen Ungleichheiten und Ungerechtigkeiten zu beseitigen –, als auch langfristige, um soziale und planetare Kohärenz regenerativ wiederherzustellen.

Die Vision einer integralen politischen Ökonomie

Auf längere Sicht müssen wir das Problem der mit der Ungleichheit verbundenen Ungerechtigkeit grundlegend angehen. Denn die wenigsten der heute Superreichen haben ihr Vermögen selbst erarbeitet. Vielmehr haben sie es überwiegend geerbt und wurden, wie der Mensch hinter dem Pseudonym „Sebastian“ in Friedrichs' Buch, in das „unendliche Sicherheitshintergrundgefühl“ hinein geboren, das sich die meisten von uns kaum vorstellen können, und das das Gefühl von Knappheit nicht kennt.

Nicht zufällig nimmt das Thema Ökonomie in wichtigen Schriften zur integralen Politik einen zentralen Stellenwert ein. Exemplarisch seien hier nur zwei davon genannt. In seiner Studie *Jenseits von Kapitalismus + Kommunismus. Kritik der materialistischen Gesellschaft und Wege zu ihrer Überwindung* propagiert Hans-Peter Studer (Mitbegründer der Schweizer Bewegung „Integrale Politik“) die Idee eines Maximaleinkommens, ab dem ein Steuersatz von 100 Prozent gilt. Dies inspirierte wiederum das Buch *Nach dem Kapitalismus. Wirtschaftsordnung einer integralen Gesellschaft* von Gil Ducommun, des Initiators der IP Schweiz. Darin schlägt er weiterhin vor, das über das Maximaleinkommen generierte Steueraufkommen sowie Vermögen über einem maximal vererbbaaren Betrag in Form von „Mündigkeitsmitgiften“ an alle jungen Menschen im Alter von 21-25 Jahren auszuzahlen. Ziel ist es dabei zum einen, diesen eine gleichermaßen stabile Basis für das spätere Leben zu geben und zum anderen, allzu große Vermögensunterschiede wieder auszugleichen.



Natürlich verlangen derart grundlegende Veränderungen entsprechend grundlegende gesellschaftliche Selbstverständigungsprozesse. Wo stehen wir wirklich, und was steht auf dem Spiel? Und was ist auf dieser Grundlage die beste Entscheidung für alle Beteiligten, wie auch für das größere Ganze?

Derartige Gespräche und Abstimmungsprozesse werden etwa im Rahmen der Gemeinwohlökonomie bereits praktiziert und eingeübt. Wenn man die Menschen ernsthaft einbezieht und fragt, so die Erfahrung, findet sich meist in kurzer Zeit ein Konsens auch in schwierigen Umverteilungsfragen. Wie könnten diese im Blick auf den exzessiven Energieverbrauch der Vermögenselite aussehen?

Eine andere Politik ist möglich – was, wenn es einfacher wäre als wir denken?

Integraler Politik geht es nicht um Schuldzuweisungen oder darum, reiche Menschen zu Kreuze kriechen zu lassen. Es geht um die Bewahrung unserer Lebensgrundlagen. Dazu muss niemand zurück in die Steinzeit. Es muss niemand auf ein gutes und gesundes Leben verzichten. Doch übermäßiger, hierfür nicht notwendiger Konsum *muss* im Interesse des Überlebens möglichst vieler Mitgeschöpfe auf ein vernünftiges Maß reduziert werden.

Ulrike Hermann, Historikerin und Wirtschaftsjournalistin bei der taz, rechnet vor, dass für Deutschland ein Lebensstandard vergleichbar dem des Jahres 1978 nachhaltig wäre. Und sie verweist auf die erfolgreiche Rationierung wichtiger Ressourcen im Rahmen der britischen Kriegswirtschaft in den 1940er Jahren, die einen so positiven sozialen Ausgleichseffekt hatte, dass sie bis 1954 beibehalten wurde (Hermann, 2024).

Joachim Schellnhuber, Gründungsdirektor des Potsdam-Instituts für Klimafolgenforschung, fordert, jeder Mensch solle das Recht haben, 3 Tonnen CO₂ pro Jahr auszustoßen (das entspricht etwa einem innerdeutschen Flug). Darüberhinausgehende Emissionen würden dann mit einem Preisschild versehen und müssten auf einem globalen Markt gehandelt werden. So könnte die CO₂-Abgabe eine soziale Komponente bekommen (Friedrichs, S. 341); die Verknappung des tolerierten Verbrauchs im Einklang mit den Klimazielen würde zu sozialem Ausgleich führen.

Die oben genannten Zahlen zeigen ferner, dass allein eine Reduktion des Ressourcenverbrauchs des reichsten Prozents der Weltbevölkerung auf das durchschnittliche Niveau eine ganz erhebliche Hebelwirkung entfalten könnte (vgl. Friedrichs, S. 332), *wenn* wir uns auf einige unkonventionelle Entscheidungen einigen würden. Schaffen wir das?

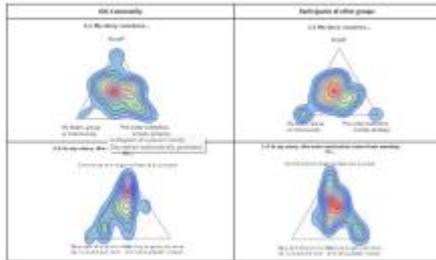
Eine andere Politik ist möglich, wenn wir die gegebene Inkohärenz im planetaren sozialen Feld wirklich wahr- und zur Kenntnis nehmen, wenn wir sie durchfühlen und produktiv auflösen. Denn warum sollten wir, wenn wir „gemeinsam Ergebnisse erschaffen (können), die keiner wollen kann“ (Otto Scharmer), nicht auch in der Lage sein, gemeinsam Ergebnisse zu schaffen, die allen dienen?

Doch hierzu braucht es die Weisheit eines neuen politischen Paradigmas, einen weiteren, tieferen und langfristigeren Blick und die Intelligenz des Herzens. Integrale Politik ist aufgerufen, das Gespräch hierüber anzustoßen und geeignete Prozesse zu gestalten und zu moderieren.

Link zum Text auf der IFIS-Webseite: <https://www.ifis-freiburg.de/2025-08/reichtum-und-kohaerenz-ein-unterbelichtetes-spannungsfeld>

2.9 Exploring coherence in communities of change agents using Sensemaker® application - What "outliers" reveal from a system

von Dr. Bettina Geiken, Anne Caspari | 28.08.2025



As part of our EU-Erasmus+ project **Cohere+**, and supported by the associate partner Cynefin Company, a **Sensemaker® capture**** was designed in order to tap into hidden assumptions, underlying patterns, and unarticulated needs around the topic of coherence. A number of communities and movements of change agents participated, in particular participants of Inner Development Goals Summit 2023, participants of the Holomovement meeting in 2024 and other groups and networks. In total, 110 stories could be collected.

Sensemaker® collects real-life stories, experiences, anecdotes, and narratives of participants and then asks them to step back and evaluate their own stories. This allows for **direct individual sensemaking** of the lived experience. Subsequently, the aggregated data from all entries highlight **collective patterns**, these are used for **collective sensemaking**.

A number of findings have already been published as part of the chapter 24 "**Deepcasting the IDGs - Exploring the cross-dimensional quality of coherence**" in the book *IDG: Stories of Collective Leadership in Action, Volume 2: From "We" to "Systems Change"* (De Gruyter Brill).

The following text summarizes core elements of a live sensemaking session by Bettina Geiken and Anne Caspari who jointly looked at the data.

In this sensemaking session, we focused on so-called "**outliers**", which are those responses and stories that are seem outside the majority of responses and patterns (*indicated as triads and dyads below*) and which often reveal a large, often overlooked amount of information about the system or topic at hand.

*"Most stories are positive, very positive or mixed. And then there are 9 very negative stories out of around 110. So this is an **outlier group** —which makes it particularly interesting. It's a mixed group, geographically and professionally (citizens, consultants, NGOs, entrepreneurs), with a diversity of age and more female than male voices.*

*The tensions they describe are mostly internal — **conflicts within the self** or between the self and the wider collective. If we look at the triads and dyads (where patterns emerge beyond individual stories), a few things stand out:*

- *There was no strong trend toward growing awareness in relation to others.*
- *People were less concerned about "having the right people" and more about having the right structures, facilitation, and process.*

One key polarity appears in section 2.1: “My main concern is to stay true to myself and my truth” versus “to be part of a generative community.” These are often felt as opposing needs. Negotiating healthy self-boundaries in a strong community space often creates tension. Not everyone can manage this balance. In intentional communities especially, individuals sometimes sacrifice aspects of selfhood to remain included.

In this dataset, many stories align with the struggle to **stay true to oneself while navigating community belonging**. This can reflect either:

- an internal challenge with navigating that space, or
- a community that is itself overwhelming or misaligned.

Section 2.3 shows that **tensions were mostly ignored or suppressed**. In 6 out of 8 stories, tensions weren’t addressed, indicating discomfort either with specific people or with the process.

For instance, one story from Belgium highlights the tension between “making sense” and “moving to action.” Another speaks of criticism of IDGs that led to only polite conversation—missing the heat or intensity the storyteller needed.

There’s also a strong theme of **personal safety**. One person wrote of choosing separation while longing for connection. The process didn’t offer enough safety for them to feel included, despite external signals of belonging.

Another story described difficulty in **processing anger and the weight of today’s world—capturing feelings of hopelessness and how hard it is to digest such emotions**.

Many negative stories involve themes like:

- feeling lost
- lack of clarity on next steps
- desire for aligned action, but no follow-through

E.g. some people describe magical moments of emergence or presence, but then say: “the next steps were never clear” or “nothing happened after.”

There is also a gap between the desire to **contribute to something bigger and the reality of taking action**.

Several stories reflect **ambivalence**:

- “I want to serve the collective”
- “I want to be nurtured”

Only few stories land on “I take action” or “I get things done.” This may point to a need for support in building aligned agency—especially between gatherings or outside structured group moments.

Overall, considering all stories, they rarely seem to identify task-oriented goals. This suggests that in **coherent or emerging spaces, relationships and safety are prioritized—possibly at the expense of action**. That might be why we see fewer stories about agency and execution.

This is precisely what the project aimed to address: how to help changemakers move from connected intention to aligned action.

Overall, the **emotional vocabulary** around "falling out of coherence" is richer than that around "coherence itself". People seem more able to describe disconnection than deep presence or flow, which are rarer experiences and harder to articulate.

To sum up, the stories marked as “negative” show the following recurring themes:

1. **Personal triggers and emotional discomfort** – Often from interpersonal interactions or group dynamics.
2. **Tensions not addressed** – Especially when people suppress conflict or difficult feelings.
3. **Disconnection from agency** – Feelings of being lost, confused, or passive between gatherings.
4. **Unmet expectations in facilitation** – A mismatch between hopes for coherence and what actually happens.
5. **Reflections on ego and coherence** – The tension between personal patterns and collective flow

Link to this text on the IFIS-Website: <https://www.ifis-freiburg.de/2025-08/exploring-incoherence-communities-change-agents-using-sensemakerr-what-outliers-reveal>

2.10 Cohere+ - Body-Mindedness Online-Live learning journey - How Embodied Practices Transform Our Inner and Outer Worlds

by Dr. Bettina Geiken | 29.08.2025



Unlocking Deeper Harmony: How Embodied Practices Transform Our Inner and Outer Worlds

For those of us navigating the complexities of modern life, the quest for harmony—a state of balanced flow between chaos and order—often feels like an elusive ideal. We seek alignment not just in our external systems, but deeply within ourselves. **But what if the key to unlocking this deeper harmony lies not just in intellectual understanding, but in our very own bodies?**

The 3-part Body-Mindedness seminar and learning journey, offered by IFIS revealed how living from our bodies can revolutionize how we show up and make choices. It consists of 3 Online-Live sessions of 2h and regular practicing between one session and another, followed by individual reflection and collective exchange of the learnings.

Why is body-mindedness relevant?

At its heart, body-mindedness challenges the common, yet often unconscious, assumption that our body and mind are separate. Our whole being is connected and responsive, constantly working to maintain balance and sustain life. Often, our body's subtle sensitivities react faster than our conscious mind, holding ways of knowing that can offer entirely new perspectives and possibilities for understanding and decision-making. When we learn to become more aware of our body sensations, habits, and patterns, we open ourselves to new insights, intuition, and a greater versatility in our choices. This deep connection between body and mind is fundamental to how each person shows up at any moment in life's unfolding.

The learning journey emphasizes that insight alone doesn't necessarily lead to action; truly integrating what we know requires the body. We often carry "bunches of stuff" in our bodies — resistance, fear, old ways of reacting—that influence our responses, from the fear of public speaking to the subtle anxieties that manifest physically . By consciously engaging with our bodies, we move from being driven by these deeply held ways of being to actively working with them. This path of uncovering who we are unfolds through three key practices: grounding, decision-making via the "third way," and self-witnessing.

The Three Pillars of Embodied Practice

1. Grounding: Reconnecting with Your Internal Compass

The very first step is a simple, in-the-moment body scan, designed to build a mindful connection with your physical self. Participants learn to observe their posture, weight distribution, tension, breathing patterns, and facial expressions . This simple act of noticing, without judgment, helps us feel more connected to how we are "in this place right now".

Real-Life Insights from participants:

- One participant noted arriving feeling "very well grounded," attributing it to "regular practicing," highlighting that this doesn't happen "automagically" but is a result of consistent effort. This emphasizes that it's less about the specific practice and more about the consistency of practicing that leads to resetting our inner compass and greater inner strength.
- Another shared a powerful insight about organizing "personal logistics to function well" and "be in my body". They realized that creating "precondition for practicing is the actual practice", and that "I take that ownership of being with myself and organizing my space the way I wanted to have and then within that I can do a practice". This underscores the importance of "simple elegance" in self-support, making practices easily accessible (ideally in under 10 seconds). This active ownership transforms one into "the practice" itself.
- A third participant realized how "autopilot" can be "so strong yet transparent," and how a conscious effort is required to shift from merely experiencing unpleasant feelings to creating new possibilities. This moment of "sensing into myself is not a mind driven process" but an immediate check-in with the now, connecting to the "evolutionary potential of the now". This renewed relationship with the body forms the basis for inner harmony, allowing for authenticity that from a place of realness and ownership.

2. Decision-Making: Discovering the "Third Way"

Building on grounding, the seminar guides participants through a process for navigating either/or situations—the common trap that often leads to unsatisfactory outcomes. By really feeling each choice in their bodies through vivid imagination, and then exploring a "midway point," participants can discover new possibilities or other viable options that their conscious mind hadn't considered.

This practice allows our bodies to tell our minds what's truly going on, learning to trust choices that come from both body and mind. While some found this aspect less immediately integrated, its potential to broaden decision-making is clear.

Real-Life Insights from participants:

- Participants initially recognized that their perceptions of the either/or situations were strongly shaped by emotional states and cognitive biases.
- Several participants described the discovery of the third way as "liberating"—a sense of accessing new possibilities that they hadn't seen before.
- The ability to step outside habitual thought patterns and see new options enhances decision-making autonomy.

Bodily Integration in Decisions: Instead of over-relying on mental analysis, participants trust embodied signals to guide them.

3. Self-Witnessing: Cultivating Agency and Perspective

The third session introduces self-witnessing, which involves observing oneself from a "broader view" or "stepping back to see ourselves". This practice allows the "subject" (the self experiencing) to become an "object" (the self being observed). This "helpful distance" provides a different perspective, enabling one to "work with your ego, not just be worked by your ego" and fostering true agency.

- Participants demonstrated the **effect on their sense of agency** beautifully by recounting highly stressful periods, including external demands and personal anxieties. Their detailed sharing revealed multiple moments of "self-witnessing" catching themselves in emotional states, noticing their body's non-compliance with their plans, and reflecting on these experiences. This allowed messages from their body to surface, even when their head didn't initially understand, leading to the ability to make decisions differently.

Interested to join the next edition of the Body-Mindedness Learning journey? Please let us know and drop us an email at bettina.geiken@ifis-freiburg.de

Link to text on the IFIS-Website: [Cohere+ - Body-Mindedness Online-Live learning journey - How Embodied Practices Transform Our Inner and Outer Worlds | IFIS](#)

2.11 Cohere+, Transformation Intensive and Islands of Coherence - The Power of Inner Transformation

by Dr. Bettina Geiken, Dr. Elke Fein | 28.08.2025



In Mid-August 2025, six alumni from earlier **Transformation Intensive (TI)** introductory courses gathered for 7 immersive days of *Transformation Intensive Advanced* at Haus Schmagerow, organised by Cohere+ Associate partner **EZC Partners**. They delved into the hidden patterns of their self-systems—those early-learned habits and protection mechanisms buried in the unconscious that quietly undermine our goals and intentions, and which are at the same time a segway into self-states of beingness and flow beyond fear.

TI methods invite us to **shine a precise and benevolent light** into this unconscious terrain, revealing internal dissonance and guiding us toward greater **personal coherence and integrity**. As inner misalignments diminish, we shift our inner “frequency” to better align with our life’s direction and purpose—creating instantly a more coherent field around and between us. To create forward from this vantage point is a whole different ball game for the self and the field.

Another aspect is that to the extent that intergenerational trauma can be addressed and integrated during this type of inner work, this might actually have the potential to ripple out and forward towards the next generations. As epigenetics research has widely shown by now, trauma, not integrated, can be passed on to the next generation. But what if the same was true, that if we do the inner work of alignment, personal and field coherence, positive intergenerational effects might also show up and the next generation might be facilitated in accessing coherent inner states. This is obviously a hypothesis, that would need to be researched scientifically, but it points towards the notion, that working on inner coherence is not just for present “self”, but might influence positively current and future human fields.

