TAU

magazin für barfußpolitik

GrenzGänge
LustAngst

EKSTATISCH: Ganz zu sich kommen

GRENZWÄRTS: Gebären und Sterben

REGIONAL: Grenzen weiten im Waldviertel

VERNETZT: Pionierprojekte im Portrait

www.tau-magazin.net • Heft 07, 2015 • 8 €

Wir machen TAU ...

Michael Nußbaumer,
inhaltliche Leitung, Herausgeber,
Redaktion

Irma Pelikan,
künstlerische Leitung, Herausgeberin, Redaktion

Christian Lechner,
wirtschaftliche Leitung, Herausgeber,
Redaktion

Irmgard Stelzer,
Layout, Redaktion

TAU

Katya Buchleitner,
Redaktion

Anna Pelikan,
Versand und Obhut aller Hefte

Hermine Lechner,
Vertrieb und LeserInnenkontakt

Barfußpolitik bedeutet für mich ...

„Das Schöne ist ja die weit-gehende Offenheit des Wortes, da kann der Geist wandern. Für mich drückt Barfusspolitik aus, dass ich in Verbindung mit der Natur bleibe, vor allem meiner inneren Natur, wenn ich auf gesellschaftliche Verhältnisse schaue. Dann öffnen sich meine Sinne, befreien sich von vorgestanzten Formen und ich kann spüren, was mir schmeckt und was gar nicht gut schmeckt, auch wenn es vielleicht gut aussieht.“
Michael Nußbaumer

„Barfuß gehen, das kann jede und jeder. Die schützende starre Hülle ablegen und spüren, was da unter unseren Füßen ist. Und was es braucht, damit wir auf lebensfreundlichem Boden gehen und stehen. Wenn wir behutsam, auf leisen Sohlen, unseren gemeinsamen Boden – unsere Erde! – so gestalten, dass er uns allen wohl tut, dann machen wir Barfußpolitik. Jeder und jede im eigenen Umfeld. Weil unsere Beispiele anstecken und weite Kreise ziehen, ist's Politik – Gestaltung des Gemeinwesens. Ganz einfach!“
:-) **Irmgard Stelzer**

Und was bedeutet Barfußpolitik für DICH?
welcome@tau-magazin.net

Editorial

Liebe Les*

5.50 zeigt heute meine Uhr, die Morgendämmerung ist bereits in vollem Gange. Ein Grenzgang, den wir tagtäglich begehen. Genau solche natürlichen, lebensnahen Momente haben wir in der 8. TAU-Ausgabe aufgesucht.

Herausgefunden haben wir, dass Ekstase ein menschliches Grundbedürfnis ist. Wir erleben darin, wie Franz Redl im Interview beschreibt, unsere Verbundenheit mit dem Leben. Mit dem fulminanten Start des Ecstatic Carnevals hat TAU-Redakteurin Katya Buchleitner diese Sehnsucht in ein jährliches Gemeinschaftsritual verwandelt. Erleben wir Ekstase dann, wenn wir uns der Verwandlung öffnen, die an der Tür und im Herzen klopft?

Am Beginn und am Ende des Lebens klopfen unsere Herzen jedenfalls schneller: Wie bin ich in einem guten Kontakt mit Menschen an der Schwelle ins menschliche Dasein und aus diesem wieder hinaus? Interviews mit erfahrenen Seelen und authentische Berichterstattung zum existenziellsten Grenzgang.

Und unser täglich Brot? Auch damit können wir Grenzen weiten: Ein Besuch beim Waldviertler Bäckermeister Fritz Potocnik (Joseph-Brot) zeigt, wie ein Brotlaib beherzt handgebacken auch Seele wird. Weitere handfeste und seelennährende Projekte in der Grenzregion Waldviertel haben wir auf einer Landkarte eingezeichnet.

Im NETZ präsentiert sich ein Kooperationsfeld, das qualitatives Wachstum in den Vordergrund stellt: Von ethischer Männermode bis ganzheitlicher Organisationsberatung ist alles dabei! Unsere Anzeigenpartner haben auch Barfußpolitisches anzubieten: Grenzwanderungen mit MaeTerra, Prozess- und Grenzarbeit kennenlernen in Zürich und viel mehr! Alles mit dem TAU-Gütesiegel *sehr empfehlenswert*. In unserer Heftmitte üben wir uns im Jodeln, Selbermachen von Mohnzelten und Neinsagen. Und für alle Grenzgängerinnen: Ja, Plakat rausnehmen erwünscht!

