

Schönheit ist Teamwork, sagt Ariadne von Schirach, ein Wechselspiel zwischen dem, was ist, und unserer Wahrnehmung. Und die können wir trainieren, indem wir lernen, die Welt und ihre Bewohner jeden Tag mit neuen Augen zu sehen. Schönheit beinhaltet aber auch eine ethische Forderung, die uns daran erinnert, dass es an uns liegt, die Natur und ihre Wunder zu bewahren.

Text: Ariadne von Schirach

Lob der Schönheit

Der Himmel leuchtete blassblau, eine merkwürdige Farbe, die ich so noch nie wahrgenommen hatte. Ich machte gerade einen Abendspaziergang durch ein kleines Dorf am Rand der Berge und war tief in Gedanken versunken. Plötzlich fiel mir ein, dass ich noch Milch kaufen musste, und ich blieb stehen und blickte auf. Unversehens hatte sich die Stimmung um mich herum geändert und das Vertraute war auf einmal anders geworden, geheimnisvoll. Die Bauernhäuser um mich herum schienen ihr eigenes Licht zu besitzen, warm und fest konturiert, während in dem weiter blass leuchtenden Himmel langsam ein dicker Mond sichtbar wurde. Für einen Augenblick war alles lebendig und wunderschön, und ich blickte von den Häusern zum Himmel und wieder zurück und fühlte mich beschenkt. Dann fiel mir die Milch ein und ich machte mich auf den Rückweg. Es dämmerte rasch, und ein paar Minuten später war alles so, wie es immer schon gewesen ist.

Die Natur als Lehrmeisterin

Schönheit verzaubert die Welt. Wir können sie wahrnehmen, aber auch selbst hervorbringen, indem wir das, was da ist, veredeln: ob wir draußen Müll auflesen oder drinnen ein Zimmer aufräumen, ob wir uns selbst mit schönen Kleidern schmücken oder unsere Tische mit Blumen. Wir können die Welt aber nicht nur verschönern, sondern auch gestalten. Wir Menschen sind Anfänge, sagt Hannah Arendt. Wir sind alle kreative Kreaturen, die Neues und Eigenes zu diesem Leben beitragen. Doch wenn wir es schon machen müssen, warum machen wir es nicht schön?

Nur wie? Was Schönheit betrifft, halte ich die Natur für unsere größte Lehrmeisterin. Unerschöpflich

Das Schöne ist unverlierbar. Und es wartet immer genau dort, wo wir gerade sind. Denn das, was wir Schönheit nennen, ist immer schon Teamwork: das, was ist, und unser Blick, der es erkennt. Dabei ist, was uns wahrhaftig schön erscheint, immer auch unschön – oder zumindest fragwürdig.

sind ihre Farben und Formen, Texturen und Arrangements. Manchmal ist das Naturschöne aufdringlich wie die idiotische Frische einer Frühlingswiese, manchmal offenbart es sich nur den Kundigen. Auch unser Schönheitssinn ist ein Muskel, den wir trainieren können. Und müssen. Es bedarf der Beharrlichkeit, eine innere Sammlung von Abendhimmeln anzulegen, die Rinden und Blätter der Bäume zu kennen oder interessante Steine wahrzunehmen. Es kostet, aber es nährt

auch. Ich jedenfalls werde für den Rest meines Lebens von den leuchtenden Sonnenuntergängen zehren, die mir auf einer thailändischen Insel geschenkt worden sind. Von den Blumen im Toten Gebirge im Salzburger Land. Oder von diesem Morgen an einem indischen Strand. Es war so unermesslich klar und frisch, als wäre es der erste aller Morgen. Einige bunte Boote machten sich an dem breiten, goldgelben Strand für ihr Tagwerk bereit, hinter ihnen lag ruhig und erwartungsvoll das tiefblaue Meer. Ein Rudel wilder Hunde drehte schweigend ihre Runde, die Luft war warm und unbewegt, es roch nach Salz und Öl und Blumen. Die kräftige Morgensonne verlieh allen Farben einen übernatürlichen Glanz. Die ganze Szenerie war atemberaubend anmutig, und ich meinte, ein Gefühl von berechtigtem Stolz zu spüren, als sei eine ferne, große Kraft sehr zufrieden.

Ist es nicht schön, habe ich es nicht schön gemacht, schien sie zu sagen, und ich antwortete: Ja, wirklich wunderschön. Dabei musste ich an die *Bhagavad Gita* denken, wo Lord Krishna betont, wie sehr ihm das Lichte, Glanzvolle, Gelingende gefällt, und ich blinzelte in die herrliche Sonne und dachte: Schönheit ist die Eitelkeit des Göttlichen.

Vielleicht ist sie auch die Rettung des Menschen. Denn das Erstaunlichste sind nicht leuchtende Morgen am anderen Ende der Welt, sondern die Tatsache, dass wir Menschen alles, wofür es sich zu leben lohnt, so leicht vergessen können. In dieser Welt voller Wehmut und Wunder bringen wir es fertig, uns zu langweilen, indem wir unsere lebendige Seele in geschäftstüchtige Gedanken und kleinteilige Routinen einmauern und die Natur um uns herum mit elend öden Gebäuden beleidigen.

