

Sehnsucht nach Stille

Natur als akustisches Reservat

Rainer Brämer

natursoziologie.de

stille

12/2008

Lärm alarmiert

"Für die Bevölkerung in Deutschland ist Lärm eine der am stärksten empfundenen Umweltbeeinträchtigungen" - konstatierte das Umweltbundesamt im Jahre 2006. Seinen Erhebungen zufolge fühlen sich fast zwei Drittel der Zeitgenossen durch Straßenverkehr gestört, hinzu kommen Nachbarschaftsgetöse, Fluglärm und vieles mehr. Meist sind gleich mehrere Lärmquellen im Spiel. Die Quote derer, die richtiggehend darunter leiden, liegt nach diversen Studien zwischen 10 und 30 Prozent. Am meisten Betroffenen ist die Altersgruppe 40 bis 50 – Menschen mitten im Leben also.

Schon vom Wort her hängt Lärm mit Alarm bzw. dem Ruf zu den Waffen (italienisch *armi*) zusammen und versetzt uns dementsprechend je nach Art, Stärke und Dauer in Alarmbereitschaft. Als Folge davon können wir uns schlechter konzentrieren, Leistungsfähigkeit und Gedächtnis lassen nach, vegetative und hormonelle Regulationsmechanismen werden gestört und das Risiko für Herzkreislauferkrankungen steigt.

Wie kann man dem Dauerlärm entgehen, wie sich am besten von seinen Folgen erholen? Im Internet finden sich weit mehr Fakten zum Thema Lärmbelastung als Ratschläge zu deren Vermeidung. Meist wird den Lärmopfern der Weg in spirituelle oder meditative Sphären empfohlen, mit und ohne religiösen Hintergrund. Manchmal ist auch prosaischer von Ohrstöpseln oder Flucht in die Einsamkeit die Rede. Ob und in welchem Maße dem gefolgt wird, bleibt offen. Unklar ist auch der Erfolg von Initiativen wie "Laut ist out" oder "Welttag gegen den Lärm" (16.April).

Im Rahmen der zahlreichen empirischen Lärmstudien wurde das Thema Stille, so weit übersehbar, nur in Österreich angesprochen. In seinem 2007 erschienen Buch "Die Lärmspirale" berichtet Bernd Chibici von einer Umfrage, der zufolge 54% der Österreicher eine große Sehnsucht nach Stille haben. Von den Bewohnern der Stadt Graz wird kolportiert, dass jede/r Zweite "sehr oft" diese Sehnsucht verspürt.

Natur als Hort der Stille

Wie oder wo aber wird diese Sehnsucht gestillt? Wem es dabei nicht nur um Ruhe im Kopf, sondern um eine echte räumliche Stille geht, der wird diese vermutlich zuallererst in der

Natur als Gegenwelt zur Zivilisation suchen. Schon 1996 fand sich in einer Umfrage unter Studierenden der Universität Marburg ein Hinweis auf die hohe Bedeutung von natürlicher Stille. Unter den Antworten auf die Frage, was ihnen in der Natur wichtig sei, nahm "Ruhe" mit 82% Zustimmung den ersten Platz ein. Dass damit nicht etwa totale Lautlosigkeit gemeint war, verdeutlichen die Rangplätze zwei und drei, die mit "Wassergeräusche" (74%) und "Tiergeräusche" (65%) belegt waren.¹ Natürliche Stille schließt also gängige Naturgeräusche ein, sie gehören zum akustischen Ensemble, von dem man sich Beruhigung und Entspannung erhofft. Erst danach folgten in der Rangliste attraktiver Naturelemente Aus-sichten, Pfade, Abwechslung und Abenteuer.

Eine erheblich fundiertere Umfrage zum Thema Natursportarten aus dem Jahre 2001 unter knapp 1.300 Studierenden aller Fächer aus 11 bundesdeutschen Hochschulen deutete in eine ähnliche Richtung. Die Feststellung "In der freien Natur ist mir folgendes wichtig" ergänzen nicht weniger als 90% der Jungakademiker beiderlei Geschlechts mit "natürliche Stille". Ähnlich hoch wurden unter den 18 Antwortalternativen saubere Umwelt, Schönheit der Natur, unberührte Natur und Zeithaben bewertet. Die Anhänger speziell des Wander-, Rad- und Kanusports gaben der Stille sogar noch ein paar Prozentpunkte Zuschlag.

