

Transkript- Zugehörigkeit verbindet

Christa Kloibhofer-Krampl: Ja, hallo, ich freue mich voll. Ich sage ein sehr zuversichtliches Hallo heute. Zum einen, draußen ist ein wunderschöner Tag, die Sonne scheint, das sieht man jetzt in diesem Studio nicht, aber das macht meine Laune gleich um so viel besser. Und zum anderen, weil ich heute mit der Bettina Ludwig hier sitzen darf. Bettina Ludwig, Kulturanthropologin, habe ich gestern tatsächlich gehört, live bei ihrem Tourauftakt. Ich glaube, es war der Auftakt in Graz. zum Thema Zugehörigkeit. Und bevor die Bettina jetzt bitte, sich selbst kurz vorzustellen, würde ich gern was zeigen. Für alle, die zuhören, denen muss ich es jetzt versuchen, gut zu erklären, worum es geht. Und zwar, ich hab gestern nach dem Vortrag eine Murmel bekommen. Und zwar der Auftrag dieser Murmel war, und ich hoff, es war auch genau das, was ihr damit erreichen wollt, ist, wenn ich diese Murmel in meiner Tasche hab und ich greif sie an und ich, ich such irgendwas in meiner Tasche, dann erinnere ich mich an die an die Zugehörigkeit. Ich erinnere mich daran, ich gehöre wo dazu. Das ist es aber noch nicht ganz für mich, weil tatsächlich hatte ich gestern eine Jacke an, da war schon eine Murmel. Und diese Murmel, und das macht es für mich so besonders, hab ich bekommen bei der Verabschiedung meiner Oma. Und ich hab diese Murmel immer in meiner Tasche, das ist so diese Jacke, die trage ich im Frühling und im Herbst, also so klassische Übergangsjacke und denk ganz viel an meine Oma unterschiedlichste Gedanken, wie es halt so ist mit Familie, mit Omas. Und gestern habe ich dann diese Murmel bekommen, die für Zugehörigkeit steht. Und dann hat auf einmal auch meine Oma Murmel ganz andere Bedeutung gehabt. Das war nämlich jetzt plötzlich auch ein Gefühl der Zugehörigkeit da und genau mit dieser kleinen Geschichte würde ich gern heute starten. Die hat ganz viel gemacht mit mir und mir geht es heute darum, in diesem Gespräch auch aufzuzeigen, wie gehören Zugehörigkeit und Zuversicht zusammen, was hat das miteinander zu tun? Unser Podcast, mein Podcast heißt ja Zorn und Zuversicht und ich möcht einfach auf gar keinen Fall in einem Zorn, auch in einer Starre, in einer Fassungslosigkeit stehen bleiben, sondern mir ist diese Zuversicht so wichtig. Und ja, und mit diesen Worten bitte ich dich, Bettina, magst du dich ganz kurz vorstellen, auch wer du bist, was eine Kulturanthropologin macht und auch was dein Herzensthema ist.

Bettina Ludwig: Danke für die schöne Geschichte. Also berührt mich sehr. Ich sag oft, man weiß gar nicht, was die eigenen kleinen Handlungen dann für Auswirkungen haben, welche Rippeffekte im Leben dann so ablaufen. Jeder kennt das Bild oder wenn man einen Stein ins Wasser wirft, dann sieht er so Kreise und ich spreche immer wieder darüber und sag, jeder soll da was so seinen Weg gehen und macht es und leistet seinen Beitrag und macht es mit. Diese Rippeffekte, die haben wir oft gar nicht in der Hand, wir wissen gar nicht, was da rauskommt und umso schöner ist es, wenn ich es

aber zwischendurch dann schon einmal höre, was diese Rippeffekte sind oder was Menschen berührt mit dem, was ich mache, gibt mir natürlich wieder wahnsinnig viel Kraft. Also danke, danke für diese Geschichte. und danke auch für die Einladung. Ja, mein Name ist Bettina Ludwig, wie du gesagt hast, Kulturanthropologin, das ist mein Background. Ich forsche mit einer der letzten Jäger und Sammlerinnen Gesellschaften unserer Zeit, mit den Schutt und Sisan Jäger und Sammlerinnen und mit dem neuen Blick auf die Welt und auf die Natur des Menschen, die ich da erlangen durfte. Durch meine Forschungen bin ich heute in der Wirtschaft unterwegs, auf unterschiedlichsten Bühnen, wirtschaftlichen und auch politischen Bühnen mittlerweile, wo ich drüber sprich, dass wir ein neues Menschenbild brauchen, dass wir die Natur des Menschen hinterfragen dürfen, da paar Missverständnisse aufdecken müssen und Themen wie Zugehörigkeit, Community, Gemeinschaft wieder ins Zentrum der Debatten rücken dürfen, weil es mehr um Menschlichkeit gehen darf und gehen soll. Und da meine Oma spannenderweise ist, meine beiden Omas eigentlich, sind da immer ganz große Inspiration für mich. Habe ich gerade gestern Abend nach dem Tourabend wieder darüber gesprochen, dass ich mich erinnern kann, vor einigen vor einigen Jahren bin ich am Feldweg gegangen. Ich bin aus Oberösterreich und bin dort auf so einem Feldweg gegangen bei meinen Eltern zu Hause und habe mir gedacht, war irgendwie Menschlichkeit wäre so ein wichtiges Thema und so ein zentraler Dreh und Angelpunkt in der Wirtschaft. Das, was meine Oma immer so gelebt hat und gepredigt hat oder eigentlich wirklich verkörpert hat. Warum haben diese diese soften Themen, man beschreibt sie immer so gerne soft, obwohl sie so so irgendwie funktioniert, oder also was ist soft, genau, das wird immer so so gesagt, gell, aber warum haben die keinen Raum, warum kriegen die so wenig Raum, gerade in der Wirtschaft oder in gesellschaftspolitischen Themen und ich hab mir gedacht, boah, das wär eigentlich ein Wahnsinn, wann diese Themen wieder mehr Raum kriegen und da hätte man aber nie gedacht, dass sie das dann wirklich umsetzen kann und und in die wirklich in die Umsetzung bringen kann und heute mache ich eigentlich genau das, bring Menschlichkeit wieder in die Wirtschaft.

Christa Kloibhofer-Krampl: Du Du hast vorher schon gesagt, die Natur des Menschen, über das würde ich nachher noch ganz kurz gern mit dir sprechen, nämlich ob es überhaupt diese Natur des Menschen so gibt oder ob es das nicht so gibt. Aber was mir jetzt auch gerade einfällt, ist eine Geschichte, die du gestern erzählt hast und das passt jetzt wunderbar zu dieser Menschlichkeit in der Wirtschaft. Du hast gestern diese Geschichte erzählt, wie du, ich glaube, du warst 10 oder du warst zumindest ein Kind und ihr habt einen Zirkus organisiert. Und auch da musste ich sehr schmunzeln. Auch ich hab Wurzeln in Oberösterreich, es ist mein Vater. Auch ich hab eine sehr große Familie. Mein Vater hat nur 7 Geschwister. Bei uns war es nicht der Zirkus, bei uns war es Cats. Wir haben Cats aufgeführt. Bei uns war es kein Feuerwehrhaus, das

ausgeräumt wurde, damit Menschen kommen können und sich das anschauen. Bei uns war es der Vierkanthof meiner Großeltern.

Bettina Ludwig: Ja, selbe Geschichte im Endeffekt, gell?

Christa Kloibhofer-Krampl: Ja, super. Und warum ich da jetzt drauf komme, auch in Bezug auf Wirtschaft, ist im Grunde, was haben wir gemacht? Wir haben was organisiert, wir hatten ein Ziel, wir haben versucht, Partner und Partnerinnen reinzubringen, um uns zu helfen, damit wir das auch auf die Bühne bringen können. Wir wollten ja das, was wir da, worauf wir uns vorbereitet haben, auch aufführen und wir haben es umgesetzt mit Hilfe. Und auch das ist ja im Grunde Wirtschaft, oder?