Eine solch unschöne und leblose Welt ist jedoch keine Tatsache,

sondern ein Wahrnehmungsfehler. Das Schöne ist unverlierbar. Und es wartet immer genau dort, wo wir gerade sind. Denn das, was wir Schönheit nennen, ist immer schon Teamwork: das, was ist, und unser Blick, der es erkennt. Dabei ist, was uns wahrhaftig schön erscheint, immer auch unschön – oder zumindest fragwürdig. Verfallende Häuser in zartem Pastel, ein makelloses Gesicht mit einem schiefen Mund, ein dunstiger Wald, in dem Werden und Vergehen stets nebeneinander existieren.

Schönheit ohne diese inneren Widersprüche ist banal. Ihr Geheimnis liegt in der Harmonie, die Verschiedenartiges anmutig verbindet. Das hat sie mit der Liebe gemein, die nicht nur das Liebenswerte, sondern auch das Nichtliebenswerte liebt. Und so ist auch wahre Schönheit niemals einförmig oder glatt, sondern immer gebrochen und genau deshalb interessant und tief. Schönheit ist der Glanz des Wahren heißt es, und nichts ist wahr ohne sein Gegenteil.

Die Schule des Sehens

Diese unauflösbaren Spannungen versöhnen nicht nur mit der eigenen Begrenztheit, sondern eröffnen auch eine facettenreiche Schule des Sehens. Es kommt eben nicht nur auf das Material an, sondern auch auf die Perspektive. Unsere Wahrnehmung ist die wichtigste Komplizin der Schönheit, und zu ihr zurückzukehren, heißt, jeden Tag wieder zu üben, das, was ist, mit neuen Augen anzublicken. Alles beginnt mit unserer bewussten Aufmerksamkeit: Was gefällt mir, regt mich an, begeistert mich? Welche Farben mag ich, welche Jahreszeiten, welches Licht?

Wenig macht uns Menschen glücklicher als große Freude an kleinen Dingen – wie einem unerwartet inspirierenden Austausch, einem leckeren Mittagessen oder

einem kreisenden Vogelschwarm. Viele dieser Lebensfreuden verdanken sich unserer Fähigkeit, uns von der Welt um uns herum bezaubern zu lassen. Und obwohl es zwischen uns Menschen durchaus eine wiki-pediahafte Übereinstimmung darüber zu geben scheint, was schön ist, ist die konkrete Erfahrung des Schönen zutiefst persönlich. Wir sind diesbezüglich alle aufgerufen, eigene Register, Kategorien und Sammlungen anzulegen. Ich beispielsweise liebe Pfingstrosen, den Himmel vor dem Sturm und Hafenanlagen mit Kränen.

Sich der Frage zu öffnen, was man schön findet und wo man Schönheit findet, ist die Eintrittskarte für die Schule des Sehens. Unverdrossen und unermüdlich lädt sie uns Menschen ein, tätige Zeugen der werdenden Welt zu sein. Um teilzunehmen, kann man Beobachtungsthemen finden wie Licht auf Wasser oder Straßen im Regen, man kann sich auch Farben und Formen verschreiben oder die Gesichter der Mitmenschen studieren – alles, worum wir uns bemühen, bemüht sich irgendwann auch um uns und beschenkt uns mit unvergänglichen Schätzen.

Sich bewusst der Wahrnehmung der Schönheit um einen herum zu widmen, ist eine immerwährende Rückkehr zum Leben. Ein unbeirrtes Festhalten an der Möglichkeit von Sinn und Inspiration, von Glanz und Glück und Heiterkeit. Und obwohl der Anblick eines silbergrauen Meeres an einem warmen Nachmittag fast schon ausreicht, den Abgrund von Endlichkeit, Nichtigkeit und Blödsinnigkeit in uns und zwischen uns für eine Weile zu überdecken, ist das Schöne zugleich auf die allerbeste Weise vollkommen oberflächlich. Sein Erscheinen ruft „interesseloses Wohlgefallen“ hervor, wie der Philosoph Immanuel Kant bemerkt. Dieses angenehme Gefühl



RECONNECT
WITH NATURE
@HOTEL
MAISTRA 160

Deep Health
in Pontresina.

Mehr
Informationen



maistra160.ch



betrifft nicht nur unser Verhältnis zur Schöpfung, sondern auch zu unseren eigenen Schöpfungen.

