

INTERVIEW

„Wir brauchen Natur, um Halt und Sinn im Leben zu finden“



Prof. em.
Dr. Norbert Jung,
Biologe und Human-
ethologe, forscht zu
Naturerfahrung und
Umweltengagement.

Viele Menschen fühlen sich in der Natur geerdet und gestärkt. Wie erklären Sie dieses Phänomen?

Wir bewegen uns dort in unserem art eigenen Biotop und erleben das Ur-Gefühl: „Ich gehe auf der Erde.“ Außerdem begegnet uns in der Natur auf einer intuitiven, unbewussten Gefühlsebene ein Stück von uns selbst: Auch wir wachsen und wandeln uns. Wenn wir sehen, dass die Natur mit den schlimmsten Beschädigungen wie Windbruch klarkommt, dann gibt es Hoffnung. Sie symbolisiert uns, dass auch unsere Katastrophen im Leben zu ertragen sind. Wir haben die Kraft zur Heilung und Regeneration.

In der industrialisierten Welt gibt es immer weniger Naturkontakt. Was sind die Folgen?

Unsere Ersatzwelten aus Computer & Co. befriedigen zwar unsere Neugier, aber sie lassen etwas anderes in uns unbefriedigt: das Miteinander zu leben. Je mehr

der Mensch dressiert wird, an Äußerlichkeiten Halt zu suchen, desto mehr verarmt er im Inneren. Seine innere Motivation und die Entwicklung innerer Stärke bleiben auf der Strecke. Langzeitstudien aus den USA zeigen, dass die Ich-Stärke in den letzten fünfzig Jahren kontinuierlich abgenommen hat und die Abhängigkeit von Trends und Moden steigt. Damit steigt auch der unbewusste Angstpegel: Wenn das Außen wegfällt, was wird dann? Wir brauchen Natur, um Halt und Sinn im Leben zu finden. Natur bleibt, wenn Kulturen verschwinden.

Welche konkreten Forderungen ergeben sich nach Ihrer Meinung aus dem Naturdefizit?

Beispielsweise müssten Waldkindergärten massiv gefördert werden, weil Forschungen belegen, dass sie die Persönlichkeitsentwicklung wunderbar unterstützen. Kinder können dort ihre Gefühle ausleben, ihre Fähigkeiten kennenlernen und soziales Miteinander entwickeln. Und sie lernen, Natur als Quelle für körperliches und seelisches Wohlbefinden zu nutzen.

Sie meinen damit, was wir von klein auf wertschätzen, das wollen wir auch schützen ...?

Genau. So funktioniert echte Nachhaltigkeit! Theoretische Appelle bewirken nur wenig. Wir verdrängen in unserer Gesellschaft immer noch zu sehr, dass wir unseren Wohlstand reduzieren müssen.

Wie sieht Ihrer Ansicht nach eine optimale Auszeit in der Natur aus?

Man sollte draußen ein Plätzchen finden, an dem man sich hinsetzt und bleibt. Wo man mal eine Stunde nur träumt und döst und den Verstand abschaltet. Was kommt dann aus mir hoch? Vielleicht passiert keine große Erleuchtung, aber man kann sich dabei gut mit seinem Leben befassen.