

# 盖娅教育 Gaiaeducation



出品

## Ecovillage Design Education

生态家园-可持续生活教育课程

- » 此为四个星期全面的课程，介绍城市及农村生态家园的基础设计
- » 此课程为联合国教科文组织永续发展教育十年官方承认课程
- » 此课程是由一群来自全球生态家园网络的学者和实践者（GEESE）通过多年生活实践和研究成立的可持续生活教育模式

[www.gaiaeducation.net](http://www.gaiaeducation.net)



# 目录

序言 .....	<u>P.3</u>
目的 .....	<u>P.5</u>
世界观综述 .....	<u>P.8</u>
单元1: 整全世界观 .....	<u>P.12</u>
单元2: 倾听自然, 和自然再结合 .....	<u>P.17</u>
单元3: 唤醒和转换意识 .....	<u>P.22</u>
单元4: 生命的赞歌: 创造性和艺术 .....	<u>P.25</u>
单元5: 社会性参与的精神性 .....	<u>P.30</u>
社会综述 .....	<u>P.36</u>
单元1: 建立社区, 拥抱多样性 .....	<u>P.40</u>
单元2: 社区沟通技巧: 冲突、协作、决策 .....	<u>P.47</u>
单元3: 个人充权和领导力 .....	<u>P.54</u>
单元4: 健康和治愈 .....	<u>P.59</u>
单元5: 本地,生态区域和全球延伸 .....	<u>P.66</u>
经济综述 .....	<u>P.73</u>
单元1: 转变全球经济向可持续化方向发展 .....	<u>P.75</u>
单元2: 正确的生活方式 .....	<u>P.83</u>
单元3: 社会企业 .....	<u>P.88</u>
单元4: 社区银行和货币体系 .....	<u>P.92</u>
单元5: 法律和财务问题 .....	<u>P.96</u>
生态综述 .....	<u>P.100</u>
单元1: “绿色”建筑和改造 .....	<u>P.103</u>
单元2: 本地食品 .....	<u>P.109</u>
单元3: 適切技术 .....	<u>P.113</u>
单元4: 自然恢复和重建 .....	<u>P.118</u>
单元5: 综合性生态家园设计 .....	<u>P.122</u>
生活和学习教育法 .....	<u>P.129</u>
后记 .....	<u>P.134</u>
补充材料 .....	<u>P.135</u>
生态家园-可持续生活设计教育 (EDE) .....	<u>P.141</u>
关于生态家园-可持续生活设计教育 (EDE)课程的赞助信 .....	<u>P.148</u>

此中文课程由香港社区伙伴资助翻译 (www.pcd.org.hk)

# 序言

“是什么组成社区？是什么使社区的人们凝聚在一起？对某些人来说，是一种信念。对有些人而言，是对某种理念的维护，如：民主或为消除贫困而战。一些社区是同类同族，而其它一些社区则是多元文化并存。一些社区规模小到如学校和村寨，而有些社区规模可大至洲际大陆。是什么把我们凝聚在一起组成一个国际性的社区？从广泛的意义而言，就是让所有的人都拥有更好的世界的前景。在一起，我们变得更强壮。”

——科菲·安南，联合国前任秘书长

我们生活在一个快速改变的世界，而变化就发生在我们眼前。人类现在正面临这前所未有的挑战，如何才能发展得智慧、成熟和具有判断力？有很多深刻而迫切的需求要求我们立刻给予更多的关注，如：地球环境的日益恶化，包括珍贵的表面土壤流失和森林覆盖率的减少，沙漠的扩张，渔业的枯竭、含水土层的消失、栖息地的丧失和动物种类的消亡，令人瞩目的日益增长的贫富差距所导致的掠夺、穷困和与之相关的营养不良和人口膨胀；家庭、社区甚至是整个文化的日渐解体；毫无节制的城市化所带来的社会疏远、移民安置、情感上与自然失去连接等；精神上认知与目标在逐渐暗淡；全球在变暖和臭氧在消失等等。现在，还有在地平线上赫然出现的“石油峰值”及随之而来的调整 and 变化，以及因争夺地球剩下的资源而产生的纷争。

所有的这些问题都非常现实，现在都已被很好地记录下来；但对问题严重程度的认识只是最近通过各种教育才带来的一半的效果。

这些严峻的挑战大部分已被催化，解决之道在于将来人类的觉醒和潜能。全球的人类和社区将共同一起再承担创造自己生活状态的责任——无论在当地还是在更大的区域。在这个过程中，他们将克服先前的局限，开发新的能力、技巧、知识和方法。但有些自相矛盾的是，大部分革新性的解决方法依赖于永恒的、长期的一种智慧，但这种智慧在现代社会却被贬低。在我们目前这个时代，焕然一新的使人类焕发活力的潜能就在于携手面对这些挑战。

全球生态家园网络（GEN）相信处理这些问题最有前景和有效的方法是教育——不是特定的教育而是一种全新的全球教育，这种教育的优势是特别地为迎接这些21世纪的挑战和机遇所进行的特定设计。

这是一种教育，基于对全球状态的全面和客观地评估，提供地区级的、社区级的和基于当地的解决方案。这种教育增强个人和社区的能力，让他们拥有改变他们世界的知识，变得更加自主；这种教育注重于全球视野，但适用于当地，且直接地利于保护珍贵当地文化多样性；这种教育注重实际运用和从实践中提炼出的理论；这种教育把传授有用和工具性的生活技巧作为课程的一部分；这种教育对发达和不发达国家，农村和城市的居民都是有用的；这种教育着重于息息相关的、相互交叉的事件与可持续的文化变迁的相关联；这种教育提倡和帮助健康的全球的进化；这种教育扩展了人类潜能已有的局限；这种教育重新将那些对全世界人民有意义的，有尊严的、高质量的生活所需要考虑的紧要的事情联系起来。

这就是生态家园-可持续生活设计教育（EDE）——这种教育是为未来可持续提供一种准备的道路。

生态家园-可持续生活设计教育这时候的引入，也为联合国“可持续发展十年教育2005-2014”作了很好的补充和设定了的标准。

# 目的

生态家园-可持续生活设计教育（EDE）旨在为逐步推进全面的可持续的文化而提供教育方向——它关注全球视野但专注于当地实际运用。是什么使这项教育与大量的其它“可持续教育”显得不同，就在于其教育的内容——它的环境或者可叫做活动的校园是依托于世上最精华的，最有代表性的，可持续的社区模式：生态家园。所有现存的生态家园已经依据于他们各自的特点和发展情况而有各种教育项目。生态家园设计与培训（EDE）被设计成一种标准的适用于各种情况的格式或模版。因而，它关注于任何可持续的社区设计和发展都应该关注的最基本核心的原则、主题和需要被关注的领域。生态家园设计即包括：4个星期的介绍课程，为参与者提供对设计考虑所需要的方方面面的综述，使这些能真实地应用于现实的可持续社区——也就是生态家园。

生态家园-可持续生活设计教育（EDE）是盖娅（Gaia）教育培训中的一个项目，是全球生态家园网络的一部分。盖娅教育正式成立于2005年7月，是由来自于全球的有经验的生态家园教育者组成的平台，他们联合起来努力使更多的人学习过去几年生态家园设计和发展的各种经验。

生态家园-可持续生活设计教育（EDE）被系统地组织起来，从4个主要的本质的方面来呈现人类经验，即：生态、社会、经济和世界观。这4个方面，每一个又包含5个单元，即总共有20个主题领域。这4个方面的内容相互支撑，代表着一种原型结构模式，将保持常态；而每个模块确切的名称和内容都可以根据情况进行改变和变动。课程因此被设计得富有弹性，适用于各种单独的特别项目或情形需求。因此，推荐四个星期的课程时间设计，但并非固定如此。这些材料可以

被浓缩成小型工作坊，时间可更多地被延长。或在不同时间和地点来进行划分，内在的弹性使生态家园-可持续生活设计教育（EDE）适用于更为传统的情形，如未成为生态家园的社区，也适用于学术界、专业领域、城市和其他。

生态家园-可持续生活设计教育（EDE）课程，可以被描述为“整全的”，即课程尽量涵盖并呈现出很多方面，这些生态家园设计不同部分可以是整体内部又是相互独立；生态家园设计也可描述为“综合的”，即所有不同内容都给予同等的重视，并使之具有代表性，特别是他们相互之间和整体之间存在着某种关联。最后，生态家园设计也可被描述为“全息”的，即课程的精华可全程分布且每部分都可以重新组合，因此，即使从任何部分参与都能理解到全部的目的。

全世界盖娅教育团队致力于创造一群有能力的、善于接收信息的和具有实践能力的生态家园的设计者。向学习者介绍参与任何可持续社区发展所必需的工具、技能和知识，以及如何建立自己的生态家园项目。因此，生态家园设计不仅是开阔眼界的，同时也是极具功能性的，即面向应用和基于解决方案，这就意味在快速变化的世界中如何面对真实的人们在真实的环境下的需求和愿望采取相应的指导原则。参与培训过的人就像风中种子一样散布在世界各地——当一旦发现肥沃的土地，就会重新呈现出更为有机的、全面的、综合的、全息的进展，这将真正有利于生态家园设计。

作为一个对如此复杂的主题进行介绍的课程，生态家园-可持续生活设计教育（EDE）课程的模式已被试验过好些年，通过使用者不断地进行改进完善，直至课程内容被所有感兴趣者易于理解，便于接受，具有实用性。生态家园-可持续生活设计教育（EDE）课程自身可做为一种有价值的教育方法执行，或对已有的可持续的教育计划进行补充完善，事实上，无论从学术方面还是从社区合作伙

伴的实践方面都将被积极鼓励使用。

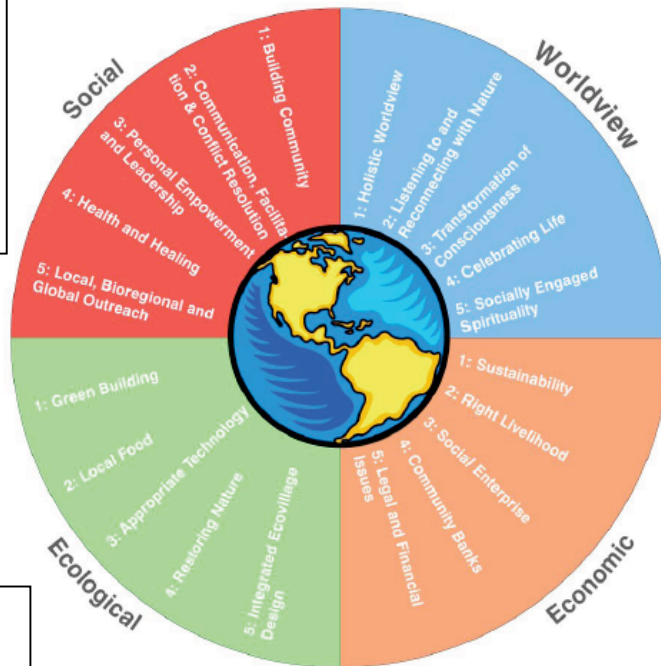
可以预见的，整个课程可扩展到全方面的，多学科的，公认的生态家园设计教育，即作为四年的学历文凭教育。这种正规的教育将越来越与21世纪的进程有关；将生态家园-可持续生活设计教育（EDE）单独提出，作为将来全球化的参与者，现在就正在创造这类学位教育。

总结而言，生态家园-可持续生活设计教育（EDE）课程是与更大的生态家园社区相融合，并代表其主要的价值，这些价值包括：从多样化中尊重个体；展示文化多样性；实践人种、文化和性别平等；促进社会公正和环境意识；为和平及当地自我决策而奋斗；提高意识和人类潜力，更重要的，尊重地球因为它是我们这个星球上的家园。

希望这个生态家园设计教育能帮助恢复被破坏的社区，创造新的社区，让其工作的模式具有生存的可持续性；使得被破坏的生态系统能再生，重新对未来乐观，使地球生命焕发生机——不仅为我们也为我们的子子孙孙。



社会方面：  
建立社区；  
交流、协调及冲突管理；  
个人赋权及领导能力。



世界观：  
整全的世界观’  
遵从自然；  
意识转变；  
社会精神。

生态方面：  
绿色建筑；  
本土食物；  
适用技术；  
恢复自然；  
综合的生态家园设计

经济方面：  
可持续性；  
适度的生计；  
社会企业；  
社区银行；  
合法的经济议题。

## 世界观综述

在描述可持续发展时，传统地会以以下三个相互重叠的主题来描述，即：经济、社会和生态（有时候又被称作环境）。这些都被认为是人类经验中最基础的领域，需要在任何关于可持续发展的讨论中被提及。生态家园-可持续生活设计教育（EDE）认同这些基础领域，同时又增加了一个领域——该领域被叫做“世界观”。“世界观”常被公认为一种潜在的，通常不说出来的，有时是一种蕴藏在文化中的模式，强烈地影响或事实上会注定了经济、社会和生态的关系。

每一种文化、每一个子群体，每一个历史上的波澜看起来都是被特定的对现实自然性的解释所引导、所告知，所牵引。术语“范式”，尽管过去是用来专指科学上的定式，但现在常常用来描述信仰、哲学和传说等的相互混合和互相贯穿，这些共同组成了被广泛接受的文化透镜，通过这个“透镜”或视觉来感知看待这个世界，简单来说就是指‘思维’。当新的知识被发现，被创造，当人类逐渐成长并获得了更深层次的更整全认识，这种“思维”当然就受到变化。

根据很多现有的文章和所思所想及很多的现象显示，西方现在是处于‘思维转换’的过程，需要出现一种新的世界观，这种世界观是对长期形成的哲学的补充和融合，并聚集了全世界的智慧和传统。这种新的世界观是意识的进化，由于文化全球化的统一，这世界观将被证明是空前的。我们现在能将整个人类看成是一个大的家庭、统一种群、地球上完整的一体，与此相似的，我们将整个星球看成是一个家园，就像宇航员拍摄的图片所显示的那样，是一个鲜活的、有呼吸的超级有机体——即“盖娅”大地女神。新的世界观被定义为一种从机械论到整全论的演化，或对现实自然性的解释从物质到精神的改变：即意识领先于肉体，思想创造了形式。生态家园-可持续生活设计教育（EDE）世界观的目的就是在可持续社区模式的设计和執行中，清楚地说明了这种演化中的各内容范围。

精神，最伟大的神秘之物，无论你偏爱什么，它都是绝对的——它是神秘莫测的、无穷无尽的、是无法言语的、然而又是无处不在，存在于所有的事务中。无尽是神圣的代名词，是存在于我们这个小小的星球的精神的实践和宗教的信仰。这样一个整体又蕴含着不同。因此，作为生态家园设计者，我们的目的不是去定义，更不是规定个人或团队的精神层面。我们更希望是推动正在扩展的精神王国——个人的、集体的和融合的。我们促使我们自身和团队进行精神上的探求、

尽可能地保持谦卑，总是着眼于将我们的见识和所发现的内容应用到设计可持续社区和如何使之繁荣兴盛上，以便惠及整体。我们将我们自己坚定地放在中心，即意味着，在未见寓意和显然可见之中寻找一个浮现的意义，不断地进行激励和指导，以便我们跟随这思潮上的演变，或者说自己本身就是演变。

精神性是文化体系核心的元素，是支持生命力量的注入，指引方向、意义和目的。由至高共享的价值和道德组成，文化形式的精神性构成了合法的社会经济结构的基础，以及与宇宙生态的关系。传统上有很多精神性是一致的，都具有共同一致的价值和道德（如：爱、同情、宽恕、仁慈、对自然和生命的敬畏等等）。每一种独特的文化都用的方法去实践其精神性。因此，在单一文化的经济全球化覆盖世界之前，我们的世界是出现了各种各样的精神文化传统，对生活在这个地球上所面临的挑战和机遇提出了多种目的多样的解决方法。因此，各文化精神除了协助我们对生命中广大的、未见的，庄严的神秘面提供的解释外，世界上的精神文化传统长期以来在维持人类的生存方面还提供了独特的、可操作的，有帮助的价值。

因此，与大多数其他逃避或忽略这些敏感事项的教育项目形成对比，生命存在的精神层面是生态家园-可持续生活设计教育（EDE）不可缺少的一部分。精神性——以及它的多样的文化表达方式，如：艺术、音乐、仪式、庆典、表演、心灵身体感知和多种实践都用来扩展意识和协调性，在生态家园-可持续生活设计教育（EDE）课程中贯穿，以便使更大的整体的意愿能被照顾。生态家园被看作是一个精心创造来满足生命精神领域的地方。每一个生态家园，按其特定的场所和生态文化环境，可强调其中一种精神传统或实践，但总体而言，生态家园的愿景是培养、容忍和鼓励多样性的全人类的精神视野。相互尊重、信任、合作、和

谐、美丽、内心感知和整全性连结都是生态家园生活的基础和本质。通过自律，在日常生活中拥有这些理念，并对这些进行精神上的实践，将使生态家园的村民更深地领会到人类本质并清楚地看到他们是其中活跃的一部分。

作为全球教育项目，目的是要将创造一种全面但又具有适用性的课程，可被所有文化背景的人容易地使用。因此，这个课程试图描述和专注于所有精神传统共通的主题和价值。同时，将重点特别放在个人的转换上：正是在这种程度上我们试图对生态家园设计者进行影响。人类——更精确地可被称为智人这种物种——作为一个整体，已将这个星球弄得一团糟，但解决方案存在于每一个人的心灵和灵魂中：而这就是真正的变化发生之所在。要转化到可持续未来是对很多个人意识的扩展。我们相信每个参与这个课程的人都会从开放的心态、对生活精神领域客观地评估中无限地受益，特别是当生活精神领域与设计 and 执行可持续社区模式相关的时候。因此，作为这项教育完整的组成部分，每个学生都被鼓励参与一些个人的精神实践。

生态家园教育世界观领域将提及人类存在的重要方面，分为以下五个单元：单元1——整全的世界观——是对我们目前正在生活的变迁的实质进行明确地说明，将科学和精神重新联系起来，作为一种新出现的世界观；单元2——倾听自然——引导重新将人类与自然世界联系起来，作为一种精神实践；单元3——唤醒和转换意识——几乎是一种诗意的对进行精神之旅结果的描述；单元4——生命的赞歌：创造性和艺术——提醒我们所有的社区都有着庆祝的形式，在重新与资源融为一体时，都有着创造性的表达；单元5——社会参与的精神性——详细解释这样一种观点，即很好的精神生活就是一种积极的社会服务的生活，在这种情况下，两者是不能被分开的。

# 单元1：整全世界观

## 目标：

- 形成整全世界观，这种世界观既能解释科学和精神领域之间的关联，又能从多重层面，小到个人大至星球等之间的关系作出说明；
- 阐明“新科学”中的发现以指出在现实中所蕴含的明确的精神基础；
- 向学生介绍描述这种整全世界观的新词汇；
- 帮助弥补精神层面和科学之间的界线以及东西方不同文化的范畴；
- 灌输一种本能的意识，即生命之间的联系不仅仅是一种暗喻，而是活生生的真理，而我们人类在其中要承担责任。

## 内容：

传统教育已将我们训练得相信这个世界和宇宙是由截然不同的、相互独立的、物质的各个部分组成，他们各自相互独立而且共同按照理性的、决定性的、机械的规律运行。然而这种世界观正在被质疑。科学上一些重大发现都正推翻这类观点。正如托马斯·贝瑞(Thomas Berry)总结的：“宇宙并不是各种物体的集合，而是各类主体的相互交流”。一种新的理念正在形成，即宇宙为一种统一体形式的生命系统，所有的在根本上都相互联系形成各类关系的复杂网络关系。这就导致了一种新的“整全的”或“整体的”世界观。

同时，已有堆积如山的科学上的规律为这种“整体世界观”做出支持，在物理、生物、心理学、系统理论、生理学、综合理论等学科中，一个共同的主题已经出现：在可观察到的物质领域存在着不可见的模式或原则，这些模式或原则总

在组织或影响我们观察和经历的这个世界。科学已逐渐表明在事物显现的后面还有其他一些事情发生。

这些发现很快地改变了我们对现实的理解。科学正在发现在物质和感知之间有这新的深层次的相互联系。物质的现实现在被理解为基于动态关系网络——而不是限于原子部分。新的科学表明那些作为固体、稳定的和惰性的出现于我们感官的东西，相反是由很多运动的元素相互影响组成的。这些元素包括：能量、微粒和电荷，他们被强有力的内部的推动力推动而显得生气勃勃。这个道理变得非常简单：如果人类要丰盛地生活，人类社会及其与自然界的的关系就必须关注和反思这种动态的，内部相连的生命网络。

让人鼓舞的新发现已表明意识肯定能影响事情和物质；物质世界和我们的人类精神世界存在着重叠的内部联系，而且在很多深层次方面有着我们现在仍完全不能理解的相互重叠的方面。在物质和生命科学方面的发现正引导我们到一个显著的会聚点，即数世纪以来，新的科学理解和精神上的教诲的会聚点。非直线性的动态和复杂的理论正表明宇宙是由一些像巨大的全息图构成的。这样所导致的结构，有时被称为“不规则碎片”或“分布式整体结构”，包含着巨大的，错综复杂的如织锦般的富有代表性的物质和意识，而其中每一基础部分（或被称为子整体）包含着全部的精华，即“上下一致”。

尽管这种整全世界观具有精致的、宏观的、本质的吸引力，如果不是根植于明显可行的现实生活的应用，就很容易被愚蠢地从知识方面简单化，这也是为什么生态家园出现在未来是令人鼓舞的：正如一个单一的原子复制成为巨大的整体，因此，生态家园代表了一种集中的，人性化的规模点，使全球社会带来最大程度地相互联系的美好未来的可能性。生态家园不仅仅治疗大量非持续文明症

状，同时也孕育系统性的治疗。

现在的生态家园提供了最好的生动的试验场所，孕育孵化出新的可持续的人类文化的模式。生态家园模式促进一种“系统”观念，强调在各种活动、过程和结构中的联系，并发展一种更为广阔的，更为整全对“可持续社区”的理解。在生态家园的生活和设计中，相互依存和相互关系被强调突出，变得更为可见。例如，有机食品的生产与现代货币有关，而这反过来又与可持续经济有关联，进而与整个过程的决策有关，最后又涉及到人类相互依存的完整性，而这又与爱、自然、生态建设等有关。

概括地说，尽管以上所列出的可能会被认为是梦幻的概念或生态学者的乌托邦，让我们重温阿尔伯特·爱因斯坦 (Albert Einstein) 曾毫不含糊地告诉我们的话：

“人类是整体的部分……我们经历着自身、我们的思想和感觉，就像和世界其他部份格离……这是一种我们意识的错觉。这种错觉对于我们是一种监狱，限制我们实现我们个人的愿望，对我们最亲近的人造成影响。我们的任务是必须通过扩大我们对所有生物的同情怜悯，对整个自然的美的欣赏，才可将我们从这种监狱中解放出来。”

#### 资源和参考材料：

##### DVD

- What the Bleep Do we Know? ! -2005, Fox

##### 书籍

- *A New Science of Life – Rupert Sheldrake, 1995, Park Street Press*
- *Chaos: Making a New Science – James Gleick, 1988, Peuguin*

- *Complexity: Life at the Edge of Chaos* – Robert Lewin, 2000, U. of Chicago
- *Global Healing: Essays and Interviews on Structural Violence, Social Development and Spiritual Healing* 0 Sulak Sivaraksa, 1999, Thai, Inter-Religious Commission for Development
- *Spiral Dynamics: Mastering Values, Leadership and Change* – Don Edward Beck and Commission for Development
- *The Web of Life: A New Understanding of Living Systems* –Fritjof Capra, 1996, Anchor
- *Zoence – The Science of Life: Discovering the Sacred Spaces of your Life* – Peter Anchor
- *Evolution: The Grand Synthesis* – Erwin Lazslo, 1987, New Science Library
- *Revelation: The Birth of a New Age* – David Spangler, 1976, The Rainbow Bridge
- *Gaia: A New Look at Life on Earth* – J.E. Lovelock, 1979, Oxford University Press
- *The Revenge of Gaia* – James Lovelock, 2006, Allen Lane
- *Gaia: The Human Journey from Chaos to Cosmos* –Elisabet Sahtourist, 1989, Pocket
- *The Universe Story* – Brain Swimme and Thomas Berry, 1999, Bell Tower
- *A Brief History of Everything* – Ken Wilber, 1996, Shambhala
- *A Theory of Everything: An Integral Vision for Business, Politics, Science and Spirituality* – Ken Wilber, 2001, Shambhala
- *At Home in the Universe: The Search for the Laws of Self-organization and Complexity* – Stuart Kaufmann, 1995, Oxford University Prss
- *Chaos, Gaia, Eros: The Three Great Streams of History* – Ralph Abraham, 1994, HarperSan Francisco
- *Synchronicity: The Bridge between Matter and Mind* – F. David Peat, 1987, Bantam

### 实践型学习活动

- 将生态家园看作一副全息图(hologram, 即多维视觉图)。你想在你的生态家园里包含哪些具体内容, 那些社会的元素? 小组讨论。
- 将身体看作一副全息图。耳朵、手、脚、眼睛的虹膜, 整个身体包含的所有精华。试着透过脚底按摩接收从脚底传来的信息并其和身体的各部分是如何相连的。
- 用柳枝测试水或用类似金属棒的东西点出水中的能量点。



- 想象练习：想象身体调向地球的中心。我身体的中心和地球的中心合为一体，感受到盖亚女神意志的瞬间。
- 想象练习：想象身体调向宇宙的中心。我身体的中心和宇宙的中心合为一体，如同在多维世界中感受到宇宙的知觉。
- 扩展原子视觉：想象身体调向银河系的中心。我身体的中心和银河系的中心合为一体，如同在多维的联合的宇宙知觉中。
- 分成小组讨论这种世界观可导致什么样的科学研究。

## 单元2：倾听自然，和自然再连接

### 目标：

- 形成对自然的敏感性和接受性，从中获得胜任生态家园设计工作所必需的启发；
- 意识到自然的健康是讨论可持续性的基础；
- 学习倾听自然，自然是我们的老师和引导者；
- 从我们自己的身体开始，现在开始采取积极的承诺去尊重自然、保护自然
- 最后，从内心、身体和精神重新和自然连接。

### 内容：

从感觉上或想象中与自然疏离是目前我们这个时代面临的最严重的各类问题的根源。看起来文明、城市文化的一个目标是用完全的人造环境来代替自然，无趣的、方形的水泥街区所构成的大城市，实质上是除了人类再无其它生命的一种生活，这种完全机械地抽象，淹没了曾经在他们之下的活生生的生态平衡系统。在经过许多代所制造的城市生活之后，哲学和宗教开始思索人类不知何故与自然分开，而自成一体。更重要是，人类从何而来得出人类高于自然的想法。这是怎么发生的？人类一直都是，在未来也将是自然的一部分。从生物进化的轨迹来看，人类大约出现在350亿年前，是地球生命的传奇。声称高于自然的人文主义，傲慢地将自然贬低为被利用的易耗的资源，并形成一种不受拘束的破坏性力量，而这种破坏性力量，毫不夸张地说最终将终结地球上的人类生命。

