



Berndt Vogel

# Grün für die Seele

Menschen aufblühen lassen

# Grün für die Seele

Grün für die Seele

Berndt Vogel

© 2017 by Hogrefe Verlag, Bern

Dieses Dokument ist nur für den persönlichen Gebrauch bestimmt und darf in keiner Form vervielfältigt und an Dritte weitergegeben werden.

Aus: Berndt Vogel, Grün für die Seele, 1. Auflage

**Berndt Vogel**

# **Grün für die Seele**

Menschen aufblühen lassen



**Berndt Vogel** (Hrsg.) Berndt Vogel

St. Gallische Kantonale Psychiatrische Dienste, Sektor Nord, Naturpark – Naturatelier, Zürcherstrasse 30, CH-9500 Wil

berndt.vogel@gd-kpdw.sg.ch

Geschützte Warennamen (Warenzeichen) werden nicht besonders kenntlich gemacht. Aus dem Fehlen eines solchen Hinweises kann also nicht geschlossen werden, dass es sich um einen freien Warennamen handelt.

**Bibliografische Information der Deutschen Nationalbibliothek**

Die Deutsche Nationalbibliothek verzeichnet diese Publikation in der Deutschen Nationalbibliografie; detaillierte bibliografische Daten sind im Internet über <http://www.dnb.de> abrufbar.

Dieses Werk einschließlich aller seiner Teile ist urheberrechtlich geschützt. Jede Verwertung außerhalb der engen Grenzen des Urheberrechtes ist ohne Zustimmung des Verlages unzulässig und strafbar. Das gilt insbesondere für Kopien und Vervielfältigungen zu Lehr- und Unterrichtszwecken, Übersetzungen, Mikroverfilmungen sowie die Einspeicherung und Verarbeitung in elektronischen Systemen.

Anregungen und Zuschriften bitte an:

Hogrefe AG

Lektorat Pflege/Green Care

z. Hd.: Jürgen Georg

Länggass-Strasse 76

3000 Bern 9

Schweiz

Tel: +41 31 300 45 00

E-Mail: [verlag@hogrefe.ch](mailto:verlag@hogrefe.ch)

Internet: [www.hogrefe.ch](http://www.hogrefe.ch)

Lektorat: Jürgen Georg, Katharina Steinhauer

Herstellung: René Tschirren

Umschlagabbildung: Chris Mansfield

Umschlag: Claude Borer, Riehen

Illustration/Fotos (Innenteil): Berndt Vogel, Wil

Layout / Satz: René Tschirren

Druck und buchbinderische Verarbeitung: Media-Print, Paderborn

Printed in Germany

1. Auflage 2017

© 2017 Hogrefe Verlag, Bern

(E-Book-ISBN\_PDF 978-3-456-95687-9)

ISBN 978-3-456-85687-2

<http://doi.org/10.1024/85687-000>

In diesem Buch dreht sich alles um eines:  
um das Grün.  
Grüne Gärten.  
Grüne Landschaften.  
Begegnung mit Tieren im Grünen.  
Künstlerische Entfaltung im Grünen Atelier  
und  
draußen im Grünen.  
Augenblicke im Grünen beim Spazieren  
und beim Flanieren.  
Grün zur Entspannung.  
Grün zur Erholung.  
Grün für die Seele.

# Nutzungsbedingungen

Der Erwerber erhält ein einfaches und nicht übertragbares Nutzungsrecht, das ihn zum privaten Gebrauch des E-Books und all der dazugehörigen Dateien berechtigt.

Der Inhalt dieses E-Books darf von dem Kunden vorbehaltlich abweichender zwingender gesetzlicher Regeln weder inhaltlich noch redaktionell verändert werden. Insbesondere darf er Urheberrechtsvermerke, Markenzeichen, digitale Wasserzeichen und andere Rechtsvorbehalte im abgerufenen Inhalt nicht entfernen.

Der Nutzer ist nicht berechtigt, das E-Book – auch nicht auszugsweise – anderen Personen zugänglich zu machen,

insbesondere es weiterzuleiten, zu verleihen oder zu vermieten.

Das entgeltliche oder unentgeltliche Einstellen des E-Books ins Internet oder in andere Netzwerke, der Weiterverkauf und/oder jede Art der Nutzung zu kommerziellen Zwecken sind nicht zulässig.

