

# VON DER NATUR LERNEN

AN DEN PFLANZEN SIEHT MAN, DASS SICH ALLES  
STÄNDIG VERÄNDERT. DAS IST AUCH EINE GUTE LEHRE  
FÜR DAS EIGENE LEBEN, FINDET CAROLINE BUUS



Da war ich auf einem Fest, trug bis spät in die Nacht nur mein liebstes Sommerkleid, und am nächsten Morgen musste ich in Jeans durch strömenden Regen zur Arbeit radeln. Zehn Wochen lang fegten Katzenbabys durch meine Wohnung und haben mir das Herz erwärmt, aber irgendwann wurden sie von ihren neuen Besitzern abgeholt. Und es kommt mir vor, als wäre es erst gestern gewesen, dass mein Sohn mich zum ersten Mal angelächelt hat – jetzt umhüllt er als maulender Teenager auf dem Sofa... Wenn ich in meinen Fotoalben blättere, merke ich, dass sich alles ständig ändert. Nicht nur die Menschen, sondern auch das, was zufällig noch auf dem Foto ist: die Autos auf der Straße, die Stühle im Garten, das Zeit auf dem Campingplatz, die Tapete an der Wand, die Frisuren und die Kleider, die wir tragen. Ob wir wollen oder nicht: Nichts bleibt, wie es ist. Das ist nicht immer leicht auszuhalten, im Gegenteil. Im Buddhismus heißt es, dass unsere Neigung, alles festhalten zu wollen, häufig Ursache für Unfrieden und Frustration ist.

## ALLES FLIESST

Ein Denker, der den Wandel der Dinge schon vor Jahrtausenden in den Mittelpunkt seiner Lehre stellte, war Heraklit (etwa 540–480 v. Chr.). Er schrieb, dass sich die Welt ständig verändert, Nichts steht im Voraus fest. Heraklit glaubte, dass den Veränderungen ein Streit zugrunde liegt, aus dem gar kein Gewinner hervorgehen kann, weil es ein Kampf zwischen Gegensätzen ist, die letztlich zusammengeliert: Tag und Nacht, Winter und Sommer, Leben und Tod, Gut und Böse. Diese Gegensätze sind nicht stabil, sondern gehen ineinander über – aus Tag wird Nacht, aus Nacht wird wieder Tag und so weiter. Auch Platon unterstrich diesen Aspekt und prägte dafür die Worte „panta rhei“ – „alles fließt“.

Ohne Gegenpole würde es, so glaubte Heraklit, keine Harmonie geben. Denn gerade weil alles miteinander im Widerstreit ist, entsteht Balance. Das kommt mir bekannt vor: Nach einer Nacht des Gräbelns wird es wieder hell, und alles erscheint plötzlich gar nicht mehr so schlimm. Und am Ende eines anstrengenden Arbeitstages bin ich



Nichts in der Natur bleibt,  
wie es ist, aber die  
Natur selbst ist immer da

manchmal richtig froh, dass es Abend ist und ich ins Bett gehen darf. Wie alles fließt und sich verändert, kann man am besten in der Natur beobachten – mit den vier Jahreszeiten als Mahelnhelt. Wenn ich mir zum Beispiel bei einem Spaziergang im Wald mal die Zeit nehme, die Pflanzen zu beobachten, fühle ich, dass sich das Leben dort unablässig bewegt. Selbst im Winter gibt es keinen Stillstand. Die Bäume tragen, klein zusammengeklappt, schon die fertigen Blätter des nächsten Jahres in ihren Knospen. Jetzt, im Frühsommer, bilden diese neuen Blätter schon ein dichtes, grünes Laubdach, das aus meinem lichten Lieblingspfad einen schattenspendenden Dschungelweg macht. Aus den Samen der Eichen, Tannenzapfen und Bucheckern, die über mir reifen, wird im nächsten Frühjahr Neues entstehen. Der Rhythmus des Lebens – Werden, Wachsen, Reifen, Vergehen – kann schmerzen. Manchmal geht vom Wandel aber auch eine beruhigende Wirkung aus. Denn trotz aller Veränderung ist die Natur immer da.

## GROSSE HARMONIE

Mich beruhigt das, und ich merke, dass die Dinge, mit denen ich mich herumplege oder in denen ich mich irgendwie festgriehen habe, in der Natur nicht mehr so dramatisch erscheinen – ein Artikel, mit dem ich nicht weiterkomme, oder Feinheiten mit meinem pubertierenden Sohn. Die Natur relativiert, und sie beurteilt und kritisiert nicht. Wenn man sich dieser Tatsache bewusst ist, kann man sich draußen enorm frei fühlen. Vielleicht auch einfach deswegen, weil man dort auch ganz zerknüttelt, mit zerzausten Haar und in alten Kleidern herumstreunen kann. Es gibt nun mal keinen Baum oder Strauch, der deswegen die Stirn runzeln würde. >