在这种困境之下，倾听自然，和自然再结合就显得特别地重要，而什么才是达到这一点的最有效的方式呢？

不倾向同意那种“人是高贵的”的传说，原土著生态文化，紧密地与土地相互依存，通常被认为是与自然连接的——这是因为他们发展了以生命为中心的，与他们生活在其中的这片土地亲密的相互依存的关系。长期以来，原著居民与土地紧密地生活在一起，他们几乎与他们的环境共同演化，形成了互惠互利，相互影响的方式。这是达到可持续的重要元素——对特定生命与生存之地亲密且长时间的关顾，由此人们也明显地保持健康，并与当地自然成为不可分割的部分。在这种条件下，即使生存受到威胁，人们都能进行重新调整并重新与自然进行结合。

生态家园是从一个独特的角度来表达这一主题：倾听自然，和自然再连接。无论是在城市、郊区或农村的生态家园，都有一个定义的特征，即它一个“人类的活动是和谐的与自然世界融为一体”的居住地。这听起来有一点过于理想，但却是一个有价值的开端，因为重新和自然融合是必须的。下面是达到这种融合，全世界的生态家园所采用的一些原则和实践：

- 用礼仪或庆祝活动来尊敬和感谢自然的运行，如：四季的更替、月圆月缺、四维（或七维）方向等；
- 利用各几何学及其它类似于风水的原则来挑选地方修建建筑——不是迷信，因为这些往往与地球的能量点/ 能量线有关。
- 留出土地的相当一部分来让土地有自然的演变和作用；
- 确定和保护一些特别的用地作为神圣重要之地——如：小树林、小山顶、海角、以水为特征的地方，目的是要保护我们的自然资源
- 创造一些静想的空间来让自己身心连接；

- 将建筑与当地的环境融为一体；
- 使以前被破坏的土地重新恢复生机；
- 将自然带入到生态家园并使之任何时候都可能被看到。

使用这些或更多的原则和实践，生态家园正在治愈人类与自然之间的裂痕，并创造出共同依存的最适宜的条件。在创造这些条件的过程中，倾听自然重新变得可能，且简单地通过个人的日常活动就能达到与自然再结合。

这个单元将涉及到精神的和生态的课程领域。透过持续的精神上的实践，我们的意识会有所扩展以及找到自己在地球的身份，这样，更容易理解和接受我们要承担治愈地球的职责。与自然的再结合成为我们日常精神实践的一部分，因为生命可以被看成是整体的不可分割的部分，每一个单元的完整性都依赖于所有组成部分的活力和健康。未被开发和未受干扰的野外之地成为精神复兴的源泉，从中可寻求到安慰及深层次的问题的答案。种植和培育富有生机的花园，对一个地方生命力量的尊重和使之再生，治愈我们与其他种类之间的分裂所带来的伤口——这些都是自然精神的各种活动，因为星球的演变和所有潜在的生命，人类及其他都因此而兴旺：人类作为生物圈有意识的再生的代表，我们能让这思维成为人类下一代的精神上的使命吗？

350亿年是一个非常长的时期，其中存在着自然之道所固有的可持续性道理。当人类放下傲慢，将自然当作老师和引导者，许多重要的经验教训都会被显现。人的身体如同一篇神奇的细胞构成的管弦乐，是长期以来进化的成果，因此我们自己的身体是和自然再结合将亲密的载体。去寻找一片相对未被干扰的自然环境——可以是公园或你自家的后院，安静地坐一会儿，打开你所有的感官，是不是自然向你呈现出什么？

下面这段话摘自于大卫·荷蒙格瑞 (David Holmgren)，永续农业的创立者之一，按照从自然中发现的系统设计了人工的系统，对我们的这种情感作出了回应：

“目前流行于我们西方文化中来源于心理学上的部分问题是因为我们与自然分开。。很明显地，能源峰值和回落都将再次粉碎并回顾所犯的所有错误。同时有必要意识到我们不是与自然相矛盾，我们也不是自然的破坏者，我们是在自然的一份子，我们可以从新找到这关系。”

#### 资源和参考材料：

##### 书籍

- *Coming Back to Life: Practices to Reconnect Our Lives, Our World* –Joanna Macy, 1998, New Society Publishers
- *The Hidden Connections: A Science for Sustainable Living* – Fritjof Capra, 2004, Anchor
- *Deep Ecology for the 21st Century* –George Sessions, 1995, Shambhala
- *Ecology, Community, and Lifestyle* — Arne Naess, 1989, Cambridge
- *In the Absence of the Sacred* – Jerry Mander, 1991, Sierra Club Books
- *Indigenous Traditions and Ecology* – John A. Grim, ed., 2001, Harvard
- *Reweaving the World: The Emergence of Ecofeminism* – Irene Diamond and Gloria Feman Orenstein, 1990, Sierra Club Books
- *The Way: An Ecological Worldview* – Edward Goldsmith, 1998, U. of Georgia
- *The Sacred Balance: Rediscovering Our Place in Nature* – David Suzuki, 1998, Prometheus Books
- *The Chalice and the Blade- Riane Eisler, 1987, HarperSan Francisco*
- *The Dream of the Earth* – Thomas Berry, 1988, Sierra Club Books
- *The Fifth Sacred Thing* – Starhawk, 1994, Bantam
- *The Practice of the Wild* – Gary Snyder, 2004, Shoemaker and Hoard
- *Thinking Like a Mountain: Toward a Council of All Beings* – John Seed, et al., 1988, New Society Publishers
- *Sacred Land, Sacred Sex: Rapture of the Deep* – Dolores LaChapelle, 1988, Kivaki
- *The Taoist I Ching* – Thomas Cleary,trans., 1986, Shambhala
- *Dharma Gaia* – Allan Hunt Badiner, 2005, Parallax Press

- *Feng Shui: The Ancient Wisdom of Harmonious Living for Modern Times* – Eva Wong, 1996, Shambhala
- *Sacred Geometry: Philosophy and Practice* – Robert Lawlor, 1982, Thames & Hudson

### 实践型学习活动

这一单元在创造性和适应性方面具有很大的空间。学习可以很简单而令人享受，如带有意识的自然漫步。可以是写一首诗或一个故事，写个人的反思。也可以是包括“与一棵树的亲密接触”，看它不仅仅是一段园木、一些树枝，而要想象它在这片土地上的所有功能。这就意味创造一种典礼或仪式去尊重自然或我们自身，无论是个人或团体的形式。这也意味在森林边上安静地坐会儿，并练习观察的技能。或者意味着代表另外一种生物，如一只青蛙或一条河流，代表他们发出声音，告诉小组的其它成员从青蛙或河流的视觉来看这个世界是什么样子的。这也意味着进行风水或Vastu（印度一种传统的建筑方法）的分析，或建立一个面向四方（或七方）的土地神圣地。所有的这些都强调趣味性，将食物和火作为健康的中心，这将帮助体验这种经验达到完美。

## 单元3：唤醒和转换意识

### 目标：

- 开阔一种看待地球上的生命与宇宙相是相联系的视野；
- 探索我们生命更深层次的使命和目的；
- 开始或加强能达到转换意识的实践活动；
- 推测精神之旅的目的地

### 内容：

在很多人的生活中会经历一种“峰值体验”，他们处在一种现实的非常规状态下，其强烈程度晃动了他们的基础信念。伴随着这种感觉往往是：一种无与伦比的天赐之福，一种与整个宇宙相连的感觉；一种无偿的和平与满足，一种直觉的对自然现实的理解，这种理解不需要解释；一种对所有创造物的爱与仁慈。人们都想抓住这些感觉，并永久地保持这种状态，但可惜的是这些感觉很快就消失。随着这种感觉频繁地回来，往往剩下一种经历，即感觉到比他们所知道任何东西都更为宽广、更为神奇的幻像。在某种程度上，这种“峰值体验”能成为一种“意识的觉醒”。使他们坚定地走向精神之路。

有一个关于名叫Lieh-Tzu的故事，他想知道启迪是什么及意识转换的目的。他的愿望是如此强烈，因此他行走到很远很广阔的地方，寻找具有最高智慧的最伟大的教师。Lieh-Tzu是一位虔诚的忠实的学生，他勤勉地按照所有所学的东西进行实践。一天，在他开始旅行几十年之后，Lieh-Tzu经历了一种顿悟，即进入到自发的与不能言说的无限，这种突然沉浸到无意识的海洋中，被叫做启迪。那

他转化意识后又如何做呢？他立刻从他的垫子上站起来，告别他的同伴，直接回到农村的家里，帮助他的妻子做各种家务活路——喂猪、劈柴、为花园除草。在家里他度过了他余下的高贵的生命。

这就表明这种历程并不是一种持续的上升，而是一种螺旋过程，这种过程有时候向上，有时候向下。这种历程本身就是终点。没有什么是要挣扎的——只要切切的活着我们的生命。试图去抓住福祉将导致失望，去创造获得持续的福祉的条件是要更富有的成果，同时与其相符合的是要为所有的人带来利益。这就是自然之道，这也是生态家园的其中功能之一。

但确实一些事情已经改变。重力的中心是不同的。想回到过去的、狭隘的、以自我为中心的生活看起来正逐步变质。转换意识是对意识的扩展。我的自我身份开始从狭隘的‘我’扩展的到包括围绕在我身边的越来越多的世界。我不再是个孤立的“单元”，而是社区不可分割的部分；这种人类社会是与自然社区按照生态环境共同进化；而这种生态小环境是盖娅大地中大量生态小系统之一；而盖娅大地是太阳系的成员之一——这银河系有着清晰的中心新世界也可以形成。随着我的自我包括越来越多的东西，我的职责也在增加。我的思想和行动确实是有后果的，他们会影响新世界的出现。

对于那些已经在这条路上的人们，其共同的特性是一种更深的更真的谦卑，一种对深不可测的巨大和闪耀的神奇所有的真诚的和尊敬的敬畏，而这就是最大的奇迹。所有的精神的和宗教的传统都将导致服务：对更广大的整体的服务，对减轻那些不幸的人痛苦的服务；这种服务超越了单纯的爱和怜悯，服务于赎罪和宽恕；这是服务因为当我凝视着我所爱的群体眼睛。除了试图去帮助，我还能做什么呢？



## 资源和参考材料：

### DVD：

- 四个高贵的真理——H.H.The XIV Dalai Lama, 1999, Mystic Fire Productions

### 书籍

- *Sayagyi U Ba Khin Journal – Vipassana Research Institute, 1994, Carto Prints*
- *The Life Divine – Sri Auobindo, 1985, Lotus Press*
- *The Phenomenon of Man – Tielhard de Chardin, 1959, Wm. Collins Sons & Co.*
- *The Planetarization of Consciousness – Dane Rudhyar, 1970, Aurora Press*
- *The Kali Yuga Odyssey – J. T. Ross Jackson, 2000, Robert D. Reed*
- *Essence & Purpose of Yoga – Raphael, 1990, Element*
- *The Book of Lieh – Tzu – A. C. Graham, 1990, Columbia University Press*
- *A Path with Heart.: A Guide through the Perils and Promises of Spiritual Life – Jack Kornfield, 1993, Bantam*
- *After the Ecstasy, the Laundry: How the Heart Grows Wise on the Spiritual Path - Jack Kornfield, 2001, Bantam*
- *Shambhala: The Sacred Path of the Warrior – Chogyam Trungpa, 1988, Shambhala*
- *The Prophet – Kahil Gibran, 1962, Alfred A. Knopf*
- *The Way of the Shamam – Michael Harner, 1990, HarperSan Francisco*
- *Living in the Heart: How to Enter into the Sacred – Drunvalo Melchizedek, 2003, Light Technology Publications*
- *The Power of Now: A Guide to Spiritual Enlightenment – Eckhart Tolle, 1999, New World Library*
- *The New Earth: Awakening to Your Life's Purpose – Eckhart Tolle, 2006, Dutton*

### 实践型学习活动

- 每天早上留出一些时间来进行静想，参与的人可使用任何一种技巧。  
这将在某种合适的场合来进行这项活动。课程设计上也该有引导默想的环节，使所有的学生在日常课程中都有这种经历。
- 积极的正面的心态也将作为课程教材的一部分进行练习。
- 非常鼓励哈它瑜伽、太极、气功和其他身体运动，允许向学生教授一些这方面的知识；这些活动也可由学生来引导。
- 全天不断提醒并引导学生练习“专注，有意识”的状态。
- 分享梦境是一种正面的方式进行个人和小组的活动。

## 单元4：生命的赞歌：创造性和艺术

### 目标：

- 将艺术呈现作为个人成长、治愈和转化很好的媒介，且艺术可被所有人来使用。
- 意识到无尽的创造力是我们真实的天性，如同来自于宇宙源泉的一股流水，自然得如同花儿盛开。
- 创造可以增加灵感和直觉的美丽并刺激的环境，其中创造性将毫无约束，将被作为对生命的赞歌。
- 作为小组艺术的表现，对社区的庆祝活动进行设计和展示，感觉到各种紧密联结的关系，在经验中学习关于社区生活应该让社区人们发展庆祝生命的文化。
- 教授创造力的最高形式，可以是个人的也可以是社区的，即让我们的生活成为艺术。

### 内容：

艺术不仅仅是为艺术家：是对我们所做的一切事情增加美丽、优雅和欢庆。艺术实践对人们意味着让人们去探索和尝试，去接触创造性的源泉——即来源于生命本身。人们越自如地通过艺术形式来表达他们的梦想、希望、愿望和愿景，生活就变成多彩的庆祝，这就是来自于重新创造的内核。这种积极的充满艺术的与生活之源相连接的创造性是有效使个人成长、治愈和转换的强有力的方式。

在社区环境下，创造性的机会存在于当其愿景和目标大于其个人自身时，允

许这种愿景和目标融合了个人，自身的局限。如果艺术家孤立地进行工作，就不会导致更大的影响和互动。艺术家必须知道如何参与和欣赏其他人的艺术，培养洞察力看到这种来自于群体的无意识表达的一些元素——所传递的消息、信息或象征。

“集体的创造力”这一概念与展现个人的创造才华是相对立的，只有当那些能贡献自己的所作所为，将其作为整体聚集起来协同作用才能实现“集体的创造力”。在合适的条件下，这种协同作用能通过社区焕发出来，将所有的都进行提升，使之集体创造出的东西都获得了提升。这就与一种认识相似，即在第一次文艺复兴时期，艺术家深入到各类原野工作室工作。正是这种很多大师对不同观点的交流才促成了文艺复兴。

这种向上的现象同样也能潜在地根植于来自于当今的生态家园的肥沃的具有创造性的土地。当艺术不再是业余的爱好而是持续成长于对生活的全天的态度，这样手工艺品、家庭手工业、行业协会、以及相关的工作室、生产作坊、许多各种艺术表现形式的阶层都能提供可持续的物质和精神的源泉。以生态家园为基础的艺术将致力于包括改进的美丽、和谐和优雅的概念，这些概念是由深层次的生态和精神价值、对文化多样性的表达所构成，这些正是对特定地方的独特的赞歌。

庆祝活动对任何社区都是重要的社会粘合剂。他们是一种团体的自我确定的活动，使我们与出现的新世界观相符合的重新学习、重新组合、和重生的需求。他们是对艺术和创造力的集体表达。季节性的、和全球的庆祝活动，每天的或日常的活动都是由生动的社区意识促成的集体艺术形式。庆祝音乐和舞蹈所带来的

欢乐不需要特别的场合，每一个生态家园都需要一个舞台。现在经过多年后，生态家园当把远古的概念带来而进入到新世纪，这就正在形成全球文化所共有的特征。

到世界上的任何一个生态家园，你都会在那里看到各种具有艺术性的创造性的表现：唱歌、歌谣、跳舞、戏剧和音乐表演，及所有的典礼、仪式和庆祝活动的各种形式。艺术作为一种治疗方式，艺术作为个人的转变，艺术作为集体的符号，艺术表现在环境中、建筑中、劳作中，艺术作为一种表达生命创造力的方式，即生态家园将带来一种通过创造力和艺术庆祝生命的文化。

创造性的艺术和庆祝活动的每一方面都可被选来融合在每一个生态家园设计课程中。艺术即注重个人也注重集体的表达。我们想强调所有的人们在本质上都有创造性，对一些人而言，创造灵动的和多姿多彩的生活是他们喜欢的艺术形式。随着其强调创新、进步、自我依赖的生活方式，可持续性和创造性就掌握在手中。

尊重生命的不同阶段——生命是持续的改变：一种长期的循环，是季节和发展的不同阶段。在传统文化中，在每个重要转变时期，即出生、死亡和成年，都要进行仪式庆祝，这些仪式赋予每个人力量，将集体的智慧传承下去。不同的文化之间看起来有着紧密的联系，都会有深层次的结合点、把和平与可持续的文化传承和被尊重。很多人说在现代社会这些典礼的遗失是我们这个世界陷入到混乱中的一个重要因素：再没有更多的成人、甚至很少的老人传承这些知识——因此，不再有任何的持续性。这种糟糕的结果来自于消费主义的单一文化，要我们期望并投资于“永久的夏天”，一种永不消逝的青春。在社区，从亘古的传统中学习

和重新设计我们自己，我们将重新发明庆祝的仪式来纪念和哀悼我们生命中的篇章。当我们见证并支持每一个经历了交织在我们生命中的痛苦和欢乐，我们发现我们自己比我们所知道的任何存在都具有更大的能力来爱和给予，而这具有很大的创造力。

#### 资源和参考材料：

#### DVD和CD：

- Sacred Dances——Findhorn Foundation

May East, 歌曲

#### 书籍

- *Damanhur: The Real Dream: The Story of the Extraordinary Italian Artistic and Spiritual Community* – Jeff Merrifield, 1998, HarperCollins
- *Timeless Beauty: In the Arts and Everyday Life* – John Lane, 2004, Green Books
- *The Beauty of Craft: A Resurgence Anthology* – Maya Kumar Mitchell, ed., 2005, Green Books
- *Creativity: Flow and the Psychology of Discovery and Invention* – Mihalyi Csikszentmihalyi, 1997, Harper Perennial
- *Creativity: Unleashing the Forces Within* – Osho, 1999, St. Martin's Press
- *Freeing the Creative Spirit* – Adriana Diaz, 1992, HarperSan Francisco
- *The Artist's Way: A Spiritual Path to Higher Creativity* – Julia Cameron, 1992, Tarcher/Putnam
- *Higher Creativity: Liberating the Unconscious for Breakthrough Insights* – Willis Harman, 1984, Jeremy P. Tarcher
- *Taize – a bookle from Findhorn with wonderful circle songs*

#### 实践型学习活动

- 跳舞：围成圆形的舞蹈、自由形式的舞蹈、非洲舞蹈和其他舞蹈形式，放松身体，使全部身体苏醒；
- 典礼/仪式：创造对月亮、太阳、地方生命循环的仪式，或带到课程中

来的任何一种设计和创造的典礼和仪式，将这种过程作为工具来进行庆祝、治愈和使集体紧密联系；

- 唱歌：Taize歌曲、美国土著歌曲、美国黑人歌曲、当地歌曲、Canons、心灵之歌、地球之歌、彩虹之歌
- 对未来愿景进行讨论，这是一种创造性的方式来发现个人和小组共同的愿景；
- 选择游戏来玩可以补充和完成学习过程，使所有的人都参与；
- 进行即兴的戏剧和演出；
- 绘画、雕刻或各种自由形式的绘画；
- 生活的游戏（参考：Damanhur: 对真实梦想的阐释The Real Dream for Explanation）

## 单元5：精神和社会关怀

### 目标：

- 将“内在”的精神转换和“外在”的社会变化联系在一起；
- 将精神/灵性觉醒和意识转化放在社会变化日程中；
- 将触动社会变化放在精神日程中；
- 促使追求精神/灵性觉醒和社会改善的群体之间进行有创造性地合作，使双方相互促进达到各自目的；
- 用来自于先锋奠基者的有效的例子来鼓舞和增强实践者力量，培养具有社会关怀的精神和灵性。

### 内容：

几千年来流传下来的一个古来的传统就是精神上的探求者和修道者都要攀登山之高峰或深入到沙漠或丛林中以逃避社会、集市的繁忙和喧闹。陶醉于质朴的自然之美，探求者能找到将自己沉浸在精神幻想中所需要的那份宁静，从世界的烦扰中摆脱出来。但在最近几十年，即使探求者爬到山腰，来自于世界的嘈杂和污染都如影随形。在蓝色的天空映衬着的山顶上的修道院现在正被酸雨和逐渐变化的气候所侵蚀，而附近的丛林正遭到越来越多木锯的砍伐。人类社会很多难以处理的问题正扩展到世界的每一个角落。

精神探求者因此被迫从山顶下来，进入到世界中，将这个世界作为其精神修行的一部分。现代文明的危机已达到了如此极端的时候，对于人类生存，更不用说繁荣发展，都有必要进行强烈的改变，而精神探求者现在的一个主要任务之一

就是参与到这种改变中。

与领导社会变化相平行的长期模式也已经被摇动：日益清晰的是这种模式来自于生活的更精细的精神或哲学层面，而不仅仅专注于社会或经济改革。社会变革曾被注定是文化变迁的实践，被社会必要性所推动而落实于法律、社团和科学的框架中。灵性和意识的转化也曾被看作毫不相关，因为他们是具备了个人的价值和实践因此被实用主义者认定对“现实世界”毫无影响。

但社会变革的领导者已经发现如果没有大批人们意识和价值的改变，社会变革的任务是不可能完成的。举例来说：那些专注于太阳能的提倡者进行了长期的斗争来支持世界上的发展中国家采用清洁的、分散的太阳能，而不是危险的核能和污染的老式能源——但他们发现只有当世界银行或国际货比基金组织接受之后，他们所期望的太阳能政策才最终被采纳。太阳能被用于在偏远的土著部落安装太阳能电视，其目的是为了传送西方传媒广告，播放MTV，Dynasty和达拉斯等节目。没过几年，这种技术入侵就以令人震惊的速度大量破坏了这些地球上为数不多的仅存的可持续发展文化的结构。极具讽刺的是这种具有生态价值的太阳能确让麦当劳被强加给非洲丛林中的居民，让MTV粉碎了澳大利亚土著原始的声线。

这个教训很简单，揭示了两方面的道理：没有社会变革的精神灵性就如同跛脚，而没有精神灵性的社会变革就如同眼瞎。缺乏社会和生态变化基础的精神变化最终是无效果的，“就像以为当整个生物都被毁灭时，灵魂还能被拯救”（西奥多·罗扎克Theodore Roszak）。而缺乏精神上的觉醒的社会或生态变革也正被证明是致命的，就像生态圈能被保护而人类的灵魂却在死亡。

“精神觉醒”最终意味着对人类内心和思想的爱与智慧的谆谆教导。没有这



种转换，甚至连最有希望的社会和生态变革都会很快地被全球席卷的消费主义和快速人口增长所淹没。意识和价值的转换不再是少数人保留的奢侈品，而应成为大众的必需品。

幸运的在过去的十年，日益增长的新的创新已经出现，将在社会变革和精神实践中的鸿沟之间架起桥梁。“社会关怀的精神性”的变革形式正立刻从不同的方向开始兴起。佛教徒和印度教徒过去之专注于个人的冥想修行，现在都走到街上，而越来越多的社会变革领导人也开始在坐垫上进行静想。社会关怀的精神性几乎不算是新事物，但正开始受到关注。Isha Upanishad，一部古代印度教的经文，就警告道仅仅将生命献于静想或仅仅是行动的危险性，而赞美将生命均献于行动和静想。

今天，社会关怀的精神性的先驱者们正被全球数以万计的人所激励。佛教大师Sulak Sivaraksa正在泰国、老挝和缅甸进行社会变革和佛教实践的大举变革。越南人Zen Thich Nhat Hanh大师在越南战争中推进和平的倡导者。Swami Agnivesh解放了数千名奴隶劳工。印度的B. R. Ambedkar把佛教带到“不可接触”的印度地方，而Vandana Shiva在印度推行了主要的生态改革。Aung San Suu Kyi是缅甸的一位女性的甘地。Nicanor Perlas来自与南非草根。从传统来看，他们都是令人鼓舞的先锋。

社会关怀的精神性的一个精华的是在斯里兰卡的萨尔乌达（或称人人幸福）运动。由Ariyatne博士创立，现在由他的儿子Vinya掌舵，萨尔乌达哲学将佛教教义与甘地主义哲学结合起来的一种实践。萨尔乌达致力于想贫困的村民提供“劳动的赠品”，建立营地来帮助修建建筑物、道路、水井和其他必要的基础设

施。然而萨尔乌达的主要目标并不是经济上的改善，而是一种“觉醒”。萨尔乌达提供如何融入这个世界，同时又如何从这个世界脱离而出的教育——一种非常好的社会关怀的精神性的例子。

社会关怀精神性的根源与西方传统同样坚固。犹太人的预言在任何经文中都清楚明白地表达出对正义及人类尊严的最大声的呼吁。基督教的信仰具有长期精神服务的传统。德兰修女(Mother Teresa) 的使命已经被高度关注，同样令人振奋的是Dorothy日的设立，是由天主教徒的工人运动创立的，这场运动建立了185间向穷人提供的“好客之屋”以反抗社会压迫。Thomas Merton和Berrigan兄弟在反对越南战争中都是先锋。

教友派(Quakers)信徒在社会行动中数世纪以来都已作为先驱者，并建立了地下铁路来营救奴隶。坚信上帝常驻于所有人的心中，教友派认为没一个人都有无穷的价值。教友派反对任何形式的战争和暴力，推动不同种族和民族之间的融合。从18世纪初开始，教友派在各种层次支持妇女的精神领导。

伊斯兰教的积极行动分子Badshah Kahn是个虔诚的穆斯林，被认为是“前线上的甘地”。在20世纪30年代，Kahn组织了世界第一个也是最大的10万人的非暴力军队，按非暴力的战略来训练。这支军队被称为“上帝的仆人”，跟随于Kahn的非宗派主义的教导，将伊斯兰教作为道德准绳，以和平主义作为中心。军队手上没有武器，kahn的军队确有勇气挑战英国的军队。许多战士在被英国军队最终俘获之前都已经死去。

