

VORWORT

Bei der Themenauswahl für diese Juni-Ausgabe unserer Online Zeitung bin ich auf eine besonders schöne Weise fündig geworden. Ich entdeckte die soziokratische Kreiskultur beim jetzt anstehenden Ancient Trance Festival in Taucha, obwohl ich nach etwas ganz Anderem gesucht habe. Wie die ehrenamtlichen Macher des Weltmusikfestivals diese Form der Diskussionskultur in der Organisation verwenden, erfahrt Ihr in meinem Artikel. Spannende Hintergründe und Zusammenhänge liefert Mechthild Düpmann in ihrer Buchbesprechung zu den Quellenprinzipien von John Peter Koenig. Auf pffiffige Antworten von Ulrich Mies zu Fragen von Oliver Schindler könnt Ihr Euch im Freundschaftsbuch-Beitrag freuen.

Herzerwärmendes und Erhellendes gibt es wieder in den Rubriken Anglizismus des Tages sowie Ursprüngliche Worte von Carin Utermöhle. Die Kräutereexpertin und unsere Wild und Grün-Autorin Daniela Aue-Gehrke macht Euch mit dem „König der Wege“ bekannt. Dazu stellt sie das Unternehmen Volkswasser vor, das ein erschwingliches Mietsystem für Umkehr-Osmose-Anlagen anbietet.

Wir vom Redaktionsteam wünschen Euch viel Freude beim Lesen dieser und weiterer Beiträge – und vielleicht findet Ihr darin auch Etwas, das Ihr gar nicht gesucht habt.

Sven Tietgen



Genossenschaft Menschlich Wirtschaften

Gemeinsame Ideen für den Wandel

Impulse und Inspirationen – als Grundlage für gesellschaftliche Veränderung | Raum für Ideen und Entwicklung – zur Ausgestaltung von konkreten Projekten

Über uns

Wir sind eine Genossenschaft von Visionären und ein Netzwerk von Initiativen für ein neues Miteinander und Füreinander in unserer Gesellschaft.

Wir wollen Menschen inspirieren und motivieren, ihre eigene Vision zu entwickeln und zu leben.

Wir sind Menschen – einfach Menschen: Unternehmer, Handwerker, Dienstleister, Ärzte, Wirtschaftler oder Professoren, die sich im Sinne der Sozialen Dreigliederung für eine menschliche Gesellschaft einsetzen.

Wir vernetzen Menschen, die Interesse an Austausch und der Neugestaltung eines wertschätzenden Miteinanders haben. Seit 2021 bauen wir regionale sowie bundesweite Arbeitsgruppen und Projekten in allen Lebensbereichen auf.



„Seitdem gibt es keine Marathonsitzungen mehr“

Die Macher des Ancient Trance Festivals in Taucha setzen auf das Konsent-Konzept der soziokratischen Kreiskultur

Das Ancient Trance Festival in Taucha ist ein ehrenamtlich organisiertes Weltmusik-Festival und lockt bis zu 5000 Besucher in die Kleinstadt bei Leipzig – auch in diesem Jahr. Vom 31. Juli bis 3. August treten auf verschiedenen Bühnen über 40 Bands und Solomusiker aus aller Welt auf. Für spannende und inspirierende Sounds wollen unter anderem DakhaBrakha mit ihrem EthnoChaos, Fulu Miziki mit Afro Futuristic Ramba-zamba oder die Organic Funkadelic-Musiker der Matsumoto Zuko Band sorgen. Das Ziel der Macher um die Festivalleiter Katrin Hönemann und Andreas Kosmowicz prangt in Form einer Überschrift auf den Internetseiten des Festivals: „Gemeinsam etwas Wunderbares erschaffen“. Dafür setzt die Festivalcrew in der Organisation seit zehn Jahren das Konsent-Konzept der Soziokratie ein.

Damit sich die Magie des Ancient Trance voll entfalten kann, wird Monate vorher geplant, organisiert, eingeladen, besprochen. Das Festival drehte sich ursprünglich nur um Maultrommel-Musik, die erste Auflage rund um eines der ältesten Instrumente der Menschheit wurde 2007 und indoor gefeiert, berichtet Katrin Hönemann. Ein Freundeskreis um den Verein Maultrommel e.V. entwickelte sich, 2010 ging das Festival erstmals nach draußen. Die Freiluft-Veranstaltung mit bunten Märkten, Workshops und kunstvollen Installationen wuchs ebenso wie der Zuspruch. Im Jahr 2015 machten die Akteure eine Festivalpause - und entschieden sich in dieser Zeit für eine neue Organisationsstruktur.

Jeder Einzelne findet mit seinen Ideen Gehör

„Das Festival wurde immer größer, in dem Pausenjahr haben wir uns dann mehrere Monate und unterstützt von Organisationsentwickler Martin Dehnke mit der soziokratischen Kreiskultur beschäftigt. Das Konzept finden wir gut, weil Respekt und gegenseitige Anerkennung unserer persönlichen Vorstellungen und Werte dabei ganz vorne stehen“, erzählt Katrin Hönemann. Entscheidungen bei den Organisationstreffen in verschiedenen Bereichskreisen werden im Konsent gefällt. Dabei findet jeder Einzelne mit seinen Ideen Gehör. Ein Vorschlag gilt nach dem Konsentprinzip als angenommen, solange es keinen schwerwiegenden Einwand gibt, der die Belange des ganzen Festivals berührt.

