

# GRÜNE TEXTE

## Die NEUEN NATURTHERAPIEN

Internetzeitschrift für Garten-, Landschafts-, Waldtherapie,  
Tiergestützte Therapie, Green Care, Green Meditation,  
Ökologische Gesundheit, Ökopsychosomatik  
(peer reviewed)

2015 begründet und herausgegeben von

*Univ.-Prof. Dr. mult. Hilarion G. Petzold (EAG)*

In Verbindung mit:

**Gartentherapie:**

*Konrad Neuberger*, MA, D Düsseldorf, *Edith Schlömer-Bracht*, Dipl.–Sup. D Brilon

**Tiergestützte Therapie:**

*Dr. phil. Beate Frank*, D Bad Kreuznach, *Ilonka Degenhardt*, Tierärztin, D Neuwied

**Landschafts- und Waldtherapie:**

*Bettina Ellerbrock*, *Dipl.-Soz.-Päd.* D Hückeswagen, *Christine Wosnitza*, *Dipl. Biol.*, D Wiehl

**Gesundheitsberatung, Health Care:**

*Doris Ostermann*, *Dipl.-Soz.-Päd.*, D Osnabrück, *Dr. rer. pol. Frank-Otto Pirschel*, D Bremen

**Ernährungswissenschaft, Natural Food:**

*Dr. med. Susanne Orth-Petzold*, *MSc. Dipl. Sup.*, D Haan, *Dr. phil. Katharina Rast-Pupato*, Ch Zürich

**Green Meditation:**

*Ilse Orth*, *Dipl.-Sup. MSc.*, D Erkrath, *Tom Ullrich*, *Dipl.-Soz.-Arb.* D Ulm

**Ökopsychosomatik:**

*Dr. med. Ralf Hömberg*, D Senden, *Dr. mult. Hilarion Petzold*, D Hückeswagen

**Naturgestützte Integrative Therapie:**

*Dr. med. Otto Hofer-Moser*, Au Rosegg, *Susanne Heule*, Psychol. Lic. rer. publ. CH Zürich

© FPI-Publikationen, Verlag Petzold + Sieper, Hückeswagen.

Grüne Texte ISSN 2511-2759

Ausgabe 17/2021

## Ökologische Lebenskunst als Selbst- und Weltgestaltung, oikeiotisches Selbst- und Weltlernen \*

*Ilse Orth, Hilarion G. Petzold (2021b), Hückeswagen\*\**

---

\* Aus der „Europäischen Akademie für biopsychosoziale Gesundheit, Naturtherapien und Kreativitätsförderung“ (EAG), staatlich anerkannte Einrichtung der beruflichen Weiterbildung, Hückeswagen (Leitung: *Univ.-Prof. Dr. mult. Hilarion G. Petzold*, *Dipl.-Sup. Ilse Orth*, *MSc.*). Mailto: [forschung@integrativ.eag-fpi.de](mailto:forschung@integrativ.eag-fpi.de), oder: [info@eag-fpi.de](mailto:info@eag-fpi.de), Information: <http://www.eag-fpi.com> ) und der „Deutschen Gesellschaft für Naturtherapie, Waldtherapie/Waldmedizin und Green Care – DGN e.V.“ <https://www.eag-fpi.com/deutsche-gesellschaft-fuer-naturtherapie-waldmedizin-und-green-care-dgn/> . Sigle 2021b.

\*\* Der Text wurde als Vorbemerkung zu einer Arbeit von lic. phil. *Cristina Hegi* zum über „Lebenskunst als Thema der Psychotherapie – eine integrative und ökologische Perspektive“ ( <https://www.fpi-publikation.de/polyloge/25-2021-hegi-c-orth-i-petzold-h-g-lebenskunst-als-thema-in-der-psychotherapie-eine-integrative-und-oekologische-perspektive/> ) verfasst. Da er für den Bereich der „Neuen Naturtherapien“ von Interesse ist, wird er auch in „Grüne Texte“ eingestellt.

