

Naturverständnis und Psychotop

Der Dialog mit der Natur¹

Prof.em.Dr.Norbert Jung, Berlin/ HNE Eberswalde

Grundlagen von Naturverständnis und -erkenntnis

Alexander von Humboldt hat uns schon 1845 gelehrt, was viele Naturwissenschaftler, die sich sonst gerne auf ihn berufen, nicht wissen wollten – oder es nicht glauben wollten. In seinem großen Werk „Kosmos“ schrieb er, regelrecht programmatisch²:

Um die Natur in ihrer ganzen erhabenen Größe zu schildern, darf man nicht bei den äußeren Erscheinungen allein verweilen; die Natur muß auch dargestellt werden, wie sie sich im Innern der Menschen abspiegelt, wie sie durch diesen Reflex bald das Nebelland physischer Mythen mit anmutigen Gestalten füllt, bald den edlen Keim darstellender Kunstthätigkeit entfaltet“

Das Zitat enthält drei höchst bemerkenswerte Aussagen, die heutzutage sowohl in Umweltbildung als auch im Naturschutz scheinbar wissenschaftliches Denken konterkarieren:

- *Erstens*: Natur „spiegelt“ sich quasi automatisch im Innern des Menschen ab, erzeugt eine Resonanz, ist korrespondierend (Seel 1996: 100ff.³), erzeugt also eine psychische Veränderung und ist damit „kein bloßes Produkt unserer Stimmungen“(ebd.:102), sondern ruft sie hervor. „Das Naturproblem darf dabei nicht als rein sachliches Problem mißverstanden werden. Vielmehr geht es uns nahe, es trifft uns in unserer Befindlichkeit.“ (Sichler 1993:72)⁴
- *Zweitens*: Unsere Wahrnehmung von Natur ist primär mythisch und läßt sich nur mit „anmutigen Gestalten“ bildhaft und metaphorisch benennen und kommunizieren (Berg-, Wald u.a. Naturgeister; bildhafte Metaphern). Denn den ersten Eindruck, den wir draußen in der Natur haben, empfinden wir wortlos, unbewußt, spürsam. Damit benennt Humboldt bereits das, was der Kieler Philosoph Werner Theobald als „Mythos Natur“ in seinem gleichnamigen Buch verdeutlicht: Die Natur spricht zu uns in unsagbaren, numinosen Zeichen, Gestalten, sozusagen in einer bildhaften Zeichensprache, die von uns umgehend emotional beantwortet wird (ebenso Seel 1996). Es läßt sich ein wenig mit der ebenfalls wortlosen nonverbalen Kommunikation

¹ Erweiterte Fassung eines Vortrages auf der Tagung „Das Kulturgut Landschaft im Spiegel von Landschaftsmalerei und Naturschutz“ Naturerbe Zentrum Rügen Prora, 18.10.18

² von Humboldt, Alexander 2004 [1845]: Kosmos. Entwurf einer physischen Weltbeschreibung. Frankfurt/M.:Eichborn. S.189

³ Seel, Martin 1996: Eine Ästhetik der Natur. Frankfurt/M.:Suhrkamp

⁴ Sichler, Ralph 1993: Psychologische Naturhermeneutik. In: Seel, Hans-Jürgen, Sichler, Ralph, Fischerlehner, Brigitte (Hrsg.): Mensch-Natur. Zur Psychologie einer problematischen Beziehung. Wiesbaden: Westd.Vlg. S.71-87.

bzw. Körpersprache von uns Menschen vergleichen (s.u.). Der Psychoanalytiker Carl Gustav Jung erweitert das hin zu menschlicher Natur und Psyche und begründet das damit zugleich:

„Der Untergrund der Seele ist Natur, und Natur ist schöpferisches Leben. ...Die Produkte des Unbewußten sind reine Natur.“ (C.G. Jung 1997:14)⁵.

Damit müssen wir rechnen. Das weist die Erkenntnisse einer rein naturwissenschaftlichen oder anderen rein beschreibenden Wissenschaft in ihre Grenzen.

- *Drittens*: Die „Kunstthätigkeit“ des Menschen bedarf der Naturanschauung. Naturerfahrung macht kreativ und ist die Quelle von Kunst. Die ästhetischen Bewertungen in unserer Psyche sind *naturgeboren*, ein Produkt der Evolution und werden bestenfalls kulturell modifiziert. Der Maler Friedrich Hundertwasser schreibt dazu:

„Nur die Natur kann uns Schöpfung, kann uns Kreativität lehren. Unser wahres Analphabetentum ist die Unfähigkeit, schöpferisch tätig zu sein.“ (Fischerlehner in Seel et al. 1993:158)⁶

Und der Expressionist Paul Klee:

„Die *Zwiesprache* mit der Natur“ ist für den Künstler eine „*Conditio sine qua non*“. „Man müßte Kolleg halten... außerhalb des Schulkomplexes. Draußen unter Bäumen, bei den Tieren, an Strömen. Oder auf Bergen am Meer.“(Theobald 2003:92)⁷.

Neue sozialwissenschaftliche Studien fanden heraus, daß Menschen über natürliche Objekte ästhetisch einheitlicher urteilen als über kulturelle Werke“. Sie sind sich also über das Naturschöne (=schön vs. nicht schön) im Grunde eher einig, über Kunst und Kultur nicht.

„Verschiedene Menschen neigen dazu, auf natürliche vorkommende ästhetische Kategorien auf *ähnliche* Weise zu reagieren, aber sie reagieren *sehr individuell* auf...vom Menschen geschaffene Werke.“ (Vessel et al.2018)⁸

Unsere basalen Maßstäbe von ‚angenehm‘ oder ‚schön‘ wurden von der Evolution geschaffen und drücken einen Wesenszug der Natur aus (Bateson1987:12 ff.). Das Schöne zieht uns an, weil es Gutes verheißt (s.a. Seel 1996). Die kulturelle Modifikation dessen ist eng begrenzt.