Die ehrenamtlichen Macher haben mit der soziokratischen Kreiskultur gute Erfahrungen gemacht – auch bei umstrittenen Themen. Wichtig ist den Akteuren, dass Anträge, die viele Bereiche des Festivals betreffen, angekündigt werden und gut vorbereitet sind. Im vergangenen Jahr kam ein Antrag beispielsweise von den Besuchern selbst. Viele Gäste wünschten sich einen kleinen bewaldeten Campingplatz zurück, der vor allem bei Familien sehr beliebt war. Wegen des Befalls mit Eichenprozessionsspinnern war das Gelände für ein paar Jahre gesperrt. Allerdings ist es logistisch nicht einfach, Wasser- und Sanitäreinrichtungen bereit zu stellen. Weiter sind extra Helfer nötig, damit nie-

Fortsetzung Seite 3

mand das Parkverbot dort übersieht. Einen schwerwiegenden Einwand konnten die Festivalorganisatoren aber nicht finden – und damit können sich die Besucher in diesem Jahr wieder über das „Green Camp“ freuen.

Die Festivalorganisatoren haben eine eigene Soziokratie-Version entwickelt

Die soziokratische Kreiskultur wird aber nicht dogmatisch nach Lehrbuch gelebt. „Wir haben die vergangenen Jahre viel damit experimentiert und eine eigene Version entwickelt“, sagt Katrin Hönemann. Langjährig aktive Kreise in der Festivalorganisation haben viel Freiheit in der Gestaltung ihrer Treffen. Wegen des ehrenamtlichen Rahmens und der vielen kreativen Rollen unter den rund 50 Teamleitern ist es manchmal schwierig, die für die soziokratische Kreiskultur nötigen Rollen wie Moderator und Sekretär zuverlässig für die Servicekräfte zu besetzen.



Die Festivalcrew lebt die soziokratische Kreiskultur – hier bei einem Ausflug im April 2025 in den Harz

Es gibt auch Arbeitsgruppen, die mit weniger Soziokratie auskommen. „Da haben sich über Jahre auch bestimmte Abläufe entwickelt, die sich als optimal herausgestellt haben, die müssen erstmal nicht in Frage



Jede Menge Beifall für das Organisationsteam auf der Teichbühne beim Festivalabschluss 2023

gestellt werden“, so die Festivalleiterin. Wer jetzt übrigens denkt, dass in den Vor- oder Nachbereitungskreisen über Stunden oder gar Tage bis zu einem Konsent diskutiert wird, liegt ziemlich daneben. Katrin Hönemann: „Seitdem wir die soziokratische Kreiskultur eingeführt haben, gibt es keine Marathonsitzungen mehr.“

„Stehen am Anfang eines längeren Wandlungsprozesses“

Kreistreffen werden von den Sounds einer Klangschaale begleitet, das Instrument sorgt für die nötige Achtsamkeit und Konzentration während der Treffen. „Insgesamt stehen wir am Anfang eines längeren Wandlungsprozesses hin zu einer wahrhaftigen Teilhabestruktur“, schreibt die Festivalcrew. Während des Festivals gibt es Kreistreffen, an denen auch die Helfer willkommen sind. Für sie eine weitere Gelegenheit, in den Spirit des Festivals einzutauchen – und eine Vision zu teilen, die das Orgateam auf dem Festival lebendig werden lässt. „Es ist für uns ein Raum für inneres Wachstum, basierend auf einer Kreiskultur, deren Grundpfeiler Wertschätzung, Achtsamkeit, Respekt, Mitgefühl, Empathie und Liebe sind.“

Weitere Informationen inklusive Tickets gibt es unter www.ancient-trance.de

Text: Sven Tietgen

Fotos: Andreas Kosmowicz



Sensation!!!

Die guten Nachrichten sind ausgebrochen und verbreiten sich unaufhaltsam auf der ganzen Welt.

Wer sich von Optimismus und Selbstwirksamkeit anstecken lassen will, findet alles, was er braucht, auf dem „Menschlich Werte Medien“ YouTube-Kanal oder bei Telegram unter „t.me/Menschliche_Werte_Medien“.

Viel Glück

Ursprüngliche Worte

mendeln, Mendi, Mendeltag, Mendelbrot



Foto: Mario Sunmir; www.sonnenmeer.eu

„Mendi“ – alleine das Wort klingt schon so fröhlich! Und genau in diese Richtung geht auch die Bedeutung. Das Verb „menden“ stammt ursprünglich von Althochdeutsch „mendan“ bzw. „mendian“ und altsächsisch „mendilôn“ und heißt so viel wie „sich erfreuen, scherzen, jubeln“. Das dazugehörige Nomen „Mendi“ wurde früher für „Freude, Fröhlichkeit, Jubel“ verwendet. Daher stammt auch der „Mendeltag“ – ein anderer Name für den Gründonnerstag – und meint den Freudentag über das Fastenbrechen oder generell einen Tag der Freude. Am Gründonnerstag wurde auch das „Mendelbrot“, wohl eine Art „Osterbrot“, gereicht.

Freuen kann man sich über verschiedene Sachen. Über

ein Lob oder einen Erfolg, zum Beispiel. Oder über ein schönes Lied, das man schon lange nicht mehr gehört hat. Oder über eine schöne Stimmung in der Natur. Allen gemein ist jedoch das positive Gefühl im Herzen und der Energieschub, wenn man sich über etwas freut. Zu einem nahestehenden Menschen sagt man: „Ich freue mich, dass du da bist!“. Schiller sah darin gar ein „göttliches Prinzip“ mit seiner „Ode an die Freude“: „Freude, schöner Götterfunken!“.

