



NEWSLETTER NEWSLETTER Neues

Newsletter 7 von AGUA^{Stud}

Liebe Mitglieder und Freunde von AGUAStud!

Dieser Newsletter ist diesmal etwas länger als üblich, doch er liegt mir sehr am Herzen. Daher bitte ich euch, ihn trotzdem zu lesen. Er hat etwas mit „sich Zeit nehmen“ zu tun: Also bitte, nehmt euch die Zeit!

„Wir beginnen schmerzhaft zu realisieren, dass ein grundlegender Unterschied ist zwischen Leben und Lebendigkeit“ schrieb der Philosoph Peter Strasser zum Pfingstfest 2016 (15. 5. 2016) in der Kleinen Zeitung. Wir spüren immer häufiger in unseren Herzen, dass uns die Lebendigkeit bzw. die „Leichtigkeit“ des Lebens abhandenkommt, der innere Einklang mit sich selber, mit unserem Leben in unserer Umwelt. Beruflicher und gesellschaftlicher Druck sowie Umwelt- und Zukunftsängste verzehren unsere Energie und hinterlassen häufig ein inneres Vakuum, welches das unglaubliche Potential, das uns Menschen innewohnt, immer mehr zum Erliegen bringt. Es fehlt an Ideen und an Zielen, wohin es gehen soll/gehen könnte, aufgrund der oft so bedrohlich wirkenden politischen, gesellschaftlichen und vor allem auch klimatologischen Unsicherheiten und Fragen. Wir wissen um Klimawandel, Ressourcenknappheit sowie Umweltverschmutzung und um die Notwendigkeit einer gemeinsam getragenen Zukunftsstrategie, die weltumspannende Änderungen in der Nutzung und Rückführung der Ressourcen, eine faire und umweltfreundliche Produktion und die notwendige Nutzung erneuerbarer Energien herbeiführt. Wir wissen aber nicht, wie das gelingen kann. Der Einzelne fühlt sich machtlos, der gesellschaftliche Lebensstil gibt nach wie vor nicht nachhaltige Lebens- und Handlungsweisen vor. Der Overshoot-Day (Welterschöpfungstag) tritt jedes Jahr früher ein: Heuer war es der 8. August.

In diesem Dilemma haben aber in den letzten Jahren viele Menschen begonnen, vor allem auch junge, die Einfachheit und Lebensbewusstheit als wichtige Lebensziele sowie die Bedeutung von Liebe, Freundschaften und Zeit für sich, für's Leben wiederzuentdecken. Diese Lebensideen stehen bei ihnen an den ersten Stellen ihrer Zukunftsplanung - und das sind Wegweiser hin zu einer möglichen, epochalen Änderung in eine bewusste, nachhaltige und faire Lebensweise. Noch ist der Druck der Gesellschaft groß, dem Mut zum „eigenen, bewussten Leben“ fehlt es oft noch an Kraft, in der Klammer des vorherrschenden

Mainstreams, doch es werden immer mehr, die andere Wege gehen wollen und neue Wege und Möglichkeiten für ihr Leben suchen. Denn so kann es doch nicht weitergehen ...

Auf dem Raritätenmarkt im Botanischen Garten in Graz (heuer vom 25.-26. April 2016), bei dem ich selbstgezoogene Pflanzen angeboten habe, war diese Gesinnung stark spürbar, es kamen ebenso wie voriges Jahr so unglaublich viele Menschen, es herrschte so dichtes Gedränge, und auch viele, viele junge Leute, Mädchen wie Burschen, trugen Schachteln, Kisten oder Körbe voll Pflanzen nach Hause, auf ihren Balkon, aufs Fensterbankerl, in den kleinen Garten. Ah, diese Minze duftet herrlich, die fehlt mir noch! Strahlende Augen wahrgewordener Bewusstheit. Das macht Mut, denn hierin spürt man: Leben ist mehr, Leben ist lebendig sein, lebendig sein ist bewusste Wahrnehmung. Jeden Augenblick. Das braucht jedoch weitere Förderung, Unterstützung und Bildung. Die Welt ist zu schön, das Leben zu kurz, um beides nicht bewusst wahrzunehmen.