印度锡克教大师Tara Singh曾说道：“人性幸存于贫困，但我疑惑是否我们能在富足中幸存。”社会关怀的精神性不仅为幸存的人性带来希望，也为人性的

复苏带来希望。当我们学会用精神财富来代替物质的获取，我们将从不断地挖掘有限的外界资源中转向从我们自身内心获得无尽的源泉。

资源和参考材料：

录像：

- 接受天使：Dorothy日的故事——1996

书籍

- *Culture, Conflict, Change: Engaged Buddhism in a Globalizing World* – Sulak Sivaraksa, 2005, Wisdom Publications
- *Buddhism at work: Community Development, Social Empowerment, and the Sarvodaya Movement* – George Bond, 2004, Kumarian Press
- *How to Change the World: Social Entrepreneurs and the Power of New Ideas* – David Bornstein, 2004, Oxford University Press
- *Shaping Globalization: Civil Society, Cultural Power and Three-folding* – Nicanor Perlas, 2003, New Society Publishers
- *Freedom from Fear and Other Writings* – Aung Sun Suu Kyi, 1995, Penguin
- *Principles of Socially Engaged Spirituality* – Satyana Institute, [www.satyana.org](http://www.satyana.org)
- *Socially Engaged Spirituality: Essays in Honor of Sulak Sivaraksa* – David W. Chappell, ed., 2003, Kumarian Press
- *Staying Alive: Women, Ecology, and Development* – Vandana Shiva, 1994, Zed Books
- *The Power of Nonviolence: Writings by Advocates of Peace* – Howard Zinn, 2002, Beacon Press
- *Creating True Peace: Ending Violence in Yourself, Your Family, Your Community, and the World* – Thich Nhat Hanh, 2003, Free Press
- *The Path of Compassion: Writings on Socially engaged Buddhism* – Fred Eppsteiner, ed., 1988, Parallax Press
- *Alternative Conceptions of Civil Society* – Simone Chambers, 2001, Princeton University Press
- *A Quaker Book of Wisdom: Life Lessons in Simplicity, Service, and Common Sense* – Robert L. Smith, 1999, HarperCollins
- *Contemplation in a World of Action* – Thomas Merton, 1999, Notre Dame
- *Nonviolent Soldier of Islam: Badshah Kahn, A Man to Match his Mountains* – Eknath Easwaran, 1999, Nilgiri Press
- *Quaker Spirituality: Selected Writings* – Douglas V. Steere, ed., 1984, Paulist Press

- *A penny a Copy: Writings from the Catholic Worker – Tom Cornell, Robert Ellsberg and Jim Forest, eds., 1995, Orbis*

### 互联网络

- 天主教工作者主页-[www.catholicworker.com](http://www.catholicworker.com)

### 实践型学习活动

- 按照我们接触物质、关于名望和荣誉的社会价值等所拥有的方式来引导静想。“对真理的试验”将尝试对这些附属物的释放。
- 介绍Satyana学院的“参与精神性的原则”和其他类似的原则如Findhorn的“共同点的陈述”。阐明如何特别应用到我们的生活中。
- 基于影响的程度来对班级认同做实践上的练习（按照Jenny Ladd, Arnie Mendel的工作来做）
- 培养实践小组项目，对社会参与的精神性活动进行实践，致力于按照社会参与精神性的原则，工作于特别是社会或生态的领域的事项。
- 培养沉思的实践（如：冥想、祈祷），将其作为一种带来能量转换和对某种特定的冲突和社会问题具有洞察力的方式。
- 练习见证社会公正或环境问题的力量

## 社会综述

“下一个佛的出现将不会以个人的形式出现。下一个佛的出现可能会以社区的形式出现，一个实践相互理解、相爱和仁慈的社区；是一个实践正念生活的社区。这可能是我们为地球存活所能做的最重要的事情。”——一行禅师(Thich Nhat Hanh)

考古学上的证据证实原始人类社会模式的是相对紧密地结合在一起，相互平等的，以部落为单位，并与自然紧紧地结合起来的。当今，我们需要有意识地重新采用合作和和谐的方式共同生活。因此，培养及重建有意义的社区及社区网络是朝向可持续未来的关键步骤。生态家园作为“生活和学习中心”的模式，来自于不同的文化、精神和经济背景的人们在其中探索如何相互协作地交流、不同文化相互地包涵，催生了一种新的和平的、繁荣的全球文化。通过进入到相互协调的、互相尊重的和相亲相爱的更为广阔的领域，我们能将人类的潜能和独创性自由地发挥，使万物受益。如果我们能在我们自身那里创造和平，首先在我们当地的社会团体中实现，那么慈善的品质，如谦恭、信任和善意将有机会得以存在且发扬光大。

工业化的和全球的经济体系已经带来了过度消费和一种独立，但这些已经带来了令人不快的有害的副作用——如：掠夺性的个人主义、社会疏离、无节制的上瘾和家庭解体。在发展中国家，大部分传统社会结构仍然保持完整，这使得北部发达国家还能从中吸取教训。传统村寨的社区组织在世界的很多地方仍然存在着，可以证明是可仿效的最可持续的模式。也许很多我们这个世界上很少进行消

费的人群将跳过工业化、个人主义的发展阶段而直接进入后工业的、以知识为基础的、合作的、相互依赖的生态家园的未来。这是强调教育和全球交流作为可持续发展的战略的一个很好的原因。

一种可扩展社会机缘的生活是生态家园最大的吸引力，这也可能是生态家园的最大财产。生态家园让居住者享受到的大量好处是在个人主义世界难找到的，包括：一个可以安全抚养孩子的地方，在这里大量的成人将承担起教育的模范角色；更多的时间留给家庭和朋友，而将很少的时间花在沉重的工作上；更多的机会将留给以家庭或小村寨为基础的商业或是与社区朋友一起的联合体；父母可以更多的在家照顾孩子和事业活动；可与邻居进行具有创造性的追求如音乐、戏剧的机会增多；可经常分享食物；分享办公、购物和休闲场所意味着减少购买物品、减少赚钱的需求；政治联合通常是以生态家园为中心；同时完全实现我们向往的具有意义的关系；消费主义、上瘾和犯罪将大幅度地减少；生态家园也提供了融合不同技能的、老年人的和其它不同群体相互融合的可能性，给予他们更富有、更充足的生活。

难怪我们的祖先自发地组织成各种小的、可管理的，负责任的社会小组：更容易满足基本的人类需要，有更多充裕的时间。这并不是说社区生活就不需要工作，实际上，它要求长期的行动上的警戒性——对社区小组特质和需求保持高度意识。特别是对在高度个人主义的环境下成长起来的人们，需要付出很大的努力去学会在社区环境下如何进行建设性的、互相尊重的和互利的互动——直到这些素质成为他们的第二天性，以及认同只有当这些素质被认为是人类遗产的一部分，是人类条件的一部分。

在非传统环境下建立社会层面的健康、和谐、合作的社区是需要很大的努力的，所具备的巨大的挑战是不能被低估的：与其他人相处要跨越误解的障碍和错误的交流的边界需要明确、镇定和坚定的态度。导致生态家园或其它怀有共同理想的社区破坏和失败的共同的原因之一就是冲突。因此，要延续一个成功的社区必须经历一个治愈的过程，从这个过程中我们可以走出贯穿人类历史痛苦和暴力的周期，并承担起开创新模式的职责。现实就是，这种治愈的过程是必需的，而健康的、建设性的社会技巧是可以被教授和学习的。和平的、有成果的关系可以是有意识的，深思熟虑的选择，而不是反复无常随机的选择。

因此，生态家园设计（EDE）中的社会范畴将介绍这些非常重要的事项并提供必要的工具和技能来有效地进行管理。生态家园，作为可持续村寨精华的模式，提供了发展和执行语言和让人们如何相互交往技巧的独特机遇，让人们可以被检验、可以一起工作并共同提升。通过这方面的课程，我们想尽可能地更多分享这些聚集起来的智慧，而且这些智慧还在不断地从很多经验中增长。我们的目的是帮助建立新的社区，更新已有的社区。

只有生活在社区里的人们繁荣兴盛，则社区才能繁荣兴盛！

社会范畴首先从单元1——建立社区，拥抱多样性，这一模块讨论建立社区的基础，并教授帮助加强信任的价值和技巧。单元2——沟通，决策和协作技巧：引导大家进入一个学习决策和小组协作得的过程。它讨论如何把冲突的能量转化成成长，启发和相互更深理解的能量。单元3——个人的能力建设和领导力。这一课程讨论区分“来自于内部力量”和“自上而来的力量”，发展能够服务小组和世界的领导能力的技巧。单元4——健康和治愈。描述社区如何应对关于健康

和照顾其他人的事项。最后，单元5——本土和全球延伸。帮助扩大我们的视野，看到网络化的价值。从时间和地域来看，加强一种把我们和过去及将来联系起来意识，以及全球所有的社区联系起来的思路。



## 单元1：建立社区，拥抱多样性

### 目标：

- 理解并欣赏蕴含在建立社区中的社会改变的巨大力量；
- 学习社区如何开始形成，包括：组织核心小组，形成共同愿景、创造社区凝聚力，并慢慢形成一种信任和善意的氛围；
- 学习将与人类的心灵与我们做的每件事结合起来；
- 在与他人相处获得宽恕、同理心和和解的素质；
- 拥抱多样性，见证多样性给我们生命所带来的丰盛。

### 内容：

#### 建立社区的力量：

“永远不要怀疑一小群投入有承诺的市民能改变世界；确实这种事情曾经发生过。”——玛格丽特·米德 (Margaret Mead)

建立社区能使一切都不同！“团队的想法”远远比单个的高明；团队的潜力也远远大于单独的努力。毕竟作为生命网络的一部分，我们生活在社区。因此正是我们的意识选择使我们是否承认这一事实，并承担起创立一个很好地结合起来、具有正面意义的社区形式。

本质上，尊重生命意味着对所有层次的社区的持续地关怀。在这部分课程中，尽管我们集中在人类世界建立社区，这项工作所需的素质是我们与自然世界之间建立的关系是一样的。在每一个领域都需要将思想和行动联系起来。发展一种出色的灵敏的观察和沟通的能力是不断前进的阶梯。从自身内部的判断中跳出来，

因为这种判断使我们感觉我们已经知道了所有的一切，只有摆脱这种判断，我们才能有新的眼界。这将会带来真正的个性，而这种个性是上天赐予每个人的独特礼物。然后，合作和分享才能变得可能。建立新的全球文化将聚集如此众多个人智慧和集体劳动的成果。

### 开始：社区的凝聚力

强壮的社区从强壮的个人成长起来。通常从愿承担的小核心团队来开始一个新项目是最容易的，在简单、清晰和真实的共同愿景下，社区将较容易产生粘合的凝聚力。清晰地表达并记录下共同的愿景是开始建立社区的第一个要完成的目标。一旦集体的目标和最深层次的价值被描绘出来且被所有的人所接受，这将为一个团队的成长提供健康的土壤。正如丹·里夫·克瑞斯汀(Diane Leafé Christine)所说，这种愿景需要表达出每个团队能识别鉴定的某种东西，并且团队被这个所激励，为之奋斗。可以用不同的技巧来保证每个人都为愿景的制定作出贡献。(如：计划未来的研讨会)

友谊、关怀、互相支持，这些是将社区凝聚在一起的人际关系所需要的素质。在信任的气氛中，公共生活过程就显得轻松、充满笑声和具有很多乐趣。但信任是需要培养的。信任来源于的心与心深处的交流。如果我们允许我们自己被他人真诚地看待，无论是缺点还是优点，如果我们大声说出我们的想法，展示我们的内心，信任就自然而然地产生，团队福祉的感觉就会被创造出来。我们将一起发现这个奇妙的旅程。一个社区就很像一个花园：如果人们相互接触的土壤被好好地照顾、耕耘，这个土壤中就会生长出丰盛的果实。

### 结合人类心灵

在社区，需要一种社会结构甚至是体系反映出人类天性的不同方面。我们需要将我们的想法与我们的的心灵、感情、灵魂和精神相融合以面对生活，寻找解决方案。我们需要时间和空间来做一些想象的工作，进行谈话和决策，不仅是与较大的团队在庆祝活动或静默时进行创造性的表达，而且也可以和亲密的朋友进行。最后但也是最重要的，就是要一起工作。

在很多团队，内容（正在被说的，在讨论的事项）是被集中关注的，但过程（在团队中需求得到满足的感觉）是被忽视的。这是因为人们害怕在没有成果的情绪的表达中迷失。然而，感觉是非常重要的，如果感觉变得迟钝，感觉就能破坏团队有效的工作。相反地，如果感觉能被很好地、有尊严地、有力地表达，就会推动团队向前。

为了达到以上目标，已经开发出不同的技巧。根据自身社会文化背景从而找到相合适的技巧才是重要的。讲故事和每天分享一段时光或进行反思都是联系心灵层面的很好的方式。分享梦想或梦想的实现可以让集体事务在无意识下活跃起来。非暴力的交流、共同的商讨和“论坛”也是很多鼓励社区增加自我询问气氛的方法。音乐、游戏和笑声的作用是不可估量的，它允许我们的心打开，使我们与同伴相处变得有趣。

### 调和及宽恕的品质

“你越强大，当你犯错误时去承认这错误就越容易。”——戴斯蒙德·图图  
(Desmond Tutu)

在建立社区的过程中，共同地成长难免会感受到痛苦。学习宽恕并乞求原谅是一门很深的学问。就像一个持续清除的过程，并经常交叉在我们的日常生活中，

如此我们不会突然陷入苦毒的状态。尖锐的话会让人有点痛苦、缺乏耐心或生气。这是与人类历史巨大的痛苦相联系的。这种痛苦来源于辱骂、虐待、强奸和谋杀等等。在很多国家，支持和平的社区和个人会遭到很大地威胁。看人类邪恶的本质会感到很可怕，而我们倾向于否定这些痛苦，使这些被隐藏起来看不见。在社区，我们可以创造一个可以表达深深痛苦的空间。简单如聆听受害者/肇事者的故事，允许眼泪开始流淌，这就是治愈的开始。这种“真实和调和过程”就是南非在经历了种族隔离之后所展示出的转向和平之路。

“宽恕使记住过去，而不使过去成为包袱。没有宽恕，就没有进步，没有前进的历史，只能回到冲突及冲突的循环中。这是一个非常古老的教训。”（来自于“宽恕与调和”的介绍）

### 拥抱多样性

生态家园关注于“多样性的整合性”，即综合了个人优点的成长，同时又有能力综合他们独特的天赋，因此他们可以一起实现梦想。为了达到着这种综合协同性（即结果大于各部分之和），我们需要引发出每人最好的一面。我们需要关注其他人的需求、愿景和才能，就如同关注我们自身一样。在社区，每个人都有自己独特的位置和任务。如同在大自然，每一个生物机体的每一部分都相互联系并与其他部分交流。

纵观历史，我们用我们的民族、宗教和文化来使我们与其他人分隔开。现在，随着单一文化正减少各类文化的多样性，我们欣赏我们之间的不同，珍视来自于这种不同带来的经历和智慧。围坐成一圈来分享，我们可鲜明又多方面来表达观点，同时专注于同样的目标。每个人都代表了真实的其中一部分。

## 建立社区

在已经建立了核心团队之后，将按照以下过程帮助吸引更多的人参与，组成更大的团队。

- 从已存在的社区的先例中学习：参观、沟通、采用现有社区成立的过程都能帮助建立一种明确的、具体的愿景，并获得一种可尝试的方法。
- 一旦获得土地，举行生态家园以及永续农业设计课程，这将产生更多的真正的地方规划，充满创造性的想法。这些设计课程同时也可以促使正面能量和庆祝被注入到土地上。一些参与者可一直待下去以帮助规划的实现。
- 关于协助和冲突解决的课程将帮助建立有效的决策结构。
- 下一步是看工作组的结构和任务的分解
- 下一步是指定一个秘书并对常规会议进行记录
- 早些建立每个月的任务以保证这些参与者知晓其使命是非常重要的
- 在整个过程，保持一种愉悦，在经历了长时间的课程之后可持续地重新鼓动起团队，这是非常重要的。

## 资源和参考材料：

### 录像：

- 从在Burkino Fasso中的NAAM运动中学习（Learning from the NAAM Movement in Burkino Fasso）——Dola Bonfils, Demank
- 乌托邦的愿景(Visions of Utopia)——Community Catalyst Project, 2002
- 天堂的未来(The Future of Paradise)——David Kanaley

- 直达心灵(Straight from the Heart)——Findhorn 基金，1995

## 书籍

- *Buddhism at Work: Community Development, Social Empowerment an the Sarvodaya Movement* – George Bond, 2003, Kumarian Press
- *No Future without Forgiveness* – Desmond Tutu, 2000, Image
- *Builders of the Dawn* – Corinne Mc Laughlin and Gordon Davidson, 1986, Sirius Publishing
- *Cohousing: A Contemporary Approach to Housing Ourselves* – Kathryn McCamant and Charles Durrett, 1994, Ten Speed Press
- *Creating a Life Together* – Dianna Leaf Christian, 2003, New Society Publishers
- *Creating Community Anywhere* – Carolyn R. Shaffer and Kristin Anundsen, 1993, Jeremy P. Tarcher
- *Ecovillage Living: Restoring the Earth and Her People* – Hildur Jackson, ed., 2002, Green Books
- *Eurotopia: Directory of Intentional Communities and Ecovillages in Europe*, Volker Peters ,2005, Verlag
- *Forgiveness and Reconciliation* – Raymond G.Helmick, S. J. and R. Petersen, eds., 2002, Templeton Foundation Press
- *From Utopian Dreaming to Communal Reality: Co-operative Lifestyles in Australia* – Bill Metcalf, 1995, UNSW Press
- *Tomorrow's Children: A Blueprint for Partnership Education in the 21<sup>st</sup> Century* – Riane Eisler, 2000, Center for Partnership Studies
- *Relational Learning for a Sustainable Future: An Eco-spiritual Model* – Mary Westfall
- *Sitting in the Fire: Large Group Transformation Using Conflict and Diversity* – Arnold Mindell, 1995, Lao Tse Press
- *Towards a New Culture* – Direter Duhm, 1993, Verlage Meiga
- *Wisdom of the Communal Elders: Ecospirituality and Social Experimentation* – Bill Metcalf
- *Ecovillage at Ithaca: Pioneering a Sustainable Culture* – Liz Walker, 2005, New Society
- *Communities Directory* – Fellowship of International Community, updated regularly

## 实践型学习活动

- 下面这些内容都可以在其它Gaia教育出版物中找到。见链接：  
[www.ecovillage.org](http://www.ecovillage.org)。
- 谈论粘连的圆圈；
- 分享梦想和讲故事
- 分享个人历史
- 论坛（来自于德国的ZEGG）
- 共同商讨
- 分享和分析我们对团队正在发生的事情的观察
- 阅读其他社区的愿景：案例学习
- 创造共同的愿景
- 举办“对未来的讨论”，如同罗伯特·江克(Robert Jungk)所提倡的那样  
（参看生态家园生活）
- 在团队建立健康的组织：谁将做什么？
- 新的游戏（参看网络）

## 单元2：社区沟通技巧：冲突、协作和决策

### 目标：

- 讨论“共识”的定义范围，以及为什么达到“共识”是生态家园中的村民首选的决策过程；
- 理解协作者在参与过程中的角色，以及与传统的、专制的领导力不同之处。
- 调查富有同情心的交流的基本要素，以及如何应付冲突；
- 在社区生活中考虑规划、反馈、反思和评估之间的关系；
- 体验被协作的、达成共识的决策的过程。

### 内容

所有的人类定居方式，包括生态家园都需要指出如何对其自身进行管理。生态家园明确地试图探索将人们聚集在一起的新的方式，鼓励人们公开表达其创造性和自然的领导能力（参看单元3），为了达到这点就要求有善治的过程。这一单元将专注于生态社区内部的社会政治结构，包括通常会遇到的一些困难，平稳推进这一进程所需要的技巧。参与式使人们对影响他们生活的决策发出自己的声音。我们需要学习有效沟通的技巧，以便于使生态家园的成员或其它团队成员能有效推动此事。

### 达成共识的决策过程

达成共识的决策过程超出了大多数的统治，试图使团队的所有成员支持某项决策，而形成一致意见。这个过程依赖于基本的信念，即每个人都掌握着事实和



真理的一部分。因此，必须给予团队中的每个人空间和时间，以便他们的声音能被倾听。单一的个人不允许支配整个团队。就如同在生态体系中，每一个个体都在互惠关系网络的更大的社区网中统治和被统治。

为了调用达成共识所获得的力量和神奇之处，应遵从以下的价值和元素：达成共识意见的过程应具有互相告知的承诺为基础，要愿意分享权力、拥有共同的目标、有效的协作，包括使用议程和章程程序。我们将对这些进行探索。同时，团队需要创造空间，而这一空间不仅仅是为了规划，同时也是为了反馈、反思和评估。（这些执行得如何？什么需要改进？我们如何作为个人和作为团队来发挥作用？）

由于大多数人几乎没有倾听自己的声音的经历，有时候在冲突中，内部的声音，不同意别人意见的声音都很少听到，使一致意见很难达成。为了避免会议中不必要的摩擦，团队需要采取一些基本的规则。每一个团队都必须选择最满足其需求和价值的规范。广泛适切原则可能包括使用协作者、每个受到影响的人都有必要参与，表达你自己的观点，不要打断别人的讲话以及专注于解决方案。

在达成一致的过程中，不需要投票。所有的想法和建议都将被介绍、被讨论、最终到达实现决策。在作出决策的时候，参与到团队中的参与者可以有以下三种选择：

- 表示赞同：当小组中的每一个人（除了那些退出的人）对建议都说“是”的时候，意见就达成了一致。某个人表示赞同并不意味着他对这个建议的每一项都很满意，但这也意味着每个人尽管对一些东西有些异议，但都愿意支持这项决定，都与小组的其他成员团结在一起。

- 站在一边退出：当 he 或她个人不支持提议时，可站在一边，但不影响团队剩下的其他人采取该建议。如果有很多人选择站在一边，则意见就无法达成一致。
- 妨碍：这个步骤将阻止在当前作出决策。妨碍发生是非常严重的事情，只有当参加者确实相信如果采用该提议会违反整个团队的道德、伦理和安全，就会提出强烈反对。
- 对一致赞同的另外的选择：全体减一，大多数75%，或任何其它合适的情况

### 协助

“协作”意味着“使变得容易”。协作者将尽可能使团队的任务完成得比较轻松容易。她或他是“服务型的带头人”，在决策过程中引导整个团队，为整个团队服务。协助者的职责包括：

- 意识到团队作为整体的所需和目标；
- 准备会议召开的地点，及携带必要的设备（如：记号笔等）
- 创造信任和安全的氛围；
- 使平等地参与；
- 保证尊重议程所达成的协议；
- 让团队的能量能集中和关注在任务上；
- 暴露冲突并建议解决冲突的过程；
- 收集协议，尝试达成共识；
- 结束讨论
- 编写合适的随后继续所做的活动

接受一些训练，大部分人都可以学到如何做好协作。在团队里交换角色是很好的。好的协作者所具备的素质包括耐心、平和的情绪、充沛的精力和具有倾听的能力及将思想进行浓缩，形成精炼的、准确的话语。我们需要灵活性和正面态度面对参加者和解决问题。培养正直、幽默和热情以及容纳批评的能力是让我们增强能力，更好地为团队进行服务的重要的素质。

### 沟通技巧

这里所说的技巧与非暴力的沟通(M. Rosenberg有着很强的联系)，但同样也是受一行禅师(Thich Nhat Hanh)和其它佛教的教师所启发的。在建立社区时，来自心灵的沟通是非常重要的。其目标是加强我们对其它人甚至自身富有同情心地回应的能力，尤其是在有冲突的时候。我们在如何行动和对其它人如何响应中的个人职责将被强调。练习深度倾听会加强尊重、专心和共鸣。通过仔细选用词汇，赋予爱心和仁慈，我们将在人与人之间树立慷慨和信任。

在解决冲突中学习如何表达仔细观察到的内容，而不加予评价是一个很好的开端。下一步，我们需要知道我们的感觉并学习读懂这种感觉，并以此来判断我们的需求是否得到满足。我们能表达我们的感觉而不需要责备或攻击它人。这将减少其他人反弹。

通过训练来辨别我们自身最真切的需求，并向其他人清楚地表明我们所期望的东西。这就意味着清楚地表达需求而不去指令满足这些需求。所有的人类都有着同样基本的需求——这就使得每个人可以相互联系，并使人与人之间有更深层的相互理解。专注于明白所观察到的、所感觉到的、所需要的，而不是诊断和判断，我们发现我们自身同情心中的美。这是使得人与人之间相互心灵沟通的重点。一旦我们能接受批评性的、甚至有敌意的信息而不将这些信息与个人联系起来，

在不丧失自重的情况下相互妥协，只有这样我们知道我们走在正确的道路上。

### 处理冲突

冲突是不可避免的。冲突属于我们生活的一部分，就像暴风雨属于不同的天气中的一种。事实上，在团队中，多样性和不同性是健康和富有创造性的标识。最重要的是改变我们避免冲突的态度，带着兴趣和开放的心态来看待冲突。这就意味着从“成功——失败”这种观念转变到双赢的观念。在冲突的所有方的意见都被听到和理解时，双赢的解决方案则变得可能。

通常，当我们认为某种情形是“冲突的”的，这就意味着我们已经失去了我们的连通性、归属感和被理解。在同意或不同意任何一个人的观点之前，试图去感受这个人的感觉和理解他的需求。不要直接说“不”，而是说你有什么样的需求阻止自己说出“好”。如果你感觉到不安或生气，就会知道最深切的需求没有被满足，那就要想想如何弥补，而不是去想你或其它人哪一点做错了。

对和谐的相互作用构成障碍的包括：情感敏感，地位和特权，根植于文化和结构上的冲突、闲话、个人攻击和讽刺。

### 资源和参考材料

#### 书籍

- *Facilitation and Consensus Manual – Beatrice Briggs* [www.iifac.org](http://www.iifac.org)
- *Creating Harmony: Conflict Resolution in Community – Hildur Jackson, 2000, Gaia Trust*
- *A Manual for Group Facilitators – Brian Auvine , et al, 1977, Center for Conflict Resolution*
- *Building United Judgment: A Handbook for Consensus Decision-Making –Michel Avery, et al., 1981, Center for Conflict Resolution*
- *Facilitator’s Guide to Participatory Decision-Making – Sam Kaner, et*