Amid intensive transformational work, the retreat also embraced playful mode shifts (solo, pairs, group), lake excursions, monochord sound journeys, and joyful community in the beautiful garden with a heartfelt hospitality, providing nurturing conditions for such deep work. Consequently humor and lightness were never really far and these frequencies carried the participants through some difficult bits.

As a participant expressed it: “The transformation is shifting inner reference points and aligning them to *source power*. This experience ripples forward and changes what we consider possible even when “everyday life” kicks in...there is an embodied and undeniable knowing that we are fundamentally at choice.

In the **Cohere+** project we have been exploring over the last 3 years in depth many aspects of building and rebuilding coherence in self, groups and bigger collectives, thereby focussing also on understanding which kind of collective skills (in self, groups and bigger collectives), enable the building of coherence and are able to sustain and support the eternal and dynamic dance and process of coherence emerging/manifesting (in self, groups and bigger collectives) + tension/incoherence/diversity opening up the possibility of an even more extended field of coherence (in self, groups and bigger collectives)

These notions and the many other findings and results of the Cohere+ project correlate beautifully with the increasingly cited notion of “islands of coherence”, which particularly in the last years (2022-2025) has seen a significant increase across many different sectors, not only among the “usual suspects” = networks and movements of paradigmatic/systemic change agents, but across a wide range of organisations and actors.

Connecting the Dots around Islands of Coherence

On the one hand, the TI retreat at Haus Schmagerow became a fertile “**island of coherence**” - in which participants engaged in intentional inner transformation spanning mind, heart, body, and soul, increasing their personal agency and power to decide how to be and show up in the next moment. There is in fact a growing “community of coherence” of people who have engaged with TI where individuals support each other in the practice of building inner coherence.

On the other hand, Cohere+ provides those “islands of coherence” with a large variety of resonant learning resources and highlights the many ways, approaches and enablers for “islands of coherence”. The Cohere+ material, exercises, tools and courses, which are all open source (thanks to the support from the Erasmus+ Programme of the EU) support transformative learning and development for individuals and organisations to intentionally cultivate and amplify a state/sense of coherence beyond a retreat or workshop.

Beware that coherence “cultivation” is always a dynamic process. It requires to strengthen the capacity to hold tensions and incoherences before coherence at a larger scale reappears, increasing the size of the islands.

The next step is that “islands of coherence” become aware of each other. With the mapping of 300 organisations of paradigmatic change makers, Cohere+ created a relevant basis for distributed emergence of resonant, regenerative systems

In essence, connecting the dots shows up as:

- - **TI work** → ongoing personal intrapsychic clarity and field alignment
 - **Cohere+ tools** → pathways for “coherence in action”
 - **Islands of Coherence** → distributed emergence of resonant, regenerative systems

Together, they illustrate a powerful dynamic: **inner clarity becomes outer coherence**, rippling outward to support systemic transformation.

Link to the IFIS Website: <https://www.ifis-freiburg.de/en/2025-08/creating-islands-coherence-transformation-intensive-and-power-inner-transformation>

2.12 Learnings from Online Colloquium 80 - Exploring coherence

by Dr. Bettina Geiken | 30.08.2025

The IFIS colloquium "Exploring coherence" was held online in June 2025 and participants were invited to experiment, explore, rvt and exchange around the topic of coherence. Here is a summary of participants' experiences, with some of the original quotes, prompted by the 2 kick-off question

1. **Where do you notice coherence or incoherence in your communities?**
2. **Why does one room or community feel more or less coherent**

Three core aspects emerge from the participants' reflections during the colloquium:

1. Conditions for coherence — psychological safety, vulnerability, and relational trust.

Participants highlighted that coherence strongly by a sense of safety, which could be both internal in the Self, als well as informed by the way people in group tend to relate to each other, while emphasising that relation is the base of coherence. As one participant worded it: "If relation is the base for coherence — relation to myself, to the group, to the field — then vulnerability is essential. It means opening up, showing up and also being prepared to be feeling discomfort.

2. Shifts in perception and practice — from incoherence to coherence through awe, curiosity, and love. Other personal testimonies also underline he importance of "inner" community design such as letting go of control, cultivating curiosity, and deliberately taking the perspective of awe and gratitude. " I love this idea of looking out into the world from a sense of interest, curiosity, gratefulness and awe. When I do that successfully, it becomes an experience of love." or It was almost overwhelming, exploding even — maybe it needs a disclaimer!" These subtle but profound inner shifts change significantly how coherence is experienced and highlight how a deliberate action in the Self-system really makes a difference on how I perceive the world and vice versa...a great example of agency and the "power of being"

3. Power and leadership — holding authority lightly and generatively. Again many participants looked a their community experiences and concluded that a coherent community is marked by leaders and members who share power rather than hoard it, seeing empowerment as mutual rather than competitive. Stories of indigenous models and collaborative decision-making illustrate how shared strength leads to resilience and coherence.

From this exploration it seems that coherence in communities can appear, when **inner orientation (curiosity, openness), relational ground (safety, vulnerability), and structural expression (shared power, collective dialogue)** are woven together. From an integral perspective we could describe coherence building in communities both as an **inner state of consciousness** (awe, love, letting go) and at the same time a **collective dynamic** (safety, power-sharing, dialogue), a multi-layered and highly dynamic phenomenon arising at the intersection of the personal, interpersonal, and systemic.id

For those of you that are interested in diving deeper into the possibility of creating and exploring "communities of coherence", please take a look at the Cohere+ Guide on "Communities of Coherence" with an enormous wealth of approaches, materials, tools, exercises that point towards the unfolding of "Communities of Coherence". We love to hear from you!.

Below in the PDF you also find all "results" of the Cohere+ Project from the last 3 years, that the co-creation between 5 European partners yielded, in sometimes very unexpected ways. It was a delight to work like this, including the moments of incoherence along the way ;-))

Link to the text on the website: [Learnings from Online Colloquium 80 - Exploring coherence | IFIS](#)

2.13 Communities of Coherence and the Necessity of Frustration Tolerance

Abstract

Across the world, radical new forms of collaboration are emerging that point toward an evolutionary step in collective organization. These *Communities of Coherence* embody a shift where individuality and community synergize, producing shared wisdom and creativity that transcend rational explanation. Yet coherence is fragile. This article argues that *frustration tolerance* is a core developmental and physiological capacity required to stabilize coherence. Drawing on insights from IFIS member gatherings and from the onsite workshop on Social Architecture (designed and tested as part of the Cohere+ project) as well as from developmental theory, and research on nervous-system co-regulation, the article explores how frustration tolerance functions as both a psychological and embodied practice.

Communities of Coherence: Living the Evolutionary Shift

Radical new forms of collaboration are appearing around the world—forms that move beyond the pyramidal order that has structured human society for millennia. These “Communities of Coherence” point toward an evolutionary step: a way of coming together where power serves the whole, where individuality and community can express themselves as one coherent synergy (Cohere+, n.d.).

When coherence arises, participants describe freedom from fear, a release of control, and a deep sense of belonging. Ideas emerge effortlessly, energy flows easily, and a shared wisdom arises that cannot be explained by rational means. Coherence feels like an energy field of ease, joy, and connectedness: “In this coherent field, we develop a shared power where almost anything is possible.”

Yet coherence cannot be forced. It arises when people bring their authenticity—their deepest truth—without trying to control outcomes. And the path into coherence is not always smooth. Alongside the magic, there is frustration.

The Need for Frustration Tolerance in Communities of Coherence

Experimenting with communities of coherence highlights not only the promise of collective sense-making and systemic transformation, but also the emotional, psychological, and physiological demands placed on participants. Among these, **frustration tolerance emerges as a pivotal capacity**. Rather than being a peripheral skill, it becomes a **core developmental resource** for individuals and groups attempting to sustain coherence under conditions of complexity and emergence.

Between Vision and Realization

Participants repeatedly ran into the tension between perceiving the potential of higher coherence (for instance, in turquoise or integral frames of Spiral Dynamics; Beck & Cowan, 1996) and the limits of what can actually be instantiated in practice. This “vision–realization gap” is structurally built into transformative experimentation: coherent processes are emergent, and not all aspirations can materialize immediately or fully. As Kegan (1994) contends in his constructive-developmental theory, the capacity to hold multiple, possibly conflicting commitments without collapsing into premature resolution is itself a marker of developmental maturity.

Implicitness vs Explicitness

One recurring theme is the degree to which group dynamics remain implicit or become explicit—both in the self of participants and in the collective field. What is left implicit (unspoken values, unacknowledged power dynamics, tacit assumptions) often becomes a locus of frustration. Yet over-explicitness can render the space mechanical, robbing it of the emergent vitality needed for coherence. The tension between these poles is a space worth inhabiting—but only if one has enough tolerance for ambiguity to live in “in-between states.” Heifetz’s (1994) work on *adaptive leadership* underscores that groups must sustain a certain disequilibrium for learning and transformation to occur.

Me in the We: Holding Self-Authoring Agency in Collective Fields

In communities of coherence, a central tension is how to bring the full *Me* into the *We* without letting group norms erode one’s agency. The Cohere+ definition of coherence—“a state of harmony and alignment where all parts of a system work in sync to support both the whole and the freedom and efficiency of its parts in order to actualize its goals”—makes clear that coherence is not uniformity but a relational dance of alignment and differentiation. When the *Me* recedes, nuance is lost; when it dominates without attunement, cohesion fragments. Self-authoring individuals feel this sharply, torn between asserting boundaries and leaning into the flow. Frustration tolerance is vital here: staying at the edge of tension, voicing one’s truth while remaining responsive to the collective—not collapsing into silence nor forcing clarity prematurely.

This tension is also about **agency** on both personal and collective levels. *Personal agency* is the capacity to author one’s actions and commitments from an internally owned center (Kegan, 1994; Baxter Magolda, 2001), while *group agency* is the collective’s ability to act as more than the sum of its members, manifesting coherent direction and impact (Torbert et al., 2004). In practice, the two interdepend: when personal agency is suppressed, vitality and diversity diminish; when group agency fractures under competing agendas, coherence cannot stabilize. Communities of coherence must therefore foster conditions where both levels can be expressed—where the integrity of the *Me* strengthens the vitality of the *We*.

Needs, Triggers, and Complexity Holding

Communities of coherence often surface both emergent needs and trigger-driven reactions. The challenge lies in discerning between organically emerging needs and reactivity arising from past wounds or systemic pressure. While every person is unique with its unique needs, gifts and triggers, the more general topic of neurodiversity in all its forms seems to be more relevant in this context (Armstrong, 2011). This is where complexity-holding comes in—a capacity to bear uncertainty, ambiguity, and paradox without collapsing into oversimplified solutions. Snowden & Boone’s (2007) *Cynefin framework* suggests that in complex domains, the role of leadership is not to reduce uncertainty but to cultivate conditions under which coherence may emerge. Participants must develop internal skills to stay with ambivalence, blind spots, unstable self-structures, and ungroundedness.

Nervous-System Regulation and Group Processes

Frustration is not only psychological; it is also physiological. Research suggests that healthy group processes can support autonomic nervous system regulation. Polyvagal theory highlights that safe social engagement enables co-regulation, shifting participants into calmer vagal states (Porges, 2022). Social Baseline Theory likewise shows that supportive presence reduces physiological stress load (Beckes & Coan, 2011). Empirical studies confirm that group interventions may increase heart-rate variability (HRV) and reduce stress markers, while overstimulation or conflict can heighten arousal (Park et al., 2018; Ditzen et al., 2007).

This resonates with personal experience: when group processes become overstimulating, even in a turquoise field, the nervous system may remain in sympathetic activation, leading to somatic tension such as persistent neck and shoulder pain. A plausible pathway is that prolonged arousal maintains muscle tension and pain sensitivity, while insufficient opportunities for down-regulation prevent recovery (Alkhawajah et al., 2024).

The implication is that communities of coherence should attend not only to governance and meaning-making but also to **pacing and embodied safety**, ensuring moments of regulation and rest to prevent over-stimulation.

Leadership, Governance, and Belonging

One key tension in communities of coherence is between **distributed leadership** and the necessity of governance roles. The ideals of non-hierarchy and shared responsibility (often associated with turquoise or integral paradigms) must negotiate with the practical need for decision-making clarity, accountability, role clarity, and occasionally directive action. This tension is intensified when individual harmony needs—desire for belonging, consensus, minimal conflict—clash with organizational or communal requirements. Developing frustration tolerance enables the group to experiment with *generative governance* forms without prematurely defaulting to authoritarian or hierarchical patterns (Laloux, 2014).

Frustration as Developmental Practice

From this perspective, frustration tolerance is not simply about patience or endurance. It is a developmental practice involving:

- The capacity to metabolize unmet expectations without disintegration
- The courage to remain present in moments of incoherence
- The ability to discern between structural limitation and avoidable misalignment
- The commitment to integrity even when relational or systemic tensions worsen

Within an integral framework, frustration can be understood as a signal that stages, states, or systems are out of alignment. Engaged consciously, it becomes a lever for growth rather than a symptom of failure. The *Cohere+ Guide* (Cohere+, n.d.) similarly points to coherence as both fragile and emergent, requiring practices that help communities metabolize tension rather than avoid it.

Coherence as an Evolutionary Principle

Beyond group practice, coherence can be seen as a principle of life itself. Physics speaks of coherence in waves; physiology in the rhythms of the body; psychology in meaningfulness and manageability; complexity science in flexible adaptability. Coherence is not rigidity—it is harmony through resonance, where diverse parts hold together as a living whole, while the "Me" does not dissolve itself in the "We"

The HeartMath Institute distinguishes between three interwoven levels: **Personal** coherence: inner alignment of heart, mind, and body, strengthening resilience and intuitive intelligence.

Social coherence: heart-level connection in groups, creating safety, creativity, and flow beyond ordinary collaboration.

Global coherence: the interconnectedness of all living systems, reminding us that we are unique yet inseparably part of a larger whole.

Communities as Incubators of Evolution

Seen this way, Communities of Coherence are not simply collaborative innovations; they are **laboratories of human evolution**. They reveal that frustration is not failure but a doorway into resilience and where neurodiversity actually brings evolutionary advantages, special skills, and other positive dimensions.

They teach that nervous systems need both stimulation and recovery in very different ways to remain open to collective wisdom. And they model a future where collaboration is about trusting the deeper coherence that life itself invites.

The art is not to avoid frustration but to hold it, and be resilient, embodied and courageous enough to stay in the experiment until coherence emerges. See also [‘The Trouble with Participative Group Processes’ by Anne Caspari](#)

References

- Alkhawajah, H. A., et al. (2024). The impact of autonomic nervous system modulation on heart rate variability and musculoskeletal manifestations in chronic neck pain. *Journal of Clinical Medicine*, 14(1):153. [PMID: 39797236](#)
- Bandura, A. (2001). Social cognitive theory: An agentic perspective. *Annual Review of Psychology*, 52(1), 1–26.
- Baxter Magolda, M. B. (2001). *Making Their Own Way: Narratives for Transforming Higher Education to Promote Self-Development*. Stylus.
- Beck, D. E., & Cowan, C. C. (1996). *Spiral Dynamics: Mastering Values, Leadership, and Change*. Blackwell.
- Beckes, L., & Coan, J. A. (2011). Social Baseline Theory: The role of social proximity in emotion and economy of action. *Social and Personality Psychology Compass*, 5(12), 976–988.
- Cohere+. (n.d.). *Guide for Communities of Coherence*. TotallyThriving. Retrieved from <https://totallythriving.online/coherence-guide/>
- Ditzen, B., et al. (2007). Effects of different kinds of couple interaction on cortisol and oxytocin responses to stress. *Psychosomatic Medicine*, 69(9), 914–922.
- Heifetz, R. (1994). *Leadership Without Easy Answers*. Harvard University Press.
- Kegan, R. (1994). *In Over Our Heads: The Mental Demands of Modern Life*. Harvard University Press.
- Laloux, F. (2014). *Reinventing Organizations: A Guide to Creating Organizations Inspired by the Next Stage of Human Consciousness*. Nelson Parker.
- Park, H. Y., et al. (2018). Heart rate variability as a marker of distress and recovery: Supportive-expressive group therapy with mindfulness in cancer patients. *Frontiers in Psychology*, 9, 1100.
- Porges, S. W. (2022). *Polyvagal Theory: A Science of Safety*. W. W. Norton.
- Snowden, D. J., & Boone, M. E. (2007). A Leader’s Framework for Decision Making. *Harvard Business Review*, 85(11), 68–76.
- Torbert, W. R., & Associates. (2004). *Action Inquiry: The Secret of Timely and Transforming Leadership*. Berrett-Koehler.
- Wilber, K. (2000). *Integral Psychology: Consciousness, Spirit, Psychology, Therapy*. Shambhala.

Link to the text on the website: <https://www.ifis-freiburg.de/en/2025-08/communities-coherence-and-necessity-frustration-tolerance>

3. Dialogabende/Runde Tisch

Dialogtreffen

Wir organisieren etwa einmal im Monat Gesprächsabende. Jeder Abend konzentriert sich auf ein aktuelles Konflikthema. Ideal ist eine Gruppengröße von etwa 12 bis 15 Leuten. Wir arbeiten darauf hin, dass jeweils etwa die Hälfte die Pro- und die Contra-Position vertreten. Eine professionelle Moderation leitet den Abend an, bleibt neutral, sorgt für die Einhaltung der Gesprächsregeln und vermittelt. Manche Abende beginnen mit einem Kurzvortrag über Aspekte der Dialogkultur – z.B. Moderation, Traumata, gewaltfreie Kommunikation.

