

## Wandern als Ausdruck eines neuen Lebensstils

---

Mit der massenhaften Wiederentdeckung des Wanderns vor allem durch die gebildeten Mittelschichten verbindet sich dessen Umdeutung zu einem wesentlichen Element der Kompensation überhandnehmender Stressfaktoren in der "globalisierten" Hightech-Gesellschaft. Dabei geht es häufig nicht mehr nur um eine zeitweilige Entlastung, sondern auch um die tendenzielle Abwendung von einem immer hektischeren Lebensstil, der von ökonomischer Effektivierung und Konsummaximierung geprägt ist. Damit verbindet sich eine mehr oder weniger tastende Besinnung auf die natürlichen Wurzeln des Daseins.

### Leitbildfunktion für sinnvollere Lebensformen

Tatsächlich konzentriert sich im Wandern eine Vielzahl von alternativen Zeitgeist-Elementen, die ihm eine gewisse Leitbildfunktion für eine neue, ebenso sinnträchtige wie lebensbejahende Lebensauffassung geben können:

- Reorientierung auf die äußere Natur als einen zumindest kompensatorischen, teilweise aber auch den eigentlichen Lebens- und Sinnstiftungsraum des modernen Menschen,
- Rückbesinnung auf die eigene Natur und Natürlichkeit als Basis des menschlichen Selbstverständnisses; dies erscheint als im Vergleich zu anderen Weltanschauungen, Religionen, politischen Lehren usw. als sicherere Basis für die Selbst- und Sinndefinition,
- Temporäre Flucht aus dem technisch-medial forcierten Alltagsstress, kompensatorische Regeneration im ursprünglich arteigenen Biotop,
- Pflege eines Lebensbereiches ohne Hightech-Steuerungen, zurück zur alten/neuen Einfachheit,
- Entschleunigung der Wahrnehmung und Aktivitäten bis herab zum natürlichen Bewegungstempo, Zeitregime ohne Terminzwänge,
- Wandern als intensivste Wahrnehmung der äußeren und eigenen Natur,
- Ausgewogener Einsatz vielfältiger Sinne über die beiden Fernsinne Hören und Sehen hinaus mit dem Ergebnis einer weitgreifenderen Wahrnehmung und neuen Sinnlichkeit,
- "Anstrengungslose Aufmerksamkeit" als optimaler mentaler Zustand, wie er sich vor allem in natürlichen Umgebung einstellt,
- Positive, lebenszuversichtliche Stimmung als Ergebnis der stimmunghebenden Einflüsse ausdauernder Bewegung und ausgiebiger Naturkontakte,
- Körperlich-seelische Stabilisierung bzw. Gesundheit als wertvolle, ja primärer Wert, der in besonderem Maße durch Wandern gefördert wird,
- Natur bzw. naturnahe Landschaft als Medium der Regeneration und Neuorientierung, welche es vorrangig aus diesem Grund (und nicht allein aus den Verzichtgeboten eines moralisch normierten Naturschutzes heraus) nachhaltig zu bewahren gilt,

- Individuelle Aktivitäten im Kreise des persönlichen Freundeskreises,
- Verbindung von Lebensgenuss und Entdeckerfreude,
- Kein Leistungsstress, Qualität statt Quantität, ideelle statt finanzieller Werte,
- Naturromantik als Zulassung von großen Gefühlen ohne Heldentum und Pathos,
- Wiederentdeckung der heimischen Natur und Landschaft ohne Heimattümelei,

### **Sinnggebungstradition**

Wandern verbindet alle diese Lebensstilfaktoren in einmaliger Weise, bringt die Elemente einer neuen, die Ansprüche der technischen Kunstwelten austarierenden Weltansicht auf einen Punkt. Zwar übernehmen auch andere Freizeitaktivitäten teilweise eine solche Leitbildfunktion, zumal sich die Freizeit angesichts einer immer unübersichtlicheren, steril ökonomisch funktionalisierten Arbeitswelt zur maßgeblichen Sinnggebungsinanz der Gegenwart entwickelt hat. Beim Wandern aber hat das Tradition.

In den zurückliegenden Jahrhunderten wurde dem Wandern von den gehobeneren Schichten wie den Handwerkerzünften, Gelehrten und ihren Studenten, Adelligen oder Künstlern die Funktion zugeschrieben, einen Freiraum für die Gewinnung eines eigenständigen Lebenshorizontes in der Übergangsphase der Loslösung vom Herkunftsraum bis zur Sesshaftigkeit in den angestrebten Positionen zu eröffnen. Das eindrucksvollste Beispiel der jüngeren Geschichte bietet der Wandervogel, der sich vorzugsweise aus dem Nachwuchs jenes Bildungsbürgertums rekrutierte, welches Ende des 19. Jahrhunderts eine soziale Deklassierung durch die Allianz von Militär und Großindustrie erfuhr. In gezielter Abgrenzung von den militaristischen Zwängen jener Zeit ging man nicht nur im wörtlichen, sondern auch im kulturrevolutionären Sinne eigene Wege. Wandern wurde zum Kondensationskern und Katalysator einer neuen Lebensauffassung, aus der sich schließlich die Jugendbewegung mit ihrer trotz Erstem Weltkrieg prägenden Funktion für den Weimarer Zeitgeist entwickelte - endgültig abgebrochen durch den Nationalsozialismus und den Zweiten Weltkrieg.