*al., 1996, New Society Publishers*

- *Greet Meetings! Great Results – Dee Kelsey, 2004, Hanson Park Press*
- *How to Make Meetings Work: The New Interaction Method – Michael Dohly and David Straus, 1993, Jove Books*
- *Nonviolent Communication : A Language of Compassion – Marshall Rosenberg, 1999 Puddle Dancer Press*
- *On Conflict and Consensus: A Handbook on Formal Consensus Decision-Making – C.T. Lawrence Butler and Amy Rothstein, 1998, Food Not Bombs Publishing*
- *The Skilled Facilitator: Practical Wisdom for Developing Effective Groups – Roger Schwarz, 2002, Jossey-Bass*
- *The Deep Democracy of Open Forums – Arnold Mindell, 2002, Hampton Roads*
- *The Art of Mindful Living: How to Bring Love, Compassion and Inner Peace into Your Daily Life – Thich Nhat Hanh, 2000, Sounds True*
- *Communicating in the Small Group: Theory and Practice – Beatrice G. Schultz, 1989, Harper & Row*
- *Damanhur- The Real Dream: The Story of the Extraordinary Italian Artistic and Spiritual Community – Jeff Merrifield, 1998, HarperCollins*
- *How to Mind Map – Tony Buzan, 2002, HarperCollins*
- *Six Thinking Hats – Edward Debono, 1999, Back Bay Books*
- *Handbook of Group Facilitation – Sandy Schuman, ed., 2005, International Association of Facilitations*
- *The Fifth Discipline – Peter Senge, 1994, Currency*
- *Warriors of the Heart – Danaan Perry, 1995, Findhorn Press*

## 网络

- *Center for Nonviolent Communication – [www.cnvc.org](http://www.cnvc.org)- Books, tapes, courses, etc*
- *Community at Work – [www.communityatwork.com](http://www.communityatwork.com) – Workshops on facilitation skills, organizational development, and more*
- *Institute for Cultural Affairs – [www.icaworld.org](http://www.icaworld.org) – Facilitation and group process trainings around the world*
- *International Association of Facilitators – [www.iaf-world.org](http://www.iaf-world.org) – Sponsors*

*an annual conference, group facilitation listerv, publications*

- *International Association for Public Participation – [www.iap2.org](http://www.iap2.org) – Trainings and publications related to effective citizen involvement*
- *International Institute for Facilitation and Consensus – [www.iifac.org](http://www.iifac.org) – Beatrice Briggs, director. Website, electronic monthly publication, courses*
- *Process Work Center – [www.processwork.org](http://www.processwork.org) – Training based on the work of Arnold Mindell*

### 实践型学习活动

协助技巧可以在整个培训过程中被教授，被引导，被练习，在合适的情况下还可包括：议程安排、会议地点准备、设定基本原则和程序、会议评估、创造合作环境、处理不同协作者角色、建立自我认识工具、创造“思考”的环境，具有活力的团队，获得社区协助技巧。每一个课程都使用一名协作者引导团队作每天的“检查核对”和与参与者进行分享。该模块的教导者也要每天将该课程融合到社区建设的机会中。

## 单元3：个人充权和领导力

### 目标

- 探索“控制性力量”和“创造性力量”两者之间的不同；
- 拥抱自我充权和他人充权的概念；
- 学习团队中每一位有能力的个人如何按照有机模式来共同工作，在这种模式下每个人既相互分享又相互独立承担职责；
- 促进对和地位、权利和特权相关事情的意识；
- 在团队中起领导作用：结合领导能力

### 内容

权力关系的现状：对大多数人而言，我们现今的全球体系并没有引导向和平、公正和富足。个人的权力往往与残酷和疏离相联系。然而，权力本身没有好或坏的内涵。我们人类是有意识的生物，天生具备了自由的意志和自由的选择，而放弃我们这种力量是否定了我们天生的职责。我们在这里定义权力为创造、维护、改变和影响人们、团队、系统和生命。我们是有能力去有意识的为进化的过程做出贡献。能正面看待自我充权，我们就需要区分两类权力或力量：控制性的力量，即是对生命的控制；和创造性的力量，即做为创造生命力量自身的有机的部分。

控制性的力量压制个人、社会和自然的生命力量。控制性的力量来源于基于害怕和不信任的世界观。在现行的全球文化中有一系列的假设使控制性的力量看起来有道理：

- 这个星球是无法供应每个人的需求；
- 这个世界是由分散的实体构成的（例如：我是与我周围的人相互分开

的)；

- 按照达尔文“适者生存”的理论，只有最强者才能赢；因此人类的所作所为都是为其自己的利益；
- 变得明智就意味着所做的事情是我们所不愿意去做的；
- 生活在这个敌意的环境下，防守对于我们是必需的，其他人会利用我们展示出来的任何弱点或缺点

然而，大量的拒绝不想听到的反馈使我们远离有价值的信息。我们需要打开自身，以变成健康环境中健康的一部分。

创造性的力量意味一种来自于个人智慧和美丽的天赋，这种天赋强大了生命的进展。创造性的力量并不是我们所拥有的财富，而是一个开启心灵的过程。促进创造性的力量的假设有：

- 我们的星球，如果能被明智地管理使用，在本质上是富饶而充足的；
- 生命总是不断给予我们成长的最好的机会；
- 切实可行的解决方案就是那些能满足所有人员的需求，导致双赢的结果，双赢的解决方法总是存在的；
- 切实可行的解决方案是基于尊重生活在这个星球的所有生命的需求；
- 全世界的人类都有相同的基本需求（食物、跻身之所、有意义的工作、爱和尊重）

### 重新获得我们的力量

全球体系产生一种毫无希望甚至在许多时候令人绝望的感觉。我们中的很多人有时候都隐隐约约地对我们自身和作为星球中的人类的生存已经“放弃”。媒体正向我们喂食错误的信息和扭曲的真实生活，而我们也任由这些发生。然而，



如果我们看一下这些事情的状态，我们知道这是应该成熟地清醒的时候，是重新获取我们自身力量和希望的时候。

对现实所察觉到的警戒和感受将带给我们非常宝贵的信息，通过这些信息告知我们需要去做什么。当我们允许我们的天性将我们所能拥有的最好的一面展现出来，那创造性的力量就觉醒了。社群在这一过程中能起到重要的作用。来自于我们周围的反馈是必不可少的。其他人看到我们的优势和缺点在什么地方？生态家园给我们带来了大量的机会，使我们能对未知的新的生命领域可以自我表达。当我们相信我们带来的天赋是被看见、被欣赏，和是为所有我们所爱的人去创造安康，我们将强烈地被激发。

### 草根的力量

每个人应该可以承担更多的职责。在任何领域起到带头作用主要意味着承担起更多需要去做的工作。一旦我们经历领导团队的这种挑战，我们就会对其它人的带领心怀感激。野鹅就是一个最有力的例子：总是有一只鹅飞到最前面，为在后面飞的其他鹅挡风引路。一旦领头的鹅累了，就有其它的鹅代替它的位置。这个教训就是：作为一个团队，我们就会更强大。在社区中，所有的人都会依据他们在各自领域中的经验，被邀请承担领导的角色，

在建立社区时，控制和创造性力量之间有一个明显的界限，而这是冲突的最主要原因。领导模式需要按照团队的需求和情况以及各成员演化过程中的天然权威性进行改变。对地位和特权创造透明度是非常重要的。有地位的人们应在工作中特别听取批评。

在很多社会中，权威性并不是自然而生，或根据个人的智慧和才能来决定；

相反是由一些别的因素，如语言、性别、文化背景、阶层和皮肤的颜色。我们需要承认和克服这些界限，尽量发挥人类的潜力。真正“草根力量”的关键在于尽可能地表达同情和友谊。

### 创造性的领导能力素质

- 为个人和社区的命运服务，分享我们美丽和卓越的天赋；
- 对我们将引导到何方非常清晰；
- 知道我们在服务，我们给予却并不期望回报；
- 自我认知，对我们自己的优点和缺点都很透明；
- 将麻烦制造者看做是潜在的老师；
- 能看到更大的范畴，只需短时间就可以摸清眼下发生的事情；
- 在目前的框架下试图展示所有观点以获得真相；
- 鼓励他人成为领导者；
- 知道这种变化时持续的，我们让事情按照生命的自然规律发生并当下学习；
- 对所有情况都有警觉意识，接受而不是判断

### 资源和参考材料：

#### 书籍：

- *Power and Sex – Scilla Ellworthy*
- *Mt Sanfter Macht – Scilla Ellworthy*
- *Das Weibliche Prinzip – Scilla Ellworthy*
- *The Tao of Leadership – John Heider, 1985, Humanics New Age*
- *Change the World without Taking Power: The Meaning of Revolution Today – John Holloway, 2002, Pluto Press*
- *Despair and Personal Power in the Nuclear Age – Joanna Macy, 1983,*

*New Society*

- *Return to Creation – Manitonquat*
- *War Prevention Woks, 50 Stories of People Resolving Conflict – Dylan Mathews, 2001, Oxford Research Group*
- *Sitting in the Fire: Large Group Transformation Using Conflict and Diversity – Arnold Mindell, 1995, Lao Tse Press*
- *The Parable of the Tibes: The Problem of Power in Social Evolution – Andrew B. Schmookler, 1984, University of California*
- *Ritual: Power, Healing and Community – Malidoma Patrice Some, 1995, Gill & MacMillan*
- *Welcoming Spirit Home: Ancient African Teachings to Celebrate Children and Community – Sobonfu Some, 1999, New World Library*
- *Leadership and the New Science, Discovering Order in a Chaotic World – Margaret Wheatley, 1999, Berrett-Koehler Publishers*
- *Sex, Ecology and Spirituality: The Spirit of Evolution – Ken Wilber, 2001, Shambhala*

### 实践型学习活动

- 分享和分析我们所观察到的团队正在发生的事情：“社会”是如何对这个团队进行阶层划分的？这个团队自身是如何进行阶层划分的？
- 组织团队为一个健康的机体：谁将在这种情况下担任领导？
- 愿景探求/典礼树：重新与自然联系以便于发现我们是谁以及我们为什么会在这里
- 花时间去反射出一个人在原始状态下的素质；
- 交流有关力量方面的故事：但我们感觉到有力量并战胜异常的害怕时之类的故事
- 创造艺术来展示个人的力量，这种力量感觉是什么样的，看起来时什么样的
- 在团队中练习领导的角色

## 单元4：健康和治愈

### 目标

- 知道人类是一个整全体——是思想、身体、灵魂和精神的联合体；
- 理解我们如何通过治愈我们与地球的关系来治愈我们自身；
- 在对治愈过程的描述中，应将注意力引导到人的整个需求，包括内部问题，而不是疾病本身，
- 承认传统治疗方法的智慧，并与现代医疗知识平衡地结合；
- 意识到每个人都是独特的，每个人通向健康之路都是特别的，因人而异的；
- 明确预防是治疗的最好方法

### 内容

#### 健康就是作为一个整体

健康不是简单地避免生病，健康是生活的一种方式。最大的健康不仅是包括身体，还指心理的、情感的、社会的和精神的存在水平。在现代社会中有一种趋势，就是将生活分成不同的部分。例如，我们的工作好像可以去压迫自己，使我们处于紧张和燃尽的状态，因为我们可以利用假期来买回“健康”时间和对此进行补偿；或者好像可以与这个世界分离，即这个世界与个人无关，因为这种关系和亲密都属于“私人”领域。在生态家园，所有的这些部分都重新组合成一个生活的整全整体（而不是划分成不同部分），即达到整体是有意识的目标。在有意义的关系中生活是健康和治愈的基础：感到被接受、被爱和被需要将激励一种充

满希望的生活的欢乐，并以一种率真开放的态度来对待新事物。

在这种情况下，疾病被看作一种指标，一种信息，告知我们周围事物发生的状况，包括社区、社会和自然，以及我们个人自身的状态。我们能学会理解、修改更正疾病，而不是急匆匆地试图尽可能地清除这些疾病。在全球体系中，一旦人们生病或变老或不能工作，不再能照顾自己，那他们就失去了他们的经济价值。在社区，我们还有机会去创造新的价值去团结和照顾其他人。

在这些时候，随着自然的疾病变得越来越频繁，社区的团结和相互照顾成为了在震惊和创伤中生存下来的最重要方法。健康是一个共同的事情，而不仅是个人的问题。

### 治愈我们的身体

如果我的身体是社会机体的一部份，则治愈我的身体将帮助治愈社会的机体。心灵和身体的分开是伴随着工业文明而产生的，可持续的健康开始于将心灵和身体重新联系起来。我们不仅仅拥有身体，我们本身就是一个机体；心灵不是与物质分开的而是在身体和环境之间共同成长的抽象的分界面。身体所需要的东西——新鲜的空气、干净的水源、营养的食物、经常地锻炼、抚摸和感情——都是保持个人健康最佳状态最需要的东西。你如何评价你与身体的关系？这种关系还可以再改进吗？现在有大量“身体觉醒”的练习来重新发现这种亲密的关系，而我们会在这里尝试一些。也有一些冥想是为了探索身体和感受之间的关系；经常锻炼的将获得一种能力，即将身体看做是一种能量场，注意其堵塞或密集的区域。

在这种能量层次上，可以说我们都是被作为精神实体而创造的，内部发射出天赐的光芒——在物质的身体上叠加着如神灵般的精神。情绪上的障碍如判断、

愤恨、或渴望，这些都将使我们的光亮暗淡，所以需要被超越，将这些障碍清除。最终，在所有反复过程中清除这些障碍和负担，使之螺旋上升。从瑜伽人体精神力量中心的观点来看，我们需要重新恢复我们能量身体系统各个层面的气息的自由运动，只有这样我们才能达到高贵的自主的优美，并重新改造身体本质部分，使之能辐射天赐的兴奋的光芒。

性的能量是健康身体的自然表达。首先是创造性的生命力量激发，然后是充沛精力的洋溢，随后就需要一种释放。这种热情的激发本身是一种对生活的热情。与另外一个人以热情的、相爱的、深情的性的结合是达到完全、完整和对立两面即阴阳的重新结合。生活在社区将对这种激发的性的力量有所考验。如果我们作为成熟的、有责任的个体来行动，我们能有意识地利用和按照富有成效的和健康的方式引导这种强有力的生命力量。我们能向社会机体灌输温暖的、充满爱的、关怀的、给予生命的光芒。或者相反，如果我们让这种热情毫无节制，如果我们毫无意识地按照性的幻想来行动，而毫不考虑他们的后果，我们就冒着释放破坏社会机体的力量的危险。这种选择在于我们自身。抑制性的力量是当今世界的一个大问题。

### 治愈我们与地球的关系

在治愈我们与地球的关系中，我们治愈了我们自己。古老的部落通常会对生活在这个星球的不断变化的相互联系表现出尊敬。长期以来，西方文明已经将地球作为一个可以被利用的资源储藏库，一个倾倒工业有毒残渣的场地。空气、水、地球和食物的污染使我们生病。富裕的国家已经消耗并且仍然正在消耗超过他们应有可持续分享的资源，而我知道这种贪婪的生活方式正在减少世界上所有的孩子拥有富足、健康未来的机会。

我们知道很多我们行为所产生的后果以及我们所承担的责任，而这些往往不是我们所想承认的。当然我感觉到我们作为人类的痛苦，这种痛苦在我们之间回荡。如果我们不按照这种知识来行动，如果我们不采取行动来治愈伤口，我们带着犯罪的、害怕的和生气的感觉，而这些都将使我们生病。我们的生活可以是一种与自然和生活本身的爱关系，而不是屈从于对这种关系的否认，而这将走向最佳健康之路。无论什么时候我们再创造可持续的生活方式，这都将帮助我们回到爱的状态，开始治愈过程。这将治愈我们，使我们知道我们正在全身心地寻找解决方案，并使大家都受益；这将治愈我们，使我们能温柔地踏在地球上并尊重地球；这将治愈我们，使我们知道我们正在寻求为所有人的福祉，将健康留给我们的年轻一代。

#### 承认传统治愈方法的智慧

重建一种与地球的尊重的、诚实的、自然的关系，让我们再重新获得传统治愈方法的智慧。从最基本的开始，即吃生长在我们身边的健康食物，采集生长在我们走过的路边的药草，我们将通过吸收来自于我们生活的地方的生命力量来保持健康的身体。现代的健康体系依赖于人工合成生产的药品，否认与自然的显存的关系。现代制药技术可能对某些突发的疾病有效果，但健康的基础依赖于整全预防，也被称为“软性”方法。在生态家园，我们将药物和疗法看成是伙伴关系互补的。每一个人都是独特的，因此每一个人的健康之路也是特别的，因人而异，因此应探索所有的可能性。

#### 健康医疗保险的公共替代方式

对社区团结和照顾社区创造一种新的范例无疑是需要财政解决的。在困顿和危险的时候，我们对其它人的依赖就变得很明显。在过去，社会关怀和福利网络

依赖于社区，而这已经消失并被多数现代社会发展的养老金和健康医疗保险制度所代替。然而，这些制度化的结构，由于其内在的匿名和不同，完全不能满足大多数紧急要求，更不用说满足长期的归属感的需求。

此外，这种将提供对个人健康医疗保健的方式与全球经济体系结合起来，将导致不断地依赖贪婪的跨国大公司来满足当地的需求，而这两者的需求是完全对立的。资本主义是一种被设计为尽可能更快更有效地攫取自然和文化资产的体系——它根本就不涉及健康关怀方面。在大多数国家，社会团结已被系统地破坏，特别是在社区层次，致使穷人变得越穷。生态家园是重新承担当地健康照顾责任的解决方案。在今后的岁月中，随着日益衰老的那些二战期间婴儿潮出生的人们发现政府和大公司根本不准备提供任何帮助，我们可以看到生态家园的设计原则将普遍适用于那些已老化的社区。

一个以草根团结基金的替代方式可以参看Artabana网络的一个例子。Artabana团结社区是由平均每组约20-30人组成的。第一个小组成立于1987年。目前已有超过100个小组分布在德国和瑞士。他们试图通过提供资金和其他支持方式来为个人健康医疗保健创造最好的条件，使得成员中的每个人都能依据自身的情况自由选择健康医疗保健方式。所有的成员基本上都能在生病时满足自己健康和经济上的需求。同时，将钱支付到当地的Artabana团结基金，以便于一旦有疾病发生，资金就不会吃紧。如果当地基金不足以支付或使用完毕，在Artabana网络中地区和国家的资金将被使用。来自于相互认识的人之间的相互支持，经验表明一旦需要资金时候，必要的资金总是能到位的。

资源和参考材料：

书籍：



- *Gesundheit: Bringing Good Health to You, the Medical System, and Society through Physician Service, Complementary Therapies, Humor, and Joy* – Patch Adams, 1998, Healing Arts Press
- *Medical Marriage: Partnerships between Orthodox and Complementary Medicine* – Cornelia Featherstone and Lori Forsythe, 1997, Findhorn Press
- *Perfect Health: The Complete Mind/Body Guide* – Deepak Chopra, 1991, Harmony Book
- *Wellness Workbook* – John Travis and Regina Sara Ryan, 1988, Then Speed Press
- *Integrative Medicine* – Benjamin Kligler, 2004, McGraw – Hill Professional
- *The Complete Book of Chinese Medicine: A Holistic Approach to Physical, Emotional and Mental Health* – Wong Kiew Kit, 2002, Cosmos Publishers
- *Textbook of Ayurveda* – Basant Lad, 2001, Ayurvedic Press
- *Holism and Beyond: The Essence of Holistic Medicine* – John Diamond, 2001, Enhancement Books
- *Manifesto for a New Medicine: Your Guide to Healing Partnerships and the Use of Alternative Therapies* – James Gordon, 1997, Addison – Wesley
- *The Healing Power of Humor* – Allen Klein, 1989, Tarcher
- *Body: Recovering Our Sensual Wisdom* – Don Hanlon Johnson, 1992, North Atlantic Books
- *Body, Spirit and Democracy* – Don Hanlon Johnson, 1994, North Atlantic Books
- *Body Awareness as Healing Therapy* – Mosher Feldenkrais, 1994, North Atlantic Books
- *The Spell of the Sensuous* – David Abram, 1996, Vintage Books
- *The Mind of the Cells* – Satprem, 1982, Institute for Evolutionary Research
- *Beyond Tantra: Healing through Taoist Sacred Sex* – Mieke and Stephan Wik, 2005, Findhorn Press

### 实践型学习活动

- 建立一个生态家园医疗健康保健体系的模型
- 现场设计一个为参与者和参观者服务的健康诊所，为其他人的健康问

题服务，并能开处方和进行一定的医治

- 在进行了一些调查之后，设计和修建一个草药园，准备和提供一些草药茶的样品
- 准备一些酞剂和药膏
- 练习一些治疗技巧，如：气功、体能极性疗法、针灸、放松、呼吸、通过立地腾跃来减轻压力
- 按摩圈
- 通过身体冥想和游戏来提高意识
- 有氧健身
- 飞盘和排球
- 对性进行公开的同性之间的讨论。

## 单元5：本地、生态区域以及全球延伸

### 目标

- 学会尊重那些之前已经生存了很久、那些还在生存的以及那些将要生存的社区；
- 学习与我们的邻居和参观者建立友好的关系；克服“我们”和“他们”这种概念；
- 设计一块社会生态的地方，能平衡公共和私人领地；
- 在我们的区域内促进可持续性的各种方式：生物区域主义
- 扩大我们的视野：网络、交流和教育、全球范围内的支持和团结

### 内容

#### 贯穿时空的社区

历史的经纬总是交织着生命的网络。无论什么时候我们开始建立社区，研究当地的历史都能帮助我们更好地理解现在。地形总是在不停地被人类的双手所改变。而在这种改变中可能蕴含着卓越智慧和远古的当地的经验，例如，当地的道路或房屋屋顶的形状。更深的含义可能在一开始并没有揭示出，但经过仔细观察后，意义深远的模式将开始显现出来。深入看待耕作地形上的阡陌和曲线就像看一本书一样：这些信息就在这里，我们只需要学到的当地的语言来阅读它。

当我们走在特定的土地上，我们就走进了特定的历史，一种看待世界和存在于世界的特别方式，一种独特的表达自我的方式，这种方式与我们来自的地方可能完全不同。所有的人们在这个特定的地方所经历的：战争、困苦、种族的扩张、以及和平、欢乐都会影响现在的心情和精神。我们需要时间去熟悉了解一个地方的文化

——观察、倾听和使我们投入到当地的生活中。

随着新自由主义全球化的主导，我们生活在一个文化快速地彻底地变化和破坏，使文化的多样性、丰富性融化为无趣的、乏味的、单一的消费文化。在很多国家，由于当地的传统风俗被大众文化所取代，适合当地的全部的生活方式需要被重新发现。在其他国家，原住民文化的生存极需支持和帮助。

知识是结合在当地地区的生态地理环境，当文化消失后，大部分知识会丢失。我们可以通过聆听老年人的故事、钻研当地的传说和民间故事，研究考古学上的发现，尊重当地的语言和庆典来帮助复兴和保存这些珍贵的知识。

跨年龄代的社区将会把生命力带回到传统的生活中。年轻一代为老年人从新带来生活意义，反之亦然。复兴老一代所拥有的智慧和经验，我们将会极大地受益；看着孩子们成长，我们会记得自己的努力是为谁。我们的社区将拥抱那些曾经在这里居住的人、那些正在居住的人和将来要在这里居住的人——社区是一个空间和時間上的连续统一体。

### 与邻居建立友好的关系

垂直地穿过时间，生活的网络横向地从这伸展到现在。为了让生态家园变得可持续，他们需要与时间的纬度和生活的经度相互联系。自然是细胞渗透隔膜到开放的系统；我们需要创造和维持开放的沟通，并与我们所属的更大的社区进行交流和交换。

有时与全世界具有相同想法的朋友圈交流要比我们自己的邻居容易得多。传统来说，社区缔造者期望能创造变化，建立新的模式来最大地解决社会问题。但具有这类的思想者大多数是理想主义者，他们在某种程度上期望连根拔起或转移，所以这是他们致力于推动改革的原因之一。在这典型情况下，一般居住在这环境中的人，

往往是那些世代扎根于本土的人们，他们因此能更坚持他们的生活方式，但也无可避免的居住在不可持续的现在。如何平衡未来和渐进的理想主义和传统的保守的视觉到现在仍然是个挑战。社区缔造者可能会为正面的改变带来启发，但假如他们要持续这种愿景，他们必须放下他们认为正确的东西，而且在改变的过程需要创造一种谦卑的、互惠的、幽默的语言，使之被理解和被接受。我们只有当这种改进变得切实的，且让所有的人都受益的，我们才会获得对我们愿景的支持。这很可能是一个漫长的过程，但只有通过这个过程我们才能对这个地区带来希望，才能为我们自身建立一个安全可靠的基础。

### 盛情待客

在所有强调和平的文化中，慷慨盛情是一个核心的品质。作为一个特意创立的社区，如果我们想建立与邻居友好的关系，并试图激励这个世界，我们就需要让我们自身变得透明并容易被参观，我们需要克服排外和隔离这种趋势。但当客人一个星期接一个星期如潮水般涌来，想见证社区的生活方式的时候，我们如何公开地照顾接待客人？答案的一部分在于地域和建筑设计。考虑周全的规划，将对流入的参观者、尊重居住者的隐私和安宁进行考虑，这是设计过程中重要的一个标准。

### 共同的住宅小区

这是一个相当适度的方式来介绍社会理想主义如何应用在现有社区中。共同住宅小区设施是一种紧凑的居住方式，对土地进行有效地使用，减少了各个家庭的消费。这种方式鼓励人们之间的相互交往，对社会弱势群体的支持。共同住宅小区是一种新的联合居住的形式，它综合了自治的私人居住地、分享公共利用区域和休闲设施，如：厨房、餐厅、工作间、办公室和孩子嬉戏区。共同住宅小区的居民构成了一个特定拥有共同理念的社区。他们选择在一起居住并分享财富和资源。他们开

展了丰富的社交生活，包括固定的分享用餐。他们渴望有意义的社会关系，和强烈的“社区归属感”。对很多纯粹者而言，共同住宅小区只是朝向正确方向的一步；但为了让这种生态家园原则和实践的方式得到贯彻和被大多“主流”者所接受，这种方式对可持续社区的完全进化进行了有价值的尝试。完整的生态家园设计将包含共同住宅小区群，将它们纳入到住宅基础建设中。

### 生物区域

对大多数人而言，学习如何从整个生物圈的层次来制定解决方案，还是比较难，但至少我们应找出在我们居住的特定地方什么需要去做。在家乡的地方使工作变得与当地生命体系协调——无论是社会的还是生态的。每一个人都生活在特定的生态区域，这个生活的地方是星球生命网络重要的部分。对当地的小小的努力和环境的改善都能使全体的某一方面真正地受益。这些努力带来有形的切实的成果，而同时也会带来社会和自然的成长的影响。这些目标是既可以理解的也是现实的。

我们需要获得关于所生活的地区的相关知识，特别是社会和文化方面的含义。以下几点可帮助我们辨明从哪些基础开始，以维持和恢复我们所在的地方生活：

- 对积极的项目给予优先权——通过做基本和重要的工作来获得我们生活地方的自然健康，并从中学习
- 尽可能地恢复和保持自然特征——随着这种恢复社会结构的健康也会被改善
- 开展可持续的方式来满足人类基本的需求——食物、水、能量、居住地、物质、信息都是最基本的
- 支持这一区域包括经济、文化、政治和哲学等各种方式——这既包括明白各种可替代方式的尝试，也包括对生态破坏和社会不公证的反抗。