Es gibt Themen im Leben, in der persönlichen gemeinschaftlichen Lebensgeschichte – wir leben ja in „Konvois“, sozialen Netzwerken über die Zeit (Hass, Petzold 1999) –, mit denen man sich immer wieder befassen muss. Solche große Lebensthemen werden dann auch Gegenstand einer Psychotherapie, die sich, wie der Integrative Ansatz von Petzold, Orth und Sieper, als „**Integrative Humantherapie in der Lebensspanne und Lebenswelt**“ versteht (Petzold 1974k, 2003a; Sieper et al. 2021). Als ein solches Thema kann das der „**LEBENS-KUNST**“ gesehen werden. Es ist mit zentralen Theorieständen und **Kernkonzepten** der Integrativen Therapie und mit **Kernstrategien** ihrer **Praxeologie** und **Praxis** verbunden (Petzold, Orth, Sieper 2021, c. 6). Wir haben das Thema „Lebenskunst“ immer wieder in unseren Texten erwähnt und exemplarisch auch in einem Beitrag zur Methode der „Rezeptiven Kunsttherapie“ in der Integrativen Therapie mit „kreativen Medien“ (Petzold, Orth 1990a) bearbeitet: „*Das Selbst als Künstler und Kunstwerk*“ (ders. 1999q). Aber das Thema ist sehr umfassend, nicht zuletzt sein Herkommen und seine Quellen, und sein Relevanzbereiche sind extrem breit für das Leben von Einzelnen und Gruppen, ja Gesellschaften (Stichworte: Freizeit-, Erlebnis-, Konsumgesellschaft etc. Dumazedier 1962; Galbraith 1959; Schulze 1992). Das macht immer wieder neues Ausloten, Vertiefen, Differenzieren, Integrieren, Überschreiten notwendig, zumal dagegen auch Kontrastbegriffe wie Verarmung und Verelendung, Versagen und Scheitern stehen und auch kontrastierende Ideen auf kollektiven Ebenen – genannt seien hier exemplarisch die Risiko- bzw. Weltrisikogesellschaft (Beck 1986, 2008, 2012) oder die Weltgesellschaft devolutionärer, anthropogener Katastrophen, negativer ökologischer Makroeffekte, Weltwirtschaftskrisen, die zunehmend die kulturellen Diskurse bestimmen (Stichworte Klimawandel, Artensterben, Naturzerstörung, Migration usw. Lesch, Kamphausen 2018; Petzold, Sieper, Mathias-Wiedemann 2021). Diese hier nur kurz angerissene Perspektive zeigt, dass Lebenskunst immer auch mit dem Blick auf kollektive Dimensionen betrachtet werden muss. Sie ist von multiplen Zeitgeisteeinflüssen und Entfremdungsdynamiken (Petzold 1994k, 2016l), ökonomischen Rahmenbedingungen (Lesch 2018; Mazzucato 2013), ökologischen Mikro- und Makroeffekten (Glaubrecht 2019; Kolbert 2021; Wallace-Wells 2019) und von den gesellschaftlichen Erwartungen, Bewertungen, Visionen geprägt, von routinierten, aber auch kreativen Umsetzungen, die sich daraus ergeben (Reckwitz 2017). Phänomene der Lebenskunst werden insgesamt von all diesen heterogenen, aber doch irgendwie miteinander vernetzten Einflüssen bestimmt und sie führen dabei auch zu komplexen Lernprozessen, die für die anstehenden, sich extrem beschleunigenden (Rosa 2005, 2012) Aufgaben einer „transversalen Moderne“ (Petzold, Sieper, Orth 2019c; Welsch 2006) zu einer essentiellen Herausforderung werden. Wird es den Einzelnen und wird es relevanten Gruppen, ja Gesellschaften gelingen, in breiter Weise die „Erfordernisse der Weltlage“ zu erfassen, aus vergangenen und gegenwärtigen Fehlern zu lernen und nachhaltige Konsequenzen in Form von wirksamen Verhaltensänderungen zu ziehen und umzusetzen? Eine „**nachhaltige Lebenskunst**“ ist angesagt. Es geht ja nicht um das kurze Gastspiel des „Lebenskünstlers“, der seine Erbschaft „auf den Kopf schlägt“ in der Verarmung landet und nichts zum Gemeinwohl beigetragen hat, oder den Lebensstil des Bonvivants, der seine Gesundheit ruiniert, weil er seine Leiblichkeit nicht verstanden hat. Es geht um das Herstellen und

Bewahren eines „guten Lebens“, das Dauer hat und behält. Darin liegt die Kunst und sie erfordert Selbstreflexivität, „**Selbstversehen**“, das Verstehen der eigenen **Leiblichkeit** und Lebensgeschichte, aber auch transversale Reflexionen, das Verstehen der **Lebenswelt**, von Lebenszusammenhängen in ihrer Geschichtlichkeit und Ökologizität, also „**Weltverstehen**“. Dahinter stehen fundamentale persönliche und kollektive Lernprozesse, in denen sich Menschen befinden – von klein auf, ein Leben lang und die auch von **multiplen Entfremdungen** und verdinglichenden Einwirkungen (*Petzold* 1987d, 1994c) gefährdet oder beschädigt werden können. An die Stelle von **Verdinglichung** muss dann wieder **Lebendigkeit** treten und die **Entfremdung** muss durch neue **Zugehörigkeit** aufgehoben werden. Dabei wird deutlich: "Den Bezug zur Lebenswelt über den Bezug zum eigenen Leib wiederzugewinnen, bedeutet, die Erfahrung zu machen, dass es genauso wenig möglich ist, die *Lebenswelt* zu besitzen, zu dominieren, auszubeuten, wie es möglich ist, den eigenen *Leib* oder den eines anderen zu 'haben' im Sinne eines Objektbesitzes, einer Leibeigenschaft, ohne *Zerstörung des Lebendigen*" (*Petzold* 1988n, 311). Prozesse des „**Selbstlernens**“, des Lernens, ein wahrnehmungssensibles und verständiges Leib-Selbst zu werden, sind zugleich Prozesse des „**Weltlernens**“, ein komplexes, leibhaftiges Lernen, um die Welt immer besser durch Verkörperungen/*embodiments* und Mentalisierungen/*mentalizations* zu verstehen (*Petzold, Orth* 2017a, b) und ein modernes „mundanologisches Weltbild“ (*Welsch* 2015) zu gewinnen. Es ist ein kontinuierlicher, nicht endender Prozess des Erkenntnisgewinns, so die integrative Epistemologie (*Petzold* 2017f).

Schon in der jüngeren Stoa findet sich ein solches naturbezogenes Denken mit dem Begriff bzw. Konzept der „**Oikeiosis**“, **οικείωσις**, „Selbstaneignung“ (*Forschner* 2008, *Petzold* 2019d), die dem Menschen und auch Tieren – so *Hierokles* (*Reydams-Schils* 2018) – eigen ist.

