

MUTation Band 4

Texte zur Nachhaltigkeit

Burnout von Mensch und Erde



Beiträge von bzw. über Stefan Brunnhuber, Wolfgang Haber,
Karen Hamann, Joachim Hamberger, James Hillman,
Marcel Hunecke, Michael Huppertz, Andreas Meißner,
Wolfgang Schmidbauer, Klaus Töpfer



Verein für
Nachhaltigkeit e.V.

MUTation Band 4

Texte zur Nachhaltigkeit

Burnout von Mensch und Erde

Beiträge von bzw. über

Stefan Brunnhuber

Wolfgang Haber

Karen Hamann

Joachim Hamberger

James Hillman

Marcel Hunecke

Michael Huppertz

Andreas Meißner

Wolfgang Schmidbauer

Klaus Töpfer



Verein für
Nachhaltigkeit e.V.

Zukunft verantworten

Impressum

Der Druck wurde unterstützt
von BenE München e.V.



Herausgeber: Verein für Nachhaltigkeit e.V.
Hans-Carl-von-Carlowitz-Platz 1, 85354 Freising
info@nachhaltigkeit-ev.de
www.nachhaltigkeit-ev.de

Verantwortlich: Joachim Hamberger

Redaktion: Andreas Meißner

Erscheinungsdatum: Oktober 2017
© 2017 Laubsänger-Verlag Freising
Alle Rechte vorbehalten.

Gestaltung/Layout: Gerd Rothe, design@gerd-rothe.de

Druck: Printmedien Niedermayer, Au i.d. Hallertau
gedruckt auf FSC-Umweltpapier,
chlorfrei gebleicht, recyclebar



Abbildung Titel: Fotolia/artqu

ISBN 978-3-945630-09-9

Kontakt:



Laubsänger-Verlag Freising
Laubsängerweg 7, 85356 Freising
info@laubsaeenger-verlag.de
www.laubsaeenger-verlag.de

*„Der Auftrag, der uns heute gesetzt ist, lautet:
Uns selbst, unsere Umwelt und die Strukturen
dieser Welt zu heilen und zu heiligen...
Man mag dies für eine Aufgabe halten, die unsere
Kräfte übersteigt. Aber wenn wir im Bewußtsein
unserer Unvollkommenheit und Schwäche trotzdem
alle unsere Kräfte für ihre Erfüllung einsetzen,
dann kommt ein Segen dazu, und aus dem
Kleinen wird ein Großes.“*

Albert Schweizer

Inhalt

Impressum	<i>Seite 02</i>
Vorwort	<i>Seite 05</i>
James Hillman: Außer sich	<i>Seite 09</i>
Zu Wolfgang Haber: Nachhaltigkeit – Wunsch und Wirklichkeit aus ökologischer Sicht	<i>Seite 16</i>
Zu Stefan Brunnhuber: »Das Neue entsteht im Denken«	<i>Seite 26</i>
Zu Karen Hamann: Psychologie im Umweltschutz – Förderung nachhaltigen Verhaltens	<i>Seite 35</i>
Zu Marcel Hunecke: »Mal einen Gang zurückschalten«	<i>Seite 47</i>
Zu Michael Huppertz: Achtsamkeit in der Natur	<i>Seite 54</i>
Zu Wolfgang Schmidbauer: Homo consumens und die Last der dummen Dinge	<i>Seite 69</i>
Andreas Meißner: Frühberentung für den homo sapiens dringend empfohlen	<i>Seite 83</i>
Klaus Töpfer: »Wenn nichts passiert, dann passiert ‘was«	<i>Seite 96</i>

Vorwort

Burnout – das sozialverträgliche Wort für Depression – bezeichnet den Zustand von Menschen, die die Menge und Geschwindigkeit moderner Arbeit erschöpft hat. Wie im Hamsterrad sind sie gelaufen, ohne von der Stelle zu kommen. Die Akkus sind leer, die persönlichen Ressourcen verbraucht. Die Zahl der Krankheitstage aufgrund psychischer Erkrankungen hat in den letzten 20 Jahren ganz erheblich zugenommen. Wenn man so will, ist das ein Zeichen der am eigenen Lebensstil leidenden Gesellschaft.

Auch die Erde ist erschöpft: der gemeinsame Konsum-Fußabdruck aller Menschen ist zu groß für einen Planeten, weil wir mehr Fläche brauchen als die Erde hat. Deshalb ist das, was jährlich in den Ökosystemen der Erde nachwächst, rein rechnerisch schon lange vor Silvester verbraucht. Der earth overshoot day zeigt dieses Verbrauchsdatum an. Heuer war es der 2. August. Die restlichen 151 Tage des Jahres zehren wir von der Substanz der Erde, verbrauchen und erschöpfen sie.

Es gibt viele Beispiele, die zeigen wie die gestresste Natur dem Menschen den Stress zurück beschert: die Wirbelstürme in der Karibik, die nicht nur materiellen Schaden, sondern auch unermessliches Leid bringen, die deutlich gestiegene Zahl der Waldbrände weltweit, die ausgedörrten Felder und vertrockneten Weiden des Südens, die Menschen zur Flucht zwingen oder der gestiegene Meeresspiegel, der Sturmfluten

an flachen Stränden gefährlicher und Küsten unbewohnbar macht.

Hinter all diesem Stress für Mensch und Erde steckt ein Verursacher: der westliche Lebensstil. Er ist materialistisch, leistungs- und konsumorientiert und hinterlässt nach Innen eine große Leere und ver„zehr“ende Auswirkungen in der Natur um uns. Die Reaktionen der veränderten Natur treffen dann v.a. diejenigen, die kaum einen Anteil an diesem aggressiven Konsum haben. Das steigert die Frustration und die Bereitschaft zur Flucht aus den aussichtslosen Verhältnissen.

Es muss sich etwas ändern!, das wissen wir alle, seit Jahren. Denn aus abstrakten Prognosen von Wissenschaftlern werden Jahr für Jahr mehr und mehr reale Katastrophen. Der Titel dieser Reihe steht für das, was notwendig ist: MUTation, Mut die Veränderungen endlich anzugehen. Doch was soll der/die Einzelne tun?

Victor Frankl, der die Shoah im Lager Auschwitz erlebte und überlebt hat, hat auch in der Katastrophe einen Sinn gefunden, der ihn trug: Es ist die Frage, „Welchen Beitrag leiste ich zum Wohlergehen der Menschheit?“ Wer sich diese Frage stellt, der hat für sich erkannt, dass der eigene Beitrag notwendig und wertvoll ist. Dann ist es egal an welcher Stelle im Räderwerk ich stehe, egal wie hoffnungslos es um mich aussieht. Wir können immer in diesem Sinne handeln und damit Sinnstiftung nach Innen erfahren und Veränderung im Außen bewirken.

Das ist der gemeinsame Leitgedanke aller hier versammelten Exzerpte und Artikel. Sie sollen einführen in den Geist der Tagung „Burnout von Mensch und Erde“ in München-Trudering am 6.10.2017. Es sind Texte, die die Ideen der Referenten vorstellen, aber auch weitere Beiträge, die gut in den Kontext des Themas passen. So ist an den Anfang des Heftes eine Zusam-

menfassung des Buches „100 Jahre Psychotherapie: und der Welt geht's immer schlechter“ gestellt. Der Text war ein wesentlicher Anstoß für die Tagung. Am Ende steht eine Rede von Klaus Töpfer, der im Frühjahr 2017 einen nachdenklichen Vortrag zu dem hielt, was sich in in unserer Umwelt verändert und was wir tun können: uns aktiv in die die Zivilgesellschaft einbringen. Es ist die komprimierte Botschaft der Tagung. Denn dieses Heft möchte auch nach der Tagung noch gelesen und weitergegeben werden und so die Idee von der Verknüpfung von Ökologie und Psychologie weitertragen.

Eine solche Schrift herauszugeben erfordert großen Aufwand. Besonderer Dank gebührt Dr. Andreas Meißner, der die Texte zusammengestellt und die Tagung angeregt hat. Seine Initiative war es, damit einen Kreuzungspunkt zwischen Psycho- und Öko-Szene zu schaffen, der für beide Seiten Anregung und Austausch ermöglichen soll.

Für das ansprechende Layout dieser Broschüre sei Herrn Gerd Rothe ganz herzlich gedankt.

Möge von der Tagung, aber auch von dieser Schrift, eine nachhaltige Wirkung ausgehen.

Freising, 11.9.2017

Joachim Hamberger
Verein für Nachhaltigkeit e.V.



Ökologie ist eine Wissenschaft, die Menschen, die nicht hören wollen, Wege vorschlägt, denen sie nicht folgen werden, zur Rettung einer Umwelt, die sie nicht schätzen.

L.G. Heller

*Ökologie-Auffassung in einer Karikatur aus den 1970er Jahren
(Archiv Landschaftsökologie TU München)*

James Hillman: Außer sich

Die Beschäftigung mit dem Innenleben verstellt den Blick auf die Welt

(Dieser Text ist eine Zusammenfassung eines Buches von 1993 und erschien 1995 sowie erneut 2016 in der Schweizer Zeitschrift „Zeitpunkt“. Er wird dem Heft vorangestellt, da er einen wesentlichen Anstoß zur Organisation der Tagung gegeben hat.)

Wir haben einhundert Jahre Psychoanalyse hinter uns, und die Menschen werden immer sensibler, und der Welt geht es immer schlechter. Warum hat die Psychotherapie dies nicht bemerkt? Weil die Psychotherapie sich nur mit jener «inneren» Seele beschäftigt. Indem sie die Seele aus der Welt herausnimmt und nicht erkennt, dass die Seele auch in der Welt ist, kann die Psychotherapie nicht mehr funktionieren. Die Gebäude sind krank, die Institutionen sind krank, das Geldsystem ist krank, die Schulen, die Straßen – die Krankheit ist draußen.

Die politische Gesinnung ist verkümmert. Es fehlt das Empfinden für die wirklichen Probleme. Warum sind die intelligenten Menschen, zumindest in der weißen Mittelschicht, heute so passiv? Warum? Weil die empfindsamen, intelligenten Menschen eine Therapie machen! Sie sind in den Vereinigten Staaten seit 30, 40 Jahren in psychotherapeutischer Behandlung, und seit dieser Zeit gibt es in diesem Land einen ungeheuren politischen Niedergang.

Sooft wir versuchen, mit unserer Wut über die Autobahn, mit unserem Ärger wegen des Büros, über die Gewalt auf den Straßen und was auch immer fertig zu werden, sooft wir versu-

chen, damit fertig zu werden, indem wir in Therapie gehen, nehmen wir der politischen Welt etwas weg. Und die Psychotherapie unterstützt in ihrer verrückten Art den Niedergang der Welt, indem sie die innere Seele betont und die äußere Seele ignoriert. Doch die Psychotherapie beharrt blind auf ihrem Glauben, dass sie die äußere Welt heilt, indem sie die Menschen bessert. Wir kennen dies seit Jahren: «Wenn jeder in Therapie ginge, hätten wir bessere Gebäude, bessere Menschen, mehr Bewusstheit.» Es stimmt aber nicht.

Die Mode ist doch heute in der Psychotherapie das «innere Kind». Das ist der Renner in der Therapie – man geht zurück zu seiner Kindheit. Wenn man aber rückwärts schaut, schaut man nicht um sich herum. Diese Reise nach rückwärts konstatiert das, was C.G. Jung den «Kindarchetypus» nannte. Der Kindarchetypus ist aber seiner Natur nach apolitisch und machtlos; er hat keinen Zusammenhang mit der politischen Welt. Dann sagt der Erwachsene: «Was kann ich denn an der Welt ändern? Damit bin ich überfordert.» So redet der Kindarchetypus. «Alles, was ich tun kann, ist, in mich zu gehen, an meinem Wachstum, meiner Entwicklung zu arbeiten, gute Unterstutzungsgruppen zu finden.» Dies ist eine Katastrophe für unsere politische Welt, für unsere Demokratie. Demokratie braucht sehr aktive Bürger, keine Kinder.

Indem wir den Kindarchetypus betonen, indem wir unsere Therapiesitzungen zu Ritualen machen, in denen wir die Kindheit wachrufen und rekonstruieren, schotten wir uns gegenüber dem politischen Leben ab. Zwanzig oder dreißig Jahre Psychotherapie haben die sensibelsten und intelligentesten und einige der wohlhabendsten Menschen unserer Gesellschaft Kindeskult getrieben. Dies setzt sich schleichend fort, in der ganzen Therapie, im ganzen Land. Es ist ganz klar, dass unsere Politik aus den Fugen ist und niemand zu den Wahlen

geht – wir machen uns durch die Therapie selbst machtlos. Wenn persönliches Wachstum eine Hinwendung zur Welt bewirken würde, wäre dann nicht unsere politische Situation heute eine andere, wenn doch so viele intelligente Menschen eine Therapie gemacht haben? Was man in der Therapie lernt, sind hauptsächlich Empfindungsfertigkeiten: wie man sich wirklich erinnert, wie man die Phantasie erweckt, wie man Worte für unsichtbare Dinge findet, wie man in die Tiefe geht und sich Dingen gegenüberstellt.

Aber man lernt keine politischen Fähigkeiten und erfährt nichts darüber, wie die Welt funktioniert. Damit soll nicht gesagt werden, dass man nicht in sich gehen müsse – aber wir müssen wissen, was wir tun, wenn wir dies tun. Indem wir nach innen gehen, bleiben wir bei der kartesischen Auffassung, dass die äußere Welt tote Materie ist, und die innere Welt lebt.

Könnte es sein, dass das, von dem wir alle am meisten überzeugt sind, dass nämlich die Psychologie das einzige Gute ist, was es in einer scheinheiligen Welt noch gibt, dass dies nicht wahr ist? Dass die Psychologie, die Arbeit an sich selbst, ein Teil der Krankheit wäre, nicht ein Teil der Heilung? Ich glaube, dass die Therapie einen philosophischen Fehler gemacht hat, der in der Annahme besteht, dass die Erkenntnis dem Handeln vorangeht. Ich glaube nicht, dass dies so ist. Ich glaube, dass die Reflexion immer dem Ereignis nachgeht.

Was die Therapie in den Vordergrund rückt, ist die Beziehung, aber die Arbeit kann eine ebenso große Rolle spielen. Man glaubt umzukommen, wenn man keine gute Beziehung hat. Man hat das Gefühl, zum Krüppel zu werden oder verrückt oder neurotisch oder irgendetwas, wenn man nicht in einer bedeutungsvollen, beständigen, tiefen Beziehung steht. Man bekommt intensive Anfälle von Sehnsucht und Einsam-

keit. Aber diese Gefühle hängen nicht nur mit schlechten Beziehungen zusammen; sie entstehen auch dadurch, weil man in keiner politischen Gemeinschaft steht, die einen Sinn hat, die etwas bedeutet. Die Therapie rückt das Beziehungsproblem in den Vordergrund, aber was diese Probleme verschärft, ist, dass wir a) keine befriedigende Arbeit oder b), was vielleicht noch wichtiger ist, keine befriedigende politische Gemeinschaft haben.

Es ist einfach nicht möglich, das Fehlen von Begeisterung und Sinn in der täglichen Arbeit durch eine Intensivierung der persönlichen Beziehungen auszugleichen. Ich glaube, dass wir deshalb so viel über inneres Wachstum und Entwicklung reden, weil wir so sehr in den kleinlichen, privaten Interessen unserer Arbeit befangen sind.

Die Idee des Selbst muss neu definiert werden. Die Definition der Psychotherapie kommt aus der protestantischen und östlichen Tradition: Das Selbst ist die Verinnerlichung des jenseitigen unsichtbaren Gottes. Die innere Wirklichkeit. Auch wenn dieses innere Göttliche als selbststeuernder, autonomer, homöostatischer, ausgleichender Mechanismus verkleidet ist oder wenn das Göttliche als die integrierende tiefere Intention der ganzen Persönlichkeit verkleidet ist, ist es immer noch ein transzendenter Begriff mit theologischen Implikationen oder gar Wurzeln. Ich würde das Selbst vielmehr als die Verinnerlichung der Gemeinschaft definieren. Und wenn man diesen kleinen Schritt vollzieht, dann wird man ganz anders über die Dinge reden. Wenn das Selbst als die Verinnerlichung der Gemeinschaft definiert würde, dann wären die Grenzen zwischen mir und den anderen viel weniger gewiss. Ich wäre bei mir, wenn ich bei anderen bin. Ich wäre nicht bei mir, wenn ich allein spazieren gehe, meditiere, in meinem Zimmer meinen Phantasien nachgehe oder an meinen Träumen arbeite. Ich

wäre mir selbst gerade entfremdet. Und «andere» würden nicht nur andere Menschen sein, weil die Gemeinschaft, wie ich sie sehe, etwas Ökologischeres oder zumindest Animistischeres ist. Ein psychisches Feld. Und wenn ich nicht in einem psychischen Feld mit anderen – Mitmenschen, Gebäuden, Tieren, Bäumen – bin, bin ich nicht. Es würde also nicht mehr heißen: «Ich denke, da her bin ich.» (Cogito ergo sum, wie Descartes sagte.) Es würde heißen, wie neulich jemand zu mir sagte: «Ich bin mit anderen, da her bin ich.» Convivo ergo sum.

Es gibt noch einen zweiten Grund, warum man davon überzeugt ist, dass man alleine mehr sich selbst ist: weil es vertrauter ist. Man ist in einem ausgefahrenen Gleis. «Das bin ich, weil ich im selben Muster bin»; es ist erkennbar. Wenn man bei einem anderen Menschen ist, ist man außer sich, weil der andere in einen selbst hereinströmt und man in den anderen auströmt; es gibt Überraschungen, man hat nicht ganz die Gewalt über sich, und dann glaubt man, dass man nicht sein wahres Selbst ist. Dieses Verlieren der Kontrolle – das ist die Gemeinschaft, die durch uns wirkt. Sie ist der Ort, an dem man sich befindet, und der durch einen wirkt.

Wir müssen uns die Gemeinschaft als eine ganz andere Kategorie vorstellen. Sie besteht nicht aus einzelnen Menschen, die zusammenkommen und Verbindung aufnehmen, und sie ist keine Masse. Gemeinschaft ist für mich einfach das kleine System, in dem man gerade steht, manchmal im Büro, manchmal zu Hause bei seiner Einrichtung und seinem Essen und seiner Katze, manchmal auf dem Flur im Gespräch mit den Leuten von nebenan.

Ich glaube, dass es für unser spirituelles Leben heute unumgänglich ist, dass wir dort, wo wir jeweils leben, Gemeinschaft haben. Natürlich haben wir liebe Freunde seit dreißig Jahren,

die irgendwo in Burma oder Brasilien leben. Und sie sind für einen da, wenn es einem schlecht geht – in einem Notfall. Aber genügt das? Für den Fortbestand der Welt? Es genügt absolut nicht. Ich glaube, dass für den Fortbestand der Welt ständig an jener anderen Art der lokalen Gemeinschaft gearbeitet werden muss. Und es fällt sehr schwer, sich damit auseinanderzusetzen, wieviel «Kundendienst» notwendig ist – nicht für einen alten Freund in der Fremde, sondern für die Menschen nebenan.

Die Depression, der wir alle zu entgehen versuchen, könnte sehr gut eine chronische Reaktion auf das sein, was wir der Welt angetan haben, eine Trauer und Betrübniß darüber, was wir der Natur, den Städten und ganzen Völkern antun, über die Zerstörung grosser Teile unserer Welt. Wir könnten zum Teil deshalb deprimiert sein, weil dies die Reaktion auf die Trauer ist, die wir nicht bewusst leisten. Die Trauer über die Zerstörung von Landschaften, in denen ich auf wuchs, über das Verschwinden von Wiesen und Äckern, die ich als Kind kannte ...

Vielleicht könnte die Revolution damit beginnen, dass wir uns unserer Depression stellen.

Jede grössere Veränderung braucht einen Zusammenbruch. Tschernobyl hat uns in Amerika anscheinend nicht betroffen, doch konnten die Menschen in Europa kein Gemüse essen, keine Milch trinken; das ganze Renfleisch in Skandinavien war verseucht. Dies bewirkt einen ungeheuren Wertewandel. Plötzlich sind manche Dinge lebensspendend, andere todbringend. Das Geld spielt nicht mehr jene große Rolle; an Tschernobyl hängt kein Preisschild. Die Veränderung des Tiefstpreisdenkens kommt durch Symptome zustande. Es kommt durch Gift zustande. Exxon Valdez, Bhopal, Tschernobyl haben dort alles giftig, schlecht, ungenießbar gemacht – und mit

Geld ist da nicht zu helfen. Die Bedrohung durch den Tod führt uns über die Wertbestimmung anhand finanzieller Größen hinaus. Nach Katastrophen messen wir Geld keinen Wert mehr bei. Die Natur oder Seelenqualität einer Sache ist dann letztlich deren Wert. Wir würden fragen: Ist dies gut, ist es hilfreich, ist es schön, und nicht: Was kostet es?

James Hillman (1926 -2011) war Direktor des C.G. Jung-Instituts in Zürich und lebte anschließend als Autor und Therapeut in den USA. Der vorliegende Text besteht aus Ausschnitten aus dem Buch «Hundert Jahre Psychotherapie – und der Welt geht’s immer schlechter», einem Dialog zwischen Hillman und dem Journalisten Michael Ventura. Er ist in ausführlicherer Form bereits im Zeitpunkt Nr. 19, Jan./Feb. 1995 erschienen.

James Hillman/Michael Ventura: Hundert Jahre Psychotherapie und der Welt geht’s immer schlechter. Düsseldorf, Walter-Verlag, 1993. 360 Seiten. Das Buch ist noch antiquarisch erhältlich.

Zu Wolfgang Haber: Nachhaltigkeit – Wunsch und Wirklichkeit aus ökologischer Sicht

»Nachhaltigkeit kann nur gelingen, wenn wir die Ökologie nicht verklären.«¹

Der Doyen der wissenschaftlichen Ökologie, als der er oft bezeichnet wird, erteilt mystifizierenden Bildern vom Wesen des Menschen und der Natur eine klare Absage: »Der Weg in eine nachhaltige Zukunft kann demnach nur gelingen, wenn wir uns auf die Wirklichkeit besinnen und unseren Blick auf die Schlüsselprobleme des 21. Jahrhunderts richten – auf die Endlichkeit der Ressourcen und das immense Bevölkerungswachstum. Dies als äußere Bedingung menschlichen Handelns zu begreifen und zu akzeptieren, ist Teil der human-ökologischen Perspektive.«

Haber füllt so Wissenslücken, wenn man eher eine populäre Sicht auf Ökologie hat im Sinne einer bewahrenswerten Natur. Dass dies nicht grundsätzlich falsch ist, aber bei Weitem nicht ausreicht, wird bei seinen Darstellungen deutlich. Folgende Ausführungen gehen daher im Wesentlichen auf einen Vortrag bei der Evangelischen Akademie in Tutzing 2015 zurück.

Intensive Eingriffe

Ausgangspunkt der damaligen Tagung war das Anthropozän, als Beschreibung für das gegenwärtige Zeitalter vorgeschlagen vom Wissenschaftler Paul Crutzen im Jahr 2002. Einige Zahlen mögen die intensiven menschlichen Eingriffe in den Planeten illustrieren: Mehr als 90 Prozent des Pflanzen-

¹ Zitat aus einem Vortrag auf der ersten Carl-von-Carlowitz-Vorlesung 2009

wachstums findet in Systemen statt, die der Mensch beeinflusst, mehr als 90 Prozent der Biomasse aller Säugetiere werden vom Menschen und seinen Haustieren gestellt, und über 75 Prozent der eisfreien Landoberfläche sind nicht mehr im ursprünglichen Zustand.²

Der Mensch wirkt demnach als geologische Kraft, vergleichbar mit nichtmenschlicher Aktivität etwa der Vulkane oder der Erdplattenverschiebung. Speziell gemeint ist mit »Mensch« der homo sapiens, der vor rund 10.000 Jahren vom Jäger und Sammler zum Bauern wurde. Zuvor hatte er schon andere Menschenarten hinter sich gelassen oder an den Rand gedrängt hat. Er ist somit als einzige menschliche Art übrig geblieben.

Mensch und Natur, das bedeutet auch: Nutzung von Ressourcen

Im Grunde hat er nichts anderes gemacht und macht immer noch nichts anderes wie andere Lebewesen auch, er nützt die Ressourcen seiner Umgebung wie Nahrung, Wasser und Raum zur Befriedigung seiner Bedürfnisse. Dafür entnimmt er Rohstoffe aus seiner spezifischen Umwelt, greift in sie ein und schädigt sie zwangsläufig auch, was jetzt immer deutlicher – und leider auch bedrohlich – wird. Um dies und damit die heutige ökologische Krise besser zu verstehen, müssen grundlegende ökologische Mechanismen berücksichtigt werden, wie sie Wolfgang Haber beschreibt. Ihnen ist auch der Mensch – trotz seiner besonderen Bedürfnisse und Fähigkeiten – weiter unterworfen.

