

Vorwort für die deutsche Ausgabe	11
Vorwort zur amerikanischen Ausgabe	19
Danksagung	22
„Gebrauchsanleitung“ für dieses Buch	24
KLARHEIT	27
1 Die Wurzeln erkennen	29
Die Problemschichten freilegen	31
Wahlen und ein Markt – ist das Demokratie?	35
Lizzie Magies Lektion	36
Die Fallstricke der Oberflächlichen Demokratie	39
Tieferliegende Gefahren	42
Demut und Hoffnung	48
2 Mit anderen Augen	51
Gibt es Güte (in) der menschlichen Natur?	56
Eine Ökologie der Demokratie: Fünf Qualitäten	60
Eine Voraussetzung für Überfluss, eine Spirale der Hoffnung	69
3 Wie sich Demokratie anfühlt	73
Neun Dimensionen: Einige kurze Eindrücke	75
Warum jetzt? Vier Revolutionen	101
KREATIVITÄT	111
4 Unsichtbare Macht	113
Eine Wahl, die wir nicht haben	114
Spiegel in unseren Hirnen	116
Macht ist kein Schimpfwort	119
Die unterschätzten Quellen relationaler Macht	122
Jeder Tropfen zählt	125
5 Die Kunst der Macht	127
Demokratie als Kunst	129
Die Macht des einfachen Zuhörens	131
Kreativer Umgang mit Konflikten	134
Kinder lernen, dass Konflikte okay sind	137

6 Die Sprache der Demokratie	141
Globalisierung oder globale unternehmerische Macht?	142
Freier Markt – freier Handel oder fairer Markt – fairer Handel?	144
Richtlinien oder Standards?	146
Konsumenten oder Käufer?	147
 MUT	 153
7 Ergreife den Augenblick	155
Eine Abwärtsspirale	156
Ein harter Schock	159
 8 Wann Angst heißt: Tu es!	 163
Angst als reine Energie	165
Angst und Konflikt	167
Wie es ist	169
Altes Gedankengut, neues Gedankengut	173
Innerer Applaus	174
 9 Vernunft am Werk	 177
Unsere Vernunft geltend machen	178
Schutz	182
Eine warnende Geschichte oder die Gefahr der guten Absichten	184
Kernpunkte kontra Ansatzpunkte	186
Eine interne Checkliste	202
Dreiste Demut	204
Wissen	206
 Ein Einladung	 210
Fragen, um Gespräche und Aktionen zu entfachen	211

Beispiele aus Deutschland – und eine sizilianische Ausnahme	223
Monika Griefhahn: Lebendige Demokratie geht überall!	224
Dachverband der Kritischen Aktionärinnen und Aktionäre	229
Jürgen Becker, Franz Meurer, Martin Stankowski: Von wegen nix zu machen – Werkzeugkiste für Weltverbesserer	232
Christian Gelleri: Der „Chiemgauer“ (CHM)	234
Leoluca Orlando: „Der Karren braucht zwei Räder“ – Durch Lebendige Demokratie zurück zu Recht und Kultur	236
Jürgen Stark: Die Musik-„SchoolTour“	241
Fairer Handel: Die GEPA-Fair Handelsgesellschaft und andere	243
Abgeordneten- / Kandidatenwatch.de	245
Der B.A.U.M. e.V.	247
Der Zukunftswerkstätten-Verein e.V.	250
Bundestagsabgeordnete zu Fragen der lebendigen Demokratie	254
Anhang	269
Weitere Titel von Frances Moore Lappé	269
Literaturhinweise	270
US-Magazine zum Thema Lebendige Demokratie	270
Internetseiten	271
Anmerkungen	272