Das Anfertigen von Vervielfältigungen, das Ausdrucken oder Speichern auf anderen Wiedergabegeräten ist nur für den persönlichen Gebrauch gestattet. Dritten darf dadurch kein Zugang ermöglicht werden.

Die Übernahme des gesamten E-Books in eine eigene Print- und/oder Online-Publikation ist nicht gestattet. Die In-

halte des E-Books dürfen nur zu privaten Zwecken und nur auszugsweise kopiert werden.

Diese Bestimmungen gelten gegebenenfalls auch für zum E-Book gehörende Audiodateien.

## **Anmerkung**

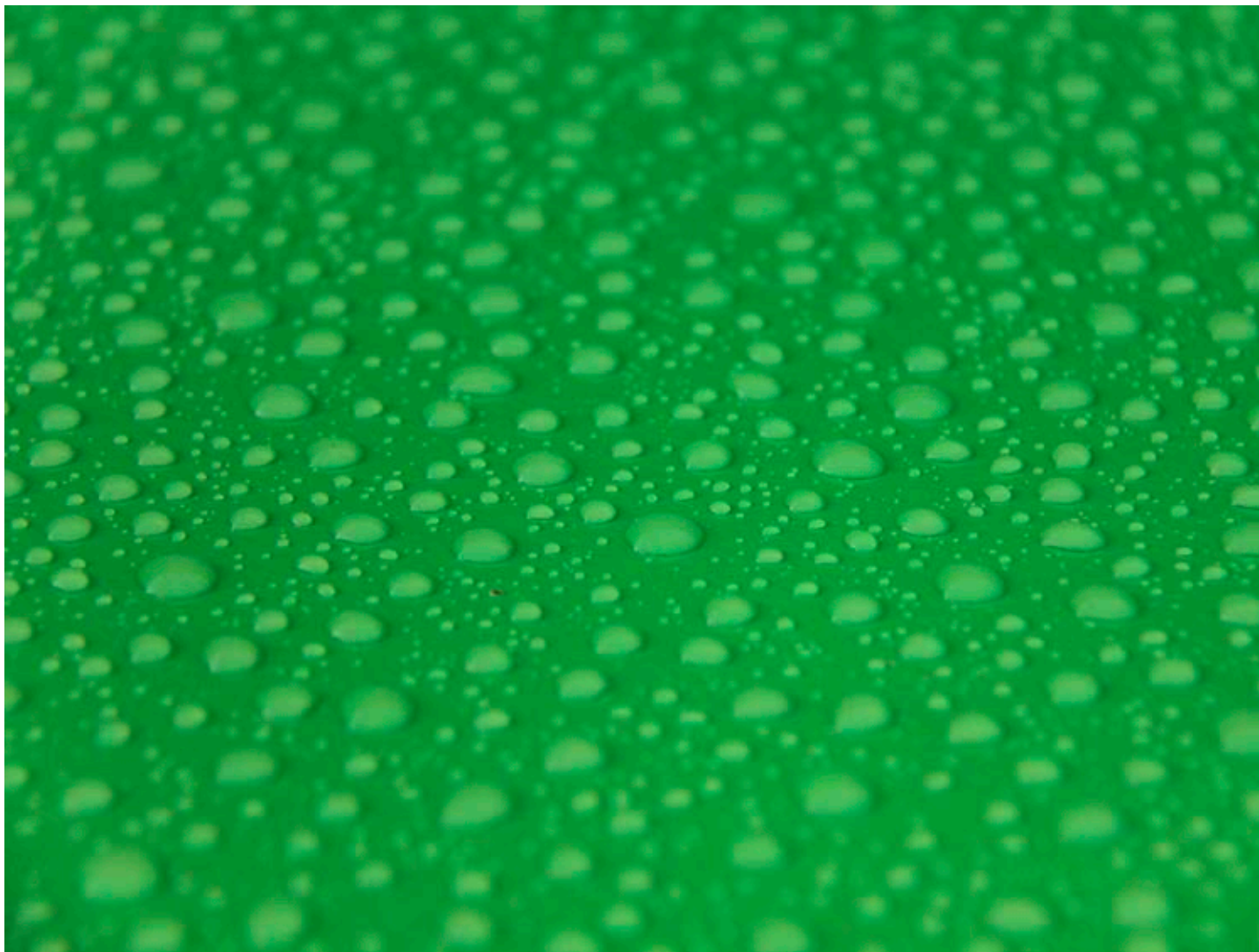
Sofern der Printausgabe eine CD-ROM beigefügt ist, sind die Materialien/Arbeitsblätter, die sich darauf befinden, bereits Bestandteil dieses E-Books.