Haber sieht diesen ganz normalen Naturgebrauch zunächst als grundsätzlichen Trieb im Umgang mit der Natur, der allen

² Ulrich Schnabel: Wir Weltgärtner. Interview mit dem Geobiologen Reinhold Leinfelder. In: Die ZEIT, 10.01.2013

Lebewesen eigen ist, nicht nur den Menschen. Ein weiteres menschliches Grundstreben ist wiederum der Schutz der eigenen Existenz vor der Natur, etwa bei der Gefahr, als Nahrung anderen Lebewesen zu dienen oder klimatisch bedroht zu sein, aber auch beim Versuch, Konkurrenz zu überwinden. Dementsprechend konkurriert auch der Mensch zur Erfüllung seiner Primärbedürfnisse mit allen nicht-menschlichen Lebewesen um die Naturressourcen für seine spezielle Umwelt, von deren »Leistungen« er lebt. Die macht man sich nicht oft bewusst, gerade was die Leistungen »nicht sichtbarer« Lebewesen angeht, von Bakterien bis hin zu Regenwürmern, von deren Aktivitäten der Mensch profitiert. Alle Lebewesen haben somit ihre

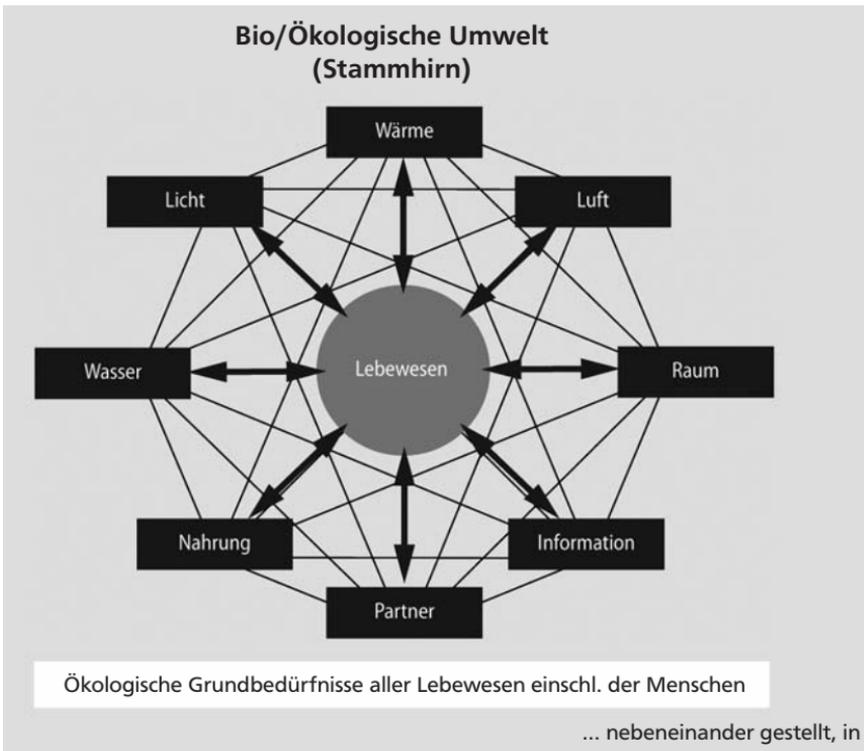
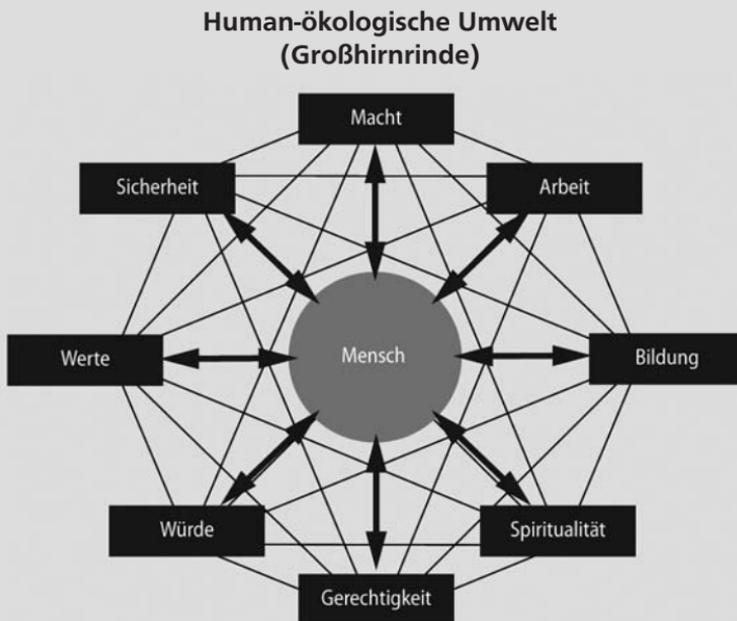


Abb. 1: Grundbedürfnisse aller Lebewesen sowie spezielle menschliche Bedürfnisse

eigenen »Umwelten«, derer es somit unzählige in der »Natur« gibt.

Bedürfnisse von Lebewesen

In folgender Abbildung von Haber sind die Grundbedürfnisse aller Lebewesen, auch des Menschen, den spezifischen menschlichen Anliegen gegenübergestellt. Die Befriedigung der genannten, vielfältig miteinander verflochtenen ökologischen Grundbedürfnisse wird evolutionär bedingt beim Menschen eher vom Stammhirn gesteuert (Abb. 1, linke Seite).



Spezielle menschliche Bedürfnisse oder Wünsche der mentalen Umwelt

Wirklichkeit vielfach verflochten!

Dieser hat nun aber zusätzlich, so Haber, einzigartige geistige Fähigkeiten, die in der Großhirnrinde zu orten sind und miteinander sowie mit den Primärbedürfnissen in lebhafter Wechselbeziehung stehen (Abb. 1, rechte Seite). Dies mag grob vereinfacht und anatomisch nicht in allen Details korrekt sein, verdeutlicht aber sehr anschaulich die Gemeinsamkeiten des Menschen mit anderen Lebewesen – und die Unterschiede!

Dank dieser schafft er sich eine zusätzliche »mentale oder humanitäre Umwelt«, die mit der allgemeinen Umwelt laut Haber nicht vereinbar ist. Er ist daher ein Doppelwesen, und genau das kennzeichnet seiner Ansicht nach das Anthropozän. Als dieses Sonderwesen, so Haber, hat der Mensch Triebkräfte, die anderen Lebewesen fehlen, etwa die stete Suche nach immer vollkommeneren technischen Problemlösungen, so dass der Computer der Moderne fast schon als Nachfahr des steinzeitlichen Faustkeils angesehen werden kann. Andere Lebewesen dagegen sind technisch immer auf dem gleichen Stand geblieben. Somit hat der Mensch *eine zweite, als kulturell bezeichnete Evolution* geschaffen im Rahmen der weiter ablaufenden natürlichen Evolution, und sich damit in der Natur eine Sonderumwelt namens »Kultur« geschaffen.

Immer mehr – ein ganz normaler menschlicher Antrieb

Als weitere urmenschliche Triebkraft ist – völlig wertungsfrei – der stete Drang zum »Mehr« zu nennen, also besser, höher, oder schneller zu sein, mehr zu erreichen und zu besitzen, gesünder und zufriedener zu werden und damit auch länger zu leben – etwas, was auch die Medizin stets zu erreichen versucht. Die oft beklagte Gier wäre somit unter streng ökologischen Gesichtspunkten nur eine Extremspielart dieses Grund-

antriebs des »Mehr«, worunter auch der Drang fällt, noch weiter in den Weltraum vorzustoßen, den Mars zu besiedeln oder neue Weltrekorde aufzustellen. Dazu kommt – hier auf Erden – die rationale, nach ökonomischen Gesichtspunkten ausgerichtete Nutzung der Natur, auch dadurch lässt sich »mehr« erreichen, ein Mehr etwa an Nahrung oder Schutz.

Das so oft gepriesene »Leben im Einklang mit der Natur« ist damit aber nicht möglich. Gerade für Entwicklung und Ausbau der Landwirtschaft war, so Haber, die Vernichtung natürlicher Lebensgrundlagen notwendig (Bäume mussten gefällt, Sträucher gerodet, Äcker geschaffen werden, etc.), was sich nicht rückgängig machen lässt. Der Erhalt einer unberührten Natur ist heute als Ziel von Naturschutz überholt, allenfalls in kleinen Gebieten mit viel Aufwand durchführbar. Eine nicht-anthropogene (also nicht vom Menschen veränderte) Natur wird demnach zur Illusion, es bleibt nur die Wahl zwischen verschiedenen Zuständen von anthropogener Natur.

Mensch und Natur – wer richtet sich nach wem?

Auch weist Haber nüchtern darauf hin, dass wir nicht – wie so oft gewünscht – die menschliche Gesellschaft nach den Grundsätzen der Organisation des Lebens in der Natur, also »ökologisch«, gestalten können, was ja oft von Umweltschützern gefordert und von vielen Menschen auch spirituell ersehnt wird. Mit dem Bedürfnis, die Dinge selbst zu regeln, widerstreben wir vielmehr diesem sich selbst organisierenden System. Dieses Bedürfnis wiederum steht in Zusammenhang mit den speziellen Möglichkeiten unserer Großhirnrinde, man denke nur an damit ebenso verbundene Begriffe wie Bewusstsein, Reflexion und Wille. Offenbar besteht im Streben, die Dinge selbst regeln zu wollen, auch ein hohes Autonomiebedürfnis, also ein Streben nach Unabhängigkeit, in diesem Fall

von den grundlegenden Spielregeln der Natur. Nicht nur von Eltern und anderen Menschen wollen wir also unabhängig sein – dieser Abhängigkeits-Autonomie-Konflikt beschäftigt Therapeuten oft –, sondern auch von der uns ernährenden Umwelt.

Statt nun die Grundsätze der Lebensgestaltung in der Natur zu übernehmen, übertragen wir vielmehr menschliche Prinzipien auf den Umgang mit ihr, dies mit bestem Willen eines Naturschutzes. Der Kampf gegen das Artensterben ist Ausdruck davon. Das wird nicht funktionieren, solange wir unsere eigene Position im System nicht anpassen, und es interessiert die Natur auch nicht sonderlich, zumal wir uns ja nur für die Tier- und Pflanzenarten einsetzen, die wir als schön oder erhaltenswert empfinden (für Mikroorganismen engagiert sich keiner).

Konflikt zwischen Naturschutz, Verstädterung und Bevölkerungsdruck

Interessanterweise ist das Anliegen des Naturschutzes stärker im städtischen Bereich verankert, deren Bewohner sich immer mehr von der »Natur« entfernt und Flächen versiegelt haben, jedoch weiter abhängig sind von den Erzeugnissen des sie umgebenden Landes (Primärbedürfnis Nahrung!) und dieses daher bewahrt sehen wollen. Das könnte außerdem damit zu tun haben, dass gerade die Städter mittlerweile bemerkt haben, welch wohltuenden Effekt Ruhe, Bäume und andere Pflanzen sowie Tiere haben können (mentales Bedürfnis Spiritualität, siehe Abb. 1!). Diese weiter bestehende Abhängigkeit von der Lebensmittelerzeugung verstärkt aber bei gleichzeitig abnehmenden Anbauflächen (Bodenverlust durch Bevölkerungszunahme, Versiegelung, Verstädterung, Erosion und Flächenverlust durch Anbau von Getreide für Tierfutter oder von Pflanzen für Bioenergie) den Druck, die Landwirtschaft weiter

zu intensivieren, was wiederum die industrielle Vorgehensweise dabei zementiert und die Böden weiter schädigt.

Noch einmal anders betrachtet:

»Die westlichen Großstädte sind Zentren der menschlichen Kultur und Zivilisation, Symbole von Fortschritt, Wohlstand und Wohlbefinden der dort lebenden Menschen und damit der Humanität. Die Ökologie, ebenfalls in der Stadtkultur entstanden, zeigt auf, dass die von dieser verursachten schädlichen Wirkungen genau jene städtischen Errungenschaften beeinträchtigen und entwerten. Der technisch-zivilisatorische Fortschritt, einschließlich seiner humanitären Aspekte, gefährdet sich also selbst und gerät dadurch in einen grundsätzlichen Zwiespalt, der aber genauso den Umweltschutz als sein Korrektiv erfasst. Dieser laviert daher einerseits stets zwischen wirksamer Verminderung oder Unterbindung der Umweltschäden und andererseits der Aufrechterhaltung der wirtschaftlichen und sozialen Aktivitäten, die Fortschritt und Wohlstand gewährleisten. Humanität und Ökologie sind auf beiden Seiten, wenn auch unterschiedlich, involviert, weil sie den Begriff Umwelt in seiner großen Spannweite von Natur zu Kultur vielseitig auslegen.«³

Trotz einiger Teilerfolge ist es, so Haber, aber bisher nicht gelungen, die Umweltprobleme auf den Weg einer nachhaltigen Lösung zu bringen, zumal auch die Menschheit keine Einheit ist, und ihre Subgruppen je nach Kultur und Tradition auch unterschiedliche Auffassungen zur Umwelt haben. Haber schreibt in der Ausformulierung seines Vortrags:

³ Wolfgang Haber, Martin Held, Markus Vogt: Das Anthropozän im Spannungsfeld zwischen Ökologie und Humanität – Einführung, im gleichnamigen Buch (2016), S. 11

»Können diese prinzipiellen Gegensätzlichkeiten zwischen Nutzung und (zweifachem) Schutz überwunden, zumindest überbrückt werden? Ich sehe aus meiner ökologischen Sicht und Erfahrung für das mit Intellekt begabte Lebewesen Mensch nur den Ausweg der Kompromisse, um die freilich schon seit Jahrzehnten gerungen wird – vor allem seit der Einführung des Nachhaltigkeitsprinzips. Das bedeutet, in jeder Situation, an jedem Ort und zu jeder Zeit jeweils in Abwägung zwischen Vernunft und Gefühl dem einen oder dem anderen Ziel Vorrang zu geben. Das Schlüsselwort dafür heißt: Differenzieren, mit Inkaufnahme von Gewinnern und Verlierern, sogar möglicher Fehlentscheidungen. Darin sehe ich sowohl das Wesen als auch die Herausforderung des Anthropozän.«⁴

Haber, Mitgründer des Vereins für Nachhaltigkeit, der wiederum Mitveranstalter der Tagung zu »Burnout von Mensch und Erde« ist, kommt schließlich zu folgendem Ausblick:

»Mein Fazit zu Humanität und Ökologie im Anthropozän enthält daher unbequeme Einsichten, denen wir uns stellen müssen, statt sie mit wohlklingenden Formeln wie ›Leben im Einklang mit der Natur‹ oder ›Bewahrung der Schöpfung‹ zu überdecken oder gar zu verdrängen:

- *Humanität (Ethik, Gerechtigkeit, individuelle Rechte, Würde, Werte) und Ökologie (Organisation des Lebens in der Natur) sind grundsätzlich unvereinbar, aber im Doppelwesen Mensch miteinander verknüpft. Menschen brauchen die Humanität für ihr Zusammenleben und die Natur für ihre Existenz.*
- *Die Humanökologie, die beides zusammenführt, ist daher von einem tiefen inneren Widerspruch erfüllt: Das Humane kann unökologisch wirken, das Ökologische als*

⁴ Ebenda S. 34

inhuman empfunden werden. Nur durch ständige Kompromisse lässt sich der Widerspruch zeitweilig überbrücken.

- *Die Übertragung humanitärer Prinzipien auf die Organisation allen Lebens auf der Erde (zum Beispiel bei der Erhaltung biologischer Vielfalt) wird scheitern – ihre Einhaltung gelingt ja nicht einmal innerhalb der Menschheit selbst.*
- *Stattdessen werden die ökologischen Selbstregulierungen schrittweise wieder auf die menschliche Population übergreifen, ohne dass diese es verhindern kann.»⁵*

Wolfgang Haber hatte von 1966 bis 1994 den Lehrstuhl für Landschaftsökologie der TU München inne. Er hat zahlreiche Publikationen zu ökologischen Grundlagen, Humanökologie und Naturschutz verfasst, u. a.: „Die unbequemen Wahrheiten der Ökologie – Eine Nachhaltigkeitsperspektive für das 21. Jahrhundert“ (2011)

⁵ Ebenda S. 35

Zu Stefan Brunnhuber: »Das Neue entsteht im Denken«

Über die Kunst der Transformation

Stefan Brunnhuber ist Mediziner, Psychiater und Wirtschaftssoziologe, Mitglied der Europäischen Akademie der Wissenschaften und Künste und des Club of Rome, Berater der EU-Kommission und der WHO. Dadurch ergibt sich ein Blick auf psychologische, aber auch ökonomische Aspekte der aktuellen Situation.

Finanzsystem als Schnittstelle globaler Probleme

So verwies er in einem Interview 2009⁶ darauf, dass die UN zehn Jahre zuvor versucht habe, alle globalen Probleme zu identifizieren. Sechzehntausend habe sie ausgemacht, vom Artensterben über die Massenarbeitslosigkeit, die öffentliche Schuldenkrise und die Kriminalität bis hin zur Erderwärmung. Sie alle würden zusammenhängen, und zwar dort, wo es um das Geld- und Finanzsystem gehe. »Es ist der Trichter, in dem die Probleme zusammenlaufen.«

Demnach hätten wir in den letzten zwanzig Jahren 76 Banken- und 180 Währungskrisen erlebt – mit verheerenden sozialen und ökologischen Folgen. Weiter würden die, die über Kapital verfügen, zinsbedingt überproportional in der Wohlstandsentwicklung gegenüber dem Faktor Arbeit profitieren. Das Geldsystem fördere die Kurzfristorientierung, wodurch

⁶ Interview zu lesen auf www.evidero.de: »Unser Geldsystem multipliziert Angst und Gier«

uns die Gegenwart wichtiger sei als die Zukunft. Schließlich müsse durch die exponentielle Struktur des Zinssystems die Wirtschaft wachsen, je höher der Zins, umso schneller und stärker.

Brunnhuber fordert in dem Interview eine Balance von Effizienz und Resilienz, basierend auf einer Mischung von konventionellen und komplementären Währungen. Ein komplementäres Geldsystem würde andere Anreize schaffen, nämlich Kooperation fördern, Solidarität generieren, Vertrauen schaffen.

»Unser jetziges Geldsystem multipliziert Angst und Gier. Es geht gegen die Natur des Menschen. Wir leben gegen unsere Natur, aber das betrifft gegenwärtig praktisch alle Bereiche.«

Beiträge der Psychologie zur Nachhaltigkeitsdebatte

Um hieran etwas zu ändern, ist ein anderes Denken notwendig, und hier kommen die psychologischen Aspekte ins Spiel:

»Angesichts der globalen Herausforderungen benötigen wir eine aufgeklärte psychologische Anthropologie, also ein neues Bild vom Menschen. Oder anders formuliert: Eine gesellschaftliche Transformation entlang eines Nachhaltigkeitspfades wird es ohne Berücksichtigung der Ergebnisse und Einsichten der Psychologie und der Lebenswissenschaften nicht geben. So wie uns die Physik die Welt in der ersten Hälfte und die Biologie in der zweiten Hälfte des 20. Jahrhunderts erklärt haben, so werden uns die psychosozialen Wissenschaften in der ersten Hälfte des 21. Jahrhunderts einen wichtigen Erklärungsrahmen geben.«

Dies schreibt Stefan Brunnhuber im Vorwort zu seinem Buch *»die Kunst der Transformation – Wie wir lernen, die Welt*

zu verändern«. Darin analysiert er erstmals, welche (sozial-)psychologischen Mechanismen diese Transformation verhindern und welche sie fördern – und zeigt neue Wege auf, wie wir unsere Gesellschaft wirklich verändern können.

Das folgende Interview ist ein Abdruck des Gespräches, das Elita Wiegand mit Stefan Brunnhuber für die Plattform www.werteundwandel.de zur Kunst der Transformation im April 2017 geführt hat (Abdruck mit freundlicher Genehmigung der Autorin und des Interviewten).

Wir kennen die Gefahren des Klimawandels, wissen, dass wir die globale Erwärmung durch das Zwei-Grad-Ziel begrenzen müssen. Trotzdem sind wir, wie es scheint, veränderungsresistent. Wie beschäftigen Sie sich als Arzt und Psychologe mit dem Wandel?

Stefan Brunnhuber: Mein Buch »Die Kunst der Transformation« zeigt, dass wir einen großen Bereich der Nachhaltigkeitsdiskussion völlig ausgeblendet haben, nie richtig systematisch aufgearbeitet und schon gar nicht in den gesellschaftspolitischen Diskurs integriert haben. Das sind die Ergebnisse der Lebenswissenschaften wie Psychologie, Medizin, Sozialpsychologie, Neurobiologie und Verhaltensforschung. Als Arzt und Psychiater war es für mich deshalb befremdlich, feststellen zu müssen, dass sich die Nachhaltigkeitsdebatte um die immer gleichen Argumente dreht: Wachstum, Technologien, Bevölkerungspolitik und »Good Governance«. Wenn es uns gelänge, die richtigen Gesetze und Regeln aufzustellen, können wir die Transformation schaffen. In meinem Buch geht es um die Art und Weise, wie sich Menschen verhalten und welche Entscheidungen sie treffen. Wir werden nur dann nachhaltig zusammenleben können, wenn wir anfangen die psychologischen Realitäten anzuerkennen, die uns alle ständig antreiben und umgeben.

Warum verdrängen wir die Realität?

Stefan Brunnhuber: *Wenn wir die Fakten in unserer Gesellschaft betrachten, ist die Realität für uns nahezu unerträglich. Klimawandel und damit verbunden die Verschwendung der Ressourcen, Finanzkrisen oder Kinderarbeit – das innere Bild, was wir von der Wirklichkeit haben und die reale Welt fallen immer weiter auseinander. Um die Unsicherheiten, unbequemen Wahrheiten und Widersprüche auszuhalten, erzählen wir Geschichten, die unser Gewissen beruhigen. »Vielleicht ist es doch alles nicht so schlimm.« »Die Statistik ist gefälscht.« Oder: »Mal sehen, was die anderen so machen«. Damit wird das aktuelle Verhalten bestätigt, aber nicht verändert. Aus der Psychologie ist die kognitive Dissonanz bekannt. Die Geschichten handeln dann vom Fortschritt und Wachstum, von der Umverteilung, von erneuerbaren Energien. Diese Geschichten sind durch das westliche Wohlstandmodell geprägt, das die mediale und parteipolitische Aufmerksamkeit tagtäglich bestimmt.*

Die Wirtschaft und Politik klammern sich an das Wohlstandsmodell: Mehr Umsatz, mehr Gewinn, mehr Wachstum! Ein Kapitel Ihres Buches trägt die Überschrift »Das Mantra des immerwährenden Wachstums« – was genau meinen Sie damit?

Stefan Brunnhuber: *Jedem ist klar, dass unendliches Wachstum in einer endlichen Welt nicht möglich ist. Doch es wird immer wieder das Substituts-Argument vorgebracht. Demnach würde zusätzliches Wachstum über eine gesteigerte Produktivität neue Technologien ermöglichen, die effizienter sind und damit den Spielraum des Klimawandels hinauszögern. Das ist aber eine Illusion. Psychologen nennen es eine Wachstums-Illusion. Die zwei Prozent Wachstum in den OECD Ländern sind in den absoluten Zahlen mehr, als wir in den 50er und*

60er Jahren gewachsen sind, als es acht bis zehn Prozent waren. Wir wachsen exponentiell. Die Bezugsgröße bezieht sich ja immer auf das jeweilige Vorjahr. In diesem expansiven Wachstumsprozess werden immer mehr Wertschöpfungsketten generiert, die wir eigentlich gar nicht wollen, die wir aber unterhalten müssen, um das Wachstum überhaupt aufrecht zu halten.

Nun sind die Grenzen des Wachstums seit der Veröffentlichung der Studie im Jahre 1972 bekannt. Welche grundsätzlichen Veränderungen haben sich seitdem ergeben?

Stefan Brunnhuber: Wir leben im Zeitalter des Menschen. Im Jahre 2000 hat der niederländische Chemiker und Atmosphärenforscher Paul Crutzen den Begriff Antropozän geprägt. Das bedeutet, dass wir erstmals in einer Epoche der Weltgeschichte leben, in dem der Mensch als Spezies die geologischen Zusammenhänge für die Zukunft kausal bestimmt. Die Wissenschaft hat mittlerweile neun solcher Grenzen aufgezeigt, innerhalb derer wir uns eigentlich ökologisch und geökologisch bewegen müssten, um innerhalb des Nachhaltigkeitskorridors zu bleiben. Drei von neun haben wir bereits überschritten und es ist relativ unrealistisch, dass wir mit einem expansiven Wachstumspfad innerhalb des Korridors bleiben. Betrachtet man die internationalen Zahlen hinsichtlich der CO₂ Belastungen bis ins Jahr 2050, müssten wir als Weltgemeinschaft diese Belastung um 50 Prozent bis ins Jahr 2050 senken. Wenn wir aber gleichzeitig bedenken, dass sich in den nächsten Jahren die globale Mittelschicht verdreifachen wird, ist das völlig abenteuerlich. Keine mir bekannte Publikation kann schlüssig darstellen, wie das alles lebenspraktisch und gesellschaftspolitisch umgesetzt werden soll.

Das Wachstumsmodell impliziert, dass Menschen in einem ständigen Wettbewerb konkurrieren, gierig sind und noch mehr haben wollen. Andererseits wissen wir, dass der Mensch ein soziales Wesen ist. Wie ist der Widerspruch zu erklären?

