

Kannst du die Kraft der Natur spüren?

Die Natur, das ist die Erde, in der die Wurzeln ankern, in der Samen schlummern und Milliarden von Kleinstlebewesen und Mikroorganismen auf Hochtouren arbeiten. Die Natur, das ist das Wasser, das sich aus den Meeren und Seen durch die Wärme der Sonne auf den Weg in luftige Höhen begibt, sich dort in Wolken verwandelt und irgendwann wieder die Erde benetzt. Die Natur, das ist die Quelle, die vom Regen gespeistes Grundwasser wieder an die Oberfläche führt, zum Bächlein, Bach und Fluss anschwillt und schließlich im Meer mündet. Die Natur, das ist der Fisch, der im Wasser schwimmt.

Die Natur, das ist der Samen, der durch die Wärme der Sonne, das Wasser und die nährnde Erde keimt und zu einer Pflanze heranwächst. Die Natur, das ist die Sonne, die

die Pflanze zum Sprießen bringt. Die Natur, das ist das Insekt, das sich an dem süßen Nektar und dem nahrhaften Pollen labt, und das Insekt, das die sattgrünen Blätter der Pflanze frisst. Die Natur, das ist der Vogel, der die Samen der Pflanze verzehrt. Die Natur, das ist der Wind, der den Vogel trägt und auch das Tier, das den Vogel frisst.

Die Natur, das ist das Tier und die Pflanze, die am Boden liegen, nachdem ihre Lebenskraft entschwunden ist, und die Käfer, Maden, Pilze und Bakterien, die die Überreste wieder in nährnde Erde verwandeln. Die Natur, das ist Werden, Leben und Vergehen. Das alles ist Natur – und noch viel mehr.

Und wo bleibst du, der Mensch, in diesem idyllischen Bild? Denkst du, du passt hier nicht hinein? Siehst du in deiner Vorstellung einer perfekten Naturlandschaft einen Menschen?

Meinst du, der Mensch hat hier nichts zu suchen? Ich finde doch! Vor allem der achtsame Mensch, der die Natur liebt, wertschätzt, respektiert und dankbar dafür ist, dass sie ihm das Leben schenkt. Der Mensch, der die Natur in vollen Zügen genießt, Kraft tankt, sich mit ihr verbindet, Naturschätze sammelt und darauf achtet, dass er keine bleibenden Spuren hinterlässt. Der Mensch, der der Natur vielleicht sogar etwas zurückgibt.

Formt er sich schon, dieser Mensch, in deiner perfekten Naturlandschaft? Mit diesem Buch möchte ich dich dabei begleiten, dieser Mensch zu werden. Der Mensch, der weiß, dass die Natur seine Mutter ist. Der Mensch, der in der Natur und ihren Teilen auf einfachste Art und Weise Kraft zu tanken vermag. Der Mensch, der in der Natur zu seinem Innersten findet und dadurch Antworten auf seine Fragen

gewinnt. Der Mensch, der in der Natur aufblüht und das Leben spürt. Der Mensch, der weiß, wie er es verhindert, bleibende Spuren zu hinterlassen.

Dafür braucht es klare Regeln, die eingehalten werden müssen. Regeln, die die Natur vorschreibt, und Regeln, die der Mensch zum Schutz der Natur erarbeitet hat. Lass dich aber nicht von den Vorschriften entmutigen. Freue dich, dass du ein „Werkzeug“ hast, um die idyllische Naturlandschaft in deinem Kopf zu verwirklichen – mit dir darin.

Lass uns losstarten: auf in den duftenden, sagenhaften Wald.