- 通过公共媒体，参与当地和全球政策和教育，来提高对有关生物区域的关注的意识。

随着时间的推移，当地人开始融入到社区后，这种融合将增强，而社区的成员将扩展至整个区域。而生态家园将导致革新的教育方式被介绍到当地学校；本土经济网络将被加强并向新的市场开放；生态意识将被提高并开始生态恢复项目；可持续技术解决方案将被推广。随着生态家园作为全球社区的一个连接点，来自与全世界的人们将与当地的文化互动。很多生态家园获得来自于当地、全国乃至全球媒体的关注。建立一个健康的、功能完好的生态家园将通过生物区域进行可持续地反响和影响。参与到当地政策将再次被强调为可持续性的一个重要因素。

### 国际网络

全球化进展毫无疑问有其积极的一面。当第一个宇航员踏上月球，他向地球上的人们报告看见我们这个美丽的蓝色星球作为广袤宇宙中的一个脆弱家园的生动经历。作为生活在这个地球上的我们，呼吸着同样的空气，仰望这同样星空璀璨的蓝天，作为人类我们分享着同样的基本需求。我们中的每一员都能选择作为解决方法的一部分，而不是作为问题的一部分，我们能相互支持以选择简单的美丽，并走出空谈开始行动。在为未来的可持续奋斗中，我们能从国际交换与支持中获得更多的利益。通过像GEN和其它类似的网络的工作，我们能在我们的脑海和眼前绘制整个地球的一副地图，只要人们正在为和平和可持续的未来共同工作，这幅地图即将缓慢但却将最终填满光亮和希望的节点，。

在完成这一模块的内容之前，将对许多正在为社会公正、团结和可持续性工作的国际的网络和组织所做的工作和成绩进行整理和回顾。

### 资源和参考材料

- *In the Tiger's Mouth: An Empowerment Guide for Social Action* – Katrina Shields, 1994, New Society Publishers
- *Promise Ahead: A Vision of Hope and Action for Humanity's Future* – Duane Elgin, 2000, Quill
- *Images of Organization* – Gareth Morgan, 1986, SAGE Publications
- *Eco-villages: A Practical Guide to Sustainable Communities* – Jan Martin Bang, 2005, New Society Publishers
- *Subcoma* – P.M., Paranoia City, 2000, Verlag
- *Sustainable Community: Learning from the Co-housing Model* – Graham Meltzer, 2005, Trafford
- *Senior Co-housing: A Community Approach to Independent Living* – Charles Durrett, 2005, Ten Speed Press
- *Discovering your Life-Place: A First Bioregional Workbook* – Peter Berg, 1995, Planet Drum Foundation
- *Home! A Bioregional Reader* – Van Andruss, Christopher Plant, Judith Plant and Eleanor Wright, 1990, New Society Publishers
- *Boundaries of Home: Mapping for Local Empowerment* – Doug Aberley, ed., 1993, New Society Publishers
- *Sustainable Communities: A New Design Synthesis for Cities, Suburbs and Towns* – Sym Ban der Ryn and Peter Calthorpe, 1986, Sierra Club Books

## 网络

- [www.gen-europe.org](http://www.gen-europe.org)
- [www.ecovillage.org](http://www.ecovillage.org)

## 实践型学习活动

- 分成小组，学生能创立一个“本土市场”，互相从他们各自来的地方进行产品贸易；
- 学生创立一个“文化节庆”来展示与当地村寨进行分享的艺术；
- 学生可到外面去探访古老的区域，分享当地的故事；
- 参观生态家园，共同住宅小区项目或其他拥有共同生活理念的社区，这将是实践当地经验的一个非常有价值的方式
- 编辑一个资源列表，将国际组织在特定领域的工作情况列举出来，会启发



学生去形成一个他们自己的全球网络

- 在小组内深层次地分享世界观的不同之处
- 观察附近区域的道路，读懂地形语言
- 透过冥想和想象，看看100年前、200年前、500年前以及前20年、50年、100年地形和人们生活的变化。

## 经济概述

当今社会，经济扮演非常主导的角色，它支配着一切事物和价值观。最具批判的是，生态是被看作经济的子系统而不是支配经济的主系统，因此，“环境”主要被视为承担人类一切活动的资源的银行。若是想要得到可持续性的发展，我们的任务就是要颠覆这种平衡，使得经济能够成为生态的子系统。在这种新的模式中，经济活动的规模和性质都将由地球上多样化的生态系统的承载能力来决定。

为了开始转换到这种新的模式，我们首先要非常清楚什么造成目前这种混乱的情况，只有这样我们才可以摆脱掉来自于那些坚持新自由主义全球化无可替代的领导者的宿命论的理念，然后深入了解造成这种违反自然的、非持续性发展的系统的各种政治决策。这样做，我们就能开始看见我们需要的替代方式，并着手去创建一个更公正的、可持续性的并以生态为中心的社会。因此，本经济课程从一开始探讨当前全球经济状况的成因以及哪种政策能够让其更加持续发展 - 这就是第一单元“全球经济分析”的基础。

在我们知道全球经济需要结构性的变化的同时，我们也注意到一个本土的、富有生机的、可替代性的经济发展的需求；所以就算旧的体系崩溃的同时这种新的势头可以产生。这就是生态家园有一个重要角色去研究、演示和传授新型可替代型经济生活起到重要作用的地方。

当前的经济结构和激励因素使得小规模自给自足的生产普遍处于薄利状态，但这种生产体系却恰好是最能满足地球承载能力所需要的方式。直到这种结构和激励方法开始变化之前，我们的经济行为需要受价值观支配，比如：多少才够？物质消费水平和人类生活幸福的关系是怎样的？我们的财富是建立在他人的贫穷基础

上的吗？我们的财富是否建立在对我们世界的毁坏？在哪种情况下人会选择减少消，或愿意付出更多？此类基于价值观的问题构成了二单元“正确的生计方式”：

即便主流世界更青睐规模化的全球经济结构体系中，生态家园以及其它一些寻求更加持续发展的村寨已经摸索出了一系列发展自身经济的方式，我们将在第三和第四单元“培育本土经济”中对此进行探讨。

第三单元特别关注社会企业，近年来这个领域成长得很快。对于这种社会企业形式，经济回报只是其中一种、但并非最重要的参与动机。作为生态家园明显特征的社会企业致力于给边缘化的弱势群体提供就业机会，恢复日渐退化的生态系统并为社区提供所需，如儿童保健、老人护理以及供应有机的健康食品。该单元将从社会企业的理论和实际操作两方面进行探讨，帮助课程参与者明白如何以特有的方式更有效地参与到创建和支撑本社区的此类企业活动中去。我们也将探讨一些可能适合生态家园企业的商品品种和服务类型。

第四单元将讨论培育本地经济的另外的因素，即建设社区银行和货币体系。社区银行使得社区能够将社区成员或支持者的储蓄资金引入给本地企业和创业起步者，同时本地的货币流通制度有利于将这些资金保留在本地经济体间而不是涌出到其它的投机性的经济体中。

本章最后一个单元将探讨创建生态家园和社会企业的法律和财务方面内容，包括我们如何创建宽裕的条件并区别不同财政类型。重点放在如何让生态家园和社会企业的权属是一致的，需要有一个财政体系可以确保生态家园和社会企业可以运作和成长。鼓励参与者思考他们如何利用“经济”章节中获得的工具以回到本地社区创建他们自己的项目。

# 单元1：转变全球经济向可持续化方向发展

## 目标

理解以下内容：

- 全球经济当前运作形式；
- 全球经济发展对于人类、社会和生态系统的影响；
- 造成全球经济如此发展的原因；
- 全球经济如何才能更公平，更有应变地朝可持续性发展；
- 要达到以上方向所需的改变。

## 内容

过去的250年中我们目睹了经济活动、消费、资源开发、人口和二氧化碳排放量史无前例的增长。在过去的50年中，这些现象更是呈指数的增长，从大多数国家（包括北方的工业化国家）基本自给自足的生活方式演变成了货物商品越来越多地通过空运或船运涌向千里之外的其他国家。非常显著的现象是像食品一类产品：它们既容易腐烂又带有明显的文化和地域特征，许多国家出口和进口差不多同样数量的同种食品，包括肉类和乳制品。

这样做的结果就是在过去一个世纪中，人类留在地球上的“生态足印”大量地增加了。随着消费增长和转移到更多的资源或能源密集型的生产手段和货物分配方式，我们的经济活动对生态的影响不断加剧。据估计自从70年代中期开始，作为一个物种的人类已经消耗掉了地球的自然资本，而不是像过去一样仅是消耗每年可再生的资源。更值得关注的是，如果每个地球人都按典型的北美人的水平（以不可告

人的主导发展模式为目标)，我们可能需要5个地球的资源才够。

这就产生了三个问题：

1. 造成这种情况的根缘是什么？是什么经济、政治、文化和精神因素造促成了不断发展的经济全球化？什么样特殊的决策形成了现有的这种经济体制？

2. 按这种方式处理经济事务的后果是什么？

3. 我们对此又能做些什么？

带着这些问题，我们进行了分组讨论和全体讨论，分析了其原因、结果和解决方案（通常情况下，在经济课程中我们根据地域或文化划分讨论小组，如北部城市、北部农村、南部城市、南部农村）。这是为了鼓励评判性的、系统化的思考而不是只集中于某一种想法。这里主要的讨论话题有：

### 什么是全球化？

对全球化的各种不同的面进行讨论：通常这些讨论将帮助学生区分文化全球化与经济全球化。前者通常被认为是一种普遍的积极的发展态势，而后者则伴随着更多社会、经济和生态问题。

### 为什么出现全球化的倾向？

经济全球化是怎样出现的？它出现的原因又是什么呢？我们鼓励学员把这个过程不再看作在某种意义上无法避免的，而是看作某些特别的或可逆的政策行为。

关键主题是：

- 定义什么限制了有限的星球的发展；
- 牛顿还原论者范例的后果；
- 产品、服务和金融市场的无序和自由化；
- 对大量经济补贴和配额的关注；

- 倡导资本密集，却以牺牲劳动密集为代价的税制；
- 使许多社会和环境成本外部化；
- 主要的国际经济组织，如世界贸易组织、世界银行和国际货币基金组织的运营原则。

### 结果？

在探讨经济全球化的结果的时候，要求学员在进行系统化思考（即利用思维导图记录下新的想法和灵感）时要考虑以下各种影响形式：

- 政治和经济力量的集中；
- 全球平等化和工人权利；
- 其它物种栖息地的健康；
- 生物多样性；
- 资源耗尽；
- 土地和大气层健康；
- 废物产生和管理；
- 社区协调和整体性；
- 生活质量、精神健康等。

小组中每个成员向其他人介绍自己文化或地域背景情况和影响，这是一种重要的互动学习。

### 我们能做什么？

一个更加公平、公正、可应变和可持续性的全球经济应该是什么样子？什么样的政策变化可以促成这样的结果？近年来提议的最有趣的部分是：

- 转变到互相关联的整全世界观；

- 紧缩与趋同—这是由全球公共资源研究所提出来，旨在按照可以承受的水平，提供给地球上的所有成人平等的温室气体排放的权利；
- 重建税收体系，不再针对人（如所得税、雇佣税、利润税、增值税和资本税等）而是面向使用资源和造成污染的领域（如能源税、用水费、交通阻塞费、垃圾税等）；
- 终止对本国造成环境污染和非可持续发展的项目的资助，如对大型能源生产、大型非有机农业、化石燃料开发、使大公司受益的项目的研发方面的资助以及对大公司的税收减免奖励等；
- 对环境友好和可持续发展的项目进行资助，如对小型有机农业、小型能源生产、能源节约、公共节能交通等项目的资助；
- 征收土地税；
- 创造居民新收入方法；
- 形成可持续发展社区网；
- 注销国际债务；
- 提倡公平贸易；
- 改革、取缔或更替主要的国际经济体：世界银行、国际货币基金会和世贸组织；
- 像收取房租一样向所有的国家征收全球税，范围包括：
  - 产生污染的项目；
  - 使用全球公共资源的项目，如空中航线、大海航线、海洋捕捞区、海底采矿；
  - 军费和武器交易；

- 世界贸易;
- 国际货币交易

## 资源和参考资料

### 录像/DVDs

- *Ancient Futures: Learning From Ladakh* International Society for Ecology and Culture
- *Peak Oil: Imposed by Nature* – Tropos Dokumentar, troposdoc@hotmail.com
- *The End of Suburbia: Oil Depletion and the End of the American Dream* – The Electric Wallpaper Co., www.endofsuburbia.com
- *The Battle for Seattle* – Independent Media, seattle.indymedia.org

### 书籍

- *The Case Against the Global Economy* – Jerry Mander and Edward Goldsmith, 1996, Sierra Club Books
- *The Limits to Growth; The 30-Year Update* — Donella Meadows, Jurgen Randers and Dennis Meadows, 2004, Chelsea Green
- *Beyond Globalisation: Shaping a Sustainable Global Economy* – Hazel Henderson, 1999, Kumarian Press
- *Ancient Futures: learning from Ladakh* – Helena Norberg-Hodge, 1992, Sierra Club
- *Globalisation and its Discontents* – Joseph Stiglitz, 2002, Penguin
- *Steady State Economics: The Economics of Biophysical Equilibrium and Moral Growth* – Herman Daly, 1977, W. H. Freeman and Co.
- *Transforming Economic Life: A Millennial Challenge* – James Robertson, 1998, GreenBooks
- *The Growth Illusion* – Richard Douthwaite, 1990, Green Books
- *Our Ecological Footprint* – Mathis Wackernagel and Bill Rees, 1996, New Society Publishers
- *Sharing Nature's Interest: Ecological Footprints as an Indicator of Sustainability* – N. Chamber, et al., 2000, Earthscan
- *Eco-economy* – Lester Brown, 2001, Earthscan
- *Contraction and Convergence* – Aubrey Meyer, 2000, Green Books
- *Natural Capitalism* – Paul Hawken, Amory Lovins and L Hunter Lovins,



1999, Little Brown & Company

- *The Post-Corporate World: Life after Capitalism* – David Korten, 1999, Kumarian
- *The Party's Over: Oil, War and the Fate of Industrial Societies* – Richard Heinberg, 2003, New Society Publishers
- *Resource Wars: The New Landscape of Global Conflict* – Michael T. Klare, 2002, Metropolitan/Owl
- *Confessions of an Economic Hitman* – John Perkins, 2004, Berrett-Koehler
- *The Final Empire: The Collapse of Civilization: The Seed of the Future* – Wm. H. Kotke, 1993, Arrow Point Press

### 网络

- *World Development Movement* – [www.wdm.org.uk](http://www.wdm.org.uk)
- *Third World Network* – [www.twinside.org.sg](http://www.twinside.org.sg)
- *Global Ecovillage Network* – [www.ecovillage.org](http://www.ecovillage.org)

### 实践型学习活动

生态足迹分析：一种衡量的方法去计算以人为单位所消耗的资源 and 吸纳衍生的废物。利用“Best Food Forward”网站提供的生态足迹卡，就能计算出一个人的生态足迹。

- 与同组来自世界各地的成员拉起手在外面草地上围成一个圈，代表他们国家的生态足迹（北美人可能要做一个非常大的圈；欧洲人则围一个相对大的圈；来自中等收入水平国家的围成较小的圈；来自贫困国家的围成最小的圈）。可以在这过程中放些缓慢的鼓声。整个小组成员要注视着对方。这个活动的目的并不是让大圈子的人产生内疚感，而是一个令人深思的观察活动——所有人仅仅是以不带任何评价的眼光看着圈子内外。然后，学员们返回本组讨论自己的感受。（以后还会有很多机会讨论潜在的解决方案，因此指导员这时的角色是保证本阶段讨论和反响都只是停留在感观这

个层次。)

- 紧接着前面的活动（在小组讨论之前）。事先准备一个大的圆圈模型放在草地上或做个沙坑（代表地球），让来自最贫困的国家的参与者进入这个圈，在一定时间内有间隔地沿着圈走。最后，其他组员也进入圈直到圈内站满为止。鼓点将从上个活动一直持续下来。当人们走动的时候，不断朗读北美奥内达加族氏族传统的信念守护者欧仁·利昂的这一段话：

*“在我们的生活道路中……我们做每一件事，都要考虑它对我们七个世代子孙的影响……当我们在地球母亲上行走时，我们要小心地留下我们足迹，因为我们的子孙后代们将从地下抬起头仰望着我们。我们永远不能忘记他们。”*

### 产品名录

老师或指导员应当提供个案素材实例说明我们消耗的大多数食品和产品的来源（远距离和多种渠道的来源—可以从报纸、杂志和教材中获取这些材料）。然后学员可以搜集整理他们身边这些东西的名单。以家庭作业式活动进行产品名录的整理和呈述。

### 可视化转变

在引导性的冥想，要鼓励学员想象他们目前在自己的家里的地方。让他们尝试想象人们生活是依赖获取廉价和便利的化石燃料。鼓励他们想象若是把生活保持在我们生态足迹内，一切将有什么样的不同。让他们想象食品可能怎样去生产，人们旅行可能怎么进行以及如何采取的方式，建筑物和住宅地可能看起来像什么样子，能源能够怎样生产以及人类娱乐方式如何提供等等。然后，让他们仔细回想可能需

要采用什么关键性的改变措施带来转变。

## 单元2：正确的生计方式

### 目标

- 协助参与者在经济和生活方式选择中结合心灵的考虑因素。
- 帮助参与者树立更清晰的生活目标。
- 确保谋生的方式选择要贡献于而不是损害地球的健康和利益。

### 内容

“今天的奢侈品就是明天的必需品。”这句古老的格言可能从来没有像今天这样显得真实过。追溯到50年前，工业化国家的一个家庭在食品上的花费占其收入的比例大约是22%，而现今差不多是50%。然而，为了健康和生态花更多钱购买优质的本地食物对于很多人是最难以想象的，因为他们的许多其它方面开支看起来似乎更加必要，如出国度假、娱乐、电视费、购买反季果蔬和其它形形色色的物质产品。

即便如此，很多研究证明：超出某种程度上的物质繁华现象（一个我们在工业化世界中早就超出），更多的物质财富，非但不能给人们增加欢乐，还会侵害我们的快乐。这对于我们而言似乎是很难认识到的。西方国家的消费水平继续逐年保持上升。

相应的，这个单元将介绍“可持续的充足”的概念。这意味着自然界中有许多非物质的财富，这些财富却在市场经济中被赋予过低的价值，包括社会资本（与社区紧密相连）和生态资本（生活本身作为一个健康的、自身可以持续发展的生态体系的一部分）。这就联系到最近出现的幸福替代指数，这里替代的是传统的纯货币系统指数，如GDP。

价值观对于转向一个更公平、可持续和充满幸福感的社会发挥着非常重要的作

用。这是因为：（1）体制结构上的改变不能带来卓有成效的变革，而内部的、基于价值观的变革也是急需的；（2）再多的技术变革也不可能让我们的地球的可承载能力达到可持续的平衡。在工业化社会，我们需要重新定义生活质量，它应该是与物质消耗脱钩的。

本单元关键是完全地接触那些成功重新定义其生活的生态家园中的社区、开创者和个人。包括：

- 那些为了获取更多的创新性或家庭时间而把生活简单化的人们；
- 那些工作更长时间得到更少报酬而不在意别人看法的社区农民；
- 那些仅仅单纯地以服务社区为乐的志愿者们；
- 那些率性生活创造出生动有趣的美丽艺术的社区艺术家们；
- 那些为了本社区或其它社区的社会和环境利益宁愿花更多钱购买本土产品或进行公平交易的消费者们；
- 发展中国家的村寨网络，如斯里兰卡的萨尔乌达耶。

因此，本单元是高度实践知识的一节，如果脱离了生态家园的环境就很难教学。领悟这种知识更多是依靠心去体会和想象能力，而不是智力本身。通过不断追问假设的物质消耗和幸福之间的关系，真正给参与者带来心灵和思想的改变。

鼓励参与者全副身心投入到这些活动中：生产和准备食物；创造自己的娱乐和艺术方式；照顾他人；更清晰地明白他们要付出的天赋，并通过满足全心灵来重新定义生活的目标。

从更加理论化的层面，参与者将了解一些最新出现的衡量经济和社会发展的替代指数，这些指数试图超出传统的标准如资金流量和增长量的衡量方式，而建立在更大的层面如获得服务的途径、生活质量、幸福感和生态发展的基础上。

的确，为本社区生产食物和照顾老幼是非常光荣也是非常重要的任务。然而，在资本主义的经济扭曲的逻辑中，这些工作却被边缘化了。本地的、小规模的生产一直都是社区经济生活的基础，这也是我们在减少二氧化碳排放的未来所期待的。这种“正确的生计方式”将再次呈现出它的卓越性。

### 参考文献

#### 录像

- *Ancient Futures: Learning From Ladakh – International Society for Ecology and Culture*

#### 书籍

- *Small is Beautiful: A Study of Economics as if People Mattered – E.F. Schumacher, 1973, Harper & Row*
- *The Post-Development Reader – Majid Rahnema, 1997, Zed Books*
- *Living Lightly: Travels in Post-consumer Society – Walter and Dorothy Schwartz, 1988, Jon Carpenter*
- *Standing on Earth - Wendell Berry, 1991, Golgonooza*
- *The Power in Our Hands – Tony Gibson, 1996, Jon Carpenter*
- *The Reinvention of Work: A New Vision of Livelihood for Our Time – Mathew Fox, 1994, Harper*
- *Voluntary Simplicity: Toward a Way of Life that is Outwardly Simple, Inwardly Rich Duane Elgin, 1993, William Morrow*
- *On Right Livelihood – J. Krishnamurti, 1992, HarperCollins*
- *Mindfulness and Meaningful Work: Explorations in Right Livelihood – Claude Whitmeyer and Ernest J. Callenbach, 1994, Parallax Press*

#### 网络

- *E.F. Schumacher Society – [www.schumachersociety.org](http://www.schumachersociety.org)*
- *International Society for Ecology and Culture – [www.isec.org](http://www.isec.org)*

#### 实践型学习活动

#### 财富是什么？

让学生罗列出对他们生活质量和幸福感最重要的10样东西的清单（包括物质类和非物质类，如“爱”）。列好后，他们可以大声地朗读出清单，随后进行小组讨论：有多少样或哪种东西构成与其它财富形式截然相反的物质？

### 指数游戏

近年来，全世界的寻求GDP替代指数的社区发展了更多的以生态为中心的有意思的指数，以此来衡量本社区的幸福感和生态系统。这包括饲养鲑鱼或鹰的数量、儿童哮喘的发病率、步行上学和骑自行车上学的数量等等。要求学员们思考后讨论他们愿意引入本社区的指数种类。

### 正确的生计方式目录

让参与者列出一份关于能够转化技术和资源为生计方法的资源目录。这项任务可以个人的层面或本人所在社区的层面上进行，也可以由上课的小组完成，只要他们认为这会对他们大有帮助。

### 展望正确的生计方式

让参与者进入深度放松和冥想的阶段。然后给他们充分的时间，要求他们想象以下三组画面：

- 1) 在头脑中呈现出你的社区（大学/家庭/城市等，选择让你感到最有关联的一个）。仔细看看，地面上有人吗？他们开心吗？他们在吃什么？食物从哪里来？你看见了什么样的建筑？交通方式是什么？娱乐呢？等等。
- 2) 现在按照你希望这些社区呈现的样子去想象，再一次在写作者的帮助下在脑海中展现前面说过的场景；
- 3) 从第一组社区转型到第二组社区画面的过程中你扮演的角色又是什么呢？这个角色可大可小，可以单一也可以是多重的。

## 承诺

紧接着前面的活动，邀请每一个参与者阐述他们的承诺，如他们将采取的行动，并请求本小组的见证和支持。



## 单元3：社会企业

### 目标

- 让大家思考下发展什么样的商业是最适合生态家园和其周边社区特点。
- 探讨社会企业的概念和经验。
- 检验那些可能适于在生态家园发展的社会企业类型。
- 帮助参与者设想他们可以参与社会企业的启动和活动。

### 内容

目前，大规模生产、分布主要来自经济利益的推动，这种情况正抑制支持本土资源的生产和消费。虽然如此，即使在目前的情形下生态家园和其他的社区仍可以做很多事情来培育和发展本土经济。

第一步通常是由希望扭转经济命运的社区开始，对本土经济流入和流出的资金及资源进行研究。这揭示出了从外界进入到社区的所有产品和服务种类，而正是它们导致了资金涌出本土经济。然后社区可能考虑哪些产品和服务其实是本地也可以提供的。这个练习叫“堵漏”活动（详见“实践性学习活动”部分）。

社会企业模式保证了本地社区在发展经济的同时也满足生态和社会的发展目标。它们是发展“第三类经济”的重要元素，介乎于私有经济体和公有经济体之间但却具备两者的优势。它们有各种各样的所有制结构和丰富的内容，可以说是一种主要是为了服务于社会和环境，其次才是为了赚钱回报投资者的企业。

社会企业模式对于正在浮现的新现代范式和生态家园背景是非常确切，如：

- 实现社会（包括就业、儿童和老人护理等）和环境（包括植树造林、保护

项目等)方面的目标,同时也获取利润。

- 服务本地社区和投资者(通常是生态家园自身的村民)。
- 既有有偿员工也有志愿者。
- 在生产产品和提供服务的同时也引导其他人如何处理传统货币和替代货币问题。

另外,由于社会企业主要关注的是社会和环境且他们大多是公有制结构,这使得他们通常能得到传统的私有企业无法得到的外部基金支持。

可以参考一些社会企业的事例:在英国的Findhorn社区,凤凰企业的产生是来自于有关社区共享的讨论;在丹麦,可再生能源民间中心资助当地居民和农民修建风车;在意大利的达曼胡尔,超过30家的本地企业由本土货币系统支持;匈牙利的甘嘎农场通过有机农场和一个本地酒店的经营来资助其生态家园的建设。

通过想象的训练,有意或无意间让参与者能进入到他们可能在本社区内创办企业时的角色。要求他们仔细想想能够给社区带来繁荣的货物或服务种类,并想想为此他们能够做些什么。

最后,我们将学习社会审计这个工具去确保社会企业能够服务于本地社区。这种审计包括对企业表现的“三重底线”分析,不仅包含了传统方式对所得利润的衡量,还包括对其社会表现(如从客户、雇员、志愿者、供应商、邻近地区等各个角度看其事业是什么样子?)和环境表现方面进行衡量。

### 资源和参考资料

#### 录像

- *Creating Prosperous Communities: Small-Scale Cooperative Enterprise in Maleny – Alister Multimedia, 2002*