Wir sind in diesen Konflikthemen aus fachlichen Gründen neutral, d.h. wir nehmen dazu nicht öffentlich Stellung, um mit allen Positionen gesprächsfähig zu bleiben. Wozu wir allerdings Stellung beziehen ist das Querschnittsthema Demokratie: eine konstruktivere Dialogkultur ist für uns ein zentraler Baustein der Widerstandsfähigkeit unserer derzeitigen Demokratisierungs-Stufe und erst recht eines weiteren Fortschritts im Demokratisierungsprozess.

Aktion Brückenschlag – Zusammenhalt stärken – Demokratie fördern

Was ist ein Runder Tisch? „Wir ermöglichen offene Dialog-Räume für Bürger*innen, die dadurch erleben, wie wirkmächtig jede/r Einzelne sein kann.“ Der Runde Tisch als Gesprächsformat hat eine lange Geschichte, die man von den Runden Tischen der Wendezeit (Polen, DDR usw.) über internationale Konferenzen (Potsdamer Konferenz 1945, UN Vollversammlungen) bis ins Mittelalter oder noch weiter zurückverfolgen kann, etwa zur berühmten Tafelrunde aus dem Artusroman (um 1150) oder sogar dem steinzeitlichen gemeinsamen Sitzen um das Feuer herum. Das Format wird immer dann gerne verwendet, wenn den Teilnehmenden signalisiert werden soll: Hier begegnen sich alle auf Augenhöhe, jede/r ist gleich wichtig. Dies erreicht der Runde Tisch mitunter schon durch die Sitzordnung, also die besondere kreisförmige Anordnung der Teilnehmenden im Raum. Unser Runder Tisch hat zudem in der Mitte ein Loch – auch dies ist Programm: Durch diese nach oben offene Mitte soll signalisiert werden, dass Rundtisch-Gespräche in einer fragenden Haltung erfolgen – und dabei immer auch Platz lassen für am Tisch noch fehlende Perspektiven, Einsichten und entstehende/emergierende Lösungen aus der Weisheit der kollektiven Intelligenz (IST DAS WORDING SO PASSEND?) Einige sogenannte Tisch-Regeln oder Haltungen sorgen dafür, dass das Gespräch am runden Tisch auch tatsächlich „rund“ wird: wechselseitiges Zuhören, respektvolles Annehmen anderer Meinungen und eine authentische Begegnung auf Augenhöhe, in der Hierarchiedenken keinen Platz hat. „Jenseits von richtig und falsch gibt es einen Ort, dort treffen wir uns.“ Rumi Angereichert durch kreative Elemente aus Kunst, Musik und Kulinarik schafft diese Art des Dialogs eine Balance von Denken, Fühlen und Erleben. Sie gibt allen unseren Fähigkeiten Raum, die wir für ein gutes Leben auf unserer Erde brauchen. Wenn wir es schaffen, uns auf neue Weise gegenseitig zu sehen und zuzuhören, ohne dabei sofort nach Antworten oder Bewertungen zu suchen, entsteht eine neue, tiefere Qualität von Miteinander. Sie führt im Idealfall auch zum gemeinsamen Handeln. Im EU-geförderten Projekt Leadership for Transition Politics haben wir über 3 Jahre lang mit dem Format Runder Tisch experimentiert und bringen es nun auch in Freiburg zum Einsatz. Weiterführende Informationen und Erfahrungsberichte dazu: [Link zum Handbuch Runder Tisch: leadership-for-transition.eu/wp-content/uploads/2022/11/IO2-Der-Runde-Tisch_DE.pdf](https://leadership-for-transition.eu/wp-content/uploads/2022/11/IO2-Der-Runde-Tisch_DE.pdf)

3.1.1 "Überraschend kreativ!" - Runder Tisch in Hinterzarten

von Dr. Elke Fein | 15.04.2024



Ein voller Erfolg war unser Runder Tisch in der Schwarzwaldgemeinde Hinterzarten am Freitag, dem 12.4.2024. Von „bereichert und inspiriert“ über „überraschend kreativ“ bis „ich habe nun wieder Lust auf Hinterzarten!“ reichten die Feedbacks der dreizehn Bürgerinnen und Bürger, die sich im örtlichen Kurhaus bei Häpchen und Knabberzeug um den bunten Runden Tisch versammelt hatten.

Thema war ein Austausch darüber, was für sie Lebensqualität bedeutet – und was sie sich diesbezüglich für Hinterzarten wünschen. Besonders häufig wurde dabei in der touristisch geprägten Gemeinde die Gelegenheit zu ungezwungenen, freundschaftlichen und generationenübergreifenden Begegnungen mit anderen Bürgerinnen und Bürgern genannt, wofür es entsprechende offene und einladende Orte und Räume brauche. Auch das Thema Wohnen im Alter wurde von vielen als Herausforderung benannt. Einige weitere Themen, bei denen es nach Meinung der Teilnehmenden in der Dorfgemeinschaft „knirscht“, konnten angesprochen und Erfahrungen dazu ausgetauscht werden. Das Fazit: „Es gibt einen Bedarf, in diesem Dorf ins Gespräch zu kommen!“



Obwohl der Runde Tisch derartige Gespräche zunächst schlicht ermöglichen, in Gang bringen und unterstützen will, ging die Hinterzartener Runde weit darüber hinaus. Der Austausch war offenbar so belebend, dass sich die Teilnehmenden mit kreativen Ideen geradezu überboten. Unter dem Strich entstanden mindestens drei konkrete Vorhaben, die jetzt aus der Gruppe heraus weiterentwickelt werden sollen, unter anderem eine Fortsetzung des Runden Tisches.

Damit hat sich in Hinterzarten ein weiteres Mal die Magie integraler Politik manifestiert: von „frustriert“ zu „lebendig“ und „wir können was gestalten!“ Diese geradezu typische Transformation der Stimmung im Raum innerhalb von gut zwei Stunden ist das Ergebnis einer neuen, tieferen und weiteren Herangehensweise, bei der nicht „diskutiert“, sondern vor allem achtsam zugehört wird – dem andern, wie auch sich selbst und den eigenen inneren Impulsen. Möge integrale Politik damit alsbald auch unser politisches Betriebssystem und unsere politische Kultur insgesamt schrittweise transformieren. Wir arbeiten daran! 😊



Link zum Text auf der IFIS-Webseite: <https://www.ifis-freiburg.de/2024-04/ueberraschend-kreativ-runder-tisch-hinterzarten>

3.1.2 Eine runde Sache: Runder Tisch zum Thema Migration

von Dr. Elke Fein | 29.11.2024



Eine runde Sache war unser Runder Tisch im Freiburger Haus des Engagements, den ich diesmal gemeinsam mit Tanja Martin (Holistic Journey) moderieren durfte.

Im Rahmen der Aktion Brückenschlag kamen elf Bürger/innen aus der Regio (sowie ein Teilnehmer aus Stuttgart!) zusammen, um sich darüber auszutauschen, was sie im Blick auf das Thema „Migration“ bewegt, und wie unser Zusammenleben (besser) gestaltet werden könnte.



Obwohl die Raumtemperatur aufgrund einer Heizungspanne gefühlt nur bei 15° lag, erzeugte die Magie des Runden Tisches (wieder einmal) in kürzester Zeit eine warme, einladende und konstruktive Atmosphäre.

Hierzu trug auch ein einstimmender künstlerischer Impuls bei, der die Teilnehmenden mit allen Sinnen auf eine Reise vom Kopf über das Herz zu beiden Händen einlud – frei nach Beuys, einem der Impulsgeber des Runden Tisches („Jede/r ist ein/e Künstler/in“). Dabei wurde unter anderem die Vision eines alle Farbschattierungen einschließenden Regenbogens, dessen „Farben alle zusammen ein strahlendes Weiß ergeben“, von einer Teilnehmerin plastisch dargestellt.



Dank der sorgfältigen Vorgespräche der ehrenamtlichen Team-Mitglieder der Aktion Brückenschlag, Franz-Albert Heimer und Esther Engelhardt, saßen am Runden Tisch 11 Vertreter/innen unterschiedlichster Positionen zum Thema Migration zusammen. Dennoch führte etwa die Schilderung eines Gefühls von „Zerrissenheit“ oder „verlorener Balance“ im Umgang mit Migration hier eher zu Nachdenklichkeit als zu Konfrontation.

Die an den Bohmschen Dialog und die Gewaltfreie Kommunikation angelehnten Dialogregeln des Runden Tisches ermöglichten zudem eine Entschleunigung des Gesprächs. Sie erlaubte es den Teilnehmenden, stärker nach innen zu lauschen. Wo es nicht um Recht haben geht oder darum, andere zu überzeugen, können persönliche Unsicherheiten, Ratlosigkeit oder schwierige Gefühle besser wahrgenommen – und oft auch mitgeteilt werden. Dies schafft Vertrauen, größere Offenheit und Verbindung.

Mitunter tauchen im Dialog am Runden Tisch mehr Fragen auf als Antworten. Gute Fragen wiederum regen zu tieferem Nachdenken, Hinspüren und zur gemeinsamen Suche nach Lösungen an, die allen Beteiligten gerecht werden. Unter den in die leere Mitte des Runden Tisches gestellten Fragen waren etwa:

- Was ist meine Identität und was die Identität der Bundesrepublik Deutschland?
- Welche Werte und Normen sind uns wichtig als Maßstab unseres Handelns?
- Wer hat das Recht zu migrieren – und wer oder was gibt das Recht dazu (oder auch nicht)?
- Was ist das „richtige Maß“, das unsere Gesellschaft nicht überfordert?



Nach drei Stunden Dialog waren diese Fragen mitnichten beantwortet. Dennoch erlebten die Teilnehmenden das Gespräch am Tisch im Rückblick überwiegend als „rund“, wertvoll und angenehm. Obwohl am Tisch ausdrücklich alle Sichtweisen eingeladen sind, zeigt die Tatsache, dass einige rückblickend sogar die „Ecken“ und etwas mehr Reibung vermissten, nach meinem Eindruck, dass der Runde Tisch als solcher den Fokus aller Beteiligten (ungeachtet ihrer „mitgebrachten“ Sichtweisen) tendenziell in Richtung von mehr Tiefe, Kohärenz und Konvergenz auszurichten scheint.

Wir von der Aktion Brückenschlag jedenfalls freuen uns über die gute Resonanz und die von einem Feedback in der Schlussrunde beschriebene Befindlichkeit: „Ich kann mich (hier) innerlich zurücklehnen, obwohl es Zerrissenheit gibt.“ Womöglich ist ein entspanntes sich-in-die-Krise-hineinlehnen schon die Hälfte der Lösung, insbesondere wenn wir unsere „Krisen als Wesen betrachten“, zu denen es eine Beziehung aufzubauen gilt, wie eine Teilnehmerin bildhaft formulierte.

Ebenso freuen wir uns daher über den vielfach geäußerten Wunsch, den Zauber der Runde am Runden Tisch weiter zu verbreiten und das Format mehr Menschen zugänglich zu machen.

Link zum Text auf der IFIS-Webseite: [Eine runde Sache: Runder Tisch zum Thema Migration | IFIS](#)

3.1.3 Kohärenz in Aktion: Wie die Magie des Runden Tisches Flow erzeugt

von Dr. Elke Fein | 03.03.2025

Nach neun Monaten war es soweit: die Vision der Hinterzartener Arbeitsgruppe (AG) Lebensqualität von ihrem eigenen Runden Tisch hat sich materialisiert – ein Ergebnis und seinerseits Quelle von Kohärenz in Aktion!

Der erste Runde Tisch in der Schwarzwaldgemeinde hatte auf Initiative von Toni Bünemann (IFIS und AG Lebensqualität) im April 2024 stattgefunden. Einen Bericht darüber haben wir damals hier publiziert. Damals versammelte sich ein gutes Dutzend Bürger/innen des Hochschwarzwald-Dorfes, um ein neues Gesprächsformat zu erproben – und sich am von IFIS und Holistic Journey gestellten Runden Tisch über die Belange ihres Ortes auszutauschen.

„Der ist ja wirklich rund!“ – entfuhr es einer Teilnehmerin, als sie den Raum im Hinterzartener Kurhaus betrat und den bunten Runden Tisch erblickte. Von da an nahm die Magie des Runden Tisches ihren Lauf. Für manchen war das dialogische Format zunächst noch ungewohnt – absichtslos zuhören und andere zunächst verstehen statt sie überzeugen zu wollen bedarf einer Entschleunigung, die zunächst eingeübt werden muss.

Kohärenz bedeutet Gemeinsamkeit erleben und spüren



Als bald jedoch zeigten sich die ersten Früchte dieses achtsam-entschleunigten Zuhörens: Die Anwesenden entdeckten immer mehr Gemeinsamkeiten untereinander – und in der Art, wie sie den Alltag in ihrem Ort erlebten und schilderten. Es tat gut, von Mitbürger/innen zu hören – und das allen gemeinsame Bedürfnis nach mehr – und einem besseren Miteinander in der Schwarzwaldgemeinde zu entdecken und so eine tiefere Art von Verbindung untereinander zu spüren.

Während die lokale Politik – vertreten durch die örtlichen Hoteliers und Tourismusträger – primär das Wohlergehen der Touristen im Blick habe, sehnten sich die am Runden Tisch versammelten Bürger/innen nach einfachen, niederschweligen Begegnungsorten ohne Konsumzwang.

Und sobald dieses gemeinsame Bedürfnis einmal für alle sicht- und fühlbar im Raum stand, bemächtigte sich die Magie des Runden Tisches erneut der Gruppe. „Was wäre wenn...“, so die Einladung an alle, die kleine Tischgemeinschaft als Keimzelle für ein neues Miteinander im Dorf zu betrachten. In Kürze überboten sich die Teilnehmenden mit kreativen Ideen dazu, was sie selbst konkret tun könnten, um ihren Ort lebenswerter zu gestalten. Unter dem Strich entstanden allein drei konkrete Vorhaben für niederschwellige Begegnungsorte, die in der Folgezeit aus der Gruppe heraus weiterentwickelt wurden. Eines davon war die Fortsetzung des Runden Tisches – und die Idee, für Hinterzarten einen eigenen Runden Tisch zu bauen.

Kohärenz bedeutet, gemeinsam neue Ideen zu entwickeln und umzusetzen.



9 Monate und zwei Runden Tische später ist er fertig: Die örtliche Schreinerei hatte Materialien gespendet, der Gemeinderat die Farbe bezuschusst, und der Ideengeber, Reinhard Schlindwein, selbst hatte Hand angelegt, um der Hinterzartener Kopie nach dem Freiburger Vorbild Gestalt zu geben.

Zur feierlichen Einweihung des Hinterzartener Runden Tisches lud die AG Lebensqualität Ende Januar 2025 gemeinsam mit der Inhaberin eines der besten 5-Sterne Hotels am Ort – mittlerweile selbst eine Anhängerin des Formats – in den gläsernen Pavillon ihres Hauses, der einst als "Caféhaus Diva" gedient hatte.



Zur Eröffnung war neben einem Dutzend Bürger/innen auch Gemeinderat Florian Hofmeier gekommen, um den Erfolg mit den Anwesenden zu feiern. Nicht zuletzt berichtete die Badische Zeitung ausführlich über den Erfolg.

Badische Zeitung

Hochschwarzwald - Montag, 3. Februar 2025
<http://www.badische-zeitung.de/gesprachsrunden-in-hinterzarten-im-geschuetzten-raum>

Am runden Tisch aus dem Herzen sprechen

Zum runden und bunten Tisch hat die Arbeitsgruppe (AG) Lebensqualität in der Initiative Zukunft Hinterzarten eingeladen. Dabei können sich interessierte Hinterzartener im geschützten Raum austauschen.

■ Von Thomas Biniossek

HINTERZARTEN „Im vergangenen Jahr haben wir bereits drei solcher Gesprächsrunden angeboten, an unterschiedlichen Orten und in unterschiedli-



Viola Sinn (links) und Toni-Charlotte Büemann am runden und bunten Tisch

ch selbst und ihr Leben in Hinterzarten erleben“, so Toni-Charlotte Büemann. Dabei sind nach einer Einführung mit Hinweisen auf die Gesprächsregel und einem Impuls durch die Moderatorinnen die Themen völlig offen und richten sich nach dem, was Gäste des runden Tisches für wichtig empfinden. „Themen werden durch uns ganz bewusst nicht vorgegeben. Wir wollen ja keine Debatten und Streitgespräche, sondern die Teilnehmer sollen darüber berichten, was ihnen gerade wichtig ist.“ Der runde Tisch, ausgelegt für drei Stunden, soll ein

„und“. Hinzu komme, dass man in dieser oft schnellen und hektischen Zeit verlangsamt, dass gelte, zuzuhören und das Gehörte auf sich wirken zu lassen. „Es gilt ferner, möglichst in Bildern und nicht zuletzt, von sich selbst zu sprechen“, listeten die Moderatorinnen auf.

„Das Erstaunliche dabei ist, dass dadurch ein großes Interesse der Besucher aneinander entsteht“, so Büemann und Sinn. Obwohl es für die Gäste keinerlei Verpflichtungen gebe, in der Initiative mitzuwirken, „gab es Bilder, was man gemeinsam realisieren möchte“. So habe sich eine Teilnehmerin aus dieser Runde heraus für den Bouleplatz im Kurpark engagiert. „Daraus entstanden ist zudem

Kohärenz bedeutet das gute Gefühl und den Stolz darüber, einen Beitrag zu einem sinnvollen gemeinsamen Projekt geleistet zu haben oder zu leisten. („Wenn du selbst etwas tun kannst, dann wird dir geholfen!“)

Bei diesem vierten Runden Tisch ließ sich das Kohärenz-Phänomen erneut auf kraftvolle Weise beobachten. Die Magie betraf zum einen die Fähigkeit des Tisches, das um ihn herum geführte Gespräch in kürzester Zeit auf die für alle Beteiligten wesentlichen Themen zu lenken. So wanderte der Fokus von dem von einer Teilnehmerin eingebrachten Projekt zu dem für den Ort existenziellen Thema fehlender Einkaufsmöglichkeiten. Da sich die Lage in den umliegenden Ortschaften eher noch schlechter darstellt, kamen alsbald Ideen und Vorschläge auf, was die Runde zur Behebung des Problems tun könnte.