Wie auf das Ende von etwas, so kann man sich auch auf den Anfang von etwas Neuem freuen. Und dann wird gefeiert! Das Mendelbrot zeigte damals zum Beispiel an, dass die Zeit des Verzichts und des Fastens vorbei war und nun die heiteren Ostertage vor einem lagen, gefolgt von hoffentlich reicher Ernte und vollen Tischen im Sommer und Herbst. Am schönsten ist es jedoch, wenn man sich mit jemand mitfreuen kann, denn dann ist jeder Tag ein „Mendeltag“:

„Willst du glücklich sein im Leben, trage bei zu and'rer Glück! Denn die Freude, die wir geben, kehrt ins eig'ne Herz zurück.“

Text: Carin Utermöhle

Quellen für die Bedeutung der ursprünglichen Wörter:

<https://verloreneworte.de/gefundene-worte/11566-menden-mendi-mendeltag>

<https://drw.hadw-bw.de/drw-cgi/zeige?index=lemmata&term=mendelbrot>

https://www.koeblergerhard.de/ahd/ahd_m.html

Der Anglizismus des Monats

Highlight

Im Informationszeitalter kommt man schon gar nicht mehr ohne sie aus: Die Highlights. Wörtlich übersetzt bedeutet „Highlight“ soviel wie „Hochlicht“. Man könnte auch „Glanzlicht“ oder „Höchstleistung“ sagen. Auf alle Fälle etwas, was von oben beleuchtet in ein besonders helles Licht gerückt werden soll, bzw. eine Sache oder ein Ereignis, das durch besondere Merkmale hervorsticht. Das Beste ist grade gut genug!

Im Sport zum Beispiel: „Das Brechen des Weltrekords wurde zum weiteren Highlight seiner bisherigen Karriere.“. Gleichmaßen versucht man, sich in Kaufhäusern und Supermärkten gegenseitig mit Superlativen zu überbieten. Da bekommt das diamantbesetzte Collier einen – meist erhöhten – Ehrenplatz im Schaufenster eines Juweliers, umringt von anderen teuren Glanzstücken. Woanders bietet jemand seine Ware als „Highlight des Monats“ an: „Durch die hervorragende Ernte in diesem Jahr sind die Äpfel nicht nur besonders



Illustration: Frida Aue

süß und saftig, sondern durch ihre glänzende Schale und das frische Aussehen auch ein echter Hingucker, ganz zu schweigen vom unschlagbaren Preis!“

Etwas Extravaganz gefällig? Ein Luxushotel wirbt mit der Kombination von Alt und Neu: Bett und Badewanne zusammen auf einem Podest. Nachdem man abends ein Bad genommen hat, kann man von dort aus fast nahtlos ins warme Bett schlüpfen. „Ein Prosit der Gemütlichkeit!“

Wo wir grade bei „Prosit“ sind: Erinnert sich noch jemand an die „Krönung der schönsten Stunden“? Was wäre die Werbung ohne ihre Zugpferde und Hingucker ...

In einem anderen Zusammenhang kann ein „Highlight“ auch ein – um einen anderen Anglizismus zu bemühen – „Best of“ sein. Beispielsweise, wenn auf einem Fest die „Crème de la Crème“ der Gesangs- oder Filmprominenz geladen ist.

Man könnte die Liste starker Momente noch ewig weiter führen, da eine Spitzenleistung meist gleich die nächste jagt. Sternstunden in einem Meer von großen Augenblicken.

Text: Carin Utermöhle

Liebe Leserinnen und Leser, gerne könnt ihr uns per E-Mail (mwm@menschlichwirtschaften.de) eure Lieblingsübersetzungen für den jeweiligen Anglizismus zusenden. Wir freuen uns über jede Zuschrift.

DAS MWM FREUNDSCHAFTSBUCH

Andere Medienunternehmen mögen Geschäftspartner haben, doch unsere Zeitung hat Freunde.

Und die bitten wir natürlich, etwas in unser Freundschaftsbuch hinein zu schreiben.

Manche von ihnen kennt ihr vielleicht auch schon und könnt sie dadurch mal von einer ganz anderen Seite erleben. So ist das nun mal mit Freunden.

Wenn man sie auch noch so gut kennt, es gibt immer wieder etwas Neues zu entdecken.

Ullrich Mies, Sozialwissenschaftler/ Politikwissenschaftler,
Publizist und Autor, lebt seit 38 Jahren in den Niederlanden.