- „Der Begriff steht in der Philosophie der Stoa für eine biologische, psychologische und moralphilosophische Konzeption, nach der die Tendenz zur Selbsterhaltung ... den primären natürlichen Impuls jedes Lebewesens bildet. Speziell beim Menschen schließt sich als zweite Stufe eine rationale Selbstaffirmation sowie eine vernünftige Akzeptanz aller anderen Menschen an. Der Ausdruck **οικείωσις** ist eine Ableitung von (eigen) bzw. **οικειοῦν** (sich aneignen). Wörtlich bezeichnet er den Umstand, daß sich ein Lebewesen mit sich selbst prozessförmig bekannt macht und sich selbst in Besitz nimmt.“ (*Horn* 2004)

Da das aber im Kontext der Natur geschieht, ist **OIKEIOSIS** immer ein Geschehen in der Welt, mit der Welt und durch die Welt, in der sich auch die **Lebenskunst** als eine „**oikeiotische Lebenspraxis**“, als naturgerechtes Leben, realisiert. So war Natur auch im stoischen Denken präsent durch seine Devise eines „*secundum naturam vivere*“ (*Seneca*, *De otio* IV 2). Wir haben unseren ökologischen und mit den *life sciences* modernisierten Begriff der OIKEIOSIS, um ihn vom antiken der **Οικείωσις** zu unterscheiden, in **KAPITÄLCHEN** geschrieben. Denn in der Stoa war noch kein Ökologieverständnis vorhanden, wie es durch die modernen ökologischen Problemlagen aufgekommen ist (vgl. z. B. die Arbeiten von *Mathis Wackernagel* zum ökologischen Fußabdruck). Wir haben mit den neuen ökologischen und mundanologischen Perspektiven unser integratives Konzept einer „**klinischen Philosophie**“, das *Petzold* 1970 in das philosophische und klinische Feld eingeführt hatte

(Petzold 1991a), um eine ökosophische Dimension aus unserer naturtherapeutischen Praxis (Petzold, Petzold-Heinz, Sieper 1972) erweitert und haben Hadots (1991) grundlegende Idee der „Philosophie als Lebensform“ ökologisch ergänzt, indem wir sie auch als „**Grüne Philosophie**“ (Petzold, Orth 1998b) sehen.

„Am Ursprung der Philosophie steht die Naturphilosophie. Da sind nicht nur die frühen ionischen und chinesischen Naturphilosophen, sondern all die unbekannt gebliebenen Menschen der Frühe, die versunken vor der Natur saßen, spontan in meditative Betrachtung der Landschaft, der Seen, des grünem Wassers gefallen waren oder der Wälder und Auen – in grüne Meditation versunken. Sie erlebten die ‘Grünkraft’, von der später auch *Hildegard von Bingen* schrieb, sinnhaft mit der ‘vitalen Evidenz’ frühlingsfrisch aufbrechender Knospen. Sie spürten das ‘grüne Leben’ lebendig, lebensvoll, leibhaftig und begannen über das Leben nachzusinnen. So wurden ‘grüne Meditation’ und ‘grüne Philosophie’ geboren. Deshalb gilt es, auch in der integrativen Naturarbeit Menschen an die Natur heranzuführen, zu grüner Meditation anzuleiten, zur künstlerischen Gestaltung in der Natur und zu grünem Philosophieren anzuregen, um einen naturbewussten, naturliebenden *grünen Lebensstil* zu gewinnen, vielleicht eine ‘grüne Lebenskunst’, könnte man – mit *Nietzsche* den antiken Lebenskunstgedanken aufnehmend – sagen“ (Petzold, Orth 1988b).

Wir sprachen in diesem Kontext auch von „ontologischen Erfahrungen“ (Orth 1993), die auch als Naturerfahrungen gemacht werden können. Stoiker wie *Musonius* (Nickel 1994) und *Hierokles* (Forschner 2008; Ramelli 2009) mit ihren Natur- und Lebensweltbezügen können hier als Hintergrund beigezogen werden, wenn man die lebendige Natur – Wald, Feld, Wiesen, Gärten, Parkanlagen – in die therapeutische Arbeit einbezieht, wie das in der Integrativen Therapie immer geschehen ist. Die Geschichte der Naturphilosophie und ihre Erträge von der Antike bis zur Gegenwart (Kirchhoff et al 2017; Meixner 2004; Vollmer 2003; Krohs, Toepfer 2005; Merleau-Ponty 1995) bieten eine Fülle von Materialien, die uns für das Verstehen des Lebens, der Natur, der Welt, des Menschen bereichern – gerade durch ihre Vielfalt und Unterschiedlichkeit, mit der sie sich als Produkte der Natur erweisen, denn Natur ist unendlich mannigfaltig.

Die Einheit des Lebendigen und die Vielfalt seiner Formen, verlangen Bewusstseinsarbeit, um sich dem Verstehen des komplexen Phänomens der „Einheit in der Vielfalt“, der „Verschiedenheit in Verbundenheit“ anzunähern. Natur motiviert, *wahrzunehmen*, zu erfassen, zu verstehen und immer wieder etwas erklären zu können (Petzold 2017f). Die „**biologische Natur**“ generiert Vielfalt (Kroh, Toepfer 2005). Sie in immer neuen Ansätzen zu erfassen und zu handhaben, zu suchen ist eine der Aufgaben von „**ökologischer Lebenskunst**“ – nicht nur von Ökotechnologie und Eco Management. Die „**soziale Natur**“ (d.h. Kultur und Sozialität) erschafft Differenzen, Vielheit, die zu verstehen und zu nutzen sich eine „**soziale Lebenskunst**“ als Aufgabe stellt – Sozialtechnologie wird da nicht ausreichen.

Die spätmoderne, soziale Kreativität hat über Informationstechnologien, Digitalisierung und Globalisierung zu einer überbordenden Ausdifferenzierung in Mikro- und Makrobereichen geführt, die sich in Multikulturalität und in Gesellschaften der „Singularitäten“ realisiert haben, wie sie *Reckwitz* (2019) in seinen Analysen dargestellt hat. Er hat dabei auch eine durch zahllose Einzelinteressen ausgelöste „Krise des Allgemeinen“ herausgearbeitet. – Wie