Zum zweiten erwies sich der Tisch als wahrer Zauberünstler dabei, lokale Bedarfe und Angebote zusammenzubringen. Nachdem sich etwa die erste Teilnehmerin mit ihrem Wunsch gezeigt hatte, nach ihrer Pensionierung wieder als Heilpraktikerin zu arbeiten, äußerte gleich die folgende Sprecherin einen entsprechenden Bedarf. Dieses konstruktive Ping-Pong setzte sich den ganzen Abend über fort. Jemand äußerte eine Idee, der nächste spann sie weiter, die dritte griff sie auf und verknüpfte sie mit einem Vorschlag, um sie in örtliche Wirksamkeit zu bringen.

Kohärenz ist die Qualität von Stimmigkeit, die alle Mitglieder einer Gruppe auf ein gemeinsames Ziel ausrichtet. Kohärenz ist die Qualität von Flow, die entsteht, wenn Menschen gemeinsam nach guten Lösungen suchen.



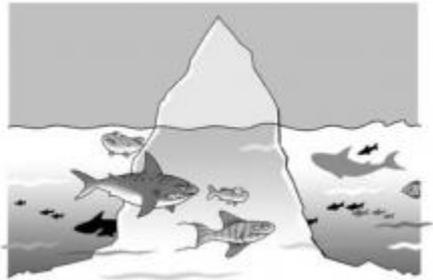
Das Beste am Runden Tisch: Er moderiert sich gleichsam selbst. Das Format hat eine derart starke Eigenpräsenz, dass es auch für weniger geschulte Moderierende vergleichsweise einfach zu handhaben ist. Wir sind sehr gespannt auf die Fortsetzung der Magie. Hier zum Abschluss einige Feedbacks zum vierten Hinterzartener Runden Tisch:

- Ich habe mich getraut zu kommen, viel mitgekriegt, und mich gefreut, dass meine Ideen gut angekommen sind. Gehe mit einem positiven, zufriedenen Gefühl.
- Ich fand es schön bei euch. Dachte erst, in meinem Alter... aber es war schön, und lecker war es auch!
- Ich möchte meine Fähigkeiten neu in die Gemeinschaft einbringen. Es waren große Anforderungen an das Zuhören, hat aber gut funktioniert, war in sich stimmig. Ich fühle mich jetzt richtig beseelt!
- Ich bin sehr dankbar, entspannt und beglückt. Es gab keinen Druck, es ist gut, Zeit zu haben, sich auszudrücken.
- Ich fühle mich nach jedem RT elektrisiert.

Link zum Text auf der IFIS-Webseite: Kohärenz in Aktion: <https://www.ifis-freiburg.de/2025-03/kohaerenz-aktion-wie-die-magie-des-runden-tisches-flow-erzeugt>

3.2.1 Inspiriert von Deep Democracy: Auftakt integraler politischer Dialoge in Freiburg

von Dr. Elke Fein | 21.12.2023



"Am Schluss waren 'Freund' und 'Feind' kaum mehr voneinander zu unterscheiden", so das anerkennende Feedback einer Teilnehmerin unseres ersten Dialogabends zum Thema Corona am 19. Dezember im Freiburger Haus des Engagements, die ich moderieren durfte.

Da im Zuge unserer multiplen Krisen die Polarisierung weiter zunimmt - und sich so manche/r Mitbürger/in innerlich bereits aus dem gesellschaftlichen Diskurs verabschiedet hat, haben die Initiatoren der "Aktion Brückenschlag" am Treffpunkt Freiburg eine Neuauflage dieses erfolgreichen Formats angeregt. - Und der Auftakt ist gelungen.

Im Kreis von zehn Teilnehmenden mit unterschiedlichen Erfahrungen und Standpunkten zum Thema Corona, von denen zwei sogar eigens aus der Region Stuttgart angereist waren, erkundeten wir über drei Stunden verschiedene Aspekte und Schichten des Themas. Dabei ging es nicht um den Austausch von Argumenten, sondern darum, dass Menschen mit konträren Sichtweisen überhaupt wieder miteinander ins Gespräch kommen, einander hören und in ihren tieferen Anliegen, Sorgen und Bedürfnissen gesehen werden. Im Eisberg-Modell von Sigmund Freud geht es also um die teils unbewussten, teils auch tabuisierten, von Erfahrungen, Emotionen und Traumata bestimmten Bereiche "unter der Wasseroberfläche" des öffentlichen Scheinwerferlichts, für deren angemessene Bearbeitung im regulären Politikbetrieb leider keine ausreichend sicheren, entschleunigten und vertrauensvollen Räume vorhanden sind. Dies ist in unserem Dialogprozess anders.

Ein hilfreiches Werkzeug für derartige "schwierige Gespräche" ist der von "Deep Democracy" inspirierte dynamische Dialog, bei dem sich die Teilnehmenden in wechselnden Konstellationen wiederfinden. Ergebnis ist dabei zumeist, dass man selbst mit den größten Widersachern einen Haufen Gemeinsamkeiten entdeckt, während vermeintliche Gräben kleiner werden. Zudem kann dabei auf spielerische Weise ausgelotet werden, wo "der Schuh am meisten drückt" und wie dieser Druck schrittweise aufgelöst werden kann.

An unserem Dialogabend wurde klar, dass wir, um an "des Pudels Kern", also an die eigentlichen Knackpunkte des Konflikts über die Corona-Maßnahmen heranzukommen, das Thema deutsche Vergangenheit einbeziehen müssen. Die meisten roten Linien, Schmerzpunkte und Tabus im deutschen Diskurs führen früher oder später zu bestimmten traumatischen Aspekten der NS-Vergangenheit - bzw. der Frage nach den "richtigen", hieraus zu ziehenden Lehren für die Zukunft. Interessant und erfreulich war für mich, dass sich beide Seiten sehr eindeutig von der Negativfolie "Faschismus" usw. abgrenzten - allein, ihre Schlüsse daraus waren verschieden.

Leider war an dieser Stelle unser Zeitbudget aufgebraucht. Aber es hat sich die Erkenntnis eingestellt, wie lohnend es ist, an dieser Stelle tiefer zu graben und den Dialog weiterzuführen. Ich freue mich auf eine Fortsetzung im nächsten Jahr!

Link zum Text auf der IFIS-Webseite: [Inspiriert von Deep Democracy: Auftakt integraler politischer Dialoge in Freiburg | IFIS](#)

3.2.2 Vertiefung der Demokratie: Zweiter integraler politischer Dialog in Freiburg

von Dr. Elke Fein | 02.04.2024



Ende März 2024 fand im Freiburger Haus des Engagements eine Fortsetzung und Vertiefung des integralen politischen Dialogabends vom Dezember statt, den IFIS ab sofort gemeinsam mit der Initiative Aktion Brückenschlag hostet.

Auf allseitigen Wunsch waren dazu die meisten der Teilnehmenden der ersten Dialogrunde im Dezember wieder gekommen, zuzüglich zweier Neueinsteiger/innen. „Es ist langweilig, in der Mehrheit zu sein“, so der Kommentar eines Teilnehmers zu der Beobachtung, dass an diesem Abend die Ungeimpften bzw. Impfskeptiker in der Mehrheit waren. – Dies dürfte einem größeren Gesprächs- und Dialogbedarf in dieser Gruppe bzw. deren Erfahrung geschuldet sein, dass ihre Sichtweisen und Motive gesellschaftlich in den letzten Jahren weit weniger Aufmerksamkeit erhalten haben als die der „offiziellen Corona-Politik“.

Neben Skeptiker/innen und Verteidiger/innen der Corona-Maßnahmen war auch eine dritte Position vertreten, die beiden etwas abgewinnenen konnte, sie aber als einseitig ansah und eine Synthese anstrebte.



Von der Erfahrung, ausgegrenzt, ausgeschlossen oder „als dumm beschimpft zu werden“, berichteten indes Vertreter/innen beider Gruppen – aus unterschiedlichen Gründen. Einen besonderen Akzent

setzte eine seit vier Jahrzehnten in Deutschland lebende Teilnehmerin mit persischen Wurzeln. Sie selbst habe sich unter anderem deswegen impfen lassen, weil sie Angela Merkels Rede zu Beginn der Pandemie überzeugend fand und ihre Regierung als um das Wohl der Bevölkerung bemüht erlebte. Ihr „Vertrauen in den deutschen Staat“ begründete sie auch damit, dass "er mich als Flüchtling aufgenommen hat“. Zugleich berichtete sie von ihrer Überraschung und Irritation darüber, in welchem Maße die Menschen in Deutschland ihrer eigenen Regierung mißtrauten. Vor dem Hintergrund dessen, dass in ihrem (ersten) Heimatland friedliche Demonstrationen nicht möglich seien, wisse sie die Meinungsfreiheit in Deutschland sehr zu schätzen.

Die Frage, wie Mißtrauen entsteht bzw. Vertrauen verloren geht, brachte uns alsdann in tiefere Schichten der wahrgenommenen Sprachlosigkeit rund um das Thema Corona(politik). Vertrauen, so ein Teilnehmer, entstehe, wenn jemand versucht, ein differenziertes Bild der Wirklichkeit zu schaffen, sich einen offenen Verstand und ein offenes Herz bewahrt. Mißtrauen hingegen entstehe, wenn jemand übertreibe, allzu emotional (nicht faktenbezogen) auftrete und manche Informationen nicht zur Kenntnis nehme – oder aber wenn Ankündigungen oder politische Zusagen binnen kürzester Zeit wieder mißachtet würden.

So hieß es zu Beginn der Pandemie: Wer behauptet, es werde Lockdowns geben, sei ein Verschwörungstheoretiker. – Wenige Wochen später gab es bekanntlich weitreichende und flächendeckende Lockdowns. Nunmehr wurden jene zu Verschwörungstheoretikern, die darin eine Einschränkung der Demokratie sahen. – Mit anderen Worten: als „Verschwörungstheoretiker“ wurden (gefühl) jeweils diejenigen diffamiert, die die aktuelle Corona-Politik kritisch sahen. Ebenso nahm der ursprünglich durchaus positiv besetzte Begriff „Querdenken“ nicht nur eine diffamierende Bedeutung an, sondern disqualifizierte die betreffenden Positionen auch von den offiziellen öffentlichen Diskurskanälen.

Umgekehrt kritisierte ein Teilnehmer vor dem Hintergrund seiner familiären Erfahrungen in einer südamerikanischen Diktatur, dass von manchen "Querdenkern" die Meinung geäußert werde, Deutschland sei durch die Corona-Maßnahmen zu einer "Diktatur" geworden. Solche maßlos übertriebenen Positionen seien nicht vertrauenerweckend.

In drei unterschiedlichen Gesprächskonstellationen, vom Kreisgespräch über intensivere Kleingruppen mit dem Mehr-Demokratie-Ansatz „Sprechen und Zuhören“, bis zum „dynamischen Dialog“ (Deep Democracy) näherten wir uns den tieferen Dimensionen der nach wie vor schwierigen Verständigung über das Thema an. Darunter waren neben einem Blick auf die NS-Vergangenheit und hieraus zu ziehende Lehren für die Demokratie auch ganz konkrete Erfahrungen. Etwa der von einem Teilnehmer geschilderte Eindruck eines weinend durch Berlin streifenden Mannes: Er durfte aufgrund der Quarantäne-Maßnahmen seine schwer kranke Frau im Krankenhaus nicht besuchen. Oder die einst von Klaus von Dohnanyi ausgesprochene Mahnung, wir alle sollten uns unseres „inneren Hitler“ bewusst werden und gemeinsam derartige Schatten ans Licht holen.

„Das Unaussprechliche ansprechen“ zu können, wurde denn auch allenthalben als ein wichtiges Verdienst dieser Dialogrunde empfunden. – Bis hin zum Wunsch eines Teilnehmers, in einer nächsten Runde „gerne noch mehr Streitgespräch“ zuzulassen. Deutlich spürbar war, dass die über mehrere Stunden gewachsene Verbindung zwischen den Teilnehmenden – und das Vertrauen in die haltende Struktur des Formats – offenbar als eine zunehmend belastbare Grundlage erlebt wurde, sich auch schwierigeren Aspekten des Themas immer beherzter zuzuwenden.

„Ich habe mich wohl gefühlt“, so ein Feedback in der Schlussrunde. „Es war methodisch rund, einschließlich der Methodenwechsel, auch wenn sie für mich in der Situation erstmal überraschend waren“, so ein anderes. Und eine dialogerfahrene Teilnehmerin sagte schlicht: „Es tut gut, den Prozess zu erleben. Das ist heilsam. Die Leute können einfach mal zur Ruhe kommen. Ich werde jedoch noch länger brauchen, um das alles zu verdauen!“



Nach dem Ende des (dreieinhalbstündigen) offiziellen Teils blieb ein harter Kern von Teilnehmenden noch weit über eine weitere Stunde im Kreis sitzen und beratschlagte über mögliche Fortsetzungs-, sowie zusätzliche parallele Dialogformate mit anderen Themen und Zielgruppen, beispielsweise zwischen Freiburger/innen mit und ohne Migrationshintergrund. Denn, so die Meinung aller im Raum, von integralen Dialogen kann die Stadt und unsere Gesellschaft insgesamt nur profitieren.

Ein herzlicher Dank gilt Regina Weiser, Delf Krohm, Esther Engelhardt und Franz-Albert Heimer sowie allen Dialogteilnehmer/innen für ihr Engagement. Ich freue mich sehr, diese Prozesse durch das im Kontext von IFIS in den letzten Jahren erarbeitete Methoden- und Erfahrungswissen konzeptionell unterstützen, mitgestalten und moderierend begleiten zu dürfen.

Link zum Text auf der IFIS-Webseite: [Workshop: Deep Democracy: Vertiefung der Demokratie am Beispiel des Umgangs mit der AfD | IFIS](#)

3.2.3 „Produktive Verunsicherung“ – Polarisierung abbauen mit Deep Democracy

von Dr. Elke Fein | 23.03.2025

Wieder einmal durfte ich gemeinsam mit Yasmina Steck einen Dialogabend der Aktion Brückenschlag moderieren, es war der dritte zum Thema Demokratie. Seit nunmehr einem Jahr hat sich in dem Freiburger Dialogprojekt die Tradition herausgebildet, dass wir jeweils drei Abende zu einem Thema anbieten, um sukzessive tiefer zu gehen und die üblichen Denk- und Gesprächsgewohnheiten besser hinter uns lassen zu können.



Bei den ersten beiden Abenden zum Thema „Demokratie“ hatten wir uns an die Wahrnehmung der Beteiligten herangetastet, in welchem Zustand sich unsere Demokratie befindet (erster Abend) und alsdann die Themen Deep Democracy und Schattenarbeit eingeführt (zweiter Abend).

Auf dieser Grundlage ging es diesmal ans Eingemachte: die AfD als widerständiges Element im demokratischen Diskurs. Wie reagieren wir auf diesen mittlerweile immer stärker werdenden „Störenfried“, den ein Teilnehmer bildlich als blinkende „blaue Warnlampe“ bezeichnete? Versuchen wir, den „Störenfried“ auszugrenzen – oder öffnen wir unseren Geist und unser Herz für die Frage, was uns die Warnlampe Wichtiges zu sagen hat? Auf welche Fehlentwicklungen will sie vielleicht hinweisen?

An diesem Abend war von den 14 Teilnehmenden ein knappes Drittel zum ersten Mal dabei. Das heißt, dass die anderen mit unserem integralen Dialogansatz und einigen unseren Methoden bereits ein Stück weit vertraut waren – jedenfalls vertraut genug um freiwillig tiefer gehen zu wollen 😊.



Eine Aufstellung zu Beginn ergab, dass nur drei Teilnehmende starke oder gemäßigte Sympathien für die AfD hegten (oder dies äußerten). Alles in allem also, so könnte man meinen, eine nicht ganz ausgewogene Mischung. Umso interessanter war die Dynamik, die sich im Laufe des Abends entfaltete.

Mit einer Kombination von drei verschiedenen Methoden begannen wir zunächst bei den Erfahrungen und Empfindungen der einzelnen Teilnehmer/innen mit und über die AfD (Sprechen und Zuhören). Dann sammelten wir in einem dynamischen Dialog Wünsche und Bedürfnisse im Blick auf einen integrativeren und produktiveren Umgang mit Minderheitspositionen und vermeintlich das gute Miteinander „störenden“ Akteuren oder Sichtweisen. Schließlich gingen wir direkt in die Polarität von pro und contra, am Beispiel der Frage, ob die AfD verboten werden sollte oder nicht. Dabei galt es, Argumente für beide Seiten zu sammeln, unabhängig davon, welche Meinung man evtl. selbst zu der Frage hatte.

Einige überraschende Einsichten aus dieser Übung waren:

- dass es „anstrengend“ war, sich mit dieser Frage im Modus einer (argumentativen) Debatte zu beschäftigen;
- dass es so gut wie allen schwerfiel, Argumente – gerade auch für ein AfD-Verbot – zu finden, jenseits angstgetriebener Platitüden;
- dass die der AfD oder ihren Sympathisanten zugeschriebene Neigung zu einfachen Lösungen eine tiefe Sehnsucht auch bei ihren Kritikern oder Gegnerinnen in Resonanz brachte: „die AfD spricht unsere tiefsten Wünsche an“.