Fazit: Diese drei Erkenntnisse Humboldts sagen etwas für manchen Naturwissenschaftler Unangenehmes aus: Die von außen beschreibende, messende und interpretierende Naturwissenschaft kann nicht die ganze Wahrheit erkennen. Das sogenannte ‚*Objektive*‘ ist nicht der Weisheit letzter Schluß, wie es der Glauben in unserer Gesellschaft ist, sondern es ist nur eine Hälfte der Wahrheit und damit der Wirklichkeit. Denn, wie es der große Denker des 20 Jh. und Mitbegründer der medizinischen Psychosomatik, *Thure von Uexküll* so scharfsinnig folgerte: Wo ein Objekt postuliert wird, muß es ein *Subjekt* geben, das jenes als solches subjektiv wahrnimmt (v.Uexküll 1953)⁹. Diese Wahrnehmung ist deshalb subjektiv, weil der Mensch und damit sie selbst begrenztes Pro-

⁵ Jung, C.G.1997: Über die Natur – Das vergessene Wissen der Seele. Zürich/Düsseldorf: Walter

⁶ Fischerlehner, Brigitte 1993: „Die Natur ist für Tiere ein Lebensraum...“ In: Seel, Martin, Sichler, Ralph, Fischerlehner, Brigitte (Hrsg.):Mensch-Natur. Zur Psychologie einer problematischen Beziehung.. Opladen:Westd.Vlg.S.148-163.

⁷ Theobald, W. 2003: Mythos Natur... Darmstadt: WBG

⁸ Vessel, E. A., Maurer, N., Denker, A. H. & Starr, G. G. (2018). Stronger shared taste for natural aesthetic domains than for artifacts of human culture. *Cognition*, 179, 121-131

⁹ v.Uexküll, Thure 1953: Der Mensch und die Natur.Bern: Francke

dukt dieser „objektiven“ Natur ist. „Es gibt keine objektive Erfahrung. Alle Erfahrung ist subjektiv“ (Bateson 1987:41)¹⁰, denn zwischen dem erfahrenen Ding und unserem inneren Bild von ihm liegt ein nervaler, naturgegebener, *unbewußter* Umwandlungsprozess.

Der Verhaltensbiologe Günter Tembrock formulierte diese Dialektik prägnant in einem Vortrag: „Die Natur erscheint uns vernünftig, weil die Vernunft natürlich ist“

Diese in dem Humboldts Zitat ersterwähnte Forderung, sich quasi „nicht in Ratio und Emotio zu spalten, bleibt für den ungebrochen dualistisch denkenden Mainstream heutiger Naturwissenschaften allzu oft uneingelöst“ (Jung 2014)¹¹. Das betrifft auch den Naturschutz. Denn wie kann die Natur, wie Humboldt feststellte, korrespondierend auf das menschliche Innen wirken, wenn sie nicht als beseelt verstanden wird?



Hier scheinen wir in einem Dilemma zu stecken, das sich nur durch evolutionäres Verständnis lösen läßt. Da ist auf der *einen Seite* die Natur, die unzweifelhaft auch ohne uns, vor und nach uns existierte und existiert, und auf der *anderen Seite* der *Homo sapiens* mit seinen biopsychologisch begrenzten Wahrnehmungs- und Erkenntnismustern, die die Natur so wahrnimmt, wie sie für seinen Bauplan, seine Verhaltens- und Gefühlstendenzen zum Überleben angepaßt geeignet sind.

Abb.1: „Aus der Natur erwachsen“ (Rafalski)

Der Eberswalder Grafiker Hans Jörg Rafalski hat das für eine Werbekarte der Hochschule für nachhaltige Entwicklung Eberswalde darzustellen versucht. (Abb.1).

Wir sind innerlich und äußerlich mit der Natur verbunden

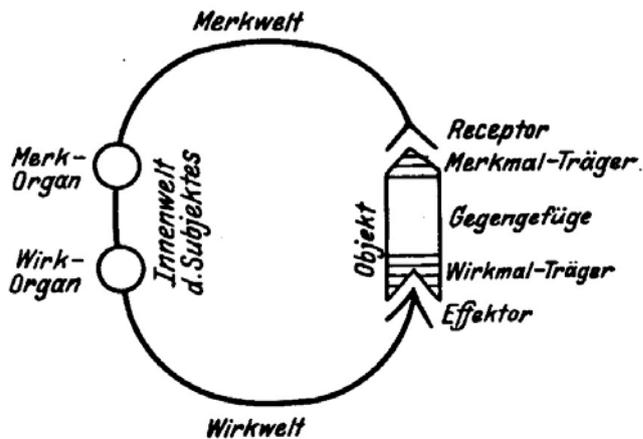
Der große Biologe des 20. Jahrhunderts, Jakob von Uexküll, Großvater Thure von Uexkülls, schuf für die Biologie den Umwelt-Begriff und hat damit die artspezifische Urverbundenheit der Lebewesen mit *ihrer* Umwelt und damit ihre Angepaßtheit und Abhängigkeit in dem eines Funktionskreises formalisiert (Abb.2). *Jede Tierart* lebt danach mit ihren artspezifischen Wahrnehmungsweisen und Verhaltensmöglichkeiten untrennbar eingebunden in *ihrer* subjektiven Umwelt, ist damit begrenzt. Es ist für uns unmöglich, sich in die Riechwelt eines Hundes, die Hörwelt einer Fledermaus, die Magnetfeldorientierung eines Vogels oder die Duftwelt eines Schmetterlings hineinzusetzen. Die menschliche Wahrnehmungswelt ist eine andere, eine primatische. Sie definiert sich aber in

¹⁰ Bateson, Gregory 1987 [1979]: Geist und Natur. Eine notwendige Einheit. Frankfurt/M.: Suhrkamp

¹¹ Jung, Natur 2014: Psychotopie zwischen Mensch und Natur. www.natursoziologie 11/2014: Natur subjektiv.

vergleichbarere, unentrinnbarer *Verbundenheit* mit der Natur und ihren Prinzipien (s.a.Hüther u. Spannbauer 2012)¹².

Abb.2: Der Funktionskreis des Biologen Jakob von Uexküll (Uexküll 1928: 105)¹³:



Merkwelt des Tieres = seine wahrnehmbare Umwelt,
Wirkwelt des Tieres = seine artspezifischen Verhaltensfähigkeiten,
Gegengefüge (rechts)= Umwelt.

Abb. 3. Schema des Funktionskreises.

Über diese Verbundenheit zwischen Außen- und Innenwelt hat Goethe ein bekanntes Gedicht geschrieben:

Epirhema
 Müsset im Naturbetrachten
 Immer eins wie alles achten.
 Nichts ist drinnen, nichts ist draußen;
 Denn was innen, das ist außen.
 So ergreift ohne Säumnis
 Heilig öffentlich Geheimnis!
 Freuet euch des wahren Scheins,
 Euch des ernstesten Spieles!
 Kein Lebend'ges ist ein Eins,
 Immer ist's ein Vieles.