kann sie aufgefangen werden und wie lassen sich Partikular- und Allgemeininteressen ausgewogen verbinden? Wird in einer globalisierten Welt die Idee und Praxis einer „**kollektiven Lebenskunst**“ entstehen, die ökologiegerecht und mit sozialer Gerechtigkeit wirksam werden kann und die überbordenden Dynamiken der **Transversalität** in der **Spätmoderne** einzufangen vermag? Das Zunehmen von Komplexität, die ubiquitären Überschreitungsdynamiken in unserer Zeit, die keine ausreichenden „Resonanzen“ (Rosa 2016) für ein lebbares Miteinander mehr zulassen, bringen die spätmoderne Welt in vielfältige Schief lagen. Können sie unter Wahrung von Vielfalt und Freiräumen hinlänglich reguliert werden? Das wird zu einer zentralen Frage für die Menschen, für die Menschheit im 21sten Jahrhundert. Für die Menschen? – Ja, jeder Einzelne ist mit seiner persönlichen Lebensgestaltung hier gefordert. – Und für die Menschheit? – Ja, es ist eine kollektive Bewusstseinsbildung zu einer ökophilen, ökologiegerechten und sozial gerechten Weltgestaltung in globaler Ausrichtung notwendig, unter der sich die **individuellen** Strömungen von Lebenskunst in der „**Transversalen Moderne**“ zu **kollektiven, konstruktiven Mustern oikeiotischer Lebenspraxis** synchronisieren können.

Unter „**Transversaler Moderne**“ verstehen wir die sich durch vielfältigste und bislang noch kaum überschaubare, zusammenspielende Einflüsse formierenden globalgesellschaftlichen Modernisierungsprozesse in der gegenwärtigen „**Noosphäre**“<sup>1</sup> bzw. im aktuellen „**Anthropozän**“<sup>2</sup>, d.h. der wesentlich vom Menschen bestimmten Zeit. Diese Einflussströme bewegen sich in beständigen und noch weitgehend *weltpolitisch* und *globalökonomisch* unzureichend geregelten, ungebremst **wachstumsorientierten Transgressionen** in die Zukunft, meist zu Lasten der mundanen Ressourcenlage und Ökologie (Stichworte „Fußabdruck“<sup>3</sup>, „Überbevölkerung“<sup>4</sup>).

**Transversale Moderne** kennzeichnet, dass sich eine immer größere Zahl von Menschen dieser akzelerierten Modernisierungsprozesse in ihren positiven und negativen Potentialitäten, ihren Prekaritäten und Destruktivitäten (Kaeser 2021) zunehmend bewusst wird. Sie erkennen wachsend die noch recht heterogenen und z. T. gegenläufigen Interessenlagen und Machtverhältnisse<sup>5</sup>, allerdings noch auf sehr unterschiedlichen Informationsständen. Heterogene Wissensstände und Interessen schaffen eine hohe Unübersichtlichkeit bzw. Unüberschaubarkeit und bergen durchaus große *Risiken*. Sie bieten aber auch *Chancen* zu konstruktiven, kollektiven Willensbildungen, zu Entscheidungen und zu konkreten Initiativen, um unter Beiziehung aller Ressourcen an Wissen und kommunikativen und materiellen Mitteln und mit wachsender „**transversaler Vernunft**“ *gerechte und nachhaltig lebensförderliche Verhältnisse* für die Menschen, Lebewesen, Ökotope dieser Welt zu schaffen und *ökologischen Schutz* für den gesamten Lebensraum dieses Planeten zu realisieren. Ob das in den globalen gesellschaftlichen Prozessen der gegenwärtigen **Transversalen Moderne** zeitnah geschieht und wirksam wird, daran wird sich das mundane Leben und Überleben unserer Welt des Lebendigen in nicht allzu ferner Zukunft, wohl noch im 21. Jahrhundert, entscheiden.« (Petzold, Sieper, Orth 2021).

Diese Überlegungen haben einen unmittelbaren Bezug zum Thema der **individuellen und kollektiven Lebenskunst** in ihrer „Verschränkung“ – denn persönliche und kollektive

<sup>1</sup> **Noosphäre** ist im System des russischen Geologen und Geochemikers *Vladimir V. Vernadskij* die vom Menschengestalt bestimmte Zeit der **Biosphäre**.

<sup>2</sup> **Anthropozän** ist eine vom Nobelpreisträger und Atmosphärenchemiker *Paul Crutzen* eingeführte Bezeichnung für das vom Menschen bestimmte Erdzeitalter (Crutzen, Stoermer 2000).

<sup>3</sup> Vgl. *Wackernagel, Beyers* (2010).

<sup>4</sup> Mehr als die Hälfte aller je geborenen Menschen entfällt auf die letzten 2000 Jahre. 1804 gab es die erste Milliarde. Weiteres bei <https://de.wikipedia.org/wiki/Weltbev%C3%B6lkerung>.

<sup>5</sup> *America first! – China first! – Arm-/Reich-Polarisierung, Kampf von Kulturen, Wissens- und Technologiemonopolisten gegen Wissenswüsten usw. usw.*

„mentale Repräsentationen“ (Moscovici 2001) sind verschränkt und werden verkörpert (*embodied*). Der Begriff „mental“ umschließt Kognitives, Emotionales, Volitives (Petzold 2002b/2011e) und kommt in den *performativen Realisierungen*, den „enactings“ jeglicher Lebenskunst zum Tragen. In **mentalisierten** und **verkörperter** Lebenskunst sind das jeweilige Subjekt, seine Identität, sein Lebensstil und der erlebte Zeitgeist verbunden (ders. 2012q; (Petzold, Orth 2017b)). Wir differenzieren heute:

