

Dr. Tone Strojín

# Doživljanje narave



ZALOŽNIŠTVO JUTRO

## Povabilo na branje

Eno temeljnih vprašanj, zakaj gremo v naravo, če že ne osnovno, je – kaj je tisto, kar nas v naravi privlači in privede vanjo. Vse ima svoj vzrok in odziv v človeku, zlasti narava. Vprašanje motiva je vprašanje človekovega notranjega doživljanja. Žival nima zavesti, zato jo privabijo le nagonске reakcije o varnosti kraja, prijaznosti določenega okolja, možnosti prehrane, zavetju itd. Človek se na naravno okolje odziva drugače.

Odziv, ki se v človeku sproži zaradi določenega motiva, je zavesten in voluntativen. Vsekakor je razpoznaven in zunanje opredmeten. Recimo: spoznati nove gore, kraje in ljudi, dobiti žig, preplezati plezalno smer, se poveseliti v družbi itd. Večini zadostuje samo to, bolj razgledanim gre za doživljanje. Tuma<sup>1</sup> zanje pravi, da »je to vedno znak višje kulture«. Ta notranji proces v človeku je doživljanje narave. Zato ni važno, kje tako čuteč človek doživlja naravo: v gorah, na morju ali v gozdu, ob potoku, pač po osebnem izboru, niti časovno, kdaj ga doživlja, recimo ob sončnem vzhodu ali gledanju jesenskih barv gozda itd. Od človeka je odvisno, kakšen klic bo v njem prebudilo doživljanje narave, adrenalinsko doživljanje ob plezanju v steni ali doživljanje razgleda na vrhu gore. O motivih za vračanje v naravo ne gre razpravljati, ker so subjektivni, uglaseni po posamezniku. Motivi po izboru navadno prerastejo v zadovoljevanje interesov. Bolj zanimivo je obravnavati, kakšne notranje, psihične in duševne procese sprožajo motivi, če

---

<sup>1</sup> Dr. Henrik Tuma: Pomen in razvoj alpinizma, Ljubljana 1930, str. 105.

so dovolj močni, da potegnejo posameznika. So motivi, ki izzovejo vibracijo v človekovi zavesti. Pred nekaterimi prizori v naravi človek dobesedno onemi. Če se čuti kaj pesnika, pisca ali slikarja, jih poskuša opisati ali vsaj fotografirati za spomin. Če je posameznik umetniško naravnani, rafiniran pri obravnavi in subtilen pri izražanju, je izdelek lahko fotografsko, literarno ali slikarsko vreden. Po mojem ima doživljanje narave, kdor ima v sebi ta čut – ima pa ga v svoji meri vsakdo, ker je človek del narave – najvišji smisel početja ljudi kjerkoli v naravi. Človek nagonsko na čustvenem in fizičnem področju občuti čustvo narave v sebi, vzrok in motiv, da se v naravo vrača in notranje bogati. V tem je smisel zahajanja v naravo, intenzivnost pustimo zaenkrat ob strani, ker bomo temu v nadaljevanju posvetili več pozornosti.

Doživljanje narave – Tuma temu pravi čustvo prirode – bo imelo, celo že ima, zaradi varstva narave kar največji pomen zaradi vse večjega zastrupljanja in razvrednotenja okolja. V končni posledici je doživljanje narave za človeka preživetvenega pomena. Kdor ne ceni ohranjanja narave in njenih čistih virov ter naravnih dobrin, ta ne ceni življenja, varstva in ohranjanja okolja, skratka mu ni do sočloveka.

Doživljanje narave je preizkus, koliko nam je do ohranjanja okolja, po tem spoznavamo, kako nam je že oddaljena narava, sociološko povedano, kako smo odtujeni od narave. Zato je eden od možnih načinov človekovega preobražanja samega sebe v spontanem doživljanju narave in vsega naravnega.

To, kolikokrat v tednu nekdo zaide v naravo, res še ni merilo odtujenosti od narave, vendar so možnosti za

to večje pri neozaveščenem posamezniku. Doživljanje narave pomeni za človeka vzgojno sredstvo, ki ga žal naš vzgojni sistem le bežno omenja ali pa ga sploh ne pozna. Poznamo študij biologije in podpodročje varstvo narave. Imamo ga tudi v okviru študija gozdarstva, kmetijstva in še kje, vendar pa izvirnega in temeljnega predmeta, kot je naravoslovje, v družboslovju ne poznamo, čeprav je narava starejša od družbe in naravoslovje od družboslovja. Govorimo lahko o zgodovinskem zaostanku družboslovja pri obravnavanju vprašanja narave in njenega doživljanja, čeprav ne podcenjujemo novejših odkritij. Ste morda kdaj slišali za specializiranega vodiča turističnih izletov, ki bi razlagal naravno dediščino? Imamo pa turistične vodiče, ki vam vedo povedati za vsak oltar, vsako kapelico, vsak grad in razložiti vso zgodovino določenega umetnostnega spomenika. Kadar se bo zgodila taka sprememba gledanja na naravo, da bo narava na izletih deležna strokovne razlage, bo morda prišlo do potrebnega zasuka v smeri spoštovanja narave in vsega naravnega, pa tudi samega doživljanja narave.

Danes v naravi in na vrhovih enostavno ne znamo uživati, vsaj ne dalj časa, razumljivo le v lepem vremenu.

Vedno se nam nekam mudi. Prekmalu smo zadovoljni z doseženim in hajd v dolino. V naglici se izmaliči doživetje, ker nam ostane samo vtis razgleda, kolikor ni želja po žigu močnejša.

Komur je za globlja doživetja v naravi, naj ne hodi s skupinskimi vodenimi izleti. Doktrina vodenja takih izletov je napol vojaška. Sam grem z njimi, če mi samemu ture, zlasti v tujini, ni mogoče varno opraviti.

V Tumovih časih še ni bilo tako. Takrat so znali uživati v navezi z vodniki. Naglica jim ni bila merilo.

Tuma sam je v svojem Pomenu in razvoju alpinizma napisal poglavje Čustvo prirode in umetnost. To poglavje sem se namenil podrobneje obdelati in primerjati z današnjim časom, saj je Tuma z ljubeznijo do prirode začel pisati svojo knjigo. Trdil je, »da je ljubezen do prirode vsečloveško čustvo. Alpinizem – kar naj velja tudi za gornštvo – je nov kulturni pojav v človeški zgodovini. Staremu svetu in srednjemu veku še ni bil znan. Ta nov kulturni pojav je sicer kolektiven, ne vsesplošen. Pojavil se je kot kulturno stremljenje na določenem ozemlju in določeni stopnji človeškega razvoja.« Zato sem v svojo razpravo vnesel poglavje Pogoji za nastanek gornštva.

Tumovemu poglavju Čustvo prirode in umetnost sem posvetil to razpravo, ker menim, da je to poglavje pravzaprav Tumova kulturna oporoka vsem naslednikom. V njem obravnava bit gornštva kot doživljanje narave, ki mu je seveda v svojem kozmopolitstvu dodal še znanstvene, športne, psihološke, sociološke in druge poudarke.

Kaj doživljamo v naravi in kako to doživljamo v gorah, kakšen odnos naj imamo, je sicer različno pri posameznikih. Vse to poskušamo nakazati v tej razpravi.

## Sporočilo knjige

Že od antičnih starogrških časov je znano, da je človek ne samo biološko, temveč tudi duhovno in socialno bitje, ki mu je za razliko od živali lastno vrednostno opazovanje časa in prostora, v katerem živi. Današnje gledanje na svet in dogodke v njem je izrazito črno-belo. Za to poskrbijo predvsem sredstva javnega obveščanja, ki svet in dogodke prikazujejo s poudarkom na slabem. Obveščajo in poročajo ne samo o naravnih katastrofah s celega sveta, temveč tudi o atentatih, vojnah, kriminalu in aferah itd., ki imajo vir zla predvsem v politiki in gospodarstvu. Doživljanje sveta in življenja danes v glavnem oblikujejo mediji. Vsi mediji, od rumenega tiska do državnih časopisov z najvišjimi nakladami in lokalnih časopisov, so najbolj prepoznavni prav po tem, kako ustvarjajo javno mnenje. Le ljubiteljske revije in verski tisk, ki so področnega ali nazorskega pomena, prinašajo nekaj ustvarjalnosti, življenjske vedrine in pozivajo k moralni pokončnosti.