Stefan Brunnhuber: Wir sind soziale Wesen und haben das Bedürfnis, zu kooperieren und die Fähigkeit zum gegenseitigen Verstehen und zur Solidarität. Zum Beispiel engagiert sich in Deutschland ein Drittel der Bevölkerung ehrenamtlich. Erst wenn die Integrität des Einzelnen oder basale Bedürfnisse in Gefahr geraten, werden Wettbewerbsverhalten und Ausgrenzungsstrategien mobilisiert. Wenn in der Gesellschaft also das Einkommen und das Vermögen ungerecht verteilt ist und die Kluft zwischen Arm und Reich immer größer wird, verweigern wir die Zusammenarbeit. Eine Verteilung, die außerhalb von 80:20 oder 70:30 liegt, ist gesellschaftlich problematisch.

Nun hoffen viele, dass wir die Probleme mit neuen Technologien lösen. Warum bestimmen auch diese Argumente die Nachhaltigkeitsdebatte?

Stefan Brunnhuber: Politiker und Ingenieurwissenschaften berufen sich gerne auf Technologien und argumentieren: „Wenn wir alternative erneuerbare Energien einsetzen, dann gelingt uns nicht nur die Energiewende, sondern auch ein nachhaltiges Zusammenleben im 21. Jahrhundert.“ Das ist falsch. Es gibt derzeit auf der Welt keine einzige Technologie, die eine CO₂ Senke darstellt, und selbst Wirtschaftsmodelle wie »Cradle to Cradle« ignorieren den enormen Energiebedarf, der beim Umbau der Industrie oder der Landnutzung entsteht.

Damit sind wir beim Rebound-Effekt. Der bezeichnet den mengenmäßigen Unterschied zwischen den möglichen Ressourceneinsparungen, die durch bestimmte Effizienzsteigerungen entstehen und den tatsächlichen Einsparungen. Wie sieht es damit aus?

Stefan Brunnhuber: Immer dann, wenn neue Technologien auf dem Markt erscheinen, die effizienter sind, wie zum Beispiel ein Drei-Liter Auto gegenüber einem Sechs-Liter Auto, passiert Folgendes: Wir verwenden das ersparte Geld nicht etwa dazu, nachhaltiger zu leben, sondern in der Regel fahren wir dann mehr Auto und steigern die Mobilität. Solche Rebound-Effekte sind empirisch gut untersucht. Es gibt systematisch ungefähr sechs verschiedenen Rebound-Effekte. Im Extremfall können diese sogar so weit führen, dass der Rebound die Einspareffekte, die durch erneuerbare Technologien in den Prozess implementiert werden, übersteigt.

Und wie sähe eine Nachhaltigkeit aus, die in Ihrem Sinne psychologisch geprägt ist?

Stefan Brunnhuber: Es gibt in der wissenschaftlichen Literatur über 100 Definitionen für Nachhaltigkeit. Ich bin vor einigen Wochen gefragt worden, was meine Definition und mein Verständnis sei. Nachhaltigkeit im Zeitalter des Menschen heißt, ein bewusstes Leben innerhalb von äußeren und inneren Grenzen zu führen. Äußere Grenzen sind uns durch planetarische Grenzen wissenschaftlich vorgegeben und da gibt es einen hohen robusten Konsens. Die inneren Grenzen sind uns gegeben, durch die Art und Weise wie wir denken, wie wir wahrnehmen und welche Entscheidungen wir treffen. Die Lebenswissenschaften können an der Stelle einen immensen Beitrag leisten durch besseres Verständnis unserer gedanklichen Abläufe. Es geht um die inneren Grenzen des Denkens, um unser Bewusstsein und das, was uns wichtig ist. Ich habe im Buch

die Unterscheidung gemacht, zwischen expansivem Wachstum auf der einen Seite und den qualitativen, intensiven Entwicklungen auf der anderen.

Was sagen Sie denjenigen, die nicht verzichten wollen?

Stefan Brunnhuber: *Ich bin mir nicht sicher, ob Verzicht der richtige Begriff ist, gleichwohl muss ich zugestehen, dass ich auch noch keinen besseren habe. Dennoch geht es um die Frage: Könnte es sein, dass unser Gehirn, unsere Neurobiologie, unser Geist eigentlich mit Grenzen, mit Endlichkeit, mit weniger, viel besser umgehen kann? Könnte es nicht sogar sein, dass weniger mehr ist? Wir kennen aus der Psychologie viele Experimente, die zeigen, dass Menschen vor unendlich vielen Produkten im Supermarkt stehen, am Schluss aber keine Entscheidung treffen, weil die Auswahl zu groß ist.*

Schaffen wir die Transformation? Wie optimistisch sind Sie?

Stefan Brunnhuber: *Wenn wir von Nachhaltigkeit sprechen, geht es um sehr viel mehr: Um soziale und spirituelle Dimensionen. Nachhaltigkeit ohne Veränderung im Bewusstsein und damit eine Veränderung der Entscheidungen und des Denkens wird nicht möglich sein. Die Idee der Standardargumente, wir wachsen und verteilen um und implementieren erneuerbare Energien, ist uns sympathisch, weil es auf der Verhaltensebene den Vorteil mit sich bringt, dass sich niemand verändern muss. Ich glaube, dass der Mensch extrem anpassungsfähig, aber träge ist. Doch wir brauchen eine Debatte zur wirklichen Transformation und Veränderung unseres Bewusstseins. Es nützt eben nicht, dass wir einen Veggieburger in recycelbares Papier einpacken und mit einem Elektroauto durch die Gegend fahren. Wir müssen unser Denken ändern, müssen besser verstehen, wie wir lernen, warum wir meditieren sollten, wie wir mit Stress und Unsicherheit umgehen und*

wie Empathie und Toleranz entstehen. Und wir sollten verstehen lernen, wie und was uns wirklich antreibt, wie wir mit Verlusten und Gewinnen im Leben umgehen, wie unsere Wahrnehmung und unsere Entscheidungsvorgänge organisiert sind und, was noch wichtiger ist, wie wir das Richtige im Falschen tun können und welche Bedingungen wir für Selbstachtung und Selbstwirksamkeit benötigen. Wir müssen vielmehr wissen, wie wir unser Leben tagtäglich praktisch verändern können.

Persönliche Schlussfolgerungen

In einem weiteren Interview mit dem N-Kompass-Magazin (1/2017) wird Stefan Brunnhuber abschließend gefragt:

Abschließend schreiben Sie, dass man zwar Landkarten zur Orientierung vorgeben kann, man Nachhaltigkeit jedoch am Ende selbst umsetzen muss. Welche Schlüsse haben Sie persönlich aus Ihren Erkenntnissen gezogen?

***Stefan Brunnhuber:** Ich faste über 100 Tage im Jahr und verbringe viele Stunden mit Yoga und Meditation. Was ich damit sagen will: Es ist der Bewusstseinschwerpunkt, der den Unterschied macht. Z. B. nutze ich CO₂-Zertifikate, um einen CO₂-neutralen Lebensstil führen zu können. Momentan denke ich intensiv über das Konzept des »effektiven Altruisten« nach, der bis zu dem Punkt sein Eigentum abgibt, an dem der Benefit des Anderen gleich oder höher ist, als der Verlust von ihm selbst. An diesen Fragen arbeite ich mich intellektuell und lebenspraktisch ab.*

Stefan Brunnhuber ist ärztlicher Direktor der Klinik für Integrale Psychiatrie Zschadraß und übt zudem eingangs erwähnte Tätigkeiten aus.

Zu Karen Hamann: Psychologie im Umweltschutz – Förderung nachhaltigen Verhaltens

Schon seit Jahrzehnten versucht die Umweltpsychologie Wege zu finden, die es Menschen erleichtern, sich umweltschützend zu verhalten. Umweltpsychologie ist dabei eine Disziplin, die sich mit dem Denken, Fühlen und Handeln von Individuen in ihrer Umwelt sowie der Wechselwirkung zwischen Menschen und Umwelt beschäftigt.

2016 wurde hierzu ein anschauliches Handbuch zur Förderung nachhaltigen Verhaltens vorgelegt, mit dem Titel „Psychologie im Umweltschutz“, verfasst von der Psychologin Karen Hamann, Doktorandin an der Universität Koblenz-Landau im Bereich Umweltpsychologie, gemeinsam mit Anna Baumann und Daniel Löschinger.

In diesem Buch werden wesentliche Komponenten aufgeführt, die unser Handeln beeinflussen. So wird von der *persönlichen ökologischen Norm* gesprochen, ihrerseits geprägt von Problembewusstsein, Verantwortungsgefühl und Selbstwirksamkeit. Eine große Rolle spielen aber auch *soziale Normen*, etwa der Einfluss der Anderen. Mehr oder weniger bewusst werden wir auch gesteuert von Vorahnungen zu den potenziellen *Kosten*, aber auch zu möglichem Nutzen des Verhaltens, das Kapitel hierzu wird unten exemplarisch wiedergegeben.

Jegliches Handeln erfordert einen *Abwägungsprozess* und eine Intention, was wiederum abhängt von Achtsamkeit, und bewusstem Reflektieren, und von konkreten Zielen. Diskutiert werden außerdem Möglichkeiten, alte *Gewohnheiten* aufzu-

brechen und Umweltschutzverhalten dauerhaft aufrechtzuerhalten. Schließlich aber spielen *Emotionen* eine zentrale Rolle, was allzu oft unterschätzt wird. Das können positive Gefühle sein wie Freude, Hoffnung, Interesse und Liebe, aber natürlich auch negative Emotionen wie Trauer, Wut und Angst, die bei Betrachtung von Umweltkrisen häufig entstehen.

Umweltpsychologische Ansätze laufen oft Gefahr, sich zu sehr in theoretischen Konzepten zu verlieren. Umso schöner ist es, dass sich in diesem Handbuch auch konkrete Materialien finden, die es erleichtern, einen Anlauf zu Verhaltensänderungen zu nehmen.

Im Folgenden wird von Karen Hamann selbst das Buch zusammengefasst; im Anschluss wird das Kapitel 3 des Handbuchs zu (Verhaltens-)Kosten und Nutzen dargestellt, wie es sich auch in der Leseprobe auf der Homepage des oekom-Verlags findet, der das Handbuch herausgegeben hat.

Karen Hamann: Zusammenfassung zum Handbuch „Psychologie im Umweltschutz“

*Ob wir uns vegetarisch ernähren, Fahrrad fahren oder eine Solaranlage bauen: Fortwährend treffen wir Entscheidungen im Sinne der Umwelt – oder auch nicht. Was uns dabei leitet und motiviert, erforscht die Umweltpsychologie. Im Handbuch der Psychologie im Umweltschutz wird anhand eines psychologischen Modells für Praktiker*innen erklärt, wie wir nachhaltiges Handeln besser verstehen und fördern können.*

Bei globalen ökologischen Problemen ist die Bedeutung des menschlichen Verhaltens nicht mehr wegzudiskutieren. Erreichte Energieeinsparungen und effiziente Produktion verlieren immer wieder das Rennen gegen den steigenden Energie-

und Ressourcenverbrauch. Glühbirnen oder Fernseher sind sparsamer geworden, dafür lassen wir sie länger brennen oder nehmen die Geräte nicht mehr vom Netz. Es geht längst nicht mehr nur darum, effizienter zu produzieren. Für eine ganzheitliche ökologische und soziale Nachhaltigkeit braucht es darüber hinaus einen möglichst zügigen Wandel der menschlichen Lebensstile in den industrialisierten Gesellschaften. Es geht um individuelle und kollektive Verhaltensänderung – und damit um Psychologie. Mehrere bedeutsame Fragen drängen sich dabei auf: Wie motivieren wir Menschen zu umweltbewusstem Verhalten? Wie kommen wir vom Wissen zum Handeln? Und wie machen wir aus Vorsätzen Taten? Mögliche Antworten aus der psychologischen Fachliteratur wurden im Handbuch der Psychologie im Umweltschutz zusammengetragen, für die Zielgruppe umweltengagierter Menschen aufbereitet und jüngst in die englische Sprache übersetzt.

Ziele

Neben einigen umfangreichen Lehrbüchern und an die Praxis gewandten wissenschaftlichen Artikel, existierte zum Beginn des Handbuch-Projektes keine aktuelle deutschsprachige umweltpsychologische Lektüre, die für den aktiven Umweltschutz gefertigt war und spezifische Handlungshilfen lieferte. Auch im englischsprachigen Raum war über weniger ansprechend gelayoutete Abschlussarbeiten und themenspezifische Handbücher für Praktiker*innen hinaus keine Überblickspublikation zu finden.

Das Hauptziel des Handbuches der Psychologie im Umweltschutz ist es daher, in einem praxisorientierten Review umweltpsychologische Forschung und Erkenntnisse ansprechend aufzubereiten und durch die Vermittlung von Wissen über menschliches Handeln und menschliche Motivation einen wirk-

sameren Umweltschutz zu ermöglichen. Dazu verfolgt es folgende Teilziele:

- Umweltschutzpsychologie in das Bewusstsein von Umweltschützer*innen bringen;
- einen verständlichen Wissenstransfer von der Wissenschaft zur Umweltschutzpraxis ermöglichen;
- Leser*innen eine Struktur bieten, an der sie sich bei der Entwicklung und Durchführung von Umweltschutzaktionen orientieren können.

Die Zielgruppe sind Menschen, die in Umweltschutzorganisationen mitarbeiten und zum Wandel hin zu einer nachhaltigen und lebenswerten Gesellschaft beitragen wollen. Speziell ist die Zielgruppe zwischen 20 und 40 Jahren alt und daran interessiert, psychologische Erkenntnisse zur Förderung nachhaltigen Handelns anzuwenden.

Um die beschriebenen Ziele zu erreichen, wird die Psychologie des Umweltschutzes Umweltschützer*innen in einer wissenschaftlich fundierten und einprägsamen Weise zugänglich gemacht. Sie sollten mit dem nötigen psychologischen Wissen ausgestattet werden, das die Planung kleiner Projekte und großer Kampagnen erleichtert. Sie sollten Sicherheit gewinnen in den Aktionen, die sie bereits wirksam gestalten. Darüber hinaus wird die Vielfalt der Maßnahmen zur Umweltschutzförderung aufgezeigt. Komplexe theoretische Zusammenhänge werden dabei praxisnah geschildert, damit ungewollte Reaktionen vermieden und Aktionen wirkungsvoll umgesetzt werden. Es geht im Handbuch weniger um bloße Aufklärungsarbeit zu Umweltproblematiken, sondern vielmehr um konkrete Maßnahmen zum Motivationsaufbau und zur Verhaltensänderung – alles erläutert anhand eines psychologischen Modells.

Modell

Das Modell, mit dem im Handbuch psychologische Einflüsse auf Umweltverhalten erklärt werden, ist eine Erweiterung des integrativen Einflusschemas umweltgerechten Alltagshandelns von Prof. Ellen Matthies. Ihr Modell vereint zwei in der Psychologie sehr bekannte und viel verwendete Modelle: Die Theorie des geplanten Verhaltens und das Norm-Aktivations-Modell. Diese Modelle wurden vielfach erprobt und wissenschaftlich untersucht – auch in Bezug auf Umweltschutzverhalten. Die Theorie des geplanten Verhaltens wurde schon auf Umweltschutzverhaltensweisen wie die Verwendung von Energiesparlampen, Reduktion des Fleischkonsums und Verwendung öffentlicher Verkehrsmittel erfolgreich angewandt. Das Norm-Aktivations-Modell kann zur Erklärung von Verhaltensweisen wie Energiesparverhalten und Zahlungsbereitschaft für den Umweltschutz erfolgreich herangezogen werden. Das von mir verwendete Modell unterliegt, genauso wie das Modell von Matthies, keiner wissenschaftlichen Gesamtmodell-Prüfung. Jedoch wurden die einzelnen Modellkomponenten der Theorie des geplanten Verhaltens und des Norm-Aktivations-Modells empirisch bestätigt. Das psychologische Verhaltensmodell soll vor allem helfen, Einflüsse auf das individuelle Umweltverhalten zu verstehen. Es ist kein Phasenmodell, in dem eine Stufe erreicht sein muss, um eine nächste zu ermöglichen, sondern ein Modell vieler Faktoren, die gegenseitig aufeinander einwirken können und die letztlich das Umweltschutzverhalten prägen. Die enthaltenen Kapitel beziehen sich jeweils auf einen Faktor im Modell und erläutern ihn gründlich. Dabei werden zu jedem Faktor Maßnahmen genannt, mit denen man umweltschützendes Verhalten erleichtern kann. In den meisten Fällen wird erst eine theoretische Erklärung und dann ein Beispiel gegeben.

Das im Handbuch beschriebene psychologische Modell zur Erklärung nachhaltigen Handelns folgt ähnlichen Grundannahmen wie das Modell von Matthies und begleitet die Leser*innen durch den gesamten Text. Folgende Modellkomponenten sind darin enthalten:

- Problembewusstsein, Verantwortungsgefühl und Selbstwirksamkeit beeinflussen die persönliche ökologische Norm.
- Verschiedene Motivatoren – die eben beschriebene persönliche ökologische Norm, Einflüsse aus sozialen Normen sowie die (Verhaltens-)Kosten und der Nutzen – werden in einer Entscheidungsphase gegeneinander abgewogen und führen schließlich zu der
- Intention, in einer Situation umweltschützend oder nicht umweltschützend zu handeln. Die Intention nimmt Einfluss auf
- das tatsächliche Umweltverhalten, das wiederum Konsequenzen nach sich zieht.
- Darüber hinaus beeinflussen Gewohnheiten die Prozesse in so gut wie jeder Handlungsphase.
- Emotionen: Den bisher vorgestellten Komponenten liegt die Annahme zugrunde, Menschen trafen rationale Entscheidungen. Aus diesem Grund beinhalten sie nur bedingt emotionale Einflüsse. Da Emotionen jedoch sehr große Auswirkungen auf Umweltschutzverhalten haben können, sind in dem Handbuch in Anlehnung an das Buch »Psychology for a better World« von Niki Harré Emotionen als weiterer Einflussfaktor hinzugefügt.

Zusätzlich werden in zwei Exkursen Handlungssituationen und Bewältigungsstrategien behandelt. Das Buch enthält Abbildungen zu den Modellkomponenten und Maßnahmen zur Förderung von Umweltschutzverhalten und Hilfestellungen,

um das gewonnene umweltsychologische Wissen für die Praxis zu nutzen – unter anderem wurden dafür Leitfragen für Umweltschutzaktionen zusammengestellt und ein sogenannter Canvas (englisch: Leinwand) entwickelt.

(Verhaltens-)Kosten und Nutzen (Kap. 3 des Handbuchs)

Was sind (Verhaltens-)Kosten und Nutzen?

Ein Freund möchte gerne meine Beratung beim Einkauf eines Pullovers haben. Ich habe mir eigentlich vorgenommen, nur noch ökologische Mode oder Second-Hand-Kleidungsstücke zu kaufen. Als ich im Laden stehe, fällt mir eine Hose ins Auge. Ich könnte nun nachsehen, ob es in den Online Shops der nachhaltigen Modelabels oder bei einem Second-Hand-Anbieter im Internet eine ähnliche Hose gibt. Leider gibt es in meiner Stadt keine nachhaltigen Kleidungsgeschäfte, weshalb ich viel Arbeit in die Recherche investieren, einen großen Batzen Geld in die Hand nehmen müsste und nicht einmal sicher sein könnte, ob mir die im Internet erworbene Hose passt. Oder ich mache eine Ausnahme entgegen meinen eigenen Werten, kaufe die Hose – und verbringe noch einen schönen Tag mit meinem Freund.

Wie in dieser Situation kann jede Entscheidung durch das Abwägen positiver und negativer Folgen getroffen werden. Allgemein versuchen wir, die – von uns angenommenen – Kosten zu verringern bzw. zu vermeiden. Zu den Kosten zählen einerseits *Verhaltenskosten* (sich z.B. im Urlaub nicht stressen lassen) und andererseits *monetäre Kosten*. Den von uns erwarteten *(Verhaltens-)Nutzen* wollen wir möglichst vergrößern. Je nach Situation kann das bedeuten, dass wir hedonistische Ziele »mich sofort besser fühlen« oder gewinnorientierte Ziele »meinen eigenen Besitz schützen und vermehren« vorziehen, weil ein gutes Kosten-Nutzen-Verhältnis besteht. Andere Motive (z. B. die *persönliche ökologische Norm*) treten dann in den Hintergrund.

Wie können wir (Verhaltens-)Kosten und Nutzen mit Umweltschutz vereinbaren?

→ Belohnung und Bestrafung

Nicht nur in der Psychologie ist schon lang bekannt: Verstärkungsmechanismen der Belohnung und Bestrafung sind für Verhalten wichtig. Verhaltensweisen, die belohnt werden, werden eher wiederholt. Verhaltensweisen, die bestraft werden, werden eher gemieden. Belohnt werden kann eine Handlung, indem sie eine positive Konsequenz hat oder indem eine negative Konsequenz ausbleibt. Bestraft werden kann sie, indem sie eine negative Konsequenz hat oder eine positive Konsequenz ausbleibt.

Deshalb ist es sehr naheliegend, dass wir auf der einen Seite versuchen sollten, umweltschützende Verhaltensweisen mit positiven Konsequenzen zu verbinden, z. B. Flaschenrecycling mit einer Einkaufsgutschrift belohnen. Zudem sollten wir damit verbundene negative Konsequenzen möglichst entfernen, z. B. Fahrradwege sicherer machen. Auf der anderen Seite sollten umweltschädigende Verhaltensweisen unangenehmer werden, z. B. durch eine Erhöhung von Parkgebühren, oder ihre angenehmen Folgen sollten ausbleiben, z. B. könnte schnelles Vorankommen beim Autofahren durch Vorfahrtsregelungen zugunsten öffentlicher Verkehrsmittel verhindert werden. Eine besondere Art des Anreizes sind Wettbewerbe, bei denen Belohnungen in Aussicht gestellt werden. Bei Spielen, Wettbewerben oder in einer Lotterie treten z. B. verschiedene Haushalte, Universitäten oder Schulen gegeneinander an.

In der Psychologie sind Belohnung und Bestrafung von umweltschutzbezogenem Verhalten gut untersuchte Felder, da beide eine starke Wirkung auf das Verhalten haben können. Häufig wird auf finanzielle Belohnung oder Bestrafung fokussiert. Es folgen einige Erkenntnisse, die dabei bisher gewonnen wurden:

→ *Tipps zur Belohnung und Bestrafung*

- **Belohnung ist wirksamer als Bestrafung.** Obwohl Bestrafungen (z. B. Nutzungs- oder Entsorgungsgebühren) vielleicht die Wahrscheinlichkeit verringern, dass wir uns auf eine gewisse Weise verhalten, spricht vieles gegen ihren Einsatz. Eine Bestrafung informiert uns zwar darüber, was wir nicht machen sollen, sie liefert aber nicht automatisch einen Hinweis, was wir eigentlich machen sollen. Darüber hinaus regt Bestrafung dazu an, nach Wegen zu suchen, um diese Bestrafung zu umgehen. So führt eine am Gewicht orientierte Müllsteuer dazu, dass Müll z. B. in fremde Mülltonnen oder in den Wald illegal entsorgt wird. Zusätzlich führen Bestrafungen zu einer negativen Bewertung der Bestrafenden.
- **Anreize sollten zeitnah sein.** Nur wenn Belohnungen zeitnah zu dem gewünschten Verhalten gegeben werden, wird das Verhalten mit dem Anreiz assoziiert und infolgedessen häufiger ausgeführt. Neue Technologien, wie z. B. Solaranlagen oder Elektroautos, zahlen sich häufig erst langfristig aus. Gerade hier sind deshalb direkt belohnende Rabatte beim Kauf empfehlenswert, damit wir uns für eine nachhaltige Investition entscheiden.
- **Anreize sollten groß genug, aber nicht zu groß sein.** Als zu groß empfundene Belohnungen für Umweltschutzverhalten können die Wahrscheinlichkeit verringern, dass das Verhalten weiterhin ausgeführt wird, nachdem die Belohnung wieder aussetzt. Dies wird von Wissenschaftler*innen darauf zurückgeführt, dass der Schein erweckt wird als wären die Verhaltensweisen unangenehm, weil man für sie einen so großen Köder benötigt. Darüber hinaus führen zu große Anreize dazu, dass ich meine Verhaltensmotivation auf den Anreiz und nicht auf den Schutz der Umwelt zurückführe. Besser sind mittlere und angemessene Belohnungen, die mich reizen und mir gleichzeitig das Gefühl geben, mich umweltschonend zu verhalten, weil ich die Umwelt schützen möchte.
- **Vorsicht bei der Entfernung von Belohnung.** Bei Verhaltensweisen, die nur einmal ausgeführt werden, kann die Belohnung nach dem

Kauf entfernt werden, weil sie keine Auswirkungen mehr auf das Kaufverhalten haben kann – z. B. reicht ein einmaliger staatlicher Zuschuss zum Kauf eines Elektroautos aus, um dessen Anschaffung zu motivieren. Bei permanenten Verhaltensweisen, z. B. jeglichem Verzichtverhalten, sieht dies jedoch anders aus. Wie oben erklärt, ist die Wegnahme einer positiven Konsequenz nämlich eine Art der Bestrafung. Ein Überblicksartikel von Dwyer und Kolleg*innen legt nahe, dass ein bestimmtes umweltfreundliches Verhalten wahrscheinlicher ist, während eine Belohnung gegeben wird. Nach Entfernung der Belohnung ändert sich das Verhalten jedoch häufig wieder und gleicht der Ausgangssituation.