**Persönliche Lebenskunst.** Sie wird vor dem Hintergrund der „**Anthropologie des Schöpferischen Menschen**“ (Orth, Petzold 1993/1996a; *Iljine, Petzold, Sieper* 1967), d.h. dem „**Menschenbild**“ der Integrativen Therapie (Petzold 2012a) verstanden als das von *explorativer Neugier* und *poietischem Gestaltungswillen* geleitete Streben des Subjekts, sein Leben, sein Selbst/seine Persönlichkeit und seine Lebensumstände so zu gestalten, dass der *Alltag*, die „Forderungen des Tages“ (Goethe 1829, 545; Mann 1986), die anstehenden „Entwicklungsaufgaben“ (Havighurst 1948) und die sich bietenden „Entwicklungschancen“ und prospektiven Handlungsräume umfassend wahrgenommen werden können. Auf dieser Basis soll **Lebenskunst** möglichst optimal wirksam werden: Zur persönlichen und gemeinschaftlichen Lebenssicherung, zur Entfaltung der persönlichen Potentiale, zum Gewinn von Lebensglück und zum konstruktiven **Mitwirken** an Erhalt und Pflege der sozialen und ökologischen Lebenswelt. In der **persönlichen Lebenskunst** werden „Integration und Kreation“ zur Lebensaufgabe (Orth 1993, 2018), wird „**Selbstlernen**“, das Lernen, „ein Selbst zu werden“, und „**Weltlernen**“, das Lernen, „die Welt zu verstehen“, verwirklicht (Petzold, Trummer 2017) und als Selbst- und Weltgestaltung umgesetzt (die Stoiker nannten das *OIKEIOSIS*, Petzold 2019d; *Reydams-Schils* 2018). Dabei wird das „Selbst Künstler und Kunstwerk zugleich“ (Petzold 1999q). Die kreativen bzw. ko-kreativen und die konstruktiven kooperativen Fähigkeiten des Menschen (Tomasselo 2010, 2020) sind hierfür *eine* zentrale Voraussetzung. Die *andere* wichtige Voraussetzung liegt in den Bemühungen des Menschen, die **dunklen, destruktiven, devolutionären** Seiten seines Wesens (Petzold 1986h, 1996j) mit entsprechendem Einsatz<sup>6</sup> zu bändigen. – Man darf darauf nicht nur hoffen, sondern man muss mit aller Kraft zum Gelingen dieses Bemühens beitragen ... Der Ausgang ist derzeit noch offen.

**Soziale Lebenskunst** wird aus der Sicht der **Integrativen Therapie**, ihrem „**Menschen- und Gesellschaftsbild**“ (Petzold 2003e; Petzold, Orth, Sieper 2013a) betrachtet, nach dem der Mensch ein **soziales Wesen** ist, das nur in hinlänglich geordneter Sozialität zu leben und zu überleben vermag. Soziale Lebenskunst ist die Fähigkeit, menschliches Zusammenleben in kleinen und großen Gruppen, ja als Staatswesen mittels diskursiver Prozesse und Polylogie in **ko-kreativer Weise** zu regeln. Dabei werden funktionale „kollektive mentale Repräsentationen“ (Moscovici 2001) ausgebildet, d.h. kollektive Kognitionen, Emotionen und Volitionen, die kooperatives Handeln ermöglichen (Petzold 2002b, c). Auf dieser Basis können Probleme *gemeinschaftlich* konstruktiv gelöst, Aufgaben optimal erledigt, Komplexitäten reduziert werden (Luhmann 1968). In kollektiver **Kulturarbeit** und in breit greifendem **demokratischem Handeln** (Petzold, Orth, Sieper 2013a, 2014a) werden Gestaltungsmöglichkeiten für das Gemeinwesen geschaffen und genutzt. In den gegenwärtig zunehmend komplexen, ja ultrakomplexen Lebenswelten ist eine intelligente, ko-kreative, „kunstvolle Weise“ der sozialen Zusammenarbeit unerlässlich, die Vereinzelung überwindet, Singularitäten vernetzt (Reckwitz 2017), Vertrauen schafft (Luhmann 1978; Petzold 2010q), um anstehende Bewältigung von Problemen, soziale Sicherheit, Gerechtigkeit und Entwicklungschancen in breiten – heute globalen – Perspektiven zu gewährleisten. Gut funktionsfähige, moderne Demokratien

<sup>6</sup> „Schwer ist es, gut zu sein“, wie *Pittakos von Mytilene* (\* 651/650 v. Chr. † um 570 v. Chr., *Capelle* 1968), einer der „Sieben Weisen von Athen“ schrieb – wohl wahr! Es ist die affirmative Behauptung, der Mensch sei vom Wesen her „gut“, immer wieder auch in Frage zu stellen. Die Schimpansen, deren Kriege und Grausamkeiten *Jane Goodal* (2010) dokumentiert hat, sind es nicht. Wir immerhin haben die „Möglichkeiten zu Gutem“ und nutzen sie auch sehr häufig nicht (Petzold 1996j).

(Habermas 1992, 1994, 2011) sind durch ihre kooperativen, breite Mitwirkung ermöglichenden und damit **Ko-kreativität** stimulierenden Strukturen und Prozesse besonders geeignet, „**sozialer Lebenskunst**“ und damit auch „**persönlicher Lebenskunst**“ Verwirklichungschancen in gesellschaftlichen Mikro- und Makrobereichen zu geben – Chancen, die indes aufgenommen und gemeinschaftlich umgesetzt werden müssen.