Eine dezidiert AfD-kritische Teilnehmerin sagte nach langem Schweigen: „Wir haben ein fettes Problem, und das heißt nicht AfD. Es ist viel größer!“

Ein anderer ergänzte: „Es war eine Entdeckung, was wir alles an der AfD festmachen“ (auf sie projizieren). „Wir sollten das zurückholen!“

Ähnlich klang die Beobachtung einer (ebenfalls AfD-kritischen) Teilnehmerin, dass die Vorstellung, wir würden die AfD verbieten, bei ihr ein Gefühl von Trauer auslöse. „Denn dies würde bedeuten, wir schaffen es nicht anders, auf dialogischem Weg, damit umzugehen – es wäre ein Armutszeugnis!“

Diese und ähnliche Reflexionen zum Prozess lassen erahnen, dass der Dialog bei vielen eine verändernde Wirkung in der Tiefe hatte – mit anderen Worten, er war transformativ.

Eine Teilnehmerin beschrieb ihre Befindlichkeit gegen Ende des Abends mit den Worten: „eine heiße Melange an Gefühlen; ich fühle mich sehr produktiv verunsichert. Daraus kann etwas Neues entstehen“. Hier drei weitere Abschlussreflexionen:

- „Ich habe das Thema immer verdrängt. Ich fühle mich angeregt, einmal anders darüber nachzudenken.“
- „Ich bin noch am Grübeln, Brodeln und Verdauen. Es ist komplexer geworden in mir drin. Ich konnte besser spüren, wo ich sein will. Das war bisher der beste Abend!“
- „Die Arbeit hat Ausgleich geschaffen. Feindbilder sind überall. Der Abend hat eine größere innere Elastizität erzeugt; die innere Abwehr hat sich verwandelt in eine Offenheit ohne Angst. Ich habe mich sehr sicher gefühlt.“



Wenn sich bei den Teilnehmenden, wie es hier sichtbar wird, etwas verändert hat, so ist das sicherlich das größte Kompliment für diese Art von Dialogarbeit. Denn niemand geht aus einem guten Dialog unverändert heraus. 😊



An diesem Abend scheint also eine vergleichsweise kleine Minderheit (siehe oben) als produktive Irritation gewirkt zu haben. Umso dankbarer müssen wir denjenigen sein, die sich mit einer Minderheitsposition gezeigt haben.

Die Begründer von Deep Democracy sprechen von der „Weisheit des NEIN“ als einer essentiellen Ingredienz transformativer Kommunikation. Wenn es uns gelingt, „das NEIN zu verbreitern“, also mehr Raum zu schaffen für widerständige und Minderheitspositionen – und für die Erfahrungen derer, die sie einbringen, dann kann dies die Qualität unseres Miteinanders radikal verändern – und substanzial verbessern.

Sehr herzlich laden wir alle Interessierten ein, Teil dieses Experiments mit einer integralen politischen Kultur zu werden.

Die Aktion Brückenschlag setzt ihre Dialogabende auch im kommenden Quartal fort. Über den thematischen Schwerpunkt wird beim nächsten Quartalstreffen gemeinsam entschieden.

Link zum Text auf der IFIS-Webseite: [„Produktive Verunsicherung“ – Polarisierung abbauen mit Deep Democracy | IFIS](#)

3.2.4 Magische Momente beim Dialogabend "Medien"

von Dr. Elke Fein | 06.07.2025



Wieder einmal hatte unser Kooperationsprojekt, die Aktion Brückenschlag, zu einem Dialogabend eingeladen, diesmal zum Thema „Medien“. 20 Bürger/innen waren gekommen, um miteinander zu erforschen, welche Rolle Medien bei der Entstehung von Polarisierung und gesellschaftlicher Spaltung spielen, und wie wir selbst davon betroffen sind – oder womöglich durch die Art unserer eigenen Mediennutzung selbst dazu beitragen.

WARUM dieses Thema?

„‘Lügenpresse‘ sagen die einen, ‚Verschwörungsschwurbler‘ schallt es zurück – so richtig nett sind die verschiedenen Medien nicht zueinander“, so hieß es in der Ausschreibung zu diesem Abend. Bei so gut wie jedem großen gesellschaftlichen Konflikt schwingt die Frage mit, wie er in den Medien

behandelt und wie darüber berichtet wird. Ob Migration, Corona, Ukrainekrieg, Israel/Palästina oder Geschlechterpolitik. Den "Leitmedien" wird vorgeworfen, lückenhaft oder propagandistisch zu berichten; den "alternativen Medien" wird umgekehrt „verschwörungsideologische Schwurbelei“ attestiert. Wie weit sind wir bereits auf dem Weg in eine polarisierte Gesellschaft vorangeschritten, in der Medien nur noch aus ihrer jeweiligen Bubble für diese Bubble berichten?

Wie schon so manch früherer Dialogabend war auch dieser in drei Teile gegliedert, jeweils unterbrochen durch kurze Pausen, die zur Fortsetzung und Vertiefung der Gespräche am vom Orga-Team liebevoll gestalteten Buffet einluden.



In der ersten Prozessphase erkundeten wir das Feld unserer eigenen Medienkonsumgewohnheiten: Wieviel Zeit verbringen wir damit im Alltag? Welche Medien favorisieren wir? Inwieweit kennen wir die Erfahrung, durch neue Informationen (oder durch den Konsum anderer als unserer gewohnten Informationsquellen) unsere Meinung geändert zu haben? Aber auch: Welche Konflikte haben wir in unserem Umfeld erlebt, weil Menschen ihre Sicht der Welt auf verschiedene Informationsquellen stützen? Wie gut gelingt es uns, in solchen Situationen konstruktive Gespräche zu führen? Schließlich: welchen Medien vertrauen wir und warum?

Insgesamt stellte sich das Feld der Teilnehmenden dabei als recht polarisiert dar, das heißt es gab etwa gleich viele, die angaben, den Leitmedien eher zu vertrauen oder nicht zu vertrauen.



In der zweiten Prozessphase vertieften wir die Frage, warum wir eigentlich bestimmten Medien oder Quellen vertrauen (oder nicht). Welche Faktoren tragen jeweils dazu bei? In Kleingruppen kamen dabei unter anderem folgende Elemente zusammen: Vertrauen entsteht durch Differenziertheit/Mehrperspektivität/Komplexitätsfähigkeit, berufliches Ethos im Blick auf gute Recherche, transparente und professionelle Qualitätsstandards, eine wertschätzende Sprache sowie einen transparenten Umgang mit eventuellen Interessenkonflikten. Unter den Faktoren, die umgekehrt Vertrauen zerstören, wurden vor allem Polemik, Manipulation und Oberflächlichkeit genannt.

Hier ist eine Zusammenfassung der Punkte, die wir dazu gemeinsam erarbeitet haben.

Interessant war, dass durch den Austausch selbst mehr Gemeinsamkeiten entstanden oder zutage traten. Anders gesagt: das zuvor polarisierte Feld wurde kohärenter; es entwickelte eine stärkere gemeinsame Ausrichtung. Durch den Blick auf die Bedürfnisse hinter den eigenen Gewohnheiten der Mediennutzung entstand eine gewisse gemeinsame Werte- und Gesprächsgrundlage. Der Austausch zeigte, dass im Grunde alle dieselben oder ähnliche Bedürfnisse an die Medien haben.



In der dritten Prozessphase schließlich bot ein offenes Forum Raum, um persönliche Erfahrungen zu teilen, sowie Schmerz- und Hoffnungspunkte im Blick auf den Zusammenhang von Medien, Vertrauen und Demokratie zu benennen. Dabei waren auch kontroverse Positionen ausdrücklich willkommen.

Eine grundlegende Einsicht war, dass unsere Nervensysteme häufig von der Fülle an Eindrücken überfordert sind. Ein Übermaß an Nachrichten und Impulsen bringt uns aus der Kohärenz; es lässt uns mitunter unsere eigene Mitte verlieren. Dies kann zu Orientierungslosigkeit führen, die wiederum anfällig für Manipulation macht („Ich bin der Antifaschismus“, sagt der Faschismus). Vor diesem Hintergrund dominierte ein nachdenkliches Grundgefühl der Selbstreflexion und der „positiven Verunsicherung“ den Abend.



Weitere Einsichten, die hieraus entstanden, waren:

- Gegen etwas zu kämpfen, gibt dem Bekämpften mehr Energie. Es wäre besser (und würde auch den Medien gut anstehen), sich stärker für positive Entwicklungen einzusetzen.
- Wir sollten lernen, dem eigenen Gefühl, der inneren Stimme wieder zu vertrauen, um selbst zu spüren, was kohärent, integer, und womöglich wahr ist.
- Was, wenn beide Seiten eines Konflikts auf eine bestimmte Weise Recht hätten?
- So komplexe Krisen wie die, die wir heute durchleben, können nur von uns allen gemeinsam gelöst werden. Die Politik muss hierfür die Rahmenbedingungen schaffen, etwa indem Dialogarbeit stärker gefördert wird!

So endete denn auch dieser Dialogabend wieder mit durchweg zufriedenen bis begeisterten Rückmeldungen. Es habe gut getan, so ein Teilnehmer, „verschiedene Meinungen auf friedliche Weise auszutauschen“. Eine andere sagte: „Ich bin todmüde, total erschlagen, komme aber trotzdem wieder, weil es einfach ein tolles Format ist!“ Eine dritte sagte, sie nehme von Abend zu Abend eine „kontinuierliche Steigerung“ wahr, an Selbsterkenntnis, Selbstwahrnehmung und der Qualität des Miteinanders. Eine vierte Person sagte, sie sei stolz auf sich selbst, sich mit einem persönlichen Thema gezeigt zu haben.

Das am häufigsten genannte Wort in der Schlussrunde war „bereichert“. Manche der Einsichten oben wurden als „magische Momente“ erlebt – die zeigten, dass sich in diesen Abenden etwas entwickle, das hoffnungsvoll stimme. Einer der Organisatoren fasste sein Fazit denn auch mit den Worten zusammen: „die Arbeit hat sich total gelohnt!“



Link zum Text auf der IFIS-Webseite: [Magische Momente beim Dialogabend "Medien" | IFIS](#)

4. Integrale politische Salons

Integrale politische Salons finden als selbstorganisiertes Format der Teilnehmenden alle 4-6 Wochen statt. Die Idee und der Wunsch dazu entstanden im Rahmen des Seminars "Einführung in die Prinzipien integraler Politik" (Dezember 2024).

Ziel ist es, einen (nicht ganz regelmäßig) wiederkehrenden Raum anzubieten, um die im Seminar behandelten Grundprinzipien integraler Politik und verwandte Themen zu vertiefen und gemeinsam damit weiterzuarbeiten. Der erste Termin fand am 6.2.2025 statt.

Die Salons sind offen für alle Interessierten an einer ganzheitlich-integralen Betrachtung politischer Prozesse.

4.1 Die Quintessenz integraler Politik

von Dr. Elke Fein | 31.05.2022



Wie kommt die integrale Politik in die Welt? Und was muss dazu JETZT geschehen?

Mit diesen Fragen beschäftigte sich der 9. Integrale Politische Salon am IFIS.

Ein häufig wiederkehrender Gedanke war dabei Scharmers Idee des "Gemeinsamen Sehens" – woraus sich unmittelbar die Frage ergibt, welche Strukturen dabei helfen könnten? Wie also könnte Politik Rahmenbedingungen schaffen oder verändern, um vom üblichen Rechthaben und Gegeneinander Streiten zu einem Miteinander Erkunden zu gelangen? Wenngleich damit letztlich die Systemebene angesprochen ist, scheinen selbst organisierte "Ich- und Wir-Räume" zunächst einfacher handhabbar zu sein als das politische System in seiner Komplexität - und Trägheit. So kreiste denn auch unser Gespräch besonders intensiv um erstere:

Wie können **Erfahrungsräume** aussehen, die integrales Bewusstsein erlebbar machen?

Ein wesentliches Element dabei ist eine **bewusste Moderation**. Sie muss sowohl für Sicherheit sorgen ("Purpur versorgen"), als auch Zugehörigkeit unabhängig von einzelnen Positionen einladen und vermitteln. Das Kreisformat unterstützt dies, ebenso wie stille Räume und Blitzlichter vor und nach thematischen Runden.

Ähnlich wie z.B. beim „ehrlichen Mitteilen“, wie es die Basis-Partei in Österreich praktiziert geht es darum, Tiefe durch persönliche Präsenz zu erzeugen. **Getting real**, wie es Anne Caspari gerne ausdrückt: Einen Ort jenseits unserer üblichen Rollen und Masken betreten. Nur wenn wir unsere (individuellen und kollektiven) blinden Flecken ausleuchten, können etwaige Elefanten im Raum sichtbar werden.

Folgende **Kernprinzipien integraler Politik** wurden im Salon zusammengetragen:

- Wohlwollender Umgang miteinander, ohne Hierarchiekämpfe
- Einladung statt Konkurrenz, neugierige, zuhörende Haltung anstatt bestehende Positionen abzuladen
- Niemals den Dialog abbrechen, schon gar nicht zur Bestrafung des Gegenübers (Glasl)
- Anstehenden Prozessen die notwendige Zeit geben; Aushalten, dass es keine (kurzfristige) Lösung gibt
- Widersprüche bestehen lassen können, nicht alles bewerten müssen, Prozesse offen halten
- Kontakt zu den Personen im Raum ist wichtig, jenseits des inhaltlichen Gesprächs
- Dabei auch den Kontakt zu sich selbst nicht verlieren
- Die 4 Quadranten und die evolutionäre Perspektive einbeziehen; alle Sichtweisen hören, die zu einer Frage gehört werden wollen - und dennoch immer fragen: haben wir noch etwas oder jemanden vergessen?

- Schattenarbeit aktiv und explizit betreiben
- Wertschätzen von Kompetenzhierarchien
- Bewusste Wirklichkeitskreation

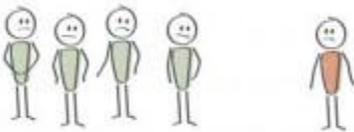
Abschließend nahm sich die Runde etwas Zeit, um auf den eigenen Gesprächsprozess zurückzublicken. Inwieweit haben wir die oben genannten Prinzipien selbst beherzigt? Wieviel Struktur brauchen wir, um einen guten, für alle inspirierenden Raum zu schaffen?

Den Feedbacks nach zu urteilen ist dies zumindest im Salon einigermaßen gelungen. :-)

Link zum Text auf der IFIS-Webseite: Die Quinnessenz integraler Politik | IFIS

4.2 Arbeit am kollektiven Schatten - Deep Democracy und der Umgang mit der AfD

von Dr. Elke Fein | 13.06.2024



Ein dickes Brett haben wir im letzten Integralen Politischen Salon gebohrt – oder besser: angebohrt, denn die Arbeit mit und an kollektiven Schatten erfordert letztlich ein stetiges, tieferes Bemühen als es im Rahmen eines einzigen Online-Salons leistbar ist.

13 mutige Pioniere hatten sich versammelt, um mit Hilfe von Deep Democracy gemeinsam Schattenthemen im deutschen politischen Diskurs zu erkunden und etwas mehr Licht auf schwierige Emotionen, eigene Projektionen und Widerstände zu werfen. Als Beispiel hierfür betrachteten wir hierbei – nach einer Einführung in einige Prinzipien von Deep Democracy und ihre Anwendungsmöglichkeiten – die politische Polarisierung im Umgang mit der AfD.

Deep Democracy ist eine auf die Prozesspsychologie des Physikers und Psychotherapeuten Arnold Mindell zurückgehende Methode zur Konflikttransformation. Sie geht davon aus, dass für Veränderungsprozesse „relevante Informationen erst im Zusammenspiel von scheinbar unvereinbaren Positionen hervortreten“ (<https://www.moment-by-moment.de/deep-democracy-wandel-durch-widerstand/>). Indem sie ausreichend sichere Räume schafft, möchte sie es allen beteiligten Personen und Gruppen ermöglichen, „ihre individuellen Positionen, Emotionen, Wünsche, Wahrnehmungen und Ideen frei zum Ausdruck (zu) bringen, ohne sich von möglichen Reaktionen anderer Gruppenmitglieder abschrecken oder blockieren zu lassen“, so Christiane Leiste, Deep Democracy Trainerin aus Hamburg. Ziel ist es alsdann, in einem Austausch und einer vertieften Auseinandersetzung mit diesen Positionen „in scheinbaren Widersprüchen neue Lösungen und Wege zu entdecken, die die ganze Gruppe transformieren können“. Auf diese Weise kann aufkeimender Widerstand zum Motor von Entwicklung gemacht werden.

Wie also kann Deep Democracy dabei helfen, unsere Demokratie zu vertiefen? Und was heißt das für den Umgang mit der AfD?

Laut einer Statista-Umfrage (<https://de.statista.com/statistik/daten/studie/1067107/umfrage/umfrage-zur-meinungsauesserung-in-deutschland/>) waren im Jahr 2023 nur „40 Prozent der Befragten der Meinung, dass man in Deutschland seine politische Meinung frei sagen kann. Das“, so Statista, „ist der niedrigste Wert seit 1990, als dieser Aussage noch 78 Prozent zustimmten.“ Demgegenüber waren mit 44 Prozent im Jahr 2023 erstmals mehr Menschen "der Meinung, dass es besser ist, vorsichtig zu sein, wenn es um die Äußerung der politischen Meinung geht.“ Einzige Ausnahme: Wähler/innen der GRÜNEN sind überzeugt, ihre Meinung in Deutschland frei aussprechen zu können (75 gegenüber 19 Prozent).