Kaufe ich beispielsweise zwei Wochen lang Fairtrade-Schokolade, weil sie durch einen Preisnachlass kurzfristig billiger ist als gewöhnliche Schokolade, ist es wahrscheinlich, dass ich nach diesen zwei Wochen wieder zu einer konventionellen Schokolade wechseln werde. Für langfristige Gewohnheitsveränderungen müssen Belohnungen demnach andauernd sein. Können wir dies aus finanziellen oder anderen Gründen nicht umsetzen, sollten wir auf andere Strategien zurückgreifen. Ein Spezialfall sind Belohnungen, die eine erstmalige Ausführung ermöglichen. Hier kann die Wirksamkeit trotz Entfernung der Belohnung hoch sein.

- **Appelle an egoistische Werte vermeiden.** Die Umweltschutzpsychologie unterscheidet in Anlehnung an die Wertetheorie von Schwartz zwischen *egoistischen Werten* (»Wie wichtig ist mir mein eigener Nutzen?«), *altruistischen Werten* (»Wie wichtig ist mir der Nutzen für andere Menschen?«) und *biosphärischen Werten* (»Wie wichtig ist mir der Nutzen für die Natur?«). Dabei führen egoistische Werte häufig zu umweltschädigendem Verhalten, während altruistische und biosphärische Werte mit umweltschützendem Verhalten verknüpft sind. Die Nachhaltigkeitskommunikation versucht deshalb, die Vorteile des Umweltschutzes für verschiedene Wertorientierungen herauszuarbeiten. So ist es sinnvoll, vegetarische und regionale Ernährung zu befürworten, weil sie (1) Tiere nicht ausnutzt und Ressourcen

schont (biosphärische Perspektive), (2) weniger CO₂ produziert und so Menschen in Ländern des Globalen Südens vor den Auswirkungen des Klimawandels bewahrt (altruistische Perspektive) und (3) zu einem gesünderen Lebensstil beiträgt (egoistische Perspektive). Auch bei Formulierungen sollten wir vermeiden, den egoistischen Nutzen zu sehr hervorzuheben, weil wir sonst egoistische Motive – den »Business-Blick« – anregen. Will ich beispielsweise über Rabatte bei einer biologischen Gemüsebox informieren, sollte nicht die Möglichkeit, Geld zu sparen, sondern das umweltschützende Argument im Vordergrund stehen.

Fazit: Wir können umweltschützendes Verhalten fördern, indem wir es belohnen und negative Konsequenzen beseitigen. Umweltschädigendes Verhalten hingegen sollte »bestraft« werden oder seine positiven Konsequenzen sollten wegfallen. Bei Belohnung und Bestrafung müssen wir Folgendes beachten: Unser Fokus sollte eher auf Belohnung als auf Bestrafung liegen. Bestenfalls werden Belohnungen zeitnah gegeben und sind angemessen, aber nicht zu groß. Belohnungen sind besonders bei einmaligem Verhalten sinnvoll, bei täglichen Verhaltensweisen bieten sie sich weniger an. Darüber hinaus sollten wir immer auch den Nutzen für die Natur und andere Menschen erwähnen und dabei den egoistischen Nutzen nicht überbetonen.

→ *Verhalten bequemer machen*

Aus den oben beschriebenen Wirkungen von Belohnung und Bestrafung können wir Grundsätze für die Gestaltung von Verhaltensveränderungen bei nicht-monetären Anreizen ableiten. Es ist z. B. besonders wichtig, Verhaltensweisen für die Handelnden möglichst bequem zu machen und hedonistische Bedürfnisse zu erfüllen.

Es bedarf viel Übung und Selbstdisziplin, jeden Morgen eine Viertelstunde zur Bushaltestelle zu gehen, anstatt das Auto vor der Tür zu nehmen. Deshalb ist es sinnvoll, die Anbindung an den öffentlichen Verkehr zu verbessern, denn kürzere Wege bedeuten in der Regel, dass wir den öffentlichen Verkehr häufiger nutzen werden.

Fazit: Es lohnt sich, Umweltschutzverhalten so einfach und angenehm wie möglich zu gestalten.

→ *Leidenschaften nutzen*

Es ist hilfreich, unsere bereits gegebenen Leidenschaften und Talente in einen nachhaltigen Lebensstilwandel einzubauen. Viele interessieren sich z. B. für Film, Kunst, Musik oder handwerkliche Tätigkeiten. Diese Bereiche lassen sich prima mit Umweltschutzaktionen und -verbreitung verbinden. Ein Film über ökologische Landwirtschaft könnte gedreht oder ein Flashmob organisiert werden. Können wir unsere Kreativität einbringen und ausleben, wird Umweltschutz plötzlich zu dem, was er sein sollte: freiheitlich und erfüllend. Auch aus der Sicht der positiven Psychologie sollte Umweltschutz mit Zufriedenheit einhergehen. Das Schaffen von positiven Erfahrungen bei nachhaltigen Verhaltensweisen ist unumgänglich und nicht einmal besonders schwierig. Nachhaltige Aktionen haben viel Potential, Spaß zu machen.

Auf einer Klamottentauschparty, bei einem Protest-Konzert, im Gemeinschaftsgarten oder in Gesprächen bei einer Mitfahrgelegenheit sind nachhaltige Handlungen automatisch mit interessanten Erfahrungen verbunden.

Fazit: Es ist sinnvoll, Umweltschutz mit der Ausübung von Interessen und Talenten zu verknüpfen.

Karen Hamann ist Doktorandin an der Universität Koblenz-Landau in der Abteilung Umweltpsychologie sowie Mitglied der Initiative Psychologie im Umweltschutz e.V.

Zu Marcel Hunecke: »Mal einen Gang zurückschalten«

*Raus aus der Wachstums- und Konsumspirale:
Der Nachhaltigkeitsforscher und Psychologe plädiert
für mehr Achtsamkeit*

Ein kultureller Wandel hin zu Nachhaltigkeit erfordere die Anwendung psychologisch fundierter Maßnahmen bei der Mehrheit der Bewohner der früh industrialisierten Länder, schreibt Marcel Hunecke in seinem Buch »Psychologie der Nachhaltigkeit«. Dass dies zwar nötig wäre, aber nicht möglich ist, versteht sich dabei von selbst. Denn bisher, so schreibt er auch, seien von der psychologischen Psychotherapie noch keine inhaltlichen Bezüge zu den Themenfeldern der Nachhaltigkeit und Postwachstumsökonomie hergestellt worden. Es lohnt sich dennoch, seinen Ansatz zu betrachten, gerade mit Blick auf die individualtherapeutische Praxis, wie sie tagtäglich durchgeführt wird.

Das folgende Interview ist ein Abdruck des Gesprächs, das Peter Carstens mit ihm geführt hat (GEO.de 02/14). Der Abdruck erfolgt mit freundlicher Genehmigung der Redaktion und des Interviewten.

Sie haben ein Buch geschrieben über die »Psychologie der Nachhaltigkeit«. Was hat das eine mit dem anderen zu tun?

Marcel Hunecke: Es gibt zwei Bereiche der Psychologie, die zum Thema Nachhaltigkeit etwas zu sagen haben: Da ist einerseits die Umweltpsychologie, die sich seit rund 90 Jahren mit der Wirkung von Umwelten auf Menschen und seit dem Aufkommen ökologischer Probleme auch mit den Auswirkun-

gen menschlichen Handelns auf die Umwelt beschäftigt. Aber die bisherigen Ansätze der Umweltpsychologie reichen mir nicht. Denn mit einem solchen Ansatz kommt man an die Motivationen, die Emotionen von Menschen, nicht nah genug heran. Und genau da liegt ja das Problem: Bei vielen Menschen gibt es eine Kluft zwischen Einstellung und Verhalten. Sie wissen zwar, was nachhaltig ist und was nicht - aber bei der Umsetzung brauchen sie Unterstützung. Und hier kommt der andere Bereich ins Spiel, die Positive Psychologie.

Worum geht es da?

Marcel Hunecke: Mit Nachhaltigkeit hat die Positive Psychologie zunächst einmal gar nichts zu tun. Ihr Thema ist subjektives Wohlbefinden, Zufriedenheit und »Glück«. Und da gibt es nun einen starken Bezug zum Konsum und zum Konsumverhalten. Denn auch den Ökonomen ist ja mittlerweile aufgefallen, dass Konsum und stetiges Wachstum im materiellen Bereich nicht mehr zu Steigerungen der Lebenszufriedenheit und des subjektiven Wohlbefindens führen.

Aber der Konsum gilt noch immer geradezu als Gradmesser des gesellschaftlichen »Wohlbefindens« ...

Marcel Hunecke: Er ist in weiten Teilen nicht nachhaltig. Weil wir ihn vorrangig dazu nutzen, um unseren Selbstwert zu stabilisieren. Wir kaufen uns bestimmte Autos, tragen bestimmte Kleidermarken, um zu zeigen, wer wir sind. Diesem Konsum sind kaum Grenzen gesetzt. Der ganze Bereich der Kommunikations- und Unterhaltungselektronik ist hierfür ein gutes Beispiel: Jedes Jahr werden unzählige Smartphones gekauft, obwohl die alten Geräte noch voll funktionsfähig sind. Aus dieser Spirale kommt man nur durch ein starkes Selbstwertgefühl heraus. Und durch Selbstwirksamkeit, also das Gefühl, selbst Herr des Geschehens zu sein. Hinzu kommt als drittes

der soziale Zusammenhalt mit anderen Personen. Dieser Aspekt wird ja leider in unserer individualistisch geprägten Kultur immer weiter in den Hintergrund gedrängt. Wenn man diese drei Ressourcen stärkt, dann braucht man diese Form des Konsums nicht mehr.

... »Ressourcen«?

Marcel Hunecke: In der Positiven Psychologie spricht man von psychischen Ressourcen, die Menschen dabei unterstützen, Belastungen und Krisen im Alltag besser zu bewältigen.

Welche ist die wichtigste?

Marcel Hunecke: Die Achtsamkeit steht im Zentrum. Dabei geht es darum, eine nicht wertende Haltung einzunehmen, die bewusst auf das Hier und Jetzt gerichtet ist. Es geht darum, aus dem Autopiloten-Modus auszubrechen. Wir haben im Alltag so viel um die Ohren, sind häufig mit der Vergangenheit und noch mehr mit der Zukunft beschäftigt. Wir arbeiten nur noch ab, reagieren auf zahllose Anforderungen, die an uns gestellt werden. Die Achtsamkeit lenkt die Wahrnehmung wieder auf uns selbst und unsere eigenen Bedürfnisse. In sich hineinhorchen, sich auf das Wesentliche konzentrieren: Alternativen zu Stress und Konsum gibt es viele.

Wie wollen Sie denn die Achtsamkeit unter das Volk bringen? Fordern Sie Meditationskurse für alle?

Marcel Hunecke: Es gibt vielfältige, erprobte Trainingskonzepte, von der Meditation über Yoga bis zum freien Tanz. Abgesehen vom privaten Bereich, lässt sich Achtsamkeit gut in Schulen und Unternehmen vermitteln. Gerade im schulischen Bereich wäre es wichtig, anzuerkennen, dass nicht nur Leistung zählt, sondern auch die Fähigkeit, mit sich selbst besser umzugehen.

**Wie könnten nachhaltige Lebensstile aussehen?
Haben Sie ein Leitbild?**

Marcel Hunecke: Wenn Sie nach dem »guten Leben« fragen: Da bin ich als Wissenschaftler und Psychologe vorsichtig. Das ist zwar ein sehr wichtiges Thema, aber es gibt nicht den einen richtigen Weg. Ich würde allerdings Grenzen akzeptieren, die uns die Ökologie und die Ökonomie aufzeigen, nämlich die Grenzen dessen, was wir uns als Gesellschaft leisten können. Da geht es dann um ganz konkrete Dinge. Etwa darum, dass wir uns bei Fernreisen oder dem Fleischkonsum einschränken sollten, dass wir zu einem Ökostromanbieter, zu einer ökologischen Bank wechseln sollten.

... Haben Sie »einschränken« gesagt?

Marcel Hunecke: Ja, aber das sind aus meiner Perspektive keine Einschränkungen, die mit einem wesentlichen Verhaltensaufwand verbunden sind.

Wenn es um Forderungen nach Einschränkung oder Verzicht geht, ist schnell von »Öko-Diktatur« die Rede. Das hat auch die Wahlschlappe der Grünen gezeigt, die im Bundestagswahlkampf für einen fleischfreien Tag plädierten. Hat die Ökologie ein Kommunikationsproblem?

Marcel Hunecke: Aus psychologischer Perspektive ist es extrem schwierig, Menschen etwas wegzunehmen, was sie schon haben, oder ihnen etwas vorzuschreiben. So etwas wird immer auf Widerstand stoßen. Darum auch mein Ansatz der psychischen Ressourcen. Letztendlich müssen die Leute freiwillig zu mehr Nachhaltigkeit kommen - weil sie darin ihren eigenen Vorteil sehen. Nur so kann ein dauerhafter kultureller Wandel eingeleitet werden.

Reichen Einsicht und Freiwilligkeit, wo doch die Umweltprobleme drängen, etwa der Klimawandel?

Marcel Hunecke: Die Menschen in Deutschland sind zurzeit von den Folgen des Klimawandels kaum betroffen. In der Hinsicht gibt es also praktisch keinen Leidensdruck. Auf einer anderen Ebene schon, und das ist mein Ansatzpunkt als Psychologe. In unserer Erwerbsgesellschaft nehmen die Stressbelastungen stark zu. Immer mehr Menschen fühlen sich gefangen im Hamsterrad, im Getriebe des Alltags. Aber wozu dieser Stress, wo wir doch schon genug besitzen? Genau hierfür, für die Stressreduktion, wurde der Achtsamkeitsansatz in der Psychologie entwickelt. Er könnte vielen Menschen helfen, mal einen Gang zurückzuschalten und so ihr subjektives Wohlbefinden zu steigern. Und quasi nebenbei würden sie damit der Umwelt einen Gefallen tun.

Schaffen wir die Wende zur nachhaltigen Gesellschaft?

Marcel Hunecke: Dafür stehen meiner Meinung nach die Chancen ganz gut. Wir Deutschen sind in Sachen Nachhaltigkeit gar nicht so schlecht, auch im weltweiten Vergleich. Wir sind Öko-Weltmeister, und in puncto Energiewende schaut die Welt auf uns. Was wir jetzt brauchen, sind Visionen, die uns aufzeigen, wohin die Reise gehen soll. Und ist nicht eine nachhaltige Gesellschaft eine spannendere Vision als ein unbestimmtes Immer-Weiter, Immer-Schneller?

Marcel Hunecke ist Professor für Allgemeine Psychologie sowie Organisations- und Umweltpsychologie an der FH Dortmund und Privatdozent an der Fakultät für Psychologie an der Ruhr-Universität Bochum.

Marcel Hunecke, »Psychologie der Nachhaltigkeit« Umweltbuch des Monats November 2013

Das Buch »Psychologie der Nachhaltigkeit«, erschienen im Jahr 2013 im oekom-Verlag, war »Umweltbuch des Monats November 2013«. Dies ist ein Preis, der jährlich von der Deutschen Umweltstiftung gemeinsam mit der Redaktion des »Jahrbuch Ökologie« vergeben wird. Der Homepage der Deutschen Umweltstiftung lässt sich dazu folgender Text entnehmen:

Geld und Konsum allein machen bekanntlich nicht glücklich. Wie und wodurch aber erlangen wir Lebenszufriedenheit jenseits von materiellem Konsum und Wirtschaftswachstum? Und wie lässt sich das Wissen über die Ursachen des subjektiven Wohlbefindens für die Förderung nachhaltiger Lebensstile nutzen?

Marcel Hunecke ist Umweltpsychologe, genauer gesagt Professor für Allgemeine Psychologie, Organisations- und Umweltpsychologie an der Fachhochschule Dortmund. In seinem Buch »Psychologie der Nachhaltigkeit« will er diese Fragen beantworten.

Nun könnte der ehrgeizige Titel in Zusammenhang mit einem Buchumfang von gerade einmal 124 Seiten die Vermutung nähren, der herausgebende Oekom-Verlag habe bei der Titelwahl ein wenig zu sehr an das Marketing gedacht. Natürlich bietet Hunecke keine umfassende »Psychologie der Nachhaltigkeit«, dennoch gelingt es ihm, sechs wesentliche psychische Ressourcen zur Förderung nachhaltiger Lebensstile zu identifizieren: Genussfähigkeit, Selbstakzeptanz, Selbstwirksamkeit, Achtsamkeit, Sinnkonstruktion und Solidarität.

»Das Individuum im Nachhaltigkeitskontext« ist, was Hunecke im vorliegenden Buch sehr systematisch zum Mittelpunkt

seiner Betrachtungen macht. Dabei verknüpft er die individuelle Ebene der Lebenszufriedenheit überzeugend mit dem zweiten, großen Thema, der Nachhaltigkeit.

Mit einer fundierten Betrachtung vor allem der Positiven Psychologie und der ressourcenorientierten Beratung filtert Hunecke erste Erkenntnisse für einen solchen Weg von Zufriedenheit und Nachhaltigkeit heraus. Drei Strategien hält Hunecke dabei fest: Positive Emotionen, Engagement (im Sinne eines Erreichens selbstgesteckter Ziele) und Sinn. Eine möglichst gute Balance dieser drei Strategien ergäbe eine hohe Förderung einer nachhaltigen Lebensweise.

Letztlich geht es ihm darum, die Menschen dazu zu befähigen, einen Lebensweg zu wählen, der Zufriedenheit schafft, der aus der Falle ständiger Konsumwünsche herausführt und dadurch dem, was tatsächlich zufrieden macht, näherkommt und zudem im ökologischen Sinne Nachhaltigkeit in sich trägt. Besonders wertvoll wird das Buch dort, wo er es nicht nur bei einer bloßen theoretischen Analyse belässt, sondern zeigt, wie diese beschriebenen Ressourcen in Gesundheitsförderung, Beratungs- und Coachingprozessen, Schulen und Hochschulen, Unternehmen und Non-Profit-Organisationen und generell im Gemeinwesen anwendbar sind.

Die Lektüre lohnt sich, nicht für Psychologen, sondern für alle, die in Schule, Hochschule, Seminaren und Verbandarbeit an der Förderung von nachhaltigem Bewusstsein arbeiten.*

**(Diesem Schlusssatz der damaligen Pressemitteilung der Deutschen Umweltstiftung muss – da wohl vermutlich ein Tippfehler – deutlich widersprochen werden: gerade Psychologen profitieren von der Lektüre, sieht man hier doch geläufige Fachbegriffe in einem ganz anderen Licht! Anmerkung der Red.)*

Zu Michael Huppertz: Achtsamkeit in der Natur

Mensch und Natur – Therapie und Ökologie

Durch Leerräume in der Natur blicken, blind und geführt Baumstämme ertasten, bewusst unterschiedliche Bodenbeschaffenheiten beim Gehen fühlen – all das sind Achtsamkeitsübungen, die man bei Michael Huppertz in der Natur lernen kann. Die Übungen sind einer von mehreren Wegen, Beziehung zur Natur herzustellen. Das von ihm gemeinsam mit Verena Schataneck geschriebene Buch »Achtsamkeit in der Natur« enthält – neben Grundlagen und zahlreichen praktischen Übungsanleitungen – auch Überlegungen zum Verhältnis zur Psychotherapie, aber auch zum oft diskutierten Gegensatz zwischen Mensch und Natur. Daher werden Auszüge des Buches zitiert:

Ist Achtsamkeit eine Modeerscheinung?

» ›Achtsamkeit‹ ist derzeit ein beliebtes Thema – so beliebt, dass es sich schon wieder unbeliebt macht. Manche können es nicht mehr hören, andere haben noch immer nichts davon gehört. Es verbreitet sich unter Therapeutinnen und Beratern, in Kliniken, Praxen und Beratungsstellen, in Zeitschriften, Fernsehen, Internet usw. Diese Popularität hat etwas mit einer handlicheren Präsentation des Themas in der Gegenwart und auch mit einem guten Marketing zu tun.

Aber das wäre kaum erfolgreich, wenn Idee und Praxis der Achtsamkeit nicht auf gesellschaftliche Entwicklungen und Herausforderungen antworten würden, die zwar auch schon

so alt sind wie das Industriezeitalter, sich aber gerade in den letzten Jahrzehnten noch einmal massiv gesteigert haben: Leistungsdruck, Beschleunigung, Flüchtigkeit, Entfremdung, Sucht. Sofern die Sicherung von Überleben und Wohlstand im Vordergrund standen – und das war im vorwiegend katastrophalen 20. Jahrhundert für die meisten Menschen der Fall – und sofern dies heute noch im Vordergrund steht –, ist Achtsamkeit kein massenwirksames Thema. Wenn Sicherheit und Wohlstand aber halbwegs gewährleistet sind, wird der Verbrauch deutlich, den diese zivilisatorischen Errungenschaften benötigen. Verbraucht werden vor allem menschliche und ökologische Ressourcen. Dieser Verbrauch ist kein Naturgesetz, sondern eine Folge der ökonomischen Prinzipien, die abstraktes wirtschaftliches Wachstum und die Vermehrung des Reichtums kleiner Bevölkerungsgruppen über gemeinschaftliche Güter und die Orientierung an Natur, Gesundheit oder Gerechtigkeit setzen.

Viele Menschen spüren, dass das Leben an ihnen vorbeirauscht, dass sie ständig erschöpft sind, dass sie unter Ängsten, psychosomatischen Beschwerden und dem Gefühl einer sinnlosen Rastlosigkeit oder einer rastlosen Sinnlosigkeit leiden. Sie nehmen an den gleichen Mechanismen Schaden, die auch zu einer rücksichtslosen Ausbeutung natürlicher Ressourcen führen. Daher sind das Interesse an Achtsamkeit und eine ökologische Orientierung Verbündete und gehen in dem Bewusstsein vieler Menschen Hand in Hand. Schon im 19. Jahrhundert hatten Autoren wie Henry D. Thoreau (...) einen Sinn für die enge Verbindung zwischen der Achtsamkeitspraxis und den Natur- wie Menschenrechten. «(...)»⁷

⁷ Michael Huppertz, Verena Schataneck: Achtsamkeit in der Natur (2015), S. 16-18

»Wir empfehlen, direkt mit der Natur und anderen Lebewesen in Kontakt zu kommen, in Bewegung, mit allen Sinnen, erkundend, spielerisch, gestaltend oder betrachtend. Das ersetzt nicht das Wissen um ökologische Prozesse und Probleme, aber es ergänzt dieses Wissen durch naturnähere, persönliche und häufig sehr emotionale Erfahrungen. Nur wenn weiterhin und immer mehr Menschen auf unmittelbare, sinnlich-praktische, vielfältige, emotionale Weise der Natur begegnen und diese Begegnungen zu einem wesentlichen Bestandteil ihres Lebensentwurfs machen, ist es wahrscheinlich, dass die Natur auf Dauer genügend Fürsprecher findet.«⁸

Was heißt »Natur«?

» ›Was verstehst du unter Natur?‹ ›Natur ist das, was von Menschen nicht geschaffen, nicht wesentlich gestaltet oder beeinflusst wurde.‹ So oder ähnlich haben uns die meisten Freunde und Bekannten geantwortet, als wir ihnen die Frage nach ihrem Begriff von Natur gestellt haben. In seiner Anwendung auf die Wirklichkeit wird dieser Naturbegriff allerdings sehr unscharf. Natur begegnet uns nie als vom Menschen unbeeinflusste Natur. Denken wir an die Folgen menschlichen Handelns für die Atmosphäre und die Folgen der atmosphärischen Veränderungen für den Planeten Erde insgesamt, so ist Natur nie reine Wildnis. Was wir im Alltagsgebrauch gewöhnlich als Natur bezeichnen, ist sichtbar Teil der Zivilisation: Nutzwälder, Wiesen, Parks, Haustiere sowieso, aber auch die Antarktis. Umgekehrt sind Kultur und Technik zu einem guten Teil natürlich – Energielieferanten oder Rohstoffe jeder Art in Brücken, Ölbildern, Halbleitern usw. Es lässt sich also nicht be-

⁸ Ebenda, S. 26

haupten, dass es etwas geben würde, das ausschließlich natürlich sei, oder dass man alle Dinge in natürliche und nichtnatürliche einteilen könne, auch wenn dieses Missverständnis durch das Substantiv ›Natur‹ nahegelegt wird. Aber diese Argumentation schließt nicht aus, dass etwas mehr oder weniger natürlich sein kann und dass wir diese Eigenschaft definieren können. Um diese Idee einer nicht von der Zivilisation mitgeformten Natur zu bewahren, hat sich der Begriff ›Wildnis‹ eingebürgert.«

Huppertz und Schatanek verweisen an dieser Stelle auf A. Niebrügge⁹, die einen relativen Wildnisbegriff vorschlägt, der ihr zufolge auf einer bipolaren Skala zwischen dem gedachten Pol purer Wildnis auf der einen Seite und dem purer Zivilisation auf der anderen verortet werden könne. Sie fahren fort:

»Wenn wir aber so vorgehen, dann leben die Begrifflichkeiten ›Natur‹ und ›Wildnis‹ vor allem von der Abgrenzung gegenüber der menschlichen Kultur. Wir scheinen auf diese Weise nicht zu eigenständigen Begriffen von Natur oder Wildnis zu kommen.