**Ökologische Lebenskunst** gründet in der Sicht der „**Mundanologie**“ der Integrativen Therapie (Welsch 2012, 2015; Petzold 2015k) in einem „**Weltbild**“, das die **Natur** und ihre **Evolution** als grundsätzlich „generativ“, als schöpferisch betrachtet (Iljine, Petzold, Sieper 1967/1990). Evolutionär hat Natur eine unendliche Vielfalt von Leben und Lebensformen hervorgebracht, darunter das Menschentier, das aus seiner menschlichen Natur heraus selbst wiederum in ko-kreativer Kulturarbeit mannigfaltige Kulturen erschaffen konnte. Die in allem Lebendigen wirkende „**ökologische Lebenskunst der Natur**“ ist dadurch gekennzeichnet, dass sie selbstregulativ und selbstüberschreitend **vielfältige**, differente **Ökosysteme** (Biotope, Biochoren, Biome, Habitats, Ökotope, Ökoregionen<sup>7</sup>) hervorgebracht hat, z. T. mit exorbitanter Biodiversität (Hot Spots, Mittermeier et al. 2005; Baur 2010). Es sind Systeme, die sich jeweils in sich regulieren und miteinander **kooperieren** und die letztlich im Gesamtökosystem der Erde als wohlabgestimmte und zugleich generative Lebensprozesse zusammenwirken. Von diesen Naturprozessen gilt es heute neu zu lernen, von der „**Weisheit der Natur**“ (Ökosophie), um einen **naturempathischen, ökosophischen Lebensstil** (Petzold 2019p) zu entwickeln und den menschlichen naturdestruktiven Lebensstil zu verändern, denn der Mensch ist in die *bioökologischen* Regulationen der Natur eingebrochen und hat sie belastet, überlastet bis zur Zerstörung von Ökosystemen, weltweit und im Anthropozän progredierend, (Kolbert 2014; Reichholf 2008; Rohmer, Toepfer 2021). Um der hochriskanten, menschenverursachten Naturzerstörung zu begegnen und für den kranken, siechenden Planeten (*ailing planet*, Lovelock 2001, 2005) Heilmittel zu generieren, wird es notwendig, zu einer neuen, „**ökologischen Lebenskunst des Menschen**“ zu finden, einer **naturverbundenen und naturgemäßen**. In ihr müssen Menschen verstehen: „Wir sind Natur“ (Petzold 2019e) und realisieren, dass Naturzerstörung Selbstzerstörung ist<sup>8</sup>. Deshalb ist es **überlebensnotwendig**, biologisch und ökologisch informiert, der „Natur gemäß“ zu leben<sup>9</sup>, und auf globaler Ebene einen „**ökologisch intensivierten Lebensstil**“ zu entwickeln (ders. 2019n), der über einen **ökosophischen** Umgang mit der Natur, hinaus **ökophile**, naturliebende Qualitäten entwickelt und zur Grundlage unseres Lebens in der „**Mitwelt**“ macht. Dafür werden wir all unser Wissen, unsere Intelligenz, unsere Kreativität, Opferbereitschaft und Liebe brauchen, um die **Natur**, die **Ökologie** und **um uns selbst** zu retten. Das alles umfasst „**ökologische Lebenskunst**“. Sie ist zum einen gelebte *ökophile* Naturverbundenheit und naturästhetische Erfahrung und *ökosophisches*, naturgestaltendes Tun (Petzold, Petzold-Heinz, Sieper 1972; Orth, Petzold 2021), aber sie ist zum anderen heute darüber hinausgehend eine **Kunst des Lebens und Überlebens**. Sie ist ein **Notprogramm**, das dringlich auf den Weg gebracht, intensiviert und engagiert betrieben werden muss, wenn unsere ökologische

<sup>7</sup> Die Terminologie wechselt je nach Disziplin Ökologiewissenschaft, Landschaftsökologie, Biologie, Geographie und wird hier nur exemplarisch und ohne Zuordnung genannt. Die Frage übergreifender Terminologie sind nicht gelöst (Smith 1974; Begon et al. 1999).

<sup>8</sup> Wackernagel (2019) sagt es treffend: „Wir sind mit uns im Krieg.“ – „Seit dem 2. Weltkrieg denken alle nur an Wachstum. Immer mehr zu haben ist natürlich wunderbar. Aber nicht, wenn wir uns ein immer grösseres Kartenhaus bauen, das bald zusammenstürzt“ (ebenda).

<sup>9</sup> So schon in der jüngeren Stoa: „Wir sagen, das höchste Gut sei, gemäß der Natur zu leben [secundum naturam vivere]: die Natur hat uns zu beidem geschaffen, zur Betrachtung [contemplatio] der Welt und zum Handeln [actio] (Seneca, De otio IV 2). Solches naturgemäßes Leben des **Selbst** nannte man, wie schon ausgeführt, „**Oikeiosis**“, οἰκείωσις, **Selbstaneignung**“ (Forschner 2008, Petzold 2019d; Reydam-Schils 2005). Heute ist OIKEIOSIS naturwissenschaftlich – bio-, öko- und geowissenschaftlich – informiert von uns erweitert worden und von einer modernen ökologischen Ethik unterfangen.

Lebenswelt nicht in wachsender Zerstörung untergehen soll (vgl. *Kaeser 2021; Lesch, Kamphausen 2018; Wallace-Wells 2019*).

Es ist uns wichtig, diese **kollektive Seite** des **Lebenskunstkonzeptes** herauszustellen, die die **persönliche Lebenskunst** ohnehin durchfiltert – sie ist ja nicht kontextenthoben, aber sie sollte doch bewusster in Psychotherapie, Beratung und Biographiearbeit (*Petzold 2016f*) Berücksichtigung finden, weil damit auch ihre **oikeiotische Lebens- und Handlungspraxis** weitergegeben wird wie wir sie mit dem „**ökologischen Imperativ**“ umrissen haben:

„Handle so, dass Gefährdungen der Welt des Lebendigen (*Biosphäre*) durch dein Handeln nicht eintreten können. Sei mit 'Kontext-Bewusstsein' und 'komplexer Achtsamkeit' wachsam für schädigendes Handeln, das den Fortbestand des Lebens und den Bestand der Ökosysteme auf dieser Welt bedrohen könnte. Trete ein, wo solches Handeln durch Menschen (in *Anthropozän bzw. Noosphäre*) sichtbar wird und versuche es zu verhindern. Schütze und Pflege die Natur!“  
(*Petzold, Orth-Petzold, Orth 2013; Petzold 2014m*)