Bettina Ludwig: Wirtschaften, absolut. Kinder wirtschaften von Beginn an. sie würden es nicht anders definieren, man redet da anders drüber, aber Kinder checken ganz klar, was Wirtschaft ist, glaube, du musst da immer deine Ressourcen einteilen, du hast in meinem Fall gäbe es gestern eine Zirkusorganisation, einen Sommer lang Zeit, das ist die Zeit, die du hast, du hast so und so viele Menschen, so und so viel bringen sie ein, du weißt, wo sind deine Ressourcen im Dorf, wer hilft mit, wer unterstützt, wo sind die Erwachsenen, die man braucht, genau das, was dieses Spiel, das man eigentlich noch so spielen oder?

Christa Kloibhofer-Krampl: Genau, nur später. Ich weiß gar nicht, sind wir der Meinung, dass es dann wichtiger ist, ernsthafter ist? Ich weiß nicht, es bekommt der andere Wirtschaft hat der andere, bekommt der andere Schwere. Aber wenn wir jetzt über diese Natur des Menschen sprechen, dann würde ich ja ganz gern provokant jetzt einmal davon ausgehen, wie in unserer, in unserer westlichen Welt, wir, wir sagen, das ist die Natur des Menschen, die Natur des Menschen ist, dass wir mehr haben wollen, wir wollen Dinge besitzen, Wir wollen Karriere machen, wir wollen vorne stehen, wir wollen gesehen werden. Jetzt hab ich aber vor allem auch durch dich gelernt, so das stimmt ja so gar nicht. Und somit ist auch meine These, die ich eigentlich als sehr provokante These heute mitbringen wollte, ja gar nicht richtig. Ich wollte nämlich starten damit, dass ich sag, Zugehörigkeit ist ein Luxusgut, das muss ich mir kaufen. Ansonsten geht sich das bei einfach nicht mehr aus. So, und dann hast du gestern eine ganz andere Geschichte erzählt, nämlich von ganz anderen Modellen der Natur des Menschen, ganz anderen Modellen, wie wir zusammenarbeiten. Und es wird, glaube ich, auch unsere Zuhörer und Zuhörerinnen total interessieren, wenn du uns einfach ein bisschen was drüber erzählen kannst.

Bettina Ludwig: Wo fangen wir denn an, ist die Frage, gell, vielleicht bei so ganz grundlegenden Dingen, damit die Zuhörerinnen da draußen ein Gefühl kriegen, wovon spreche ich denn, wenn ich Jäger und Sammlergesellschaften erwähnen, Also, Jäger und Sammlergesellschaft ist eine Begrifflichkeit, die wir in der Anthropologie nutzen, ein wissenschaftlicher Begriff für eine ganz bestimmte Gesellschaftsform. Eine andere

Gesellschaftsform wäre zum Beispiel der Stamm. Das ist eine andere Art von Gesellschaft, da die Strukturen da anders sind. Und Jäger und Sammlergesellschaften sind kleinstrukturierte Gesellschaften. Das heißt, es sind wenig Menschen, in meinem Fall Schüttrosian sind 3000 Individuen, die unterteilt sind in Kleingruppen von 70 bis 100 Personen, mit einer dieser Kleingruppen, der wir arbeiten, forschen. Und Die Chutrazisaren gehen einfach völlig anders durch ihr Leben, weil sie in anderen Strukturen sind. Also, ich gebe Beispiele, zum einen gibt es kein Konzept von Besitztum, niemandem gehört irgendwas, allen gehört alles. Es gibt keine Form von Hierarchie, es gibt keinen Anschaffer, keine Anschafferin, die für alle entscheidet. Man zählt bis 5 und ab dann ist alles vieles. Man kann grammatikalisch ferne Vergangenheit und ferne Zukunft nicht ausdrücken, hat Ackerrelevanz, man lebt ganz stark im Hier und Jetzt und bei diesen ersten Beispielen merkt man schon, ah, O. K., irgendwie das läuft anders aus, als weil das, als wir das in dieser westlichen Welt gewöhnt sind. Und wenn man davon erfährt, zuerst einmal das liest und dann dort und das miterlebt, dann hinterfragt man plötzlich sehr viel und denkt sich, hey, warte mal. In der westlichen Welle, also da wo ich herkomme, da wo ich sozialisiert wurde, baut man ja alles auf der Idee von Besitztum auf, da geht es ja die ganze Zeit nur um Besitztum.

Christa Kloibhofer-Krampl: Was hab ich? was kann ich mir leisten?

Bettina Ludwig: Was, was kann ich mehr machen, was brauche ich, damit mehr draus wird, also immer dieses, ah, höher, schneller, weiter, mehr und wer bin ich, wenn ich das besitz, wer bin ich, wenn ich das nicht besitz, also gibt es ein riesen Thema, einfach Besitztum oder und in der Welt der Jäger und Sammlerinnen gibt es das gar nicht, weil es das Konzept nicht gibt, weil es das halt einfach nicht braucht in dieser Gesellschaftsstruktur, es sind auch viel weniger Menschen, das heißt die Strukturen sind viel simpler und simplere Strukturen brauchen natürlich nicht jetzt wahnsinnig also nicht so komplexe Lösungen wie in komplexen westlichen Gesellschaften, ist irgendwie logisch. Was mich einfach fasziniert dran ist, dass wenn man jetzt erfährt, ah O. K. Jäger Sammlergesellschaft im Heute hier und Jetzt, also nicht vor hundertfünfzigtausend Jahren oder so, sondern jetzt in diesem Moment auf diesem Planeten organisieren sie so radikal anders, was bedeutet das dann für unser Bild von der Natur des Menschen? Also wenn es anscheinend möglich ist, ein Leben zu führen in eine Gesellschaft zu dass eine Gesellschaft existiert, was das kein Selbst und Besitztum nicht gibt und gleichzeitig gibt es so andere Gesellschaften, wo das das Kernelement von allem ist. Ich finde das eigentlich genial, weil ich denke mir immer, was ist denn dann noch alles möglich und was ist jetzt wirklich diese Natur des Menschen und ich habe natürlich da viel darüber nachgedacht und philosophiert und letztendlich bin ich drauf gekommen, die Natur des Menschen ist eigentlich seine Kultur, also seine Fähigkeit sich anzupassen, seine Fähigkeit Jäger und Sammlerin zu sein oder seine Fähigkeit, sag ich jetzt einfach mal plakativ Wienerin zu sein. Und das ist eigentlich grandios. Das heißt nämlich für die Zukunft, dass da ein riesen Raum auf

auf uns wartet in der Zukunft von Potenzial, von Chance, von Möglichkeit. Weil wenn wir im Heute hier und jetzt gibt es Menschen, die zählen bis 5 und das sagen 5 ist die maximale, die höchste Zahl und gleichzeitig gibt es Menschen, die sagen, nah unendlich ist die höchste Zahl. und dann geht es nicht darum, was falsch oder richtig ist, sondern dann geht es eigentlich für mich um die Frage, hey cool, in 2000 Jahren, wie weit zählen wir denn dann, was ist denn dann unsere Zahl, was ist denn dann das Höchste und das kann man auf alle Bereiche legen. Was geht denn da noch alles, wenn wir anscheinend ein viel breiteres Spektrum an Organisationsformen inne haben als Menschheit, nämlich im Heute, Hier und Jetzt, wie gesagt, nicht in der Vergangenheit, was geht denn dann in Zukunft noch alles und das beflügelt mir extrem.

Christa Kloibhofer-Krampl: Das ist ja so ein bisschen das Thema, dass wir da schließe ich mich komplett mit ein, ja auch davon ausgehen, dass diese Lebensform, wie wir sie haben, heute die ist so, wie wir leben. Und diese Erkenntnis, dass es da gleichzeitig ganz andere Dinge gibt, ist schon sehr auch sehr befreiend, wie ich finde. Weil und da da kommt ja auch mein Zorn ein bisschen ins Spiel und auch so ein bisschen Ratlosigkeit und eine Fassungslosigkeit tatsächlich ist, wir wir sind so viele Menschen wie nie zuvor und trotzdem ist. sind circa 20% der Menschen hier bei uns sagen, sie sind einsam. Und das finde ich schon sehr massiv. Und ich habe letztes Jahr, glaube ich, einen Vortrag gehört von der Nora Töttling-Musenbichler, der Präsidentin der Caritas, und die hat da eine Folie gehabt, die mir sehr in Erinnerung geblieben ist. Und da hat sie aufgezählt, was welche Dinge haben eigentlich den größten Einfluss auf unsere Sterblichkeit, auf eine sehr frühe Sterblichkeit. Und das sind, das ist Hitze, ich weiß nicht mehr, das ist unsere schlechte Ernährung und ein paar andere Dinge und eines davon und das habe ich immer so gemerkt, war Einsamkeit. Und jetzt hast du erzählt, Menschen, ich kann leider den Namen nicht aussprechen, Sahn, Sahn, Sahn, die werden geboren, die Kinder und die sind einfach Teil davon, da gibt es keine Frage, gehöre ich dazu oder gehöre ich nicht dazu. Und ich frage mich schon, wie wir das auch schaffen wieder, dass wir bei unserer Geburt auch dazugehören. aber in einer Welt, in der sehr vieles um Besitz geht, sind natürlich Menschen, denen es finanziell, die finanzielle Nöte haben, finanzielle Sorgen haben, noch mehr ausgeschlossen von einer Zugehörigkeit, so wie wir sie definieren.