Človekovo doživljanje sveta je pod močnim vplivom medijev, ki pa ni vedno objektivni. Družina in civilna družba, da šole ne omenjamo, nimajo več prevladujočega vpliva. Medijsko ustvarjanje javnega mnenja postaja vedno bolj vplivno, ker se dnevno ponavlja.

Doživljanje sveta in življenja ima svoj notranji odmev v človeku. Za mnoge je doživljanje, ki ga oblikujejo mediji, odločilno za vrednotenje sveta, se pravi za odločanje, osebno rast in razvoj.

Ni vsako doživljanje nasploh polnovredno. Površno doživljanje, ki ne registrira zunanjih dogodkov, ne more

pomeniti že objektivne poučenosti, ne more biti v pouk, ni vzgojno niti izkustveno. Medijsko poročanje, tako imenovano raziskovalno novinarstvo, je po eni strani do obisti razvrednotilo etične kodekse, po drugi strani pa odkrilo nepravilnosti, ki bi sicer ostale skrite pred očmi javnosti. Težko je danes biti razsodnik, ker ima vsaka resnica dva ali celo več obrazov. Medijsko poročanje in mediji so bili, so in bodo v službi politike, za politiko pa se ve, da zanjo velja machiavellistično načelo, po katerem namen posvečuje sredstva.

Sledenje medijskemu poročanju dandanes vzbuja grozo. Mladini res ne preostaja kaj lepega, še manj perspektivnega. Na tako poročanje se odziva prostodušno in neprizadeto. Ne doživlja nič pozitivnega, ne razmišlja naprej, ravna pragmatično in trenutno, bo, kar bo. Temu ne moremo reči doživljanje, pač pa resignacija.

Zato je namen tega dela drugačen: analizirati, kaj je doživljanje narave in naravnega. Narava ni družba in smotri njenega doživljanja ne morejo biti tako prozaični, kot so smotri potrošniške in liberalne družbe.

Doživljanje narave lahko v svoji sproščenosti ustvarja notranje bogastvo in lahko v mnogočem vitalizira mlade in tiste, ki od življenja pričakujejo kaj več kot samo boj za preživetje. Narava pomeni univerzalno zdravilo za boljši svet, zato bi vzgoja morala biti v tem smislu. Potreben pa je kažipot, ne en sam, mnogo kažipotov v isto smer.

Gre za filozofijo življenja v naravi, iz katere je človeštvo vedno zajemalo snov, ne samo za preživetje in za ekonomijo, temveč tudi najbolj rafinirano snov – za umetnost. Doživljanje je pogoj za oblikovanje nazora, čustveni proces,

ki je pri posameznikih različno močan. Za oblikovanje nazora so potrebna spoznanja in izkušnje. Za današnji čas je značilna dvojnost in pri marsikom razklanost v samem sebi. Takrat prihaja do sprenevedanja pred družbo, ki jo uspavajo mediji – oblikovalci javnega mnenja.

Razvoj države in s tem družbe je v več kot dveh tisočletjih prešel od tako imenovane npravne države grškega polisa, ki je po Friedrichu Schillerju temeljila na posamezniku in je dopuščala uveljavljanje njegovih posebnosti in individualnosti, do današnje nenpravne države, kjer vlada zakon anarhije po vzorcu, kdo bo koga.

Za pojem doživljanje naj velja tistih pet načel, ki veljajo za obseg novinarskega poročanja, zato v nadaljevanju obravnavamo vprašanja: kdo, kaj, kje, kako in zakaj doživlja naravo.

Kdo je subjekt doživljanja, je jasno. Gre za tistega, ki hodi in doživlja naravo v različnih vlogah, to se pravi kot izletnik, planinec, pohodnik, gornik, alpinist, da ne rečemo še himalajec itd. Čisto mogoče je, da bo naravo globlje doživel morda izletnik kot pa alpinist, ki bo pretelovadil steno in ne bo imel časa za duhovno doživljanje. Preživetvena vprašanja imajo v kriznih situacijah, kar plezanje je, prednost pred, recimo, čustvenimi doživljanji.

Kaj bo kdo doživel, je še težje doreči, ker se nikoli ne ve, kaj koga intimno zanima, kaj ga vzburja itd. Motiv opredeljuje posameznika. Posamezniki so zelo različni.

Doživljanje narave ni toliko stvar čustvene inteligence kot pa načina izbora izražanja pri doživljanju in predvsem sredstev izpovedovanja. Na izbiro je mnogo načinov, ki so si podobni.



## Narava v zraku človeka

*Paberki o lepoti*

*Narava kot prostor doživljanja*

*Doživljanje naravnega*

*Doživljanje duhovnega v naravi*

*Narava in družba – dva pola življenja*

*Posameznik v odnosu in razmerju do narave*

*Doživljanje narave – fizično, psihično in duševno*

*Doživljanje narave pri umetniku in ljubitelju narave*

*Doživljanje narave v času*

*Izražanje čustva do narave*

*Doživljanje gora z besedo*

*Doživljanje narave s slikarstvom pri Slovencih*

*Doživljanje narave s fotografijo in filmom*

## Paberki o lepoti

Fenomen doživljanja narave je povezan z lepoto, kajti lepota pride v nas ob doživetju. Lepote je dovolj povsod, največ v naravi in umetninah. Lepota ne izbira prostora. Vseeno, ali lepoto narave uzremo v gozdu, ob jezeru, na morski obali ali v visokih gorah, ob sončnem vzhodu ali zahodu, ob katerikoli uri dneva. Občutje lepote si zgradimo sami ali pridemo do njega po pripovedi drugih, ob vodnikih, filmih in še marsičem. Eden od osrednjih elementov doživljanja lepote je, da se pustimo presenetiti. Odločilno je, da ujamemo pravi trenutek presenečenja. Tega ni mogoče napovedati vnaprej.

Srečanja z lepoto so bolj intenzivna, ko se zgodijo nepričakovano. Takrat moč presenečenja deluje bolj učinkovito. Mi ne posedujemo lepote, lepo poseduje nas.

Lepota sama po sebi nima škodljivih, ne stranskih učinkov, kot jih pripisujemo mnogim drugim fenomenom. Lepota učinkuje na nas pozitivno s tem, da nas spremeni duhovno in čustveno. Lepota se nas dotakne predvsem čustveno.

Lepoto občutimo kot vibracijo, ki jo izžareva okolje, bodisi del narave, naravni spomenik, svetlobni prizor, dogodek z ljudmi ob določeni priložnosti. Možnosti je nešteto.

Lepo živi in diha v nas vedno v nekem odnosu do nečesa ali nekoga. Torej ni lepota le plod naše zavesti, le pot v našo zavest, je subtilna ali celo telepatska.

Ko se predajamo lepoti, se odpiramo navzven ali navznoter. Ob predajanju lepoti, to je občudovanju, ne moremo biti

duhovno zakriti, smo pa lahko obremenjeni z določenimi predsodki in pomisleki, ki izvirajo iz zunanjega miselnega sveta, bodisi izkušeni z imitacijami, pripovedovanja drugih ipd.

V današnjem času je vedno več trgovanja z lepoto. Spomnimo se turistične industrije, reklamiranih turističnih potovanj, kričečih in načičkanih letovišč.

Fenomen turizma gradi na skupinskem povezovanju ljudi pri turističnem razkazovanju naravnih lepot. Turistični delavci vedo, da doživetja tudi povezujejo ljudi in da okolje daje podlago za osebno doživljanje, komuniciranje med ljudmi in bolj ali manj formalne socialne povezave na izletu, potovanju ali letovanju. Vsako doživetje lepega se zgodi v povezavi z nečim. Povezava je tista, ki določa in obarva občutke lepega.

Ko se predajamo lepoti, se čustveno in duhovno odpiramo. Če ustvarjamo, vsako naše delo, pisanje, slikarsko delo ali fotografija narave pomeni vpogled v našo notranjost. Zato naša notranja, prikrita duhovna lepota obstaja. Vedno je z njo povezana osebna tajinstvenost. Če opisujemo človeške like, rišemo neko življenjsko zgodbo in razpredamo neko resnico, v bistvu opisujemo tudi neko moralno lepoto človeških likov.