Grafik 6: Freie Meinungsäußerung

(Zustimmung in Prozent; an 100 fehlende Prozent: „Mit Einschränkungen“ oder „Unentschieden“)



Was also tun die 44%, sofern sie ihre von einem wahrgenommenen Mehrheitsdiskurs abweichende Meinung tatsächlich nicht äußern?

Einen Vorgeschmack hierauf gab die unter den Workshop-Teilnehmenden durchgeführte Blitzumfrage nach ihren Reaktionen auf eine persönliche Erfahrung des Nicht-Gehört oder Nicht-Berücksichtigt-Werdens:



Auch wenn diese Umfrage alles andere als repräsentativ war, so neigen doch auffallend viele Menschen dazu, sich zurückzuziehen, also aus dem Kontakt zu gehen, anstatt ihre abweichende Meinung kundzutun. Nur eine kleine Minderheit gibt an, politisch aktiv zu werden – oder gar, wie es die Gründer/innen der AfD einst taten, eine Partei zu gründen. Vielmehr folgen auf die Tendenz zum „Rückzug“ häufig verdeckte oder auch sichtbarere Formen des Widerstands.

Deep Democracy beschreibt eine Skala typischer Widerstandsformen, von subtil-verdeckt über zunehmend offen bis gewalttätig. Die Skala gipfelt in der These, dass „ein Terrorist letztlich ein nicht gehörter Mitbürger“ ist. Wie gut also sind wir als Gesellschaft in der Lage, nicht gehörten Perspektiven und Anliegen Raum zu geben, bevor es zu einer derartigen Eskalation kommt?

Im Workshop erforschten wir daher entsprechende Erfahrungen der Teilnehmenden – und Themen, bei denen auch sie selbst dazu neigen, „vorsichtig zu sein“, anstatt eine Meinung oder Sichtweise offen zu äußern. Unter anderem betraf dies den Wunsch, „ausgleichende Perspektiven“ einzubringen „in Kontexten, die dem Anschein nach nur polarisieren wollen“. Damit bezog sich eine Teilnehmerin auf die Erfahrung, dass ein Vertreter der AfD in ihrer Stadt ungeachtet seines außerordentlich konstruktiven Beitrags zu einer Veranstaltung hierfür nicht gewürdigt, sondern vielmehr von den Vertreter/innen der anderen Parteien nachträglich ausgegrenzt wurde.

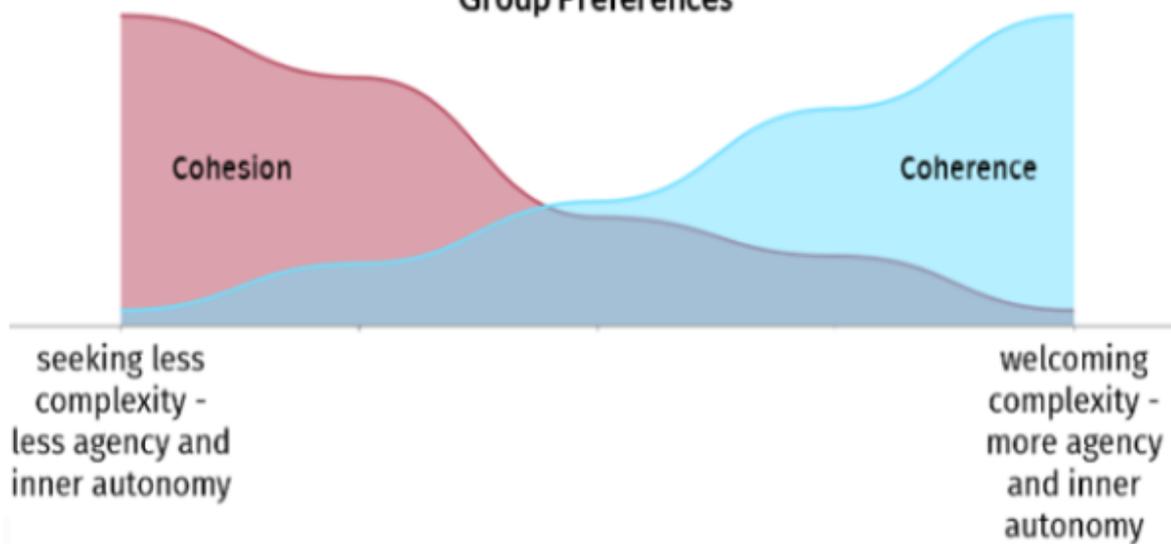
Sehen wir hier also gleichsam eine Überreaktion – aus Sorge, auf keinen Fall der Sympathie für das Schmutzkind der deutschen Politik verdächtigt zu werden? Wenn ja, was macht dies mit unserer Gesprächskultur – und mit unserer Demokratie?

In unserem seit 2022 laufenden EU-Projekt Cohere+ unterscheiden wir zwischen Kohärenz und Kohäsion in Gruppenprozessen, wobei sich Kohärenz durch die Fähigkeit von Gruppen auszeichnet, Spannungen produktiv bearbeiten und integrieren zu können. Demgegenüber entsteht Kohäsion, wenn auftauchende Spannungen ignoriert, "wegmoderiert" oder ihre "Verursacher" ausgegrenzt oder ausgeschlossen werden. Während Kohärenz Komplexität willkommen heißt, versucht Kohäsion, sie auf einfache Polaritäten zu reduzieren.

Ways to address tensions in groups (and individuals)



Group Preferences



Kohärenz herzustellen bedeutet demnach auch, Schatten - als Teil der Komplexität von Wirklichkeit - aufmerksam zu betrachten, ihre Botschaften zu erforschen und ihren Gehalt konstruktiv ins (kollektive) Selbstbild zu integrieren. Hiervon ist die deutsche Gesellschaft und Politik beim Thema AfD allem Anschein nach noch weit entfernt. Vielmehr scheint sie sich zunehmend in Richtung "Kohäsion" zu bewegen: Der öffentliche Raum fordert seine Teilnehmer/innen immer stärker zu einer entweder-oder, schwarz oder weiß, für oder gegen-Positionierung auf. Dabei verschwinden nicht nur sämtliche Grautöne - und werden damit unbesprechbar, sondern es werden selbstredend auch alle tatsächlichen und vermeintlichen Adepten des "schwarzen" Pols aus dem Diskurs ausgeschlossen.

Auch wenn wir diese Probleme im Workshop nicht lösen konnten, so zeugte das Feedback immerhin davon, dass wir einige erste Schritte dazu gegangen sind. Es reichte von

- * „schön, mal einen Raum zu haben, wo man offener über das Thema reden kann“ über
- * „motivierend, inspirierend, ermutigend, wieder stärker in den Dialog zu gehen“,
- * „wohltuend, dass Spannungen zu integrieren sind“ bis hin zu
- * „ich fühle mich gestärkt in meiner Lebenssituation, in der ich Rüstzeuge brauche“.

Eine Teilnehmerin, die die „Erfahrung des offenen Raums“ positiv hervorhob, ergänzte: „es ist schon unglaublich, dass ich darüber sonst mit niemandem sprechen kann. Wie gut wäre es, sich darüber offener auszutauschen!“

Link zum Text auf der IFIS-Webseite: <https://www.ifis-freiburg.de/2024-06/arbeit-am-kollektiven-schatten-deep-democracy-und-der-umgang-mit-der-afd>

4.6 Musicosophia und Dialog - Zwei achtsame Geschwister im Geiste

von Carola Zenetti, Elke Fein u.a. | 10.07.2025



Der letzte integrale politische Salon im Juni war dem Thema „**Musicosophia und Achtsamer Dialog**“ gewidmet.

Musicosophia ist ein in Sankt Peter im Schwarzwald ansässiger Verein, der die Kunst des achtsamen Musikhörens unterrichtet. Die ganzheitliche Musicosophia-Methode des Hörens und Begreifens von Musik wurde von dem rumänischen Musikwissenschaftler George Balan speziell für musikalische Laien entwickelt. Sie baut auf den natürlichen musikalischen Anlagen des Menschen auf und arbeitet ohne Noten und weitgehend ohne musiktheoretische Begriffe. Über wiederholtes Hören ausgewählter Meisterwerke von der Gregorianik über Bach, Mozart, Beethoven bis hin zur Moderne wird vielmehr das konzentrierte Zuhören, die innere Anteilnahme und das Erkennen der musikalischen Motive und Themen geübt und geschult und der Aufbau eines Werkes erschlossen. Das Wesen der Musik wird schließlich mittels den Melodien folgenden Gebärden (Melorhythmie) verdichtet und verinnerlicht.



Den Impuls für diesen Salon am 19.06.2025 gab Carola Zenetti, langjährige Mitarbeiterin von Musicosophia, die sich zugleich intensiv mit dialogischen Methoden und gewaltfreier Kommunikation beschäftigt, wie wir sie unter anderem im Kontext der integralen Politik einüben und praktizieren. So entstand der Wunsch, etwaige Ähnlichkeiten und Parallelen zwischen diesen Ansätzen einmal praktisch zu erkunden.



Holger Heiten spricht im Blick auf den achtsamen Dialog von einer „Gemeinsamen Gegenwärtigkeit“. In einem solchen Dialog nehmen die Menschen eine Haltung von Respekt und wacher Offenheit den anderen gegenüber ein. Er ist gekennzeichnet durch Langsamkeit und zugewandtes Zuhören und das Hervorbringen von Gedanken und Sichtweisen, dem die Gruppenenergie zu Grunde liegt.

Zu einer ebensolchen Haltung lädt Musicosophia beim bewussten, schöpferischen Musikhören ein, der Musik und den anderen Teilnehmenden gegenüber. Was bringt uns die Musik aus der geistigen Sphäre mit, aus der die Komponist/innen sie geschöpft haben? Wie kann sie für unser Miteinander fruchtbar werden?



7 Teilnehmende waren bei diesem Salon-Experiment dabei und ließen sich von Carola in die Welt von Musicosophia einführen. Zwei von ihnen hielten ihre Eindrücke fest und beschreiben sie wie folgt:

Alles war eingebettet in den Wechsel von Stille, aktivem Zuhören und Austausch. In der Eingangsrunde wurde die erwartungsvolle Neugier aller Anwesenden deutlich.

Wir hörten 2x ein uns allen unbekanntes Klavierstück. Danach gab es einen Austausch darüber, was jeder/jede dabei erlebt hat, seien es Bilder, Erinnerungen, Gefühle.

In einer zweiten Runde hörten wir dieselbe Musik wieder 2x: Beim ersten Mal konnte mitgesummt werden, in der zweiten Runde standen wir alle auf und ließen unseren Körper von der Musik bewegen.

Im Austausch danach zeigte sich eine interessante Veränderung: Bei allen wurde die Musik nun auf neue Weise wahrgenommen.

In einer dritten Runde war die Frage: Welche Form haben die verschiedenen aufeinanderfolgenden Elemente der Musik, und wie können wir diese in einer zeichnerischen Form auf dem Papier (ein Flipchart-Blatt) darstellen? Wer eine Idee dazu hatte, malte diese auf das am Boden liegende Blatt. Nun war die Musik in dieser gezeichneten Form vor uns sichtbar.

Im letzten Schritt „schrieb“ Carola auf der Flipchart die Musik mit symbolischen Zeichen entsprechend ihrer subjektiven Wahrnehmung „mit“, und es war für alle überraschend, wie darin die Struktur der Musik sichtbar ausgedrückt war.

Insgesamt konnten wir zum Schluss feststellen, dass jeder für sich und wir gemeinsam einen Prozess gemacht hatten: die Wahrnehmung der immer gleichen Musik auf verschiedene Weise, zuerst allein über unsere Ohren, dann mit eigener Beteiligung der Stimme und vor allem mit körperlichem Ausdruck. Wir konnten alle feststellen: Die Musik macht etwas mit uns und wir machen etwas mit der Musik – und unser verbaler Austausch über das jeweils Erlebte war eine gegenseitige Bereicherung und hat „mitgespielt“ in dem ganzen Prozess.

Danke, Carola, für dieses ganz besondere Gemeinschaftserlebnis!



So erwuchs aus wiederholtem Hören Erkennen. Aus Eindrücken – mitgeteilt in mehreren Runden mit Redestab, die in den Hörprozess eingeschoben waren – und einfachen Aufzeichnungen entstand Orientierung in den Klängen. Dadurch stellte sich eine Verbindung nicht nur mit dem Wesen der Musik, sondern auch miteinander und mit dem eigenen tieferen Sein ein.

Was also haben achtsames Musikhören und achtsamer Dialog gemeinsam? Und wie können sie sich wechselseitig bereichern und inspirieren?

Was beim Dialog das „Thema“ ist, ist bei Musicosophia die Musik. Beide Ansätze ähneln sich durch die Haltung, mit der zugehört wird, sowie durch die Praxis des Wechsels zwischen Stille, aktivem Zuhören und Austausch.

Im Dialog nehmen Menschen eine Haltung von Respekt und wacher Offenheit den anderen gegenüber ein. Er ist gekennzeichnet durch Langsamkeit und zugewandtes Zuhören. Das alles gilt auch in der von Musicosophia praktizierten Begegnung mit der Musik: „In Verlangsamung und Stille wenden wir uns dem Wesen der Musik zu und nehmen es wahr“, so Carola zu dieser speziellen Zuhörtechnik. Es geht dabei stets um Wahrnehmungen und Erfahrungen, die im Moment gemacht und aus dem eigenen Inneren in die Mitte hin ausgesprochen werden.

Im Ergebnis führen beide Praktiken schließlich zu einer tieferen Art der Beziehung – man könnte hier auch von Resonanz, Kohärenz oder Stimmigkeit (Eingestimmtheit) sprechen – mit dem eigenen Inneren, mit den anderen Teilnehmenden oder dem Gegenüber im Dialog, sowie mit der Musik oder eben dem jeweiligen Thema und seinen verschiedenen Aspekten.

Überdies, so fasst Carola ihre Eindrücke zusammen, ist sowohl das achtsame Musikhören als auch der achtsame Dialog „besonders geeignet, einen Gemeinschaftsprozess erfahrbar zu machen. Was ich als Vertiefung beider Ansätze beobachtet habe: Das Gemeinschaftserlebnis wird als besonders verbindend erlebt. Auch die Verbindung mit dem Wesen der Musik gewinnt an Tiefe. Hier wie da wirken die Regeln des achtsamen Dialogs reinigend, verdeutlichend und zuweilen wie ein

‚Vergrößerungsglas‘.“ So kann man denn beide Praktiken treffend als „Geschwister im Geiste“ bezeichnen.

„Im geistigen Leben gibt es immer wieder unerwartete Beziehungen, bei denen unterschiedliche Ansätze sich gegenseitig beleuchten und sogar verstärken können“ (aus dem Vorspann zum Artikel von Rüdiger Sünner: “Anthroposophie als Sprachspiel und Lebensform bei Ludwig Wittgenstein, info3).

Link zum Text auf der IFIS-Webseite: [Musicosophia und Dialog - Zwei achtsame Geschwister im Geiste | IFIS](#)

4.7 Future politics made in Europe

von Dr. Elke Fein | 23.03.2023



Hosting salons as a way to engage, build agency, connect networks and co-create coherent fields

"Future made in Europe" – this slogan of the VOLT party is also a suitable header for our **European Integral Political Salon** which was kicked-off in January 2023. After a first round of a dozen Integral Political Salons held within the German-speaking community, this new European format emerged out of the **LiFT Politics Learning Lab** in August 2022. In this context, numerous participants had voiced their desire for **an ongoing meeting space for continuing the conversation** about a new politics, based on a holistic/integral/metamodern paradigm.

So Elke Fein (IFIS), Roberto Bonino (Italy) and Veronica Gullbrandson (Sweden) set up a salon design and hosted the first such co-creative circle, attended by 16 participants. The aim was to invite a **transnational conversation about new, more holistic ways of doing politics**, and about how we can transform our existing political systems towards a new paradigm/integral operating system.

Conceived as a joyful, interactive and explorative gathering, the salon intends to provide both inspirational input from experts and practitioners in the field, as well as space for dialog, sharing and exchange about the implications of a holistic/integral paradigm in the realm of politics.

As to the thematic part of the salon, we decided to start by inviting experiences from existing **innovative political parties across Europe** which are trying to transform politics from within the current political system.

This first European salon was dedicated to experiences of the **pan-European VOLT party**, which was presented by three young activists from VOLT Italy and Germany. Founded in 2017, VOLT Europa is registered as a national party in several European countries, but sees itself essentially as a pro-European party in a citizens' movement. The name "VOLT" has been chosen, first, because it

symbolizes bringing "new energy" for Europe as well as speed and efficiency into the teamwork and second, because this term can be understood in all member countries.

VOLT's approach implies a number of both **legal and substantial innovations**. While so far, political representation is organized based on nation-states, socio-political realities have long moved on. Citizens have become used not only to traveling between and even spending part of their (work) lives in different EU member states, many of them have also been socialized in several cultures, languages and family settings at the same time. Especially for the young generation, it has become natural to take a transnational or global perspective, given the challenges we are collectively facing. VOLT is trying to respond to these developments by offering citizens to engage wherever they are in the EU – and to work towards joint European solutions.

Silvia Panini, one of our guests from VOLT Italy, says: “the greatest innovation Volt can bring to European politics is to **create a community between people who seem very different** from each other. This applies to people who now live in different countries of the European Union but feel part of the same ‘people’, but also to people with different social backgrounds and from different generations. The idea of recreating community is what the mass parties of the 19th century were also based on. Now that society is characterized by galloping individualism, it is important to try to return to this concept” – or to adapt the concept to changing conditions.



“In the end, politics is the management of the 'common thing' and therefore, it is all of us” (Silvia Panini).