Bettina Ludwig: Riesen riesen Thema oder Einsamkeit ist einfach was, was uns, was direkt was macht mit einem, was einen berührt und ich kenn das voll, ich krieg da Wut. Das ärgert mich so, dass es Menschen gibt, die sie in den größten oder einen großen Teil ihrer Zeit einsam fühle, das macht mich fertig, das geht einfach so nicht, finde ich. Und darum freue ich mich so, dass ich so viele Menschen in meinem Umfeld kennen und immer mehr kennenlernen darf, die da voll motiviert sind, da was dagegen zu tun oder etwas dafür zu tun, dass Menschen wieder mehr in ein Gefühl von Community und Zugehörigkeit kommen. Und da gibt es jetzt verschiedenste Stellen und Ecken, wo man natürlich anfangen kann, gell, das ist ein Riesenthema und das betrifft ganz sicher

Menschen mit weniger Zugang zu Ressourcen für mehr als Menschen mit auf und Ressourcen auf unterschiedlichen Ebenen. Das ist ein riesen gesellschaftspolitisches Thema, um es trotzdem auf eine Art aus der Ohnmacht rauszubringen, das Thema und aus dem Zorn versuche ich immer jeden und jede einzelne daran zu erinnern, dass man selber was machen kann. Ich habe auch gestern, glaube ich, ja die Geschichte geteilt vom Geschäftsführer einer Apotheke, der nach einem Vortrag zu mir gekommen ist, der gesagt hat, ja Frau Ludig, ich verstehe, worüber Sie sprechen, Zugehörigkeit, Community, Gemeinschaft, ich spreche dann, also ich muss sagen, ich bin hauptsächlich in der Wirtschaft unterwegs und das sind, es muss jetzt einfach so plakativ sagen, weil es ist einfach so groß, das ist sehr großer Teil davon sind dunkelblau schwarze Anzüge, die bei mir sitzen, ein Großteil meiner Arbeit und also gar nicht abwertend, sondern es ist einfach so, gell, so ist es halt einfach in der Wirtschaft und ich spreche da aber lieber in der Wirtschaft, genau in diesen Räumen, weil ich es so wichtig finde und ich muss ja sagen, die Ohren sind offen und die Fühler werden irgendwie immer, es wird immer, die Leute sind immer interessierter und Dann ist dieser Geschäftsführer nach einem dieser Vorträge zu mir gekommen von der Apotheke und hat gesagt: 'Ja, Frau Ludwig, ich verstehe, worüber Sie sprechen, Zugehörigkeit, Community, Gemeinschaft, alles so wichtig, Menschlichkeit.' Aber man muss schon sagen, die Welt da draußen ist halt eine andere. Die Menschen da draußen sind einfach unfreundlich. Wenn man beim Piller steht, dann wird man angerempelt, wenn man im Verkehr ist, im Auto sitzt, wird man anguckt oder besser angeschaut auf der Straße, in den Öffentlichen. Es ist einfach keine Herzlichkeit da und die Leute sind unfreundlich. Also, wie schaffen wir es denn, dass diese Welt da draußen ein freundlicherer Ort wird? Und eben angeschaut hab gesagt, ich glaub, es ist absolut die falsche Frage, das zu sagen oder diese Frage zu stellen, sondern die Frage, die wir stellen sollten, ist: Wie schaff es ich, ein freundlicherer Teil dieser Welt zu werden? Nicht immer das irgendwo im Außen sehen und zu warten, es kommt irgendwer und macht die Welt freundlicher, es kommt irgendwer und wird es schon richten oder es kommt das neue System oder es kommt der oder die Politikerin, die es richten wird. Nehmen uns aus der Ohnmacht raus und gehen wir rein jetzt wirklich in dieses Gefühl von Selbstwirksamkeit und realisieren, dass jeder und jede einzelne von uns die Person sein kann, die diese Welt zu einem freundlicheren Ort macht. Da gibt es einen großartigen Satz von Gandhi, der der gesagt hat: 'Let's shake the world in a gentleway.' Also wenn jeder einzelne so kleine Gentle, vielleicht small acts of kindness umsetzt, dann wird sie die Welt shaken, in a gentleway, aber sie wird sich shaken.

Christa Kloibhofer-Krampl: Ihr habt da ganz oft, nenn ich das Beispiel, ich steh an der Kassa, alle werden nervös, weil gerade eine Person bezahlt, die entweder alt ist und einfach lang braucht, bis sie die Münzen rausgezählt hat oder ja, schauen muss, ob sie es überhaupt ausgeht. Habe ich überhaupt genug mit, manchmal ist es ein Kind, was auch immer, es es spielt keine Rolle. Und wie schwer es uns oft fällt, einfach diese 2

Minuten Geduld aufzuhalten, genau, einfach dazustehen und nicht automatisch angezipft zu sein, vielleicht auch noch ein paar böse Blicke zu werfen oder laut zu schnaufen, so damit jeder mitkriegt, wie sehr ich jetzt angezipft bin von diesen 2 Minuten. Und ich finde, das ist einfach so ein schönes Beispiel für ein Gentle Way, weil das sind 2 Minuten meines Lebens, das tut mir nicht weh, das tut niemanden weh und die Person, die gerade bezahlt hat, eh schon Druck, weil sie weiß, es geht schnell, sie weiß, es muss schnell gehen. Und das ist für mich so ein klassisches Beispiel, wo ich mir immer denke, gehen wir mal ein bisschen Druck. Schnaufen wir mal wieder mal ein bisschen durch und überlegen uns, ist das jetzt wichtig oder ist das nicht wichtig? Und überraschenderweise, das nimmst du ein paar Mal vor und irgendwann tust du es und das fällt dir gar nicht mehr auf. Aber diese, dieser Gentleway, den finde ich insofern für uns sehr relevant, weil verdienen tue ich mein Geld ja bei einem Innovationshub für Nachhaltigkeit. Das heißt, wir beschäftigen uns sehr viel mit ökologischen Themen und ich darf Gott sei Dank auch sehr viele andere Themen vor allem auch jetzt in diesem Podcast besprechen und diese Gentleway. ist ja auch was, was wir, wenn wir über das Thema Klima sprechen, sehr dringend brauchen. Und ich hab auch mit einer Klimapsychologin zum Beispiel gesprochen in in meinem Podcast oder auch mit jemanden von Fridays for Future und auch da in dieser Bewegung war diese Zugehörigkeit so wichtig, dieses ich gehöre zu einer Gruppe, wir haben das gleiche Ziel, wir haben Spaß miteinander, wir machen nicht, wir sind nicht den ganzen Tag super aktivistisch, manchmal sitzt man einfach da, trinken 34 Bier oder was auch immer und haben wir gute Zeit miteinander. Also es darf auch leicht sein.