Lepota ima svoje razsežnosti. Ker živimo v svetu realnosti, ne moremo, da ji ne bi pripisovali neke fizične značilnosti, zato lepoti pripisujemo nekakšno »temperaturo«. Poznamo »vročo« lepoto, kot na primer sončno obalo z morjem ali puščavsko lepoto s sipinami, oazami in palmami, pa tudi obratno »hladno« lepoto himalajskih vršacev, ledeniških gora krutih realističnih oblik in

tančico skrivnosti. Ne obstajajo samo opisna merila lepega, ker obstaja še podzavestni svet, ki ga je treba šele odkrivati. Koliko tega je šele v nezavednem svetu, o katerem danes še ne vemo ničesar, lahko samo slutimo ali ugibamo, ker je to domena božanskosti. Od tu izhajajo ustvarjalnost, širitev zavesti, inspiracija in neskončne možnosti duha. Takrat se približujemo od današnjega bornega človeškega uma k neskončno oddaljenemu – Božjemu.

## Narava kot prostor doživljanja

Doživljanje v naravi je posameznikova naravna pravica, ki jo vsakomur omogoča narava. Bolj ko človek doživlja naravo, bolj narava osvaja človeka. Prostor, ki ima v zrklu urbanistov abstrakten pomen, potrebuje realnost, ki jo dobi šele v prostorskih načrtih in izvedbenih aktih. V taki realnosti potem zaživimo, delamo in počivamo. Teorija je razdelila prostor na naravni in urbani.

Doživljanje narave, o čemer razpravljamo, je mogoče le v prosti naravi, ne morda doma na balkonu, v mestnem parku ali vrtnem zelenilu, čeprav uživamo lahko tudi tu.

Tisto, kar daje doživljanju v naravi okvir, sta prostornost in osebnost. Prostornost ima tri geometrijske razsežnosti, predvsem: dolžino in širino, manj dostopno višino in ponekod še globino pod zemljo. Prostor ima naravni ali urbani inventar. Ni namen razprave, kaj šteje v naravni ali urbani inventar ali dediščino.

Duhovno pomeni prostor hrepenenje po daljavah, nek magnet, ki nas sili po spoznavanju česa novega. Prostor je enako kot duhovnost abstraktni pojem. Vsak vstop, miselni

ali fizični korak v prostor, je kot vstop v »duhovnost« kraja, ki ga lahko občutimo.

Samo naša duhovnost, naša notranjost lahko sprejme prostor z naravo za svojega. Pri doživljanju razsežnosti prostora je med človeškimi čutili vid privilegiran. Ne pravijo kar tako, da imajo vsake oči svojega »malarja«. Notranji vid kot posledica zunanje zaznave je v zvezi z duševnostjo, če ne, je človek duhovno slep, brezčuten, brez domišljije in brez notranjega bogastva duha. Lahko si gluhi, brez vonja in okusa, če le vidiš, si lahko srečen, lahko estetsko uživaš in, če je treba, manjše stvari otiplješ. Invalidi in drugače prizadeti to dobro vedo. Prostor ne predstavlja ploščine, ploskosti, ravnine ali ostalih znakov razsežnosti. V duhovnem pomenu pomeni nedoločeno hrepenenje po daljavah, neko vabo ali željo iti nekam daleč, izpolnitev nečesa in več, kot potrebujemo.

Prostor je torej sinonim duhovnosti, ta pa nima oblik, oglov ali geometrijskih likov kot nefizičnih odtenkov svetlobe in sence. Prostornost in duhovnost sta nesnovne vsebine, kot pojma sta lahko vrednoti.

*So gore kot prostor lahko tudi duhovne vrednote?*

Mislím, da, odvisno od tega, kako jih opazujemo, gledamo in predvsem pojmuje. Nekdo bo gore jemal zgolj kot skalne gmote, drugi jih doživlja kot fotograf, slikar ali pisec, torej v duhovni razsežnosti, tretji jih vidi kot nekaj, kar je treba osvojiti, preplezati, nekaj, kar je preizkus lastne sposobnosti, skratka v športnem smislu.

V tej razpravi prostor pojmuje abstraktno, celo v duhovnem pomenu. Zavedamo se, da imata prostor in



njegova nedoločljiva duhovna razsežnost lahko tudi svojo materialno stvarnost, ki je vanj položena kot naravna in kulturna dediščina.

## Človek in prostor

Gre za medsebojno projekcijo kot nekakšno kopernikansko vprašanje, kdo se suče okrog katerega: človek v prostoru ali prostor okrog človeka? Gibanje je za človeka pravi blagoslov. Zamislite si, da bi bil človek »privezan« na zemljo, »statičen«, kot rastline. Kako bi bil omejen in kako bi vegetiral. Če pomislite, da ste na smrtni postelji ali nepomični bolnik in samo čakate konca! Tako ste samo človek v prostoru in svet se suče okrog vas v postelji. Bogatejše je, če spremljate prostor okrog sebe, če se lahko gibljete, če tečete, plezate, skačete ...

Življenje je gibanje, tako je tudi doživljanje. Svojevrsten duhovni proces. Doživljanje ne more biti samo statična slika, kot je to trenutni doživljaj, zapisan v našem spominu. Doživljaj se lahko ponovi kot podoživljanje. Morda drugič tudi v slabšalni podobi. Doživljaj sam je torej lahko precej več kot gola zaznava prizora. Pogled, ki zazna nekaj določnega, prepozna stvarnost (naravni svet), ki se v psihičnem procesu spremeni v čustvovanje, v duhovno doživljanje narave.

V seznamu invalidnih hib je slepota res ena najbolj stigmatiziranih. Doživetja izhajajo iz zaznav vida, dosti manj iz zaznav drugih človeških čutov. Videti pomeni nekaj zaznati, biti priča doživetij pa za stopnjo višje kot samo v živo videti. Celo cerkveni čudeži morajo biti vidno izpričani, čeprav ostanejo logično nepojasneni.

Simpatija se prične z vidno zaznavo česa določnega, potem sledi še vse ostalo prijetno. Zato je človek svojim očem dolžan zahvalo, kajti ta organ čuta daje impulz človeškemu možganom, temu svetišču osrednjega človekovega miselnega in čustvenega dogajanja, katerega posledica je proces vrednotenja okolja in narave. Zato je najbolj verodostojno doživljanje in vrednotenje z vidom. Pri vseh ostalih čutih je občutek lažje potvarjati, imitirati ali celo lagati.

## Doživljanje naravnega

### *Kaj je narava?*

Najbrž je možno ponuditi toliko odgovorov, kot je ljudi. Na tem mestu nas ne zanima, kako definirajo naravo biologija in druge iz nje izpeljane naravoslovne vede, pač pa točno določena premisa – doživljanje naravnega. To ni področje senzualizma, ker je več od tega, ker ne gre samo za doživljanje narave s čutili, temveč tudi za duhovna občutja. Danes, ko smo ljudje daleč od življenja v podzemnih jamah in živimo v betonskih gmotah, ki se imenujejo mestno okolje, je odgovor na postavljeno vprašanje vse prej kot lahek. In drugo: splošno veljavnega odgovora ni.

Kaj je narava? Doživljeno s posameznikovimi čutili jo je lažje definirati. O tem obstaja v slovenskem prevodu izvrstna knjiga Diane A. Ackerman<sup>2</sup> O naravi čutnega, ki

2 Diane Ackerman: O naravi čutnega. Prevod Dušanka Zabukovec. Znanstveno in publicistično središče. Ljubljana 2002, str. 9.

strokovno in leposlovno analizira naravo čutnega po posameznih čutilih. Nam gre tu za naravo, kot jo dojemata naša zavest. Kot pravi Ackermanova v uvodu, »če hočemo dojeti, kako veličastna zgradba je zavest, se moramo potruditi, da bomo razumeli naša čutila«. Z drugimi besedami, pri doživljanju naravnega moramo kot ljudje od zadovoljevanja čutnega dojemanja narave, kot to počnejo živali, preiti v doživljanje naravnega v naši zavesti.

Seveda ne gre, da bi ob tem peli hvalnice doživljanju narave, kar smo navajeni pričakovati ob nedeljah in na dopustu. Začnimo obratno: gledano od blizu je življenje v naravi en sam boj za preživetje. Vzemimo samo prehrambene verige v živalskem svetu, kako ob njih potekajo odnosi med živimi osebki. Otrokom bi pri tem raje zatisnili oči, odrasli pa pogledali stran. A tako je.