Bewusst gelebtes Leben erfüllt sich in Achtsamkeit, Teilhabe und Empathie im Umgang mit sich und mit anderen – und das muss Kindern auch vorgelebt und vermittelt werden, um es entfalten zu können. Es beginnt im familiären Miteinander und muss in alle Bildungsbereiche hineinreichen, um gepflegt und ausgebaut werden zu können und um auch in beruflichen Ebenen einzudringen.

Ein reiches Leben in Vielfalt und Buntheit gelingt am besten in derselben Umgebung, bunt, abwechslungsreich und viel davon. Ein Großteil des unsere Kinder umgebenden Lebensraums ist jedoch genau das Gegenteil: tot. Nicht nur im städtischen Bereich, sondern auch zu viele private Gärten sind nicht lebendig. Kurzer Rasen, Koniferen, mehr nicht. Zu viel Arbeit höre ich. Doch dadurch entsteht nicht nur ein Verlust an biologischer Vielfalt, sondern auch an Schatten und Sonnenplätzen mit Übergängen zwischen trocken duftender sowie frisch feuchter Luft und ebensolchem Boden - und ein Verlust an tiefem Erleben, an Genuss, am Beobachten und des sich Erfreuens. Der karg-kurze Rasen bietet kaum Lebensraum, er ist still. Weder Grashüpfer noch Grillen finden darin Heimat und zirpen oder trillern ... er ist auch nicht der geeignete Lebensraum für unsere Seele. Leicht mit der Hand über einen Salbeibusch streichen, den Duft des Currykrauts in der Sonne erhaschen, der Pimpernuss ein Klappern ihrer Samen entlocken, Goldminze pflücken, Tee kochen, Fröschen zuhören und - beobachten, wie etwas wächst, was man gepflanzt hat oder was alles an Wunderbarem wächst, ohne es gepflanzt zu haben! Nicht „Unkraut“, sondern Vielfalt, wenn auch gezähmt in einem „Natur-Bewusst-Garten“. Leben mit der Natur, sich in ihr bewusst wahrnehmen, sich als Teil dieses Systems Natur erkennen und es besser kennenlernen dürfen, sich ihm vertraut machen und an seinen natürlichen Kreisläufen des Wachsens, Werdens und Vergehens beobachtend teilhaben, gibt uns Sicherheit, Vertrauen und schenkt uns die nötige Bewusstheit. Eine Bewusstheit, der Vertrautheit entspringt. Am schönsten lässt Antoine de Saint-Exupery diese Erkenntnis den kleinen Prinzen durch die wachsende Vertrautheit zu seiner Rose erkennen: Erst was man sich vertraut gemacht hat, kann man lieben und auch schützen. Und, man ist zeitlebens für das verantwortlich, was man sich vertraut gemacht hat. Echtes Umweltbewusstsein und damit auch Umweltschutz kann daher nie rein rational erfahren werden (Schule, Nachrichten), sondern muss emotional (durch Naturerfahrungen) verankert werden, um gelebt werden zu können. Aber wieviel Naturerfahrungen schenken wir unseren Kindern? Und aus einer emotionaler Nähe zur Natur wird Entscheidendes bewusst erfahren: Ich bin auch Natur und jeder Mensch braucht reine Luft, gesunden Boden für eine gesunde Nahrung und sauberes Wasser sowie ein glückliches Miteinander mit anderen.

Und wichtig ist die Erkenntnis: So wie ich die Natur für mein Leben brauche bzw. nütze, verschmutze ich auch alle Umweltmedien durch meine Nutzung – und erst aus diesem Bewusstsein kann sich tatsächlich nachhaltiges, umweltbewusstes Handeln entwickeln. Und noch eines - es liegt an jedem einzelnen und ganz konkret an mir, in welchem Maße ich die Umwelt belaste. Wir dürfen nicht warten, bis die Politik Wege vorgibt, wir müssen diese Wege selber suchen und gehen - und etwas TUN.

Erfahrung macht reich. Warum selber Gemüse säen oder pflanzen und ernten? Ein signifikantes Beispiel schenkte mir meine Enkeltochter Lilia, die ihre ersten Lebensjahre in einer Stadtwohnung verbrachte. Mit ca. 3 Jahren meinte sie nach einigem Überlegen, nachdem ich beim Mittagessen sagte, „Das ist Salat aus Omamas Garten“: „Bei uns wächst der Salat beim Billa“! Heute hat sie bei mir ein kleines Kinderhochbeet, mit Schnittsalat, Radieschen, Kresse, Erdbeeren und Blumen. Und jeder Salat hat für sie nun eine ganz andere Qualität. Wenn man ihre strahlenden Augen sieht, weiß man, dass diese Arbeit keine Arbeit ist, dieses Pflanzen, Säen und Ernten ist Lebendigkeit. Wir „Großen“ haben das nur leider zu oft schon vergessen.