Wie Natur genauer bestimmt werden kann, hängt ganz offensichtlich davon ab, wie sie uns erscheint und wie wir uns ihr nähern, was wir von ihr wollen oder nicht wollen und wie wir mit ihr umgehen. Im Laufe der Geschichte wurde in verschiedenen Kulturen eine Vielzahl von Naturbeziehungen entwickelt, an denen die Kulturen genauso beteiligt waren wie die Natur selbst. Menschen wollten die Natur erobern, kontrollieren, beschwören, nutzen, erforschen, bewahren,

⁹ Verwiesen wird hier auf A. Niebrügge: Wildnis, Ideengeschichte und Argumente für Wildnisschutz aus ethischer Sicht (2007), S. 22

bewundern, betrachten, lieben, mit ihr verschmelzen, in sie zurückkehren, sich in ihr finden, sich an ihr messen, mit ihrer Hilfe die eigenen Grenzen testen. Entsprechend zeigt sich die Natur in der Geschichte und in der Gegenwart nährend, vielversprechend, duldend, bedrohlich, reizvoll, beeindruckend, verspielt, kreativ, sachlich, gesetzmäßig, desinteressiert, hilfreich, beruhigend, herausfordernd, geheimnisvoll, vorbildhaft, erhaben, schön, harmonisch usw.»¹⁰

Zur Bedeutung der Achtsamkeit in der Natur für Wohlbefinden und seelische Gesundheit

Huppertz weist hier eingangs darauf hin, dass die positiven Wirkungen der »Achtsamkeit in der Natur« auf Wohlbefinden und Gesundheit noch kein relevantes Forschungsthema sind, eher schon die Wirkung der Natur überhaupt. Er erwähnt Richard Louv, der mit der ganzen Magie des Naturalismus von einer Naturdefizitstörung gesprochen habe, einer Art Grundstörung im Verhältnis zur Natur,

»die viele Menschen in den industrialisierten Gesellschaften betreffen soll, wenn sie kaum noch Zeit in der Natur verbringen. Viele Kinder in den USA leiden aus seiner Sicht an einem Mangel an ›Vitamin N‹. Es geht ihm nicht nur um den Schutz der Natur vor dem Menschen, sondern auch um den Schutz des Menschen in der Natur: ›Wenn wir die Umweltbewegung und die Umwelt retten wollen, dann müssen wir auch und vor allem eine gefährdete Spezies retten: das Kind in der Natur.«¹¹ Tatsächlich gibt es zahlreiche Untersuchungen, die positive Wirkungen des Kontakts mit der Natur auf das Wohlbefinden und die Leistungsfähigkeit belegen:

¹⁰ Ebenda, S. 43-44

¹¹ Richard Louv: *Das letzte Kind im Wald* (2011), S. 177

- eine Besserung der kognitiven Leistungsfähigkeit, insbesondere eine Erholung der Aufmerksamkeit;
- eine geringe Entwicklung und raschere Erholung von Stress, gemessen in vegetativen Parametern;
- eine raschere Rekonvaleszenz;
- die Besserung des Wohlbefindens und der Stimmung;
- eine Minderung von Aggressivität und möglicherweise sogar kriminellen Verhaltens;
- eine Verbesserung des Selbstvertrauens, insbesondere bei einem tätigen Kontakt mit der Natur.«¹²

Im Folgenden wird erläutert, dass offenbar im Gegensatz zur gerichteten Aufmerksamkeit, die den Alltag bestimmt (mit Fokussieren, Bewerten, Abwägen, Analysieren etc.), der Erfahrungsraum der Natur jedoch eher über einen ungerichteten, erholsamen Aufmerksamkeitsmodus erlebt wird. Stimmige Naturräume sind demnach günstig für einen Erholungseffekt, ebenso ein guter Einklang der Situation mit den Absichten der Person. Achtsamkeitspraxis und Naturerfahrungen würden so gleichermaßen den Wechsel zu einer anstrengungsfreien gerichteten und ungerichteten Aufmerksamkeit begünstigen.

»In Psychiatrie und Psychotherapie führt die Natur als Erfahrungsraum ein Aschenputtel-Dasein. Zwar gab es in der Geschichte der Medizin seit der Antike immer wieder den Gedanken, dass das Erleben von Natur einen heilsamen Effekt auf die Psyche der Patienten hat. Die ›romantische Psychiatrie‹ des 19. Jahrhunderts ging mit dem Verdacht einher, dass die beginnende Industrialisierung durch ihre Reizüberflutung und Hektik ursächlich an psychischen Erkrankungen beteiligt sei.

¹² M. Huppertz und V. Schataneck, Achtsamkeit in der Natur (2015), S. 247-248

Die Natur war in romantischer Sicht das Alternativmodell zur degenerativen Gesellschaft. Auch – wenn auch sicher nicht hauptsächlich – deswegen wurden große psychiatrische Krankenhäuser auf dem Land gebaut. Man versprach sich viel von frischer Luft, landwirtschaftlicher oder gärtnerischer Betätigung, dem Anblick der Vegetation, gesunder Ernährung, Abstinenz. Manchmal wurde entsprechend eine rigide Abschottung gegenüber dem bisherigen Lebensumfeld eingeführt. Heute spielt das Naturerleben in der Psychiatrie eine geringe Rolle. Eine Ausnahme sind die Gartentherapie und die tiergestützten Therapien.« (...)¹³

Psychotherapie – Beschäftigung auch mit der Außenwelt?

»In der ambulanten Psychotherapie insgesamt ist die Natur heute noch unbedeutender als in der institutionalisierten Psychiatrie, Psychosomatik oder Rehabilitation. Die Vorgeschichte der Psychotherapie hatte sich noch draußen und unter Einbezug der Natur abgespielt. Graf Puysegur versammelte z. B. in der Tradition des Mesmerismus eine Gruppe unter einer alten Linde, an deren Fuß eine Quelle sprudelte, verband sie mit Seilen mit dem Baum und versetzte sie in Trance. In diesem Zustand des Somnambulismus sprachen die Menschen in ungewohnter Offenheit über ihre Probleme. ›Psychotherapie‹ setzte sich als Begriff und Methode der Heilung mit psychischen Mitteln erst durch, als Freud versuchte, eine ›Psyche‹ quasi in dem Labor des Behandlungszimmers zu isolieren und unter experimentellen Bedingungen zu untersuchen – so, wie sie ihm aus seiner neurophysiologischen Forschung vertraut war. Er sprach erstmals von einer ›naturwissenschaftlichen

¹³ Ebenda, S. 248-249

Psychotherapie«. In dieser Art wissenschaftlichem Setting war für die äußere Natur kein Platz mehr, und auch die innere Natur sollte der Theorie nach nur noch in Form von symbolischen Repräsentationen (Sprache, Träume) ans Licht kommen. Es hat lange gedauert, bis sich die Psychotherapie von diesen Vorgaben lösen und wieder die Bedeutung von Körper, Bewegung, Ausdruck, Verhalten und szenischem Geschehen würdigen konnte – außerhalb und innerhalb der Psychoanalyse.

Die Verhaltenstherapie hatte den Blick wieder auf das reale Verhalten der Menschen in ihrer Umgebung gelenkt. Dies führte zwar zu Behandlungen außerhalb des Therapiezimmers (›In-Vivo-Expositionen‹), aber der diagnostisch-therapeutische Blick richtete sich unmittelbar auf die Symptomatik und nicht auf die Ressourcen der Natur. (...) Wenn aktuell von einer ›dritten Welle‹ der Verhaltenstherapie die Rede ist und damit ausdrücklich die Einbeziehung des Erlebens qua Achtsamkeit gemeint ist, so ließe sich daran theoretisch durchaus die Hoffnung auf eine Erweiterung des therapeutischen Settings und eine Öffnung zur Natur knüpfen. Leider wird dies aber in den bisher bekannten achtsamkeitsbasierten Therapien kaum praktiziert. Durch die Anknüpfung an die kognitive Verhaltenstherapie gilt bislang das Hauptinteresse mentalen Prozessen, Körperempfindungen oder Sinnesübungen, die nicht auf die Natur angewiesen sind.

Diese Beschränkung auf gewohnte Settings wird dadurch verstärkt, dass einige der verwendeten Achtsamkeitskonzepte eine Vorliebe für die innere Achtsamkeit haben, weil sie sich hauptsächlich auf hinduistische und buddhistische Traditionen beziehen bzw. sie entsprechend interpretieren. Hinderlich ist hier auch das in der Achtsamkeitswelt breit vertretene Konzept, dass man erst an sich arbeiten sollte, ehe man sich auf rechte Weise der Außenwelt zuwenden kann. (...)

In ähnlicher Weise argumentieren Ecopyschologen, dass

die Psychotherapie sich zunächst um innerpsychische Prozesse, dann um interpersonelle Probleme und Familiensysteme gekümmert habe und dass es nun an der Zeit sei, auch die natürliche Umwelt in die Psychotherapie einzubeziehen. Diese Logik hat etwas Bestechendes. Tatsächlich dominieren inner- und zwischenmenschliche Themen auf eine Weise die Psychotherapie, die angesichts der realen Vernetzungen sehr beschränkt anmutet. Die Vermeidung und Verleugnung der komplexeren, weniger privaten Zusammenhänge und der Not in der Welt kann den Realitätssinn der Patienten behindern. Viele Menschen spüren, dass der Rückzug auf ganz private Themen wie Beziehungen, Biografien, Erlebnisdefizite, persönliche materielle Sorgen, körperliche Erkrankungen usw. unbefriedigend ist.

In der Praxis stellt sich aber das Problem, dass die Aufgeschlossenheit gegenüber der Natur und den ökologischen Problemen eine Einsicht des Therapeuten ist, die den Betroffenen erst nahegebracht werden muss.¹⁴ Die Gefahr besteht, dass ökosystemische Themen an die Stelle der intrapsychischen und mikrosoziologischen Themen gesetzt werden, an denen die Patienten subjektiv leiden. Dieses Problem wird dadurch verstärkt, dass sich die Ecopsychologists in der Regel der holistischen Anschauung verpflichtet fühlen, nach der Systeme in immer höheren Ganzheiten und schließlich in einem großen Ganzen zusammengefügt werden können. (...) Dennoch sollte die therapeutische Arbeit mit der Achtsamkeit in der Natur mit ihrem Anliegen konform gehen, den intellektuellen, sinnhaften, moralischen und praktischen Horizont in Therapie und Prävention zu erweitern.«¹⁵

¹⁴ ... was aber Therapeuten selbst häufig erst betrifft, die ihrerseits ebenso westlich-konsumistische Lebensstile pflegen (siehe auch den Text zu W. Schmidbauer in diesem Heft; Anmerkung von A. Meißner)

¹⁵ Ebenda, S. 256-258

Naturethische Aspekte

Huppertz äußert sich in dem Buch Achtsamkeit und Natur sehr ausführlich dazu und unterscheidet dabei mehrere Positionen. Nur ein paar Gedanken davon können hier angerissen werden. So schreibt er:

»Eine menschliche Naturethik muss die Eigenwerte der Natur mit den Eigenwerten des menschlichen Lebens vermitteln. (...) Das relationale Denken ist der Schlüssel zum Verständnis der Achtsamkeit wie der Ethik. Eine moralische Wertschätzung der Natur lässt sich nur aus den Beziehungen, die wir zu ihr unterhalten, gewinnen. Und diese Beziehung kann mehr oder weniger Achtsamkeitsaspekte beinhalten. Je mehr Achtsamkeit sie beinhaltet, desto mehr Eigenwerte rechnen wir der Natur zu. Achtsamkeit ist aber mitnichten die einzig sinnvolle Beziehung, die wir zu ihr unterhalten können. (...)

Da Beziehungen nicht durchweg harmonisch sein können, ist auch der notwendige Abgleich der Interessen nicht konfliktfrei und erfordert eine Ambivalenztoleranz, für die die Achtsamkeitspraxis ebenfalls eine gute Schulung darstellt. Wenn es z. B. um Themen wie Tierversuche oder die Installation von Windparks geht, müssen moralische Spannungen ausgehalten und möglicherweise unlösbare Widersprüche akzeptiert werden.«¹⁶

Die spirituelle Suche in der Natur

»Der Weg in die Natur hat mit dem spirituellen Weg in unserer Kultur gemeinsam, dass sie beide einen bewussten Schritt aus der Alltagswelt bedeuten. Beide beziehen ihre

¹⁶ Ebenda, S. 276, S. 277, S. 280

Kraft aus der Erfahrung der Differenz zum Alltag und aus der Ankunft in einer Erfahrungswelt, die offensichtlich geeignet ist, neue Antworten zu liefern. (...) Es erfordert eine besondere kulturelle Konstellation und individuelle Motivation, das spirituelle Potenzial der Natur zu suchen und zu finden. Diese Suche setzt voraus, dass die persönliche subjektive Erfahrung etwas an der Natur entdeckt, das eine spirituelle Transformation erlaubt. Das bedeutet aber auch, dass die persönliche Erfahrung wichtig genommen wird und die Aufmerksamkeit wirklich der Natur gilt und nicht ausschließlich ihrer Bedeutung im Rahmen religiöser oder metaphysischer Vorgaben wie z. B. dem magischen Bemühen, sie zu besänftigen oder für sich zu gewinnen, sie Untertan zu machen oder zu bewahren, sie als Gewand oder Schöpfung Gottes oder als Ausgestaltung eines metaphysischen Prinzips (Brahman, Urgrund, Verbundenheit von allem mit allem) zu betrachten. (...)

Der Schritt in die Natur ist zunächst einmal ein Schritt aus der Zivilisation mit all ihren Zwängen, auch solchen der eigenen Wahrnehmungsweisen. (...) Die Natur entlastet uns von den vertrauten Sorgen, letztlich von der Sorgestruktur selbst. Wir können in der Natur eine tief gehende Erleichterung erleben. (...) In der Natur erleben und akzeptieren wir die Grenzen unseres Wollens, Handelns und Wissens und unserer menschlichen Lebensform. Wir können die Natur nicht verstehen, so wie wir vielleicht die Motive, Absichten und Gefühle von Menschen verstehen. In der Haltung der Achtsamkeit wollen und können wir auch nicht ihren Gesetzmäßigkeiten auf die Spur kommen. Wir erleben stattdessen, dass sie teils voller Ordnung und Harmonie, teils voller Zufälle, Chaos und Überraschungen ist. (...) Wir erleben uns in der Natur nicht mehr als Zentrum der Situation.

In einer handlungsorientierten, individualisierten Welt erleben wir uns als das Zentrum, auf das hin die Umstände kogni-

tiv und instrumentell organisiert sind. (...) Wir nehmen in der Regel die Umgebung aus dem Blickwinkel des Akteurs wahr. Die Natur aber ist nicht auf uns hin organisiert, sie unterhält ihre eigenen Beziehungen. Sie zwingt uns zu relationalem Denken. Die Natur unterhält Beziehungen, die uns einschließen, nicht umgekehrt. (...)

Die Natur teilt nicht unsere Maßstäbe. Sie kann winzig klein, gewaltig groß, rasend schnell, unendlich langsam, endlos weit oder unergründlich tief sein. (...) Das Erhabene versetzt uns in eine rezeptive Haltung, ein Staunen, in eine andere Welt. Unsere Machtlosigkeit, die Natur bewältigen zu können und unser Erlebnis von Abhängigkeit und Ohnmacht gegenüber von der Natur bedeuten, dass wir hier und jetzt keinen Einfluss nehmen können, wir werden in eine rezeptive Verfassung versetzt.

In der Natur erleben wir Unendlichkeiten. (...) Die Natur lässt uns eine Unabgeschlossenheit des Raumes erleben. (...) In der Natur ist es leichter, in der Gegenwart zu sein. Die Natur ist für die Erfahrung qualitativer Zeit ein wertvolles Feld. Sie konfrontiert uns mit neuen, überraschenden Rhythmen und Tempi: die Bewegungen der Blätter, der Schnecken oder der Wolken, das Fließen von Gewässern, die Dämmerung, aber auch das Flattern der Schmetterlinge, die Schnelligkeit der Schwalben, Fliegen und Fische. (...)

Der Verzicht auf das Interpretieren, Einordnen, Analysieren verstärkt die Sinnlichkeit der Natur, die eigene Resonanz und das Gefühl, mit der Umwelt in einer unmittelbaren Verbindung zu stehen. (...) Wir können in der Natur sogar Anregungen und Lösungen finden. (...)

Die spirituellen Gefühle sind Gefühle der Befreiung und des Ankommens. Sie beziehen sich auf die Gegenwart, nicht wie die meisten unserer Gefühle (Angst, Trauer, Hoffnung) auf die Vergangenheit und die Zukunft. Deswegen vermitteln spiritu-

elle Gefühle Ruhe und Zeitlosigkeit, eine Erfüllung des Wunsches, den Rousseau (und später Goethe) als existenziell ausgemacht haben. (...)

Was das Gefühl der Spiritualität aber spezifisch macht und über diese Elemente hinaus von allen anderen Gefühlen unterscheidet, sind die Gefühle der Verbundenheit, des Vertrauens, der Gelassenheit, der Dankbarkeit und der Daseinsfreude.«¹⁷

Zur Frage der Einheit von Mensch und Natur

»Es ist erstaunlich, wie viele in der Umweltbewegung engagierte und verdienstvolle Menschen sich einig sind, dass die Unterscheidung von Mensch und Natur nur einer begrenzten Sichtweise geschuldet ist. Eigentlich gehörten beide zu einem großen Ganzen, in dem die Unterschiede verschwinden. Nur unser begrenztes Ego hindere uns daran, diese eigentliche Einheit wahrzunehmen und uns entsprechend zu verhalten. (...)

Aus erkenntnistheoretischer Sicht ist es unmöglich, Aussagen über ›das Ganze‹ zu machen. Das Universum könnten wir nur erfassen, wenn wir einen Standpunkt außerhalb des Ganzen einnehmen und die Zeit anhalten könnten. Es war eine Er rungenschaft der oft als anmaßend kritisierten Aufklärung, über die Bedingungen und Grenzen der menschlichen Vernunft zu reflektieren. Der menschlichen Erkenntnis sind durch die Kategorien des Verstandes, den Körper, Technik, Geschichte, Sprache, Medien, Zeit Grenzen gesetzt. (...) ›Metaphysiker und Physikalisten haben gleichermaßen versucht, diese Perspektive menschlichen Erkennens durch eine Einheitsperspektive außer Kraft zu setzen.¹⁸ Aber die Psychologie lässt sich nicht auf die Neurobiologie, die Biologie nicht auf die

¹⁷ Ebenda, S. 281-288

¹⁸ Verwiesen wird hier auf H.-D. Mutschler: Naturphilosophie (2002), S. 15

Physik reduzieren, und es ist auch keine universelle Sprache oder Theorie denkbar, in der man alle wissenschaftlichen Erkenntnisse formulieren könnte. Die Konsequenz dieser vielfältigen Erkenntnisse: Über das Ganze lässt sich nur spekulieren. Wir können die Bedingtheit, die Perspektivität, die Diskursivität unseres Wissens grundsätzlich nicht überwinden.«¹⁹

Zu dem oft angeführten Argument eines harmonischen Miteinanders von Natur und Kultur bei Naturvölkern wird angeführt, dass die Naturnähe bei diesen Völkern fraglos größer war und ist, dass aber auch hier manchmal ökologische Deutungsmuster und Verhaltensweisen und manchmal eine ausgeprägte Destruktivität gegenüber der Natur bis hin zum Ruinieren der eigenen Existenzgrundlage zu finden seien.

*»Schon das Konstrukt eines ›Naturvolkes‹ ist nur aus dem Idealisierungswunsch und aus dem Anliegen heraus zu verstehen, die herrschende Kultur zu kritisieren, wie es seit Rousseau üblich ist. Legt man diese Absicht beiseite, sind auch Naturvölker **Kulturvölker** (hervorgehoben im Original; A. M.), die versuchen, sich mit der Natur und gegen die Natur behaupten, und dabei oft fremden Stämmen, eigenen Mitgliedern und der Natur Schaden zufügen, weil sie es nicht besser wissen und können.«*

Von Abschied und Ankommen

Huppertz beschreibt schließlich die bei Achtsamkeit in der Natur möglichen Erfahrungen als »von einer Doppelbewegung durchzogen:«

¹⁹ Ebenda, S. 298-300

»Ich nenne sie einmal ›Abschied‹ und ›Ankommen‹. Von der Bewegung des Abschieds aus der Geschäftigkeit des Alltagslebens und den lebensweltlichen Veränderungen war schon ausführlich die Rede. Dies kann in einer halben Stunde oder erst in einem wochenlangen Aufenthalt in der Natur geschehen, in einem Garten oder in der Wüste. Existenzielle Themen, die unter den Aktivitäten des Alltags sicher begraben erschienen, können zutage treten – als Verunsicherung, als Begegnung mit der Abgründigkeit des Lebens. Wenn wir aus dem Rad des Alltags aussteigen und dem Pfad der Dekonstruktion eine Weile folgen, so erhöht sich früher oder später unser Bewusstsein für die grundsätzliche Kontingenz – die Unvorhersehbarkeit und Unkontrollierbarkeit – unseres Lebens. (...)

Das Eigentümliche in der Begegnung mit der Natur: Je mehr wir uns verabschieden, desto mehr kommen wir an. Die Natur empfängt uns mit offenen Armen. (...) Die spirituelle Naturerfahrung lebt von dem Ankommen in der Gegenwart, das eine intensive leibliche, sinnliche und emotionale Erfahrung ist. Die Praxis der Achtsamkeit in der Natur führt nicht ins Bodenlose, sondern wir sinken ins Moos, lassen uns in die Wolken fallen oder von dem Anblick der Berge in ein sattes Staunen versetzen. (...) Die spirituelle Achtsamkeit in der Natur ist ein kreativer Prozess.«²⁰

Michael Huppertz ist Psychiater und Psychotherapeut, arbeitet an der Entwicklung achtsamkeitsbasierter Angebote in Therapie und Prävention, und wendet diese in Gruppenprogrammen in Darmstadt auch an. Publikationen von ihm sind erschienen in den Bereichen Philosophie und Psychiatrie sowie Achtsamkeit.

²⁰ Ebenda, S. 302-307

Zu Wolfgang Schmidbauer: Homo consumens und die Last der dummen Dinge

Die psychoanalytische Sichtweise

Schon im Jahr 1972, in dem die »Grenzen des Wachstums« von Dennis Meadows und Mitarbeitern erschienen sind, kritisierte der Münchner Psychotherapeut Wolfgang Schmidbauer, Autor vieler Fachbücher und heute noch Kolumnist für die ZEIT, die Psychologie als »Rückzugswissenschaft«. ²¹ Er prangerte hier die schädlichen Wirkungen des Konsums an, ebenso die Erziehung zum Konsumenten wie auch Konsumterror und Konsumzwang. Und er fragte resigniert, ob wirklich alles noch viel schlechter werden müsse, ehe es besser werden könne. Es scheine so. Wir könnten nur hoffen, dass es am Tiefpunkt der Konsumgesellschaft noch die Basis für eine Umkehr ohne den totalen ökologischen Zusammenbruch gebe.

Idee einer Ökotherapie

1982 dann forderte er, dass Psychotherapie im Sinne einer Ökotherapie die Anpassung an eine umweltzerstörende Gesellschaft ablehnen müsse. Auch sei eine kritische Einstellung nötig gegenüber allen Versuchen, Menschen mit medizinischen oder psychologischen Mitteln zu beherrschen, zu manipulieren und sie unter Leistungsdruck zu stellen. ²²

²¹ Wolfgang Schmidbauer: Homo consumens - Der Kult des Überflusses (1972)

²² Wolfgang Schmidbauer: Im Körper zuhause - Alternativen für die Psychotherapie (1982)

Allerdings wies er auch schon darauf hin, dass im Grunde die Therapeuten selbst erst zu therapieren seien. Daher solle der Ökotherapeut eher bei sich selbst beginnen, durchaus auch seine subjektiven Empfindungen preisgeben, seine Betroffenheit, sein eigenes Interesse an dem, was er vorschlage. Er verwende dabei eine kontrollierte Form von Offenheit und spontanem Gefühlsausdruck, um bestimmte Ziele zu erreichen. Und er brauche selbst Freunde, mit denen er immer wieder bei sich beginnen und seine eigenen Ängste ausdrücken könne. Denn Offenheit gegenüber dem Klienten bedeute nicht Befriedigung durch den Klienten, sondern Arbeit für den Klienten.

Schrittweise soll dabei deutlich werden, dass beide, Ökotherapeut wie Klient, dieser laut Schmidbauer überflüssigen, aber unausweichlichen Störung nicht entrinnen können. Ökotherapie sei dabei nicht Heilung, sondern Klärung der Störung. Typische Experten- und Leistungsmerkmale könnten hier nicht helfen, etwa die Frage nach der »guten« Ausbildung des Therapeuten, der »Indikation« der Behandlung oder ob der Klient auch »kooperativ« sei. Förderlich erscheine ihm eher, dass beide Beteiligten offen darüber sprechen würden, ob sie ihrem Gefühl nach genug oder zu wenig getan hätten.

