

Ökologie kann im Menschen beginnen

Im Jahr 2018, bei einem Gespräch mit Heinz Grill fiel der Satz „Ökologie kann im Menschen beginnen“.

In einem Zitat:

„Wenn wir Menschen an die Natur denken und die Natur empfinden lernen, so erbaut sich in ihr auf ganz natürliche Weise die schützende Elementargeistigkeit auf. Je mehr Gedanken aus einer natürlichen und gewählten Aktivität in die Schöpfung hineinfließen, umso mehr gewinnt der Wärmegürtel in der Schöpfung ein Erkraften. Je weniger wir aber an die Natur, an die Wege, an die Berge und ihre Elemente denken, umso weniger können sie von uns zu ihrer Erhaltung einen Nutzen ziehen. Das Denken ist in Wirklichkeit auch ein Empfinden und Wahrnehmen.

Es ist ein Sehen und Erkennen.“

(aus dem Buch: „Der Archai und der Weg in die Berge“ von Heinz Grill, 1999, Seite 18)

beschrieb Heinz Grill schon Jahre vorher diesen Inhalt.

Mit dem Aufbau des ökologisch-spirituellen Projektes in Naone nahmen diese Gedanken ganz konkrete und praktische Formen an.

Betrachtung der Natur (hier: eines Baumes)

Zu Beginn ist es hilfreich im Stehen (oder Sitzen) eine aufrechte Haltung einzunehmen, den Kopf zu erheben und den Atem frei zu lassen. Ein klares Verhältnis von der eigenen Person (Ich) zum Gegenüber (Du) herzustellen ist wesentlich. Dann beginnt die Betrachtung: der Stamm, wie ist er geformt, bis wo bleibt er aufrecht und wann verzweigt er sich, bleibt er gleichmäßig oder verzweigt er sich nach oben? Diese Fragen aus der eigenen Beobachtung beantworten.

Auch die Farbe des Stammes ist wichtig, ggfs. im Vergleich zu anderen Baumarten. Dann die Äste und Zweige, in welche Raumesrichtung gehen sie, welche Bewegungsrichtung. Auch die Stärke der Äste und Zweige. Ein Blick auf die Peripherie, wie enden die Äste und Zweige?

Danach können Sie sich abwenden oder die Augen schließen und das Bild des Baumes erneut in ihrer Vorstellung aufbauen. In derselben Reihenfolge wie vorhin.

Dann nochmal hinschauen, was ihrer Erinnerung entfallen war können sie nun nochmal anschauen.

Ändert sich die Wahrnehmung? Bin ich dem Baum schon nähergekommen? Welche Eindrücke habe ich bekommen? Wächst der Baum leicht nach oben oder wirkt der Stamm schwer, belastet? Ist die Pflanze differenziert, konkret; zeigt sich die Pflanze und kann ich Einzelheiten erkennen oder ist das Bild eher verschwommen?

Dann können sie nochmal den Blick lösen und in der Vorstellung das Bild aufbauen und die gestellten Fragen beantworten.

Jede Pflanze und auch Menschen und Tiere begleiten vier Ätherkräfte oder Lebenskräfte. Durch die Betrachtung entwickeln sich diese; in dieser Betrachtung und Fragestellung ist es der Lichtäther, der sich durch klare Konturen, einzeln begrenzte Pflanzenelemente, einen klaren, offenen Raum kennzeichnet; die Pflanze kommt auf einen zu. Der Vergleich zum Zitat: wir haben erste Empfindungen zur Natur aufgebaut und die Lebenskräfte der Natur konnten sich aufbauen.

Man kann diese Betrachtung auch mehrmals wiederholen, nochmal wahrnehmen und sich fragen, ob der Baum nähergekommen ist.

Die bewusste Wahrnehmung fördert die Beziehung zur Natur. Man bekommt den Eindruck ob Beziehung entstanden ist, wenn eine lebendige Erinnerung an die Pflanze bleibt.

Motorischer oder sensorischer Blick auf die Natur

Wenn der Betrachter die Sinne mit der er die Natur betrachtet nicht lenkt oder führt können unbewusst viele Emotionen, Bilder, schnelle Informationen auf die Außenwelt

gerichtet werden. Der persönlich gefärbte, automatische, motorische Blick gelangt von der eigenen Innenwelt auf die Außenwelt.

Der sensorische Blick geht von der konkret sichtbaren Außenwelt zur persönlichen Innenwelt, die dadurch erweitert und bereichert wird. Dieser ist erstrebenswert.

Der Betrachter erkennt durch die bewusste Wahrnehmung die Natur so wie sie ist. Die Naturerscheinungen sprechen sich dann dem Bewusstsein des Menschen gegenüber aus.

Schönheit der Natur

Bei einer Betrachtung bemerkt der Betrachter die Schönheit der Natur und bildet sich weitere Gedanken und Empfindungen. Dann können andere Personen, die an diesem Ort vorbeikommen die Schönheit leichter wahrnehmen, vielleicht unbewusst oder auch bewusst.

Landschaftsgestaltung, Beispiele:

Von einem Haus zum Garten können durch Formen, Materialien harmonische Bezüge auch zur landschaftlichen Umgebung geschaffen werden. Dadurch fügt sich die Arbeit des Menschen besser in den Bauplan der Erde ein.

In Naone wurden zum Beispiel die Meditationsplätze aus der Grundfläche des Hauses berechnet. Das Haus, die Plätze, die Wege, verschiedene Skulpturen sind aus Steinen, aus Holz und Zweigen der Umgebung geschaffen. So werden harmonische Bezüge hergestellt.

Auch die Gestaltung der Gärten mit verschiedenen, blühenden Pflanzen regt das Erleben einzelner Pflanzen, wie auch des Blühens und Vergehens, damit das Vergehen der Zeit an.

Homo Oecologicus

***Homo Oecologicus** ist das idealtypische Menschenbild des perfekt ökologisch denkenden und handelnden Menschen.*

Der Begriff wurde 1989 von Hans Immler in dem Buch „Vom Wert der Natur“ eingeführt. Die Fixierung auf das Wirtschaftskonzept hat die ökologische Krise gefördert, die in der 2. Hälfte des 20. Jahrhunderts den Menschen mehr und mehr klar geworden ist, hier in Deutschland besonders mit dem Waldsterben. Somit wird der Homo Ökologicus als Gegenwert zum Homo Ökonomikus betrachtet. Nach Immler bringt die Herstellung der Natur in Zukunft mehr Gewinn und Einkommen als ihre Zerstörung.

Ausstellung

*Die Kollegin Xenja Karcher hat unter dem Titel „Ökologie kann im Menschen beginnen“ eine Ausstellung mit 20 Thementafeln zusammengestellt, die zusätzlich noch das Thema Ernährung beinhaltet. Diese Ausstellung kann ausgeliehen werden.
<https://www.oekologie-xk.-yoga.de>*

Begriffe

Ökologie

*Wissenschaft der Wechselbeziehungen zwischen den Lebewesen und ihrer Umwelt.
Teil der Biologie*

ökologisch = schonend mit den Umweltressourcen umgehen

Ökologie ist ein Menschenbild.

Ökonomie

Ist ein Modell, das die Gesamtheit aller Einrichtungen, Handlungen und Prozesse, bezeichnet, die der Produktion, Verteilung und dem Konsum von Gütern dienen.