Und meine Enkeltochter Zoe fragte mich kürzlich: „Was braucht eine Rose zum Leben?“ Licht, Wärme, Wasser, einen guten Boden, einen geeigneten Standort und Pflanzen, mit denen sie sich „verträgt“. Und sie braucht Bienen, die ihre Blüten besuchen. Und Zeit. All das brauchen wir auch. Nehmen wir uns Zeit. Für die Natur, für unsere Kinder, für unsere Mitmenschen, für uns, für ein „lebendiges Leben“ in bewusster Wahrnehmung. Zeit für uns selbst in Bewusstheit. Sie gibt uns Kraft, damit wir nicht weiterhin, wie Peter Strasser in seinem Artikel meint, *„dabei sind, den Erdball unbewohnbar zu machen“*, sondern um ihn zu beleben, unter Achtung unseres Geistes und unseres Wissens über unsere eigenen, inneren Bedürfnisse sowie der Bedeutung unseres Handelns in unserem Lebensraum Natur.

3

Viele Menschen sind schon aktiv geworden, viele Initiativen wurden gegründet, auch die Mitarbeiter/-innen von AGUA^{Stud} gehören dazu. „Steiermark.gemeinsam.jetzt“ ist eine Initiative, die diese zusammenführt, unter dem Motto „Leben im Wandel“. Hier ein Auszug aus ihrer Homepage: *„Der Idee dieser Webplattform liegt die Gewissheit zugrunde, dass wir bereits viele sind. Wir sind bereits viele Menschen, die etwas verändern möchten - ein besseres Leben, ein gesünderes Leben, ein faires Leben. Für uns, für andere Menschen auf diesem Planeten und für die Natur. Jetzt und für künftige Generationen!“* Klickt man diese Webplattform an, sieht man, wie viele Initiativen alleine hier in der Steiermark schon aktiv sind. Und es werden täglich mehr. Das macht Mut und gibt Kraft, sich weiterhin für einen Wandel einzusetzen.

Hier folgen einige Beispiele, wie es gehen kann – eine Verringerung des ökologischen Fußabdrucks im Fokus. Die Summe geänderter Handlungsweisen macht Veränderungen spürbar:

WAS KANN ICH TUN? Jeder Mensch hat so viele Fähigkeiten, Wissen und unglaubliche Potentiale, die nicht schlummern sollen ... und ICH sein bedeutet, diese zu leben!

- DU und ICH - was kannst du, was kann ich? Eigene Potentiale, Kreativität und Energie nützen, z.B. sich für etwas einsetzen, im sozialen Bereich, für die Umwelt oder auch ganz einfach vieles wieder selber machen - z.B. kreative und persönliche Geschenke selber basteln.