Das ist eine bio- und ökoethische Maxime für eine „**ökologische Lebenskunst**“, an der man sich für dieses Konzept orientieren kann und die Menschen dazu motivieren sollte, sich an einer „**konvivialen Ethik des Miteinanders**“ auszurichten, die **alle Lebewesen** einbezieht, und zur Realisierung solcher „Ethik des Carings“ (*Boff 2002a, b*) beizutragen, wie das in der Integrativen Therapie vertreten wird (*Petzold 2003e/2011; 2019e; Schneider 1994*). In ihrem „**Green Care Manifesto**“ wurde das als „*caring for nature and caring for people*“ festgeschrieben (*Petzold (2019o)*):

»Es geht um das Vermitteln „naturästhetischen Erlebens“ in Wildnis und Kulturlandschaft und eines *ökosophischen* Umgangs mit Lebensräumen, Bio- und Ökotope durch eine Haltung „komplexer Achtsamkeit“ und „fundierter Konvivialität“. Diese steht auf dem Boden einer „Liebe zur Natur“, einer „Freude am Lebendigen“, einer „Ehrfurcht vor dem Leben“, einer „Ökosophie“, einem weisen Umgang mit der Natur, der im Sinne eines „ökologischen Imperativs“ unmittelbar zu einem „Caring für das Leben“ führt, zu einem „engagierten Eintreten“ für gefährdete und schon geschädigte Natur. Das wird gestützt durch die Ergebnisse der inter- und transdisziplinären „life sciences“, d. h. der „biologischen, ökologischen und humanwissenschaftlichen Forschung“, aber auch durch kritische Untersuchung ökonomischer und wirtschaftspolitischer Interessen, Planungen und ihrer Risikopotentiale. All diese Erkenntnisse ... werden umgesetzt in Aktionen, durch Öffentlichkeitsarbeit, ökopolitische Initiativen und konkrete Maßnahmen, die Schäden verhindern, beseitigen und ökologisch ameliorative Ziele verfolgen« (*Petzold 2015c, 63*).

„**Lebenskunst**“ gewinnt in solchen weitgreifenden Reflexionen eine Bedeutung, die über traditionelle individualisierende Sichtweisen deutlich hinausgeht, aber genau das brauchen wir in einer globalisierten hochvernetzten Welt, deren Verletzlichkeit und deren anthropogene Verletzungen heute unüberschaubar sind und in ihrem höchst bedrohlichen Ausmaß nicht weiter übergangen werden dürfen. Neue **Lebensstile** (*ders. 2012q, 500f, 543*) und neue Formen der **Lebenskunst** werden unumgänglich und müssen alte Formen ergänzen und verändern.



*Christina Hegi* (2021) hat sich unlängst in einer Arbeit mit der „**Lebenskunst**“ übergreifend und aus integrativer Perspektive befasst und ist den antiken Quellen, aus denen wir in der IT geschöpft haben und schöpfen, nachgegangen. Ihr Text hat uns zu den voranstehenden Ausführungen und zum Aufzeigen der kollektiven Perspektiven einer *ars vitae* angeregt. *Hegi* hat Beiträge der Philosophie aufgewiesen: *Montaigne*, der uns stets wichtig war (*Petzold* 2002h; *Petzold, Orth, Sieper* 2021) und das Leben als ein „Meisterstück“ sah (*Jung* 2007) oder *Nietzsche*, der uns die Idee der „Überschreitung“, der „**kreativen Transgression**“, vertieft erschlossen hat. Transgressionen bestimmten unser gesamtes Lebenswerk (*Petzold, Orth, Sieper* 2000, 2021): *Lebenskunst ist Überschreitung*. Eine solche Weiterarbeit oder Neuthematisierung, wie sie *Hegi* unternimmt, muss in einem lebendigen Therapieverfahren immer wieder erfolgen und gibt auch uns als der Gründergeneration des Verfahrens wieder Anregungen, erneut nachzusinnen, weiterzudenken, zu meditieren, ja zu träumen (so neuerlich zum Thema „Traum“ *Petzold, Napoli, Mathias-Wiedemann* 2021). **Lebenskunst** wurzelt für uns wesentlich in den zentralen **Grundantrieben des Lebendigen** (Überleben, Neugier, Gestaltung, Affiliation), die wir im Integrativen Ansatz herausgestellt haben (*Petzold* 2003e/2011):

**Lebenskunst** entfließt dem *Strömen des Lebens*, das in der biologischen Evolution alles Lebendigen wirksam ist. – *Das Leben entströmt dem Leben, durchströmt es und bringt stets neue Lebensströme hervor.*

Eine solche Aussage ist von ähnlich fundamentaler Qualität wie das integrative Sinn-Theorem: „*Der Sinn des Lebens ist das Leben*“ (*Petzold* 2001k, 372). Die evolutionäre Dynamik des Lebendigen ist kreativ oder besser „**ko-kreativ**“, **Ko-kreativität** pur, so unser Begriff (*Iljine, Petzold, Sieper* 1967). Das Lebendige wird schöpferisch in den Synergien, Fulgurationen (*Konrad Lorenz* 1973), die das Lebenssystem unseres Planeten kennzeichnen. Blickt man auf die Natur, die Evolution, die Ökologie, so sieht man ein ko-kreatives Spiel unendlicher Formen und Lebensäußerungen, „*endless forms most beautiful and most wonderful*“ (*Charles Darwin, On the origin of species* 1859, 490). Wir partizipieren als Lebendige an dieser evolutionären **Generativität**, der autochthonen „**ökologischen Lebenskunst der Natur**“, der auch die „**ökologische Lebenskunst des Menschen**“, die „**Humankreativität**“ (*Iljine et al.* 1967/1990) entfließt mit den Lebensantrieben der „**explorativen Neugier**“ und des „**poietischen Gestaltungsstreben**“ (*Petzold* 2003e/2006k). Neugier treibt uns zur Suche, schenkt uns das Finden. Das Gefundene aber will gestaltet werden. Es motiviert uns zu **Poiesis**. Beides kommt in der Lebenskunst zum Tragen, wenn Menschen eine „Neugier auf sich selbst“ entdecken und entwickeln und auf den *WEG* der „**Selbsterforschung**“ und „**Selbstgestaltung**“ treten. Auf dem aber ist man nicht allein, ist man nicht ohne die Anderen, denen man unabänderlich begegnet (*Petzold, Orth* 2004b) und die uns schöpferisch werden lassen, wieder und wieder.