Im Jahre 2007 wurden erneut 1.300 Studierende an 12 Hochschulen nach "besonders wichtigen Gründen, in die Natur herauszugehen" gefragt. Dabei gaben 60% von ihnen an, dies um der dort erhofften Stille wegen zu tun.² Die im Vergleich zu 2001 gesunkene Zustimmung ist vermutlich auf die mit der Vokabel "besonders" verschärfte Fragestellung zurückzuführen. An Bedeutung wurde dieses Motiv nur durch den Genuss schöner Landschaftszenerien übertroffen. Demgegenüber spielten klassische Motive wie die Erkundung unbekannter Regionen, Gesundheit und Abenteuer eine mehr oder weniger drittrangige Rolle.

Deutsche Studierende		2007
Besonders wichtige Gründe, in die Natur hinauszugehen		
Prozent		
Motiv	Gesamt	Wander - Fans
Schöne Landschaft genießen	81	91 (+)
Entlastung vom Berufs- und Alltagsstress	60	64
Natürliche Stille genießen	60	73 (+)
Unbekannte Regionen kennenlernen	49	65 (+)
Etwas für die Gesundheit tun	41	47
Alleine sein	37	47 (+)
Abenteuer erleben	29	36
Interesse an Pflanzen und Tieren	25	41 (+)

Lediglich der Wunsch nach Entlastung vom Berufs- und Alltagsstress fand gleich viel Anhänger, was den kompensatorischen Zusammenhang von Stress und Sehnsucht nach Stille unterstreicht. Ebenfalls nicht zufällig erscheint der Umstand, dass Examenssemester die Stille der Natur um 10% höher schätzten als Erstsemester. Ganz besonders lag auch denjenigen daran, welche nach eigenen Angaben "sehr gerne" wandern. Fast drei Viertel von ihnen hatten das Stille-Motiv angekreuzt. Der Fußausflug in die Natur scheint ein Königsweg aus der Lärmfalle zu sein.

¹ Quelle: "Was Jugendlichen die Natur bedeutet" in der Rubrik "Natur im Wertehorizont" / Originalstudien.

² Quelle: Profilstudie Wandern '07, dokumentiert in wanderforschung.de unter Wanderer / Originalstudien

Vorrangiges Wandermotiv

Das unterstreichen auch die regulären "Profilstudien Wandern", die in ihrer regelmäßigen Abfrage der gängigen Wandermotive stets auch die Stille zu Abstimmung stellen. In den letzten Jahren waren es stets knapp zwei Drittel der deutschlandweit befragten Wanderer, für welche die "Stille der Natur" ein "besonders wichtiges" Wandermotiv darstellte. 2003 nach dem langjährigen Hauptmotiv des Natur- und Landschaftsgenusses noch auf dem zweiten Platz auf der Motivskala, ist sie seither lediglich von dem trendigen Bemühen überholt worden, etwas für die Gesundheit zu tun, während das Entdeckermotiv und die Stressentlastung nach wie vor seltener als Impulsgeber benannt werden.

Profilstudien Wandern		im Jahresvergleich		
Wandermotive				
Prozent der Befragten				
Besonders wichtig	'08	'06	'03	
Natur und Landschaft genießen	88	91	83	
Stille der Natur	65	61	63	
Interesse an Pflanzen und Tieren	41	35	43	
Erkunden unbekannter Regionen	60	57	60	
Etwas für die Gesundheit tun	70	69	59	
Entlastung vom Alltagsstress	53	52	44	
Zu sich selbst finden, Nachdenken	24	22	24	

Ähnlich wie beim Genuss der Landschaft sind sich auch bei dem der Stille nahezu alle Wanderer einig. Ob männlich oder weiblich, jünger oder älter, mit Hauptschul- oder Hochschulabschluss, stets wird das Stillemotiv von zwei Dritteln der Befragten angekreuzt. Geringfügig wichtiger ist es lediglich Vielwanderern und Menschen aus Großstädten. Dagegen legen in Spanien befragte Jakobspilger weniger Wert darauf. Schon in punkto Naturgenuss bescheidener, macht ihnen offenbar auch Lärm nicht so viel aus, was mit Blick auf die nicht selten straßennahe Wegführung des klassischen Jakobsweges opportun erscheint.

Für Normalwanderer ist Lärm auf den Wegen dagegen ein erhebliches Ärgernis. Die Profilstudie Wandern 2000 stellte u.a. die Frage, was beim Wandern in deutschen Landen als besonders störend empfunden werde. Dabei landeten an der Spitze der 22 vorgegebenen Horror-Items mit über 90% fehlweisende Wegweiser und Müll in der Landschaft. An zweiter Stelle folgte - man ahnt es schon - Verkehrslärm aller Art mit einer 80%-Quote. In der offenen Frage nach Ärgernissen entlang der Wanderwege zieht Lärm und Betrieb sogar mit Müll und unzureichender Beschilderung gleich. Seit Anfang des Jahrzehnts machen entsprechende Beschwerden unverändert rund 10% aller spontan und ohne Antwortvorgaben geäußerten Klagen aus.