Er und seine Frau Annette van Gessel

sind die Chefredakteure von GEGENDRUCK, gegendruck.eu



Ullrich Mies

- Einer der schönsten Momente in meinem Leben war ... als ich als Jugendlicher, es muss im Sommer 1964 gewesen sein, in einer wassergefüllten, ausgehobenen Baugrube mit meinem Freund ein Floß baute. Nicht gut fixiert brach das „Gerippe“ auseinander und wir landeten in der lehmbräunen, warmen Brühe. Die Gelegenheit nutzend, schmierten wir uns von oben bis unten mit Lehm voll und gingen dann glücklich nach Hause. Meine Mutter war weniger erfreut, spritzte mich mit dem Schlauch im Garten ab und steckte mich zur Strafe ins Bett. Es war ein großartiges Erlebnis!
- Wenn ich mir selbst etwas zu Essen mache, gibt es zumeist einen reichhaltigen Salat mit einer großen Vielzahl an Zutaten.
- Einer der Menschen, die ich schon lange persönlich kennenlernen wollte, ist Frank Walter Steinmeier, weil ich ihm gern sagen würde, dass man gar kein CIA-Agent sein muss, um seit 30 Jahren CIA-Politik zu machen, die Interessen des eigenen Landes zu verraten und den Amtseid in Dauerschleife zu verletzen.
- Meine wichtigste Erkenntnis über die Menschheit war ..., dass es mit ihr in toto langfristig wohl „nichts wird“. Gedeihliches Zusammenleben muss zunächst in überschaubaren (Klein-) Gruppen gelernt und praktiziert werden.
- Mir ist vor Kurzem etwas richtig Lustiges passiert, und zwar ... stand die Haustür, als ich morgens nach unten kam, sperrangelweit auf, weil unsere Katze nachts wohl Langeweile hatte und beschloss, sich draußen die Zeit zu vertreiben.
- Wenn ich meine Lieblingsmusik höre, dann ... geht mir das Herz auf.
- Meiner Meinung nach ist die wichtigste Errungenschaft der Menschheitsgeschichte ..., dass sich der Mensch irgendwann vor einigen Millionen Jahren von vier auf zwei Beine stellte, die Welt eroberte und schließlich erkennen musste, dass diese Welt endlich ist.
- Der Ort, an dem ich in zehn Jahren leben möchte ist ... ein Baumhaus mitten im Urwald mit freundlichen Menschen und im Einklang mit der Natur.
- Mein Lieblingsswitz geht so ... „Treffen sich zwei Planeten im Weltall. Sagt der eine: „Hallo Junge, wie geht es Dir?“ Sagt der andere: „Mir geht es echt Scheiße, hab Homo Sapiens.“ Sagt der andere: „Mach Dir nichts draus, geht von alleine wieder weg.“
- Natur bedeutet für mich ... alles. Sie ist das Größte, schenkt uns das Leben. Die Menschen müssen schonend mit ihr und voller Respekt umgehen, ansonsten werden sie untergehen.
- Als ich das erste Mal verliebt war ... schwebte ich auf »Wolke 7«.
- Mein erster Schultag ... machte mich noch neugierig. Die Schule später war zumeist eine verordnete autoritäre Zwangsmühle.
- Wenn ich der König von Europa wäre ... und darüber hinaus über Macht verfügte, würde ich alles daransetzen, eine dem Gemeinwohl verpflichtete, für alle bindende und nach Mehrheitsentscheidung durch das Volk erlassene Verfassung in Kraft setzen.
- Wenn ich an Konstantin Wecker denke, fühle ich mich ... schlecht, da er nur einer unter einer ganzen Heerschar von Systemopportunisten ist, die sich im Rahmen der Corona-Operation als Wasserträger der politischen Scheineliten erwiesen haben.
- Wenn ich drei Wünsche frei hätte ... Frieden auf Erden, ein gedeihliches Zusammenleben in Freiheit und Wohlergehen für alle.

Von der Quelle zum Fluss

Ein Blick auf den Ursprung inspirierten Handelns

Ein Gutes hatte die Corona-Zeit: Sie hat ein wahres Feuerwerk an neuen Ideen und Projekten entfacht. Doch wie reift eine Vision zu einem tragbaren Projekt heran? Nach Peter John Koenig, Schweizer Autor und Analyst im Bereich der Finanz- und Wirtschaftstheorien, hängt das Gelingen eines Vorhabens einzig und allein von der „Quelle“ ab – jener Person, die die Initiative ergreift. Mehr verrät „Ein kleines rotes Buch über die Quelle“ von Stefan Merkelbach. Der Philosoph und Manager hat die „Quellenprinzipien“ von Peter John Koenig festgehalten und damit eine Anleitung für Visionäre geschaffen.

Im Grunde zählen wir alle zu den Visionären. Denn immer, wenn wir die Initiative ergreifen, setzen wir etwas in Bewegung. So werden wir zu einer „Quellenperson“ oder kurz – zur „Quelle“. Wer zum Beispiel einen Flug in den Urlaub bucht, sich um einen Job bewirbt oder ein Studium beginnt, wird zur Quelle dieser Initiative. Auf Peter Koenigs „Quellenprinzipien“ übertragen, kann eine solche Initiative der Ursprung eines reißenden Flusses oder eines romantisch plätschernden Bachs sein. Dabei ist es unerheblich, ob die Quelle bzw. Quellenperson selbst die Idee für ihre Initiative hat. Sie hat einen Prozess in Gang gesetzt, allein das zählt.

Die Quelle hat aber auch eine objektive Dimension: Die Quelle ist zugleich das Herz der Quellenperson. Im Herzen ruhen die Vision, aber auch die Werte, die fest mit der Quellenperson verbunden und sichtbar in das Projekt eingeschrieben sind. Die Werte sind sozusagen die Verhaltensregeln für die Handlungen aller Prozessbeteiligten.

Die Quellenperson – ein kühner Verrückter

Peter Koenig geht seit den 1980er-Jahren den „Quellenprinzipien“ auf den Grund, also der Aktivität der Quellenperson als Subjekt und der Umsetzung der Quelle als Objekt. Klingt kompliziert, doch für ihren Entdecker sind diese Prinzipien so alt wie die Welt. Entdeckt hat Koenig sie, indem er die Realität beobachtet und sich mit vielen Menschen darüber ausgetauscht hat, wie Stefan Merkelbach in seinem Buch schreibt.

„Die Kraft des Wassers kommt aus der Quelle.“ Das persische Sprichwort lässt sich ohne Weiteres auf die menschliche Quelle übertragen. Sie verleiht der von ihr ergriffenen Initiative die nötige Kraft – im Idealfall jedenfalls. Denn die Quellenperson hat ein Werk zu vollbringen und schlüpft dabei in drei Hauptrollen:

1. Die Rolle der Unternehmerin:

Die Quellenperson empfängt eine Idee und ergreift auf dieser Grundlage die Initiative. Sie entwickelt die Vision über den zu erreichenden Zweck und die Hauptausrichtungen des Projekts. Dieses Was und Warum bilden das Ziel des Projekts. Zur Vision zählen auch die Hauptschritte und die wichtigsten Mittel zum Erreichen des Ziels – das Wie. Sie markieren den Weg des Projekts. Während des gesamten Bestehens ihrer



Was sind die nächsten Schritte? Eine „Quellenzeit“ bringt Klarheit.