Auch die ursprünglich zur Förderung des ländlichen Tourismus gegründeten Wandervereine haben sich mehr und mehr, besonders aber nach dem Zweiten Weltkrieg, als Gesinnungsgemeinschaften etabliert - wenn auch eher im Sinne der Bewahrung von Normen des großgeselligen Zusammenseins im Sinne eines aktiven Vereinslebens, des überkommenen Brauchtums und der Bewahrung heimischer Landschaft. Dieser Lebensstil beschränkt sich indes auf eine vergleichsweise kleine Bevölkerungsgruppe höheren Alters.

Hauptträger der modernen Wanderbewegung sind dagegen erneut gehobene Bildungsschichten, die unter einen doppelten Druck gekommen sind. Einerseits bedürfen sie eines Ventils für den zunehmenden Stress in ihrem Arbeits- und Alltagsleben, der aus einer wachsenden Reizüberflutung durch Medien, Multitasking, Konsumwerbung, Mobilität u.a.m. resultiert. Andererseits sind sie wie ihre historischen Vorgänger unter einem sozialen Abstiegsdruck geraten, der die Mittelschichten in der Spreizung der sozialen Hierarchien bedroht und bereits nachweislich zu ihrer Verkleinerung geführt hat. Der Drang "zurück zur Natur" übernimmt in beiden Fällen die Funktion der Eröffnung eines temporären Fluchtweges in ein Reich naturnaher Regeneration und Neubesinnung. Von hier aus kann man nicht nur mental gestärkt den sozialen Überlebenskampf neu aufnehmen, sondern sich im Sinne einer sinn- und wertvolleren Lebensführung innerlich wie äußerlich neu positionieren. Das wird auf Dauer nicht ohne Wirkungen auf das herrschende politisch-

soziale Selbstverständnis unserer Gesellschaft und ihrer meinungsbildenden Schichten bleiben.

### **Neue Wandersymbolik**

Der Beitrag des Wanderns zu einer neuen Sinnstiftung des Lebens in der Hyperzivilisation bleibt derzeit noch weitgehend unbemerkt, weil es an einer entsprechenden Symbolik mangelt. Zwar sind die rot karierten Filzhutträger weitgehend aus der Wanderbildsprache verschwunden, statt dessen bewegen sich jüngere Menschen durch die Szenerie. Die zuständige Ausstatterindustrie, wie sie sich stilprägend auf dem Outdoormarkt präsentiert, kann ihre Herkunft aus dem Bergsport mit seinen wagemutigen Helden bislang nicht verleugnen. Nur selten ist das lebensphilosophische Potenzial des modernen Wanderns in eine solch dichte Verbindung von gelassenen Menschen und schöner Landschaft auf den Begriff gebracht worden wie in den Szenerien, die der Reisefotograf Klaus-Peter Kappert für die "Traumpfade im Rhein-Mosel-Eifel-Land" entworfen hat.

In welchem Maße man diesen Prozess symbolisch forciert, steht dahin. Infrage kämen etwa folgende Maßnahmen:

- Landschaft und Natur als ungehobenen Schatz zur immateriellen Bereicherung der individuellen Lebensweise durch ausgesucht schöne, erlebnisreiche "Premiumwege" erfahrbar machen,
- Potenziale des Wanderns für das körperlich-seelische Wohlbefinden (Naturpsychologie, Wandern und Gesundheit) wissenschaftlich erkunden und weit gestreut publizieren,
- Nach dem Vorbild des Wandervogels einen wanderspezifischen, naturnahen Kleidungsstil (in Kooperation mit einem mutigen Unternehmen) entwickeln und propagieren (Farben, Kopfbedeckung, ... )
- Eine dem übergreifenden Wanderfeeling entsprechend Wort- und Bildsprache ausbauen, wie sie exemplarisch bereits am Beispiel der Traumpfade entwickelt worden ist,
- Personale Leitfiguren gewinnen, die diesem Lebensstil verpflichtet sind und öffentlich dafür stehen; gesucht sind Individualisten, die sich in ihrem engsten Freundeskreis präsentieren,
- Unverbindliche Normen als Erkennungszeichen für Eingeweihte artikulieren: Beim Wandern kein Handy, kein Ipod, kein Zeitdruck, keine Massenveranstaltungen (kein GPS? keine Stöcke?), freier Wanderstil, freigiebige Pausen im Freien oder Biergarten/Gasthaus, regionale Schmankerl (Symbol Weißbier mit und ohne Alkohol?)