Življenje v naravi z vidika naše razprave zna biti tudi prijetno, ko naravo doživljamo kot:

- vir zdravja, sprostitve in regeneracije,
- merjenje lastne zmogljivosti na brezpotjih,
- prostor za izživljanje prostega časa,
- zatočišče miru in meditacije,
- doživljanje naravne estetike,
- pogoj zbranim mislim,
- razbremenitev od stisk in živčnih napetosti.

Seveda je seznam pričakovanj daljši in odvisen od posameznikov.

Pri čutnem in čustvenem dojemanju narave je mogoče le to, da nam postane ob lepem v naravi prijetno, če nam naravno okolje ugaja. Takih ljudi je največ. Pri doživljanju

naravnega pa moramo poudariti tudi notranje doživljanje ali čustvovanje, ki ga nekateri izražajo tudi z upodabljačo umetnostjo, s pisanjem, s fotografiranjem itd.

Vmes med obema poloma različnega čustvenega in intenzivnega doživljanja je prostor za športne užitke. Tu gre za aktivne planince, gornike, alpiniste in druge. Med njimi srečamo po afiniteti in interesu: rekreativce, športnike, estete in raziskovalce. Te vloge si vsakdo poišče sam.

Obstaja točka v življenju, kjer se združujeta narava in človek. Bolj umetniško je naravnani posameznik, bolj je prevodnik, ki za javnost notranje doživetje pretvori v kulturno. Potrudimo se, da bomo taki pretvorniki tudi mi. Razvijajmo si notranji vid, kajti lepoto narave je treba znati opaziti in poskusiti opisati, naslikati ali vsaj izpovedati. Če človek resnično ljubi naravo, lahko povsod najde lepoto, je rekel Vincent van Gogh!

## Doživljanje duhovnega v naravi

Narava je nedvomno največja stvaritev na zemlji. Nobeno delo človeških rok, noben hram, most, nebotičnik ali drugo gradbeno delo, se ne more meriti z njo. Nobena razsežnost dela človeških rok se ne more primerjati z veličastnostjo narave, njenih pojavov in naravnih elementov, naravnih predelov in naravnih spomenikov. Vendar je tudi naš planet Gea, relativen ob primerjavi z razsežnostjo vesolja, celo zelo majhen delček je.

Sprva naj bi bila ustvarjena svetloba, torej sončnost. Vidnost kot posledica sončnosti je bila pogoj, da so postale

razglediščem in vrhovom, prezasedenosti bregov rek in morskih obal. Narava sama si je odredila svoje svete kraje, kajti narava se lahko časti le v tišini.

Doživljajska kakovost prostora je v občutju ljubitelja narave. Stvarnik je človeku podaril merila, kot jih vidi in razume vsakdo sam. Niti približno niso in ne morejo biti ista in enaka. Marsikdaj niti oči ne morejo izbrati tistega, kar lahko odredi občutje, empatija ali vsaj privlačnost prostora. Potem so tu – kdor kaj da na to – vibracije, žarčenja in še kaj.

Znanost lahko pojasni merila, statistika procenite obiskanosti takih krajev, mediji razvrščanje po lestvicah popularnosti, spet pa je posameznik tisti, ki izbira in izbere. Doživljanje duhovnega v naravi je svojstvo posameznika. Vsakemu je izbrani kraj narave najbližji. Skorajda ga ni človeka, ki mu narava ne bi bila vsaj prijetna. Tako občutje narave pa je vse prej kot globoko, najmanj pa duhovno. Tudi podoživljanje ne pomeni stanja presežnosti doživetja, ko se lahko zgodi, da evforično stanje človeka zavede v nerealnost in fantazijo. Podoživljanje lepih trenutkov iz preteklosti je kot prijazna glasba, ki nas zaziblje v prijetno počutje.

V naravi so doživetja bolj neposredna in globlja. V naravi so neizčrpne možnosti za vsakega, da doživi stik z naravo, z družbo in s seboj, odvisno od motiva, ki človeka privede v naravo. Vendar ni vse v človekovi pripravljenosti za doživljanje, marsikaj je odvisno od okolja v naravi, od situacije, v kateri smo, ali od primerne družbe. Ni vsak kraj v naravi že primeren za duhovno doživljanje. Predpostavljamo lahko, da je to pogosteje v najlepših delih

narave, recimo v narodnih parkih, saj so naravne lepote hkrati vrednote same po sebi.

*Kaj pa doživljanje narave v dvoje ali skupinsko?*

To, da lahko doživljamo in pozneje podoživljamo lepoto še z nekom, ki nas razume, čuti z nami, človeško toplo, ponuja priložnost za komentar vsake vrste. Zanikati naravno lepoto pomeni brezčutnost, apatičnost, zanikanje vsake potrebe po lepem, ne videti sveta v barvah in svetlobi.

Lepota se lahko stimulira, morda z umetniško lepoto, ob gledanju slik, kipov, filmov, recimo z glasbo, tako je kumulirano duhovno doživljanje globlje. Zgodi se, da ob tem otrpnemo ob doživetju. Za trenutke se nam čas ustavi. Marsikdaj gresta lepota in čas v korak. Gre za estetsko inteligenco, kar pomeni sposobnost zaznavanja lepega.

## Narava in družba – dva pola življenja

Od stvarjenja sveta do danes, posebej zadnjih dvesto let, se je v človeški mentaliteti marsikaj spremenilo, nevarno preobrazilo tako za človeštvo kot za njegovo okolje, v katerem živi. Marsikaj se ni samo spremenilo, temveč tudi uničilo, izgubilo, izumrlo. Ne samo po sebi ali kar tako po naključju, pač pa zaradi človeka.

*Človek postaja nevarna vrsta.*

Ni verjetno, da je bilo na svetu vse lepo pred »izgonom Adama in Eve iz raja«. V naravi vlada neizprosni red za preživetje. Narava sama poskrbi, da se življenje ohrani kljub marsikje neizprosnim življenjskim pogojem. Za preživetje

tudi pojavljanje novih vrst nazaduje ali vsaj stagnira zaradi propadanja naravnega okolja.

Izumiranja naravnih vrst ni povzročila le neprilagoditev spremenjenim življenjskim razmeram ali zaradi naravnih katastrof drastično spremenjene podnebne razmere. Znanstveniki so doslej ugotovili pet množičnih stopenj izumrtja po ledenih dobah, zdaj ugotavljajo šesto in svariijo že pred sedmo. Vse ogrožene organske vrste niso odpisane takoj. Najprej se številčno manjšajo, nato postajajo reprodukcijsko abnormalne. Biološko gledano so živa smrt. Vse do danes je naravna evolucija uspela premostiti opisane motnje svoje evolucije, vprašanje pa je, ali bo uspešno nadomestila izginotje tolikih organskih vrst?

Osnovni vzrok množičnega izumiranja vrst in motenj evolucij je v uničevanju ali vsaj v siromašenju naravnih habitatov, ki jih zastrupljamo in drugače preobražamo s človeškimi dejavnostmi, s katerimi zahtevamo vedno več prostora za človeka. Tako zahtevamo zase ves planet za svoje gospodarstvo.

Lažno si predstavljamo preživetje s posestniško in porabniško miselnostjo, pri tem pa pozabljammo sledeče:

- narava človeka ne potrebuje, ker je eksistenčno avtonomna;
- več organskih vrst sestavlja naravno okolje, bolj je to biotsko stabilno;
- narava brani svojo avtonomnost kruto in brezrezervno;
- bolj ko z nepremišljenimi in neracionalnimi posegi spreminjamo, zastrupljamo in uničujemo naravo, bolj si uničujemo urbano okolje, v katerem živimo, bolj mizerno in nekulturno postaja naše življenje.