Bettina Ludwig: Und ich glaube, der große Knackpunkt dann auch in so Organisationen, Bewegungen, aber auch in Unternehmen, weil eigentlich grundsätzlich überall, wo Menschen zusammenkommen, ist, dass es Strukturen gibt, wo es den Menschen ermöglicht wird, einen Beitrag zu leisten. Und das ist halt in der klassischen Wirtschaft oft sehr schwierig, weil wir haben Unternehmen, Bei denen es ganz stark ums Nehmen geht, wo einfach diese Grundidee ist, machen meine Mitarbeitenden, die wollen irgendwie alles, die wollen Dinge nehmen und sie muss schauen, dass da alles da ist, weil die wollen nehmen, nehmen, nehmen, damit sie dann auch wirklich da bleiben, damit man die halten kann. Und ich sage immer, das darf man radikal auf den Kopf stellen, die Idee und nicht davon ausgehen, dass es ums Nehmen geht, sondern eigentlich das auf den Kopf stellen, uns die Frage stellen, welche Strukturen müssen wir denn bauen, damit es den Menschen wieder möglich gemacht wird zu geben? Weil jeder kommt auf den Welt, erster Atemzug, jeder will geben. wir einen Beitrag leisten, wir dadurch dabei sein, weil wenn du etwas gibst, bedingungslos ist dieser große Knackpunkt darin, diese Bedingungslosigkeit. Wenn du etwas gibst, das einen Beitrag leistest, dann kriegst du automatisch, das stellt sich in dir ein, dieses Gefühl von Zugehörigkeit. Aber wenn du jetzt in einer Struktur bist, wo es dir nicht ermöglicht wird, bedingungslos zu geben, dann kann dieses Gefühl von Zugehörigkeit natürlich auch

nicht entstehen. Wenn du jetzt du nur da bist, um Dinge auszuführen, die halt gemacht werden müssen, nur nämlich, ich mein, es ist muss immer ein Bereich, also Teil davon sein, ist mir ganz klar, aber wenn es nur um das geht, dann kommst du nicht in dieses Gefühl von Zugehörigkeit rein, du hast das Gefühl, ich bin einfach irgendwie ein Zahnrad in dieser Maschine, aber du erkennst den Wert und den Sinn dahinter natürlich nicht, sondern das muss schon auch um dich persönlich gehen, weil die Frage für einen jeden individuell, was will ich denn eigentlich geben, die ist so wichtig, wir stellen sie uns viel zu selten, glaube aber vielleicht, ja schenken wir es auch halt den Hörerinnen, diese Frage, was will ich geben, stütze ich dir mal, die ist so zentral dafür, dass wir in dieses Gefühl von Zugehörigkeit kommen und es sind auch nicht, muss man sagen, nicht immer so die bösen Strukturen, das ist gar nicht so möglich, sondern zum einen natürlich, aber zum anderen müssen wir schon aber uns anfangen und sagen, O. K., vielleicht befinde ich mich in Strukturen, wo ich eigentlich geben könnte. Vielleicht habe ich, ich bin eh in einer Organisation, in einer Community, vielleicht oder in der Familie, im Freundeskreis, wo es eigentlich schon möglich wäre, aber irgendwie passiert es trotzdem nicht. Warte, aber vielleicht liegt es an mir. Stell mir mal die Frage, was will ich denn eigentlich geben? Ist es Humor, ist es Ruhe, ist es Gelassenheit, ist es Kreativität, ist es ein Schwung, eine Dynamik, was ist denn das, was ich einbringen kann und dann versuchen, das auch wirklich einzubringen und schauen, was das macht mit mir und bin davon überzeugt und nicht nur ich, sondern die Wissenschaft, es unterstützt mich da im Hintergrund, dass dieses Gefühl von Zugehörigkeit dann entsteht.

Christa Kloibhofer-Krampl: Du hast diese Frage ja auch bei deinem Vortrag gestellt und ich hab einen Zettel bekommen und ich hab es mir aufgeschrieben, ich hab den Zettel auch mit und auf meinem Zettel steht drauf: Zuversicht und Hoffnung. Und das ist in dem Moment ganz logisch gewesen, dass genau nur das draufstehen kann, weil das einfach das ist, was mich momentan wahnsinnig antreibt. Das ist aber nichts, mit dem ich auf die Welt gekommen bin, sondern das ist eine sehr bewusste Entscheidung auch. Ich hab mich dazu entschlossen, Zuversicht zu geben, weil weil ich einfach nicht aushalte, dass wir sonst erstaunen. Wir haben eine Situation global, die die also mich jeden Tag fordert, massiv fordert und ich jeden Tag ungefähr wahrscheinlich schon vor meinem ersten Kaffee fünfmal in Schockstarre fallen kann, weil wieder was passiert ist, weil ich wieder was gelesen hab, was nicht gut ist, weil wieder irgendein irgendwas irgendwas Dramatisches in meinem Umfeld war oder auch global, das ist ja diese Distanzen heute, sind ja alle nicht mehr groß. Also das ist ja dieses, das ist so weit weg, das gibt es ja alles gar nicht mehr. Und ich glaub, das ist auch zumindest für mich war es wahnsinnig wichtig zu erkennen, ich kann das bewusst entscheiden, was ich eben will. Ich kann entscheiden, nicht nur was ich nehmen möchte, das ist so ein bisschen Abgrenzungsthema auch, oder was möchte ich auch annehmen von anderen, aber was will ich geben und wie kann ich das machen. und ich glaub, das ist so, das ist so, da

sind wir wieder bei der Gentleway oder dieses eine Motto für mich, das jetzt momentan gültig ist, vielleicht ist es in 5 Jahren ganz was anderes, vielleicht ist es in 5 Jahr, vielleicht ist es der Humor, I don't know, schauen wir mal, was dann kommt, aber diese bewusste Entscheidung, was will ich denn jetzt und welcher Beitrag, was ist mein Beitrag auch in dieser Gesellschaft, auf dieser Welt.

Bettina Ludwig: Absolut und ich bin immer für den Gentleway und gleichzeitig, während der zugehört hab, haben ist in mir so ein Satz aufgekommen, den habe ich schon lange nicht mehr im Kopf gehabt, aber der hat mich eine Zeit lang begleitet. Das ist gar nicht so gentle, weil dieser Satz heißt 'Be ***** intentional'. Erinnerung an mich, so der Satz, der von hinten so so stupst und sagt, komm jetzt, nimm sie in Angriff irgendwie. Ich hab, ich hab 2 kleine Kinder, einer ist 9 Monate und die Tochter ist 4 Und ich bin gerade auf Tour Teil 2 im Herbst hat es angefangen, mein Sohn war da ein paar Monate alt, wir haben schon gestartet, ich stehe für auf Bühnen, wir machen das im Familiensystem, wir sind ein Familienunternehmen, eigentlich vielleicht kann man es so beschreiben. Also, ich schlaf wenig, ich still und meine Nächte sind teilweise nicht existent und so und ich sag überhaupt nicht, dass das jeder machen muss und dass man jetzt unbedingt, wenn man kleine Kinder hat, Vollgas geben muss, überhaupt und dann ist es hoffentlich ganz klar, das muss jeder selber entscheiden, für das wie er will. Aber warum ich das alles mache, ist weil ich mit einer ganz klaren Intention durchs Leben gehe und das finde ich voll schön, dass du sagst, du hast dich so entschieden für das, was du da geben willst. Das kann man nämlich schon auch machen, man kann schon da aktiv eben das in Angriff nehmen, sich diese Frage stellen, was will ich geben, dann kommt das auf und dann ist schon der nächste Schritt, da muss man sagen, O. K., das will ich den Leuten mitgeben oder meiner Familie oder meiner besten Freundin oder der Gesellschaft, wem auch immer. Und da darf man schon ein bisschen stupsen, weil Gentleway, ja, ist voll wichtig, ja, gerade wenn wir in dieser Angststarre sind, in dieser Ohnmacht, wenn es uns nicht gut geht und dann darf man es im selben Moment aber auch dran erinnern, wer wenn nicht wir. Die privilegierteste Bubble der Welt, die privilegierteste Bubble der gesamten Menschheitsgeschichte, sitzt hier in diesem zum Beispiel Österreich ist in der westlichen Welt. Also wer wenn nicht wir? Wir sind die privilegiertesten Menschen, der gesamten Menschheitsgeschichte und der gesamten des gesamten Planeten, wenn wir nicht das Gefühl haben, so wir helfen da jetzt mit, wir überlegen uns neue Strukturen, wir gestalten, wir experimentieren, wir probieren aus. Das ist dann immer der einzige Punkt, wo ich dann manchmal an, ich bin wahnsinnig optimistisch und hoffnungsvoll, aber da verliere ich manchmal ein bisschen die Hoffnung, wenn ich merk, boah, wenn die Privilegiertesten dieser Welt vor Ort aufgeben und sagen, na ja, das wird jetzt nichts mehr, weil irgendwie die Strukturen von außen und es ist halt einfach alles so, da komme ich ein bisschen in eine Angst, da denke ich mir, es braucht uns, wer andere wird es nicht richten und Ich finde es aber auch gleichzeitig eben voll schön zu spüren, einfach in meiner täglichen Arbeit, und das ist

jetzt das, was glaube ich im Außen. natürlich gar nicht so präsent ist, aber ich spüre ganz, ganz stark, dass sie ganz große, positive, zuversichtliche, hoffnungsvolle Kräfte und Mächte zusammen tun und ganz viele Menschen unterwegs sind, die wollen und die, die eben auch diese Hoffnung weiter schenken wollen, die tun, die ausprobieren. Das ist nicht immer laut, das ist nicht immer groß, das ist nicht immer präsent, aber es ist da und es wird immer, immer stärker. Ich bin mir da so 1000% sicher.