Mit diesem Heft begehen wir nicht nur inhaltlich Grenzgänge: Der neue Heftpreis von 8 € bzw. Abopreis für 3 Hefte von 24 € statt 19 € ist von uns die ehrliche Grenze zwischen dem, was Leserinnen und Leser ausgeben, und dem, was uns unsere Arbeit wert ist. Damit der Balanceakt alle Seiten berücksichtigt, gibt es 3 Hefte als Sozialabo um 19 € versandkostenfrei. Im Heftlayout haben wir mit dem Bildhaften experimentiert und mehr Platz eingeräumt. Gerne erhalten wir Euer Echo und drucken LeserInnenbriefe auch im nächsten Heft ab: welcome@tau-magazin.net.

Wir freuen uns mit Euch, an den Grenzen zu wachsen!

Eine grenzweitende Lesereise wünscht
Christian Lechner für das Team

von TAU

Mehr von TAU:
www.tau-magazin.net/newsletter
www.facebook.com/taumagazin
www.tau-magazin.net/bestellen

GrenzGänge
LustAngst

WIE ALLES BEGINNT ...

3 Editorial

THEMA ekstatisch

„In diesen Momenten wird unsere Sexualität zu einer Huldigung an die gesamte Existenz, die von derselben pulsierenden Lebendigkeit durchdrungen ist wie wir selbst.“ Hellwig Schinko über Tantra, Sexualität und Ekstase.

7 Dem Leben auf der Spur
10 Ekstase – Sinneslust der Erkenntnis
14 Ecstatic Carneval
16 Tantra, Sexualität und Ekstase

THEMA grenzwärts

„Weißt du, was das heißt? Zur richtigen Zeit geboren sein und am richtigen Ort, nicht irgendwo verloren sein ...“ Unerhört – Collage von Flüchtlingen begleitet von Maria Weber.

21 Wie gelingt guter Kontakt?
24 Schwangerschaft als Grenzgang
28 Ganz, am Ende
30 Sterben – Tod – Trauer
44 LustAngst vor dem Fremden
46 Unerhört

DIE MITTE

Rezepte, Buchrezensionen, Übungen, Praktisch-Nachhaltiges und Lustiges auf 8 Seiten

S. 35–43

FIX

Fix-Sterne am TAU-Himmel.

13 Michael Schütz antwortet
18 Der Mausefall
26 Malin erzählt
32 In der Ferne zu Haus‘
34 Müßiggang ist aller Anfang
48 Unterwegs

LAIB MIT SEELE

Fotoserie TAU und Maria Noisternig S. 52–53
www.marianoisternig.com

THEMA regional: Waldviertel

„Grenzen setzen würde ich nie, es geht mir immer darum, meine eigene Limitierung und damit Grenze zu erkennen.“ Waldviertler Gemeinderätin Sarah Pfleger im Interview.

51 Grenzgänger mit Laib und Seele
54 Waldviertel-Projektlandkarte
56 Grenzen weiten – Interview mit Sarah Pfleger
58 Vom Grenzgang zur Berührung

DAS NETZ PARTNERiNNEN-SEITEN

„Können wir es uns dauerhaft leisten, die Dritte Welt als unsere Werkbank zu betrachten?“
Matthias Hebeler – Ethisch produzierte Mode made in Germany.

61 Harmonie, was sonst • LABOR FÜR KULTURTRANSFORMATION
62 Das Werdende und Wachsende • PLENUM
64 Ethisch produzierte Mode made in Germany • BRAINSHIRT
65 Das Kreisprinzip dynamischer Steuerung • SOZIOKRATIE
67 Tanze, als würden dir ALLE zusehen! • WEGE ZUR FÜLLE
68 Spuren von Grenzgängen im Körper • MOMENTE
69 Alles Tanz • JAGATI
70 Made in Utopia • TICKETTOTHEMOON
71 An Grenzen wachsen • WACHSTUM IM WANDEL
72 Eventkalender

TAU empfiehlt: Unsere AnzeigenpartnerInnen stehen für Qualität, Nachhaltigkeit und gelebte Beziehungskultur.