- Besitzt man einen großen Garten, diesen als produktiven Raum nützen (Gemüsebeete anlegen oder/und Hochbeete bauen, Obstbäume und Sträucher pflanzen), das bedeutet Ressourcen, Umweltverschmutzung und Energie sparen, Klima verbessern und Fairness gegenüber der Erde und den Menschen üben.
- Auch hohe Bäume pflanzen und biologische Vielfalt im Garten walten lassen. Bäume filtern Staub, geben Sauerstoff ab, binden CO₂ und Feuchtigkeit, schenken kompostierbares Material sowie Schatten- und Sonnenplätze. Solche Gärten tragen zu einem positiven Kleinklima bei und sind Orte der Kraft und Ruhe.
- Will/kann man seinen Garten nicht ausreichend nützen, diesen mit jenen teilen, die nur eine Wohnung besitzen, und mit ihnen Hochbeete und Kräuterbeete aufstellen. Das fördert die Vielfalt, den nachbarschaftlichen Zusammenhalt, den geistigen Austausch.
- Auf erneuerbare Energien setzen (z.B. Photovoltaik oder Erdwärme aber auch Holz) und bei all dem nicht denken: Das rechnet sich nicht. DAS rechnet sich immer: Für die Erde, für das Klima, für dich, für alle Menschen.
- Die Reduktion gefahrener Kilometer mit dem Auto ist besonders wichtig. Das über den Verkehr emittierte CO₂ ist der größte Anteil im Summenspiel der Emissionen. Daher alles was möglich ist, mit dem Rad, zu Fuß, mit öffentlichen Verkehrsmitteln oder durch die Nutzung von Fahrgemeinschaften erledigen.
- Nicht immer alles neu kaufen – und sich bewusst outen. Sie können Ihre Einstellung kundtun durch „Alt - aber gut“ Buttons oder Aufkleber: ES IST MIR WICHTIG - ICH HANDLE BEWUSST NACHHALTIG - ressourcen- und umweltschonend, energiesparend und fair. Buttons wie „**Alt – aber ich funktioniere noch gut!**“ oder „**Alt- aber ich wärme noch gut!**“ wirken dem Druck der Gesellschaft entgegen und vermitteln Handlungsweisen weiter. Diese sind bei AGUA^{Stud} erhältlich (siehe unter: www.aguastud.at)
- Ambassador für die Umwelt sein: Wissen und Einstellungen weitergeben, Bewusstsein wecken! Je mehr Menschen erreicht werden, umso eher kann sich etwas verändern!
- Sich Zeit nehmen, für sich, für andere ...

Auf unserer Homepage (www.aguastud.at) können Sie unter dem Link: **Umweltbewusst-Smiley** noch viele, genauer definierte Ideen nachlesen, wie Nachhaltigkeit durch bewusstes Leben gelingen kann. Überprüfen sie ihre eigenen Handlungsweisen anhand dieses Ideen-Kataloges. Erfüllen Sie davon mindestens 10 Punkte, dann schreiben Sie uns oder rufen Sie uns an (0676/87428184) - und wir schicken Ihnen einen **Umweltbewusst-Smiley** (Button oder Aufkleber) gratis zu. Es kommt auf jeden Einzelnen an!



AGUA^{Stud} trägt bei - durch vermehrte Angebote im Jahr 2017:

- **Ausbau der bewusstseins- und umweltbildenden Workshops und Camps** für Kinder und Jugendliche
- Diese Workshops werden an Schulen und in Gemeinden angeboten
- Zusammenarbeit mit Studierenden der naturwissenschaftlichen Studienrichtungen
- **Erwachsenenbildung** auf verschiedenen Workshops oder gemeinsamen Wanderungen

- Veröffentlichung, Bewerbung und Verleihung des Zertifikats **Umweltbildungsgemeinde**, zur Förderung der Bildung für Nachhaltigkeit in den Regionen
- **Wanderwegbeschreibungen**, die es ermöglichen, auch alleine der Natur wandernd näher zu kommen
- **„Natur-bewusst“ Gärten** fördern und Mut machen: „Das kann ich auch!“ Angelika Riegler zeigt auf verschiedenen Workshops in ihrem kleinen Garten, wie es gelingen kann
- **Förderung und Errichtung von Hochbeeten und Kräuterspiralen** in Siedlungen mit wenig gewachsenem Boden (z.B. über Tiefgaragen)
- **Leseworkshops** zum Buch: „Wasser – Elixier des Lebens“ von Angelika Riegler

Im heurigen Sommer 2016 haben wir neben Schulexkursionen die Sommerworkshops „Die 4 Elemente - Feuer, Wasser, Luft und Erde“ in Übelbach angeboten und umgesetzt. Es war eine große Erfahrung und Bereicherung für alle! (Siehe auf unserer Homepage unter www.agustud.at).



Foto links: **Workshop Feuer**, Foto rechts: **Workshop Wasser**



Foto links: **Workshop Luft**, Foto rechts: **Workshop Erde** (alle Fotos AGUA^{Stud})

Mit großer Freude sagen wir allen Eltern und Kindern unserer Workshops sowie allen uns unterstützenden Mitgliedern ein herzliches **DANKESCHÖN!** Falls Sie uns auch unterstützen wollen, bitte bei mir unter 0676/87428184 oder auf unserer Homepage als Mitglied anmelden! Danke.

Mit herzlichen Grüßen, Angelika Riegler