Foto: @carlasalvarenga, Pixabay

Initiative empfängt die Quellenperson laufend Ideen und Inspirationen – und auch die nötige Energie, sie umzusetzen. Zur Rolle der Unternehmerin zählt auch, die Risiken einzugehen, die mit der Initiative verbunden sind. Merkelbach: „Im Grunde schlummert in jeder Quelle ein kühner Verrückter, der an seine Initiative mit einem Glauben glaubt, der manchmal sogar ein wenig überzogen scheint und der sich auch mit einer gewissen Naivität schmückt.“ Eine Voraussetzung braucht die Quellenperson: Vertrauen zu sich selbst, um immer wieder den nächsten Schritt zu tun.

2. Die Rolle der Führerin:

Nachdem die Quellenperson als Unternehmerin ihr Reiseprojekt zum Leben erweckt hat, fungiert sie nun als Reiseleiterin und führt ihre Initiative mit jedem Schritt in Richtung Zukunft. Ihre Aufgabe als Führerin besteht aus zwei Dingen: Erstens zu klären, was der nächste Schritt ist, und zweitens, jenen diese Klarheit zu vermitteln, die dazu beitragen, den jeweiligen Schritt in die Tat umzusetzen. Und hier hakt es nicht selten. Denn eine Quellenperson ist keineswegs eine Superheldin, die stets weiß, wo es lang geht. Bohrende Zweifel sind nach Erfahrung John Peter Koenigs allzu oft die Begleiter. Ja, manchmal hat sie selbst nicht den leisesten Schimmer, wie es weitergehen soll. Zeiten des Unbehagens und der Unsicherheit sind laut dem kleinen roten Buch völlig normal und trifft auf so gut wie alle Quellen zu. Was tun, um wieder durchzublicken? Koenig rät, auf die eigene Intuition zu hören, die Gedanken zu ordnen, zu reflektieren und mit anderen in den Dialog zu treten – und zwar in dieser Reihenfolge.

Fortsetzung Seite 7

3. Die Rolle der Hüterin:

Die Quellenperson wahrt jederzeit den Überblick über ihr Projekt, treibt sie durch eine Idee oder eine Inspiration weiter voran und passt es an neue Bedingungen an, wenn nötig. Die Vision verläuft wie ein roter Faden durch das Projekt und bietet allen Beteiligten eine Orientierung. Eine Vision ist aber für Peter Koenig nicht in Stein gemeißelt. Um ein Projekt auf Kurs zu halten, hat die Quellenperson die Aufgabe, die Vision und den Weg immer wieder an die veränderte Umgebung anzupassen. Die Quellenperson ist übrigens die einzige Person, die berechtigt ist, ihre Vision zu ändern.



Die Quelle erweckt einen Fluss zum Leben – oder ein Projekt

Foto: @carlasalvarenga, Pixabay

Auf dem Weg zum gelingenden Projekt lauern Gefahren, die alles Aufgebaute zum Einsturz bringen können. Oder aber die Saat erst gar nicht aufgehen lassen.

Fallstricke im Projektgeschehen

Die Quellenperson kann der stärkste Motor ihrer Initiative sein – oder aber ihr Haupthindernis. Koenig hat drei typische Fallstricke ausgemacht. Er nennt sie „Pathologien im Bereich der Quelle“:

1. Die Quellenperson verkennt sich als Quelle:

Mit viel Enthusiasmus greift jemand eine Initiative auf und startet ein Projekt. Aber auf den Weg zum Ziel geht die Leidenschaft verloren. Auch übergroße Zweifel und das Gefühl von Inkompetenz können eine Quellenperson daran hindern, den eingeschlagenen Weg weiterzugehen. Was tun? Der Vater der „Quellenprinzipien“ warnt: Wer immer eine Initiative ergreift, sollte damit rechnen, früher oder später mit seinen Schwächen konfrontiert zu werden. Dementsprechend lautet sein Rat: Setzen Sie sich mit sich selbst auseinander. Dieser „Kampf“ mit sich selbst erlaubt der Quelle, ihr Potenzial voll zu entfalten und in ihrer schöpferischen Fähigkeit Dinge in der Welt entstehen zu lassen, die ohne ihr Handeln nie entstehen würden.

2. Die Quellenperson will zu sehr Quelle sein:

Die Quellenperson verwechselt ihren Auftrag mit ihrem Ego und wird zur Despotin. Anstatt ihrem Projekt zu dienen, nutzt sie es laut Koenig für ihre persönlichen Wünsche und Vorstellungen. Ein Weg aus der „Krankheit“ ist das ernsthafte Arbeiten an sich selbst. Pathologie Nummer zwei kann auch andere Beteiligte eines Projekts befallen: Nämlich jeden, der einer Quellenperson ihren Posten streitig macht und an ihrer Stelle stehen will. Diese Art der feindlichen Übernahme kann ein Projekt im Ganzen gefährden, denn die Übergabe der Quelle darf nach Ansicht Koenigs nur freiwillig an jemand anderen übertragen werden.

3. Die Quellenperson vernachlässigt ihre Arbeit:

Zwar erkennt die Quellenperson sich selbst als Quelle an, macht aber ihren Job nicht. Sie ist zu „weich“ und schöpft ihr Potenzial nicht aus. Ihr schwacher Motor läuft im Notbetrieb, und bald beginnen jene, die sich dem Projekt begeistert angeschlossen haben, abzuspringen. Es sei denn, die Quellenperson schafft es – allein oder im Dialog –, der lähmenden Lethargie zu entkommen.