Christa Kloibhofer-Krampl: Ich glaub, das ist eh so, so, so, also in der, ich hab viel nachgedacht in der Vorbereitung jetzt auch auf das Gespräch mit Zugehörigkeit, so, wo sind denn eigentlich Communities, wo ich, wo ich dazugehöre, wo sind Communities, wo ich gern dazugehören möchte, weil manchmal ist es ja auch, muss ich mich bewusst entscheiden und ich kann nicht drauf warten, dass das passiert. Ich bin nicht bei den Sahn, wo ich auf die Welt komme und ich gehöre dazu, sondern ich muss mir auch meine Communities suchen. Es ist ja nicht immer so ganz ein einfacher Schritt, ist und Ganz oft ist es ja auch so, dass wenn ich jetzt mir überlege, was wäre das, was, was, was hätte ich gern, was sollen diese Menschen sein, mit denen ich mich da verbunden fühle, eher gar nicht so einfach irgendwen finde. also ich kann das ja nicht googeln und oder oder Chat G. P. D. fragen oder wen auch immer und sagen, ich hätte gerne eine Community, da sollen jetzt hauptsächlich, ich weiß nicht, Frauen drinnen sein, die alle in derselben Lebenssituation, also das wird ja dann schon schwierig, ja. Wie komme ich zu Communities, wenn ich es bewusst angehe, weil also dass ich jetzt reinstolpere, wenn ich dieses Gebäude verlasse, wird jetzt nicht zwingend passieren.

Bettina Ludwig: Großartige Frage. Verkörperst zum einen selbst, verkörpert den Kern, den die Community ausmachen soll, den musste man zuerst selbst verkörpern und sie wirklich konkret vielleicht überlegen und aufschreiben, eine Liste, wo man auf der einen oder sozusagen eine Tabelle aufzeichnet, wo man auf der einen Seite aufschreibt, was sind die die Eigenschaften, die ich suche in einer Community, also welche Arten von Menschen, wo möchte die denn da dazugehören und dann steht da vielleicht abenteuerlustig, humorvoll, kinderlieb, genussvoll, whatever. Und dann in der nächsten Spalte schreibe ich auf, was davon erfülle ich selbst eigentlich schon, bin ich humorvoll, bin ich abenteuerlustig, kann ich, kann ich dafür was tun, dass ich mehr so werde und in diesem Prozess, dass ich diese Person werde, werden diese Menschen plötzlich da sein in meinem Umfeld, in dem Prozess werde ich mit diesen Menschen in Kontakt treten, die werden immer näher kommen. Und wenn ich jetzt natürlich der Kern bin, also verbildlicht metaphorisch, der Kern von dieser Community, also das, was diese Community im Kern ausmacht, wenn ich das verkörpere, dann zieh ich diese Menschen ja an, automatisch. Es hat meist sehr, sehr viel mit einem selbst zu tun, wenn man eine Community suchen will und zum anderen sprich drüber. Zum Beispiel, man, wir sitzen jetzt in einem Podcast, da machst du eine Folge drüber, eine, die, die weiß nicht, die meine Traumcommunity wird so und so ausschauen. Sprich drüber, erzähl es, erzähl es Freunden, Freundinnen, Kollegen, Kollegen, wir sind oft zu

verschlossen oder so unfrei mit den Dingen, die uns da so am Herzen liegen. Jeder von uns sucht Anschluss, jeder von uns hat Phasen im Leben, manchmal ist es Tage, wirklich jeden Tag, manchmal ist es halt alle paar Monate, dass man denkt, boah, ist irgendwie schön, wenn ich einen Chor finden würde, wo ich mir denke, boah, das ist irgendwie genau meine Gang. Oder mal mich zum Reiten anfangen oder zum Klettern anfangen, ich kann das gar nicht, ich kenne nicht, ob der das macht, ah, das wäre so schön. Aber wenn wir das erzählen, erzählen, erzählen, dann wird es einfach passieren, raus damit, wir sind Menschen, wir kommunizieren nur über Kommunikation, kommen Dinge in die Umsetzung oder werden Realität, viel mehr einfach drüber reden, sagen, ich hab noch nie in meinem Leben bin ich geklettert, aber ich möchte Kletter, Kletterlehrerin werden, vielleicht sogar whatever. Und wenn ich das erzählt hab, werden die Menschen plötzlich da sein.

Christa Kloibhofer-Krampl: Ja, ich muss gerade ein bisschen lachen, weil ich habe vor 2 Jahren und es ist jetzt ein bisschen, bedient wahrscheinlich gerade ein Trendklischee, aber mit Pilates begonnen und eigentlich, ich wollte es einfach nur ausprobieren. Und was ich aber dort gefunden habe, ist einfach so viel mehr als der Sport. Das ist eine auch eine Community an Frauen, die mit mir gemeinsam, ich sag jetzt mal, 2 bis 3 Stunden die Woche in diesem Studio verbringen und es ist völlig wurscht, wer du bist. Es ist völlig wurscht, wie du ausschaust, ob du jetzt die neueste Hose an hast oder nicht und es geht es nicht. Es ist einfach voll eine gute Zeit und das Schöne für mich aber ist, das ist eine Community, da gehe ich dann nach Hause, bin voller Energie, aber ich hab nicht das Gefühl, ich muss jetzt am Tag dreimal mit dieser Community in Kontakt kommen, weil sie da ist. Und weil ich mittlerweile weiß, die hab ich, da fühl ich mich sicher, da fühl ich mich wohl. Also ich glaub grad, man darf da auch über Communities nachdenken, die jetzt nicht inhaltsschwer sind.

Bettina Ludwig: Ja, und Pilates ist eigentlich ein super Beispiel. Wenn du sagst, Pilates, hab ich sofort ein Bild im Kopf und zwar ist es das Bild so Enorm schöne, perfekte Körper, die eigentlich mehr Photoshops sind als Realität. Neuestes Gewand, super Leggin, geschminkt während man Sport macht, Haare schön, es riecht so nach Wellness und alle trinken Matcha. Alle trinken Matcha, man geht rein, es ist so ein perfektes Studio, so wie man es auf Instagram sieht. Das Bild habe ich sofort einfach. Das hat natürlich Werbeeffekt und anscheinend super gemacht. Pilates Werbung hat super funktioniert in den letzten Jahren und dann ist es sehr praktisch, weil dann kann ich natürlich sehr gut meine Schublade aufmachen, kann sagen: 'Nein, das bin ich nicht. Nein, das kann ich nicht, da pass ich irgendwie nicht rein.' aber aus verschiedensten Gründen und dann mache ich die Schublade wieder zu und dann ist es irgendwie auch ganz praktisch, weil ich kann jetzt in meinem Leiden bleiben, sondern es würde ich gerne, aber ich muss zuerst einmal Sport machen, damit ich da überhaupt hinkommen kann, damit ich mitmachen kann und dabei sein kann. Habe ich super viel Ausreden, also diese diese Liste an Ausreden, die man sich so schnell selber generiert,

da sind wir alle, glaube ich, ganz gut drinnen. Und dann schon ein bisschen träger, oder? Ja, und da muss ich einfach nicht aus meiner Komfortzone raus und ich meine, nein, irgendwie ist es nichts in. Oder ich mach so wie du und sag, hey, ich schau mir das jetzt mal an, das irgendwie zieht es mir da hin und geh einfach zu diesem ersten Termin hin. Es ist oft so ein kleiner Schritt oder dieses das erste Mal wirklich hingehen und nicht kurz vorher, also denken, na, heute wäre das, aber eigentlich, na, irgendwie bin bin müde von gestern, ja, na doch, das nächste Mal und dann macht man es nicht. Es sind auch diese kleinen Schritte und plötzlich ergibt sich was und es muss nicht immer die perfekte Community am Ende stehen, aber das muss ich halt irgendwie dreimal machen und beim dritten Mal habe ich eine schöne Gruppe von Menschen gefunden, wo man denkt, mal irgendwie, das ist so ein bisschen homecoming und das muss gar nicht so inhaltsschwer sein, wie du sagst, sondern es fühlt sich einfach so angenehm an und das reicht oft schon, das ist doch recht mehr, wollen wir oft gar nicht oder einfach dieses, ah, gut, ich fühl mich gut.