In der indischen Philosophie der Upanishaden (ca.700 v.Chr.) heißt es : „Alles das draußen bist du selbst“; „Außenwelt und Innenwelt...sind...nicht wahrhaft unterschieden“, so schlußfolgert der prominente Architekt Richard Neutra daraus (Neutra 1956: 29ff.)¹⁴. Unser Innen wird durch die Soft-

¹² Hüther, Gerald u. Spannbauer Christa (Hrsg.) 2012: Connectedness. Warum wir ein neues Weltbild brauchen. Bern: Huber.

¹³ v.Uexküll, Jakob 1928: Theoretische Biologie. Berlin: Springer

¹⁴ Neutra, Richard 1956: Wenn wir weiterleben wollen... Erfahrungen und Forderungen eines Architekten. Hamburg: Classen

ware unserer evolutionären Artspezifität gelenkt. Wir sind mit dieser Natur nicht nur ständig stofflich oder energetisch eingebettet in unser Milieu, sondern vor allem sinnlich *informationell* verbunden, wahrnehmend, fühlend, seelisch, geistig.

Wenn wir in der Natur sind und uns dort ihren Gestalten, Signalen, Botschaften in ganzer Gefühls- und Wahrnehmungsbreite nicht entziehen können und darauf emotional in einer korrespondierenden oder auch mit emotionaler Resonanz antworten, kann das nur möglich sein, wenn diese Außennatur auf *ihre* Weise ebenso sinnhaft *beseelt* ist wie wir auf unsere Weise und mit uns korrespondieren kann (Seel 1996).

Es ist das millionenfache Kommunizieren der Lebewesen, das die Stimmung, die Atmosphäre ausmacht, wenn wir in eine Landschaft treten (Böhme 2013¹⁵, Schmitz 1969¹⁶, 2014¹⁷). Denn, so Thure von Uexküll (1953¹⁸, wie auch Bateson 1987:11 ff., Capra 1996:182¹⁹): Leben ist Botschaft, Information, nicht bloßer Stoff. Alles in der Natur kommuniziert mit Informationen, von der Zelle und dem Bakterium bis zu den höchsten Lebensformen, und reagiert auf ihre Bedeutungen.

„Was nicht [von sich aus] Informationen und Botschaften kommuniziert, ist tot.“ (Jung 2017:8)²⁰. Das ist es, warum wir die Natur als ‚beseelt‘ betrachten müssen.

Nur, ganz zu unserem Unmut: kommuniziert sie nicht in der menschlichen Symbolsprache der Wörter, sondern in eigenen Sprachen aus den verschiedensten, für uns nur emotional oder intuitiv wirksamen und erfaßbaren Signalen und Botschaften.

Das verstehen wir sofort, wenn wir unsere eigene *nonverbale Kommunikation* betrachten, die den Großteil unserer Kommunikation mit Mitmenschen weitgehend unbewußt steuert. Sie braucht keine Worte, sondern nur Gespür. Auf diese wortlose Weise verstehen wir ebenso, wenn eine Blume wächst, weil wir selbst wachsen, wenn ein Tier erschrickt, weil wir selbst erschrecken können, wenn ein Tier einen Artgenossen ruft, ihn in seiner Nähe haben will, wie wir unsere Mitmenschen auch rufen, wenn Vögel sich in der Balz in ihren Verhaltensweisen angleichen, wie wir es in Paarbeziehungen auch tun usw. Es sind unsere aus der Evolution stammenden Ähnlichkeiten, die uns Tiere weitgehend verstehen lassen.

Bevor wir in einen Naturraum treten, spricht die Natur selbsterhaltend sinnvoll in vieltausendfachen Stimmen und Gestalten mit sich selbst, ist also nicht „das in gewisser Weise sinnfreie Spiel der Naturphänomene“ (Gebhard 2009: 106)²¹. Neuere pflanzenphysiologische Untersuchungen zeigen, wie gerade auch Pflanzen und ganze Wälder genau so intensiv kommunizieren, wie Tiere. Es wird sogar geschlußfolgert, daß unser Immunsystem Botschaften der Bäume unbewußt „verstehet“, indem es auf deren Abwehrsignale hin mit Aktivierung reagiert (Wald ist daher gesund) (Arvay

¹⁵ Böhme, Gernot 2013: Atmosphäre...Frankfurt/M.: Suhrkamp.

¹⁶ Schmitz, Hermann 1969: System der Philosophie. Bd.3, T.2: Der Gefühlsraum. Bonn: Bouvier.

¹⁷ Schmitz, Hermann 2014: Atmosphären. Freiburg...: Alber.

¹⁸ Von Uexküll, Thure 1953: Der Mensch und die Natur. Grundzüge einer Naturphilosophie. Bern: Francke.

¹⁹ Capra, Fritjof 1996: Lebensnetz. Ein neues Verständnis der lebendigen Welt. Bern...: Scherz.

²⁰ Jung, Norbert 2017: Nachhaltigkeit ohne Naturverbundenheit? Zur Hierarchie der Ziele in der Umweltbildungsarbeit.

In: Gröger, Martin, Janssen, Mareike, Wiesemann Jutta (Hrsg.); Nachhaltig handeln lernen im Sachunterricht. Siegen: Universi. S.59-87

²¹ Gebhard, Ulrich 2009: Kind und Natur. Die Bedeutung der Natur für die psychische Entwicklung. Wiesbaden: VS

2016)²². Derlei Erkenntnisse lassen für mechanistische ebenso wie für kulturalistisch-konstruktivistische Interpretationen keinen Platz.

Als evolutionäre Schöpfung tragen wir eine unbewußte, tiefe Affinität zur Natur *in uns*, das hat als erster der Tiefenpsychologe Erich Fromm 1973 aus seiner therapeutischen Erfahrung mit dem Begriff „*Biophilie*“ belegt:

„Die Biophilie ist die leidenschaftliche Liebe zum Leben und allem Lebendigen, sie ist der Wunsch, das Wachstum zu fördern, ob es sich um einen Menschen, eine Pflanze, eine Idee oder eine soziale Gruppe handelt“ Sie ist „als ein biologisch normaler Impuls zu verstehen“(Fromm 1977: 411)²³. „Gesund sein heißt, mit der Natur des Menschen in Einklang zu stehen.“ (Fromm et al.1960:112)²⁴.