Mitunter können alle Pathologien gleichzeitig auftreten. Aber es besteht kein Grund aufzugeben. Für die drei Krankheiten hält Peter Koenig einen Erste-Hilfe-Koffer bereit – mit folgenden ergänzenden Heilmitteln:

- Nehmen Sie sich vor, persönlich als Quelle zu agieren. Handeln Sie aus einer tiefen Absicht heraus. Wiederholen Sie diese regelmäßig. Die Absicht verleiht Ihnen die Schubkraft, die Sie für Ihr Projekt brauchen.
- Gönnen Sie sich eine „Quellenzeit“, eine kleine Auszeit, um die Vision festzulegen und die nächsten Schritte zu klären. Koenig rät, den Kopf freizumachen und das Tagesgeschäft zwischenzeitlich andern zu lassen.
- Übernehmen Sie die Verantwortung der Quelle freudig. Mit Freude und ohne zu zögern zur Sache zu gehen ist viel schöner und belebender.

Wer sich als Quelle erkennt und in Übereinstimmung mit ihr lebt, setzt phänomenale Energie frei. Das ideale Maß dabei hat Peter Koenig auch festgelegt: Es liegt genau in der Mitte zwischen den beiden Extremen: „Null“ für Nicht-Beteiligung und „Hundert“ für Ego. So kann Leidenschaft entstehen, die auch andere ansteckt. Leidenschaft verhilft zur Leichtigkeit. Eine Quelle zu sein bedeutet nach dem Entdecker der Quellenprinzipien dann keine Last, unter der man zusammenbricht, sondern lässt vielmehr Freude aufkommen – die Freude, ein Handwerker und Schöpfer von etwas zu sein.

Das Buch:

„Ein kleines rotes Buch über die Quelle. Ein inspirierender und befreiender Blick auf das Management und das Leben durch die „Quellenprinzipien“ von Stefan Merckelbach, Aquilae Verlag, 2020

zusammengefasst von Mechtild Düpmann



Veranstaltungstipp für den Juni

Großes Genossenschaftstreffen in Poppendorf bei Rostock

12. Juni, 16.30 Uhr, bis 15. Juni, 17.00 Uhr

Im Musenstall, der sich auf dem Musenhof in Poppendorf befindet, werden wir unsere Projekte und Arbeitsgruppen vorstellen. Unsere Künstler, Unternehmer und Initiativen gestalten das Zusammentreffen aktiv mit. Es wird Zeit für inspirierenden Austausch, den Genuss von kulinarischen Köstlichkeiten und kulturellen Höhepunkten geben. Und wir werden eine Menschlich Wirtschaften Landkarte aufbauen: Du kannst Dich als Mitglied, Unternehmer, Künstler, Reiseort oder mit Deinem Angebot auf der Papierkarte und digital eintragen.

Neben einem vielfältigen Kulturprogramm mit Sally Gardens, Uli Masuth, Triple A, Stephan Schrader, Jens Fischer Rodrian, Santiago Jara und dem abschließenden Musikpicknick am Sonntagnachmittag erfährst Du aktuelle Entwicklungen und Perspektiven in den Themenrunden Gesundheit, Wirtschaften, Künstler und Wanderjahr. In den Arbeitsgruppen kannst Du Dich aktiv an der Entwicklung von konkreten Initiativen und Projekten beteiligen.

Weitere Informationen unter <https://menschlichwirtschaften.de/>



Das WIR-Phone

- ANZEIGE -

Ein Smartphone für mehr Freiheit und Nachhaltigkeit

Das WIR-Phone von WIRKRAFT® setzt neue Maßstäbe für Smartphones, die sowohl datenschutzfreundlich als auch nachhaltig sind. Basierend auf dem Volla Phone X23, bietet das Gerät eine robuste Bauweise und kommt mit einem überwachungsfreien Betriebssystem.

Es wird in Deutschland produziert, wodurch es höchste Qualitätsstandards erfüllt und gleichzeitig eine umweltbewusste Wahl darstellt. Vorinstallierte Apps wie F-Droid ermöglichen den Zugriff auf eine Vielzahl von alternativen und offenen Anwendungen.

Dank des minimalen Designs und der widerstandsfähigen Hardware ist das WIR-Phone eine nachhaltige Option, die den modernen Anforderungen an Datenschutz und Langlebigkeit gerecht wird. Es ist ideal für Menschen, die ihre digitale Freiheit bewahren und gleichzeitig auf ein ethisch hergestelltes Produkt setzen möchten.

Entwickelt für Nutzer, die das Vertrauen in ihre Geräte zurückgewinnen möchten, bietet das WIR-Phone eine echte Alternative zu den weit verbreiteten Geräten von großen Konzernen. Es ist ab sofort im WIR-Shop erhältlich: <https://wirkraft.org/shop/>



Wasser für das Volk

Mo Genc, 44, gründete Volkswasser – mit einem erschwinglichen Mietsystem für Umkehr-Osmose Anlagen

Oftmals sind es ausgerechnet die Krisen und Tiefpunkte des Lebens, aus denen etwas Neues erwächst. Rund zehn Jahre ist es her, als Mo Genc begann, sich näher mit dem Thema Wasser zu beschäftigen. Aus gesundheitlichen Gründen. Obwohl das Leitungswasser hierzulande, anders als in den meisten anderen Ländern, trinkbar ist, steckt es noch immer voller Medikamentenrückstände, Schwermetalle, Pestizide. Statt sein Wasser fortan flaschenweise in die Wohnung zu schleppen, hatte Mo eine bessere Idee – und gründete sein Unternehmen „Volkswasser“. Das Firmen-Konzept ist so schlicht wie die Internetseite selbst: Hier wird kein Geld für Werbung oder Marketing verschleudert, stattdessen setzt der 44-Jährige auf direkten Kundenkontakt, um für sein hochwertiges Filtersystem mit lebenslanger Garantie zu werben und damit – der Name ist Programm – nichts weniger als „Wasser für das Volk“ bereitzustellen.