## Posameznik v odnosu in razmerju do narave

Posameznik je tako v odnosu kot v razmerju z okoljem in naravo. Ni ga človeka, ki ne bi imel splošnega odnosa do narave. Naj bo ta odnos vrednostno določen, nevtralen ali brezbrizen. Brezbriznih do okolja je mnogo ljudi. Njihov odnos je splošen pri opazovanju narave in nekritičen do posameznosti. Morda je odnos do narave izražen celo pozitivno, da ima posameznik naravo kot celoto za vrednoto, nima pa v razmerju do narave nekega določenega naravnega spomenika ali morda do naravne dediščine pozitivnega odnosa. Narava da, posamezen del ali spomenik pa je po njihovem brez vrednosti. Ta posameznik naravo kot celoto vidi oddaljeno, ni mu na očeh kot pravimo; o naravi govori samo zato, ker je o tem nekaj slišal, da je lepa, se pravi, da jo ima za modo, je moderen, če o njej govori, substančno pa o njej ne ve nič. Kakor se zdi svojevrsten cinizem, da tako brezbrizno opazovanje ni vrednostno obravnavano, je tako obravnavanje narave del porabniške kulture. Tak odnos do narave je svojevrstna tautologija. Namreč za sedanjo družbo je značilno, da je to civilizacija porabe in mode. Modno je to, kar delajo drugi in poročajo mediji. Moda je tako postala šport, moda je turizem, ukvarjanje s podjetništvom in končno tudi izletništvo, sprehodi ali vsaj omenjanje narave.

Odnos do narave ni površen ali bežen pri vsakem. Nedeljsko doživljanje narave za marsikoga, zlasti pri takih potovalnih narodih, kot smo Slovenci, predstavlja življenjski slog, način preživljanja prostega časa ob koncu tedna.

zaradi helikopterske oskrbe koč, letalski turizem, motorna sečnja, kolone veselih planincev, vse to je razlog, da narave ni moč doživljati kjerkoli, predvsem pa ne nemoteno. V takšnih urbanih, slušnih in drugih obremenitvah se je že treba vprašati, ali celo naš edini narodni park še izpolnjuje toga merila naravovarstvene zaščite.

Drugi razlog za moteno doživljanje narave je velik obisk najbolj znanih razglednih točk (vrh Triglava), krajev (Velo polje, Komna, Velika planina, Ribniška koča), dolin (Vrata, Tamar), jezer (Triglavsko jezero), kar predstavlja tudi veliko obremenjenost biotopa.

Kjer je množica, tam so tudi mestne navade in razvade: veseljačenje, parkiranje kjerkoli. Slabih nedeljskih vtisov ne popravi relativno zatišje med tednom.

Tretji moteči dejavnik so najrazličnejše turistične dejavnosti celo v zavarovani naravi (najrazličnejši krosi, pohodi, jubilejne prireditve). Tudi gradbeni posegi, kot razstreljevanje tras gozdnih cest, z detonacijami pretresajo tišino daleč naokoli.

Četrta, tj. vizualni, faktor estetsko moti ljubitelje narave. Vtisi gozdnih cest v gorska pobočja, trase daljnovodov in smučarskih prog, pločevinaste strehe posameznih hiš bijejo v oko celo z vrha Triglava. Kateri ljubitelj narave je prisiljen svoj pogled iz makrorame umikati v mikroramo, se pravi v naravne posameznosti. V določenem pogledu je to pozitivno, da si ljubitelj izbere svoj kotiček za meditacijo in počitek ter se umakne vase. Torej so nekateri zaljubljeni v lepoto v malem, drugi pa bi objeli vse obzorje. Med katere se prištevate vi?

## Doživljanje narave pri umetniku in ljubitelju narave

Umetnik je še posebej dovzeten in sprejemljiv za zunanji videz narave in naravnih stvari, ki ga prevzamejo, a ne ostane le pri tem. Proces njegovega doživljanja narave ne ostane na spoznavni, še manj na fenomenološki ravni, temveč se vedno prekvasi in celo fermentira z umetnikovo osebno duhovnostjo. Tako oblika, lik, podoba narave ne ostane samo to, ampak se spremenijo v čar in harmonijo barv, svetlobe in senc, oblik in linij. Seveda je to vse odvisno od zvrsti umetnosti. Slikarstvo je precej drugačno od filmske umetnosti, literarno ustvarjanje spet od upodabljalne umetnosti. Simbolika je odlika umetnosti in ta v načelu precej odstopa od naravne stvarne podobe. Umetnik ustvarja iz narave lepega na novo in na svoj osebni način in po svoji viziji. Narava si utira mesto tako rekoč skozi notranje umetnikovo oko in prehaja prekvašena z umetnikovo vizijo v umetnost. V odnosu do narave je umetnik s svojo umetnino primaren, narava je tu le pogoj za nastanek umetnine. Glavno vlogo pri njej ima umetnikova subjektivna vloga z vso paleto najbolj intenzivnega čustvenega doživljanja idejnega bogastva in tehnike izpovedovanja oz. upodabljanja.

O razmerju umetnika do neumetnika, kar je marsikak ljubitelj narave, se umetnik izživlja na višji ravni, ljubitelj narave pa samo doživlja naravo.

Naravoslovec je prej ko slej strokovno usmerjen, da doživlja naravo kot svet resničnosti, svet pojavov in procesov, objektov in elementov. V ta svet prodira z razumom in ne

doživljanja ob ustvarjanju najprej čustvo, nato fantazija in šele potem namen dela.

Seveda je med laikom in umetnikom vse polno možnih stopenj intenzivnosti čustvenega doživljanja narave. Možno je celo govoriti o tipih umetnikov.

Vsak nadarjen posameznik mora poleg »umetniške žilice« izpolnjevati še nekatere zahteve, med katere ni za odmet podčrtati njegovo življenje samo, ki mora biti v estetski naravnosti do narave, polnovredno v njegovi duši, seveda pa mora živeti v ustreznem socialnem okolju, ki to razume, podpira in goji.

Doživetje narave je pri umetniku torej večplastno in večpomensko. Na takšen primer je v naši kulturi opozoril dr. Josip Ciril Oblak<sup>7</sup>. Navedel je ime enega največjih umetnikov vseh časov, Goetheja. Njegov umetniški Eros je bil sintetiziran v poeziji. Do tega pa je prišel na svojih potovanjih, poetično rečeno po osebnih duhovnih razsežnostih, v katerih je odkrival svoje notranje bistvo. Zato ga je v tem odkrivanju zanimalo vse naravoslovno in duhovno.

Sicer pa se je med Slovenci s tem področjem poleg dr. Josipa Cirila Oblaka največ ukvarjal dr. Henrik Tuma. Predaleč za namen dela bi nas privedlo, če bi obravnavali pregled svetovne umetniške zakladnice lepih misli o naravi tako v besedi<sup>8</sup> kot podobi.

7 Dr. Josip Ciril Oblak: Goethe in priroda, Planinski vestnik 1932, str. 94.

8 Glej Najlepše misli o naravi. Uredil Dalton Exley, zal. Mladinska knjiga 1997.

## Doživljanje narave v času

Virov o tem je veliko, temeljnih pa malo. Sveto pismo je za zahodno civilizacijo prvo, ki je z uvodnim poglavjem Stare zaveze o stvarstvu sveta opozorilo na temelje teologije stvarstva. Ko že govori o »pooblastilu« prvima človekoma Adamu in Evi za bivanje na zemlji, gre za terminološko razhajanje, kaj je bila prvotna beseda »gospodovati« ali »gospodariti« ribam, pticam neba, živini in vsem, ki lazijo po zemlji. Zapis, navedba, prevod in tolmačenje te besede v svetopisemskem zapisu so v znanosti zelo različno tolmačeni. Drugače se lahko tolmačijo tudi v ekološkem smislu.

Lahko rečemo, da v Stari in v Novi zavezi ni besedila, ki bi neposredno ali posredno opisovalo ali se vsaj navezovalo na doživljanje narave. Najbrž za to ni bilo razloga. Sredi narave so živeli vsi, kolikor jih je bilo, lahko rečemo vse do grških polisov, pa še takrat je bila narava takoj izza ognjišča.

Stari Grki in Rimljani so zapustili nekaj omembe vrednih misli,<sup>9</sup> vendar ne moremo reči, da niso občudovali veličastja narave. Svoje bogove so umeščali v naravo, bolje rečeno v elemente narave. Doba divinizacije narave razen tega ni mogla prinašati drugačnega doživljanja. Krščanstvo je kot monoteistična religija pozvalo človeka, naj obrne oči k višavam, od koder prihaja pomoč. Razen Boga ni bilo prostora za kaj drugega, narava, v okviru katere je Bog. Vsaj tisočletje in pol ni bilo človeka, ki bi globlje posegel v čustveno doživljanje narave. Ko je Petrarca leta 1336 stopil

9 Na primer Tacit: De rerum natura.

ni treba hoditi prav daleč. Seveda pa tega tehnično pisanje, kot so pisani planinski vodniki, ne ponuja, čeprav se tovrstna nahrbtniška literatura iz komercialnih razlogov množi.