Zehn Jahre später, 1984, verfaßte der bedeutende Evolutionsbiologe *E.O.Wilson* sein aufsehenerregendes Buch „*Biophilia*“, ohne sich auf Fromm zu beziehen. Seine Argumentation ist eine evolutionsbiologische: Weil wir, aus der Natur kommend über Jahrmillionen hinweg mit unserem Erkennen, Fühlen und Verhalten an bestimmte Lebensräume angepaßt waren und sind (inklusive unserer Kulturbildung), haben wir ein biologisches Gedächtnis über die Natur in uns (Wilson 1984)²⁵. Ähnlich formulierte 1992 der kalifornische Ökopsychologe Theodore Roszak, angeregt vom Tiefenpsychologen C.G. Jung, daß allen Menschen ein „ökologisches Unbewußtes“ innewohne, das die Weisheit der Evolution einschließt (Roszak 1994²⁶). Das alte, rein naturwissenschaftliche und mechanistische Naturbild müssen wir um die fehlende Hälfte erweitern, nämlich um uns, den eingebundenen Menschen.

Diese bisherigen Begründungen lassen die Projektionstheorie, daß also unsere innere Antwort auf äußere Natur nur eine Projektion unserer inneren seelischen Zustände seien, als idealistisch-dualistisch und ebenso unplausibel und fragwürdig erscheinen (s. Jung 2015a:58, 2015b:83ff.)²⁷. Von dieser theoretischen Grundlegung aus ist eine breite theoretische Basis für das gegeben, was wir Psychotoperfahrung nennen.

Praktische Naturbeziehung

Keine gute Praxis ohne gute Theorie – dieses alte Prinzip hat auch hier zu gelten. Was bedeutet also die o.e. Humboldt'sche Aussage: „*die Natur muß auch dargestellt werden, wie sie sich im Innern der Menschen abspiegelt*“ konkret für das Praktizieren von Naturerfahrung in der Umweltbildung?

Als ich 1996 an der FH Eberswalde, jetzt HNEE, begann, die Spezialisierungsrichtung Umweltbildung zu konzipieren und aufzubauen, stand im Zentrum, daß Beziehung eine menschliche

²² Arvay, Clemens G. 2016: Der Biophilia-Effekt. Heilung aus dem Wald. München: Ullstein.

²³ Fromm, Erich 1977(1973): Anatomie der menschlichen Destruktivität. Reinbek: Rowohlt

²⁴ Fromm, Erich, Suzuki, Dausetz Teitaro, de Marzino, Richard 1960: Zen-Buddhismus und Psychoanalyse. Frankfurt/M.: Suhrkamp.

²⁵ Wilson, E.O.1984: Biophilia. Cambridge: Harvard Uni Press.

²⁶ Roszak, Theodore 1994: Ökopsychologie. Stuttgart: Kreuz

²⁷ Jung, Norbert 2015a: Reichen kluge Argumente für kluges Handeln? In: Eser, Uta et al.(Hrsg.): Klugheit, Glück, Gerechtigkeit – Warum Ethik für die konkrete Naturschutzarbeit wichtig ist. BfN-Skripten 414. Bonn: BfN. S.53-70.

Jung, Norbert 2015b: Beziehung, Freude am Natursein. Argumente für ein mitweltliches Menschenbild. In: Schloßberger, Matthias (Hrsg.): Die Natur und das gute Leben. (BfN-Skripten 403). Bonn. BfN. S.83-88

Grundkonstante ist und damit die Basis von Verstehen, Motivation und Handelns. Quellen für diese Überzeugung waren die eigene Erfahrung mit und in der Natur von Kindheit an und auch spätere Erfahrungen in gruppentherapeutischem Arbeiten. Ich wollte meine Studenten Naturbeziehung emotional eindrücklich und reflektiert erfahren und erleben lassen Denn: „Das Naturproblem darf ... nicht als rein sachliches Problem mißverstanden werden. Vielmehr geht es uns nahe, es trifft uns in unserer Befindlichkeit.“ (Sichler 1993:72.,s.Fn.2).

Nun ist Beziehung eine tief emotional verankerte Triebkraft in unserer Psyche. Solche komplexen emotionalen Prozesse wiederum entfalten sich langsamer in uns als es schnelle Gedanken tun. Also brauchen sie Zeit und Muße, das mußte auch hier gelten. Ich ließ die Studenten sich um ein Kesselmoor, also eine naturbelassenen Landschaft, herum vereinzeln und einen Platz suchen, der ihnen gefiel. Dort hatten sie nun einen guten halben Tag lang Zeit, um nichts weiter zu tun, als in Bild und Wort – möglichst einem Gedicht - das auszudrücken, was ihnen durch Wahrnehmung, Gedanken und das Gemüt ging. Es waren, wohlgemerkt, Studenten des SG Landschaftsforschung und Naturschutz, keine Kunst- oder Literaturstudenten...

1998 ließ die Publikation von Gerhard Trommer: „Ein Psychotop entsteht“ aufmerken, in der er von den beeindruckenden Tagebuch-Gedanken der Studenten schrieb, mit denen er 10 Tage lang jenseits aller Zivilisation über ein norwegisches Fjäll wanderte.²⁸ Damit war der Begriff gefunden, der auch auf meine Studentenübung paßte.

Der Psychotop

Der Ursprung des Psychotopbegriffes ist nicht ganz eindeutig aufzuhellen. Man könnte es mit „Seelenort“ übersetzen. Der Psychoanalytiker Alexander *Mitscherlich* nennt 1965²⁹ als Gewährsmann für den Begriff den Architekten des „Biorealismus“ Richard *Neutra*³⁰, der überzeugt war, daß verschiedenartige Architektur auch verschiedenartige physiologische und psychische Wirkungen in Menschen erzeugen und z.B. „als seelische Ruhepunkte“ eine „Selbstvergewisserung“ entstehen lassen können (oder nicht).

Der Schweizer Geograf Emil *Egli*, auf den sich Trommer (1998) bezieht, benutzte den Begriff 1977 synonym zu Heimat:

„Dem Begriff Geborgenheit wohnt die Komponente der Übereinstimmung inne. Dieser bergende Ort ist primäre Heimat, ist Psychotop. Er besitzt tragende Kraft.“ Er spricht aber auch von von „örtlichen und bildprägenden Psychotopen“ (Egli 1977:14 f.)³¹.

