

Mit Herz und Verstand in die Ungewissheit

Seit Menschengedenken begleitet Ungewissheit unser Leben. Das einzig nicht ungewisse ist, dass wir eines Tages sterben werden. Das ist sogar todsicher. Wie mit solch Ungewissheit umgehen? Stecken wir den Kopf in den Sand oder schauen wir sie mit Blick aus unserem Herzen an? Nutzen wir die Ungewissheit als Chance für eine bessere Zukunft?

BEATRICE HOFMANN
Gastautorin

Seit mehr als einem Jahr hält uns die Coronavirus-Pandemie im Bann der Ungewissheit. Sie macht Angst. Angst vor Krankheit und vor dem eigenen Tod. Niemand weiss genau, was des Rätsels Lösung ist. Ist es die Impfung? Ist es ein Medikament? Ist es die Stärkung des Immunsystems? Die Meinungen spalten sich. Der Umgang mit dem Coronavirus ist ein tagtägliches Seilziehen und Abwägen von Massnahmen, welche die Gesundheit der Bevölkerung wie auch die Wirtschaft schützen sollen. Eine Gratwanderung sondergleichen. Wenn wir uns auf die Spurensuche im Spannungsfeld zwischen ökonomischen und ethisch-humanistischen Überlegungen begeben, dann öffnen sich uns vielseitige Blickwinkel. Die Spurensuche zeigt auf: Es sollten ökologische Betrachtungen in den Vordergrund treten.

Wir können es besser

Clemens G. Arvay, Biologe und Autor mit dem Schwerpunkt Gesundheitsökologie erforscht in seinem Buch «Wir können es besser» die Bedeutung kranker und gesunder Ökosysteme für den Menschen und untersucht, wie die Natur bei der Behandlung von Patienten helfen kann. Er beleuchtet eindrücklich und anhand von recherchierten wissenschaft-

lichen Nachweisen wie Umweltzerstörung die Corona-Pandemie auslöste und warum ökologische Medizin unsere Rettung ist. Er macht uns Mut, Corona als Chance zu sehen und unseren Blick auf die Erde zu richten. Uns zu fragen, was wir grundlegend besser machen sollten. Und um zukünftige Pandemien zu verhindern. Es wäre fatal, den Corona-Tunnelblick beizubehalten. Klima- und andere Umweltveränderungen wirken sich nicht zuletzt auf Infektionskrankheiten verstärkend aus. Der Umweltdiskurs beschränkte sich in den letzten Jahren stark auf den Klimawandel, d. h. auf die globale Erwärmung und auf Kohlendioxid. Dies ist nur ein Aspekt in einem komplexen Gefüge aus Umweltproblemen, die durch menschliche Eingriffe verursacht werden.

Auch ich habe bereits 2006 in meiner Tätigkeit als Immobilien

steigenden Ausstoss des Treibhausgases CO₂. Frederic Vester macht in seinem Buch «Die Kunst vernetzt zu denken» auf die Tatsache aufmerksam, dass der unvernetzte Denkansatz jahrhundertlang ausreichte, um ein Überleben auf diesem Planeten zu sichern, jetzt aber ein Umdenken dringend nötig ist. Es gilt zu erkennen, dass unser Lebensraum ein komplexes System, ein Organismus ist, und dass alles miteinander vernetzt ist. Das heisst, dass beim zukünftigen Handeln der Menschheit die Erde und ihre erneuerbaren Energiequellen eine entscheidende Rolle spielen werden.

Heute – nach Jahren mehr oder minder Untätigkeit – verlangen ökologische Perspektiven dringend nach umfassenderen Betrachtungsweisen. Ein Umdenken betrifft das Klima, unsere Atemluft, die Biodiversität und die Funktionskreise der Natur als Gan-

«Man sieht nur mit dem Herzen gut, das Wesentliche ist für die Augen unsichtbar.»

Antoine de Saint-Exupéry

Portfoliomanagerin in meiner Masterthesis zum Erlangen des Master of Science in Real Estate (CUREM) auf die Thematik des CO₂-Ausstosses im Gebäudebereich hingewiesen. Meine Arbeit zeigte auf, dass weltweit der Bedarf an Energie mehrheitlich durch nicht erneuerbare, fossile Energiequellen wie Erdöl, Erdgas oder Kohle gedeckt wird. In Zukunft werde die Nachfrage weiterhin drastisch steigen. Dem stehe die Endlichkeit dieser Ressourcen gegenüber. Die Folgen werden absehbar sein: Einerseits steigende Preise, andererseits die Gefahr einer rapiden Klimaerwärmung durch einen weiter

zes. Alles hängt zusammen. Wir können menschliche Lebensräume nur dann positiv beeinflussen, wenn wir das Gesamtsystem im Auge behalten und verstehen. In diesen ungewissen Zeiten ist es deshalb ratsam, den Blickwinkel so weit wie möglich zu erweitern. Dabei ist es wichtig, die Antwort nicht nur im Gewusel des aussen zu suchen, sondern in die Stille zu gehen und für sich die Antwort zu finden. Wo liegen die Antworten in uns, die sich für uns stimmig erweisen? Im Herzen.