# 6 Inhaltsverzeichnis

<b>beginnend</b>	11	ICH-Gärtchen	70
Ein Vorwort	12	Mobiler Garten	74
		Guerilla Gardening	77
<b>immergrün</b>	15	Garten des Wandels	80
Willkommen im Grünen	16		
		<b>lebendig</b>	85
<b>natürlich</b>	25	Eine tiefgreifende Begegnung	86
Gärten in ihrer ganzen Vielfalt	26	Labyrinth	90
Kräutergarten	30	Wie legt man ein Labyrinth an?	94
Kindergarten	33		
Naschgarten	35	<b>unterwegs</b>	99
Küchengarten	38	verWEGene Wege	100
Räuchergarten	46	Skulpturenweg	102
Duft- und Blütergarten	50	Klangweg	106
Ideergarten	52	Barfußweg	110
Seelergarten	56	Wellenweg	113
Zeitgarten	59		
Bibelgarten	64	<b>wegweisend</b>	119
Pflanzenbilder	66	Landschaftsspuren	120
Minigärten	68	Augenblicke im Grünen	122



Von Baum zu Baum	126	Baum-Raum	187
Irrgarten	142	Grüne Oase	189
Tierbegegnung	146	Naturatelier	192
		Spielwiese	196
<b>nachhaltig</b>	153		
Landschaftsprojekte, die etwas bewegen	154	<b>letztendlich</b>	199
		Eine ungeordnete Nach-Betrachtung	200
<b>sinnvoll</b>	161		
Erfahrungs- und Erlebnisräume im Grünen	162	<b>informativ</b>	207
Bauwägen · Doppeldecker · Eisenbahnwagen	165	Bild- und Quellennachweis	208
Klangbaum	168	Literaturverzeichnis	209
Tipi	172	Stichwortverzeichnis	210
Jurte	176	Über den Autor	212
Weidenpavillon	178		
Kastenhaus	185	<b>Abspann</b>	215







beginnend

# Ein Vorwort

## Grün

„Blicken Sie ins Grüne; das wird Sie beruhigen“, sagte mein Professor während meiner Lateinprüfung im Gymnasium. Das Grüne war allerdings die Farbe der Tafel und es hat meistens nichts genutzt. Aber die Empfehlung ist hängengeblieben und wurde später aufgegriffen, wie ich Hundertwasser kennen und schätzen lernte mit seinen Ideen über die fünf Häute: Epidermis, Bekleidung, Haus, soziale Umgebung und Identität, und die fünfte Haut, globale Umwelt und Ökologie. Dann die Begegnung mit den Ideen von Beuys über die soziale Wärme als Grundlage für Kunst und Heilung. Dies waren fruchtbare Grundlagen für die Überlegungen zur Gründung des LIVING MUSEUMS, dem Kunstasyl in New York vor nun

über 30 Jahren zusammen mit meinem Freund Bolek Greczynski. In den Gärten um das Gebäude herum und innen im ersten Stock, pflanzten wir Blumen, Kräuter, Büsche und Bäume. Grün war immer Teil der Lebensreise, bei der Arbeit und auch zu Hause. „Grün ist auch im LIVING MUSEUM, dem Kunstasyl der Psychiatrie Creedmoor in Queens, New York, die Farbe des Seelengartens“, beschreibt eine der Mitarbeiterinnen und Künstlerinnen, Alexandra Plettenberg, „Sieben Räume, wie die sieben Stationen der Schöpfung, flankieren den engen Korridor im zweiten Stock des 14 000 Quadratmeter großen Gebäudes. Am Anfang ist der Garten. Kriechende, kletternde Lianen, kleinblättrige Bäume und speckige Zimmerpflanzen recken sich aus Tontöpfen,

Körben und Holzcontainern. Sie winden sich hinauf und hinunter, um Spiegel, Rahmen und Leitern. Wir nennen es das Paradies, die erste Station für Menschen, die mit chronisch psychischen Krankheiten hier leben.