Hier wird, wie auch bei Mitscherlich wird der Psychotop weitgehend *zeitübergreifend* geprägt, nicht momentan verstanden. Ebenso ist für den Tierpsychologen und Zoodirektor Heini *Hediger* der Psychotop der Verhaltens- und Wohlfühlraum eines jeden Tieres, also die zur innerlichen Wieder-

²⁸ Trommer, Gerhard 1998: Ein Psychotop entsteht...Nationalpark 4/1998: 6-11

²⁹ Mitscherlich, Alexander 1965: Die Unwirtlichkeit unserer Städte. Frankfurt/M.:Suhrkamp: S.14/15

³⁰ Richard Neutra 1954: Survival through Design. New York: Oxford Univ Press. (Dt. 1956:wenn wir weiterleben wollen...Hamburg: Claassen)

³¹ Egli, Emil 1977: Geborgenheit im Raum. Zum Begriff der Heimat. Schaffhausen: Novalis.

spiegelung passende Qualität eines Lebensraumes im tierischen Fühlen und Verhalten (Hediger 1961, [1942])³². Jüngst schließlich hat der Forstwissenschaftler Wolf-Eberhard Barth den „Psychotop“ als Kennzeichnung der Natur als Lebensort des Menschen verwendet (Barth 2018)³³.

Die kürzeste und zugleich wohl zutreffendste Fassung des Begriffs stammt von der Schweizer Therapeutin Beatrice M. Schärli-Corradini (1992:60)³⁴:

„Biotop: Ort, an dem sich Biologisches ereignet. Psychotop: Ort, an dem sich Seelisches ereignet.“

Wenn dies auf ein und denselben Ort zutrifft, so geht es also um den unterschiedlichen Blickwinkel auf uns selbst. Es ist die methodische Perspektive, die den Unterschied macht: Mit dem Distanzblick des *Naturwissenschaftlers* und seiner monologisch manipulativen Methodik des Beobachtens, Beschreibens, Messens und Erklärens werden nur Dinge und Sachverhalte außerhalb des Menschen mit eben biologischen Begriffen beschrieben. Dagegen begibt man sich in das *Sein* durch Dialog und das *Verstehen* anderer Menschen, Tiere und Pflanzen. Man blickt auf das eigene *Innenleben* und das der anderen Lebewesen und deren Kommunikationen, so erfährt man Psychisches an dem Ort. Die alten Kulturen konnten beides zusammen denken und empfinden, Beobachten *und* Erklären sowie das Empfinden *und* Verstehen (vgl. Jung/Molitor/Schilling 2011)³⁵.

Bei der Übung mit den Studenten ging ich davon aus, daß sich in ihnen selbst und zwischen ihnen und der Lebewelt um sie herum eine dynamische Beziehung, Vertrautheit, Dialog herstellt, genauso, wie beim Menschen in der Gruppe: ich kann *über* einen Menschen reden, oder *mit* ihm, das ist ein qualitativer Unterschied (Du- oder Es-Haltung bei Martin Buber 1984, s.a. Watzlawick et al 1985)³⁶.

Psychotop ist das Mediale zwischen zwei Polen

Damit hat der Psychotop *zwei Pole*: die Psychodynamik der Person einerseits und die ökologische Dynamik der Natur andererseits. Im „Genius loci“, Geist des Ortes, fließt – auch schon in der Antike – beides zusammen (Kozljanič 2009)³⁷. Das bedeutet zugleich, daß der so verstandene Psychotop stets auch eine Momentaufnahme ist (auch wenn der Moment zuweilen lang sein kann), da sowohl der Mensch als auch die äußere Natur sich stetig dynamisch verändern.

Naturerfahrung ist – legen wir die o.e. Verbundenheit zugrunde –immer auch Selbsterfahrung (Gebhard 2009³⁸, Fischerlehner l.c. u.a.). Insofern entsteht ein Psychotop erst, indem man sich in ein bestimmtes Stück Natur begibt (Jung 2014). Das entspricht dem, was Böhme und Schmitz für die Atmosphären erkannten (s.o.). Aber – wie eingangs festgestellt – dabei schaffen, „projizieren“

³² Hediger, Heini 1961: Beobachtungen zur Tierpsychologie im Zoo und im Zirkus. Berlin: Henschel.

³³ Barth, Wolf-Eberhardt 2018: Affentheater. Die Evolution entlässt uns nicht aus unserem „Psychotop“. Berlin: Dt. Literaturges.

³⁴ Schärli-Corradini, Beatrice M. 1992: Bedrohter Morgen. Kind, Umwelt und Kultur. Zürich: pro juventute.

³⁵ Jung, Norbert, Molitor, Heike, Schilling, Astrid (Hrsg) 2001: Natur im Blick der Kulturen...Opladen: Budrich.

³⁶ Buber, Martin 1984: Das dialogische Prinzip. Darmstadt: Wiss. Buchges. – Watzlawick, Paul, Beavin, Janet H, Jackson Don D. 1985 [1969]: Menschliche Kommunikation...Bern: Huber.

³⁷ Kozljanič Robert Josef 2009: Der Geist eines Orts...In: Mallien, Lara, Heimrath, m Johannes (Hrsg.): Genuis Loci. Der Geist von Orten und Landschaften...Klein Jasedow: Drachen.

³⁸ Gebhard, Ulrich 2009: Kind und Natur. Die Bedeutung der Natur für die seelische Entwicklung.

wir diese Stimmung nicht selbst z.B. durch unser Wollen, Sollen oder Müssen als Einbahnstraße in eine seelenlose Natur hinein, sondern die Atmosphäre selbst ist schon durch das Miteinanderweben und -kommunizieren der Lebewesen und anderen Landschaftsteile da, bevor wir sie betreten. Nur: wir beantworten sie eben innerlich menschlich emotional und gedanklich, wie es der Kranich „kranichlich“, der Fuchs „füchsisch“ usw. tut. Alle Lebewesen sind an solche unentrinnbare, artspezifische Subjektivität gebunden. Die Frage, ob nicht das Seelische einer Person und ihre Gefühle in die Natur „*hineinprojiziert*“ werden, es also eine bloße Einbildung ist, wäre damit (s.o.) begründet mit Nein beantwortet (s.a. Jung 2015b, Seel 1996:102)³⁹. Dennoch kann natürlich der seelische Zustand einer Person, ihre Erfahrungen, ihre Konflikte, ihre Alltagsorgen, ihre Persönlichkeit – wie im Sozialen auch – den Eindruck in Grenzen tönen.