Auch wenn es Wanderern bei ihrer regelmäßigen Flucht aus der Alltagswelt vor allem um den Genuss schöner Natur geht, gehört natürliche Stille doch unabdingbar dazu. Sie scheint den Befunden zufolge ganz generell ein zentraler Bestandteil unserer Vorstellung von Natur zu sein. Möglicherweise ist der Wunsch nach Stille eine maßgebliche Ursache der seit geraumer Zeit zu beobachtenden Zunahme von Outdoor- und Wander-Aktivitäten.

Jugend im Gegentrend

Noch Ende der 90er Jahre sah es so aus, als gälte das auch für die junge Generation. So bejahten im Rahmen des Jugendreports '97 nicht weniger als 80% der über zweitausend befragten Schüler aller Schularten die Feststellung "Am Wald liebe ich vor allem die Stille", nachdem Stille bereits in einer Vorstudie im Rahmen einer offenen Frage nach den Vorzügen der Natur ganz vorne rangierte. Nennenswerte Unterschiede zwischen Mädchen und Jungen, Sechst- und Zwölfklässlern, Hauptschule und Gymnasium sowie Stadt und Land zeigten sich dabei nicht.

Sechs Jahre später war die Liebe zur Waldesstille im Rahmen des Jugendreports '03 auf 73% gesunken. Über den Durchschnitt ragten lediglich die Teilnehmer an Umweltinitiativen mit 86% Zustimmung heraus, während sich Umweltmuffel nur zu 65% für den lärmfreien Wald erwärmen konnten.

Nahezu schlagartig veränderte sich die Situation im Zusammenhang mit dem Jugendreport Natur '06. Auf die Frage nach dem, was ihnen an der Natur gefällt, kreuzten nur 35% die Antwortalternative "Stille" an. Junge Menschen aus der Stadt konnten ihr sogar nur zu 27% im Vergleich zu 47% der Dörfler etwas abgewinnen. Überdurchschnittlich kam sie bei denjenigen weg, die von sich behaupteten, gerne zu wandern. Deren Anteil an den Befragten hatte sich allerdings seit 2003 halbiert - von 28 auf 14 Prozent. Ähnliche Einbußen verzeichneten auch andere Naturaktivitäten und -interessen in dem Dreijahreszeitraum.

Bei der Suche nach Gründen für diese generelle Denaturierung lieferte die Studie zwei Hinweise. Zum einen gab über die Hälfte der Befragten an, dass sie bereits ein- oder mehrmals ermahnt worden seien, im Wald leise zu sein. Das galt insbesondere für die Mitglieder von Umweltgruppen. Eine derartige Zeigefingerpädagogik dürfte auf junge Menschen eher abschreckend als förderlich wirken. Aufschlussreicher noch erschien die Korrelation zwischen einer wachsenden Naturferne und der drastischen Zunahme des Mediengebrauchs insbesondere auf dem Gebiet der PC-Spiele. Dass mit einer derartigen Spielneigung natürliche Stille an Reiz verliert, liegt auf der Hand.

Die Konkurrenz der Medien ist indes nicht neueren Datums. Bereits Mitte der 90er Jahre hatten in diversen Kleinstudien zwei Drittel der Jugendlichen bekannt, in der Natur gerne Musik zu hören. Nur ein Drittel konnte sich der Feststellung anschließen: "Beim Wandern sollte man besser nicht Walkman hören", 40% widersprachen ihr explizit. 2003 waren es nur noch 26%, die unterwegs lieber auf Musikmaschinen verzichteten. 84% hatten schon mal den Walkman dabei, 43% hatten das gut gefunden. Als besonders angetan erwiesen sich hierbei die Mädchen und die älteren Jahrgänge. Zu dieser Zeit hatte der bequeme MP3-Ohrknopf als Nachfolger des Walkman seinen massenhaften Siegeszug erst begonnen.

Seither dürften sich die Hörgewohnheiten und Lärmtoleranzen drastisch verändert haben. Wenn sich in der Natur generell kaum ein Pendant für die hohe Reizdichte der neuen akustischen und visuellen Medien findet, um wie viel langweiliger muss erst stille Natur erscheinen. Allerdings scheint es auf diesem Feld auch so etwas wie eine lebensgeschichtliche Sättigung zu geben. Spätesten im Twen-Alter beginnt nach Ausweis einschlägiger Studien Natur, Wandern und damit auch natürliche Stille wieder attraktiv zu werden.