## Grüne Impulse

Ein grünes Band spannt sich von New York über Heidelberg in die Schweiz zu einem gleichgesinnten Mitstreiter, zum Garten- und Landschaftstherapeuten Berndt Vogel. Wie im Living Museum New York steht auch bei den Projekten von Berndt Vogel die heilende Wirkung der Begegnung mit Natur, mit Kunst und mit Landschaft im Mittelpunkt. Auch er ist Visionär, auch für ihn steht Grün für Ausgewogenheit, für Erneuerung und für natürliches Wohlbefinden. Der

Garten im *Living Museum* in New York ist dort nicht nur der beliebteste Ort, sondern der Idee zufolge ist ein Garten der wichtigste Ort bei der Planung jedes Kunstasyls. In ihm werden Energien aufgenommen, die ebenso authentisch sind wie die schöpferischen Kräfte der Künstler, die mit psychischen Erkrankungen hier in New York leben. Bestärkt und eingebunden in den Rhythmus der Natur beginnt der Einzelne sein Tagwerk: „turn your vulnerability into your weapon“, wie die Gründer die Revolution LIVING MUSEUM benannt haben.

### **Grün für die Seele**

Das neue Buch von Berndt Vogel gibt faszinierende Einblicke in sein über 30-jähriges Schaffen und in die von ihm entwickelten Landschafts-, Garten- und Kunstprojekte in Deutschland und der Schweiz. Es handelt von den Sinnen, von Erlebnissen, von Wahrnehmung, künstlerischem Schaffen und von Humanität. Sein Ideenreichtum ist beeindruckend, seine grünen Projekte faszinieren. Alleamt sind es Orte der Vielfalt, die er da hat entstehen lassen: Gärten und Parkanlagen in denen man leichten Sinnes sein darf. Orte an denen das Leben

mit allen Sinnen aufgenommen werden kann. Berndt Vogel ist es in beiden Ländern auf einzigartige Art und Weise gelungen, Orte des Wohlbefindens und der Begegnung zu schaffen. Er zeigt dabei nicht nur auf, wie grüne Projekte realisiert werden können. Er macht vor allem deutlich, wie wichtig Natur, Kunst und Begegnung für das Dasein des Menschen sind und im positiven Sinne die Humanität fördern können.

*Dr. Janos Marton*, Director LIVING MUSEUM, Creedmoor Psychiatric Center, New York





immergrün

# Willkommen im Grünen

Gärten und immergrüne Orte sind Freiräume, sind Erlebnisräume. Es sind Orte des Wohlbefindens und der Begegnung. Es sind grüne Inseln zum Verweilen und es sind Projektionsflächen für Sehnsüchte und Hoffnungen aller Art.

Durch alle Jahrhunderte hindurch und in den verschiedensten Kulturen haben Gärten und Parkanlagen nachhaltig die Lebensqualität bereichert. Gärten und Parkanlagen wurden aufgesucht um sich zu entspannen, um Energie zu tanken und um sich an den Sinnesreizen der Natur zu erfreuen. In den letzten Jahren werden sich immer mehr Menschen der Bedeutung dieses „grünen Wissens“ bewusst. Dies wird nicht nur deutlich, indem neue Gärten und Parkanlagen entstehen. Das wachsende Bedürfnis nach öffentlichem



Grün ist ein deutliches Zeichen eines Umdenkens in Richtung der heilenden Kräfte der Natur. Dabei ist diese Entwicklung nicht als eine neue Form von Natur-Verklärung zu sehen und will keineswegs als „zurück-zur-Natur-Bewegung“ verstanden werden. Es ist vielmehr eine Rückbesinnung in Richtung eines bewussteren Naturerlebens; eines sensiblen Umgangs mit uns selbst im Kontext mit der Natur. In einer Zeit, in der immer mehr Menschen in einem urbanen Umfeld leben und dieses Leben durch Lärm, Schmutz und eine Vielzahl unterschiedlicher Stressfaktoren beeinträchtigt wird, sind sinnes-grüne Orte lebenswichtig. Es sind Gegenpole zu urbanem Leben, bei dem sich Menschen die meiste Zeit in geschlossenen Räumen aufhalten. Räume, in denen die Luft klimatisiert, gefiltert, gewärmt oder gekühlt ist. In einer Zeit, in der immer mehr Bereiche funktionalisiert sind und in der die Bestrebung, den Menschen unter möglichst flächendeckender Kontrolle zu bringen, überhandnimmt. Hier müssen geistig-seelische Gegen-



pole geschaffen und das aus den Fugen geratene Verhältnis von Konsonanz und Dissonanz wieder ins Gleichgewicht gebracht werden.