Weiter propagiert er, von der »Natur« zu lernen. Das Gefühl für die Schönheit eines natürlichen Lebenszusammenhangs, etwa einer in Jahrhunderttausenden gewachsenen Landschaft, sei für ihn dabei wesentlicher als der rechnerische Beweis für die Stabilität differenzierter Ökosysteme. Letzteres sei eher ein argumentativer Notbehelf gegenüber Menschen, die blind geworden seien gegenüber allem, was sich nicht rational fassen lasse.

Rolle des Therapeuten in der Ökotherapie

Dabei solle das Dunkel nicht vom Therapeuten gedeutet werden. Vielmehr sollte beim Klienten Vertrauen in seine eigenen Fähigkeiten geschaffen werden, sich dem Dunkel des Körper-Unbewussten, der Stimmungen und Träume auszuliefern, um daraus auch Klarheit über seine Wünsche und Entspannungsmöglichkeiten zu gewinnen, »und nicht frühzeitig umzukehren auf der Suche nach dem gewohnten hellen Gefängnis«. Dabei solle der Therapeut aber entbehrlich bleiben, denn »die seelisch verstörten Kinder der Industriegesellschaft klammern sich an die Psycho-Experten – und die Psycho-Experten klammern sich an ihre Klienten. Wird diese gegenseitige Abhängigkeit deutlicher, gerät der Experte in Gefahr, zu werden, was er sein sollte, aber nicht gerne ist: überflüssig.«²³

Um entbehrlich zu bleiben, sollte er Nebenberufe haben, oder sich an den Wilden orientieren, die mit zwei Stunden Arbeit am Tag auskommen würden, und lieber seine alten Sachen reparieren als neue zu kaufen. Auch habe er nicht jede Stunde seines Tageslaufs für seine hilfreiche Tätigkeit verplant. Der Ökotherapeut arbeite zudem auch gerne in Gruppen, weil er in der Gruppe ein größeres Stück Umwelt mitgestalten könne, und auch weniger Abhängigkeit von seiner Expertenrolle zu erzeugen glaube. Und er glaube nicht, zu heilen, aber er versuche, sich und Anderen das emotionale Überleben in einer kranken Welt zu erleichtern. Schlussendlich räumt er ein, dass der dargestellte Ökotherapeut nicht er selbst sei, er aber gerne so werden wolle wie er.

Es ist erstaunlich, dass solche Gedanken schon 1972, dann 1982 sowie überarbeitet 1992 formuliert wurden, die bereits Elemente der Postwachstumsökonomie sowie moderner inter-

²³ Wolfgang Schmidbauer: *Weniger ist manchmal mehr* (1992), S. 279

subjektiver Psychotherapie beinhalten, sowie auch den heute noch meist nicht in Frage gestellten hohen Anspruch einer Heilung relativieren. Die Idee einer Ökotherapie ist von der Fachwelt nicht aufgegriffen worden. Falsch ist sie deswegen allerdings nicht.

Enzyklopädie der dummen Dinge

Wolfgang Schmidbauer hat nun 2015 ein Buch diesen Titels herausgebracht. Schon auf der Umschlagseite wird ein wunderbares Beispiel gegeben, was er mit »dummen Dingen« meint:

»In dem toskanischen Dorf Vicchio, das meine zweite Heimat geworden ist, führt eine Brücke aus gotischer Zeit über einen Nebenfluss des Arno. Sie überspannt das Kiesbett in einem eselsbuckligen, schmalen Bogen. Durch die Wölbung ist die schmale Fahrbahn sehr unübersichtlich. Zwei Autos können nicht aneinander vorbei.

Viele Jahre lang regelte sich der Verkehr spontan. Wer zuerst die Brückenhöhe erreichte und wieder buckelab fuhr, brachte den entgegenkommenden Kraftfahrer dazu, den Rückwärtsgang einzulegen. Ich habe nie erlebt, dass es dabei Schwierigkeiten gab.

Jetzt regelt eine Ampel den Verkehr zu den vielleicht hundert Seelen von Pontavicchio. An die Stelle der informellen Regelungen, die Geschick und Höflichkeit trainierten, treten Maßgaben, in denen der Spielraum und damit die potenzielle Selbstdisziplin der Verkehrsteilnehmer mehr und mehr durch äußere Eingriffe ersetzt werden.«

Im Folgenden soll ein Auszug aus der Einführung zu diesem Büchlein zur Enzyklopädie der dummen Dinge sein Anliegen noch verdeutlichen (Abdruck mit Genehmigung des oekom-Verlages).

Ware und Intelligenz

Es ist eine abgründige Frage, warum Menschen das Richtige erkennen, es billigen – und dann doch das Falsche tun. Sie wurde viele hundert Jahre lang von Moralisten gestellt und bezog sich auf das Handeln von Individuen, die beispielsweise wissen, dass ihnen Alkohol schadet, dies auch ihren Kindern sagen – und sich dennoch betrinken. Heute beschäftigt uns angesichts des Widerspruchs zwischen gutem Wissen und schlechtem Tun weniger die Moral von Individuen als die Stabilität von Staaten, der Erhalt der Biosphäre, globale Energie-, Umwelt- oder Schuldenkrisen.

Die Konsumgesellschaften treiben Raubbau an der Gegenwart, verbrauchen mehr Rohstoffe, als nachwachsen und zahlen die Zinsen für ihre Kredite durch neue Schulden. Wer einen kleinen Kredit haben will und keine Sicherheit bietet, geht leer aus; wer einen Staat führt und nicht die geringste Wahrscheinlichkeit geltend machen kann, dass er dessen Schulden zurückzahlen wird, kann problemlos neues Geld leihen.

Wenn uns gegenwärtig unsere Intelligenz nicht daran hindert, Atomkraftwerke zu bauen, Tropenwälder zu roden und unser Klima zu gefährden, dann zeigt das, dass die Strukturen, die solche Entwicklungen bedingen, stärker geworden sind als die menschliche Einsicht. Ich nenne diese Strukturen die »Dummen Dinge«, auch wenn es vielleicht verkürzt wirkt, Dinge dumm zu nennen – ist nicht alle Materie weder dumm noch klug? Aber eine derart knappe Formel prägt sich gut ein und hat ihren Zweck erfüllt, wenn sie zum Nachdenken anregt. Inhaltlich geht es darum, weiterzuentwickeln, was Günther Anders (1956, 1980) mit der Rede von der Antiquiertheit des Menschen angedeutet hat.

Von den vielen möglichen Orientierungen über das, was klug und was dumm ist, bevorzuge ich eine möglichst erd-

nahe, die davon ausgeht, dass der Mensch seinen Platz in der Evolution vor allem durch seine Intelligenz erreicht hat. In einzelnen Leistungen sind uns viele Tiere überlegen. Den Mangel an spezialisierten Anpassungen kompensierten unsere Vorfahren in der Evolution durch geistige Fähigkeiten. Wenn gegenwärtig die Menschen auf diesem Planeten einerseits intelligent genug sind, die Grenzen seiner Belastbarkeit zu erkennen, andererseits aber dieses Wissen sie nicht daran hindert, die Natur zu plündern und die Ökosysteme über Gebühr zu belasten, dann erhebt sich doch die Frage: Was macht uns derart dumm? Was hindert uns am Denken, löscht Einsichten wieder aus, die schon einmal da waren, lässt kritische Fragen verschwinden, ehe sie zu Taten führen?

Vor gut vierzig Jahren hat der Autor versucht, diesen Gegensatz auf die Formel des Homo consumens zu bringen, der den Homo sapiens abgelöst hat und nun droht, den Planeten unbewohnbar zu machen. Es folgten viele Hypothesen, welche die Differenz zwischen der möglichen Einsicht und der vernunftwidrigen politischen und wirtschaftlichen Praxis erklären wollten: die Profitinteressen des Kapitals, die Orientierung der Politik an wankelmütigen Wählern, die Manipulation kollektiver Ängste, in dem Wettrennen um die Ausbeutung der Commons (der Gemeingüter wie Luft, Wasser, Rohstoffe) zu spät zu kommen. Die verdummenden Qualitäten der Waren, welche in der Konsumgesellschaft produziert und vermarktet werden, wären ein weiterer Aspekt dieses von den aufgezählten und gewiss noch weiteren Faktoren geprägten Geschehens.

Die Dinge, mit denen wir uns umgeben, schwächen unsere Möglichkeiten, einsichtig zu handeln, gesund zu bleiben und unsere Intelligenz zu trainieren. Das ist vor allem für Kinder verhängnisvoll, führt aber auch beim erwachsenen Konsumenten dazu, dass seine Fähigkeiten abnehmen, Versagungen aktiv anzugehen und nicht darauf zu vertrauen, dass Waren ihm

Kreativität, Einsicht und handwerkliche Fertigkeiten ersetzen können.

Wenn wir Unlust verspüren, erhält unser Verstand den Auftrag, dem abzuweichen. Er geht in der Regel ökonomisch vor, das heißt, er bevorzugt gebahnte Wege, auf denen das Ziel möglichst schnell und bequem erreicht wird. Andererseits ist zu viel Bequemlichkeit nicht gut, sie macht uns träge, lässt unsere Fähigkeiten verkümmern, sperrt uns von neuen Erfahrungen ab. Aus diesem Grund gibt es auch eine Neigung, den gebahnten, bequemen Weg zu verlassen, etwas Neues auszuprobieren, einen Weg zu gehen, den noch niemand betreten hat. Die bequemen Wege aus der Unlust führen in die Unlust an der Bequemlichkeit, die Routine ist und von der wir dunkel ahnen, dass sie uns schwächt, weil sie unsere Fähigkeiten verkümmern lässt, uns für künftige Anforderungen zu wappnen.

Die Kunst des Überlebens

Ein Mann mit einem schmalen Rucksack bucht bei einem kanadischen Buschpiloten im Frühling einen Flug zu einem See mitten in einer sonst unzugänglichen Wildnis. Das Wasserflugzeug landet, der Mann steigt aus und sagt dem Piloten, er solle zurückfliegen und ihn nächstes Jahr um diese Zeit wieder abholen. Der Pilot will das nicht glauben und lässt sich den Inhalt des Rucksacks zeigen: eine große Axt, Angelschnüre, Unterwäsche, Werkzeug, ein Jagdmesser. Schließlich, da sich der Todeskandidat nicht umstimmen lässt, verspricht er, in einem Jahr wiederzukommen und akzeptiert eine Vorauszahlung.

Ein Jahr später landet er an derselben Stelle. Am Ufer steht ein Blockhaus, aus dem lehmverputzten Schornstein wölkt Rauch. Die Hütte ist wohnlich eingerichtet, mit steinerner Feuerstelle, einem pelzbedeckten Bett, Tisch und Stuhl.

Ein Pilot braucht anderes zum Überleben als ein Trapper. Das ist unvermeidlich. Aber wenn uns heute der Trapper soviel mutiger und überlebenstüchtiger erscheint als der Pilot, zeigt das doch, wie dumm wir durch unsere bequemen Dinge gemacht werden und wie viel Intelligenz die schlichten Werkzeuge wecken.

Der Pilot hat ein embryonales Verhältnis zur Technik gewonnen. Er kann sich nicht vorstellen, wie es möglich ist, mit einfachsten Mitteln zu überleben. Sein Umweltbezug ist kokonisiert. Solange sein Flugzeug funktioniert, beschäftigt es ihn wenig, was außerhalb dieser Hülle geschieht. Unter diesem Blickwinkel ist die Axt ein kluges Ding, das Flugzeug ein dummes, und dazu passend versteht in unserer Geschichte der Axtträger durchaus, was in dem Piloten vorgeht, aber dem Piloten bleibt der Axtträger ein Rätsel.

Dumme Dinge haben so viel Intelligenz verzehrt, während sie konstruiert wurden, dass schließlich dem Benutzer gar keine Gelegenheit mehr bleibt, seine Intelligenz einzusetzen. Unter diesem Aspekt gibt es natürlich auch Flugzeuge, die dümmer sind als andere. Das Wasserflugzeug des Buschpiloten ist wahrscheinlich intelligenter als der Jumbo einer Fluglinie. Aber was sind beide, verglichen mit der Axt?

Macht und Maschine

Zu den dümmsten Aussagen über Technik gehört die, sie sei neutral, es komme darauf an, was der verantwortliche Mensch mit ihr mache. Neutral ist Technik nur bei Handwerkzeugen, wie Hammer und Sichel, die zwar unsere Fertigkeiten vergrößern, jedoch keine Sucht-Qualität entfalten und auch nicht vorgaukeln, es gäbe einen Gewinn an Macht ohne Kosten. In der Konsumgesellschaft wird Technik systematisch benutzt, um süchtig zu machen; kommerziell erfolgreiche Waren

beruhen weitgehend auf solchen Mechanismen.

Der Motor steigert die eigene Körperkraft und erweitert vor allem die Grenzen ihrer Ausdauer. Wer mit der Hand sägt, findet die Bewegung nur kurze Zeit angenehm. Bald ist sie anstrengend. Sägt er weiter, schmerzt sie. In der Industriegesellschaft, in der Fleiß (lateinisch *industria*) eine Leittugend ist, gehört es zum Stil des Arbeiters, weiterzusägen, auch wenn der Arm schmerzt. Die Maschine steigert seine Leistung und erlöst ihn von diesem Schmerz. Durch diese verzerrte Beziehung zur Anstrengung, zu Handwerk und Handarbeit, explodieren in der Konsumgesellschaft die scheinbaren Entlastungen.

In einer Fabel aus China lehnt der Weise den Hebelbrunnen ab, weil er fürchtet, durch seine Benutzung selbst wie eine Maschine zu funktionieren. Günter Anders hat diesen Gesichtspunkt der Ansteckung durch die Maschine um den Aspekt der Beschämung durch sie ergänzt. Seine Formulierungen über die »prometheische Scham« beschreiben die Reaktion auf Produkte angehäufte, überindividuelle menschliche Erfindungskraft, vor der die eigenen Fähigkeiten kümmerlich erscheinen. Diese Einwände gehören in eine Zeit, in der sich das selbstkritische Individuum noch von den regressiven Reizen der Konsumgesellschaft abgrenzen konnte.

Heute überwiegen Verschmelzungen mit den Maschinen, die schamlos der Steigerung des eigenen Machtempfindens und der Verwöhnungsbedürfnisse dienen. Solange Autos, Handys und Tablets immer besser werden, sind wir auch davon abgelenkt, darüber nachzudenken, ob sie nicht prinzipiell unbekömmlich für den Menschen sind. In der Verschmelzung und Identifizierung mit dem Konsumgut ist das erschlichene Machtgefühl nicht mehr erkennbar. Der Konsument ist Sieger, wenn nicht über die düstere Zukunft, so doch über die hoffnungslos rückständige Vergangenheit, in der beispielsweise

ein Auto noch eine Handkurbel hatte, um es anzuwerfen, ein Motorrad mit einem Fußtritt gestartet wurde, ein Fotoapparat mithilfe eines Daumendrucks den Film transportierte oder eine Uhr aufgezogen wurde und nicht alle zwei Jahre eine Portion Batteriegift in die Umwelt entließ.

Wären sie nicht selbst Teilhaber an diesem selbstverständlichen Machtgewinn, dann würden die Intellektuellen und die helfenden Berufe öfter darauf hinweisen, wie wenig die Warenverwöhnungen auf die unausweichlichen Enttäuschungen des Lebens vorbereiten und wie groß die Gefahr wird, dass kleine Einschränkungen wie unerträgliche Frustrationen erscheinen, die nach sofortiger Rache schreien. Schließlich ist es in der Welt der stummen Diener um uns herum selbstverständlich geworden, dass die kleinste Unbequemlichkeit von einem geräuschlosen Servomotor beseitigt wird.

Störung und Fortschritt

Vertrauen setzt voraus, dass im Grenzfall der Vertrauenswürdigkeit gegen seine eigenen Interessen handelt, um das Vertrauen nicht zu enttäuschen. In einem gesellschaftlichen Klima, das die eigene Bequemlichkeit zum sittlichen Gut erklärt, ist Vertrauen schwerer zu haben als alles andere. Dabei wirkt die Warenbotschaft nachhaltiger als die ethische Erziehung, die nach wie vor Gemeinwohl, Altruismus und Vertrauensbeziehungen betont. Der Vertrauensschwund ist chronisch und allgemein. Er wird nur in den Massenmedien periodisch wie ein aktuelles Problem abgehandelt, das mit vermeidbaren Fehlern zusammenhängt.

Eine intelligente Maschine wird in einem verschraubten Gehäuse geliefert, mit Werkzeug und einer Anleitung, wie mit Störungen umzugehen ist. Eine dumme Maschine tritt als ein unzerstörbares Wunderwerk auf. Das Plastikgehäuse ist ver-

schweiß. Bei Störungen während der Garantiezeit wird das ganze Gerät ersetzt, bei einer später notwendigen Reparatur rät der Kundendienst (falls es ihn gibt), lieber das neue Modell zu kaufen, eine Reparatur lohne sich nicht. »Industriestandard«, eine mit Ersatzteilen ausgerüstete und reparaturfreundliche Maschine, ist in der Konsumgesellschaft eine teure Spezialanfertigung, deren Wert zu schätzen und die auf dem Markt zu finden Spezialwissen erfordert.

Ein Unternehmen, das einen reparaturfreundlichen Staubsauger anbietet, muss mit Umsatzeinbußen rechnen, wenn es keine Kontrolle über die Ausbeutung der regressiven Haltungen von Konsumenten gibt. Diese glauben erst einmal der Werbung, die ihnen eine Illusion perfekter Funktion vorgaukelt, die für wenig Geld zu haben ist; werden sie enttäuscht, hoffen sie beim nächsten Produkt auf Erfüllung. Wer die regressiven Neigungen der Konsumenten fördert und ausbeutet, macht mehr Umsatz und kann mehr Geld in Reklame investieren, die den Absatz seines Schundes steigert. Die Ware programmiert den Konsumenten. Angesichts einer Störung fällt ihm nichts ein, weil er weder weiß, wie sein Gerät funktioniert, noch dieses ihm irgendetwas beigebracht hat. Die Störung führt zu keinem progressiven Schritt, beispielsweise zu einer genaueren Kenntnis des Produktes und seiner Qualitäten. Der Konsument soll das nächste Produkt kaufen, ohne nachzudenken. Darin liegt seine Lebensqualität: Es gibt immer genug Produkte. Leider halten es Sozialberufler meist für unter ihrer Würde, sich mit Armbanduhren und Staubsaugern zu beschäftigen. Andererseits sind sie mit Fernwirkungen der regressionsfördernden Produkte konfrontiert, die sie zur Verzweiflung bringen.

Verzicht und Disziplin

Wer mit Ärzten spricht, kommt bald auf ein Thema, das vielen (und gerade den engagierten, nicht am raschen und bequemen Gelderwerb interessierten) Medizinern die Freude am Beruf vergällt. Patienten wollen zwar ihre Gesundheit wiederhaben, aber auf nichts verzichten. Der Doktor soll doch – wozu verfügt er über diese wunderbaren Apparate – das Herz in Ordnung bringen und die chronische Bronchitis wegschaffen, aber bitte nicht schon wieder die Leier vom Verzicht auf die Zigarette, von mehr Bewegung und vom Abnehmen! Fällt ihm denn gar nichts besseres ein? Kein neues Medikament, keine Injektion, auch nicht die Laserakupunktur, von der neulich zu lesen war? Hat er nichts Angenehmes zu sagen? Dann kaufe ich mir einen anderen Experten!

Der Medizin sind Leistungen möglich, die der menschlichen Mobilität in einem Zweisitzer mit Zwölfzylindermotor entsprechen – die dritte Herztransplantation, Operationen im Greisenalter, die Rettung von Unfallopfern, die dann ein halbes Menschenleben im Koma liegen. Dennoch können Maßnahmen, die mit Verzicht und Disziplin zusammenhängen, gegenwärtig für die Lebensqualität der Bevölkerung unendlich mehr leisten als alle kostspieligen chirurgischen und medikamentösen Neuerungen. Obwohl wenig beachtet, ist doch die Sackgasse erkennbar, in die wir geraten, wenn wir anfangen, eine durch Alkoholismus bedingte Leberzirrhose durch die Transplantation eines Organs zu »heilen« oder Fettsüchtige dadurch zu behandeln, dass ihnen ein Stück Dünndarm herausgeschnitten wird.

Anders als die neolithische Umwälzung durch Ackerbau und Viehzucht beruhte die industrielle Revolution auf durchdachten Projekten. Das weckte den Glauben, dass es möglich sein müsste, auch Humanität zu planen und zu verwirklichen.

Die Konsumgesellschaft hat diese Qualitäten verspielt. Ihr Linsengericht mag leckerer sein als das, welches Esau sein Erstgeburtsrecht kostete. Aber es steht auch mehr auf dem Spiel.

Weil das neue Auto über 280 Stundenkilometer schnell ist und einen Motor von jener Stärke hat, die auch einen Omnibus bewegt, braucht es auch Antiblockiersysteme, Gurtstraffer, Airbags rundum, einen Seitenaufprallschutz und ein denkendes Fahrwerk. Um zu verhindern, dass die machtvoll getriebenen Reifen beim Anfahren verheizt werden, ist eine Antriebs-schlupfregelung eingebaut. Kurzum, wer sich auf diese sinnlich fassbare und faszinierende Absurdität einlässt, ist von vertrauten Problemen und vertrauten Lösungen umgeben; er fühlt sich in der Beschäftigung mit einer Maschine, die seinen Kindern Erde und Luft wegnimmt, geborgen.

Diese Dynamik erinnert an archaische Konkurrenzen der Waffenschmiede. Immer wird der Panzer, den der eine fertigt, durch die Klinge geprüft, die ein zweiter macht. Jeder ist so gezwungen, ständig die Fortschritte des Rivalen durch neue, eigenen Bemühungen zu kompensieren. So müssen Sicherheitstechniker antreten, um die Gefahren zu mildern, welche durch den stärkeren Motor geschaffen worden sind. Niemand versucht, das System zu entschleunigen, durch die weniger aufwendige Gestaltung des einen Teilsystems ein anderes zu entlasten. Bei einem Unfall mit der Hälfte der Höchstgeschwindigkeit sind die Sicherheitssysteme bereits ohnmächtig. Solche Muster sind universell geworden.

Durch die industrielle Produktion wird die traditionelle Handwerkskunst auskonkurriert. Sie geht verloren, weil die Konsumenten nicht in der Lage sind, einem Angebot zu widerstehen, das deshalb so billig sein kann, weil die Kosten der Produktion einer Umwelt, die sich nicht wehren kann, und einer Gesellschaft aufgebürdet sind, die noch nicht in der Lage ist, über das Warenganze zu reflektieren.

Der bengalische Mystiker Rabindranath Tagore hat einen typischen Verfallsprozess beschrieben, als er das Debbie und das Chatti verglich. Beides sind Gefäße, mit deren Hilfe die indischen Frauen Wasser in ihren Haushalt bringen. Das Debbie ist ein Blechkanister, der früher Öl oder Benzin enthielt; das Chatti ein Krug, den der Dorftöpfer macht. Das Debbie ist praktisch umsonst zu haben und zerbricht nicht; das Chatti ist handwerklich hergestellt und schön. John Seymour setzt hinzu, »dass selbst eine hübsche Frau mit einem Debbie auf dem Kopf hässlich aussieht, während auch eine weniger schöne Frau mit einem Chatti auf dem Kopf graziös wirkt. Außerdem ... trägt der Gebrauch des Chatti dazu bei, einem Freund und Nachbarn im Dorf eine Lebensgrundlage zu geben, während das Debbie vorwiegend zur Verschmutzung und Entwürdigung unseres Planeten beiträgt.«²⁴

Abschließend ein Zitat aus dem Schlusswort des Buches:

Sobald eine Kritik kritisiert wird, weil sie keine garantiert bessere Lösung anbietet, schwindet die menschliche Kreativität. Ich denke, dass wir bald sehr viel Kreativität benötigen, um aus der Krise herauszufinden, in die uns nicht zuletzt die dummen Dinge gebracht haben. Wenn mein Text als Anregung zu dieser Kreativität aufgefasst wird, hat er seinen Sinn erfüllt.

Wolfgang Schmidbauer ist Psychoanalytiker mit Praxis in München, Autor zahlreicher Fach- und Sachbücher sowie belletristischer Werke, auch mit Kritik an der Konsumgesellschaft (bereits 1972). Weiter u. .a.: „Die Enzyklopädie der dummen Dinge“ (2015) sowie gerade erschienen: „Raubbau an der Seele – Psychogramm einer überforderten Gesellschaft“ (2017)

²⁴ Verwiesen wird hier auf John Seymour: *Vergessene Künste – Bilder vom alten Handwerk* (1984), S.

Andreas Meißner: Frühberentung für den homo sapiens dringend empfohlen

Eine etwas andere Begutachtung

Angesichts der zunehmenden Folgen der ökologischen Krise, der Energie- und Rohstoffverknappung sowie der bisher nicht nachhaltigen Lebensweise der Menschheit insbesondere in den Industriestaaten lässt sich die Forderung nach einem weniger umweltschädlichen Verhalten ableiten. Weniger Energie und Materie verbrauchende Arbeit ist daher dringend geboten. In nicht immer ganz ernst zu nehmender Zuspitzung wird daher in diesem Artikel über den homo sapiens von einem erfahrenen psychiatrischen und umweltbesorgten Gutachter das folgende Rentengutachten erstellt (der Beitrag erschien erstmals 2009 in der Zeitschrift »Sozialpsychiatrische Informationen« und wird hier überarbeitet und leicht verändert abgedruckt).