Mieten statt kaufen

Die Volkswasser-Filter arbeiten mit Umkehr-Osmose, einem System das normalerweise in einigermaßen guter Qualität im Handel ab 1300 Euro, gerne aber auch mal um die 5000 Euro kostet, regelmäßige Kosten für Filter und Wartung exklusive. Kosten, die sich viele schlicht nicht leisten können. Mos Antwort: Die Anlage wird nicht gekauft, sondern für 19,95 Euro monatlich gemietet. Das schließt regelmäßige Filterwechsel sowie Wartung und Kundenservice mit ein.

Auch wenn Freunde und Bekannte seinen Plan damals für verrückt und ihn für Größenwahnsinnig hielten – immerhin hängte er seinen gut bezahlten Job bei einem großen Verlag an den Nagel – blieb er seiner Vision treu: „Ich glaube fest an Energien und Frequenzen.“. Wie es aussieht, ist das Universum auf seiner Seite. Sein Kundenstamm wächst stetig. Mittlerweile sorgen die Volkswasser-Anlagen auch in Österreich, auf Mallorca und sogar Nordzypren für sauberes Trinkwasser in Privathaushalten.

„Das Geldverdienen steht nicht im Mittelpunkt.“

Die Edelstahl-Anlagen werden in Hamburg zusammengebaut und sind, so versichert Mo, absolut keimfrei. Sie befreien das Wasser in einem Reinigungsprozess zunächst von sämtlichen Rückständen, Giften, Mikroplastik und Medikamenten, inklusive Kalk. Anschließend wird es remineralisiert. Das alles funktioniert komplett ohne Strom in einem mehrstufigen Prozess, über den



Seine Freunde hielten ihn für verrückt: Mo Genc, 44, gründete Volkswasser.

zumindest auf der Internet-Seite wenig zu lesen ist. Der Unternehmer schwört auf das Gespräch mit seinen Kunden. „Im direkten Kontakt erkläre ich alles, dafür nehme ich mir mehrere Stunden Zeit.“ 16 Stunden pro Tag, sieben Tage die Woche arbeitet der Familienvater, der sich an Vater-Tochter Tagen auch ganz bewusst Zeit für seinen 12jährigen Nachwuchs nimmt. Das Geldverdienen stehe für ihn nicht im Mittelpunkt. Wichtig sei vielmehr, dass es ihm und seiner Familie gut geht und er Zeit für die Kunden hat. Hat er die ersten drei Jahre noch alles allein gestemmt, unterstützen ihn heute drei Angestellte, dazu kommen 38 Kooperationspartner in Deutschland. Stressig sei die Arbeit nicht, im Gegenteil, es mache großen Spaß, so tüftelt bereits an neuen Ideen: Bald wird es eine Volkswasser-Aromadusche geben. Dann wird das Wasser über einen speziellen Duschkopf mit hochwertigen ätherischen Ölen versetzt. Reines Duftwasser für's Volk. Mal sehen, ob er damit wieder mal den richtigen Riecher hat.

Von Daniela Aue-Gehrke

Infos zum Volkswasser gibt es hier: www.volkswasser.de

Wer über die Genossenschaft Menschlich Wirtschaften (www.menschlichwirtschaften.de) eine Volkswasser-Anlage bestellt, erhält den ersten Monat kostenlos. Schreib einfach eine E-Mail an: mwm@menschlichwirtschaften.de

Wild und grün

König der Wege

Spitz- und Breitwegerich sind vielseitige Begleiter für Küche und Hausapotheke

Er ist zäh und ziemlich ausdauernd, dabei recht anspruchslos und vor allem ist er eins: reiselustig. Wird auf ihm herumgetreten, heftet er sich arglosen Zweibeinern mit seinen klebrigen Samen einfach an die Fersen. So erobert er sich immer wieder neue Orte. Er ist, wie sein Name verrät, der König der Wege. Das -rich in seinem Namen bedeutet in der indogermanischen Sprachfamilie so viel wie König oder Herrscher (indisch = raj, germanisch = rik, lat. = rex).



Keine Chance für Rasenmäher. Der Breitwegerich wächst dicht am Boden und ist extrem widerstandsfähig.

Aus Europa bis an die Westküste des amerikanischen Kontinents hat sich vor allem der Breitwegerich auf diese Weise ausgebreitet. Unbemerkt wurde er einst mitgenommen von den Siedlern, die nach und nach vor hunderten von Jahren das Land in Besitz nahmen. Nicht umsonst wird der Wegerich von amerikanischen Ureinwohnern noch immer als „Fußabdruck des weißen Mannes“ bezeichnet. So ist er noch immer vor allem an Wegesrändern zu sehen.

Ist er einmal heimisch geworden, kann ihn so schnell nichts mehr von der Stelle bewegen. Seine dickfleischigen Blätter breiten sich, nahezu ohne Stängel rosettenartig bodennah aus, sodass kaum ein Rasenmäher sie je zu fassen vermag. Und auch sein Bruder, der Spitzwegerich, mit den lanzettartig, nach oben spitz

zulaufenden Blättern regeneriert sich schnell nach dem Beschnitt. Er ist vor allem auf Wiesen und Rasenflächen zu finden. Zudem sorgen beide stets fleißig für Nachwuchs. Bis zu 40.000 Samen zählten Botaniker bei nur einer Pflanze. Entlang von Wegen, längst aber auch auf Wiesen und allerlei Grünflächen hat sich das Gewächs seinen Platz als Einwanderer zwischen anderen heimischen Wildpflanzen gesichert.

Gesundes Kraut – nicht nur für die Füße

Die beiden ungleichen Geschwister, der eine breit am Boden liegend, der andere nach oben aufstrebend, stehen sich in ihrer Wirkung für die Gesundheit in nichts nach. Beide enthalten jede Menge Vitamin C und K, Karotin und andere wertvolle Inhaltsstoffe, wie Schleimstoffe, das antibiotisch wirkende Aucubin, Kieselsäure, Glycoside, Flavonoide, Zink und Chlorophyll. Beide helfen, wen wundert's, bei schmerzenden, entzündeten Füßen.