Tuma je bil mnenja, da je prav fiziološki senzorični vpliv narave na človeka povečal njegovo zmožnost čustvovanja, kar naj bi se najbolj odražalo pri adrenalinskih športih, kot sta smučanje in plezalstvo.

Narava kot motiv predstavlja navdih za umetniško dušo, kaj šele za resničnega umetnika. »Narava lahko obstaja brez umetnosti, umetnost brez narave ni mogoča,« je rekel Guetazzi<sup>15</sup>. Drugače povedano: vzrok lahko obstaja sam po sebi, posledica brez vzroka pa ne more nastati. Toda umetnost kot notranji svet umetnika je več kot zunanji svet narave. Umetnina je s subtilnostjo umetnika prekvašena podoba zunanjega sveta narave. Lepše je povedal Goethe<sup>16</sup>:



15 Prav tam, str. 119.

16 Prav tam, str. 119.

»V umetnosti je sporočilo, v delih narave so izgovorjene besede božje.« »Lepota narave je arhetip naše duše, vir pojmovanja vseh lepot,« je menil Delveroix.<sup>17</sup>

Nobena umetnost ni statična. V vsaki umetnini je treba zaznati gibanje in vibracijo na človeka. Vsaka beseda, poteza s čopičem, vsak lik ali silhueta v fotografiji, vse je v gibanju, vse ima svoj eho in valovno dolžino za človeka. Gibanje v naravi in umetnini je igra elementov, kot so oblike, barve, svetloba in sence, kompozicija, simetrija, pa tudi disproporci in neravnovesja.

Vse to postane umetnostno na svoj način, ko je poduševljeno!

Tudi doživljanje narave je gibanje v duši, enkrat bolj v afektu, drugič manj. Življenje, ki ga poseblja narava v splošnem pomenu, nasploh, je gibanje. Ni narava tista, ki vnaša degeneracijske motnje, pač pa človek posameznik. Narava v določenem pomenu izravnava in blaži posege v okolju in zdravi motene ali prizadete posameznike. O tem na drugem mestu.



Narava je pramotiv doživljanja okolja. Človek je najprej užival naravo, šele ko so dozorele razmere, jo je začel »posnemati« v umetninah. Rodila se je umetnost.

V umetnosti je umetnik hotel približati svoj notranji svet zaradi doživetij v zunanjem svetu, od koder je dobil motiv.

Umetnina predstavlja vzvalovano umetnikovo notranjo bit. Umetnik je to umetnino ustvaril v notranje zanesenem

17 Prav tam, str. 119.

vzdušju, v nekem erosu, ker je to enostavno moral in je to zahtevala njegova notranjost. Sla po umetniškem ustvarjanju je ena od življenjskih radosti, produkt notranjih doživetij, ogledalo zunanjega sveta, dogodkov, predstav. Umetnostno doživljanje narave ima lahko odtenke v izražanju, ne zaradi različnih sredstev izražanja, pač pa zaradi intenzivnosti doživljanja, ki se začne že pri registraciji zunanjih vtisov in seže do ekstaze ali mističnega navdiha pri umetniku. Kakor lahko molitev nadomesti stvarnost, se umetniško podoživljanje narave lahko izgubi v eros svoje vrste.

## Izražanje čustva narave

Najbolj čustveni so pesniki in pisatelji, likovniki in drugi umetniki. Ostali ljubitelji naravo doživljajo manj subjektivno in doživljanje ohranjajo zase.

Znana je misel, da so človekove najbogatejše ure tiste, ki jih preživi v miru v sebi, zadovoljen s seboj, ko je sproščen. Takrat pride do človekovega spokoja. Ali pride za človekom po turi, ob počitku na vrhu ali na primernem počivališču, ni pomembno. Pomembno je, da se to zgodi.

*Znano je, da čuti prebujajo čustva.*

Kako čuti prebujajo čustva do narave, kateri čut konkretno zaznava elementarno bit narave? Naj to ponazorim pri sebi, kje sem kaj zaznal in obdržal pri sebi kot sinonim vidnega, slušnega, vonjavega, da ne rečem še tipnega zaznavanja.

Najbolj so se mi oči zapletle ob kulisah Alp in drugih gorstev po svetu. Ne bom našteval teh gorskih obzorij, tudi

ne časa. Bilo je ob sončnih vzhodih in zahodih, zaradi barv v različnih letnih časih in urah dneva. Pravzaprav je vseeno, ali so mi bili bolj všeč ledeni vršaci vseh oblik, skalni rogličji, kopasti vulkani s snežno odejo in z belimi jarki, tudi miniaturne oblike skalnih štrlin, igel, gob in fantazijske oblike vsemogočih likov. Naturalni stvori zbudijo domišljijo do neverjetnih fantazij. Velikost ni bistvena, ne oblika, osvetljenost oziroma osenčenost in trenutna obdanost z vremenskimi pojavi, recimo z meglo, nizko oblačnostjo, celo nevihta s strelo. Vsak trenutek ima svojo vlogo.

Poetično rečeno: sluh zaznava glasbo v naravi. Denimo bučanje slapov od spodaj ali zgoraj. Ko sem stal v varni razdalji ob islandskih slapovih, ki so me impresionirali s svojo vodnatostjo ali višino padca, ali ko sem občudoval tesni v britanski Kolumbiji, se nisem mogel izogniti občutku groze, če bi me potegnilo v vodne gmote. Ali razgrajanje morja ob Bretonskih obalah, ko vodna pena prši in se vzpenja nenavadno visoko po strmi obali. Drugačna pesem so žuboreči potočki v naših gozdovih, ki se zbirajo v večje vodotoke in prijetno kalijo gozdno tišino.

Megla ni slišna in ne otipljiva, a neverjetno izrazna kot ozadje, daje poetičnost osnovnim oblikam, vdihne trdim stvarem blažji videz, čeprav varljiv in kratkotrajen. Megle sicer ne slišimo, jo pa vidimo in še bolj občutimo, ker nas zmrazi in čez nekaj časa omoči.

Ste kdaj postali pozorni na vonje iz narave? Spominjam se, kako smo se z ladjo ponoči približevali Korziki. Že na daleč je bilo zavohati vonj po makiji, prej ko so oči zaznale nočne obrise obale. Ali pa, kako vse dehti po smoli, ko se nad gozdno mejo vzpenjate skozi ruševje. Bolj občutljiv nos



Božidar Jakac, ki je izmed vseh najbolj znan od Slovencev, je ostal realističen, tudi kadar je slikal gorske motive. Ostal je v dolini, zvest svoji virtuozni veščini v pastelu. Ob njem lahko omenjamo še nekaj desetih slovenskih slikarjev, ki so se poizkušali s planinsko slikarijo v različnih tehnikah, vendar ne izžarevajo posebnega vzdušja, zato ne naštevamo imen. Seveda pa današnji čas ni brez zastopnikov, kot so Dore Klemenčič, Ive Šubic, Dora Plestenjak, Bogdan Meško in drugi.

Po vojni je bilo organiziranih kar nekaj slikarskih kolonij v gorah, na Vršiču, Pokljuki in še kje, obstaja celo KUD Dolik iz Javornika in Koroške Bele, ki se je ukvarjal z gorskimi motivi in pejsaži. Imeli smo nekaj reprezentančnih razstav (Slovenj Gradec, Ljubljana, Kranj), ki so prikazale slovensko slikarsko žetev skozi čas.

Čeprav Slovenci nimamo tako znanih imen, kot so bili Segatini, E. Compton in drugi, ki je slikal tudi pri nas, pa moramo vendar nekaj priznati. Po gledanju na naravo ne zaostajamo za drugimi narodi, po drugi strani pa slikarstvo, ki je omejeno na redke posameznike, vedno bolj nadomeščata amaterska fotografija in film, ki sta množična. Navsezadnje izražata posameznikovo počutje ob naravnih prizorih.

