

„Herrliche Berge – sonnige Höhen“ – Wie der Gipfel unsere Ehrfurcht weckt

Geschafft – nach einem steilen Anstieg auf dem Gipfel angekommen. Was für ein Ausblick tut sich dort auf – Täler und Berge, Landschaft und Fels, so weit das Auge reicht. Der Kirchenvater Augustinus weiß, was solch eine Aussicht mit uns macht: „Es gehen die Menschen hin, zu bestaunen die Höhen der Berge, die ungeheuren Fluten des Meeres, die breit dahinfließenden Ströme, die Weite des Ozeans und die Bahnen der Gestirne und vergessen darüber sich selbst.“ (*Confessiones* X,8)

Naturerlebnisse lassen staunen, tun uns in der Seele gut und verändern sogar unser Sozialverhalten. Das ist wissenschaftlich nachgewiesen worden. Der bekannte Psychiater Manfred Spitzer schreibt dazu: „Wenn wir Natur erleben und uns wirklich auf sie einlassen, dann fühlen wir uns besser gestimmt, haben unsere Emotionen besser im Griff, können uns wieder besser konzentrieren, fühlen uns weniger gestresst und fühlen uns anderen Menschen näher verbunden, d. h. wir haben mehr Mitgefühl und sind empathischer und großzügiger.“

Was wir in freier Natur selbst erleben, kann nicht in Bildern wiedergegeben werden. Im Naturpanorama zeigt sich nämlich das eigene Sichtfeld unbegrenzt – im Unterschied zum Smartphone, wo das Gesehene von oben herab fixiert bzw. selbst kontrolliert werden kann. Wer die Bergwelt mit eigenen Augen wahrnimmt, ist in seiner Seele tief berührt. Das macht die Ehrfurcht aus: Sich selbst im Vergleich zu einer überragenden Natur klein fühlen und doch nicht eingeschüchtert zu sein. Die Größe und Erhabenheit der Natur erfahre ich beglückend, nicht bedrückend.

So finden wir auf dem Berggipfel mit Worten des Psalm 8 zum ehrfürchtigen Gotteslob: „*HERR, unser Herrscher! Die ganze Welt spiegelt deine Herrlichkeit wider, der Himmel ist Zeichen deiner Hoheit und Macht. Ich blicke zum Himmel und sehe, was deine Hände geschaffen haben: den Mond und die Sterne – allen hast du ihren Platz zugewiesen. Was ist das schon der Mensch, dass du an ihn denkst? Wie klein und unbedeutend ist er, und doch kümmert du dich um ihn.*“

Jochen Teuffel