

Blumenkübel für alle!

Gleich zu Beginn ein Bekenntnis: Ich bin in einem kleinen Landstädtchen großgeworden, habe in einem bäuerlich geprägten Haushalt meine Kindheit verbracht und bin überzeugt, dass dem Land, und nicht den Metropolen die Zukunft gehört – zumindest dann, wenn man sie als eine humane und lebenswerte denkt. Das Leben auf dem Land samt seinen Kleinstädten ist heute schon freier und psychisch gesünder als in den Großstädten und hier auf dem Land kann der Druck der Globalisierung noch einigermaßen aufgefangen werden. War die große Stadt einmal der Geburtsort der bürgerlichen Freiheit, ein Ort der Humanität, so ist sie heute Ballungsraum einer durchtechnisierten, durchgetakteten und zersplitterten Massengesellschaft, einer nie dagewesenen Vergesellschaftung des einzelnen Menschen.

Jetzt ist sogar empirisch bewiesen, was jeder Mensch, der auch seinen Leib und nicht nur seine Vorstellungen bewohnt, längst weiß: Das Leben in einer Großstadt ist nicht gesund, denn es entspricht nicht mehr einem natürlichen menschlichen Maß. Das ‚Zentralinstitut für Seelische Gesundheit‘ in Mannheim hat nach über 10jähriger Forschung jetzt u.a. herausgefunden, dass etwa das Risiko für Depressionen und Angsterkrankungen für Menschen, die in der Großstadt leben, um 40% erhöht ist, dass für Menschen, die ihre frühe Kindheit in der Großstadt verbracht haben, das Risiko, an Schizophrenie zu erkranken um 300% (!) gegenüber den Landkindern erhöht ist. Hier hat sich das Gehirn dauerhaft verändert, auch ein späterer Umzug aufs Land nutzt in diesem Fall also nichts. Umweltfaktoren wie Lärm und Schmutz üben dabei keinen signifikanten Einfluss aus, es sind nach Ansicht der Forscher vor allem soziale Stressfaktoren, die diese erhöhte psychische Vulnerabilität bewirken: Ein geringeres Zusammengehörigkeitsgefühl, viele stressreiche Begegnungen mit fremden Menschen u.ä.

Was ist zu tun in Anbetracht der Tatsache, dass bis 2050 zwei Drittel aller Menschen auf der Welt in den Großstädten leben werden? Die Antwort des Leiters dieser Untersuchungen ist erhellend: „Die können ja nicht alle umziehen. Darum erforschen wir, wie sich das Stadtleben verbessern lässt.“ Frage des Interviewers: „Und wie?“ Antwort: „Wir haben bislang schon einen wichtigen Faktor gefunden: die Natur.“ Interviewer: „Da sind die Städter ja auch im Nachteil!“ Antwort: „Das stimmt.“ Aber: „Unser Partnerinstitut in Heidelberg entwickelt gerade eine App, mit der man seine Wege so optimieren kann, dass man unterwegs möglichst viel Natur sieht. Schon wer sich einen Blumenkübel auf den Balkon stellt, senkt damit sein Risiko für eine psychische Erkrankung.“ (nachzulesen in: Die Welt, 29.1.2018, S.20)

Die Thematik der Auswirkungen des Großstadtmilieus auf die psychische Gesundheit ist nicht neu. Schon der Psychoanalytiker und Sozialpsychologe Alexander Mitscherlich hat 1965 in seinem Buch ‚Die Unwirtlichkeit unserer Städte. Anstiftung zum Unfrieden‘ die These aufgestellt, dass es *„Störfaktoren besonderer, großstadt-spezifischer Art gibt, die den Entwicklungsweg des Individuums wie auch die affektiven Beziehungen der Individuen untereinander so belasten, dass Krankheit folgt (...) ein Versagen der ‚vegetativen Steuerung‘ des menschlichen Organismus. Dieses Versagen der nervösen Anspannung steht regelhaft mit krankhaften Veränderungen jenes Ganzen psychischer Prozesse in Zusammenhang, die wir als Persönlichkeit ...bezeichnen.“*

Die Grundproblematik solcher pathogener „Störfaktoren großstadt-spezifischer Art“ ist vor allem eine kulturelle: In der großstädtischen Lebensweise manifestiert sich ein ganz spezifisches Menschenbild mit ganz spezifischen Werten und Lebensstilen. Der Siegeszug der Globalisierung ist ja vor allem ein Siegeszug des Großstädtischen mit seiner

zunehmend standardisierten multikulturellen Lebensform.

Eine von eben diesem großstädtischen Geist dominierte Politik macht sich jetzt auch bei uns hier im Unterallgäu daran, die Landbevölkerung endgültig an den globalen Fortschritt anzuschließen. Die Zeiten eines ruhigeren Daseins in den Nischen unserer ländlichen Rückständigkeit und gemeinsam geteilten Lebensweise, die mit ihrer Verwurzelung in Region, Eigenständigkeit, Familie und Christentum ein prägnanter Gegenentwurf zur globalen Großstadtkultur ist, scheinen vorbei. Hier, im ehemals ländlichen Wertachtal, ca 100 km von München entfernt, verkündet jetzt ein großes Schild, dass wir uns neuerdings in der ‚Metropolregion München‘ befinden und ein paar hundert Meter daneben, dort, wo vor 20 Jahren überall noch Wiesen und Felder waren, prangt ein weiteres Schild, das für das für das hier entstandene ‚Interkommunale

Gewerbegebiet Bad Wörishofen/Türkheim‘ wirbt. Welch ein Fortschritt! Unser Trost: Irgendwann können ja auch wir hier auf dem Land Blumenkübel auf den Balkon stellen. Und sicherlich wird es dann auch eine App geben, die uns hinführt zu ein paar mit regionaler Strukturförderung erhaltenen idyllischen Bauernhöfen, wo wir sogar noch Kühe mit Hörnern auf dem Kopf besichtigen können, eine App, die uns auch zu einem Naturlehrpfad führt für unsere ökologische Bildung und wo wir für unsere Gesundheit auch ein paar Meditationsplätze mit Tafeln vorfinden, wo drauf steht, wie wir uns ganz wunderbar entspannen können in dieser schönen neuen Welt. Aber vielleicht dämmert uns ja noch: Blumenkübel sind keine wirklich beglückende Zukunftsvision. (2018)