Christa Kloibhofer-Krampl: Ich fühl mich gut und ich brauch dieses, ich fühl mich gut, damit die dann zu diesen inhaltsschweren Themen auch kommen, weil die hab ich natürlich, die hab ich auch in meinem Beruf, aber das hilft mir so sehr, meine Ressourcen auch aufzufüllen. Und ich glaube, es ist völlig in Ordnung auch und das ist was, was man, glaube ich, für sich selbst auch verinnerlichen darf. Ich kann eine Community ausprobieren und drauf kommen, passt nicht. Nein, der Hans passt mir nicht. Ich muss noch ein bisschen weiter schauen und da darf einfach ganz viel sein.

Bettina Ludwig: Ja, absolut. Und es ist eigentlich auch so schön, wenn man es vergleicht mit Jäger Sammlergesellschaften, ist es total schön, dass wir die Möglichkeit haben. Wenn Jäger Sammlergesellschaft, muss man es jetzt vorstellen, also da gibt es diese Form von Diversität ja gar nicht. Du kannst jetzt nicht überlegen, mache ich Pilates, gehe ich klettern oder laufen oder was auch immer für einen Sport. Da gibt es ganz viel von diesen Dingen aus der westlichen Welt, die unseren Alltag beschreiben, gibt es ja vor Ort nicht. Und das eine ist jetzt nicht besser oder schlechter. Also zum einen ist es, glaube ich, ganz wichtig zu erkennen, dass je Sammlergesellschaften so naturverbunden, wie sie auch sind und so ohne Infrastruktur, wie sie leben, ohne Strom, ohne Straßen, ohne Häuser, ohne klassische. Also da freue ich ja wirklich. nach sehr viel an Infrastruktur weg und man ist ganz stark verbunden mit der Natur, weil man davon ganz stark abhängig ist. Man lebt dieses Gefühl von Community, es gibt keinen Begriff für Individuum, weil man viel mehr Teil der Gruppe ist als Individuum und das macht so ist sehr schön an. Es gibt kein Konzept, um das Sitztum, es gibt keine Zeit, man teilt den Tag nicht ins Stunden, nein, das macht so ist so schön und so paradiesisch an. Gleichzeitig ist es das natürlich nicht, weil auch dort gibt es Probleme, Troubles und und Geschichten und mir begegnen einfach oft so eine Sehnsucht und so ein mal irgendwie in so naturverbundenen Communities, da ist das Leben langsamer und nicht so stressig, nicht so komplex und deswegen wie leichter, die Menschen sind

näher beieinander. Wir reden uns das dann oft schön und sicher, es gibt diese Aspekte, die dort wirklich schön sind und was wirklich wahrscheinlich sehr schön erlebt, aber in der westlichen Welt gibt es ganz, ganz, ganz viel Vorteile. Und allein das mit dieser Diversität haben wir unser Leben so gestalten können, ist ja ein riesen Geschenk, ein Geschenk der Neuzeit der Menschheitsgeschichte.

Christa Kloibhofer-Krampl: Ist diese Gleichzeitigkeit, über die wir ganz am Anfang schon mal kurz gesprochen haben, es gibt jetzt nicht, also das jetzt irgendwie einteilen müsste, welche Gesellschaftsform ist die richtige, welche ist die falsche, das das gibt es ja nicht, das ist ja, wenn ich das jetzt umlege auf unsere Gesellschaft, es gibt ja auch, könnte ich ja auch sagen, es gibt nicht das eine optimale Familienmodell, sondern auch das ist eine Community, auch das ist oftmals eine selbstgewählte Community und auch da gibt es unterschiedlichste Modelle und alle sind in Ordnung. und das ist schon, glaube ich, auch, also ich glaube, wenn man das versteht, dann kann man auch lernen, oder wenn ich verstehe, es gibt was anderes, es hat alles Vor und Nachteile oder Herausforderungen. Und trotz dieser Herausforderung habe ich die Möglichkeit, mir was abzuschauen. Ich könnte mir da jetzt einfach ein paar Aspekte mit rausnehmen.

Bettina Ludwig: Genau, genau, absolut. Und was ich dann einmal mache ist, dass ich mir anschau, trotz dieser Unterschiede eben dieser unterschiedlichen Herausforderungen, ich hab ich mir dann trotzdem einmal die Frage gestellt, trotz all dessen, was ist denn das, was uns allen gleich ist, weil das ist mir dann schon irgendwie wichtig gewesen, wo man dachte, O. K., wir organisieren uns anscheinend so extrem unterschiedlich, aber was ist denn das, was uns allen gleich ist, weil wir sind ja dort und da genau dieselben Menschen und wir gehen aber so anders durchs Leben mit einem so anderen Blick aufs Leben und an die Welt an sich, was ist denn aber dennoch das, was uns alle eint und man muss jetzt vielleicht, da muss ich kurz ein bisschen ausholen, nur sagen, uns als Homo Sapiens gibt es 300000 Jahre und 280000 Jahre dieser Zeit haben wir als Jäger und Sammler gelebt. Also das war schon der Großteil unserer Zeit in der Menschheitsgeschichte, haben wir als Jäger und Sammlerinnen verbracht, sind nomadisch durch den Planeten, über den Planeten gezogen. Und die heutigen Jäger und Sammler sind keine Steinzeitgesellschaften oder so, sondern das sind heute moderne Jäger-Sammler-Gesellschaften. Aber wir können uns teilweise zusammenreimen in der Wissenschaft, auch mit Hilfe der Archäologie und der Anthropologie, wie das dann früher ausgeschaut haben kann. Und das dann einfach natürlich auch sehr große Ähnlichkeiten zu dem, wie jede Sammlergesellschaften heute aufgebaut sind. Und unter Anbetracht dessen, dass wir so lange als jede Sammler gelebt haben, finde ich, dürfen wir es reinnehmen, einfach als Wichtigkeit und sagen, O. K., irgendwas hat das schon, wird das schon gemacht, damit wir uns noch mal so lange diese Gesellschaftsformen waren. Und was ist uns denn da, unabhängig davon, dass wir jetzt in Großteil der Welt so anders leben und uns da so radikal