Die in der Psychotopübung durch die Teilnehmer verbal geäußerte, gemalte oder in Text gefaßte Erfahrung beim Verweilen in der Natur wird *sowohl* vom inneren seelischen Zustand einer Person *als auch* vom besonderen Geist des Ortes, seiner Qualität und Anmutung, seinen Eigenschaften und Botschaften bestimmt. Bleibt also die Frage nach der anderen Seite der besonderen Atmosphäre und „Botschaft“ eines Ortes, zu beantworten, die dann also in jeder Landschaft anders wäre. Als Imaginationsübung stelle man sich dafür einen Blick aufs Meer im Vergleich zu einer Wanderung durch einen Mittelgebirgshochwald oder gar die Straßenschlucht einer Innenstadt vor.

Ganz allgemein ist die Erfahrung, daß sich unser Seelenzustand in jenem irrational-mythischen Moment (Theobald 2003) abrupt ändert, in dem man, bspw. aus einem dichten Küstenwald kommend, plötzlich den explosiv sich weitenden Blick aufs Meer hat (Abb.3 u.4). Dieser Moment ist primär wortlos, wird aber emotional beantwortet. Die Erinnerung ist es im besten Falle auch.



Abb.3 u. 4: Wanderer auf einem Fjäll, Nonne am Meer.



Eine Nonne aus der Schweiz sieht zum erstenmal das Meer.

(Quellen: Skjåk – The Holy Grail of Mountain Trout_Fishspot fishspot.no, <https://fishspot.no/en/skjaak-holy-grail-mountain-trout-45878/>) / Nørretranders, T. 1997: Spüre die Welt...Reinbek: Rowohlt: 587)

³⁹ Jung, N. 2015b: Beziehung, Freude am Natursein. Argumente für ein mitweltliches Menschenbild. In: Schloßberger, Matthias (Hrsg.): Die Natur und das gute Leben. (BfN-Skripten 403). Bonn. BfN. S.83-88.

Der Schriftsteller Siegfried Lenz hat sich auf einem Naturschutztag 1996 mit der „Wirkung der Landschaft auf den Menschen befaßt und findet rundum,

„daß von der Landschaft eine erweckende Kraft ausgeht, die sich sowohl an das Gefühl als auch an den Geist wendet“ (Lenz 1996)⁴⁰.

Er hört in „zitternder Mittagshitze“ Pans Flöte, erwartet in „erwartungsvoller Bodenseelandschaft“ Petri Fischzug, findet in Adalbert Stifters Schilderung einer Wanderung durch Fichtenhochwald an der Moldau das Gefühl „tiefster Einsamkeit“ und läßt Feuerbach das „reiche, schöne, vornehme Rheintal“ preisen. Zahlreiche Beispiele aus der Belletristik fischt er auf und kommt zu dem lapidaren Schluß:

„Daß bestimmte Landschaften identische, und das heißt wiederholbare Gefühle und Stimmungen hervorrufen: die beschreibende Literatur bestätigt es zur Genüge“.

Und schließlich resümiert er aus eigenem Erleben,

„daß es unnennbare Gefühle waren, die uns erfüllten, daß uns Stimmungen ergriffen, die wir kaum beschreiben können.“

Die Naturelemente sprechen untereinander und mit uns nicht in Worten, weshalb uns diese dann verständlicherweise meist fehlen, aber es geschieht und wirkt emotional als Eindruck auf die Psyche, wenn wir uns darauf einlassen (s. Seel l.c., Theobald 2003⁴¹, Weber 2008⁴²).

Die Praxisdurchführung

Seit 1997 habe ich jährlich mit Gruppen von Studenten und mittlerweile auch anderen Personen eine Methodik der Psychotoperfahrung entwickelt und praktiziert. Ihre Durchführung dauert einen ganzen plus einen halben Tag (s.u.). Es sollten nicht mehr als 10 bis 12 Teilnehmer sein.

Der Ablauf ist einfach und folgt psychologischer Logik:

- Treffen mit Fahrrädern (notfalls zu Fuß) an einem Startpunkt, der landschaftlich möglichst schon ein lebensräumlicher Übergang ist (z.B. Chaussee – Waldweg).
- *Eingang (Startpunkt): Aus dem Alltag zur neuen Erfahrung:* Entschleunigen, Übergangsritual (Symbolgegenstände suchen, ablegen), vom Alltag zur neuen Erfahrung
- Fahrt mit dem Fahrrad zum Sammelplatz an dem ausgewählten Erfahrungsort, an dem der Leiter bzw. die Leiterin die gesamte Zeit über anzutreffen ist (für eventuelle Rückzüge), erster Eindruck der Landschaft, Orientieren,
- *Öffnung nach innen:* (körperbezogene) Kurzmeditation (am Sammelplatz), zu sich kommen, um sich öffnen zu können

⁴⁰ Lenz, Siegfried 1996: Von der Wirkung der Landschaft auf den Menschen. Abschlußansprache anlässlich des 23. Deutschen Naturschutztages vom 6. Bis 10. Mai 1996 in Hamburg. Hamburg: Alfred Töpfer-Stiftung. Ich danke Roland Lehmann, Berlin, für diesen interessanten Hinweis.

⁴¹ Theobald, Werner 2003: Mythos Natur. Die geistigen Grundlagen der Umweltbewegung. Darmstadt: Wiss. Buchges.

⁴² Weber, Andreas 2008: Alles fühlt. Mensch., Natur und die Revolution der Lebenswissenschaften. Berlin: btb