... ZU GUTER LETZT

73 Impressum
74 TAU-LeserInnen-Echo
75 TAU abonnieren
76 FreundInnen über TAU

ECSTATIC CARNEVAL

„Und was, wenn AAALLLES möglich ist, wenn weder Geld noch Zeit oder Angst dich hindern könnten: Was, Katya, ist DEIN wildester Traum?“, wurde ich gefragt*.

Foto: Maria Naisternig

Katya Buchleitner
MA in Friedens- und Konfliktforschung. Gastgeberin für Events der Entfaltungskunst wie dem >Ecstatic Carneval<. Leitet Abende zu ‚Begegnung und Berührung in Achtsamkeit‘. Mit Begeisterung Teil des TAU Redaktionsteams.

Mehr Infos:
facebook: Begegnung und Berührung in Achtsamkeit

Kontakt:
katya@tau-magazin.net

* Danke für diese Frage im Rahmen des Lerngangs ‚pioneers kompakt‘!
www.pioneersofchange.at/events/pioneers-kompakt

„Ein orgiastisches Fest für die große Gemeinschaft der Weisen, Verrückten und Mutigen! Eine dionysische Feier, bei der alle verkleidet sind, in farbenfrohen Kostümen antanzen, mit archaischen Masken oder mit Ganzkörperbemalung. Ein Ritual, bei dem die Energie bis zum Höhepunkt aufkocht, sich entfaltet, ansteckt, fliegt. Tanzen, schwitzen, die Beats der Djembe. Bis jede Bewegung, jeder Rhythmus in der Stille ausklingt. Wir gemeinsam landen. Mit vor Leben vibrierenden Zellen, einem vor Freude hüpfenden Herzen, einer tief gefühlten, natürlichen Verbundenheit. DAS ist mein wildester Traum!“

Ich wähle den 14. Februar 2015: Valentinstag & Faschingssamstag in einem! In diesem Moment wird mir meine Intention des Abends klar: *Liebe trifft auf Narrenfreiheit*. Was brauchen *die Liebe* und *die Narrenfreiheit*, um nebeneinander im Gleichgewicht zu erblühen?

Ich glaube, beide brauchen einen so achtsamen und vertrauensvollen Rahmen, dass darin *alles* sein darf: Verrücktheit und Wildheit, Verletzlichkeit und Zartheit, höchste Inspiration und gähnende Langeweile. Das größte, schönste, schamloseste Strahlen. Genauso wie die dunklen, abgewerteten, tabuisierten Seiten des Selbst. Ich lade an diesem Abend all jene Schatten ein, die unbekannt oder ungeliebt in unseren inneren Kellern hausen – und die wir normalerweise nicht zum Spielen im Garten auffordern. Ich lade all das ein, was wir uns selbst im Alltag zu sein verwehren. Möge sich durch die Verwandlung in diesen Aspekt die Angst davor auflösen, um die darin versteckte Medizin in Leib und Seele zu trinken.

Der Karneval war seit jeher, in unterschiedlichsten Kulturen und Zeiten, jener Freiraum, in dem die alltäglichen, sozialen, politischen Gesetze und Normen außer Kraft gesetzt waren. Ein Rahmen, der dazu aufforderte, Grenzen durch Phantasie zu überschreiten. Allerdings nicht nur in der Phantasie, sondern: körperlich und kollektiv erlebbar. Fühlbar. Mit Haut und Haar Erfahrungen machen können, die in Fleisch und Blut übergehen.

Welche Freiräume haben wir in unserer Gesellschaft, die uns ermöglichen auszubrechen?

Kennst du den Hunger auf das Unkontrollierbare & Unvorhersehbare, das Wilde & Freie? Dieser Drive, diese nicht zu bändigende Leidenschaft für Erweiterung, diese heiße Lust auf Abenteuer, dieser Kitzel, der dich lockt weiter zu gehen … und noch weiter. Sind nicht all diese Symptome bereits die Verführung zum nächsten Grenzgang? Sprechen wir hier vielleicht sogar von der tiefen menschlichen Sehnsucht nach Ekstase? Könnte es sein, dass wir unser Potenzial des ekstatischen Seins ahnen, jedoch in unserer Kultur ziemlich unbeholfene Stolperschritte in seine Richtung unternehmen?