verändert haben, was ist uns denn gleich geblieben in diesen dreihunderttausend Jahren oder den nächsten 20000 Jahren, was sind so dieser rote Faden, was zieht sich da durch und da gibt es einfach ein paar so Grundaspekte aus meiner Sicht zu Fundamentaspekte, die man dann mitnehmen dürfen, wenn man drüber nachdenken, unterschiedliche Herausforderungen in unterschiedlichen Welten und irgendwie ja, alles hat seine Berechtigung. Aber bei mir ist es immer so, ich schließe dann immer zurück auf diese Grundaspekte des Menschseins, auf diese Fundamente. Also zum Beispiel im Thema Zugehörigkeit, Community, das ist was, das zieht sie durch, dreihunderttausend Jahre lang und wird sie in den nächsten 20.000 Jahren durchziehen. Das macht uns einfach aus. Wir sind dazu gemacht, tatsächlich in dem Fall, miteinander in Verbindung zu sein und tatsächlich auch zu kooperieren. Diese Idee von diesem strukturellen Gegeneinander, das ist so ein modernes Phänomen in der Menschheitsgeschichte. Wenn man jetzt noch mehr ausholt und sagt, man nimmt nicht nur Homo sapiens, sondern allgemein Homo, dann sind wir nicht mehr in hunderte 1000 Bereich, sondern im Millionenjahr Bereich. Und dann ist das, was wir hier in der westlichen Welt tun, dass wir einander zum Beispiel bekriegen, dass wir so einfach ein Gegeneinander aussehen, das ist ein ein Wimpernschlag in der Menschheitsgeschichte, das ist so ein modernes Phänomen. Und da dürfen wir schon einmal genauer hinschauen und sagen, warte mal, aber O. K., unterschiedliche Welten und überall gibt es unterschiedliche Herausforderungen, aber bestimmte Dinge müssen wir schon wieder hervorholen und sagen, Community Gemeinschaft ist das, das muss etwas sein, was uns antreibt in all dem, was wir tun, das muss der Motor sein, Menschlichkeit. Wir können uns ja nicht, wir können ja nicht alles auf ein Gegeneinander auslegen, das ist doch ein Schmarrn, also wirklich, das das ist anthropologisch, wissenschaftlich einfach erkennbar, dass das ein ganz ein neues Phänomen ist und dass wir da hinschauen dürfen, braucht es das oder können wir das in Zukunft wieder umstrukturieren, also es hört sich komisch an, aber ich glaube, du weißt, was ich meine.

Christa Kloibhofer-Krampl: Ich glaube schon, ja, weil wir brauchen Partnerschaften, wir brauchen Kooperation, wir brauchen Zugehörigkeit, die ist ja auch eine Frage von Überleben oder nicht überleben ganz lange gewesen und ist es ja heute im Grunde noch immer nicht nicht umsonst ist Einsamkeit so tödlich.

Bettina Ludwig: Stimmt, du hast es erwähnt, genau das ist es.

Christa Kloibhofer-Krampl: Also im Grunde ist ja das nach wie vor da. Jetzt ist diese Zugehörigkeit kann ja aber auch etwas sein, was andere sehr ausgrenzt. Wenn ich jetzt an radikalen Nationalismus denke, wo ich zum Beispiel sage, nur wir, wir, wir als Frauen, wir sind weiß, wir entsprechen irgendeiner bestimmten Norm, wir haben recht und alle, die nicht so ausschauen wie wir, ist jetzt ein komplett erfundenes Beispiel, sind falsch und wir müssen uns schützen davor. Dann schaffen wir ja auch eine

Zugehörigkeit und die funktioniert ja vor allem deshalb, weil ich was anderes ausschließe.

Bettina Ludwig: Das ist eine Zugehörigkeit, die halt nicht in die Tiefe geht, eine Scheinzugehörigkeit aus meiner Sicht. oberflächliche Zugehörigkeit, so die so an der Oberfläche schwimmt und die funktioniert leider sehr gut. Also Geschichten rund um diese oberflächlichen Zugehörigkeiten funktionieren wahnsinnig gut. Man sieht es im Populismus, also Geschichten, die uns trennen, funktionieren momentan sehr, sehr gut, weil die natürlich eine Antwort sind auf die Angst, die in der Gesellschaft herrscht, auf die Angst und aber eigentlich, was auch drunter liegt, diese riesengroße Sehnsucht nach wahrer Verbindung und noch tiefgehender Zugehörigkeit. Da gilt es jetzt einfach diese. Geschichten zu erzählen, wo es um die tiefe Zugehörigkeit geht und da braucht es jeden und jede von uns zu verstehen, dass das keine Banalitäten sind, nicht naiv ist, sondern dass man das groß aufblasen müssen und einander dran eben erinnern dürfen. Warte mal, ist das jetzt eine Zugehörigkeit, die in der Oberflächlichkeit ist, oder geht es um uns alle Menschen gerade? Geht es ums Menschsein an sich eigentlich gerade? Das sind ganz große philosophische Fragen, die aus meiner Sicht gerade gesellschaftspolitisch da sind. Was hasst denn eigentlich Menschsein? Wo wollen wir denn hin als Menschen? Was braucht denn der Mensch an sich so? Was will denn der Mensch an sich eigentlich so? Das sind politische Fragen, das sind auch wirtschaftliche Fragen. Die wären aus meiner Sicht viel zu wenig gestellt und das führt dann so weit, dass man zum Beispiel, also konkretes Beispiel, zum Beispiel Künstliche Intelligenz wird unsere Gesellschaft so drastisch verändern. Hat es schon natürlich schon angefangen, voll im Gange und wird in den nächsten Jahren noch viel mehr. Der klassische Beispiel, es werden viele Arbeitsplätze. wegfallen, weil die künstliche Intelligenz übernimmt und dann muss man jetzt sagen, was macht denn das mit uns. Wir reden ganz viel drüber, gerade in der Wirtschaft, was macht es mit uns als Unternehmen, Kosten einsparen, schon auch, was macht es dann mit dem Team, wie schichten wir was herum und so, es geht immer um den uns Unternehmen, was macht es im Unternehmen. Und aus meiner Sicht wird viel zu wenig drüber gesprochen über diese, über diesen Schmerz, der entstehen wird. Wir müssen uns unsere Gesellschaft vorstellen, wo ganz viele Arbeitsplätze entweder wegfahren oder sie einfach halt verändern werden. jetzt grundsätzlich ist halt einfach so, Veränderung ist Teil der Menschheitsgeschichte, das ist halt so, aber wir müssen schon auch politisch dann damit umgehen, mit diesem riesen Veränderungsschmerz, mit dieser Trauer, die entsteht und auch mit der Angst, die dann da drinnen steckt. Das ist ein gesellschaftspolitisches Thema, das redet überhaupt gar keiner. Es geht immer nur um A.I. Effizienz, was verändert es in der Arbeitswelt, die Arbeitsplätze, aber wir müssen da paar Ebenen tiefer gehen. Und wenn, wenn wir irgendwie wollen, dass diese Technologien uns nach vorn bringen als Menschheit, da gibt es auch einen Satz, den ich bei mir habe, immer if you wanna go three steps forward, you need to go three steps

down. Da müssen wir jetzt ein bisschen in die Tiefe gehen, große philosophische Fragen stellen wie, was hast du 'n Menschsein, was bedeutet das, wo wollen wir hin, um mit diesen Phänomenen dann gut umgehen zu können.

Christa Kloibhofer-Krampl: Jetzt schließt sich für mich voll der Kreis wieder zu diesem Geben und zwar deshalb, weil du hast vorher auch schon gesagt, Sinnhaftigkeit auch in der Arbeitswelt. Menschen wollen ja was geben und ich kann mich erinnern, meine Mama, die ist vorbei in Pension gegangen und ist gerne in Pension gegangen. Die war ganz lang in Pflege, in der Altenpflege. Also die war einfach körperlich, die hat auch nicht mehr wollen, super anstrengend. Und auch sie hat einen großen Schmerz gehabt, weil sie gesagt hat, na ja, aber jetzt habe ich das Gefühl, man braucht mich nicht mehr. So, das ist jetzt ein individuelles Beispiel und wenn wir über das Thema künstliche Intelligenz sprechen und davon sprechen, dass ganze Branchen wegfallen, dann ist es ja sehr viel größerer Schmerz. Das wird ja zu einem kollektiven Schmerz und ich nehme ja Menschen auch die Gelegenheit, wirklich was zu geben und wir können jetzt sagen, das ist banal, wenn ich nicht mehr 8 Stunden am Tag in der Arbeit sein kann oder ich kann auch erkennen, dass das sehr identitätsgebend ist. Und ich möchte auf einen Punkt auch noch kommen und den auch, der ist mir einfach super wichtig, weil du hast auch gesprochen über diese. Hundred Days of Giving. Und schon jetzt in diesem Gespräch, was für was für mich schon ein bisschen bisschen für mich auch rauskommt, ist Zugehörigkeit hat viel damit zu tun, was gebe ich auch, was mache ich proaktiv und du hast erzählt, du hast diesen Selbsttest gemacht oder 100 Tage jeden Tag gibst du bedingungslos. Ganz wichtig und das können sehr Kleinigkeiten sein. Und was hat denn das verändert oder was macht das nicht nur mit dir? aber das, das kann mir vorstellen, dass das ja emotional ganz viel macht. Aber was macht denn das auch mit deinem Umfeld?