Ökologisch-psychiatrisches Gutachten

- Betrifft:* Herrn und Frau homo sapiens.
Alter: Geschätzt auf bis zu zwei Millionen Jahre
Wohnhaft: Global, in unterschiedlicher Dichte verbreitet, hier speziell: In den westlichen Industrieländern.

Anlass der Begutachtung

Das Gutachten wird nicht auf Veranlassung des Probanden erstellt, sondern auf Initiative des Biosystems Erde als ökologischer Kostenträger mit dem Anliegen, den Probanden ggf.

auch gegen seinen Willen einer frühzeitigen Berentung zuzuführen, da dieser sich im steigenden Maße als selbstgefährdend erweist. So hat er vor einigen Jahren die wöchentliche Arbeitszeit auf deutlich über 40 Stunden erhöht, die Aufgaben in der Arbeit weiter verdichtet, vielfältige neue – oft überflüssige – Konsumprodukte geschaffen und somit insgesamt seine wirtschaftlichen Aktivitäten ausgeweitet. Zu befürchten sind auch zukünftig eine fortgesetzte Ausbeutung von bereits zu Ende gehenden Rohstoffen mit noch mehr daraus erfolgreicher Herstellung von Abfällen sowie auch durch andere ökologische Probleme sich häufende Konflikte, zunehmende Hunger- und Flüchtlingskrisen und das Aussterben weiterer Tierarten.

Aktuelle Situation

Der hier untersuchte, in den Industriestaaten lebende homo sapiens selbst klagt über zunehmenden Zeitdruck, Stresssymptome wie Schlafstörungen, innere Unruhe, Erschöpfung, schwankenden Blutdruck, Magenbeschwerden, selten auftretende, dann aber quälende Selbstzweifel sowie in den letzten Jahrzehnten zunehmend auftretende Beschwerden im Stütz- und Bewegungsapparat.

Hinsichtlich seiner Lebenssituation ist in Erfahrung zu bringen, dass vermehrt Veränderungen auftreten, an denen der Proband ursächlich nicht unbeteiligt war. Anzugeben sind eine zunehmende Erderwärmung, eine Verknappung von Rohstoffen, fruchtbarem Boden und Trinkwasser, das Aussterben anderer auf Erden lebender Spezies und die Verunreinigung und Gewässern. Er fühlt sich bedroht von Flüchtlingsströmen, die sich verständlicherweise, angetrieben von schlechten Lebensbedingungen (an denen der im Luxus lebende homo sapiens im Westen großen Anteil hat) und deutlichen Klimaverände-

rungen, auf den Weg ins vermeintliche Paradies machen.

Im Alltag belasten ihn unter anderem weite Arbeitswege, Hektik, komplizierte zwischenmenschliche Beziehungen, zu Ruhe und Reflexion kommt er nur selten. Die Möglichkeit, dies beim Aufenthalt in Grün und Natur erleben zu können, ist für ihn kaum noch antizipierbar.

Biografische Vorgeschichte

Hierüber sind nur wenige genaue Angaben in Erfahrung zu bringen. Während einer offensichtlich lange, ca. zwei Millionen Jahre, anhaltenden, stetigen und ruhigen Entwicklungsphase zeigten sich keine besonderen Auffälligkeiten. Wanderungsbewegungen aus der afrikanischen Savanne in viele Regionen dieser Welt wurden größtenteils erfolgreich bewältigt. Auffällig ist ein Entwicklungsschritt vor ca. 13.000 Jahren mit Übergang vom nomadenhaften Jäger- und Sammlerdasein zu Ackerbau und Sesshaftigkeit mit dadurch geringerer Mobilität und zunehmender körperlicher Schonung. Diese wurde dann beschleunigt durch die Entwicklung von Gebrauchsgegenständen, und die Verwendung neuer Energieträger, die auffälligerweise in immer rascherer Folge gewechselt bzw. ergänzt werden mussten: erst von Holz zur Kohle vor etwa 300 Jahren, dann zu Öl und Gas vor etwa 150 Jahren sowie vor wenigen Jahrzehnten zur Atomkraft. Zu dieser immer rascheren Abfolge kam dann auch eine zunehmende äußere Unruhe im Leben des homo sapiens hinzu, verbunden mit Individualisierung und Abkehr vom Kleingruppen-Prinzip. Dabei wurden auch wiederholte Änderungen der Lebensanschauungen und Glaubensbezüge vollzogen.

Soziale Situation

Überwiegend erwerbstätig, zu einem erheblichen Teil aber nach offizieller Statistik arbeitslos, dabei sinnvolle und ohne Maschinen mögliche Tätigkeiten wie erziehen, pflegen, Haushaltsführung und Betreuung in Gesprächen erstaunlicherweise als nicht oder nur gering zu entlohnende Arbeit einschätzend.

Zumeist in Kleinfamilie sowie in Städten lebend in Mietwohnungen, häufig jedoch auch in Wohneigentum. Zunehmende Verschuldung. Tendenz immer instabiler werdender sozialer Beziehungen mit häufigeren Scheidungen und Trennungen, zunehmendem Single-Dasein und geringerem Interesse an früher sinnstiftenden Institutionen wie Kirche, Vereinen und Parteien. Aufgrund geringeren Nachwuchses und längerer Lebenserwartung nun zunehmende Überalterung. Freizeitinteressen vorwiegend aus Fernsehen, Beschäftigung mit virtuellen Welten sowie aus Reisen bestehend.

Körperliche Vorgeschichte

Im Rahmen seiner evolutionären Entwicklung enorme Zunahme des Hirnvolumens mit noch starker Wirksamkeit der tiefer gelegenen älteren Hirnanteile. Insbesondere in den letzten Jahrhunderten auffällig zunehmende Lebenserwartung. Zunehmende Zivilisationskrankheiten mit Übergewicht, erhöhtem Cholesterin, Herz-Kreislaufkrankungen und Knochen- sowie Gelenksleiden bei Fehlernährung und mangelnder Bewegung. Häufig Schlafstörungen, Nikotin- sowie steigender Alkoholkonsum.

Medikamenteneinnahme

Umfangreiche Palette möglicher Medikamente, teilweise jedoch kaum wirksam. Begehrt sind insbesondere Beruhigungs- und Schlafmittel. Häufig Einnahme von Blutdruck- und Cholesterin senkenden Mitteln nötig.

Psychiatrische Vorgeschichte

Bisher keine konsequente psychiatrische oder psychotherapeutische Behandlung, kein Suizidversuch in der Vorgeschichte. Jedoch wiederholten sich in der Geschichte in größerem Umfang autodestruktive Handlungen mit vor allem im letzten Jahrhundert millionenfachen Todesfällen. Seit dem 20. Jahrhundert selbstschädigende Handlungen ohne direkte suizidale Absicht, jedoch mit Inkaufnahme eines tödlichen Ausgangs seines Daseins.

Zunehmend Einnahme von Medikamenten gegen Depressionen, gegen körperlichen Bewegungsdrang und zur geistigen Leistungssteigerung.

Befund

Psychisch zeigt sich der bewusstseinsklare Proband von zumeist mäßiger, vereinzelt guter Intelligenz und eingeschränkter Bildung. Größere Einschränkungen in Hinblick auf Konzentration, Aufmerksamkeit, Auffassung und Konzentration sind nicht erkennbar. Im Denken ist er geordnet, inhaltlich jedoch deutlich eingeeengt auf einen Einkommens- und Wohlstandszuwachs, auf Wirtschaftswachstum und Karriereplanung.

Darauf sind auch die Wertvorstellungen und Glaubenszüge des Probanden ausgerichtet. Dabei zeigt sich eine nahezu schon wahnhaftige Symptomatik im Sinne einer unkorrigier-

baren Überzeugtheit vom Nutzen weiteren technologischen Fortschritts mit entsprechend hoher Heilserwartung. Sinnes-täuschungen im engeren Sinne liegen nicht vor, jedoch Wahrnehmungstörungen im weiteren Sinne dahingehend, dass etliche letztlich auch bedrohliche Veränderungen seiner Lebenssituation von ihm kaum wahrgenommen werden. Ich-Störungen bestehen dahingehend, dass er ungemein beeinflussbar ist von zumeist reißerisch berichtenden Medien oder fraglichen Experten.

In der Grundstimmung gibt er sich ausgeglichen bis heiter, hierbei jedoch eine tieferliegende depressive Symptomatik kaschierend. Insbesondere unter Verwendung von Ablenkungsstrategien mittels Fernsehen, Alkohol, Smartphone, Reisen, Musik und anderen kulturellen Einrichtungen gute affektive Ab- und Auslenkbarkeit. Zudem zeigen sich autodestruktive Tendenzen in Hinblick auf die Zerstörung der eigenen Lebensgrundlagen sowie im Umgang untereinander, des Weiteren fremdgefährdende und asoziale Tendenzen mit kaum vorhandener Rücksichtnahme auf ärmere Erdmitbewohner sowie mit Vernichtung anderer Spezies. Empathiefähigkeit für das jeweils nähere Umfeld ist noch gegeben.

In der Persönlichkeitsstruktur zeigen sich abhängige Tendenzen mit nahezu blindem Vertrauen auf einen »letzten Retter«, der dann die Lösung für die verschiedenen Probleme bringen sollte, ob dies nun ein Gott, Politiker oder andere wesentliche Bezugspersonen jeweils sind. Zudem bestehen (roh)stoffgebundene Abhängigkeiten. Es bestehen vielfältige Abwehrmechanismen, aber kaum Krankheitseinsicht.

Diagnose

Zugespitzt formuliert: Der Menschheit insbesondere in den Industrieländern geht es psychisch überhaupt nicht gut:

Abhängig von fossilen Energien, Bildschirmen und anderer moderner Technik, burnout-geplagt von den Anforderungen eines kontinuierlichen Wachstums und zu vieler Freizeit- und Konsummöglichkeiten, anpassungsgestört hinsichtlich der eingetretenen Situation, ohnmächtig-depressiv im Anblick der anstehenden Herausforderungen sowie narzisstisch gekränkt von den ökologischen Grenzen menschlichen Handelns, dennoch weiter Größenwahnsinnig überzeugt von den eigenen technischen Möglichkeiten und der Beherrschbarkeit aller Probleme, steuert sie autodestruktiv, fast schon suizidal, schwierigen Zeiten entgegen.

Durch Unterforderung, aber auch zu große Aufnahme häufig minderwertiger Nahrung und Verlagerung psychischer Konflikte kommen etliche körperliche Erkrankungen hinzu.

Beurteilung

Es wurde der Proband in fortgeschrittenem Lebensalter untersucht in einem von ihm nicht erwünschten Rentenverfahren. Im Rahmen der jetzt durchgeführten psychiatrischen Betrachtung stellt sich ein komplex-psychiatrisches Krankheitsbild dar, ohne dass eine einzelne Störung eindeutig herausragt. Einzelne diagnostische Aspekte sollen genauer betrachtet werden:

Diagnostische Erwägungen

Etwas deutlicher akzentuiert ist gegenwärtig erkennbar die *Suchterkrankung* des (westlichen) homo sapiens mit (roh)stoffgebundener Abhängigkeit und jetzt deutlich erkennbaren Entzugserscheinungen bei zu Ende gehenden Ressourcen, etwa im Bereich der Energieträger. Er schreckt hier auch vor Beschaffungskriminalität nicht zurück mit besonders gerne ausgeübter Kriegsführung in Ländern, die über die entsprechenden Rohstoffe verfügen.

Ein gewisses »schizophrenes« Verhalten ist durchaus erkennbar angesichts zwar vorhandenen Wissens über den Zustand der eigenen Lebensgrundlagen und dann aber einem diesem Wissen doch diametral widersprechendem Verhalten.

Suizidalität besteht somit zwar nicht direkt, erkennbar sind jedoch selbstschädigende Handlungen mit Inkaufnahme eigener Vernichtung oder tödlichen Verletzungen bzw. Inkaufnahme desgleichen bei anderen. Dies zeigt sich beispielsweise in der bisher auf deutschen Autobahnen unbegrenzten Raselei, jedoch auch im Verhalten des homo sapiens insgesamt mit Vernichtung und erhöhtem Verbrauch der eigenen Lebensgrundlagen und dadurch eintretender Verknappung von Rohstoffen wie auch von Trinkwasser.

Es sind hier auch *fremdaggressive Tendenzen mit Mangel an Empathie* erkennbar, da der Proband für den eigenen Wohlstand gerne das Leiden und die Armut des homo sapiens in anderen Landstrichen sowie das Aussterben anderer Spezies in Kauf nimmt. Im Sinne der *Projektion* werden dafür dann gerne andere Faktoren oder Artgenossen verantwortlich gemacht, *Verdrängung und Selbstüberschätzung* schränken die eigene Einsichtsfähigkeit ein.

Leistungsempfehlung auf Grundlage der bisherigen Therapieversuche und der Prognose:

Vielfache, in erster Linie mahnende Therapieversuche durch eine Fülle entsprechender Literatur und Vorträge haben bisher nicht angeschlagen. Auch zeigte sich der Proband bisher kaum in der Lage, aus früheren Katastrophensituationen zu lernen, entsprechende Konsequenzen zu ziehen und das Verhalten zu ändern (so haben z. B. etliche Länder trotz großer Atomunglücke ihre Bemühungen, Kernkraftwerke zu bauen, sogar noch intensiviert; auch ist bisher keinerlei Änderung von

Lebensstilen des westlichen homo sapiens erkennbar). Dahin gehend ist auch die Einsichts- und Urteilsfähigkeit des Probanden infrage zu stellen.

In Anbetracht der weit überwiegenden Behandlungsresistenz ist die Prognose als außerordentlich ungünstig zu betrachten. Insbesondere von einer Intensivierung der bisherigen warnenden und aufklärerischen Behandlungsmaßnahmen ist kein durchgreifender Therapieerfolg zu erwarten.

In Hinblick auf das komplex-psychiatrische vielfältige Krankheitsbild ist dringend zu einer allenfalls halbtägigen Erwerbstätigkeit zu raten, da ein Großteil der von ihm verrichteten Arbeit mit Mobilitätsunruhe einerseits und narzisstischen Größenideen andererseits sowie erheblichen ökologischen Schäden verbunden ist. Eine vorgezogene Berentung wird daher dringend angeraten.

Dem Probanden wird empfohlen, die dann zur Verfügung stehende Freizeit zur Förderung der Wahrnehmung seiner eigentlichen inneren Bedürfnisse und Interessen zu verwenden sowie bewusst den Müßiggang zu pflegen, da er hierdurch am wenigsten Schaden für die Umwelt anrichten kann. Des Weiteren sollte er seine sozialen Beziehungen pflegen durch Kontakte, Unterhaltung, Spiele, gemeinsame Wanderungen sowie gegenseitige Unterstützung, Betreuung und Pflege in Notlagen.

Therapieempfehlung

Zur Förderung dieser Verhaltensänderungen ist dringend anzuraten die *Durchführung einer Psychotherapie*. Es sollte ihm darin langsam möglich werden, die erwähnten eigentlichen inneren Bedürfnisse und Interessen wahrzunehmen, aber auch die eigene Endlichkeit zu erkennen, ebenso die Endlichkeit der eigenen Kultur und potenziell auch der eigenen Art

nicht weiter zu leugnen, ohne dabei nun aber fatalistisch-resignativ werden zu müssen. Die Einsicht in seine ökologische Erkrankung ist zu fördern. Es könnte ihm durch therapeutische Schritte erfahrbar werden, dass der vermeintliche Verzicht auf viele moderne Attribute keineswegs eine Reise zurück in die Lebensumstände seiner frühkindlichen Entwicklung («Steinzeit») bedeutet, sondern vielmehr einen erheblichen Gewinn darstellt.

So könnte er zufriedener leben, selbstbewusster, entschlossener und unabhängiger von materiellen Statussymbolen sein, aber auch mehr Ruhe und eine tiefere, in sich ruhende Stabilität finden sowie wieder Zeit und Muße für befriedigende Beziehungen zu anderen Menschen sowie zur noch verbliebenen Natur. Deren Heilkräfte könnten seinen Medikamentenmissbrauch eindämmen, die therapeutische Beziehung zu ihr (ähnlich der zwischenmenschlichen Therapie) positive Emotionen wecken, die aufzugreifen sind. Im Sinne einer Therapiefestigung ist aber gerade im Umgang mit den eigenen natürlichen Lebensgrundlagen dann auch das Einüben neuer Verhaltensmuster erforderlich.

Gerade eine bessere Beziehung zur Natur fördert zudem die Tendenz, diese auch erhalten zu wollen, wie wissenschaftliche Erkenntnisse zeigen, die der westliche homo sapiens gerne als minimale Voraussetzung für Einsichts- und Verhaltensänderungen fordert.

Vom langwierigen Aufarbeiten etwaiger Traumatas in der frühen Entwicklung ist abzuraten, da die Zeit drängt und daher eine rasche Änderung der selbstschädigenden Verhaltensmuster erforderlich ist. Insgesamt müsste es dabei aber auch um eine Änderung des nahezu unkorrigierbar erscheinenden Wertesystems gehen, hierfür ist zunächst eine vorsichtige Bewusstwerdung der Situation nötig mit Bearbeitung der dabei möglicherweise entstehenden panikartigen, aggressiven oder

hysterieformen Reaktionen. Die Überwindung zumeist hartnäckiger Abwehrstrategien wird nötig sein.

Dringend muss jedoch vor oberflächlichen Heilsbringern mit vermeintlich schnellen und einfachen Lösungen gewarnt werden, wie sie derzeit wieder vermehrt auftreten, ob im Gesundheitswesen oder in der Politik, mit oberflächlichen Untersuchungen und der Tendenz, auf Apparate und Technik zu setzen. Vielmehr ist einer weiteren Verstärkung der sprechenden Medizin sowie des Konsens suchenden Diskurses der Vorzug zu geben.

Es wird ebenso angeraten, in der nunmehr vermehrt zur Verfügung stehenden Freizeit wieder verstärkt muskuläre Arbeit einzusetzen, etwa im landwirtschaftlichen und häuslichen Bereich, was einerseits durch geringeren Gebrauch von Maschinen die Abhängigkeit von hierfür nötigen Rohstoffen und Energieträgern vermindert, andererseits eine Unabhängigkeit von großen Nahrungsmittelindustrien gewährleistet. Eigenarbeit und Reparatur von vorhandenen Dingen statt Neukonsum sollten dabei im Vordergrund stehen.

Abgeraten wird von einer übermäßigen Schonung, wie sie jedoch zumeist derzeit aus dem offenbar tief angelegten Antrieb zu Bequemlichkeit heraus betrieben wird. Durch die vermehrte muskuläre Betätigung und Bewegung werden sich mittelfristig auch die Schlafstörungen deutlich bessern, das Übergewicht vermindern und sich bessere Ernährungsgewohnheiten einstellen durch Verwendung wieder mehr direkt vor Ort erzeugter landwirtschaftlicher Nahrungsmittel statt industrieller Fastfood-Produkte.

Wenngleich gutachterlich normalerweise nicht von Interesse, ist an dieser Stelle doch darauf hinzuweisen, dass es nahezu unmöglich sein dürfte, unter der betroffenen Spezies Mensch einen entsprechenden Therapeuten zu finden, der eine solche umfangreiche Psychotherapie vornehmen könnte.

Öffentliche therapeutisch wirksame Vorbilder sind zumindest gegenwärtig nicht zu erkennen und waren auch in den letzten Jahrzehnten nur rar vorhanden. Somit kann aktuell nur zu entsprechend orientierten Selbsthilfegruppen, zu Entspannungsverfahren, Achtsamkeit, Meditation und kritische Selbsterkenntnis fördernden Verfahren geraten werden. Die Bemühungen des nur geringen Anteils der für mehr immaterielle Zufriedenheit offenen Artgenossen sind positiv zu verstärken, Präventivmaßnahmen zur Vorbeugung von Frust- und Erschöpfungstendenzen gerade bei den Engagierteren zu ergreifen.

Zusammenfassende Beurteilung

Aus psychiatrischer Sicht bestehen beim in den Industrieländern lebenden homo sapiens, seit kurzer Zeit – in Anbetracht seines bisherigen langen Daseins – die beschriebenen Gesundheitsstörungen. Er ist daher nur als vermindert erwerbsfähig zu betrachten. Die Prognose ist insgesamt als äußerst ungünstig anzusehen. Dennoch sollte jeglicher Behandlungsversuch allein schon zur Aufrechterhaltung von Würde und Selbstachtung unternommen werden, eine resignativ-passive Haltung ist zu vermeiden.

In Hinblick auf die eingeschränkte Einsichts-, Kritik- und Urteilsfähigkeit, die starken Abwehrmechanismen und wahnhaften Symptome wäre eine vormundschaftlich verordnete Betreuung zwar dringend notwendig, jedoch ist nicht erkennbar, wer die Betreuung übernehmen sollte.

Dem Probanden bleibt es abschließend zu wünschen, dass er in die Lage kommt, seine eigene persönliche Endlichkeit, die Endlichkeit seiner Spezies und seiner Kultur zu erkennen, anzunehmen, und das ihm zur Verfügung stehende Leben sinn erfüllt und nicht selbst- bzw. fremdschädigend zu nutzen.

Der Gutachter wird, da selbst auch als Teil der Menschen-

spezies von der beschriebenen Pathologie betroffen, ebenso seine eigenen therapeutischen Anstrengungen intensivieren.

Andreas Meißner ist Psychiater und Psychotherapeut mit Praxis in München, Mitgründer der Transition-Town-Gruppe „Trudering im Wandel“ sowie Autor des gerade erschienenen Buches „Mensch, was nun? Warum wir in Zeiten der Ökokrise Orientierung brauchen“ (2017).

Klaus Töpfer: »Wenn nichts passiert, dann passiert ‘was«

Auszug aus der Dankesrede des früheren Bundesumweltministers anlässlich der Verleihung des Bayerischen Naturschutzpreises durch den Bund Naturschutz am 24.03.2017 in München

(Dieser Text wird in das Heft mit aufgenommen, weil er die heutige Situation nun aus Sicht eines nicht mehr aktiv amtierenden Umweltpolitikers beleuchtet.)

Guten Abend, sehr verehrte Damen und Herren,

natürlich ehrt eine solche Auszeichnung, wie Sie sie mir mit dem Bayerischen Naturschutzpreis zuerkannt haben, den Preisträger. Dafür danke ich von Herzen. Diese Auszeichnung jedoch ehrt mich wesentlich mehr, da ich weiß, wer der Preisgeber ist. Er gehört in die Kategorie derer, die nicht den Preis deswegen vergeben, damit sie sich selbst geehrt fühlen. Das ist eine ganz herausragende Qualität.

Dabei erinnere ich mich an meinen damaligen Kollegen Norbert Blüm, Sie werden ihn sicherlich noch kennen, und seinen berühmten Satz: »Die Rente ist sicher.« (Dazu nur eine Fußnote: Recht hat er ja gehabt. Wollen Sie jetzt mal überlegen, wie sicher die kapitalgedeckte Rente ist, dann kommen wir schon zu dem Ergebnis, wie es Norbert Blüm formuliert hat. Diese Fußnote gebietet die historische Redlichkeit!)

Norbert Blüm bekam in der Zeit, als wir zusammen im Kabinett waren, mit einigen anderen Kabinettsmitgliedern das Bundesverdienstkreuz. Da er nicht nur der Älteste der Ausgezeichneten, sondern auch der mit der höchsten Auszeichnung

war, fiel ihm die Ehre zu, eine Dankesrede zu halten. Seine Rede hat er wie folgt begonnen: »Im Allgemeinen sagt man ja, dass man diese Auszeichnung gar nicht verdient habe und andere wesentlich verdienstvoller seien.« Das sei aber, so Blüm, »ein Fehler in der Übersetzung der entsprechenden Bibelstelle. Da steht, wie man weiß, der schöne Satz: »Wer sich selbst erniedrigt, wird erhöht werden.«

Richtig übersetzt hieße es jedoch: Wer sich selbst erniedrigt, *will* erhöht werden. Und deswegen wolle er sagen, er habe den Preis verdient.

Wende 1989: wiederverwenden statt neu erschaffen

Ich denke zurück: Organisieren Sie mal einen Umzug der Bundesregierung und des Parlaments von Bonn nach Berlin. Versuchen Sie das so zu machen, dass es tatsächlich eine gewisse Einbindung in das mitbringt, was du als Umweltminister selbst gefordert und entwickelt hast. Wir haben das Umzugskonzept damals umgestellt, haben entschieden, wir wollen nicht abreißen und neu bauen, sondern wir wollen recyceln – tatsächlich, Gebäude recyceln! Wenn Sie einmal nach Berlin kommen, werden Sie bemerken, dass alle Gebäude, in denen Ministerien untergebracht sind, sich im ehemaligen Ostteil der Stadt befinden. Warum ist das der Fall?