Grüne Orte – immergrüne Orte, sind Freiräume, welche die Menschen, die sie besuchen verzaubern. Es sind Orte der Transparenz und der Durch-

lässigkeit. An diesen Orten kommt das menschliche Bedürfnis nach Ruhe zum Tragen. Hier verlangsamt sich die Zeit. Die Aufmerksamkeit wird auf andere Dinge des Lebens gerichtet. Gärten sind Orte der Aufmerksamkeit mit einer ganz eigenen Dynamik und mit sich neu öffnenden Erlebniswelten. In einer



Zeit gesellschaftlichen Wandels sind es Gärten und Parkanlagen, die zum Innehalten anregen. Es ist ein Heranführen an das Lebendige in der Natur.

Es sind solche immergrünen Freiräume, welche die Voraussetzung für eine achtsame Begegnung mit der Natur und mit sich selbst schaffen. Orte des Vorhersehbaren und des Unvorhersehbaren, des Vergänglichen und des Unvergänglichen – grüne Aufenthaltsorte für Besinnung und für spontane Aktivitäten. Grünflächen, die zum Spaziergehen und zum Verweilen in der Natur einladen. Immergrüne Räume, in Form von Gärten oder Parkanlagen, in denen sich neben der Sinneserfahrung, dem Spiel und der Kunst auch Bereiche der Neugier, der Freude und der Trauer wiederfinden.

Immergrüne Räume neu anzulegen, einer Landschaft eine neue Verwendung zu geben, setzt eine genaue Analyse voraus: regionalen Besonderheiten der Umgebung, der Zielgruppe und der vorhandenen Strukturen des direkten Umfeldes. Es setzt ebenfalls

voraus, sich der Natur, dem zur Verfügung gestellten Stückchen Erde – und sei es noch so klein – mit Respekt und entsprechender Hochachtung zu begeben. Ziel eines Landschaftsprojektes ist nicht die durchgestylte, nach dekorativen Gesichtspunkten gestaltete Fläche oder das „nur“ Anlegen von Wegen und Grünflächen. So werden zum Beispiel an verschiedenen Abschnitten im Ge-

lände bewusst Impulse gesetzt, die zum Fragen nach dem „Darüber hinaus“ anregen. Auch der Mut zum Unperfekten ist ein nicht zu unterschätzendes Gestaltungselement. So üben zum Beispiel eine minimal verschobene Achse oder auch ein in Form und Farbe leicht von der gewohnten Norm abweichendes Gesamtbild eine große Faszination aus.



Ein Garten, ein Park, das ist Licht und Schatten, ist Beständigkeit und Veränderung. In die Planung sind Formen, Farben und Kontraste, sind Minimalismus und Vielfalt von Anfang an einzubeziehen. Projektarbeit bedeutet, Dinge anders zu betrachten und dabei klare Position zu beziehen. Planungsarbeit, das ist Auseinandersetzung mit Wachstum und Bewegung. In die Planung muss das Zusammenspiel der vier Elemente Erde, Feuer, Luft und Wasser einfließen, um später in der Landschaft sichtbar zu werden. Nur so entstehen Räume voller Überraschungen und voller Erlebnisse mit den damit immer einhergehenden Wirkungen auf ihre Besucher. Ziel ist es, Landschaften so zu gestalten, dass man sie nicht nur ansehen, sondern sie hören, riechen, schmecken, fühlen und begreifen kann.