Bettina Ludwig: Für alle Hörer und Hörerinnen, die dieses Experiment nicht kennen, ich erzähl da kurz, was ich da gemacht hab, diese Hundred Days of Giving sind da gekommen. Das erste Wissenschaft weiß aus der psychologischen Forschung, dass wenn wir bedingungslos geben, dass wir gewisse Hormone ausschütten, also dass es physiologisch etwas macht mit uns, wir schütten die Dose-Hormone aus, Dopamin, Oxytocin, Serotonin und Endorphine. Wenn wir bedingungslos geben, zum einen, wenn ich gebe und zum anderen aber auch, wenn ich empfangen. Also jetzt gehst du gleich beim Beispiel, wenn das Salz ausgeht, beim Kochen, dann gehst du zur Nachbarin, zum Nachbarn und sagst, hast du ein bisschen Salz für mich, brauchst du das Kochen und es stellt sich ein kleiner Moment von Freude ein bei dir und aber auch bei der gebenden Person. Und da schütten wir eben diese Dose Hormone aus, in diesen kleinen banal wirkenden Momenten. Und eben dann auch, stimmt es wirklich. ich muss die Wissenschaft dann immer testen und habe mir gedacht, das probiere ich jetzt aus, 100 Tage lang gebe ich jeden Tag eine Sache bedingungslos, habe das gemacht und ja, es hat ganz viel mit mir gemacht. Zum einen, ich habe einfach relativ schnell gemerkt,

boah, natürlich sind wir alle verbunden miteinander, es stellt ein Gefühl von Verbundenheit plötzlich her, wenn du zu jemanden sagst, du, ich gebe dir jetzt Feedback oder ich lade dir einfach spontan zum Essen ein oder ich höre dir bedingungslos 15 Minuten zu, ohne meinen Senf dazu zu geben. ich gebe einfach bedingungslos oder ich pass auf deine Kinder auf oder was auch immer. Und zum anderen, also ich glaube, was, wenn man jetzt selber sagt, es macht mit mir ganz viel, ich hab das Gefühl gehabt, wir sind verbunden miteinander und wir all one, ich bin diese Gesellschaft und ich bin Wissenschaftlerin, nicht esoterisch, aber du kriegst echt das Gefühl, ja, natürlich sind wir alle miteinander verbunden und wir all one, das ist plötzlich noch viel klarer. Und wenn das mit dir so viel macht, dann macht das automatisch was mit deinem Umfeld, weil das ist wieder etwas, was du ausstrahlst. wie wir zuerst gesprochen mit diesem Community Ding, dann wirst du immer mehr zum Kern dieser Community, also zum zum Kernelement eigentlich zum Kernelement dieser Community und dann strahlst du das aus und die anderen merken das. Und es macht auch folgendes, dass du plötzlich ins Gespräch gehst über diese Themen, die austauscht und Menschen sagen, na irgendwie, ja das ist ja eh was, was ich immer mache, das ist ja eh ganz normal und andere sagen, boah, das habe ich noch nie nachgedacht oder also es kommen plötzlich Gedanken und Themen auf und das ist eigentlich so schön und so zieht es wieder seine Kreise wie das Wasser, wie der Wasser, wie der Stein, der ins Wasser fällt, zieht oder seine Kreise und du merkst aber Leuten fängst zu rattern an, vielleicht übernimmt es sogar wer. Oder mir ist dann sind auch Dinge aufgekommen, wie zum Beispiel bei meinem Partner, fällt mir das immer so auf, der macht das nicht als Hundred Days of Giving Projekt, sondern der lebt es three hundred sixty-five days of the year. Ich meine, ich versuche es auch, aber er fällt es mir immer so großartig auf, wie der das von Inside Out einfach echt so lebt, dieses bedingungslos geben und sich ja wirklich Zeit nimmt für Dinge. Wenn er mal kurz noch eine Bekannte getroffen von uns, die wir gar nicht so gut kennen und er hat es auf der Straße getroffen, haben kurz geredet und sie zu weinen begonnen, weil sie gerade irgendwie was tut in ihrem Leben. Und er hat gesagt, na, willst du mit zu uns gekommen? Es war unter der Woche, er hat unseren Sohn gehabt, weil der ist nur klein, Kinder betragen und hat gesagt, man willst zu uns mitkommen auf eine Tasse Tee und hat das hat er mir dann noch erzählt und sie ist wirklich mitgekommen und er hat gesagt, na, jetzt eingeladen, die waren dann fast so überrascht, weil die Leute sagen ja meistens nicht ja, sondern sagen, na, na, passt schon. Und sie ist mitgegangen und ich komme dann heim und auf einmal sitzen die da bei einer Tasse Tee und tauschen sich über ihre Themen gerade aus. Und für so etwas sich wirklich Zeit zu nehmen und das wirklich zu tun, ist ein riesen Geschenk, das man sich selber macht. Nicht nur an dieser Person, die sich einfach gefreut hat, wahrscheinlich, man nimmt mich kurz auf, aber auch für einen selber zu spüren, wow, ich kann in jedem einzelnen Moment meines Lebens in diese Verbindung gehen. Ich muss nur aufmachen und muss es einfach tun.

Christa Kloibhofer-Krampl: Da bin ich wieder bei meinen 2 Murmeln und das ist so ein schönes Beispiel. Die eine Murmel, die die Zug. Angehörigkeit einfach auch ist und für mich gibt es jetzt dann noch eine weitere Murmel, die die Zuversicht ist, weil genau dieses Gefühl, ich selber kann was tun, ich kann und ich kann mich entscheiden, dafür was beizutragen, ich kann was Positives tun. Das ist das, was wir in der Zukunft in der Zuversicht einfach so dringend brauchen und was uns auch so so handlungsmächtig macht. Und deshalb normalerweise würde ich jetzt sagen, So, vielen Dank, liebe Bettina, es war ein sehr schönes Gespräch. Bitte liked uns alle, folgt uns alle, teilt diese diese Folge. Das mache ich heute nicht. Ich möchte dieses Beispiel der Hundred Days of Giving auch hernehmen und möchte auch wirklich zum einen einmal alle, die zuhören, zusehen, einmal ein riesengroßes Danke sagen, dass sie sich überhaupt die Zeit nehmen, das zu tun. Das ist wahnsinnig viel wert und das schätze ich unglaublich. Also jede einzelne Person. die sich da hinsetzt und sagt, irgendwas macht es mit mir, ich hab Zeit und ich, ich nehm mir die Zeit, ich hör da zu. Vielen, vielen Dank. Und das Zweite ist, ich schenke euch diese Folge. Ich werd euch nicht bitten, mich zu liken. Ich werd es euch schenken, weil ich glaube, da ist so viel drin, das wir positiv mitnehmen können, das uns hilft, in unser Kraft zu kommen und aus dem, was wir schon mitbringen an Ressourcen und wir haben alle ganz viel Talente und Ressourcen, die sind unterschiedlich und die sind nicht immer gleich stark, aber wir haben sie. Und ich glaube, es hilft uns einfach so sehr zu verstehen, wie wie mächtig wir auch sind als Individuum und damit mit diesem Geschenk und ich freue mich, wenn viele dieses Geschenk auch annehmen, sage wirklich danke auch Bettina. Es war wirklich schön, es war für mich so eine eine Runde. Runde 2 Tage, muss ich fast sagen, mit deinem Vortrag gestern und heute diesem Gespräch. Und ich bin dir sehr dankbar, dass wir heute noch ein bisschen über die Sachen reden konnten. Und auch das ist ein Privileg. Und wünsche dir heute einen wunderschönen, sonnigen Tag. Alles Gute für alles, was da jetzt bei deiner Tour kommt und was auch sonst kommt. Und ich sage danke für diese vielen, vielen, vielen schönen Gedanken.

Bettina Ludwig: Vielen Dank dir, dass du dir Zeit nimmst, dass diesen Themen Raum gibst, dass wir ja eigentlich uns einander und auch die Menschen, den Menschen, die zuhören, so Raum und Zeit schenken und diese Themen da reinlassen. Voll schön, dass wir das gemacht haben. Cut.

Und wer hat es produziert? Das Pod, deine Podcastagentur.