One of the recurring topics in this salon was the **tension between political goals and visions and the practical challenges of implementing these** in real life situations. Silvia and her colleague Gianluca Guerra from VOLT Italy shared some of their experiences in an interview with Roberto Bonino (EIPS co-host). These were completed by experiences by Johanna Reichel who has been an active member of VOLT Germany for a while.

“Trying to work outside the system, trying, for example, not to rely on confrontation and violence of language in politics, while being inside it and while trying to respect the very mechanisms we then want to change, clearly leads to difficulties and small steps. But it is precisely the internal work that leads to concrete change: in society, in people and in politics in the final instance” (Silvia Panini).

Among the positive inspirations were VOLT's numerous internal processes, engaging people across age groups, cultures and social divides with participatory and co-creative methods, building a sense of joint agency and impact. In turn, typical challenges reported by our guests were incidents where “old” thinking and *politics as usual* habits kicked in, often from party members belonging to older generations who had a harder time adopting VOLT's political culture of distributed leadership.



“Wouldn't ‘new politics’ mean to get away from super specific positions, in favor of flex-flow processes to build consensus/consent around pressing issues?” (participant of the salon)

As an overall feedback, all participants enjoyed what one of them called the **“precious atmosphere”** of the salon, “similar to a fire place setting”, which created a safe space for exploring even difficult parts of politics with curiosity, but without judgement. In fact, this quality is often missing in *politics as usual*, partly for a lack of time, but also due to the inbuilt mechanisms of our current competitive party systems. As it stands, they encourage self-staging and enemy-bashing more than a healthy dose of self-reflection and self-critique, let alone learning from competitors and sharing first person experiences for others to learn from.

*“How could we be more efficient in **sharing community building experiences and expertise?**” (participant reflection after the salon)*

This is precisely what we hope to enable in the **European Integral Political Salon**. We think that the challenges we are facing are too big, too serious and too urgent for cockfights between parties and individual players. In order to address them, we need the knowledge, insights and experiences of everyone. In other words: we need to tap into a deeper transnational, transrational collective intelligence and wisdom, in service of the larger common good.

“My learning is that there are great movements towards a better, transformative future, and this encourages me to do my part. I am leaving inspired and informed” (participant reflection during the salon).

The good news is that the **new politics** which not only sees this urgency, but is also able to listen into the collective fields and to facilitate co-creative processes for harvesting this field intelligence, is already emerging. We see pioneers of this new politics everywhere. The **LiFT Politics project** hosted by IFIS from 2019 to 2022 has compiled a **collection of resources** to help you navigate the landscape of this new politics, to learn from its pioneers – and to become part of it yourself.

*“The Integral Politics experience was important and interesting precisely for this reason: doing politics also means bringing a **vision of the future** and not limiting oneself to contingencies. Moments of confrontation and sharing such as those offered by the Integral Politics Salon serve precisely this purpose” (Silvia Panini).*

Link to this text on the IFIS-Website: [Future politics made in Europe | IFIS](#)

5. Berichte vom Kolloquium

Ziele und Format des Kolloquiums

Das Online-Kolloquium ist ein **Forum für integral informierte oder orientierte Forscher und Praktiker**. Es dient dem Erfahrungsaustausch über innovative Ansätze zur Bewältigung komplexer sozialer Herausforderungen. Das Kolloquium stärkt den Dialog und die Verbindung zwischen den Mitgliedern und Freunden von IFIS, die in verschiedenen Ländern und sogar Kontinenten aktiv sind.

Um einen geschützten Raum zu wahren werden die Aufzeichnungen nicht veröffentlicht.

Interessierte Kolleg/innen sind eingeladen, Teil von IFIS' Gemeinschaft integraler Forschung und Praxis zu werden. Neue Impulsgeber/innen sind jederzeit willkommen.

5.1 Innen und Aussen in Balance

von Dr. Elke Fein | 12.01.2023



Was macht Räume lebendig?

Diese Frage hat uns im LiFT-Projekt über mehrere Jahre intensiv begleitet, auf der Suche nach Dialogverfahren, die echte Begegnung ermöglichen und die die Beteiligten mit mehr Energie wieder verlassen, als sie mit hineinbrachten. Im integralen politischen Salon (IPS) mit Gerald Kaschowitz im Dezember 2022 begegnete uns diese Frage nun wieder – in Verbindung mit der Frage, was visionäre Projekte oder Organisationen erfolgreich macht.

Anlass für den Salon war die *Pioneers of Politics* Premiere des Interviews, das Harald Schellander im Rahmen von LiFT *Politics* mit Gerald Kaschowitz geführt hatte. Kaschowitz ist Osteopath und Mitgründer des Hauses für ganzheitliche Medizin in Sankt Veit an der Glan/Österreich sowie Organisationsberater. Neben verschiedenen therapeutischen Ausbildungen hat er auch den integralen *Social Architects* Lehrgang durchlaufen. In dem vor Weihnachten erstmals ausgestrahlten Interview und dem darauffolgenden Salon ging es daher vor allem darum, was wir von der Natur für unser Menschsein und die Entwicklung unserer Organisationen, Projekte und Bewegungen lernen können.

Als roter Faden zog sich dabei die **Embryologie**, eines von Gerald's Spezialgebieten, durch den Abend. Sie lehrt uns einige Grundprinzipien der Entwicklung, wie Metamorphose, Transformation und Emergenz. Anhand der embryonalen Entwicklung zeigte Gerald auf, dass jedes Organ (jede natürliche Einheit) so etwas wie eine optimale Größe hat, innerhalb derer es (sie) sich zunächst nach innen ausdifferenzieren muss, bevor es (sie) weiter wachsen kann. Dasselbe, so seine These, gelte auch für Organisationen.

Unsere Besessenheit von äußerem Wachstum lässt uns häufig vergessen, auch die innere Entwicklung, Balance und Gesundheit unserer sozialen Einheiten regelmäßig zu nähren und zu pflegen. Hierzu ist nicht selten vordergründiges Nichtstun – **Innehalten** – das Mittel der Wahl. Denn erst wenn wir Raum schaffen, um unsere Essenz und unsere Ressourcen wahrzunehmen und bewusst zu spüren, können wir ihre natürliche Entfaltung auch sinnvoll begleiten und unterstützen.

Dies steht dem verbreiteten Versuch, quantitatives Wachstum in kürzester Zeit zu erzeugen, etwa durch entsprechende Businesspläne, aggressives Marketing usw., diametral entgegen. Vielmehr, so Kaschowitz, zeigt uns die Embryologie: neue Strukturen werden stets so ausgebildet, dass sich die Essenz, ihre inhärente Idee, zeigen und entfalten kann. Dies geschieht indes weitgehend ohne aktives, gezieltes Zutun von außen. Vielmehr vergleicht er den organischen Wachstumsprozess mit einem Tanz, der nicht anstrengend, sondern vielmehr leicht und spielerisch verläuft. Ein Impuls erzeugt eine Resonanz, und daraus entsteht etwas Neues, drittes. Auch bringt der natürliche Wachstumsprozess zumeist nicht gleich eine endgültige Form hervor, sondern durchläuft wechselnde Formen, je nachdem, was die aktuelle Wachstumsphase gerade braucht, im Blick auf die schrittweise Differenzierung und Entfaltung der inhärenten Idee.

Es handelt sich also um eine „hochdynamische Aktivität“, die – wenn überhaupt – **von einer inneren Intelligenz gesteuert** wird, deren Hauptkennzeichen nicht eigenes Wollen ist, sondern der Dienst an der Entfaltung des Lebens. Sehr anschaulich illustriert Gerald Kaschowitz dies anhand der Reihenfolge, in welcher sich im Embryo Organe entwickeln: Das erste Organ, das entsteht, ist das Herz. Es befindet sich zu Beginn „am Kopf“ des Organismus. Erst später räumt das Herz dann den Platz für den eigentlichen Kopf. Es verneigt sich gleichsam in einer Art „Demutsgeste“ und tritt nun an seine spätere, dauerhafte Stelle im Zentrum des Brustraums. Dabei bleibt es stets die zentrale, alles erhaltende und bedingende Kraft des Lebens.

Zu viel, zu schnell, zu aktiv... Woran scheitern manche visionären Projekte wirklich?

Was bedeutet dies für die Entwicklung von Organisationen? Einige konkretere Beispiele aus dem Interview sollen hier nicht vorweggenommen werden. Kaschowitz' Kernbotschaft besteht jedoch in dem Appell, das „Herzzentrum“, die innere Herzkraft in unseren Strukturen viel stärker zu kultivieren. Um eine Organisation auf eine gute, belastbare Grundlage zu stellen, rät er dazu, einen offenen Raum in ihrem Inneren zu schaffen und zu pflegen, der nicht von Ansprüchen, Sachzwängen und Zielvorgaben überfrachtet ist. Es brauche eine „terminfreie Zone“, frei von Funktionalisierung, „wo sich alle treffen, ohne Ausrichtung auf das Ziel“, um zunächst das Innere zu ernten und zu spüren: „Was ist unsere Energie miteinander? Was will entstehen? Was können wir wirklich, wirklich machen? Nicht zielorientiert, sondern ressourcenorientiert“.

Erst wenn dieser Raum hergestellt ist für eine gute Kommunikation im und mit dem Innen, der es erlaubt, sich untereinander zu fühlen und mit den inhärenten Wachstumsimpulsen und den damit einhergehenden Bewegungen in Verbindung zu treten, sollte bzw. kann man wirksam in Aktionen nach draußen gehen. Kaschowitz bezeichnet derartige Räume als „heilendes Prinzip“. Sie zu pflegen bedeutet, den (persönlichen und/oder organisationalen) „Innenraum vom Müll alter Antworten zu befreien“. Stattdessen erlaubt integrale „Raumpflege“, die Dinge immer wieder neu anzuschauen, die Neugierde an Bord lassend, mit Impuls und Bewegung zu arbeiten, einschließlich starker Emotionen, ohne immer sofort nach einer klaren Antwort zu suchen.

Gerade für visionäre, integrale Projekte erscheinen diese Einsichten daher wegweisend. Gerade wo es um tiefe Veränderung geht, ist weniger (Aktion) oft mehr. Und erst eine tiefe Wertschätzung der inneren Dynamik, des Herzschlags der Organisation, ermöglicht klares und kraftvolles Agieren im Außen. – Ein angenehmer Nebeneffekt dieser Seinsweise ist, dass sie nicht in die Überarbeitung oder den Burnout führt, im Gegenteil. Von einem Rhythmus, den natürliche, innere Energien antreiben, braucht man keine Erholungspausen. Vielmehr ist er selbst nährend und energetisierend.

Link zum Text auf der IFIS-Webseite: [Innen und Aussen in Balance | IFIS](#)

5.2 Slipchain Economy und Integrale Ökonomie

von Hans-Florian Hoyer | 05.03.2023



Ökonomie könnte man wie folgt definieren:

Koordinierte Tätigkeiten in einer Gemeinschaft zur Befriedigung von absehbar wiederkehrenden Bedürfnissen aller Mitglieder zum Erhalt des eigenen Lebens. Darüber hinaus zu Bequemlichkeit und Komfort.

Seit 300.000 Jahren lebte der Homo Sapiens lange Zeit in staatenlosen Horden, Gemeinschaften, in der Natur, von der Natur, trotz der Gefahren darin, u.a. ausgehend von den Artgenossen. Soziologie, Ökonomie und Ökologie waren eins. Was konnte wann und wo aus den Geschenken der Natur für alle ihre Lebewesen entnommen, zubereitet und geteilt werden, um Bedürfnisse zu befriedigen? Jede/r Zugehörige zur Gemeinschaft trug nach seinen oder ihren Fähigkeiten und Kräften dazu bei und hatte das Recht zur Teilhabe. Geld als Instrument der Distribution war nicht nötig, so wie dies auch heute noch in einer Familie der Fall ist.

Wann und warum sind Ökonomie und Ökologie zu Gegensätzen geworden? Erfüllt die Ökonomie ihre oben genannten Aufgaben gut?

Mit der zunehmenden Differenzierung der Fähigkeiten und dem damit verbundenen Spektrum an Gütern und Diensten bei gleichbleibendem Etat von Zeit (24h/Tag) konnte eine Gemeinschaft nicht mehr alle wünschenswerten Güter für den Eigenbedarf herstellen. Die Arbeitsteilung brachte Tätigkeiten für den Bedarf Gruppenfremder hervor, zunächst in Form von Tausch. Der Anteil an Tätigkeit für den Eigenbedarf der Lebensgemeinschaft wurde immer weniger und betrug letztlich Null in dem Moment, wo nicht mehr jeder ein Stückchen Land haben konnte. Eine neue Klasse entstand, das Proletariat, das gezwungen war, seine Dienste für die Bedürfnisse anderer anzubieten, um zu Geld – dem Distributionsmittel der Arbeitsteilung – zu kommen.

Wir sind heute alle fremdversorgte Fremdversorger, die glauben, Selbstversorger in Geld zu sein, nicht fremdversorgt. Die Vorstellung, vor leeren Regalen mit vollem Portemonnaie zu stehen, bringt

uns nicht davon ab. Die leichte Einsicht, dass auch der modernste Fischtrawler nichts aus einem leergefischten Ozean zurückbringt, macht uns nicht unbedingt klar, dass es Geschenke des Planeten Erde an seine Lebewesen (nicht nur uns) sind, von denen wir leben.

Das erste Mittel zum Ausgleich von Versorgungsüberschüssen dort durch Überschüsse hier ist der direkte Tausch von Gütern, die für den Konsum bestimmt waren. Die Ausweitung der Tauschmöglichkeiten durch geeignete Zwischenwaren, die zwar konsumierbar waren, aber nur zum Weitertauschen eingetauscht wurden führte letztlich zu einer Zwischenware, die selbst nicht mehr konsumierbar war.

Geld als Metallgeld mit Materialwert wurde aus dem Umlauf verdrängt durch wertlose Stellvertreter aus Papier. Parallel setzte sich das Umschreiben und Rechnen gegenüber dem Zählen und Übergeben immer mehr durch. Das ermöglichte das gegenseitige Verrechnen der Forderungen, was wiederum das Eintragen von Zahlen in Bücher ermöglichte, die keine Depositen als Materialdeckung mehr hatten, sondern nur noch eine zukünftige Forderungsmöglichkeit/Verbindlichkeit. Die Tausch-/Geldwirtschaft wurde zur Kreditwirtschaft, in der mit der Liquidität privater Banken gezahlt wurde, die entsprechende Zahlen in ihren Büchern erzeugen konnten.

Die **Zettelwirtschaft (Slipchain Economy)** stellt den Versuch dar, ein Protokoll zu beschreiben, mit dem in Gemeinschaften der Vorgang der **Zahlung von untereinander bestehenden Verbindlichkeiten auch ohne Banken** durchgeführt werden kann, und zwar an einem wiederkehrenden Abrechnungstermin und auf der Grundlage der Liquidität der Mitglieder. Durch die Verbriefung der Einträge in die jeweiligen Bücher wird dabei zudem ein Tausch-Zahlungsmittel (Zettel) für den Umlauf geschaffen, das bis zur jeweiligen Endabrechnung Gültigkeit hat.



Das Protokoll ist so einfach, dass es Gemeinschaften auf unterschiedlichste Weise in gemeinsamer Absprache für sich implementieren und immer weiter anpassen können. Es kann parallel zur herrschenden Geldordnung eingesetzt werden, da es die Pflicht zur Führung von Büchern und Zahlung von Steuern nicht berührt. Insofern es lediglich Informationen (über Guthaben und Verbindlichkeiten) verarbeitet mit dem Ziel, sich den unnötigen Einsatz von Währung zu sparen, braucht es dazu keine behördliche Erlaubnis.

Die **Ermittlung des minimal erforderlichen Währungsbetrags zur Abgeltung aller in der jeweiligen Abrechnungsperiode anfallenden (offen gelassenen) Zahlungen** ist ein transparenter trivialer mathematischer Vorgang. Wie mit den Ausgleichverbindlichkeiten und -forderungen umgegangen wird, kann die Gemeinschaft selbst gestalten. Auch zur Vermeidung und Aufklärung von Differenzen können Maßnahmen getroffen werden.

Insgesamt beruht das Protokoll auf dem **bilateralen Vertrauen**, das sich im Offenlassen der Zahlung ausdrückt und im Vertrauen darauf, dass die Gemeinschaft den Ausgleich am Ende der Abrechnungsperiode garantiert. Es gibt also Lösungen, die keinen Finanzdienstleister erfordern.

(Dieser Beitrag ist eine Kurzfassung des Impulsvortrags aus dem IFIS-Online-Kolloquium Nr. 56 vom 18. Januar 2023.)

Link zum Text auf der IFIS-Webseite: [Slipchain Economy und Integrale Ökonomie | IFIS](#)

5.3 Reinventing Society: Zuversichtsdünger im IFIS-Online-Kolloquium

von Dr. Elke Fein | 22.02.2024



In unserem Online-Kolloquium Nr. 67 (21.2.2024) stand ein Thema und ein Projekt im Zentrum, das sehr eng mit unseren Kernanliegen verbunden ist: „Reinventing Society“ oder „die Gesellschaft neu erfinden“ auf der Grundlage eines paradigmatisch neuen, integralen Verständnisses davon, was alles möglich ist, wenn wir unsere Sichtweisen verändern und uns zusammentun.

Zu Gast waren **Anna Reisch und Simon Mohn** vom gemeinnützigen Think Tank – oder wie wir im Laufe des Abends korrigierten: Think-Sense-Do-Tank "*Reinventing Society*", der an diesen Themen nicht nur forscht, sondern dazu mit Bürger/innen und einschlägigen Stakeholdern in konkrete Prozesse geht.