Die Zeit des «Grossen Wandels»

Auch die Ökophilosophin Joanna Macy entwarf 1998 in ihrem Buch



Verbinden wir uns mit dem Smaragd des Herzens und gehen neue Wege.

Foto: Pixabay

«Die Reise ins lebendige Leben» ein Zukunftsszenario und fordert ein fundamentales Umdenken zugunsten einer nachhaltigen Welt. Die Entscheidung für eine nachhaltige Welt liege bei den jetzigen Generationen. Es sei möglich, dass zukünftige Generationen auf diese Jahrzehnte zurückschauen und sie die Zeit des «Grossen Wandels» nennen werden. Strategien und ein grosses Umdenken zum Aufbau einer zukunftsfähigen Welt sind deshalb unumgänglich. Dazu gehören deren drei:

- Aktionen und Handlungen, um die Schädigung der Erde und ihrer Wesen zu verlangsamen,
- die Analyse und das Verstehen der strukturellen Ursachen und die Schaffung alternativer Strukturen und
- ein grundsätzlicher Wertewandel und eine Veränderung in unserer Sicht der Welt.

Noch heute, mit 92 Jahren, setzt sich Joanna Macy unbeirrbar für eine zukunftsfähige Erde ein. Sie sagt: «Von allen Gefahren, die uns drohen, vom Klimachaos bis zum Atomkrieg, ist keine so gross wie die Abstumpfung unserer Reaktion.»

Im Vorwort ihres Buches unterstreicht der 14. Dalai Lama von Tibet: «So wie die Dinge heute stehen, hängt das Überleben der Menschen davon ab, dass sie anfangen, sich für die Lage der gesamten Menschheit zu interes-

sieren, nicht nur die ihres Landes oder ihres näheren Umfeldes. Die Wirklichkeit unserer Situation fordert von uns, dass wir klar werden in unserem Denken und Handeln. Engstirnigkeit und egozentrisches Denken mögen für uns in der Vergangenheit von Nutzen gewesen sein. Heute führen sie uns in die Katastrophe.» Er ermuntert die Leser, die Ratschläge von Joanna Macy nicht nur anzunehmen, sondern auch danach zu handeln, für das Wohlergehen aller fühlenden Wesen und der Erde, die unser einziges Zuhause ist.

Im Buch «Wir können es besser» zitiert Gerald Hüther in seinem Beitrag «Intermezzo zum Innehalten» den Anthropologen, Biologen und Philosoph Gregory Bateson: «Die Natur lässt sich nicht verändern, ausser dass man sich ihr fügt.» Hüther fügt dem hinzu: «Aber der Natur kann sich nur derjenige fügen, der sich selbst als Teil dieser Natur nicht nur versteht, sondern sich auch so erlebt. Wem das gelingt, der lebt fortan im Einklang, in Kohärenz mit der Natur, auch mit seiner eigenen, inneren. Er wird sich darüber freuen, dass sich das Leben nicht beherrschen lässt, er wird die Vielfalt natürlicher Lebensformen bestaunen und die Unvorhersehbarkeit des Lebens dankbar annehmen.»

Die Weisheit der Farben

Runden wir den Bogen mit Farbschwingungen ab. Die Farbe

«Smaragdgrün» ist in der Natur und vor allem im Wald allgegenwärtig. Sie beinhaltet die Energie der Herzöffnung und der geliebten Herzenswahrheit zu den Menschen und zur Natur.

Wenn wir mit dem Smaragd des Herzens verbunden sind, dann haben wir die Fähigkeit, eine Situation von verschiedenen Blickwinkeln aus zu betrachten, andere Perspektiven zu begreifen, neue Wege wahrzunehmen und eine klare Richtung zu wählen. Dann treffen wir Entscheidungen aus einem Verständnis und Mitgefühl für andere.

Wir achten mehr auf den Rhythmus der Natur und integrieren ihn in das eigene Leben. Dabei stehen wir der Erde sehr nahe. Achtsam und sorgfältig gehen wir mit ihren Ressourcen um.

Ziehen wir den Kopf aus dem Sand. Schauen wir der Ungewissheit ins Auge. Sehen wir uns nicht nur als Individuum, sondern erkennen wir: Eine bessere Zukunft gelingt nur, wenn wir im Einklang mit der Natur leben. Verbinden wir uns mit dem Herzen, benutzen den Verstand und gehen neue Wege. ■

*Beatrice Hofmann ist
Raumgestalterin, Farbdesignerin
und Inspirationscoach.
Sie ist Mitinhaberin der
ImmoComm GmbH*