Vse druge veje umetnosti, celo književnost v vsej njeni raznovrstnosti, težko tekmuje s slikarstvom in fotografijo, čeprav imamo umetniške besede o naravi Slovenci kar precej. Toda to je že predmet primerjalne študije, ki je še nimamo in je najbrž ne bomo dobili tako kmalu. Bi pa taka študija odrazila prav to, kar je predmet tega dela.

## Doživljanje narave s fotografijo in filmom

Med najrazličnejšimi oblikami osebnega izražanja doživetij v naravi je fotografiranje najbolj množično in zato ljudski način opazovanja narave. Skoraj vsak, ki ga zanese v naravo, ima v nahrbtniku s seboj fotoaparatus. Gre za intelektualno najlažji način, kako ohraniti lep prizor iz narave za spomin in za svoj album. Pravimo, da je to najlažji in najbolj preprost način zato, ker tehnika (fotoaparatus) dela za človeka.

Skoraj na vsaki turi ali izletu se posname več fotografij. S tem imajo fotografije tudi dokumentarno vrednost za avtorja in njegovo družino.

Kolikor se fotografije pregledno in sistematično umeščajo v album, so tudi podlaga za podoživljanje vtisov.

Zgodovino fotografije na Slovenskem, zlasti na Triglavu, je obdelal mag. Mirko Kambič ob 200-letnici domnevno prvega vzpona na Triglav v jubilejnem zborniku založbe Obzorja Maribor 1980. Zgodovina fotografiranja na Slovenskem obsega približno 140 let od Janeza Puharja (1814–1864) dalje. Vsa ta doba je izbirala oziroma iskala svojo motiviko skladno s tehnologijo takratne fototehnike (dagerotipija, steklene plošče, pozneje celulojni trak).

Za predmet naše razprave o doživljanju narave s fotografijo so bolj pomembna vprašanja kompozicije, razmerja med svetlobo in senco, izbira objektov fotografiranja, povednost in simbolika. Tu pa je šel razvoj fotografije svojo pot naprej od razgledniške, če hočete gasilske fotografije. Prve planinske fotografije so prikazovale gore

in ostalega. Scenarij je bil pri vseh filmih šablona: odhod od doma, pot do baznega taborišča, priprava na vzpon, boj za vrh in zaključek odprave. Z vidika naše razprave je šlo bolj za športno doživljanje in prikaz trdot odpravarskega življenja kot pa za estetsko uživanje.

Čisto nekaj drugega so bili TV-filmi, pravzaprav serije, na primer Razgledi slovenskih vrhov, kjer so bili snemani prizori in avtorjeva spremna beseda enakovredno uglašeni in se je čustvena plat vpletala z naravno, estetsko in domoljubno povednostjo.

V primerjavi s fotografsko razširjenostjo gorniške fotografije so filmi s tako vsebino redki in toliko bolj zaželeni še danes. Pogosto so tehnično odlični, kompozicijsko usklajeni in svetlobno primerno osvetljeni fotoposnetki še zgovornejši od besed ali slikarskih stvaritev.



## Gore in gorništvo – izziv za doživljanje visokogorja

*Pogoji za nastanek gorništva*

*Čigavo je področje gorništva – športa ali kulture?*

*Gore kot motivacijski faktor*

*O kakovosti gorniške ture*

*Doživljanje visokogorja kot biti gorništva*

## Pogoji za nastanek gorništva

Narava v svoji lepoti je ubikvitarna, se pravi lepa po svoje kjerkoli, odvisno tudi od posameznikovega okusa, o katerem se ne razpravlja.

Ker se narava navadno opazuje iz žabje perspektive, od spodaj navzgor, so gore vizualno najbolj vpadljive in jih zato v tej razpravi obravnavamo kot značilen primer doživljanja narave.

Gore so redki izobraženi ljudje od srede devetnajstega stoletja doživljali kot svojevrstno lepoto in samoto, tudi kot objekt znanosti, preprost človek pa je na gore gledal praktično, prihajal je nanje po to, kar je potreboval za življenje. Doživljanje gora v dvajsetem stoletju je prineslo drugačno gledanje: hoja v gore kot rekreacija, tudi športno dokazovanje samega sebe v gorah, kar je prvenstveno omogočalo osvajanje sten in vrhov. Težko je reči, katera od obeh smeri je prevladovala, zanesljivo je le to, da so se vsa gledanja s časom spreminjala, menjali pa so se tudi načini doživljanja in sredstva gorništva, ne pa cilji hoje v gore. Najglobljo spremembe je doživelo gledanje preprostega človeka na gorski svet. Ne morda zato, ker je gorjancev, ki se preživljajo z delom v gorah, zmeraj manj ali pa so se njihovi življenjski pogoji pod vplivom splošnega napredka s stroji bistveno izboljšali, temveč zato, ker so jih v gorah zamenjale množice. Bolj zanimivo preobrazbo je ta smer doživela v pogledu na zahajanje v gore. Iz prakticističnega gledanja, da je gorski svet vreden toliko, kolikor v njem najdeš, se je razvilo spoznanje, da hoja v gore zadosti biološkim potrebam današnjega človeka. Ta potreba že v srednji Evropi, ki

vleče v gore skoraj milijonske množice, ekološko načena skoraj vse izpostavljene točke našega planeta. Pred to spremembo gledanja pa je bilo potrebno premagati v ljudeh predsodek do »prodajanja glave« v gorah ali v smislu osvajanja nekoristnega sveta in celo avanturizma. Za nežnejši spol je bila še nekaj desetletij alpinistika izraz sufražetstva ali vsaj neženskega obnašanja. Hoja v gore je pomenila ekstravagantnost, kar se ni vključevalo v sicer sproščene meščanske navade v začetku dvajsetega stoletja.

Kaj se je torej spremenilo pri doživljanju gora, kaj je moralo priti, da so posamezniki doživeli v gorah množično posnemanje, in kaj je bilo tisto, kar je množice privedlo v gore, da so v gorništvu začutile svojo naravno potrebo?

Posameznega razloga ni, pač pa množične potrebe, zgledi in posnemanja. Človeštvo sta morali pretresti dve svetovni vojni, da je začutilo globljo notranjo sprostitve, ki je niso mogla prinesiti mesta s svojo zabavo, z dodatnim zaslužkom, z lažjim življenjem od garanja na njivah ali v gozdu. Vsak konec vojne je prinesel evforijo pri ljudeh, ki pa niso mogli doživeti zanosa na ruševinah in v garanju za obnovo svoje domovine. Sprostitve je prinesel še le razigrani gorski svet v sončni luči, zelenilo gozdov, svežina alpskih brzic, družba enako mislečih ljudi in svoboda med vrhovi. Znano pa je, da je svoboda najlepša v naravi.

Vendar navdušenje za gorništvo nepripravljenih ljudi ne bi bilo mogoče, če svoje ne bi prispevala tehnika z gorskimi cestami, avtomobilizmom, žičnicami, novimi planinskimi kočami na turistično izpostavljenih točkah. Svoje je dodal naraščajoči standard, kreditiranje in subvencioniranje življenjskih potreb. Liberalnejše družbene ureditve po vojni

kritični točki. Doživljanje v gorah je zapleten pojav, ki smo ga navajeni gledati kot običajno športno dejanje, ne pa tudi kot ponotranjen človekov odziv na gorsko okolje. V tem odzivu je odgovor na vsa vprašanja gorništva, na doživljanje posamične človeške psihe v gorah in v vseh mogočih situacijah, od kritičnih do osrečujočih. Doživljanje v gorah bo vedno imelo za človeka evforičen pomen.

