



Buchbesprechung

Richard Mabey, Die Heilkraft der Natur, Berlin 2018, Matthes & Seitz, 245 S.

Im Alter von etwa 60 Jahren verlässt der Naturschriftsteller Richard Mabey das Haus, in dem er bis dahin gelebt hat. Damit wagt er sich zugleich heraus aus seinem eigenen Wald und der vertrauten Landschaft der Chiltern Hills und hinein in die offenere, feuchte Landschaft der Fenns East Anglias, wo er zunächst sich spärlich einrichtet in einem Zimmer und nur mit dem Nötigsten ausgestattet – darunter sein Schreibzeug. Nach einer schweren Depression ist dieser Aufbruch und Neubeginn ein markanter Einschnitt auf dem Weg der zunehmenden Erholung. Das Buch dokumentiert in sechs Kapiteln, wie sich Mabey in seinem ersten Jahr die verloren geglaubte Verbindung zur Natur in einer neuen Umgebung wieder erschließt, Schritt für Schritt durch alle Jahreszeiten hindurch, und wie er dabei zugleich Gesundheit und Schreibkraft – ja überhaupt den „Anschluss“ (111) wieder findet. Anders als der Titel vielleicht vermuten lässt, tragen auch Freundschaften und Liebe ihren Teil bei.

Was das Buch von manch anderen im Feld des *Nature Writing* unterscheidet ist, dass mit den Naturbeschreibungen auch die Verfasstheit des Autors und ein Teil seiner Lebensgeschichte geschildert werden. Diese Dramaturgie überzeugt, auch wenn der Schwerpunkt dabei im Naturerleben liegt.

Es ist ein Buch, das man gern langsam liest und an manchen Stellen in Gedanken versunken etwas verweilt. Es ist ein ehrliches Buch, lakonisch mitunter in den Passagen zur eigenen Geschichte. In die Schilderungen der lokalen Erlebnisse und Wahrnehmungen webt der Autor persönliche Rückblenden und übergreifende gedankliche Exkurse ein, mal philosophisch und geschichtlich, mal umweltpolitisch motiviert. Das geschieht oft assoziativ und dabei stets anregend, poetisch und auch mit Tiefe. Die offensichtliche Freude des Autors an reicher Sprache haben die Übersetzerinnen so ausdrucksstark wie nuancenreich ins Deutsche übertragen. Eine sowohl bewegende als auch fachlich interessante Lektüre.

Die rückblickenden eindrücklichen Schilderungen aus der Zeit der Depression geben über die persönliche Geschichte hinaus beispielhaft Einblick in ein verbreitetes Krankheitsbild. Mabeys Fallgeschichte, wenn man so will, lässt sich als Exempel für die naturtherapeutische Grundidee lesen, wonach das Gefühl der *Zugehörigkeit* (vgl. Kreszmeier 2008) wesentliche Voraussetzung für (körperlich-psychisch-seelische) Gesundheit ist und im Kontakt mit der Natur vielfach besonders eindrücklich erlebt oder wieder aktiviert wird.

In Mabeys Worten liegt *die Heilkraft der Natur* „im Wiedererlangen der fantasiereichen Beziehung mit der Welt dort draußen“ (S. 72). Interessant ist hier die Wahrnehmung der beidseitigen Bewegung: „Was mich gesunden ließ, war [...] das Gefühl, dass die Natur in mich zurückkehrte.“ (S. 230). Außerdem schreibt er auch dem Umzug in eine andere Landschaft Bedeutung bei, die in ihrer Offenheit auch den eigenen „Öffnungsprozess“ unterstützt habe, mit dem sich dann neues Zutrauen einstellte. Mit Bestimmtheit wagt Mabey

(noch) nicht von Heilung zu sprechen doch versuche er, sich „dem wirbelnden Atem der Welt“ hinzugeben (S. 230).

Zuletzt kommt in Mabeys Buch auch eine allgemeine Vision zum Ausdruck – angenehmerweise ohne mahnenden Unterton vorgetragen. Darin lernen die Menschen (in der industrialisierten Welt, müsste man wohl ergänzen) „mit dieser Doppelsexistenz umzugehen, mit dieser Eingebundenheit in unsere eigene Welt und in die Natur“ (S. 231). Sie sind den „Quellen des Lebens“ verbunden und erschließen vermehrt Räume, in denen Natur und Kultur sich treffen, in denen Menschen selbstverständlich Zugang haben zur Natur und zu einem ungezähmten und freien Leben darin. Es gibt in dieser Vision auch Gebiete, die wilden Tieren vorbehalten sind. Doch erobern sich die Menschen einen Teil der Verbundenheit mit der Natur zurück auch dort, wo großräumige Landwirtschaft, Städtebau oder auch der Naturschutz Mensch und Natur mitunter einander entfernen.

Dass das unter dem Titel *Nature Cure* erstmals 2005 publizierte Buch von Richard Mabey jetzt auf deutsch in der gewohnt schönen Ausstattung der Reihe „Naturkunden“ erschienen ist, stellt eine willkommene Bereicherung der Literatur an den Verbindungsstellen von Mensch und vielfältig bewohnter Landschaft dar.

*Eine leicht gekürzte Version dieser Rezension ist abgedruckt als
Rezension zu Mabey, Richard: Die Heilkraft der Natur. Berlin 2018. In: e & l - Erleben und Lernen 3 & 4/2019, S. 66
(Bettina Grote)*