Darauf weist auch der botanische Name „Plantaginaceae“ hin, der von dem lateinischen „planta“ für Fuß abstammt. Angeblich legten unsere Vorfahren die Wegerichblätter in ihre Schuhe, um ihre vom Laufen wundten Füße zu kühlen und Schmerzen zu lindern. Auch



Typisch Spitzwegerich: Schmale, längere nach oben ausgerichtete Blätter – so macht er sich auf Wegen und Wiesen breit.

blutende Wunden können mit zerkauten Blättern versorgt werden, um den Blutfluss zu stoppen. Das gleiche hilft bei Insektenstichen oder Verbrennungen mit Brennnesselhaaren. Beide können Entzündungen im ganzen Körper eindämmen. Vor allem der Spitzwegerich gilt als klassisches Hustenmittel. Aus den Blättern kann ohne viel Aufwand ein Hustensirup hergestellt werden. In der Küche lassen sich die frischen jungen Wegerichblätter sich zu leckeren Wildgemüsegerichten oder im Salat verarbeiten. Sie haben, wie auch die jungen Knospen, einen leicht pilzartigen Geschmack.

Fortsetzung Seite 11

Leckeres Wildgemüse

Für mich sind die Angehörigen der Wegerichfamilie bis in den Herbst treue Begleiter – angefangen mit den Blättern, die ab Frühjahr den Weg in meinen Salat oder Smoothie finden, bis in den Herbst, wo ich kaum an den reifen Samenständen vorbeigehen kann, ohne mir ein paar Exemplare einzustecken. So lege ich mir bis in den Herbst einen Vorrat fürs Jahr an, um auch im Winter Porridge, Salat oder Gemüse mit Mineralstoffen und gesunden Fetten aufzuwerten. Auch als

Backzutat für selbst gebackenes Brot oder als Grundlage für einen Erdnussbutterersatz sind die Samen geeignet. Sie schmecken leicht nussig und haben quellende, den Darm regulierende, antibakterielle Eigenschaften – ähnlich wie die meist aus Indien importierten Flohsamen, auch diese eine Wegerichart.

So hat sich der reisende König unlängst auch an meine Fersen geheftet – und ist sesshaft geworden. Denn von meiner Küche kommt er so schnell nicht mehr weiter.

Rezepte mit Spitz- und Breitwegerich

- > **„Wegerich-Butter“:** Reife Samen in einer Pfanne rösten, im Mörser zerkleinern und zu gleichen Teilen mit (echter oder veganer) Butter vermischen. Schmeckt köstlich auf Brot.
- > **Breitwegerich-Tempura:** große Blätter in Bierteig wälzen und fritieren. Schmeckt zu Salat oder als Vorspeise, z.B. mit einem Joghurt-Dip.
- > **Wildgemüse mit Blättern und Knospen:** Vier Handvoll Breit- und Spitzwegerichblätter in schmale Streifen schneiden. Eine Zwiebel und ggf. eine Knoblauchzehe in Würfel schneiden und mit ca. vier Esslöffeln Pflanzenöl anbraten. Falls vorhanden, eine Handvoll Spitzwegerichknospen in dazugeben. Mit Gemüsebrühe ablöschen, die Blätter daruntermischen und einige Minuten dünsten. Mit Salz und Pfeffer abschmecken und das wilde Gemüse mit Reis genießen.
- > **Hustensirup:** ca. 100 g klein gehackte Spitzwegerichblätter mit einem halben Liter kochendem Wasser übergießen und einige Thymianzweige hinzufügen. Eine Stunde stehen lassen, dann filtern und mit 500 g Honig zu einem Sirup kochen. In Schraubgläser abfüllen.
- > **wohtuendes Öl:** Schraubglas zu 2/3 mit gehackten Wegerichblättern füllen und mit Pflanzenöl (z.B. Oliven- oder Sonnenblumenöl) aufgießen, in der Sonne stehen lassen. Immer wieder mit einem Holzstab umrühren, um Luftblasen entweichen zu lassen. Nach drei Wochen abseihen. Bei Bronchitis oder anderen Lungenkrankheiten den Brustkorb damit einreiben.

Tipp: Die Blätter vom Spitzwegerich können getrocknet auch zu einem Hustentee verarbeitet werden. Dabei ist Vorsicht geboten. Die Blätter werden schnell schwarz und verlieren dann ihre Heilkraft. Ein Teelöffel des getrockneten Krauts wird mit einer Tasse kochendem Wasser übergossen. Fünf Minuten ziehen lassen und bei akuten Beschwerden dreimal täglich, bei Bedarf mit Honig, schluckweise trinken.

Daniela Aue-Gehrke, Wildkräuter-Beraterin nach Dr. Markus Strauß, ganzheitliche Ernährungsberaterin und Yogalehrerin, www.plantoga.de

Impressum

Redaktion: Daniela Aue-Gehrke, Mechthild Düpmann,
Oliver Schindler (V.i.S.d.P.), Sven Tietgen, Carin Utermöhle

Layout und Umsetzung: Marion Schönhoff

Hast du Ideen, Vorschläge, Kritik oder möchtest uns sonst etwas mitteilen? Dann schreib uns gerne an:
mwm@menschlichwirtschaften.de

Die Online-Zeitung von „Menschliche Werte Medien“ ist entstanden in Kooperation mit der Genossenschaft „Menschlich Wirtschaften“: www.menschlichwirtschaften.de. Dort wird sie auch künftig online abrufbar sein. Bis dahin ist MWM noch eine Sparte bei www.radio-berliner-morgenroete.de.

MWM MENSCHLICHE
WERTE
MEDIEN