Schönheit als Verführung

Obwohl ich einiges über Städte, Häuser und Kräne sagen könnte, ist der klassische Ort des Schönen die Kunst. Ich habe schon viel darüber gelesen und alles wieder vergessen. Mittlerweile gehe ich durchs Museum wie durch ein Ikea-Möbelhaus und frage mich einfach, was ich von dem ganzen Zeug gern in meiner Wohnung hätte. Diese Perspektive wird vielem nicht gerecht, aber sie hat zwei unbestreitbare Vorteile: Zum einen erdet sie die wuchernde moderne Kunst und zum anderen führt sie mich direkt zum interesselosen Wohlgefallen. Weil ich das Ausgesuchte ja nicht wirklich besitzen kann, bleibt nur die Sympathie übrig. Auch das ist ein Weg, wieder mit dem ganz eigenen Schönheitsempfinden in Kontakt zu kommen: weg von dem, was Kunstwerke im Kunstkontext bedeuten sollten, hin zu dem, was sie für mich selbst sein können.

Solch eine Abkehr von allgemeinen Interpretationen und zugleich Hinwendung zu ganz persönlichen Deutungen hilft uns dabei, das Leben in unser eigenes zu verwandeln. Mag ich's, gefällt's mir, ist es hübsch? Es macht einfach Spaß, die Dinge direkt zu befragen, ob Kunstwerke, Naturphänomene oder Menschengesichter. Die Schönheit verführt uns, die Welt und ihre schier unendliche Vielfalt zu erkunden.

Doch wie alles, was wahr ist, ruft sie uns auch nach Hause, weil sie uns einlädt und manchmal auch ermahnt, ihrer würdig zu sein. Dazu schreibt die Philosophin Simone Weil: Das Gute muss das Fleisch verführen, um sich der Seele zeigen zu können. Die Schönheit ist diese Verführung.

Schönheit verbindet uns Menschen mit der Schöpfung und zugleich mit dem Besten in uns. Denn hinter der unverlierbaren Schönheit der Welt steckt nicht nur eine ästhetische, sondern auch eine ethische Forderung.

Eine ethische Forderung

Schönheit verbindet uns Menschen mit der Schöpfung und zugleich mit dem Besten in uns. Denn hinter der unverlierbaren Schönheit der Welt steckt nicht nur eine ästhetische, sondern auch eine ethische Forderung. Dabei muss ich an ein Zitat von Oscar Wilde denken, der einmal sagte, es falle ihm Tag für Tag schwerer, auf der Höhe seines blau-weißen Porzellans zu leben. Schöne Dinge können uns ebenso zur guten Form erziehen wie klare und wahre Gedanken. Ich jedenfalls habe schon eine Sammlung feiner Hemden angelegt, die für mich aufrecht sein können, während mein alternder Körper dahinsinkt.

Die Schönheit bedeckt das Hässliche, sie überwindet es nicht. Deshalb denke ich, dass sie uns nicht nur zum Guten führt, sondern zum Ganzen. Sie verzaubert den Alltag, veredelt krumme Körper und eintönige Räume und gibt dem, worauf ein erkennender Blick fällt, eine Bedeutung, die vorher nicht da war. Und vor allem findet und erzeugt sie Dinge, für die es sich zu leben lohnt.

Es ist ja hier gerade nicht besonders schön. Unsere Welt brennt an allen Ecken und Enden – Gier und Korruption, antifeministischer Backlash und Ungleichheit, Artensterben und Klimawandel. Diktaturen. KI. Und Kriege. Das ist schwer zu ertragen, ebenso wie die Tatsache, dass ein Ende gerade nicht abzusehen ist. Da ist es schon viel, die ganze Unordnung einfach auszuhalten, während man genau dort, wo man selbst lebt und liebt und arbeitet, tätig darauf beharrt, dass ein eigenes Leben mit seinen Sinnmöglichkeiten und Schönheitserfahrungen auch in ungewissen Zeiten möglich ist. Wer dann noch Kraft übrighat, kann versuchen, die ganze Misere trotz allem ein bisschen liebzuhaben. Die brennende Welt nicht verloren zu geben, den Menschen nicht abzuschreiben, die Zukunft nicht loszulassen. Geschichten von Hoffnung und Güte sammeln, von aufrechten Menschen und schönen Dingen, freundlichen Tieren und dem unverdrossen goldenen Abendlicht. Das Leben ist schön, wir müssen uns nur daran erinnern. Jeden Tag wieder.

Ariadne von Schirach: *Glücksversuche. Von der Kunst, mit seiner Seele zu sprechen*, Tropen Verlag 2021

arbor

Für ein Leben in Achtsamkeit

Buch-Neuerscheinung



336 Seiten 24,90 €

ISBN 978-3-86781-424-9

www.arbor-verlag.de

„Die Praxis ist nicht nur für uns selbst – sie ist für alle Wesen“

James Baraz

**Weiterbildungen
2026/2027**

Deep Rest (Götzis) – April/Mai 2026

MCP (Online) – Juli 2026

Integrative Achtsamkeit –
(Grundausbildung)
Freiburg – ab Aug. 2026

MBSR – München – ab Sept. 2026

Mindful2Work (Online) – Okt. 2026



Alles auf einen Blick:
www.arbor-seminare.de/ausbildung