Der Fasching hat das Potenzial, uns diese tabulose Experimentierzeit kulturell zu gestatten. Stell dir vor, wir würden uns einmal im Jahr kollektiv und total der Grenzgang-Energie und Narrenfreiheit hingeben, der Verrücktheit und der heilsamen Magie des Rollenspiels? Jahr für Jahr. Und darin, immer wieder aufs Neue, noch eine weitere Farbe in der Gesamtpalette unseres Seins-Spektrums zurückerobern – auf dass das Bild unseres Lebens keine einzige Farbe entbehren müsste!

Der >Ecstastic Carneval< lädt ein zu einem Grenzgang: *„Verwandle dich in einen Aspekt von dir, den du selbst noch kaum an dir kennst – auf den du gleichzeitig wirklich neugierig bist, während du ebenso Gänsehaut, weiche Knie oder Herzklopfen bekommst. LustAngst sozusagen. Wenn du an deine ‚Rolle‘ denkst und gleichzeitig ein ‚Oh neiiin, … so kann ich mich nie zeigen!‘ und ein ‚Woow … aber irgendwie … ja … JAA – DAS will ich ausprobieren!‘ fühlst, bist du auf einem guten Weg in Richtung Entdeckungsreise.“*

Der >Ecstatic Carneval< wird mit einem Schwellengang eröffnet. 130 Menschen wagen sich an zwei provokanten Schwellenwächtern vorbei, die die sichtbaren Unsicherheiten und Zweifel der Rollen abklopfen. Nach diesen ‚Geburtswehen‘ werden die Carnevals-Gäste auf dem roten Teppich empfangen und stellen sich im Scheinwerferlicht vor. Bräute, sinnlich-schöne erotische Frauen, Lebenslustige, Businessmänner, Künstler, Rebellinnen, Königinnen, Wölfe, Wiener Proleten, Osho-Anhänger, Paradiesvögel, Nein-Sagerinnen, Liebhaber, heimatverbundene Dirndln – und viele weitere Gestalten treten ein, in den Saal der Sargfabrik Wien. Sechs Stunden dauert das Ritual: Der Einlass auf dem roten Teppich, die tanzbare Welle, die in einem Höhepunkt ekstatischen Trommelns unterlegt mit elektronischer Musik gipfelt, sich mit einer Live-Klezmer-Band ins Feiern purer Lebensfreude verwandelt und mit Ambient-Klängen zart ausrollt. Am Ende noch der gemeinsame Kreis, in Stille und Staunen über das im Innen und Außen Erlebte. Im Nachhinein werden mir Geschichten über die Wirkung des >Ecstatic Carnevals< anvertraut. Die Braut entdeckte: *„Je mehr ich hineinspürte, umso mehr kam es mir vor, dass ich nicht eine Person heiraten, sondern mein neu im Leben aufgetretenes Gefühl von Commitment einfach zelebrieren und üben wollte. Lust an der Unausweichlichkeit mit dem Gefühl, dass es mir heilsames Erleben bringt ‚Jaaa!‘ zu sagen.“* Lilith erkannte für sich: *„Der Wunsch eine supersexy Frau zu sein wandelte sich in eine unabhängige, wilde, weibliche und unglaublich sexuelle Lilith. Lilith war in diesen Monaten vor dem Carneval mit mir, tagtäglich und aufwirbelnd. Die Wut auf uns Menschen war so stark da: ‚Was ist das für ein Unsinn? Dass wir eine mythologische Geschichte ins Leben holten, die uns erzählt, dass eine freie, starke, sexuelle Frau keinen Platz in diesem Gottesreich hat!‘“*

Durch den Mut sich möglicherweise ‚zum Narren zu machen‘ belohnten sich viele selbst mit einer stillen Liebeserklärung an einen eigenen, bisher wenig gelebten Aspekt.

Und dies war erst der erste Streich. Der nächste folgt sogleich: >Ecstatic Carneval< am Faschingssamstag, den 6. Februar 2016.

Lust auf Carneval, Hier und Jetzt?
Lies weiter auf Seite 36.

Sei mal anders, als du zu sein glaubst.

Fotos: Laurent Ziegler