- *Öffnung nach außen:* Einen Platz suchen, der einem gefällt (allein), versehen mit Sitzunterlage, Essen und Trinken, Mal- und Schreibzeug, ggf. Mückenschutz, Regenschutz. Sich einrichten, dort bleiben, verweilen, orientieren, umschaun, anfangs ca.30 Minuten nichts Bestimmtes tun, Eindrücke gewinnen, sich einlassen, wahrnehmen. Dies ähnelt der allerdings viel kürzeren Sitzplatzübung in der Wildnispädagogik.(siehe Abb.5 u. 6)
- *Eigenen Naturbeziehung entstehen lassen und ausdrücken (2-5 Std.):* Wahrnehmen ohne Ziel, Offenheit für Dialog, beobachten, spüren, sich einlassen, Gedanken schweifen lassen → Erleben, Gedanken, Gefühle in Gedicht /Text bringen, ein Bild malen
- „Einsammeln“ der weit verstreut sitzenden Teilnehmer durch den Leiter mit vereinbarten Signalen; die Teilnehmer sollten nicht unter dem Druck stehen, selbst auf die Zeit achten zu müssen.
- *Reflexion 1 in der Gruppe (Sammelplatz):* Rückkehr zum Sammelplatz, Entlastung in der Gruppe, Berichten, Reflexion des Erlebens, der Erfahrungen (leitfragengeführt)
- *Ausgang (Startpunkt):* Rückkehr in Alltag mit neuen Erfahrungen, Anknüpfen an Alltag: Was nehme ich mit? Reflexion über die dort abgelegten Symbolgegenstände, Ende der Naturerfahrung, Rückweg
- *Reflexion 2 (mögl.Seminarraum):* Gruppenreflexion zu den entstandenen Arbeiten, Stunden oder Tage später, nichtbewertendes Gruppenfeedback über die einzelnen entstandenen Bilder und Texte: Was lösen die Arbeiten in den Gruppenmitgliedern aus? Welche Phantasien und Assoziationen erzeugen sie? Hierbei ist es wichtig, daß die Person, die ihre Arbeiten gerade vorgelesen oder gezeigt (hingelegt) hat, keine Erklärungen und Kommentare abgibt. Durch diese Reflexion können unbewußte Inhalte, die in den Mal- oder Schreibprozess eingegangen sind, zutage gefördert werden. Denn es geht nicht um Absichten!



Abb. 5 u.6: Studenten der HNE Eberswalde an ihrem selbst gewählten Sitzplatz, hier an zwei unterschiedlichen Kesselmooren in der Choriner Endmoränenlandschaft. Fotos: Autor

Die Orte

Ursprünglich wählte ich quasi unberührte Orte aus, da hier durch die Lebensvielfalt der ‚Geist‘ eines Landschaftsortes am deutlichsten zutage tritt. In Brandenburg fand sich da anfangs die Landschaft eines Kesselmoores (NSG) inmitten der hügelig buchenbestandenen



Abb. 7: Das Kesselmoor „NSG Mooskuten“ (li.) und der Waldbach „NSG Nonnenfließ“ (re.)

Endmoräne bei Chorin. Es war also kein überwältigender, spektakulärer Ort, sondern ein Stück Wildnis mit ihrer selbstgeschaffenen Vielfalt, ein Kleinod.

In späteren Kursen ergänzten wir das um eine weitere Landschaft: den munter fließenden Waldbach Nonnenfließ (NSG) durch die Eberswalder Endmoränenbuchenwälder. Erst in den letzten Jahren probierten wir auch einfache Waldstücke im Buchenwald bei Berlin und 2018 einen stillen Waldsee im Spreewald.

Einige Ergebnisse

Seit der ersten Erprobung dieser Methode (s.o.) 1997 haben bis 2009 alljährlich jeweils 12 bis 17 Studenten diese Art von Naturerfahrung mitgemacht (danach etwas unregelmäßiger auch andere Personen, s.o.). Von noch eineinhalb Stunden 1997 erweiterte sich der Zeitraum aufgrund der Erfahrungen und Wünsche der Teilnehmer schnell auf vier bis fünf Stunden. Von fast allen Teilnehmern liegen die Ausdrucksarbeiten vor.

Bei den meisten Teilnehmern hat diese Erfahrung tiefe emotionale Spuren und auch Nachdenklichkeit hinterlassen. Schon die mündlichen Reflexionen in der Gruppe ergriffen hin und wieder einzelne Teilnehmer bis zu Tränen – die gute, lösende, kathartische Tränen waren. Der Leiter solcher Psychotoperfahrung sollte sich also in der Lage fühlen, emotionale Zustände angemessen

und verstehend aufzufangen. In den Reflexionen berichteten die Teilnehmer Wirkungen, die ich in drei Aspekten zusammenfassen möchte:

- 1) Vertiefung der Liebe zur Natur, vertieftes emotionales Empfinden und Verständnis über naturwissenschaftliche Kenntnisse hinaus⁴³, vertiefte Schutzhaltung, Wahrnehmungssensibilisierung. Ein Student fand im Rahmen seiner Masterarbeit durch spätere Nachbefragungen der Teilnehmer eine sensiblere Naturschutzhaltung, was sich z.T. auch ins Konsumverhalten ausdehnte (Drews 2013)⁴⁴.

Beispiel 1 Gedicht Juliane W, Kesselmoor: „Dunkel und doch hell/ kalt und doch heiß/ laut und doch still/ bewegt und doch ruhig/ tot und doch voll Leben./ Das Moor“

Beispiel Gedicht 2 Tim T., Kesselmoor: „Moor./Du bist sonnendurchflutet/ Und doch tiefdunkel./ Uralt bist du/ Und dabei so jung./ Kaum einer ist so arm wie du/ Und dies bei solcher Fülle./ Bis ins Kleinste bist du erforscht./ Doch hast du dein Geheimnis nie verloren./ All diese Rätsel mag eins nur überwinden./ Dein Name/ Moor.“

- 2) Empfinden der Resonanz zwischen Natur und eigenen seelischen Vorgängen und damit der Verbundenheitswirklichkeit des eigenen Seins. Emotionale Berührtheit (z.T. tief), Wohlgefühl, Dankbarkeit, Geborgenheit, Freiheit, biografische Identifikation mit Naturprozessen, Lösen verdrängter, z.T. schmerzhafter Konflikte durch Empfinden des Aufgehobenseins,

Beispiel Gedicht Nadine R. am Waldbach: „ Mal leise flüsternd/ mal tobend laut/ ziehst du durch mein Land./Alles Leben spiegelt sich/ in deinem Ur-Gesicht./Gängst Sonne ein/ auch Tod und Leben,/ strömst durch Adern aller Wesen./ Formst des Ortes/Gedankenmeer/ganz weise und bedacht/ und küßt das traurig Seelenheer/ in lieblich träumende Nacht.“

- 3) stärkeres Zulassen von Alltagsreflexionen und –belastungen

Zur Ruhe kommen, Lösung, zu sich kommen, Verblässen bzw. freieres Durchdenken von Alltagsproblemen

Beispiel Gedicht Katja T. am stillen Waldsee: „Die Birke ring die Erle nieder/ stehender Wettkampf/ in Zeitlupe ächzend/ ich frage mich/ warum das Leben/ nicht auch mal einfacher sein kann. Der Ort hatte ein offenes Ohr für meine Gedanken“.