## Wandel kann auch Angst machen. So selbstverständlich wie die Natur gehen wir nicht mit Veränderungen um

Jemand, der die Art, wie wir die Natur sehen, auf revolutionäre Weise verändert hat, war der Entdeckungsreisende und Wissenschaftler Alexander von Humboldt (1769–1859). Nachdem er schon fast in Vergessenheit geraten war, ist er durch die Biografie von Andrea Wulf wieder ins Interesse gerückt. Ihr Buch heißt *Alexander von Humboldt und die Erfindung der Natur* und liest sich so spannend wie ein Abenteuerroman. Humboldt erkannte das komplizierte Zusammenspiel der Natur wie kein anderer. Er sagte: „In der großen Vernetzung der Ursachen und Wirkungen darf kein Stoff, keine Tätigkeit isoliert betrachtet werden.“ Mit dieser Erkenntnis erfindet er das Netz des Lebens – einen Naturbegriff, der unserem modernen recht gut entspricht. Denn auch wir gehen ja davon aus, dass in der Natur alles miteinander zusammenhängt, dass alle Lebewesen mit ihrer Umwelt kommunizieren und sich gegenseitig beeinflussen. Heute wissen wir: Nur eine Bewahrung unserer Biodiversität garantiert, dass das Netz des Lebens auch in Zukunft so eng geknüpft bleibt, dass wir Menschen auf dem Planeten überleben können. Ebenfalls interessant: Einerseits war Humboldt fasziniert von der Wissenschaft, andererseits liebte ihn der Zauber der Natur an. Selbstverständlich musste sie vermessen und analysiert werden, aber Humboldt wollte in den Menschen auch die Liebe zu ihr wecken. In einer Zeit, als andere Wissenschaftler nach universellen Gesetzen suchten, schrieb er, die Natur müsse erlebt und gefühlt werden.

### RENDEZVOUS MIT EINER TOMATE

Die Natur kann einem aber auch Angst machen. Denn so selbstverständlich wie sie gehen wir nicht mit Veränderungen um. Der eine hält zu lange an einer geschlehten

Beziehung fest, der andere kann nicht akzeptieren, dass die Kinder älter werden, und gewährt ihnen zu wenig Freiheit. Was ich bisher nur schwer akzeptieren konnte, war die Tatsache, dass sich Freundschaften verändern. Vielleicht ging mir deshalb nicht mehr aus dem Kopf, was Alain Passard, ein Drei-Sterne-Koch aus Paris, über seinen Garten sagte. Auf die Frage „Haben Sie in letzter Zeit ein schönes Geschenk bekommen?“ antwortete er: „Ich liebe es, wenn eine Tomate zum Rendezvous wird. Die Tomate gibt es nur drei Monate: im Juli, August und September. Danach verschwindet sie wieder. Dann musst du auf sie warten wie auf eine verloren geglaubte Geliebte. Das Wiedersehen ist dann umso schöner.“ Die „verloren geglaubte Geliebte“ habe ich insgeheim durch „verloren geglaubte Freundschaften“ ersetzt. Denn manche Freundschaften kenne ich schon sehr lange, sehe sie aber nur selten, weil jede von uns ein volles Programm hat. Irgendwo in meinem Kopf aber steckt die feste Überzeugung, dass sich Freundschaften regelmäßig treffen müssen. Durch die Antwort Passards kam ich jedoch zu einer neuen Einsicht: Vielleicht sollte ich mich einfach damit zufriedengeben, dass wir uns nur einmal im Jahr sehen? Es ist dann nicht mehr so wie früher, als wir uns oft jede Woche trafen, aber wir verlieren uns auch nicht ganz aus den Augen. Außerdem passt es vielleicht besser zu dem hektischen Leben, das wir im Moment haben. Nicht nur unsere Freundschaften, auch wir selbst haben uns ja verändert.

### DIE NATUR LÄSST SICH ZEIT

Ich finde es erstaunlich, was man von der Natur alles lernen kann, wenn man sich darauf einlässt. Und ich merke immer wieder, dass ich mich draußen besonders gut erholen kann. Am liebsten geht das, wenn ich ohne festes Ziel und Zeitdruck spazieren gehe. Dann versuche ich, mich intensiv umzuschauen, beobachte, wie sich die Farben im Laufe der Saison verändern. Ich versuche, die verschiedenen Düfte zu identifizieren, zeichne manchmal eine bizarr gemusterte Baumrinde nach und staune, wie viel Zeit sich die Natur bei aller Veränderung nimmt. Der Förster Peter Wohlleben schreibt in seinem Buch *Der Wald* zum Beispiel über das Leben der kleinen Buchen, die im



Schatten ihrer übermächtigen „Eltern“ heranwachsen. Wenn der Mensch nicht eingreift, wachsen sie im Jahr oft nur einen Zentimeter, weil sie im Darmmerit stehen. Sie hungern sich fast zu Tode, werden jedoch von den alten Bäumen über die Wurzeln mit Nährstoffen versorgt. Nur ganz langsam bilden die zarten Pflänzchen ein so dichtes Holz, dass sie später Stürmen trotzen und alt werden können – im Gegensatz zu ihnen in luftigen Baumkronen rasch großgezogenen Artgenossen. Nach oben geht es im Wald nämlich erst, wenn die alte Buche stirbt. „Zeit spielt dabei keine Rolle“, sagt Wohlleben, „und die Wartezeit kann durchaus einmal 200 Jahre oder länger betragen.“

Gemütsverfassung zu verwenden, weil du von den Nachbarn zum Essen eingeladen wirst.

„Even when you're feeling warm/The temperature could drop away/Like four seasons in one day“ heißt es bei Crowded House. Es gilt aber eben auch andersherum: Aus dem Wissen, dass alles weitergeht und sich verändert, kann man lernen, dass auf schlechte Zeiten meistens gute folgen. Und auch nach dem längsten Winter wieder ein Frühling kommt. ●

### MEHR LEBEN?

- \* Jennifer Ackerman: *Die Genies der Idiotie* (Rowohlt)
- \* Andrea Wulf: *Alexander von Humboldt und die Erfindung der Natur* (C. Bertelsmann)
- \* Torbjørn Ekelund: *Im Wald. Kleine Ruchten für das ganze Jahr* (Mallik)
- \* Peter Wohlleben: *Bäume verstehen. Was uns Bäume erzählen, wie wir sie naturgemäß pflegen* (Ludwig)
- \* Joan Didion: *Das Jahr magischen Denkens* (List)

TEXT CAROLINE BUIJS, CHRISTIANE WÜRTENBERGER FOTO GETTY IMAGES