## 书籍

- *Building a Life Together: Growing Ecovillages and Intentional Communities* – Diana Leafe Christian, 2003, New Society Publishers
- *Bringing the Food Economy Home: Local Alternatives to Global Agribusiness* – Helena Norberg-Hodge, Todd Merrifield and Steven Gorelick, 2003, ISEC
- *Living in the Cracks: A Look at Rural Social Enterprise in Britain and the Czech Republic* – Nadia, Johannisova, 2005, FEASTA
- *The Ecology of Commerce* – Paul Hawken, 1994, Harper Collins
- *The Natural Advantage* – Alan Heeks, [www.thenaturaladvantage.com](http://www.thenaturaladvantage.com)
- *After the Crash* – Guy Dauncey, 1996, Green Print
- *The Emergence of Social Enterprise* – Carlo Borzoga and Jacques Defourny, 2004, Routledge
- *For the Common Good* – Herman Daly and John Cobb, Jr., 1994, Beacon Press
- *The Social Enterprise Sourcebook* – Jerr Boschee, 2001, Northland Institute
- *Enterprising Nonprofits: A Toolkit for Social Entrepreneurs* – J. Gregory Dees, et al., 2001, John Wiley & Sons

## 网络

- FEASTA, *Foundation for the Economics of Sustainability* – [www.feasta.org](http://www.feasta.org)
- *International Society for Ecology and Culture* – [www.isec.org.uk](http://www.isec.org.uk)
- *Redefining progress* – [www.redefiningprogress.org](http://www.redefiningprogress.org)

## 实践型学习活动

堵漏活动 ——根据小组总体情况，让学生组成利益一致的单独“近似团体”，比如乡村居住者、城镇居住者和城市居住者就分为三个不同的小组。学员作图说明资金流向和涌出本社区的情况。考虑：哪些货物和服务是从社区外买入的而哪些又是自己能提供的？本地社区能提供更多的吗？哪些货物和服务是最可能由本地供应来替换进口呢？

## 社会企业幻灯片放映（乔纳森·道森、艾伦·希克斯）

关于世界各地生态家园和其它本地经济的幻灯片可以带来很多启示，譬如告诉

我们社区的企业能够小规模地生产什么样的产品和提供什么样的服务。

生态家园企业家小组 ——由当地的社会企业家组成专家小组解惑答疑。

### 社会企业展望

请参与者展开对家乡社区的设想。让他们想下正在被提供的货物和服务（或者他们愿望看到被提供的）。有他们特别感兴趣的项目吗（如食品销售、食品加工、儿童护理、娱乐、环境保护等等）？可以采取先用小组讨论，然后全体讨论的形式让他们探讨下他们愿意设想本地什么样的商业，并且他们如何去开创经营提供此类物品和服务的企业。

## 单元4：社区银行和货币体系

### 目标

- 使大家明白“钱”的概念及各种运作方式。
- 了解世界各地生态家园和其他类似社区或传统社区是如何去发展当地经济的。
- 提供具体如何建立和管理社区银行和货币系统的资料。

### 内容

货币的产生和资金流通渠道是造成目前全球经济不能持续发展的主要原因。大多数在流通的资金是由银行以有息贷款的方式完成的。这是快速增长的必需部分，因为所有的贷款者需要增长收入来偿还本金和利息。

利息偿还机制同时也导致资金财富从穷人（贷款者）涌向富人（放贷者），因此只能加剧收入不公化。

在国际上，自从80年代金融市场规定减少后，只需要按一个按钮，资金便可以流向全球各地。因为商业活动可以迅速地转换到能够提供更低工资和对于环境限制更少的地方，这就极大地增加了全球金融系统、当地社区、生态环境的不稳定性，

造成社会、生态和政治失调的全球金融系统一个方面就是使美元成为全球主要的储备金种类。在过去这常常迫使各国按共同币制进行贸易，同时保护其货币系统不受投机的炒汇卖汇的危害。另一方面，它每年带给美国经济巨大的收益，使其能够继续发展傲视全球军事力量，同时也维持现有的全球经济结构。

前期我们已经做了许多来研究更具适应性、更公正和生态更持续的货币系统模

型。这些模型包括以下特征：

- 再次引进对于资金配置的控制办法；
- 把货币生产的责任从银行转化到政府；
- 发放较低或零利率贷款；
- 介绍不同层面下各种货币：社区、城市、国家、地区和全球。
- 建立独立于所有国家货币系统的国际储备金系统；

对于地方经济而言，资金就如同血液之于身体。目前，全球的本土经济正在以一种以惊人的速度损耗资金。这成了一种恶性循环：随着地方供应的货物和服务越少，更多的资金就离开本地经济体，能够在当地流通和用于地方企业投资的资金就更少；而地方企业也就更难生产出东西满足当地的需要。

经济学家理查德·杜思韦对于地方控制资金的重要性有很明确的阐述。他认为：‘如果人们居住在一个没有了外界发行的货币就无法进行交易的地方，他们本地的经济就总会受控于其它地方的东西。因此对社区来讲，想变得更独立自主的第一步就是建立自己的货币体系。

生态家园有两种办法来避免经济损耗：第一是建立自己本地的贸易系统（LETS）或社区货币体系。要探讨各种系统的历史、优点和不足之处。学员将有机会参观工作中的社区货币体系，并将被全程指导来创建适于自己家乡情况的货币系统。

保持资金在当地经济体中流通的第二种方法是设立社区银行或其它合法机构以允许社区成员及其朋友、支持者们投资社区企业和项目。我们将回顾信用合作社、小额信贷和其它社区银行的历史，学员将有机会参观工作中的社区银行并接受全程指导创建一个类似的机构。

最后，作为第三单元和第四单元的总结，我们将介绍一些创建有活力的社区经

济实践经验，包括斯里兰卡的萨尔乌达耶运动，西班牙蒙德拉贡合作社运动，澳大利亚马伦社区和意大利的达曼胡尔生态家园。

## 参考文献

### 录像

- \* *Brave New Economy* – New Economics Foundation, London

### 书籍

- *Short Circuit: Strengthening Local Economies for Security in an Unstable World* – Richard Douthwaite, 1996, Green Books
- *New Money for Healthy Communities* – Thomas H. Greco, Jr., 1994, self-published
- *Money: Understanding and Creating Alternatives to Legal Tender* – Thomas H. Greco, Jr., 2001, Chelsea Green
- *The Future of Money* – Bernard Lietaer, 2001, Century
- *Funny Money: In Search of Alternative Cash* – David Boyle, 2000, Flamingo
- *Going Local: Creating Self-reliant Communities in a Global Age* – Michael Schuman, 2000, Routledge
- *Interest and Inflation Free Money: Creating an Exchange Medium that Works for Everybody and Protects the Earth* – Margit Kennedy, 1995, Seva
- *Localisation: A Global Manifesto* – Colin Hines, 2000, Earthscan
- *Bioregional Solutions for Living on One Planet* – Pooran Desai and Sue Riddlesdale, 2002, Green Books
- *Shifting Direction: From Global Dependence to Local Interdependence* – Helena Norberg-Hodge, 1998, ISEC
- *The LETS System Design Manual* – Michael Linton and Angus Soutar, [www.gmlets.unet.com](http://www.gmlets.unet.com) Internet
- *New Economics Foundation* – [www.neweconomics.org](http://www.neweconomics.org)
- *Zero Emissions Research Institute* – [www.zeri.org](http://www.zeri.org) – leaky bucket model  
*Experiential Learning Activities*

## 实践型学习活动

- LETS 游戏 – 描述LETS系统是如何工作的。学生被要求列出他们能提供

什么样的货物或服务以及他们之间不用交换金钱或任何形式的纸币如何进行贸易。

- 传授部分 – 对那些创造了社区银行或货币系统的人共同探索其独特的设计、创造性和管理。



## 单元5：法律和财务问题

### 目标

- 了解生态家园和社会企业可能遇到的各种法律和财务模式，并鉴别出最适合于当地具体情况方案。
- 使参与者熟悉可行性研究和商业计划。
- 鼓励参与者利用本单元及前面单元学到的工具创建他们自己的项目和社会企业。

### 内容

在创建生态家园和社会企业中有无数的合法形式和所有制结构供选择。此外，不同地区有不同的选择，即便是同一地区的不同国家也有不同的选择。（教师必须在某种程度上熟悉学员所在国家或地区的主要的法律法规）

在确定适合的合法形式和所有制结构时，主要要考虑的两个问题是：

- i) 能够反映群体的核心社会和经济价值，包括：
  - 生态家园或社会企业的所有成员是应该收均等还是体现出差异？
  - 那些在生态家园外获取的收入是应该上缴给社区公有还是个人部分或全部保留这些收入？
  - 社会企业是私有、公有还是股份制？
  - 若是股份制，选举权是取决于投资多少还是所有的投资者都只有一份“黄金选举股”？
  - 在生态家园中，土地是私人拥有还是共有？土地价值的增长是给个人还是给集体？对那些无力购买或修建房屋的社区贫困户们是不是给予特

殊照顾？怎样照顾？

ii) 和预期的资金来源有关的，包括：

- 大多数情况下，生态家园和社会企业需要具体的合法形式和所有制结构以便能接收政府配套资金、慈善捐款和个人集资等等。
- 大多数国家，赢利、非赢利和社区企业的不同合法形式。

所有的这些问题关系到选择适合的合法形式和所有制结构。

需要提前思索哪些短期或长期的资金渠道可以用来启动和推进项目。生态家园和生态家园的企业可能需要利用以下四种不同的资金渠道：

- 1) 原始资本 - 用作可行性研究、规划、布局和办理各种许可和证照。
- 2) 股份资本 - 来自于投资者的资金。这些投资者通常按股份持有并控制公司，同时也分担了项目风险。
- 3) 借贷 - 这通常也涉及到偿还利息。
- 4) 赠予、补贴和捐助资金。

另外还有七种潜在的资金渠道：

- 1) 来自于生态家园或企业成员及雇员。
- 2) 来自参与本地项目或更大范围的项目利益相关者的支持。
- 3) 天使投资人：来自于拥有共同理念的有钱朋友圈
- 4) 非赢利组织，如公益信托、基金和各种服务机构（例如瑞士的埃皮丹努生态家园因为对社会底层青年和难民进行救助所以获得瑞士政府青年服务部门的基金支持）。

- 5) “友好的熊”——与项目利益相关的更大的组织，包括住房协会、有机食品制造商等等。
- 6) 当地、本国或本地区的政府。
- 7) 外国援助项目。

作一个方阵图表示哪个资金渠道最可能提供哪种资金，并举出每种实例。然后，把融资的最佳方式与最能够吸引这些资金的合法形式和所有制结构联系起来考虑。

所有这些信息是基于“创建充足”的情况下设立，即通过帮助参与者明白光靠技术手段来筹集资金是不够的，成功在于拥有梦想并充分坚持，这样就能顺利实现它。

然后指导学员参与了解一些与财务相关的重要问题，包括： 风险报酬率（风险项目有关资金筹集的策略）；安全性（通常贷方需要的担保品种类和有关风险种类）；传动比率（股本和贷款之间的比率）；公平回报（与借方商定公平的利率）。

参与者返回其地区性小组讨论与自己背景相关的法律和财务问题。然后指导参与者从理论和实践两方面学习如何进行可行性研究、制定商业计划。每项内容提供相关的具体范例并给予参与者机会让其以个人或小组的形式提交自己的报告。

结束时，在引导下进行冥想，让学员回顾下整个经济章节的内容，并重新把所学的每种方法依次联结起来放入现在他们自己社区经济发展的“工具箱”，包括：生态足迹、正确的生计方式的承诺、堵漏行动、社区银行和货币系统、社会企业的观念、法律和所有制及融资选取有关的知识等。要求他们集中于一个项目（或创建一个生态家园或设立一个社会企业或扶持一个社会企业），考虑他们能如何去利用这个“工具箱”让自己的梦想成真。

参与者可以做到以下的任意一点：

- i) 返回本地区小组轮流讲述说明他们的设想，请求同组人员支持并付之行动；
- ii) 召集有同样清楚想法的人成立更小一点的行动小组，这些学员对于他们想从事的具体项目有着非常清晰的概念。

本章节结束后还可以根据个人时间和感受选取以下内容：

- 在全体参与者中作项目报告。
- 对今后行动作出承诺。
- 进行一个简短评价—什么进行得很顺利？什么还可以进一步改进？
- 进行赞赏。

### 参考文献

#### CD-ROM

- *Brave New Economy – New Economics Foundation, London*

#### 书籍

- *Building a Life Together: Growing Ecovillages and Intentional Communities – Diana Leafe Christian, 2003, New Society Publishers*
- *The Seven Rules of Spiritual Success – Deepak Chopra, 1995, New World Library*
- *Environmental Economics – R. Kerry Turner, et al., 1993, Johns Hopkins Press*
- *Designing the Green Economy: The Post-industrial Alternative to Corporate*
- *Globalization – Brian Milani, 2000, Rowman & Littlefield*

#### 实践型学习活动

- 编制可行性研究报告和商业计划

## 生态概述

对于生态方面的关注是设计和发展生态家园和可持续性社区的基础。前缀“eco”原本指的是“家”，这里的“家”不单纯指房子，更多是指周围的本地环境。因此，生态家园指的是，一个能支持人类及周边环境生存的景观。设计者将尽力确保所有支持生命的自然功效不仅得到保护，还要在尽可能的情况下得以加强。这里的策略是和自然原则配合而不是背离自然而行。可持续的居住设计的最终目的是创建自我依靠的、自我维持和自我再生的、体系完整的“生活系统”。

非常遗憾的是，标准化的设计和现代发展忽视了居住地和支撑居住地的本地环境之间的互惠互利关系。过时的工业年代的机械论、简化论理念，还有过分简单的同一化区划、规定和说明，假设了一本蓝图就可以应用于任何情况。在很多时候，特别是在世界上的殖民地国家，一份抽象的格子图就武断的覆盖了本地生态特征，也因此埋葬了人们和自然世界的活生生的丰富的内在联系。这种机械论、简化论的理念影响下的居住地就像机器一样冰冷，也因此毫无可持续性可言。生态家园是由要住在那里的人们建造的，而他们不是地产开发者去引领的，所以这样居住环境可以成长为“生活系统”。可持续的系统仿效自然系统，它们能够在不确定的未来持续发展。从定义上讲，生态家园是一个融合在周边支持它的本地生态环境，给任何环境带来好处的居住系统。

当把每个新的生态家园或可持续社区发展项目看作一个独一无二的机会，作为一个把人类生活环境融入到一个特定的生态位的新的创造性的挑战，生态家园设计就成了一项非常激动人心和急需的自然艺术和科学，当然前提是要熟悉设计的原则，如永续农业设计、生态家园设计和整全系统设计。这些原则互为补充并可合为一个

生态家园综合设计，包含社会、经济、精神思想及生态部分。还需要的是对于自然规律和自然演变进程的充分了解，并且清楚这些因素怎么应用于设计中去。

一个熟练的生态家园设计家是一个真正的跨领域的大师，他能融会贯通从建筑工程到植物学、园林建筑到风水、可再生能源到文化人类学等等各种知识，除此之外，有效的沟通和社交技巧，以及明白人内心深处的需求，也是一个设计家最有意义的知识和感知。

一个高效的生态设计家也会擅于观察，花时间了解设计场地，体会其独特之处和自然循环周期。捕捉、归并和保存这些灵感是设计的重要环节。标准化的开发者通常直奔项目，考虑的是如何将利益最大化而忽视他们这种行为的长期效应。生态家园由居住在这里的人们建造，还要造福于后代，因此，对于自然的长期效应就考虑得非常仔细。

生态学作为一门学科，研究的是生命之网的多变的、互相信赖的关系。没有什么生命系统能够独立存在，所有物种无序地连在一起构成了一张包括能量、营养和信息交换的复杂的大网。从科学的角度讲，生命朝着与一致性相反的方向前进，进化的轨道是朝着逐个增长、更复杂化、更多样化、更紧密化和更美丽的方向。可持续人居系统的设计者将把这种理念带到工作中去。

下列单元旨在渗透“生态语言：一种影响我们的思维方式和设计判断能力的必要知识，而且要使我们经历生命过程更有机化、更完满和丰盛。

#### 第一单元 - 绿色建筑和改造

本单元教授如何构建或改造出更健康、更利于生态和节能的，具备本生态文化特色的环境。

#### 第二单元 - 本土食物

使参与者了解为了个人和环境健康，生产本土食物的必要性。

### 第三单元 - 适切的技术

介绍小而美的技术并对其功效进行评述。

### 第四单元 - 破坏后的自然恢复和重建

讲述生态家园其中功能是恢复和再生本土环境的健康和平衡。在人为和自然灾害面前，综合性的生态家园设计是在最有效的重建方式。

### 第五单元—生态家园综合设计。

这里精简地介绍了设计师把生态家园融入到本地生态的整个系统化的过程，把宏观的东西微观化，把广泛的内容聚焦化。无论是概念还是实践环节，本单元是本书所有内容中最关键的部分。

# 单元1：“绿色”建筑和改造

## 目标

- 客观地评价现代建筑和建筑技术存在的问题。
- 熟悉各种“绿色”（有时我们也叫“替代”）建筑技术，这些技术可以设计更加健康、更加节能和环境友好的结构。
- 了解如何根据地区去确定本土的建筑材料和建筑风格。
- 讨论如何改造设计有问题的建筑，包括改造原来设计有问题的城市和城郊布局。
- 推动部分或全部废弃的居住地进行修复和从新居住，从而建立失去的文化身份。

## 内容

本单元关注健康建筑的细节问题，并提出了各种解决方案。这里依次介绍的材料将从开发商和居住者健康、环境影响成本和居住舒适性的各种角度进行评估。我们还将充分探讨“低能源投入”的概念。本单元将培养学员能够设计、修建、改造一个自己的可持续性的居所。

本单元主要强调了隔离材料的重要性和通过附加物技术进行能量储蓄。从设计一开始就把这概念使用，比以后改造更有节能效果和便宜，从长远来看也是很便宜的。本单元也非常提倡通过传统技艺和本地技术，结合本地知识和技术来设计区域生态特征。

特殊考虑事项包括：



### 建筑物的选址

- 朝向、朝向、朝向！
- 地面附近温度的影响。
- 针对火灾、洪水等灾害的设计。
- 防灾与基础设施、地形及选址的关系。

### 舒适性设计

- 接收阳光设计原则
- 被动和主动隔音隔热
- 呼吸幕墙
- 横流的重要性

### 预算设计

- 尺寸大小的重要性。
- 共享设施/分摊开销
- 材料成本的影响。

### 各种不同形状和材料的建筑物

- 木构架结构
- 砖结构或砖砌贴面结构
- 混凝土砌体结构
- 夯土房结构或浇铸结构
- 土坯
- 草筋泥堆砌结构
- 圆顶建筑或网格球顶建筑

- 茅草屋
- 金字塔型建筑
- 柱结构
- 石头屋
- 地下房屋和土屋

#### 健康构建（包括基本的关注点）

- 这是我们应当担心的吗？
- 警示标识
- 过敏症
- 细菌战
- 你能闻到什么味道吗？
- 你的家具散发出难闻的味道吗？
- 电流和磁场
- 供热和烹饪
- 铅中毒
- 多重化学物质过敏
- 杀虫剂
- 辐射

#### 你能做些什么呢（对于污染的反应）？

- 热能
- 电能
- 建筑材料

- 木料和木制品
- 织物和纤维
- 涂料、漆面和染色
- 黏合剂和去除剂
- 金属制品
- 塑料
- 家庭保养
- 杀虫剂和杀菌剂
- 室内污染和毒素

我们地球上许多地方都已经有数千年居住和耕种的历史。在过去几十年中，由于人们不断离开乡村奔向城市，许多土地被白白废弃掉。这种现象的典型实例发生在地中海盆地的山地上，类似的还有非洲、亚洲和南美洲许多地方。“绿色”建筑和改建的一些原则不仅适用于私人房屋，也适用于整个居住区。在改建和重新移居废弃或人烟稀少的住宅区时，要注意当地法律、习俗、经济、动植物群落、历史和传统等以便于融合并重振本地文化。从那些选择留在当地的老人那里了解情况，因为只有他们才熟知当地情况。

#### 未来需要考虑的事情

- 观察现有的居所：通过建筑风格、结构和细节了解现有居所的历史、文化和社区生活情况。
- 搜集能得到的所有口头和书面的资料，包括卫星航片。
- 了解原来的居住规划中混乱的和有序的设计，哪些私人区域和公共区域出现重叠，从而放大了“边缘效应”。

- 确定具有当地特色的元素，如彩色图案，门窗风格、构图、区域分割、装饰等方面特征。把这些元素有机地结合到生态家园的设计原则中去

就如本单元和其它单元所述，生态家园原则可以指导现有的城市和城郊住宅区（通常这些建筑是功能失衡的）的改造。我们期待这种改造随着“石油峰值”效应的出现能够吸引更多的关注。

## 参考文献

### 书籍

- *Building with Straw Bales* – Barbara Jones, 2002, Chelsea Green
- *Discovering the Vernacular Landscape* – John B. Jackson, 1984, Yale
- *Ecological Building Factpack* – Bob Pocock and Beth Gaylard, 1992, Tangent Design
- *Eco-Renovation: The Ecological Home Improvement Guide* – Edward Harland, 1999, Chelsea Green
- *Green Building Handbook* – Tom Wolley, et al., 2000, Brunner-Routledge
- *Natural House Book* – David Pearson, 1998, Fireside
- *Sacred Architecture* – Caroline Humphrey and Piers Vitebsky, 1997, Duncan Baird
- *Village Planning in the Primitive World* – Douglas Fraser, 1968, George Braziller
- *Simply Build Green* – John Talbott, 1993, Findhorn Foundation
- *Genius Loci: Towards a Phenomenology of Architecture* – Christian Norberg-Schulz, 1979, Rizzoli
- *The Hand-sculpted House* – Ianto Evans, Michael G. Smith and Linda Smiley, 2002, Chelsea Green
- *The New Independent House* – Michael Potts, 1999, Chelsea Green
- *Whole House Book* – Pat Borer and Cindy Harris, 1998, C.A.T.
- *Your Home, Your Future, Your Lifestyle* – Australian Commonwealth Gov't
- *Architecture for the Poor* – Hassan Fathy, 1973, University of Chicago

## 实践型学习活动

按照地域位置和季节时间的不同，这些活动包括：

- 拟定方案建设一个利用本地建材并具当地特色的小屋；
- 对所处场地现有建筑的节能性进行评估；
- 合成材料堆砌草筋泥坯房，用砖或草筋泥制成炉子；
- 参与建设茅草房；
- 积极参与对现有建筑的重建和修葺；
- 对现有的私有或公共空地进行重新规划利用，提出书面设计稿；
- 积极参加农业基础设施的重修。

## 单元2：本土食物

### 目标

- 增加参与者对生产、分配和消费本地食物的好处。
- 把个人健康与幸福和整个地球的健康与幸福联系起来。
- 使学员了解现有全球生产和消费模式的不可持续的问题。
- 介绍不同的有机食品生产方法和技术。
- 给学员提供直接的、实践性的亲身体会的机会。

### 内容

这是我们非常关注的领域。纵观本书所有单元，本单元仅是介绍的部分。本单元一方面，会注意到政治上和宏观经济方面的担忧，比如：本土食物与进口食物相对比如何；集中权力化和权力下放相对比如何；食物里程从生产到放到盘子里要走多远；工业化的害处；基于化石燃料的农业对于环境的影响；家庭农场、整个农村社区的消失；农业企业，政府补贴和国际贸易瓶颈；本地经济独立自主的话题；本土知识和本土物种的消失。

另一方面，本单元也会有非常主动的、真正有趣的“如何做”这部分了：在家中或社区里种植蔬菜和水果；把动物结合到组合食品生产系统中去；食物景观营造并把食物结合到园艺设计中；创造增值产品（包括收获、储存、加工和食自己所种的食物）。本单元试图使对于这个宽广领域的两方面的进行均衡考虑。

### 介绍食品政治

- 食品的真正价值是什么？
- 食品可能以地球为代价。

- 发达国家和发展中国家的食品政治。
- 我们对此能做什么？
- 生态平衡的饮食结构是什么样子？

### 生产你自己所需的

- 介绍土壤科学
- 把你的土壤变得有机化。
- NPK是什么意思？
- 杂草控制
- 建立免耕园艺或生物强化园艺。
- 豆类在有机耕种或有机园艺中的作用。
- 园艺基础和规划：永续农业1区和2区
- 小范围的园艺或盆栽园艺或阳台菜园
- 植物学介绍
- 害虫综合防治
- 灌溉
- 浆果类植物
- 食品森林：水果、坚果、药用植物
- 果园设计：建造和维护
- 种子保存
- 动物和水养生物
- 本土社区的食品生产方式，如社区支持农业、分成租佃、合作社和农民市场。

- 轮耕
- 多层综合园艺
- 生物动力园艺

对于一个自给自足的支持性的社区，本地食品是最需要考虑的东西。

## 参考文献

### 书籍

- *Designing and Maintaining Your Edible Landscape Naturally* - Robert Kourick, 1986, Metamorphic Press
- *Eat More Raw: A Guide to Health and Sustainability* – Steve Charter, 2004, Gardners Books
- *How to Grow More Vegetables than You Could Ever Imagine* – John Jeavons, 1979, Ten Speed Press
- *How to Make a Forest Garden* – Patrick Whitefield, 1996, Rodale Institute
- *Natural Garden Book* – Peter Harper, 1994, Gaia Books
- *Tools for Organic Farming* – George McRobie, ed., 1989, Bootstrap Press
- *Urban Permaculture: A Practical Handbook for Sustainable Living* – David Watkins, 1993, Hyden House
- *You Can Have Your Permaculture and Eat It Too* – Robin Clayfield, 1996, Earthcare Education
- *Forest Gardening* – Robert A. de J. Hart, 1996, Chelsea Green
- *Stolen Harvest: The Hijacking of the Global Food Supply* – Vandana Shiva, 1999, South End Press
- *Bringing the Food Economy Home: Local Alternatives to Global Agribusiness* – Helena Norberg-Hodge, Todd Merrifield and Steven Gorelick, 2003, ISEC
- *Gaia's Garden: A Guide to Home-scale Permaculture* – Toby Hemenway, 2001, Chelsea Green

### 网络

- *International Society for Ecology and Agriculture* – [www.isec.org](http://www.isec.org) – *Local Food Toolkit*



## 实践型学习活动

根据季节、所处位置、学员经验、可支配时间和资源的不同选择以下活动：

- 堆肥或制作液态肥料茶；
- 丰收食品的装罐、保存和存储；
- 豆类种子育种；
- 进行护根覆盖；
- 给现有果树剪枝；
- 设计并建设一个药草园；
- 设计一个综合的食物生产体系；
- 设计或建设一个鸡舍或饲养其它家禽的棚子；
- 为拥有牛、绵羊或马这样大的牲畜的生态家园设计一个轮流饲养的系统；
- 二次挖掘建造生物动力花园。