Insgesamt zeigte sich, daß solche naturbelassenen Orte durch ihre verwirrende, kaum erfaßbare Vielfalt und Komplexität den erklärenden Verstand in den Hintergrund treten ließ oder besser: ihm das staunende, tiefgreifende Erleben als entscheidende psychische Wirklichkeit an die Seite stellte und neue Gedanken, Assoziationen und Gefühle freisetzte. Dabei hat jeder spezifische Landschaftsort und -teil seine eigenen Potenzen und Impulse. Hier einige Beispiele:

- Hin und wieder suchten sich Teilnehmerinnen einen alten Baum, an den sie sich anlehnen wollten, vordergründig, weil es eben angenehm sei. Schließlich stellte sich aber das Bedürfnis nach

⁴³ Dies ist im Verständnis der Tiefenökologie: tiefes Verstehen des Wesens der Natur, verbunden mit dem tiefen Verstehen der eigenen v.a.emotionalen Resonanz, der eigenen Psyche. Der Psychologe Ralph Siehler meint dies sicher mit seinem Begriff der „Tiefenhermeneutik des menschlichen Naturbezugs.“(Siehler 1993,s.Fn.2)

⁴⁴ Drews, Arne 2013: Naturerfahrung und psychische Entwicklung – eine Untersuchung zu Mittelfristwirkungen der Visionssuche bei Erwachsenen. Masterarbeit, HNE Eberswalde.

Geborgenheit, Rückhalt und Anlehnungsbedürfnis heraus. In der Reflexion tauchte dann in zwei Fällen die Sehnsucht nach väterlichem Rückhalt und Zuwendung auf.

Beispiel Gedicht Marion M. Laubwald: „Eine Eiche, als und knorrig.../lädt mich ein/ Und nimmt mich auf ihren Schoß.// Eine Grenze,/ Ein starker Stamm im Rücken/ Der mich stärkt.“

- Ein Student suchte sich eine bachnahe Stelle im Buchenwald, an der das langsame „Zuwachsen“ einer kleinen Pfütze im nassen Boden durch die herabfallenden Buchenblätter sein Interesse fand und er dies malte: schwarze Pfütze, bunte Blätter die sich vom Rand aus darüber deckten, und ferne aus dem Hintergrund gleißend leuchtendes Sonnenlicht. Durch die Gruppenas-



soziationen über das Bild (Reflexion 2) wurde dem Studenten klar, daß er in damit ein Bild für seinen inneren Abschied von einem verstorbenen guten Freund gefunden hatte: Das Zuwachsen einer Wunde (Abb.8).

Abb.8 (Bild von Ingo L.)

- Eine Studentin wählte den Prallhang am stark mäandrierenden Waldbach in der Endmoräne aus (Schutz). Sie berichtete: „Da sah ich neben mir am Boden, wie Ameisen einen Regenwurm zerlegten – und da dachte ich an den Tod.“ Nach einer Pause: „Und dann sah ich in die Buchen über mir – und alles war gut so.“
- Eine Studentin wählte eine einsame Stelle am Rand eines Kesselmoores mit Birken, Wollgras und Sumpfporst. In der Reflexion 1 berichtete sie: „Ich wollte zu dem Moor eine Beziehung herstellen, aber das Moor ignorierte mich einfach. Das ging eine Weile so, ich fand keine Antwort, das machte mich total unruhig: Warum? Dann entschied ich mich, zog Schuhe und Strümpfe aus und ging ins Moor hinein. Da war ich plötzlich aufgenommen, ein Teil von ihm, und war zufrieden.“
- Einer Studentin gefiel der Stamm einer starken Buche, die über den strömenden Waldbach gefallen war. Sie wählte ihn, direkt über dem Bach als eigenen Platz. Nicht lange, so berichtete sie in der Reflexion, da mußte sie dort weg, hielt es nicht mehr aus, mußte einen neuen Platz am Ufer suchen: Das strömende, wirbelnde Wasser hatte sie zu unruhig gemacht, so daß Sie nicht recht zu sich kommen und ihre Gedanken sammeln konnte.
- Eine Studentin kam weit vor der Zeit von ihrem selbstgewählten Platz zurück zum Sammelplatz. Der Leiter begann behutsam ein verständnisorientiertes Gespräch, denn solche Rückkehr von einem wunderschönen Naturort bei schönstem Maiwetter hatte Gründe. Es stellte sich heraus, daß gerade das Schöne de Buchenwaldes, die Strenge seiner Stämme, das Muntere, Bewegte

des Waldbaches, da Leben der kleinen Insekten, die Vogelgesänge – dieses emotionale Geschenk sie so tief berührte, daß in ihr die fordernde Leistungshaltung ihres Vaters schmerzhaft ins Bewußtsein getreten war, worüber sie weinen mußte. Im Nachhinein fand sie diese Tränen gut, lösend und war schließlich froh, daß ihr dies geschehen war.

Insgesamt ist eine Fülle von schriftlichen und bildlichen Ausdrucksarbeiten entstanden. Da sich im Psychotop neben den Eigenarten und Botschaften des Ortes stets die Eigenheiten der jeweiligen Personen finden, gibt es bei all diesen Arbeiten und Gedanken keines, das einem anderen gleicht. Dennoch zeigt der Vergleich von Äußerungen am Kesselmoor im Vergleich zum Waldbach tendenzielle Unterschiede: Das Moor löst in der psychischen Resonanz leicht Ambivalenzen aus, auch Unsicherheiten, der Waldbach eher Impulse zum Thema „Strom des Lebens“. Zur Veranschaulichung hier eine willkürliche Auswahl von Bildern als Beispiele, die an den Erfahrungsorten entstanden:

Am Waldbach:



(Bild: Axel H.)



(Bild Anna K.)

Am Kesselmoor:



Wenn man die große Vielfalt der bildlichen und verbalen Äußerungen gesehen und gehört hat, bekommt man eine Vorstellung, wie recht doch Humboldt mit seiner eingangs zitierten Feststellung hatte und hat. Daß wir bei dieser Methode leicht in die Nähe romantischer Gedichte und Bilder geraten, ohne es zu wollen, liegt wohl im Wesen intensiver Naturerfahrungen.

nbjung@gmx.de; www.hnee.de/jung; www.hnee.de/jung/umweltbildung