Immergrüne Räume sind Orte der Begegnung, der Zivilisation und der Kultur. Es sind Orte, an denen Kraft geschöpft werden kann und an denen die Seele berührt wird. Orte mit einer grünen Atmosphäre und mit grünen An-

geboten. Grüne Angebote, die motivieren, hinaus in die Natur zu gehen – die beflügeln und die neue Kräfte schöpfen lassen: sich selbst (wieder) in Beziehung zur Natur zu erleben

Immergrüne Räume sind eine Einladung an die Sinne und es sind Orte des Leichtsinns. Hier darf man leichtsinnig sein – leichten Sinnes sein – alle Sinne öffnen dürfen. Mit allen Sinnen das Leben aufnehmen: sehen, hören, riechen, schmecken, berühren, sich berühren lassen.

Durch grüne Orte durchzulaufen, fühlt sich unmittelbar gut an. Es ist pure Natur – nichts Spektakuläres oder gar Außergewöhnliches. Gewidmet dem Gesamtkunstwerk Mensch, beflügeln diese Orte die Sinne und verströmen Wohlbefinden.

### **Das Sehen**

Mit den Augen werden die unglaubliche Farbvielfalt und der Formenreichtum der Pflanzen wahrgenommen. Es sind Seherfahrungen mit Weite und Ferne, mit Licht und Schatten. Durch

die Erkenntnis, dass 40% aller Sinnesindrücke über das Sehen ablaufen, entstehen neue Sichtweisen. Es wird die Erfahrung gemacht, dass das Auge unterschiedlichste Eindrücke sammelt und dass das Gehirn die Informationen analysiert, um sie dann zu einem Gesamtbild zusammen zu fügen.



## Das Hören

„Das Ohr ist das Tor zur Seele“, besagt ein indisches Sprichwort. Das Gehör ist mit Abstand das filigranste und empfindsamste Sinnesorgan überhaupt. Selbst Geräusche, die einige Meter entfernt von uns auftreten, lassen sich mit dem „Fernsinn“ Gehör wahrnehmen. Auch „um die Ecke“ hören ist kein Problem. Das Gehör unterscheidet, aus welcher Richtung ein Geräusch kommt und es registriert die Veränderungen des Quellenstandortes, der Lautstärke, der Tonhöhe und der Klangfarbe. Was wäre eine Landschaft ohne Geräusche oder ohne Klänge?

## Das Riechen

Düfte nehmen Einfluss auf den ganzen Menschen. Über die Nase werden Düfte wahrgenommen, die blumig, fruchtig, erdig, süßlich, lieblich oder herb sind. Der Geruchssinn, einer der ältesten und elementarsten Sinne, löst wie kein anderer Sinn viele Emotionen aus. Längst Vergessenes erscheint durch einen einzigen Duft sehr präsent. Ge-



rüche, ob süß, schwer, unangenehm oder blumig, beeinflussen unsere Gefühlswelt, ohne dass sie sich willentlich kontrollieren lassen. Der Geruchssinn beeinflusst nicht nur die Gefühlswelt, sondern es ist auch der Sinn, der am individuellsten ausgeprägt ist. Wer hat noch nicht erlebt, wie über Düfte und Gerüche, die in der Kindheit eine große Rolle gespielt haben, plötzlich alte Erinnerungen ausgelöst werden?

## Das Schmecken

Der Mund ist nicht nur zur reinen Nahrungsaufnahme da. Süß, sauer, salzig, bitter, aromatisch, würzig, heiß,



kalt: Geschmacksrichtungen und die unterschiedliche Konsistenz sind Erfahrungen, die alle mit dem Mund gemacht werden. Es ist ein kompliziertes Zusammenwirken aus Geschmacksknospen, Zunge und Gaumen. Es ist das Zusammenwirken aus der Analyse und der Kombination der Impulse der Geschmacks- und Geruchszellen im Gehirn. Unterstützt durch den Geruchssinn bringt uns all das „auf den Geschmack“. Kommt noch der Genuss hinzu, spielen unter anderem auch unterschiedliche Tastqualitäten eine Rolle: knusprig, hart, weich, cremig.



### **Das Fühlen und Tasten**

Die Haut ist unser größtes Sinnesorgan. In ihr sind unzählige feine Rezeptoren, die auf Berührungsreize, auf Druck, auf Kälte und auf Wärme reagieren. Die meisten dieser Rezeptoren befinden sich in den Fingerspitzen, den Handinnenflächen und den Fußsohlen. Über diese sensiblen Reizeempfänger wird die direkte Verbindung zur Umwelt hergestellt.