Reinventing Society entstand 2020 als ein Reallabor, in dem Visionen einer regenerativen und nachhaltigen Gesellschaft erschaffen werden sollen. Das Projekt wurde insbesondere durch das 2023 erschienene Buch "**Zukunftsbilder 2045**" einer breiteren Öffentlichkeit bekannt. Darin werden die Ergebnisse von 17 Reallaboren auf kommunaler Ebene vorgestellt. Hierzu führte das Team von *Reinventing Society* in 16 Städten und Kommunen im deutschsprachigen Raum (D, AT, CH) ko-

kreative Visionsprozesse durch, im Rahmen derer Bürger/innen gemeinsam konkrete Zukunftsbilder für ihre jeweiligen Städte und Gemeinden erarbeitet haben.

Wenngleich „Zukunftsbilder“ bei weitem nicht das einzige spannende Projekt von *Reinventing Society* ist (für weitere siehe etwa auch die Infothek für Realutopien), so ist es doch ein gelungenes Beispiel dafür, wie integrale Transformationsansätze in der Praxis angewendet und damit Veränderungen von unten angestoßen und begleitet werden können. Denn durch diese Prozesse entsteht neues **Erfahrungswissen**, während die Teilnehmenden gleichzeitig dazu eingeladen werden, bestehende, eingefahrene, eher „degenerative“ **Denk- und Verhaltensmuster zu verlernen**. Insbesondere die Annahme eines Getrenntseins von Mensch und Natur, die historisch zu einem ausbeuterischen Umgang mit natürlichen Ressourcen im Dienst materiellen Wachstums geführt hat, erweist sich immer deutlicher als dysfunktional.



Wie geht *Reinventing Society* nun vor, um den verbreiteten Untergangsszenarien optimistischere Zukunftsnarrative entgegenzusetzen? Wie können positive Utopien generiert und mit Leben gefüllt werden? Generell ist Anna und Simon wichtig zu betonen, dass es nicht darum geht, eine „toxische Positivität“ zu verbreiten, sondern eine „pfadharmonische“, also im jeweiligen Kontext verankerte und dort als kongruent erlebbare. Hierzu setzen sie je nach Zielgruppe innere und/oder äußere Methoden transrationaler Arbeit ein, von denen wir im Kolloquium einige exemplarisch ausprobieren konnten. Wenn man die richtige Sprache findet, so das Fazit, gelingt es selbst Politikern (!) in solchen Prozessen, sich authentisch zu zeigen und nach neuen Logiken zu agieren.

Zum Ideal der **Pfadharmonie** gehört für *Reinventing Society* auch, sich selbst als integrale Organisation aufzustellen und sich kontinuierlich um innere Kongruenz und Kohärenz zu bemühen. Das bedeutet etwa, in einer Haltung der Ehrlichkeit und der „radikalen Neugier“ im eigenen Kern-Team regelmäßig miteinander zu ergründen, was im kollektiven Innenraum jeweils gerade wirklich da ist und so eine Art „soziale Alchemie“ zu einem integralen Bestandteil der Arbeitszeit zu machen. Es bedeutet die Selbstverpflichtung dazu, als Mensch mit allen eigenen Empfindungen und Herausforderungen ganz präsent zu sein – und sich den Teamkolleg/innen damit gleichsam zuzumuten. „Alles, was da ist, wird ausgesprochen und sei es ‚mein Bauch tut weh‘“, so der Tenor. Es gehe darum, „dem eigenen System zu trauen“, auch wenn Wahrnehmungen zunächst absurd erscheinen.

Dieser alchemische Forschungsprozess impliziert auch, ggf. Dinge sterben zu lassen, die nicht mehr stimmig sind („kill your darlings“). Im Ergebnis dieser Vorgehensweise könne es vorkommen, dass Vorschläge, die rational und strategisch als sinnvoll erscheinen, nicht weiterverfolgt werden, weil sie keine innere Lebendigkeit auslösen. So berichtet Simon etwa von einer Zeremonie, mit der das Team eine Utopie, die intern Spannung erzeugt hat, da sie nicht fundiert genug war, begraben hat, um in einer neuen Iterationsrunde eine Zukunftsvision der Regeneration mit einer stärkeren Anbindung an die Lebenswelten der Beteiligten zu schaffen. Die Wirkung dieser Teamkultur beschreibt Anna daher

umgekehrt mit den Worten: „wir sind sehr schnell geworden, wir müssen nicht mehr so viel reden wie früher“.

Ziel der gemeinsamen inneren Arbeit von *Reinventing Society* war und ist es also, eine Organisation zu bauen und weiterzuentwickeln, „die das Neue hält“ und damit einen sicheren Raum und Rahmen für gesellschaftlichen Wandel bieten kann. Denn, so sind Anna und Simon überzeugt, um Gesellschaft auf der Basis eines neuen Paradigmas zu gestalten, muss man dieses auch selbst verkörpern (vgl. Grundprinzip 7 der Integralen Politik). Dies setzt mitunter voraus, dass die innovative Organisation zugleich auf einem stabilen Fundament in bestehenden systemischen Strukturen steht (Stichwort Finanzamt, Registergericht usw.). Damit ist das Projekt eine ermutigende Inspiration („Zuversichtsdünger“, wie es in einem der Check-outs hieß) für IFIS, wie auch für die Teilnehmenden des Online-Kolloquiums.

Mehr zu den Methoden von *Reinventing Society* demnächst in einem eigenen Blog.



Anna Reisch ist am 12.6.2024 erneut im IFIS Online-Kolloquium zu Gast, und zwar mit Eindrücken und Erkenntnissen aus ihrer Reise in die indigene Kogi-Kultur, die ihrer Ansicht nach noch vielfach unterschätzte Lösungsideen für zahlreiche Probleme des Klimawandels (etwa die drohende Wüstenbildung in vielen Weltregionen) bereithält. Wir freuen uns schon auf einen vertieften Austausch!

Link zum Text auf der IFIS-Webseite: [Reinventing Society: Zuversichtsdünger im IFIS-Online-Kolloquium | IFIS](#)

5.4 Regeneratives Wissen aus indigenen Kulturen

von Anna Reisch | 12.09.2024



Reflexionen zu unserem Online-Kolloquium Nr. 71 am 12.6.2024

Indigenes Wissen – ein Begriff, der für viele von uns lange Zeit als Relikt einer vergangenen Ära abgetan wurde. Doch je mehr ich mich damit beschäftige, desto klarer wird mir, wie grundlegend dieses Wissen für die Bewältigung der Herausforderungen ist, denen wir uns heute gegenübersehen. In einer Welt, die sich selbst als modern und fortschrittlich beschreibt, muss man sich manchmal fragen, wie nachhaltig oder regenerativ dieser sogenannte Fortschritt wirklich ist. Die zahlreichen Versuche, den globalen Krisen zu begegnen – von der CO₂-Reduktion bis hin zu globalen Abkommen – wirken oft wie das Herumdoktern an Symptomen, während die eigentlichen Ursachen unangetastet bleiben. Die Frustration darüber wächst, und mit ihr das Gefühl der Überforderung. Selbst die hartgesottensten Vertreter der Nachhaltigkeitsbewegung sind am Ende. Doch was, wenn der Schlüssel zur Lösung in einem ganz anderen Verständnis von Menschsein liegt?

Für mich wird immer deutlicher, dass wir unser Verhältnis zur Welt und unser Selbstverständnis grundlegend überdenken müssen. Anstatt uns auf schnelle, oberflächliche Lösungen zu konzentrieren, müssen wir die Frage stellen, wie wir unser Dasein auf diesem Planeten sinnvoll gestalten können – im Einklang mit den natürlichen Gesetzmäßigkeiten, die uns umgeben. Aber Moment mal, was sind diese „natürlichen Gesetzmäßigkeiten“ eigentlich? Und von welchen Gesetzmäßigkeiten gehen wir eigentlich aktuell aus? Viele von uns haben gelernt, dass die Welt ein unbelebter Ort ist, in dem wir um knappe Ressourcen kämpfen müssen. Doch genau dieses Paradigma führt dazu, dass wir immer tiefer in die Natur eingreifen und uns ungehemmt ihrer Ressourcen bedienen, als ob wir die einzigen wären, die hier etwas zu sagen hätten.

Interessant ist dabei, dass unser so hochgelobter Fortschritt, der sich in sozialen Errungenschaften wie dem Sozialstaat zeigt, vielleicht nur ein Pflaster auf einer tiefen Wunde ist. Ein Versuch, die Unberechenbarkeit des Lebens etwas zu mildern. Doch seien wir ehrlich: Während wir fleißig daran gearbeitet haben, unsere sozialen Sicherungssysteme auszubauen, haben wir gleichzeitig unsere Lebensgrundlagen zerstört, indem wir die Natur immer weiter ausbeuten. Wir haben uns tief von der Natur entfremdet, und das hat uns in eine kollektive Leere und Trauer gestürzt, die viele von uns gar nicht erst fühlen wollen, sondern sich permanent ablenken.

Es ist verständlich, warum wir uns vor diesem Schmerz verschließen – er ist gewaltig, und die Unsicherheit, wohin uns das Fühlen dieser Gefühle führen könnte, ist beängstigend. Viele Menschen entscheiden sich immer wieder bewusst oder unbewusst dafür, die Augen vor der Realität zu verschließen – sei es gegenüber der Zerstörung der Natur oder dem Schmerz über persönliche Verluste und zerbrochene Beziehungen. Diese Entscheidung, sich zu verschließen, entspringt oft der

Angst, dass der Schmerz einfach zu groß ist und keine Veränderungsoption sichtbar scheint. Das eigene Innere wirklich zu fühlen und Geschehenes aufzuarbeiten, ist leider eine Aufgabe, die uns in unserer ach so zivilisierten Welt selten beigebracht wurde.



An dieser Stelle wird die Bedeutung des indigenen Wissens für mich besonders deutlich. Nehmen wir zum Beispiel die Kogi, ein indigenes Volk aus der Sierra Nevada de Santa Marta in Kolumbien. Die Kogi haben es geschafft, ihre Gesellschaft so zu strukturieren, dass die Menschen im Einklang mit der Natur und miteinander leben können. Sie sehen sich selbst als die „Älteren Brüder“, deren Aufgabe es ist, das Gleichgewicht der Erde zu bewahren. Ihr Wissen und ihre Rituale basieren auf einem tiefen Verständnis der natürlichen Zyklen und auf einer spirituellen Verbindung zur Erde, die sie als ein lebendiges, bewusstes Wesen betrachten.

Aber was genau gilt es denn, neu zu lernen, und was sind diese Prinzipien, die wir wieder verstehen müssen? Das Wichtigste ist, dass die Erde ein bewusstes Gegenüber ist. Die Kogi wissen sehr genau, wie man mit Wasser, Bäumen, Tieren, Steinen und Gedanken umgeht, wie man im Gleichgewicht mit der Erde lebt, und wie man soziale Rahmenbedingungen schafft, die gelingende Beziehungen und Gemeinschaften ermöglichen. Viele dieser Praktiken teilen sie mit uns, weil sie erkannt haben, dass wir „jüngeren Brüder und Schwestern“ dieses Wissen schlicht verloren haben.



Das Besondere am Wissen der Kogi ist, dass es nicht einfach um Nachahmung geht. Ein Missverständnis wäre es zu glauben, wir müssten nur das umsetzen, was die Kogi praktizieren, um unsere Probleme zu lösen. Es geht nicht um kulturelle Aneignung oder darum, einfach das, was bei ihnen funktioniert, blind auf uns zu übertragen. Vielmehr geht es darum, unsere eigenen Traditionen und das uns hinterlassene Wissen zu entdecken und neu zu interpretieren. Die Kogi sagen treffend: „Alles Wissen liegt an den Orten, in denen wir geboren wurden, und wie wir mit diesen Orten umgehen sollen, wurde auch dort hinterlassen.“

Aber mal ehrlich, wenn man keine Kultur hat, die dieses Wissen überliefert, wo fängt man da an? Es wäre doch so verführerisch zu sagen: „Lasst uns einfach das tun, was die Kogi tun!“ Das scheint eine schnelle Lösung zu sein, die auf den ersten Blick wunderbar passt. Doch wie alles, was zu einfach klingt, ist auch das nur eine Illusion. Die Umsetzung dieses Wissens erfordert eine tiefe Auseinandersetzung und eine genaue Betrachtung dessen, was für unseren jeweiligen Ort und die dort lebenden Menschen das Richtige ist. Es bedeutet, mit einer neuen Sensibilität heranzugehen und zu prüfen, ob etwas wirklich stimmig ist. Es geht darum, die jeweiligen, universell gültigen Prinzipien anzuwenden und in die lokalen Gegebenheiten einzubinden. Die Kogi sagen, dass ihnen ihr Wissen in Höhlen übermittelt wird. Ein lustiger Gedanke – wir lassen uns von den Höhlen wieder beibringen, wie man mit der Erde umgeht?! Da fängt es schon an: Wie spreche ich mit einer Höhle? Ein Kogi-Mamo (ein Schamane) hat mir darauf geantwortet, dass ich einfach nur mit innerer Ruhe in eine Höhle gehen solle, und dort werde sie dann schon zu mir sprechen.



Für mich ist das alles eine tiefe Einladung zur Veränderung, die ich nicht mehr ignorieren kann. Es braucht Mut, Demut und die Bereitschaft, alte Überzeugungen loszulassen, sich auf neue, unbekannte Wege einzulassen und sich einzugestehen, dass unser „zivilisiertes“ Selbstbild vielleicht doch nicht so fortschrittlich ist, wie wir gerne glauben möchten. Vielleicht sind wir es, die Entwicklungshilfe benötigen – eine Entwicklungshilfe, die uns nicht von der Spitze der technologischen Innovationen kommt, sondern aus den tiefen Wurzeln einer Weisheit, die wir lange ignoriert haben.

Es ist an der Zeit, uns selbst infrage zu stellen und offen zu sein für das, was wir von indigenen Kulturen lernen können. Vielleicht ist das der erste Schritt, um wirklich in Einklang mit der Natur zu leben und Verantwortung für die Zukunft unseres Planeten zu übernehmen. Denn eines ist klar: Wir können uns nicht länger vormachen, dass wir die Herren dieser Erde sind, die alles im Griff haben. Es gibt viel zu (ver)lernen, und bestimmt auch so viel wiederzuentdecken. Und genau das macht diese Reise so notwendig und zugleich so aufregend.



Ich zieh mich schonmal warm an, wir sehen uns dann bald in der Höhle!

Anna Reisch arbeitet an der Schnittstelle von neuem ökonomischem Denken und innovativer Organisationsentwicklung, u.a. war sie Strategie- und Organisationsberaterin für THE NEW INSTITUTE, das *Dezernat Zukunft* und das *ZOE-Institut*. Weiterhin ist sie als Dozentin an der Universität Witten-Herdecke zu "System Change and Climate Change" und der HWR Berlin zu "Sustainable Finance" tätig. Seit einiger Zeit beschäftigt sich Anna intensiv mit indigenen Kulturen, insbesondere den Kogi, und ihrem Wissen über regenerative Lebensweisen. Gemeinsam mit ihrem Partner baut sie derzeit die Timeless Wisdom Academy auf.

- The European Commission support for the production of this publication does not constitute an endorsement of the contents which reflects the views only of the authors, and the Commission cannot be held responsible for any use which may be made of the information contained therein.
- **Hinweis:** Dieses Projekt wird mit Unterstützung der Europäischen Union gefördert. Die Inhalte dieses Beitrags geben ausschließlich die Ansichten der Autor:innen wieder. Die Europäische Union kann nicht für die Nutzung dieser Informationen verantwortlich gemacht werden.
- this license enables reusers to distribute, remix, adapt, and build upon the material in any medium or format, so long as attribution is given to the creator. The license allows for commercial use. If you remix, adapt, or build upon the material, you must license the modified material under identical terms. CC BY-SA includes the following elements: BY: credit must be given to the creator. SA: Adaptations must be shared under the same terms



Anna Reisch arbeitet an der Schnittstelle von neuem ökonomischem Denken und innovativer Organisationsentwicklung, u.a. war sie Strategie- und Organisationsberaterin für THE NEW INSTITUTE, das *Dezernat Zukunft* und das *ZOE-Institut*. Weiterhin ist sie als Dozentin an der Universität Witten-Herdecke zu "System Change and Climate Change" und der HWR Berlin zu "Sustainable Finance" tätig. Seit einiger Zeit beschäftigt sich Anna intensiv mit indigenen Kulturen, insbesondere den Kogi, und ihrem Wissen über regenerative Lebensweisen. Gemeinsam mit ihrem Partner baut sie derzeit die Timeless Wisdom Academy auf.

Link zum Text auf der IFIS-Webseite: [Regeneratives Wissen aus indigenen Kulturen | IFIS](#)



Co-funded by
the European Union

Institut für integrale Studien
Institute for Integral Studies



The European Commission support for the production of this publication does not constitute an endorsement of the contents which reflects the views only of the authors, and the Commission cannot be held responsible for any use which may be made of the information contained therein.

Hinweis: Dieses Projekt wird mit Unterstützung der Europäischen Union gefördert. Die Inhalte dieses Beitrags geben ausschließlich die Ansichten der Autor:innen wieder. Die Europäische Union kann nicht für die Nutzung dieser Informationen verantwortlich gemacht werden.

This license enables reusers to distribute, remix, adapt, and build upon the material in any medium or format, so long as attribution is given to the creator. The license allows for commercial use. If you remix, adapt, or build upon the material, you must license the modified material under identical terms. CC BY-SA includes the following elements: BY: credit must be given to the creator. SA: Adaptations must be shared under the same terms.