在理想情况下，学员将有机会在课程早期阶段创建一小块菜地，种上幼苗，然后在四周后的毕业那天收获这些蔬菜并制成沙拉。

## 单元3： 適切技术

### 目标

- 更深入了解小而美的技术。
- 就眼前可能性进行实际的评估后，同时探求更好的解决方案。
- 从全球、地区和本地的不同层面讨论能源议题。
- 探寻更为广泛的可用于生态家园设计的技术，不限于能源方面的技术。

### 内容

本单元将关注以下相关適切技术：道路和通道基础设施，通信、能源、水资源、污水治理和垃圾回收。

### 什么是适切的技术？

- 低成本，能持久；
- 低能量投入；
- 低维护费用；
- 合法；
- 安全；
- 本地生产；
- 找到最节能的解决方法并得以实施。

基础设施的设计要“适于文化和气候”，即这些技术和解决方案必须是适合当地情况并能被当地人理解并能付诸于实施的。

### 道路和通道基础设施

本课程设计使设计学习者们能够学会积极主动进行决策。因此需要了解下面这些基本的工程词汇：

- 设计标准（包括横截面、纵切面、随挖随填、标准道路设计）
- 材料选择。
- 路肩。
- 维护。
- 雨水收集计算。
- 设计暴雨期基础设施。
- 桥梁和其它十字溪流。

### 通信 / 沟通

这一部份主要关注技术方面。在本书“社会”领域章节中也有一个单元讲述了具体的人与人之间交流。

- 通信 / 沟通的情况如何？
- 世界各地生态家园的经验。
- 内部互连网络。
- 提供基本电话通讯的机构 / 设备。
- 其它中低技术的情况。
- 设计和建设中的交流沟通。

### 能源

这一部分将关注现阶段可行的方法以及我们在生态家园成长过程中如何把新的设计观念带给它们？

- 什么是能源？什么是电力？

- 技术现状怎么样？比较下电力网、太阳能、风力、生物燃料、气体燃料和水能。
- 能量能够储存吗？电池、燃料电池、能量环、水电、重力能。
- 减能，存能，设计！看看其它生态家园是怎么做的。
- 能量和输送的各种方式。
- 以村寨为单位的能量发展潜力和解决方案。

## 水

淡水获取问题是全球性的话题，与此相关的一些话题更容易尖锐化，比如对水的需求、贪欲和正当公平利用问题。我们需要明白饮用水和非饮用水的关系：如何去集水、蓄水和分配水以保证一年十二个月的正常使用。

- 饮用水的基础设施建设。
- 雨水储存，包括蓄水池的建设材料、尺寸计算、用水健康和安全的不同策略以及水的分流。
- 网状体系。
- 建造水坝及相关的基础设施。
- 建设池塘。
- 挖掘水井。
- 泉眼。
- 优质水是什么样？劣质水是什么样？——水质测试。

## 废水

废水是个不准确的名称，更能描述其特征的名字应该叫做富营养化水。

- 灰黑色水：粪便和尿液中有什么？

- 化粪池系统。
- 直接滴流系统。
- 桶式系统。
- 干堆肥。
- 湿堆肥。
- 细菌处理系统。
- 分离系统（曼兹·沃加斯）。
- 生态废水处理系统。
- 进行各种系统的比较。
- 建立一个评估体系。

### 固体垃圾

- 介绍现实的挑战性。
- 排斥消费主义：减少消费，进行重复利用和循环利用。

在过去的约一百年内，人类文明的项目都是建立在不可再生的能源—化石燃料的简单开采利用的基础上，整个全球的社会经济学基础奠定在不断增长的廉价化石燃料供应基础上。目前，资深分析家们预言全球石油和天然气的生产很快就要达到峰值，这意味着即使需求增长，供应量却会降低。这也代表着一种不平衡的重建过程，运输、农业、城市密度、国家关系和整个全球经济系统都会受到深远影响。在每个生态家园的设计纲要中要仔细考虑当地的能源利用情况。

在生态家园设计过程中，能源问题对当地的影响/意义需要细细分析。现在我们可以看出全球各地采纳和利用于生态家园设计原则的情况。

## 参考文献

### 书籍

- *A Chinese Biogas Manual* – Ariane van Buren, 1981, ITDG Publishing
- *Energy without End* – Michael Flood, 1991, Friends of the Earth
- *Ferrocement Water Tanks and their Construction* – S.B. Watt, 1978, ITDG
- *Fertile Waste* – Peter Harper, 1998, Center for Alternative Technology
- *Groundwater Dams for Small Scale Water Supply* – Ake Nilsson, 1988, ITDG
- *It's a Breeze: A Guide to Using Windpower* – Hugh Piggot, 2000, C.A.T.
- *Living Energies* – Callum Coats, 1996, Gateway Books
- *Practical Photovoltaics* – Richard J. Komp, 1995, Aatec Publications
- *Solar Water Heating* – Paul Trimby, 2000, Center for Alternative Technology
- *Water for Every Farm* – Ken Yeomans, 2002, Eco-Logic Books
- *The Hydrogen Economy* – Jeremy Rifkin, 2002, Tarcher/Penguin
- *Powerdown: Options and Actions for a Post-Carbon World* – Richard Heinberg, 2004, New Society Publishers
- *Environmental Accounting: EMergy and Environmental Decision Making* – H.T. Odum, 1996, John Wiley & Sons

### 实践型学习活动

- 评估和整合光电系统（太阳能）；
- 设计和整合屋顶雨水收集系统；
- 评估待建的混合能源系统；
- 设计灰水处理系统；
- 设计人工湿地。

## 单元4：自然恢复和重建

### 目标

- 了解生态学的基础知识。
- 学习自然恢复和促进自然生态恢复的实践技术。
- 了解对人为灾难进行补救的重要性，这些灾害包括土地盐化、森林砍伐、沙漠化、地下水耗竭、全球变暖和各种形式的污染。
- 生态家园设计概念化的原则，这些原则可以用于自然或人为灾害后的重新。
- 承诺立即行动起来，成为保护和重建自然和人类群落的一员。

### 内容

地球是个有限的系统，物质上是不可进入的系统而能量系统上却是开放的。经过几百年来鲁莽开采行为和工业化行为，生物圈主要的生命支撑系统已经开始退化。从生态、经济、社会和精神的角度来看，这种情况非常严重需要我们立刻关注。对于拯救地球、拯救社区、拯救自己，一个人最能做到的就是采取主动的、具体的行动去重建自然，简单如包括植树、给现有果园覆盖、培育耕作土层、修复被破坏的河岸带等等。

生态家园对于保护自然起着独特的作用。通过深思熟虑的生态和永续设计，生态家园项目能够起到修复被破坏的生态系统的作用。例如，当前“城市村庄”已作为解决棕色地带（即已知或可能有污染的废弃工商业设施）问题的策略。随着生态家园社会、文化、思想和经济体系的构建，保护环境健康和持久已经不再仅仅是一种明智的、事关长期生存的决定，而且也是生物圈中人类的职责——人类能够为地球

演变自觉地承担起维护的责任。因此，珍视和保护自然的道理和实践操作很容易成为生态家园生活方式的一部分。

无论哪种情况下，珍视和重建自然都将意味着停止口头承诺，摩拳擦掌，作好准备，走出去以实际行动拯救自然。对于那些准备好的人们，这里有一些必要的准则可以参考（这些准则建立在考虑是否符合大自然的前提下）：

- 在各个地方尽可能做到模仿自然；
- 离开原本做得比较好的区域工作，因为这里的生态体系最接近自然情况；
- 特别要注意基础物种，即那些对于生态系统最重要的组成物种，它们是其它物种生存的基础；
- 利用先锋物种和自然继承促进恢复过程；
- 重塑当地已经灭绝的生态栖位；
- 重建生态链，即重新连接生命之网的各个部分；
- 控制或消除外来物种；
- 自然地排除或减少一些阻止重建发生的限制因素；
- 让自然本身发挥最大作用；
- 热爱自然的生命力和所有的生物，这是可以帮助恢复地球健康的一个重要因素。

当前社会，自然灾害似乎发生更加频繁，包括地震、海啸、飓风、洪水和火灾，它们给人类社会带来了毁灭性的灾难和无法计算的损失。再加上一些人为的灾害，如土地盐化、森林砍伐、沙漠化、工业污染以及从未停止过的战争，我们需要一套系统化的方法有效进行灾后重建。本课程中所述的综合型生态家园设计的原则和实践是一个显而易见的解决方案。



让我们看看印度泰米尔纳德邦的阿罗新村重新进行绿化和重建的一个案例：在30年的进程中，一个曾经非常炎热、地上到处是被太阳烤干的烂泥的地方现在却是一息茂盛的森林，成了人类和其它各种生物安居的乐园。另一个案例来和2004年12月的海啸有关，这场海啸差不多摧毁了斯里兰卡海岸线上大部分地方。立即做出反应的是萨尔乌达耶基础设施建设队，在资深的生态家园设计家马克斯·林德格尔指导下，他们参与到重建工作中去。来自萨尔乌达耶的温亚·阿里亚德尼由于其突出的贡献还为此获得了国际性的奖励。

把综合性的生态设计作为灾后重建的一种方法的好处在于可以借此引进一种从根本上可持续的、符合自然的发展模式。因此，建立在可持续发展模式上的更长远的发展从一开始就奠定了基础，这正如中国的道家文化中讲到的一样，没有一个良好的开端怎么能有一个满意的结果呢？比较具有讽刺意味的是，灾害破坏了一切，却可能带来更高整合程度的重建机会，生活仍然在继续。事实上，实践经验已经证明许多国家是无力处置灾害袭击后人们的需求的。为了保持某种完整性和主导性，社区必须依靠自身进行重建。在将来，我们将可以看到生态家园设计组从重建伊始就会奔赴这些基础工作中去。

### 参考文献

书籍（有许多适用于当地的材料，这里我们只是提供一些共性的和哲学方面的背景）

- *Ecology: A Bridge Between Science and Society* – Eugene Odum, 1997, Sinauer Associates, Inc.
- *Permaculture: A Designer's Manual* – Bill Mollison, 1988, Tagari
- *The Permaculture Way: Practical Steps to Creating a Self-Sustaining World* – Bill Mollison, 2005, Permanent Publications
- *A Pattern Language* – Christopher Alexander, et al, 1977, Oxford University

Press

- *The Timeless Way of Building* – Christopher Alexander, 1979, Oxford
- *Coming Back to Life: Practices to Reconnect Our Lives, Our World* – Joanna Macy, 1998, New Society
- *Ecology, Community, and Lifestyle: An Outline of Ecosophy* – Arne Naess, 1989, Cambridge University Press
- *Natural Pattern Forms* – Richard L. Dube, 1996, Wiley
- *By Nature's Design* – Pat Murphy and William Neill, 1993, Chronicle
- *Metapatterns: Across Space, Time, and Mind* – Tyler Volk, 1995, Columbia
- *Field, Form, and Fate: Patterns in Mind, Nature, and Psyche* – Michael Conforti, 1999, Spring Publications
- *Dwelling, Seeing, Designing: Toward a Phenomenological Ecology* – David Seamon, ed., 1993, SUNY
- *Design for Evolution: Self-organization and Planning in the Life of Living Systems* – Erich Jantsch, 1975, Braziller
- *The Green Imperative: Natural Design for the Real World* – Victor Papanek, 1995, Thames and Hudson
- *Restoration Forestry: An International Guide to Sustainable Forestry Practices* – Michael Pilarski, ed., 1994, Kivaki
- *Earth's Insights: A Multicultural Survey of Ecological Ethics from the Mediterranean Basin to the Australian Outback* – J. Baird Callicott, 1994, University of California

### 实践型学习活动

本单元的实践型学习活动设计有很大的空间的创造性和灵活性，有无限种可能。

前面提到的实践性的重建工作对于培养身体的肌肉记忆并形成经验是非常重要的。

以小组的形式参与到这些活动中将形成强有力的社区支持力量。把这些工作带到更大的社区中并完成当地所需的任务，这样做可以带给学习者一种服务意识体验。

如果可能的话，我们希望根本没有必要去处置灾害，但是制订地区应急预案将是非常有价值的理论实践活动。与地方政府碰头并对此进行商议将创建信任感和良好声誉。

## 单元5：综合性生态家园设计

### 目标

- 提供一个具体的“综合性生态家园设计”，即在设计过程中融合思想精神层次、社会、经济内容和生态学视角。
- 了解设计和建设真正的生态家园的技术和生态保护原则方面的细节。
- 在进行复杂的、多任务的生态家园设计工作中，通过示范清晰的、易于复制的设计过程鼓励学员树立信心和提高管理能力。
- 练习各种通过设计工具的使用来形成交流模式。
- 在设计队伍中介绍工作任务，通过集中的团队行动增强成就感和团结性。

### 内容

生态家园在我们的语言中是一个很新的词汇，但其实它的概念已经存在很久了，一直可以追溯到几个世纪以前。几种首选的生态家园的定义由普通大众进行了更广泛的诠释。在人类和人居地理的背景下，本单元将对生态家园进行更技术化的诠释。从这个角度讲，世界上有很多不同大小规模形式的生态群体，如生态家园、生态村民组、生态圈地、生态原住民区、可持续发展学习中心和其它各种持共同理念的，同时也有完全不同的设计标准。全球生态家园网的过去10年情况的成就回顾表明了曾经为了让“主流”的决策者信任和接受生态家园概念而做出的巨大努力。

生态家园的哪些方面使其成为一个村寨呢？为了回答这个问题，我们有必要回顾下传统村寨的历史(包括北部和南部)，并探寻下全世界当前所有不同的村寨类型。先前的永续农业设计经验对于生态家园设计课程是一个很好的前提。本单元将回顾

关于永续农业原则的各个方面，包括：生态伦理学、原则、自然现象、自然规律、以及这些方面与可持续的人居系统设计、运行之间的联系。我们将总结出全球卓越的生态设计典范以说明生态设计的原则。另外我们将介绍“整全系统设计”各种不同观点的效用。

下面我们将讨论下生态家园设计过程的生态学的方面的细节：设计途径和方法

这里我们对现有土地的生物和拓扑结构进行研究，以寻求可以利用的潜在资源、能源、水源和水池等。这是一种系统化的方法，它建立在尽可能多的实地考察基础上，包括对分水岭和生物区的考察。

### 观察、研究和记录

这是设计过程中至关重要的部分，而这部分却常常被人忽视或缩减。理想状态下，这部分内容是在一年四季不间断进行，收集尽可能多的资料（不同的资料可能引起结果的不同）。所搜集、记录和诠释的数据的数量和质量都将直接影响设计效果。

- 重叠分析法，也是一种排除法；
- 制订基础计划；
- 观察各个方面和微气候；
- 水文情况：水的通道、储存方式、涌出量、落差；
- 泥土情况：适于或不适于耕种，是否适于做地基；
- 植被情况：土生土长的、引进的、侵入的、经济效益型的植物；
- 野生动物：当地是否还有残存的有益物种？
- 斜坡：大于36度的斜坡就太陡而不能修建了。

### 综合设计考虑

当我们开展设计的时候头脑中应该有什么样的具体想法？做出决策的时候又应该基于什么样的标准呢？

- 设计构想；
- 设计限制；
- 价值观和道德观；
- 正常需求和贪念。

### 布局考虑

我们如何通过交流媒介去表达我们的设计理念？

- 规模（数量）；
- 承载能力；
- SWOT分析(优点、缺点、机会、挑战分析)；

### 基础设施设计目标

现场实施计划的工程部分。

- 道路与通道基础设施（桥梁和排水系统）；
- 通信系统(新建和改建电话、电子邮件基础设施)；
- 能源（输送、电力、供暖、制冷、涉及的道德观念）；
- 水（水坝、水池、水井和水塘的选址）
- 废水（冲洗式厕所的历史和废水处理设计的原则）
- 垃圾和回收；
- 地下综合管；
- 软工程。

### 与社会生活相关的设计过程

- 设计行路设施：给步行者、自行车、轮滑者、骑马者和汽车设计的路径、车道和停车场所；
- 提供社会自发主动参与的机会：创建社会聚脚点；
- 设置各种公共设施，包括：社区中心、儿童培育中心、公共澡堂或桑拿室、访客招待所、表演大厅、咖啡厅、教育中心、卫生医疗中心、冥想圣地、娱乐场所等；
- 公共的、半公共的和完全私人的场所既要做到均衡发展，紧密联系又要做到界限清晰；
- 长者/行动不便者的考虑

### 设计中经济的考虑

- 商务中心：办公场所、利用技术和互相交流；
- 生产设施：家庭手工业、轻工业和有资质的家庭餐饮业；
- 农业基础设施：加工、储存、家禽家畜笼舍、灌溉设施。

### 精神层面建设方面设计

- 景观型庙堂；
- 利用风水学、完美几何学知识；
- “龙脉”或能源中心点的确立和探测；
- 熟悉当地社会文化历史。

### 生态方面的设计

- 防风林、向阳区域和防风墙设计；
- 护堤、截水沟和灌木篱笆墙设计；

- 区域分划分析；
- 野外区域的设置和野生动物的通道设计；
- 河岸区生态建设和保护；
- 土壤改良和绿化；
- 植树造林、矮林体系建设和可再生资源的收获；
- 可食用景观化建设。

### 项目管理

执行阶段所需的专门的技术。

- 系统是什么？
- 遗漏问题：从实际中去了解和解决；
- 建筑阶段；
- 人的问题；
- 项目的变数（要考虑各种突然出现的紧急情况）；
- 项目完结阶段。

### 准备一个概念规划

包括一些随着计划不同而不同的法律方面问题。

- 创建团队团结协作精神；
- 应对当地官方和政府；
- 准备项目推介材料；
- 提呈你的建议；
- 环境影响研究；
- 申请重新规划区域；

- 进行申请。

本单元也包括社区选址的内容。通过建立一个场地评估清单帮助设计者进行批判性地分析评定，对绿地和棕色地带的优点和缺点进行评估。这种评估对于发现现有社区的不足之处也同样是非常有用的。

最后，我们将看看场地调查清单，这项任务紧接着场地选址之后。这既是一种社会文化类又是一种环境生态类的方法。

## 参考文献

### 录像

- *Crystal Waters Permaculture Village – GENOA*
- *Futures of Paradise: The European Ecovillage Experience – Light Source Films*
- *Ecological Design: Inventing the Future – The Ecological Design Project*

### 书籍

- *A Pattern Language – Christopher Alexander, et al., 1977, Oxford University Press*
- *A Permaculture Designer's Manual – Bill Mollison, 1988, Tagari*
- *Design Outlaws on the Ecological Frontier – Chris Zelov and Phil Cousineau, eds., 1997, Knossus Publishing*
- *Design with Nature – Ian McHarg, 1992, John Wiley & Sons*
- *Designing Ecological Settlements: Ecological Planning and Building – Profs. Declan and Margrit Kennedy, 1997, Reimer*
- *Designing Sustainable Communities: Learning from Village Homes – Judy and Michael Corbett, 2000, Island Press*
- *Ecological Design – Sim van der Ryn and Stuart Cowan, 1995, Island Press*
- *Ecological Design and Planning – George Thompson and Frederick Steiner, eds., 1997, John Wiley & Sons*
- *Eco-Villages and Sustainable Communities – Context Institute, 1991*
- *Ecovillage Living: Restoring the Earth and Her People – Hildur Jackson, ed., 2002, Green Books*



- *From Eco-cities to Living Machines: Principles of Ecological Design* – John and Nancy Jack Todd, 1994, North Atlantic Books
- *Permaculture: Principles and Pathways beyond Sustainability* – David Holmgren, 2002, Holmgren Design Services
- *Site Planning* – Kevin Lynch and Gary Hack, 1996, The MIT Press
- *The Earth Care Manual: A Permaculture Handbook for Britain and Other Temperate Climates* – Patrick Whitefield, 2004, Chelsea Green Publishing
- *Ecological Literacy: Education and the Transition to a Postmodern World* – David Orr, 1992, SUNY
- *The Nature of Design: Ecology, Culture and Human Intention* – David Orr, 2002, Oxford University Press

### 网络

- *Ecological Solutions – consultancy and education* – [www.ecologicalsolutions.com.au](http://www.ecologicalsolutions.com.au)
- *Village Design Institute – collecting, organizing, researching, and disseminating knowledge for a sustainable, village-based future* – [www.villagedesign.org](http://www.villagedesign.org)

### 实践型学习活动

场地分析：指导学员进行综合的场地调查。然后，以设计小组的工作方式制订场地分析报告，在基础地图上标明现存的特征区域和能量源区。

重叠法：重叠法最早是由伊恩·麦克哈格在文章中提出的。这种方法将给学生机会在描图纸上创建多重的理论性的重叠，以便给他们的场地分析增加深度。

草图和创造性表达：场地规划的草图编制将是学习卓有成效的证明。一般要求学员自由地把设计理念转化为创造性的视觉表达形式，包括建造模型。

生态家园总体设计：利用生态家园设计课程中学到的知识，学员将开始构建生态家园总体设计的思路，即把思想、社会、经济和生态学各种参数系统汇总，然后要求学员返回其社区并且再现这种全面的、有机的和全息的设计过程。

# 生活和学习教育法

学习的方法和我们要学习的东西一样重要；过程和内容同样重要；离开了真实生活中的实际运用，理论就没有任何的意义。学习型的社区正在进行一场革命，它可以被称作解放的教育法、关系学习、伙伴教育、转型学习、实践学习、从活动中学习或地球教育法等等。目前全球生态家园网络（GEN）有许多生活和学习中心。这些教育法（教育的原则和方法）共同的一个主要的目的是努力把教育过程直接与人们生活联系起来，把学习集中到解决人们生活中遇到的问题。

在生态家园有独特的机会可以供学员沉浸在其学习的生活体验中。我们对此称作“生活和学习教育法”。

在丹麦赛城1998年的一次会议上，来自世界各地生态家园的55个教育者和支持者作出了以下重要的陈述：

“学习需要回归到整个社区人们的根基上，它不再分离存在于固有系统。因此，对于所有年龄的学习者都同时要考虑环境、方法和个人的发展。这是一种生活中的进化的学习体系，它结合了全球和当地共同的关注事项。这套体系也为我们今后7代子孙的生活奠定了希望和基础。”

在过去七年，回应这段陈述的是全球生态家园网络在发展中的全球南方国家所建立起来的“生活和学习中心”的概念。现在发达的北方国家中许多教育中心和生态家园也把自己叫作“生活和学习中心”。

全球生态家园网络宣传书册上讲到：

*生活和学习中心对于变革来讲是有效的催化剂。这里有易于在全世界复制的实践操作，人们可以借此学习可持续的生活之道。这些中心也展现了本土的地球保护*

模式，我们可以参观它，学着去做，把模式带回家乡，同其他人分享经验，然后再创造出新的东西。通过鼓励实地项目的操作可以培训出培训师，这是因为：一个地方生效的东西往往在世界上其它地方也有用；这种学习不是为了单纯的复制，而是创造共同工作的新的有效方式；我们前面的挑战需要真正的协作精神、快速的行动和深刻的洞察力。

#### ——欧洲生态家园网络

生活和学习中心教育法的主要特点如下：

1) 生活和学习意味着你到真正的生态家园生活，把这作为教育的一部分。你要沉浸在社区生活的新体验中。每个生态家园都是独一无二的，所以可能由于选择村寨的不同你会有不同的体验。但不管哪种情况下，你都会融入当地饮食方式、工作方法，并从建立村寨的先驱者们那里学到东西。

2) 这种教育法的目的是教导人的全部方面。人们不能只用头脑来学习，而要调动整个身体和所有的感观系统——这就是整全学习的概念。对于“七种智商”或是“多元智力”是现在普遍用来表达这种意图的工具。不同的人可能学东西的方式也不同。我们运用下列手段来开展学习：

- 实际操作经验——基于身体的记忆
- 理论、阅读、讨论、经过思索的对话；
- 舞蹈、歌曲、创意活动、戏剧、游戏、表演；
- 静坐、回想、思索、与自然沟通；
- 专题讲习班、座谈、研讨班；
- 互动式的小组活动和决策参与；
- 咖啡厅、酒吧、自由交流时间。

3) 为了使社区维护责任明确，工作分工是生活和学习教育法一个组成部分。

- 园艺；
- 讲习班；
- 厨房；
- 清扫；
- 护理。

4) 创建有共同目的的意向社群并在学习小组中建立信任感也是生活和学习教育法的一部分。

- 互相协调；
- 分享时间；
- 自由交流；
- 指导者的想法要明朗；
- 创造一个安全的、有支持的环境。

5) 创建易于反映生态家园价值观的环境。

- 不分等级；
- 分担责任；
- 每个人都有分工；
- 每个人都是设计者；
- 尊重成员年龄、文化和能力差异；
- 尊重不同的、甚至矛盾的观点；
- 强调集体需求和利益。

以下是生活和学习中心的可能出现的典型的一天：

8小时睡眠和休息；16小时活动。这16小时活动通常包括：5小时理论学习（播放幻灯片和录像、座谈、讨论）；3小时实际操作（应用理论、维护社区）；4小时自选活动（冥想、舞蹈、唱歌、瑜伽、私人时间等）；3小时用餐时间和随意交流。

生活和学习中心的每一天的教学把所有这些截然不同的元素融合成一个整全的、多维的学习体验。学习在各个方面自发地进行着，同时也影响着整个人的方方面面——头脑、身体、精神和情感。作为一种浸入式的体验，一天24小时都是学习，这也带来真正彻底的改变。仿若新生的学员们带着他们的生活体验和学到的东西返回他们自己的社区投入建设，这就是生活和学习教育法的精华所在。

## 参考文献

### 书籍和文章

- *Sustainable Education: Re-Visioning Learning and Change* – Stephen Sterling, 2001, *Green Books (Schumacher Briefing, No. 6)*
- *Tomorrow's Children: A Blueprint for Partnership Education in the 21st Century* – Riane Eisler, 2000, *Center for Partnership Studies*
- *Nizhoni: The Higher Self in Education* – Chris Griscom, 1989, *Light Institute*
- *Sri Aurobindo and the Mother on Education* – Aurobindo Ghose, 1960, *Auroville*
- *Pedagogy of the Earth: Education for a Sustainable Future* – Carlos Hernandez and Rashmi Mayur, eds., 2000, *Kumarian Press*
- *Earth in Mind: On Education, Environment and the Human Prospect, 2nd Edition* – David W. Orr, 2004, *Island Press*
- *Ecological Literacy: Education and the Transition to a Postmodern World* – David W. Orr, 1992, *SUNY*
- *Relational Learning for a Sustainable Future: An Ecospiritual Model* – Mary Westfall, 2001, *University of New Hampshire*
- *Ecological Literacy: Educating Our Children for a Sustainable World* – Michael Stone and Zenobia Barlow, eds., 2005, *Sierra Club Books*
- *Transformative Learning in Action: Insights from Practice* – Patricia Cranton,