Das ist deswegen der Fall, weil man in der damaligen DDR nicht die materiellen Möglichkeiten hatte, abzureißen und neu aufzubauen. Die Konsequenz, dass nicht abgerissen wurde: Viele »alte« Gebäude blieben erhalten und verfielen langsam. Es war alleine deswegen höchste Zeit, dass die Wiedervereinigung kam. Vieles drohte zusammenzubrechen. Aber es ist nicht zusammengebrochen, sondern in sehr vielen gelungenen

Beispielen restauriert worden. Nicht nur in Berlin, sondern in vielen herrlichen Städten wie Wernigerode, Wismar, Görlitz. Es ist ein Stück kulturelle Identität und historische Verpflichtung erhalten geblieben.

Kultur als viertes Nachhaltigkeitselement

Dies sage ich nicht zufällig gerade bei der Verleihung eines Naturschutzpreises. Wir haben ganz sicherlich in Rio de Janeiro 1992, bei diesem Earth Summit, einen Fehler gemacht: Wir haben Nachhaltigkeit nur auf drei Säulen hin entwickelt – auf Wirtschaft, auf Umwelt und auf den sozialen gesellschaftlichen Ausgleich. Zwingend hätten wir die Kultur dazu setzen müssen.

In meiner Zeit beim Umweltprogramm der Vereinten Nationen UNEP haben wir diese sehr umfängliche Spur wieder aufgegriffen. Wir haben eine große Untersuchung in Auftrag gegeben über die Zusammenhänge zwischen Biodiversität und kultureller Diversität. Als Indikator für die kulturelle Diversität hat diese Studie die Sprachenvielfalt genommen. Zum ersten Mal habe ich damals gelernt, dass wir in der Welt zwischen 7000 und 8000 unterschiedliche Sprachen haben, nicht Dialekte. Gelernt habe ich ebenso, dass von diesen Sprachen etwa 2500 auf der Roten Liste der aussterbenden Sprachen stehen. Es konnte eine direkte Korrelation zwischen diesen aussterbenden Sprachen und der aussterbenden Natur nachgewiesen werden.

Was bedeutet heute eigentlich »Natur«?

Dies führt mich zu der Frage, wie weit denn »Natur« noch Natur ist. Ist Natur nicht Ausdruck dessen, was die Menschen in ihrer jeweils unterschiedlichen kulturellen Identität mit

ermöglicht haben mit gestaltet haben, aus ihrem Verständnis von dem, was sie in Natur erfahren? Vieles, was wir heute als Naturschutzgebiete haben, Sie wissen es, ist, wie wir es nennen, Naturschutz aus zweiter Hand, oft auch aus dritter Hand – Natur 4.0 folgt. Dass die Lüneburger Heide nicht ohne menschliches Zutun so geworden ist, wie sie sich heute darstellt, ist unstrittig. Hermann Löns hätte ohne dieses menschliche Zutun diese Heide nicht so bedichten und besingen können.

Immer wieder wird bewusst oder unbewusst eine historische Zäsur vorgenommen mit der Folgerung, dass Natur in ihrer Bindung an die Kultur festzuhalten ist. Das ist keineswegs eine akademische Randfrage. Sie ist es deswegen nicht, weil diese Beeinflussung des Menschen für die Welt und die Umwelt durch eine unglaubliche Akzeleration des Wandels gekennzeichnet ist. Wir entschlüsseln immer tiefer die Konstruktionsmuster von Natur und Leben, können diese immer umfassender verändern und strukturieren. Nicht verwunderlich, dass sich die Frage stellt, ob wir noch in einem erdgeschichtlichen Zeitalter leben?

Anthropozän mit unabsehbaren Folgen

Den Anstoß für meine intensive Beschäftigung mit dieser Frage hat Paul Crutzen, Nobelpreisträger und langjähriger Direktor des Max-Planck-Institutes für Chemie in Mainz, gegeben. In einem kleinen Beitrag in »Nature« – »Geology of Mankind« - hat Crutzen 2002 diese Überlegungen vertieft und den Begriff des Anthropozäns als Nachfolgeepoche des Holozäns geprägt. Dem erdgeschichtlichen Zeitalter folgt das menschengeschichtliche Zeitalter, der Mensch als quasi-geologische Kraft (Potsdam-Memorandum 2007), das Anthropozän.

Offenbar hängt es sehr eng zusammen - auf der einen Seite

immer tiefere Einblicke in Natur und Leben zu bekommen, diese auch dekodieren zu können, und aus diesem Wissen heraus vielfältig verändernd in Natur eingreifen zu können. Auf der anderen Seite: Es ergeben sich daraus Abhängigkeiten mit zum Teil weit reichenden Folgen, die mit diesen Eingriffen bewusst oder unbewusst verbunden sind. Diese Nebenfolgen werden immer langfristiger und räumlich immer breiter. Der Einfluss unserer Eingriffe in die Natur ist ungleich größer und umfassender, als er es früher sein konnte – auch wenn der Mensch auch in der Vergangenheit immer Natur gestaltet und sich dienstbar gemacht hat.

Insofern gab es immer Belege für ein »Anthropozän«. Der Apennin ist so ein Beispiel. Die Begradigung von Flüssen – der Rhein ist um 60 km verkürzt worden – viele konkrete Beispiele können angeführt werden. Vieles ist durch den Menschen verändert worden – auch irreversibel. Je umfassender jedoch die Konstruktionsmuster der Natur entschlüsselt werden können, umso weitreichender werden diese Eingriffe und Veränderungsmöglichkeiten sein. In der synthetischen Biologie können das Denken und das Konfigurieren neuer Arten aus diesem Wissen heraus weit über die Vision hinausgehen.

Johannes Rau, den ich hoch geschätzt habe, nicht nur deswegen, weil ich mit ihm immer wieder Skat gespielt habe, was meiner Liquidität geholfen hat – Johannes Rau hat immer darauf hingewiesen, dass der Mensch Geschöpf bleibt und nicht Schöpfer wird. Die Frage stellt sich: Wird Naturschutz im Anthropozän museal?

Technik bestimmt den Menschen

Im Time-Magazin ist eine kleine Veröffentlichung in einem Sonderheft erschienen, etwa vor zwei Jahre, mit der Überschrift: »Die zehn Ideen, die die Welt verändern«. Eine dieser

zehn Ideen lautet: »Nature is over«. Natur ist nur noch das, was der Mensch will, bewusst oder als unbewusste Folge. Sie mögen mich kritisieren dafür, dass ich mich an diesem Festakt damit beschäftige, aber ich bin überzeugt, wir werden damit ganz konkret, sehr schnell konfrontiert, müssen Positionen dazu finden, emotional ebenso wie wissenschaftlich.

Paul Crutzen kommt in diesem von mir zitierten kleinen, sehr gut lesbaren, fast populär-wissenschaftlich formulierten Aufsatz in »Nature« zu dem Ergebnis, dass wohl auf die Wissenschaftler und Ingenieure (er nimmt die Ingenieure extra mit in diese Aussage hinein) eine herausfordernde Aufgabe zukommen wird - die Menschheit durch dieses Zeitalter des Anthropozäns hindurch zu führen.

Damit sind bei Paul Crutzen zwei wesentliche Konsequenzen miteinander verbunden: Erstens, so schreibt er: »That requires appropriate human behaviour«, nicht die Menschen bestimmen die Technik, sondern die Technik bestimmt den Menschen. Lesen Sie einmal, was ich sehr empfehle, die Enzyklika »Laudato Si« von Papst Franziskus. Er bezeichnet diese Veränderung als ein »technokratisches Paradigma«. Nicht mehr der Mensch bestimmt die Technik, sondern die Technik bestimmt ihn. Damit wächst der Technik und den sie Beherrschenden Macht zu.

Diese Gedanken gehen sicherlich weit über meine Rede hinaus. Sie führen den Papst zu der Feststellung: »Technik ohne Ethik wird sich nie selbst beschränken.« Wenn Sie das nicht nur auf die Technik allgemein, sondern auch auf die »Technik der Finanzmärkte« übertragen, dann stellen Sie fest, dass wiederum der Mensch die abgeleitete und nicht die bestimmende Größe geworden ist. Ein deutscher Außenminister der Nachkriegszeit hat mal den »schönen Satz« gesagt: »Niemand kann gegen die Finanzmärkte Politik machen.«

Wieder stellt sich die Frage: Wenn wir gegen etwas nicht

Politik machen können, wenn es aus welchen Gründen auch immer ein Sachzwang ist, damit für die Entscheidung alternativlos, wie stark werden dann demokratisches Handeln und demokratische Verantwortung eingeschränkt? Wie weit können wir davon ausgehen, dass wir Räume öffnen können, aus denen heraus Alternativen einen Wettkampf um die bessere Lösung darstellen?

Wirtschaftswachstum durch Folgen des Wirtschaftswachstums

Crutzen kennzeichnet diese Zusammenhänge als Pfadabhängigkeiten. Der Mensch, der mit seinem Ingenium die Veränderungen in der Vergangenheit zu verantworten hat, aber nicht alle damit verbundenen Folgen schon vorher gewusst hat, steht jetzt in der Verantwortung, diese negativen Folgen zu reparieren. In diesem »Geo-Engineering« zeigt sich, dass das Wirtschaftswachstum aus der Beseitigung der negativen Folgen vorangegangenen Wirtschaftswachstums resultiert. Befragen Sie Ihren Alltag danach, und Sie werden sehen, dass dies in vielfältiger Weise zutrifft.

Beispiel gefällig? Wir haben jetzt eine ganz große Diskussion, dass wir durch den nicht unerheblich angestiegenen Medikamentenverbrauch in dieser Gesellschaft größte Schwierigkeiten haben mit dem Abwasser. Die Abbauprodukte der Medikamente können von der jetzt vorhandenen modernen Kläranlagentechnik nicht abgebaut werden mit der Folge, dass eine Feminisierung der Fischpopulation nachgewiesen werden kann. Wir werden sehr viel Geld in die Hand nehmen müssen, um die Kläranlagen entsprechend nachzurüsten.

Einen wunderbaren Beitrag liefert das zur Steigerung des Bruttosozialprodukts – eine Steigerung, die weniger einen Wohlstandsgewinn als eine Reparatur vorangegangener Wohl-

standsgewinne darstellt, wenn es denn derartige Gewinne gab. Daraus können und müssen Handlungsanleitungen abgeleitet werden. Diese Preisverleihung lässt mich zurückblicken und trifft wieder auf das Eingangszitat von Norbert Blüm. Die dort zitierte Bibelstelle ist doch wohl richtig übersetzt.

In seiner Laudatio hat der gute Freund Hubert Weiger die Rosinen aus meinem Lebenslauf herausgepickt. Er war nachsichtig genug, dass er das, was ich alles nicht in Angriff genommen oder erledigt habe, nicht ebenso ausgeführt hat.

25 Jahre nach Rio

Auch hierzu ein konkreter Beispielsfall: Als junger Bundesumweltminister war ich 1992 Leiter der deutschen Delegation in Rio De Janeiro: Der »Earth Summit«, the United Nations Conference on Environment and Development. Spannend war bereits die Vorbereitung auf diese Konferenz. Im Süden der Welt, in den Entwicklungsländern, stand man höchst kritisch der Bezeichnung »Environment and Development« gegenüber.

Gefordert wurde »Development and Environment«. Sicher mehr als ein Wortspiel, vielmehr eine Kennzeichnung der jeweiligen Prioritäten. Viele in den Entwicklungsländern sehen in unseren Forderungen nach aktiver Umweltpolitik immer eine Korrektur der Fehler, die wir im Entwicklungsprozess zu ihren Lasten gemacht haben.

Dass ich als damals jüngster Minister die Delegationsleitung übernehmen konnte, war auch für mich überraschend. Das lag darin begründet, dass die alten Hasen im Kabinett der Überzeugung waren, Rio könne nur ein höchst ärgerlicher Flop werden. Mein großartiger Kollege und vertrauensvoller Helfer Hans-Dietrich Genscher wollte diese Aufgabe nicht übernehmen, sah es nicht mehr als seine Verantwortung an, obwohl er große Verdienste im Bereich der Umweltpolitik hat. Er war

als Innenminister auch für das zuständig, was wir heute technischen Umweltschutz nennen. Er war als Innenminister gleichzeitig ein hervorragender Umweltminister. Das galt auch für die von ihm damals entscheidend mit getragene und profilierte Partei. Zu nennen sind die »Freiburger Thesen«, zu nennen sind herausragende Persönlichkeiten wie sein Staatssekretär Hartkopf und der erste Präsident des Bundesumweltamts von Lersner.

Rio fand er nicht so gut. Carlo Ripa di Meana, damaliger Umweltkommissar der Europäischen Union, hat damals eine tolle Pressekonferenz gemacht. Er war ein etwas flippiger Italiener, grüne Brille nur als Beispiel genannt. In dieser Pressekonferenz geißelte er vorab die Rio-Konferenz als Verschwendung von Steuergeldern, als Produzent von heißer Luft. Zu einer solchen Konferenz würde er nicht hinfahren. Er hat sich erheblich getäuscht.

Der damals für Entwicklungszusammenarbeit zuständige Minister war auch nicht ganz davon überzeugt, dass er der Richtige war, zu dieser Konferenz zu fahren. Also blieb es zum Glück »an mir hängen«. Nach der Konferenz war ich in den Medien sehr gefragt. Der Wochenzeitung »Die ZEIT« habe ich ein Interview 1992 gegeben. Überschrift des Interviews: »Zukunft ohne Wohlstandslüge«. Die ZEIT hat mir die Freude gemacht, dieses Interview vor dem Klimagipfel in Paris online zu stellen. So konnte ich es noch einmal durchlesen. Dieses nochmalige Lesen eines eigenen Interviews sollte man eigentlich nicht machen. Zu leicht verfällt man in Resignation, wenn man derartige Interviews in Kenntnis der zwischenzeitlichen Entwicklung nochmals liest. Am Ende des Interviews wurde mir die Frage gestellt: »Wie stellen Sie sich die Welt vor, sagen wir eine Generation später?«

Auf diese Frage habe ich geantwortet: Wir werden im Norden eine Krise des traditionellen Wohlstandsbegriffs erle-

ben, wir werden zugeben müssen, dass wir mit einer Wohlstandslüge leben. Zugleich werden viele Entwicklungsländer eigene Vorstellungen von einem Lebensstil entwickeln, der mehr ist als eine Kopie des nördlichen Modells. Für die Generation meiner Kinder, also die nächste, sehe ich zwei Gefahren, sagte ich damals: Entweder droht eine Re-Ideologisierung mit religiös-fanatischen Ideen, oder wir steuern auf einen weltweiten Verteilungskampf zu; dann werden sich die Armen bei uns holen, was sie zuhause nicht finden.

Warnung vor Aufrüstung und Kriegen

Dieses Interview zitiere ich nicht, um Argumente dafür zu liefern, dass ich mich doch bereits frühzeitig auf die Auszeichnung mit dem Bayerischen Naturschutzpreis vorbereitet habe! Das wäre auch ein unvorsichtiges Verhalten. Denn diese Statusquo-Prognose hätte eigentlich zu entsprechendem Handeln führen müssen – sie ist heute aber noch so real wie sie sich damals abzeichnete. Analysiert haben wir immer wieder recht klug und richtig – auch das nicht immer! – die Frage bleibt aber offen: Wurde daraus eine entsprechende wirksame und realisierte Handlungsstrategie?

Die Aktualität einer dramatischen Umbruchsituation stellt diese Rückfrage besonders dringlich. Hätten Sie vor einem Jahr geglaubt, dass da jemand kommt und sagt, jetzt müssen wir erst mal wieder ordentlich aufrüsten, wir müssen die zwei Prozent des Bruttosozialprodukts für die militärische Aufrüstung der NATO erbringen. Zwei Prozent – das sind fast 70 Milliarden Euro. Der deutsche Verteidigungshaushalt beträgt jedoch »nur« etwa 40 Milliarden Euro. Diese Forderung nehmen nahezu alle geradezu stoisch hin.

Muss man mit aller Macht daran erinnern, dass die Staatengemeinschaft bereits vor Jahren eine Entscheidung getroffen

hat, dass wir 0,7 Prozent des Bruttosozialprodukts für wirtschaftliche Zusammenarbeit verfügbar machen sollen? Diesen Zielwert erreichen wir in Deutschland jetzt endlich. Nicht zuletzt auch deswegen, weil die für Flüchtlinge ausgegebenen Mittel da mit eingerechnet werden können, was ja begründet ist, aber was eine zusätzliche Aufgabe darstellt. Die USA sind bei der Realisierung dieser gemeinsam akzeptierten Quote bei unter 0,1 Prozent!

Die Realität wird durch die höchste Zahl von Kriegen gezeichnet, die nach dem Zweiten Weltkrieg erlitten wurden. Viele Millionen Menschen leiden darunter. Weltweit sind über 60 Millionen Menschen auf der Flucht, sind Migranten. Die Tendenz ist steigend. Die Kriege, die gegenwärtig geführt werden, sind nicht Kriege nach dem Muster von Clausewitz, mit Kriegserklärung, mit Fronten, mit Frontbegrädigungen. Es sind asymmetrische Kriege, durch Hass und Unmenschlichkeit gekennzeichnet, aus religiöser Intoleranz, aus massiven Unterschieden zwischen arm und reich verstärkt. Die 0,7 Prozent des Bruttosozialprodukts leisten mehr für die Bewältigung dieser Kriege als 2 Prozent für militärische Rüstung.

Immer mehr Staaten verlieren ihre Staatlichkeit in dem Sinne, dass eine Monopolisierung der Macht nicht mehr besteht. Zygmunt Bauman hat in einem Spiegel-Interview darauf hingewiesen, dass sich Macht immer mehr von Politik trennt. Wir sprechen von »Failed States«. In Kenia war für mich Sicherheit nicht ein »public good«, ein geradezu selbstverständliches Gemeingut. Es war ein privates Gut. Dafür ist zu bezahlen, das muss gekauft werden. Das können wir uns gar nicht vorstellen.

In einer Welt mit Kriegen, wie wir sie mal gehabt haben, war es schon wahnsinnig, überhaupt darüber nachzudenken, dass man da Kernwaffen nutzen könnte – und wollen jetzt aufrüsten! Irgendwo ist doch das eine Umkehrung in einer Weise, wie wir es anders gar nicht haben können.

Leben in der Post-Globalisations- und Post-Truth-Ära

Vor einem Jahr war so etwas wie die Globalisierung fast eine alternativlose Entwicklung. Wir sind seitdem in einer kurzen Zeit in einer Post-Globalisations-Ära angekommen. Wir sind zurückgekommen aus einem multilateralen System in ein bestenfalls bilaterales. Immer stärker schafft sich eine Re-Nationalisierung Raum, im »America first« wie im Brexit, um nur diese beiden zu nennen. Der Multilateralismus ist in eine massive Krise geraten.

Hätte jemand geglaubt, dass der große Kampf, den auch der BUND bis zur Stunde gegen TTIP führt, aus einem ganz anderen Grund sich auf einmal in Nichts auflöst? Dieser Konflikt hat sich nicht aufgelöst, weil die Argumente, die von diesen und anderen dagegen vorgetragen wurden, in den Verhandlungen übernommen worden sind. Sie sollen bilateralisiert werden – etwas, was bereits überwunden geglaubt wurde.

Vor einem Jahr hätte doch keiner gesagt, dass man so etwas wie eine allgemeine Krise der Wissenschaft hätte! Der Präsident der Deutschen Forschungsgemeinschaft, Professor Strohschneider, hat den wirklich bemerkenswerten Satz gesagt, dass es von der Lügenpresse nur ein ganz kurzer Weg zur Lügenwissenschaft ist. Wir sind in einer Post-Truth-Gesellschaft angekommen. Wir sind in einer Zeit angekommen, in der es einer Anti-Aufklärung zu widerstehen gilt, einer Bewegung, in der nicht mehr Fakten, sondern Meinungen über Fakten zählen.

Viele weitere Handlungsfelder könnten in diesem Zusammenhang erwähnt werden: Das Wohlstandsgefälle von Europa bis zu den Staaten im Subsahara-Afrika, von 100.000 Dollar pro Kopf BSP zu 1.000. Und reziprok dazu ein Durchschnittsalter der Bevölkerung in diesem Teil Afrikas von um 20 Jahren

bei einem Durchschnittsalter in Deutschland von gut 46 Jahren. Erörtert werden müssten die Konsequenzen der Externalisierung von Kosten unseres Wachstums- und Wohlstandsmodells auf die Entwicklungsländer. Eine Kenntnis, die immer stärker in diesen Ländern in das Bewusstsein der Menschen tritt und von den Entwicklungsländern her, in diesem Falle insbesondere von Kolumbien und anderen mittel- und südamerikanischen Staaten, bei Rio+20 erfolgreich die Verpflichtung zu Sustainable Development Goals mit universaler Gültigkeit durchgesetzt haben.

Nötige Mitwirkung der Zivilgesellschaft

Und nicht zuletzt: Der Gegenentwurf, der aus der Mitwirkung der Zivilgesellschaft bei der Entwicklung und Umsetzung transformativer Prozesse in unserer Gesellschaft möglich wird. Zu Recht ist darauf hingewiesen worden, dass Bürgerinitiativen und Nichtregierungsorganisationen die entscheidende Leistung erbracht haben, Sachzwänge wieder der politischen Diskussion und Entscheidung aufzuschließen. Der Durchbruch erneuerbarer Energien in der Energiewende ist dafür ein besonders prägnantes Beispiel. Viele Tausende Bürgerinnen und Bürger haben damit wieder unmittelbaren Einfluss auf die Erzeugung von Energie und auf die effiziente Nutzung von Energien gefunden. Demokratische Teilhabe läuft damit nicht mehr gegen die Wand technischer Sachzwänge. Es wird noch viel Kraft, Ausdauer und Überzeugungskraft bedürfen, um diese Transformation zu einem sich selbst tragenden Erfolg zu führen.

Klaus Töpfer, Volkswirt, Mitglied der CDU, war unter anderem von 1987 bis 1994 Bundesminister für Umwelt, Naturschutz und Reaktorsicherheit in der Regierung von Helmut Kohl, danach Bundesminister für Raumordnung, Bauwesen und Städtebau.

1998 bis 2006 war er Exekutivdirektor des Umweltprogramms der Vereinten Nationen (UNEP), von 2001 bis 2010 Mitglied und zuletzt Stellvertretender Vorsitzender im Rat für Nachhaltige Entwicklung.

Neben anderen Ämtern, die er inne hat, ist er seit 2009 Direktor des neu gegründeten Institute for Advanced Sustainability Studies (IASS) in Potsdam.





In der Schriftenreihe des Vereins für Nachhaltigkeit e.V.
MUTation – Texte zur Nachhaltigkeit
sind bisher erschienen:

MUTation Band 1: **DenkMal im Wald** (Dezember 2012)

MUTation Band 2: **Nachhalt-Ich** (September 2014)

MUTation Band 3: **Climate Engineering als
Verantwortungsversprechen
angesichts des Klimawandels**
(November 2015)

MUTation Band 4: **Burnout von Mensch und Erde**
(Oktober 2017)

Zu erhalten im Laubsänger-Verlag Freising unter:
info@laubsaenger-verlag.de
www.laubsaenger-verlag.de

Stefan Brunnhuber Ökonom und Psychiater, ärztlicher Direktor der Klinik für Integrale Psychiatrie Zschadraß, Mitglied des Club of Rome, Senator der Europäischen Akademie der Wissenschaften

Wolfgang Haber Inhaber des Lehrstuhls für Landschaftsökologie der TU München von 1966-1994, zahlreiche Publikationen zu ökologischen Grundlagen, Humanökologie und Naturschutz

Karen Hamann Doktorandin an der Universität Koblenz-Landau in der Abteilung Umweltpsychologie, Mitglied der Initiative Psychologie im Umweltschutz e.V.

Joachim Hamberger Forstwissenschaftler, Gastdozent an der TU München und Universität der Bundeswehr, Neubiberg, Vorsitzender des „Vereins für Nachhaltigkeit e.V.“, Sprecherratsmitglied im „Bündnis Nachhaltigkeit Bayern“

James Hillman James Hillman (1926 -2011) war Direktor des C.G. Jung-Instituts in Zürich und lebte anschließend als Autor und Therapeut in den USA

Marcel Hunecke Professor für Allgemeine Psychologie sowie Organisations- und Umweltpsychologie an der FH Dortmund und Privatdozent an der Fakultät für Psychologie an der Ruhr-Universität Bochum

Michael Huppertz Psychiater und Psychotherapeut mit Praxis, derzeit tätig vor allem in der Gruppentherapie, Supervision sowie Entwicklung und Anwendung achtsamkeitsbasierter Therapieangebote für verschiedene Indikationen und Prävention

Andreas Meißner Psychiater und Psychotherapeut mit Praxis in München, Mitgründer der Transition-Town-Gruppe „Trudering im Wandel“

Wolfgang Schmidbauer Psychoanalytiker mit Praxis in München, Autor zahlreicher Fach- und Sachbücher sowie belletristischer Werke

Klaus Töpfer Volkswirt, in der Regierung von Helmut Kohl Bundesumweltminister, später Bundesbauminister, 1998 bis 2006 Exekutivdirektor des Umweltprogramms der Vereinten Nationen (UNEP), von 2001 bis 2010 Mitglied und zuletzt Stellvertretender Vorsitzender im Rat für Nachhaltige Entwicklung

Schutzgebühr: € 10,00

ISBN 978-3-945630-09-9



Laubsänger-Verlag, Freising