Ein weiterer **Antrieb** des Humansubjekts kommt hier ins Spiel, der der „**Affiliation**“ (*Petzold, Müller* 2007), die Suche nach Nähe und konvivialer Verbundenheit. Er tritt hinzu zum Eigenschöpferischen, zur persönlichen Lebenskunst, die ohne die Anderen sehr begrenzt wäre, weil sie sich vornehmlich und immer wieder in **gemeinschaftlichen Ko-kreationen** realisiert: Ich gestalte mich in Begegnungen mit Anderen, in vielfältigen „*POLYLOGEN*“,

d.h. Gesprächen mit Anderen, mit Vielen nach vielen Seiten, Gespräche über Anderes und Andere im Miteinander (ders. 2002b). Wirkliche **Lebenskunst** kann nicht „solipsistisch“ sein. Sie bedarf der wechselseitigen Inspiration, des ko-kreativen Austauschs, der gemeinschaftlichen Poiesis, die Altes vertieft, in neuer Weise thematisiert und Neues hervorbringt – Ströme des Schöpferischen – aus der Welt, für die Welt, mit der Welt, transversal, „oikeiotisch“. Jeder, der in das Thema Lebenskunst eintaucht, wird das erfahren.

Das Thema einer „**ökologischen Lebenskunst**“, die die persönliche und soziale Lebenskunst unterfängt, ist für alle Bereiche der Naturtherapien, der Natur- und Erlebnispädagogik und der Green Care Aktivitäten von Bedeutung. Sie ist ein wichtiges Element in der komplexen „**Biographiearbeit**“ (Petzold 2016f), die in all diesen Feldern im Umgang mit Menschen zur Gestaltung von Lebensvollzügen geleistet wird und geleistet werden muss. In der Entwicklung neuer **ökologischer Lebensstile**, die wir in den Zeiten massiver anthropogener Naturzerstörung brauchen, vermag die Idee „ökologischer Lebenskunst“ **Enrichment-** und **Enlargement-**Perspektiven zu eröffnen, und zu verdeutlichen: Hinwendung zur Natur, zur Ökologie bedeutet nicht, in ein Austeritätsregime allgemeiner Verknappung zu geraten, sondern bietet die Chance, kokreativ neue Lebensformen zu entwickeln und sich einer neuen **ökologischen Lebenskunst** zu widmen, in der Lebensglück, Freude an der Natur und am sozialen Miteinander den **Raum erhält**, den er in einem guten, konvivialen Leben haben sollte und der in unserer Zeit der beschleunigten, rastlosen Spätmoderne so knapp geworden ist. \*

### **Zusammenfassung: Ökologische Lebenskunst als Selbst- und Weltgestaltung, oikeiotisches Selbst- und Weltlernen (Orth, Petzold 2021b)**

Der Beitrag befasst sich mit dem bis in die griechische Antike zurückgehenden Konzept der „Lebenskunst“, in dem es darum geht, ein gelingendes, ein „gutes Leben“ (*eubios*) zu gestalten. Die Basis dafür ist die Aneignung und das Verstehen des eigenen Selbst und der Welt. Die Stoa nannte das Oikeiosis. Es wird deutlich gemacht, dass beim Thema „Lebenskunst individualisierende Perspektiven und Tendenzen überschritten werden müssen hin zu Formen „**sozialer und ökologischer Lebenskunst**“, die unsere Zeit der Vereinzelung und Singularitäten braucht, um den Aufgaben der Bewältigung massiver kollektiver Probleme wie der Klimakatastrophe, dem Bevölkerungswachstum, dem Kulturwandel gerecht zu werden. Die Hinwendung zur Natur, zu ökologischen Lebensstilen, zu ökologiegerechter Weltgestaltung, zu einer **ökologischen Lebenskunst** bietet hier für die Naturtherapie, für Green Care- und Ökologie-Bewegungen Chancen, die es wahrzunehmen gilt.

**Schlüsselwörter:** Ökologische Lebenskunst, ökologischer Lebensstil, Naturtherapie, Kokreativität, *Integrative Therapie*

---

\* Die Literatur zu diesem Text findet sich im Beitrag von *Cristina Hegi*, Zürich, **Lebenskunst als Thema der Psychotherapie –integrative Perspektiven**, <https://www.fpi-publikation.de/polyloge/25-2021-hegi-c-orth-i-petzold-h-g-lebenskunst-als-thema-in-der-psychotherapie-eine-integrative-und-oekologische-perspektive/>

**Summary: Ecological art of living as a way of shaping oneself and the world, oikeiotic self and world learning (Orth, Petzold 2021b)**

The article deals with the concept of the “art of living”, which goes back to ancient Greece and which is about creating a successful, “good life” (eubios). The basis for this is the appropriation and understanding of oneself and the world. The stoa called this oikeiosis. It is made clear that individualizing perspectives and tendencies have to be exceeded towards forms of "social and ecological art of living" that our time of isolation and singularities needs in order to cope with massive collective problems such as the climate catastrophe, population growth, and cultural change. The turn to nature, to ecological lifestyles, to ecologically compatible world design, to an ecological art of living offers chances here for nature therapies, for green care and ecology movements, chances which have to be used.

**Keywords:** ecological art of living, ecological lifestyle, nature therapy, co-creativity, *integrative therapy*