- ed., 1997, Jossey-Bass (New Directions for Adult and Continuing Education)*
- *It's Time to Change Our Minds: An Introduction to Transformative Learning – D. Elias, 1997, ReVision, Vol. 20, No. 1, pp.2-6*
  - *Pedagogy of the Oppressed – Paulo Freire, 1970, The Continuum Publishing Corporation*
  - *Education for Critical Consciousness – Paulo Freire, 1973, Seabury Press*
  - *Experiential Learning: Experience as the Source of Learning and Development – David A. Kolb, 1984, Prentice-Hall, Inc.*
  - *Experiential and Simulation Techniques for Teaching Adults – Linda H. Lewis, ed., 1986, Jossey-Bass*
  - *The Action Learning Handbook – Ian McGill and Anne Brockbank, 2004, RoutledgeFalmer*
  - *An Update on Adult Learning Theory – Sharan B. Merriam, 1993, Jossey-Bass*
  - *Transformative Dimensions of Adult Learning – Jack Mezirow, 1991, Jossey-Bass*
  - *Action Learning: A Holographic Metaphor for Guiding Social Change – G. Morgan and R. Ramirez, 1983, Human Relations, Vol. 37, No. 1, pp. 1-28*
  - *Action Research: Second Edition – Edward T. Stringer, 1999, SAGE Publications, Inc.*
  - *In Defense of the Lifeworld: Critical Perspectives on Adult Learning – Mark Welton, ed., 1995, State University of New York Press*
  - *Democracy and Education – John Dewey, 1938, Free Press*
  - *Ecological Education in Action: On Weaving Education, Culture, and the Environment Gregory Smith and Dilafruz Williams, eds., 1998, SUNY*
  - *Educating for an Ecologically Sustainable Culture – C. A. Bowers, 1995, SUNY*
  - *Beyond Eco-phobia: Reclaiming the Heart in Nature Education – David Sobel, 2005, The Orion Society*
  - *Participatory Action Research: International Contexts and Consequences – Robin McTaggart, ed., 1997, SUNY*
  - *The Learning Wheel: Ideas and Activities for Multicultural and Holistic Lesson Planning – Annabelle Nelson, 1998, The WHEEL Council*
  - *Theoretical Framework for the EDE – E.C. Mare, 2004, Village Design Institute*

## 后记

在全新的观念出现之前，总有一些“播种”的人们出现。他们授予大众新的观念，诠释事实的真相。起初的时候，这些人被看作是文化边际人，少部分异类。由于和已存的、权威的说法不一致，他们的新的想法总是很容易被忽视掉或否定掉。但是最后，直到旧的模式被证明是无力管理并提供新的模式生长的环境，“播种”者才能得到人们的信任。在某些不易被人们觉察到的“转折点”，曾经为文化边际的理念、概念和模式可能突然之间就完全地被大多数人接受认可。从这一点说，新的模式将会被当局采纳并出现制度化的状况，当权者将捍卫它，而创建者的后代们将又会在以后发展出新的观点。

生态家园是不远的将来的“种子”社区。它们代表了这新过程中出现的新观念的边缘文化。许多年来，生态家园试验了可持续发展设计的模型并过着所谓的“人居革命”的生活。本课程中的生态家园-可持续生活设计教育（EDE）试图为这个我们这个时代具有重大意义的模式转变进行定义、突显并说明其特征和实质情况。这些特征和实质情况最终的意义是伟大的，甚至具备思想上的影响。因此生态家园-可持续生活设计教育（EDE）是世界上第一个综合性的跨学科的多维教育，它在广泛的精神方面支持下找到了解决方案——这也是教育界值得跟随的先例。

但愿这种教育的实践者们能在顺应当前的生活中找到乐趣，带着他们习得的知识，播种生态效益、促进经济活跃和社会公平，然后转变本地社区的观念。但愿平安、爱和激情引导你走完每一步。

# 补充材料

## 生态家园-可持续生活设计教育（EDE）的就地应用

生态家园设计希望可以适用于任何群体并引发在全球开展可持续社区设计和发展的话题，那就是建立可持续的人居。为了达到这种广泛性和灵活性，本课程特意设计了可用于任何情况下的基础原则和实践活动。生态家园设计可能在今后几年中不断得到测试，而随之在多种多样的具体环境下，我们的指导材料也可能变得更加丰富。为了在这第4版中体现这些想法，请注意在以下具体环境下生态家园设计的不同考虑：

### 城市

“可持续的城市”是不是一个矛盾的概念？也许吧，但是从某种程度上讲，城市也可以呈现出更加持续发展、更自主化的模式，关键在于尽可能从密集的城市核心分散出来，无论是政治、经济、社会文化还是拓扑结构方面。分散化的过程就伴随着重新选址。在城市网络上确定许多分散其中的子节点，把它们作村规模立体结构的新的中心。一旦这些村规模结构单位建设起来，就可以采取步骤把它们每一个转变形成自发的、自我维护的、自我恢复的生活系统，它们的自治程度同时也等同于它们进行有效持续发展的程度。

在整个城市的规模上的可持续发展是不现实的，因为城市的定义就决定它超越了容易管理的范围，并且从现实意义上说成为了一个抽象概念或是一个计算的近似值。城市是机械化的系统，趋向一致化，背离了生活网络进化和维护的原则和规律。正是这种背离使得城市根本上是不可持续的，若是基于整体化城市的概念，生态家园设计的每项原则都是根本无法实现的。



在众多村寨规模的子结构单位（我们称之为城市村庄）达到可持续发展的事实将很快带来可以看得见的、成本低廉的、可复制的结果。更大的好处在于一旦有重大的变动，居民就能自发地按可持续的方案去解决。生态家园设计对于这种情况将是非常适切，所有二十个单元的内容都可以用得上。这个过程将促进行动学习，借此居民能够负起改造本社区的责任并培养自立能力和主导性。统一的、集中的权力机构将在这种情况下不再强调。

大多数城市都包含类似的邻近地区、行政区或住宅区。一旦这些现存的空间被仔细勾画出来（体现出清晰的中心和边界），就可以借此形成城市村庄的雏形。事实上，规划行业中早已提出城市村庄这个概念，但是我们认为他们的应用缺少跨学科间联系的深度和多样化的考虑，这些是综合长期发展的基础。

事实上，如果一个可持续教育不能解决严重的城市问题它又有什么用呢？通过对那些占用房屋者、棚户居民和流浪街头的孤儿进行对比，我们发现在在廉价石油获取程度和可观的城市密集程度之间有着直接的联系。一旦石油达到峰值，城市密集度就开始下降。随着近年来奔向城市的势头转回头调往乡村，大量重新迁移的现象就肯定会发生。如果那样，按照比今天小得多的影响程度，所有的居民将很可能会找到稳定的均衡。

## 南方

当前，大部分管治南方国家的人按照北方消费生活方式生活在富裕的社会中，而那里大多数居民却生活在贫困之中。这些国家的穷人在一个被全球市场控制的不断退化的环境中挣扎着生存。许多农民正在放弃他们传统的生计、价值观、生态和社区生活以及无法估价的独特文化。他们中许多年轻人梦想着移居到北方而无暇顾及改善当地他们认为看不到希望的生活条件

与这些消极力量对应的是仍然有一种强烈的力量要保护优秀的传统。这个梦想  
的过去和生态家园生活极大相似，强调人类和自然关系，保护环境，紧密团结社区  
并形成积极的价值观，精神上进行分担扶持等等。因此，生态家园运动对许多南方  
人而言就是对他们的祷告的回应，南方的确是非常有可能创建有活力的新的生态家  
园的地方。

基于这种观察和理解，为适应南部的国家（通常叫做欠发展国家、第三或第四  
世界国家），我们提出生态家园设计应当发展以下论题：

#### 南部的生态家园类型

- 由南部中产阶级配合完成建设参照北方模式的现代化生态家园（如印度的阿罗新村）；
- 传统的基本型生态家园，基于保护、提高和重塑现有村寨的价值观和生活方式，同时有选择地引入现代化；
- 混合型的生态家园，这里有城市中坚力量参与到传统村寨中去；
- 传统村寨网络按照生态家园模式改革。

#### 生态家园-可持续生活设计教育（EDE）更适用于南部的方面：

- 思想、文化、社会和环境保存，适于发展原生态的部族传统和生活习俗，可以再次引入这些习俗中好的东西；
- 形成工作方法和通过发展协助代表（包括本国政府、多边和双边机构、非政府组织和其他捐助者）进行筹款；
- 生态家园教育法是建立在巴西教育学家弗雷仑参与原则和行为学习（在教学过程中创建生态家园）的基础上；
- 生态家园培训包括基础文化普及、记账、管理和其它的能力建设；

- 南部村寨之间工作上的互助和发展活动，这些代表型村寨形成了可以在实地共同工作的社会团体；
- 允许加入生态家园网络的不仅有生态家园，还有非政府组织和其他对参与网络工作有兴趣的组织成员。
- 深层冲突解决法适于由于贫困而长年生活在同一个社区、和同样的邻居相处的人们。

### 北方与南方生态家园知识信息交流的重要性

- 北方人能够通过到南方生态家园生活和学习获得已失传的原生态的社区知识；
- 北方人（即便是年轻的学生）具备更多的技术和文化可以贡献于南部村寨；
- 北方和南部生态家园的融合可以创建新形式的社区合作模式，这样可以达到超越任何单方面的成就。

### 学术界

学术界与现实世界的关联曾经一度地被人们怀疑，生态家园则以稳步前进的方式为学生提供了这样一个可以体验和学习可持续生活的“校园”。生态家园是一个真正的可持续生活实验室，目前它创建了许多新的教育模式，能够培养出有能力改变我们今天生活环境和迎接社会挑战的领导型人物。

在生活和学习教育法中我们提到过，学员和教育者在“生活型社区”中体验生态家园-可持续生活设计教育（EDE）并创造“学习型社区”，然后运用新的知识和技术解决真实生活的问题。与学术界的伙伴关系自然成了一种互补，因为理论上的疑问在这里可以实践的应用和证明。学员在这里体验着一种把理论付诸实践的兴奋，而这正是一个学习的过程。在生态家园教育中，没有知识获取和知识利用的区别—

它们处于同一进程当中。学习而没有行动等于什么也不知道。学习是知识成功应用和对生活方式的重新设计。

生态家园-可持续生活设计教育(EDE)的本质促成了以跨多种学科的方式习得和吸收知识。知识不再分离为小的“点”，而是马上成为一种真正的经验。此外，知识不再仅是锦上添花的内容，而是集中于关键的主题—即真正可持续人居的设计和实施。从物理学到水管修理的内容都包罗其中。来自学术界的学员将会对他们能够在此发展出解决关键问题的创造性能力而感激不尽，因为这些问题同他们的生活和未来密切相关。他们也会感谢这里能让他们把学校内外所学知识连贯起来，成为真正的独一无二的非凡能力。

这里是与学术机构建立关系的一些想法：

- 作好准备：召集有兴趣的人举行一系列会议建立社区的建议书，最后送给可能的学术界合作者；
- 明智地选择可能的合作者：搜集和研究当前的资料，包括工作宣言、课程目录，学校状况和战略计划，以及管理和决策部门组织结构表。看看这些东西是否协调？
- 认识主要的参与者：和各个部门的人交谈，包括留学部、录取办公室、财务部、发行部、注册办公室和联络部。
- 考虑你的选择：在生态家园和学院之间有许多方式架设沟通的桥梁，比如：
  - 生态家园专题旅游；
  - 合作的研究项目；
  - 基于生态家园的课程；
  - 提供实习机会；

- 联合的教育和服务项目；
- 一系列基于生态家园的项目。

### 可视化

当前，可以利用互连网络和其它多种信息手段来推动生态家园-可持续生活设计教育（EDE）和盖亚自然教育的进展。

其中一种方式是提供网上教育视频，学习者可能是对生态家园设计感兴趣的个人或团体。可以采取书面教材和指导材料补充这种教学。例如，“四个关键点（the Four Keys）”就可以在网上下载。对于个人来说，下载的资料是可以作为函授课程的完整的书面材料；对于班级团体而言，如果有当地教师补充上视频课程进行问答的部份和外景实践示例的内容就非常完美了。

这种方法的主要优点在于它能开发世界各地领导型人物的在可持续教育各个方面的教育能力，借此形成良好的效果和质量。当不断增长的带宽能够保证更多界面友好的信息传播时，这种方法就会有更大的突破，而这种展望是完全有可能实现的。使这种方法经济节约的第二个要点就是进行低成本的摄录。我们应当鼓励生态家园和首席教师录制下各种活动并把它们放到网上。记得要尽可能地使用表格、图画和范例，这样就可以保证这些视频不像那种头像访谈节目一样让人无聊。

第二种方法是就以上内容制作DVD并进行销售。这可能更受一些个人和教师的欢迎。

总之，信息技术为生态家园-可持续生活设计教育（EDE）创建视觉教育方面提供了无限可能，这对于帮助生态家园-可持续生活设计教育（EDE）进入任何群体并在全世界开展可持续社区设计和发展的事业有着极大的意义。

## 生态家园-可持续生活设计教育 (EDE)

一个四周时间的综合性课程，初探城市和农村民居的生态家园设计。

由UNITA（联合国培训研究所）接纳采用

课程协调人——Christopher Mare

盖亚教育项目总监——May East

课程构建和设计——“可持续地球”全球生态家园教师（GEESE-Global Ecovillage Educators for a Sustainable Earth）。

专家简介：

**马西姆·坎德拉**（Massimo Candela）从1993年起就是意大利文蒂米利亚市的多里高级生态家园的居民（[www.torri-superiore.org](http://www.torri-superiore.org)）。他拥有环境卫生文凭（1990）、永续文化设计和教学证书。他是意大利永续文化学院的创始人之一。他的主要经验包括：2001年参与了马克思·林德格尔在澳大利来水晶纯水村主持的生态家园设计课程和实习课程；与国际可持续教育和生态设计组织的莫拉格·甘波和伊恩·雷蒙德开展了多里的生态家园设计课程。

**乔凡尼·盖洛**（Giovanni Ciarlo）是 <http://www.huehuecoyote.org/e> 的共同创始人之一；艾可迪·呼呼可亚特生态家园是墨西哥中部的艺术和生态旅游中心（[www.huehuecoyotl.net](http://www.huehuecoyotl.net)）。乔凡尼帮助成立了美洲生态家园网络（<http://ena.ecovillage.org>）并在全球生态家园网络委员会中任职（<http://gen.ecovillage.org>）。同时，他也是一个专业的茶艺教育顾问和培训师。他还是国际促进和统一研究所的附属成员（<http://www.iifac.org>），并在美国和墨西哥引领集体促进的培训工作。从2003年起他配合参与到佛蒙德州戈达德学院的

可持续发展项目和马球萨诸塞州的生态家园生活路线研究中。他的所有时间分别用在美国和墨西哥两国社区的可持续项目发展上。

**乔纳森·道森** (Jonathan Dawson) 是一个可持续性教育者和活动家。过去的20年中大多数时间他都投入到非洲和南亚的发展中，以一个研究者、作者、项目经济和顾问的身份，致力于当地小型企业和社区经济发展的事业。他居住在发现角社区 ([www.findhorn.org](http://www.findhorn.org))，在那里教授人类生态学和应用型可持续研究。乔纳森是全球生态网络欧洲分部的行政秘书，因此完成了大量的局面的、典型的网络工作。

**梅·伊斯特** (May East) 是巴西社会变动活动家，她的过去30年都致力于音乐、土著居民、妇女、反对核武器、环境和可持续性人居运动。从1992年开始她居住在苏格兰的发现角基金会生态家园 ([www.ecovillagefindhorn.org](http://www.ecovillagefindhorn.org))，并是那里的生态家园项目教育负责人，也是当地基金、全球生态家园网络、联合国和一家信托公司的国际关系协调人。梅是国际自然学院的教师，同时也是生态家园顾问和教育家。目前她负责全球生态家园网络和盖亚教育机构在联合国可持续发展教育十年计划 (2005-2014) 中的执行和协调。

**丹尼尔·格林伯格** (Daniel Greenberg) 博士有研究和指导基于社区的教育项目超过15年的经验。在其博士课题研究期间他考察了200多个美国的国际社区儿童和教育情况，后来又在苏格兰的发现角基金会开展儿童和家庭相关工作。他是生活路线机构 ([www.livingroutes.org](http://www.livingroutes.org)) 的执行理事，这个机构致力于基于生态家园可持续发展的教育项目。目前他和妻子及两个女儿居住在美国马萨诸塞州的天狼星社区。

**曼迪·哈兰德** (Maddy Harland) 是永续文化杂志《可持续生活的解决方案》 (<http://www.permaculture.co.uk>) 的主编，同时也和她的丈夫蒂姆合办了永久出版社——一个致力于出版力求解决问题的实践型书籍的公

司。曼迪还协助创建了曾经是军事基地的英国汉普郡可持续文化中心 (<http://www.earthworks-trust.com>)，在这里开展一个成年人和儿童的非住宅和住宅性的教育项目，同时还经营一家信誉卓越的生态旅馆。该中心还有斯坦纳学校、林地掩埋区和永久出版社。曼迪还是自然疗法国际网络 (<http://www.ineh.org>) 的一名教师，协助能量愈合法、冥想和深层生态学的讲习工作。

**希尔德·杰克逊** (Hildure Jackson) 于1942年生于丹麦，她和罗丝·杰克逊结婚已有40年。她有3个儿子和5个孙子。她是一名律师、文化社会学家、永续文化和生态家园设计者和作家。早在1970年，她就参与了丹麦的三个城市村寨之一的建设。希尔德是盖亚信托基金 ([www.gaia.org](http://www.gaia.org))、丹麦国家生态家园网络 (LOS) 和全球生态家园网络 (GEN) 的合作创始人之一。她和罗丝目前刚开展了一个新的项目：在丹麦勒夫盖德生态家园开展生态家园-可持续生活设计教育 (EDE)。她的七部著作包括：与凯伦·斯文森合著的《生态家园生活：重新构建地球和人类社会》(2002)；《构建和谐：社区冲突解决方法》(1998)；记录片“拉什米·梅叶：一个全球新文艺复兴时代的前进者”。

**罗丝·杰克逊** (Ross Jackson)，博士，1938年生于加拿大，是丹麦盖亚信托基金的主席和创始人。他有丰富的物理、管理和经济教育经验，擅长研究实践工作。罗丝多年来在各种商务机构做过管理咨询和IT系统设计工作，最后选定国际金融领域。在这里利用外汇操作经验他设立了盖亚信托基金以支持可持续精神化的世界的发展。现在他更多的时间用于写作，他的主要著作有：《我们正在建设一个生态家园的未来》、《卡莉约加时期—灵魂的旅程》、畅销书《挥动长矛者—弗朗西斯·培根故事集》。罗丝是全球生态网咨询团的成员和盖亚教育委员会成员。



[http://ecovillage.wikicities.com/wiki/Gaia Education](http://ecovillage.wikicities.com/wiki/Gaia_Education))

**安雅·科沙·儒贝尔** (Anja Kosha Joubert) 是德国和南非社区建设者，也是两个孩子的母亲。作为母亲，她居住在前东德的塞本林登生态家园 ([www.oekodorf71linden.de](http://www.oekodorf71linden.de))，在那里开展个人能力建设和社区都市的课程培训工作。她擅长于人与人之间、人与自然之间的深层交流和联系的领域。她参与的咨询团队把社区所获知识带到外部世界中支持其他项目的建设 ([www.gemeinschaftsberatung.de](http://www.gemeinschaftsberatung.de))。同时，她也参与了国际社区和生态家园欧洲目录的编辑工作 ([www.eurotopia.de](http://www.eurotopia.de))。最值得一提的是，她与她丈夫在过去15年一直从事金匠的工作，利用公平交易网络 ([www.schmuck-und-stein.de](http://www.schmuck-und-stein.de)) 获取的来自大地的金、银和宝石制作饰物。

**威尔·克平** (Will Keepin)，博士，印度桑雅培训机构的负责人。这个非赢利性的组织创建于1996年，旨在把民众智慧转化成社会变革领导力 ([www.satyana.org](http://www.satyana.org))。威尔热衷于构建内心世界和外在生活服务的桥梁。从1994全球生态家园网络筹备会以来，他一直是其中一员和忠实的朋友。威尔原本是名物理学家，致力于几个国家的可持续能源对环境影响的政策研究。他是全息呼吸法的资深教练，并开展了社会积极分子的培训，包括精神引导和性别调和的内容。他的著作范围较广，同时他也是加利福尼亚整体学习研究所的助理研究员。他研究了印度的各个宗教间的神秘主义，并积极参与印度受虐妇女的救助活动中。

**马克斯·林德格尔** (Max O. Lindegger) 是一个国际知名的生态家园社区和可持续系统设计专家 ([www.ecologicalsolutions.com.au](http://www.ecologicalsolutions.com.au))，也是一个可敬的、广受欢迎的可持续系统训练教师。他的声誉来源于20年的实际操作经验和在解决可持续发展设计和实施中实际问题的能力。作为全球生态家园网络大洋洲和亚洲秘书处的创

始人和领导者，马克斯致力于可持续系统的国际理念和最佳操作的设计和教育工作。他是他所居住的村寨——水晶纯净水永续文化村寨（曾获联合国人居奖）的主要设计者。这个健全的村寨坐落于澳大利亚昆士兰东南部，也是一个优秀的生态中心学习场所，马克思的大多数课程在这里进行。他参与设计和咨询的社区发展工作数不胜数，包括：斯皮尔项目（南非）、哥鲁比绿色村寨（南非）、生活和学习中心（斯里兰卡）、瓦图卡拉沙村寨（斐济）、加罗帕巴项目（巴西）和中国墙项目（澳大利亚）。由于其在可持续社区发展领域的卓越贡献，马克斯在2003年被澳大利亚政府授予百年贡献特殊奖。

**克里斯多佛·梅尔** (Christopher Mare)，自从1994年开始就开始引领生态家园设计方面综合性、跨学科的、多维的、优质的教育。由于在学术界没有先例，这些学习是探索性的，并创新提出了课程原型。梅尔创建了一个教育型的非盈利机构——村寨设计研究所 ([www.villagedesign.org](http://www.villagedesign.org))，该组织的目的是搜集、组织、研究和传播促进村寨可持续性的知识。梅尔居住在北美卡斯卡底生态区，在当地进行生态家园和城市村庄设计方面的培训工作。

**艾娜·梅耶尔斯图** (Ina Meyer-Stoll) 是全球生态家园网络欧洲分部 ([www.gen-europe.org](http://www.gen-europe.org)) 的两个执行秘书之一。从1984年开始她就居住在国际社区并是德国ZEGG生态家园的创始人之一 ([www.zegg.de](http://www.zegg.de))。她是一名社区培训师和管理人员，有社区建设方面的丰富经验，同时也是一名网络工作者，和平活动家，考察过欧洲许多生态家园。

**马丁·米勒** (Marti Mueller) 来自印度南部的奥罗维村寨 ([www.auroville.org](http://www.auroville.org))，她是全球生态家园网络和盖亚信托基金的观察员，有着30年的实地教育经验，20年的社区工作经验。她过去是巴黎索邦大学一名教授。她也

是联合国教科文组织“儿童与树研究”的共同创建人，是《儿童友好星球蓝色精神》的作者。她还致力于地球农业恢复课程和“街道和巷道大学”项目。她目前关注的有：建立野生动植物保护区保护在印度中部的联合国教科文组织世界遗产地；编辑社区教育新课程的指导合集；调研喜马拉雅原住民并保护他们的原生态文化。

**吉亚·维嘉** (Geza Verga) 拥有农艺学和专业管理学的学位，擅长有机农业和替代技术。他是第一个匈牙利生态家园项目的创建人，这个叫做甘嘎农场 ([www.gaiaalapitvany.hu](http://www.gaiaalapitvany.hu)) 的生态家园始建于1988年。从1990年开始，吉亚是盖亚生态和农村发展基金会的主管。这个基金会1996年成立了一个研究和教育中心，这是一个可以提供36个床位和成人就餐的住宿制学校。

**莉兹·沃克** (Liz Walker) 是伊萨卡生态家园公司的执行主管 ([www.ecovillage.ithaca.ny.us](http://www.ecovillage.ithaca.ny.us))。这是一个非赢利教育组织，它一直扶持着纽约伊萨卡的主流生态家园社区的发展，包括多种的市区合作邻里、有机农场、露天实践教育工作等。从1991年开始创立至今，伊萨卡生态家园得到了国内和国际大奖和媒体的认可。莉兹是新书《伊萨卡生态家园：领导可持续文化》(2005年新社会出版社) 的作者。过去的30年她一直全职服务于促进社区、环境责任和个人成长的社会变革工作。她是一个有经验的作家、指导员、媒介、培训人、公共演讲家和项目经理。莉兹也是盖亚教育项目委员会成员。

**玛利亚·泽林** (Marian Zeitlin), 博士，从1996年起就生活在塞内加尔，是艾克约佛生态家园的成员和艾克约佛生活和学习中心的主管。玛利亚在美国欧柏林大学取得数学学位后，在麻省理工学院营养生物化学和国际营养规划方面的博士学位。她曾在波士顿塔夫茨大学教授和研究社会科学研究和国际发展项目，1995年她在发现角教授人类生态学。从1996年开始，她在塞内加尔主管生态家园实习活动并组织、

教授可持续发展课程。

苏格兰福里斯IV363TZ发现角基金会全球生态家园网络

国际关系部门主任

梅·伊斯特小姐

联合国训练研究所

日内瓦

电话：+4122-9178117

传真：+4122-9178993

## **关于生态家园-可持续生活设计教育（EDE）课程的赞助 信**

亲爱的伊斯特小姐：

非常高兴能代表联合国训练研究所表示我们对于全球生态家园网络顶级教育家开展的生态家园-可持续生活设计教育（EDE）课程的关注和支持。

在面临21世纪不可预知的挑战面前，以一种综合的、实践性的方式进行教育和培训就显得尤为重要。我们相信这些综合的教育方法能够提供更好的参与方式以促进社会消除贫困，保持环境和城市可持续发展。

就让我借此机会对全球生态家园网络启动生态家园-可持续生活设计教育（EDE）课程表示祝贺，本课程将对基于联合国教育可持续发展十年计划的对话和措施起到非常有价值的指导作用。

同时我也希望联合国训练研究所、联合国训练研究所国际培训网络和全球生态家园网络联合在2005年5月举行的头脑风暴会议将取得圆满成功，为创建可

持续未来的共同行动进行进一步策划。

联合国训练研究所分散化合作项目

主要项目协调人：克里斯托弗·努塔

2005年1月10日

版权所有

2006年3月31 日4.0版本





社區伙伴

Partnerships for  
Community  
Development

感谢贵州朋友汪琳为本课程翻译。

此册免费发放，欢迎大家索取及拷贝。

课程下载：<http://www.gaiaeducation.net/>