Pomembno je, da doživljanju v gorah dodamo prilastke odgovornosti, etičnosti in še česa, ker šele doživljanje v gorah oplemeniti vsebino in obliko doživljanja. Doživljanje v gorah se lahko primerjajo s podobnimi na morju in drugih delih narave. Surova sila narave v določenem smislu prebudi človeka. Vprašanje je le, kako se narave v sebi zaveda in kako se ji preda. Za mnoge je to kar nagonsko, kot začetna stopnja doživljanja. Doživljanje psihičnega v gorah odlikuje gornika z izkušnjami bolj kot novinca. Pri vzgoji v gornika moramo stremeti, da prebudimo kulturno stran bivanja v gorah, da motiviramo človekovo esenco za doživljanje lepega. Motivacija v gorništvu je končno v oblikovanju, poglobljanju in širjenju neke kulture. Za kulturo gorništva je bilo storjenega marsikaj, nikdar pa ne analiziramo dovolj, kaj in zakaj je kultura potrebna, danes bolj kot včeraj in bo jutri še bolj kot danes. V tem je perspektiva gorništva kot antropološkega pojava, ki vrača odtujene ljudi k naravi. Ker človeštvo ostareva, z njim vred pa tudi gorništvo, se je treba vprašati in skleniti razpravo z vprašanjem, zakaj je do gorništva prišlo, kaj hočemo z njim, kje smo v pojmovanju gorništva in kaj zasledujemo v gorništvu. V gorah je to vizualno, bolj ali manj znano, ne tako v ponotranjenem človekovem svetu. Človek sam sebi ostane največja

uganka, tudi gornik, ki se le sprehaja po lovskih stezah, ali turni smučar v svetlobi belih poljan, alpinist, ki stika v zakotnih stenah, do himalajca, ki pleza do skrajnih meja človeških moči.

Gorništvo kot pojav odkrivamo vsak dan, ker ni nikoli in pri nikomer do kraja dorečeno. Tudi v tem je njegov čar. Gorništvo in planinska organizacija sta stara, ne smeta pa biti stereotipna. Gorništvo bo trajalo tako dolgo kot človeštvo, kajti zanj niso značilne le človekove fizične, temveč tudi duhovne vrednote. Nekaj pa je še zanimivo: za doživljanje gora velja, da pušča svobodo. Zato je resnica ta, da je gorništvo kot človekovo ravnanje prvinsko, gledanje in razumevanje le-tega pa je od človeka do človeka različno še danes, ne le v obdobjih, ki so pretekla.

## Čigavo je področje gorništva – športa ali kulture?

Če je gorništvo pojav, ga mora nekdo proučevati. Vprašanje ima pa pravzaprav toliko odgovorov kot vidikov, s katerih ga obravnavamo. Osnovno je, ali ga obravnavamo kot dejansko gibanje množic ali kot socialni fenomen? Če smo se že odločili gorništvo obravnavati kot gibanje v prostoru, v Alpah ali kje drugje, kjer je svet usločen v višino, gre za telesnovzgojno, rekel bi športno stran vprašanja. Toda gibanje po prostoru poznajo tudi živali. Tudi pri njih lahko izmerimo razne komponente telesne moči, odzivnosti, skočnosti, vpliv eksogenih in endogenih dejavnikov itd.

in počutje človeka, kaj pomeni gornišтво za zgodovino in kulturo naroda, kot tistih kliničnomedicinskih športnih znanosti, ki kineziološko ugotavljajo oz. proučujejo telesne dejavnosti, kar gornišтво med drugim tudi je.

Gornišтво si je s svojo vsebino določilo in izbrilo poseben položaj med področji bistvovanja človeškega duha. Pri tem je gornišťvo nekaj mejnega med športom, znanostjo in kulturo, pri čemer bi vsako od teh področij gornišťvo potiskalo iz svojega risa, a bo to nenadomestljivo sodilo v krog vsake od njih. Zaradi univerzalne koristnosti je danes gornišťvo v družbenem interesu.

Z gornišťvom se lahko omilijo stiske sodobnega človeka, samo da se tega premalo zaveda. Kot katalizator je gornišťvo cedilo, skozi katero se spet obnovijo človekove življenjske moči. V gorah se lahko izprašamo sami pred seboj, brez športnih pravil, ki krojijo tekme, brez znanstvenih normativov, po katerih se merijo elaborati. Brez umetniške kritike, ki spremlja vsako razstavo. V gorah si na ogledu sam, ubog



ali duhovno bogat. Vsak, ki je doslej zašel v gorski svet, je bil najprej gornik v prvotni definiciji športa, šele po doživljanju gora je postal avtentičen gornik. Nekoga pa je šele zvedavost zvalila v gore in okrog njih, tako da je bilo raziskovanje novega sveta posreden cilj gornišťva. Vsi po vrsti pa smo tudi ljubitelji kulture že s tem, ker z gornišťvom gojimo kulturo svojega sožitja z naravo. Gorniki vidimo gornišťvo prav v tem. Ali se mar motimo?

## Gore kot motivacijski prostor

Ko je človek v sebi premagal strah pred neznanim, božjim ali višino, si je na gore izbiral razne pristope. V izbiri pristopa je ključ uspešnosti samega vzpona. Najprej si je človek izbiral najbolj racionalen pristop, kot mu ga je nakazovala sama narava. Izbral si ga je tako, da je nanj prežalo čim manj nevarnosti, da bi imel čim lepši razgled že na poti, da bi čim prej prišel na vrh in še kaj. Običajno takim prvim pristopom rečemo normalni pristopi. Večinoma so se držali smeri grebenov prav zaradi varnosti, ker pobočja in stene niso obetali varnosti pred plazovi in padajočim kamenjem. Potem je človek, ki ni bil prvi na gori, ubiral nove smeri, da bi bil nekje prvi. Imenovali so se po smereh, npr. severni, južni ali še kak drug pristop. Da bi bil prvi v nečem, je človek lazil na goro tudi v zimskem času. Doba takega prvaštva je že daleč za nami. Še do nedavnega so se, ali pa ponekod še, v gorah srečevali nacionalizmi. Najbolj so bili vidni na Himalaji, kjer so odprave kar tekmovala, katera bo prva osvojila kak osem-tisočak in po kateri smeri, v katerem letnem času, s kisikom ali brez njega. Pristopi so se imenovali po narodih,

O morfološkem prostoru smo v tej razpravi že govorili, kako je viden na zunaj in kaj pomeni za doživljanje narave.

Motorični prostor, kot je gorski, je več kot izrazit, celo adrenalinski. V njem se izrazijo gornikove telesne moči, gibalne spretnosti, refleksna odzivnost, čut za ravnotežje in še bi lahko naštevati.

Tudi funkcionalni prostor, čeprav je v gorskem svetu za gornika fizično omejen na tiste točke in mesta, ki so mu brez relativne nevarnosti dosegljive, je pomemben s stališča doživljajskih vzpodbud. Po domače: do kam lahko pride, če si upa gor oziroma more.

Kognitivni prostor je za temo naših razmišljanj o doživljanju narave najpomembnejši. V filozofskem pomenu pojem kognitiven pomeni spoznaven. Za opazovalce narave je to prostor, ki je prepoznaven, čuten, treba ga je še doživeti, ob tem čustvovati, imeti ob tem možne refleksije čustev itd.

Podobno je tudi s konotativnim prostorom, ki podaja nekaj več kot ponuja prostor. To se dogaja v gorskem prostoru, ki gorniku ponudi več, kot pričakuje, ga doživlja kot neko nadvrednost.

Socialni prostor v gorah nikoli ni bil problematičen. Če kje, se ljudje tu niso hoteli razlikovati po predznakih (spol, vera, izobrazba itd.). Vsak gorniški kodeks ima o tem jasna določila.

Prostor zdravstvenega stanja se v gorah navezuje na nadmorsko višino, bolj konkretno na človekovo nelagodje v višjih legah, možnosti vročinske kapi, sončarice, višinske bolezni, splošnega pomanjkanja kisika idr.

Omenjene parametre prostora pa ne določajo le psihosomatski status človeka, temveč tudi psihofizične kakovosti prostora. Kakovost sama po sebi pomeni določene vrednosti, to pa so lahko tudi lastnosti prostora gora, kakor vzamemo. Prostor je lahko gozdnat, kar pomeni določeno vrednost, lahko je pašnik in lahko je skalovit, brez vsake ekonomske vrednosti. To pa še ne pomeni, da skalovit svet ni brez motiva za doživljanje narave z vrha, recimo iz ptičje perspektive. Ekonomski kriterij ne gre vedno vštric s psihomentalnim merilom.

Tako moramo razlikovati med gorništvom kot fenomenom, kar je določena vrednota, in gorništvom kot dejavnostjo z mnogovrstnimi vrednostmi – za zdravje, sprostitve, zabavo, fizično razgibavanje, altruizem in sociabilnost.

Pri gorništvu kot fenomenu gre za statiko družbenega stanja, se pravi, gorništvo ima filozofsko, zgodovinsko in kulturno podlago, gre za stvari (ad rem), pri gorništvu kot dejavnosti pa gre za dinamiko družbenih razmerij med ljudmi v gorah, gre za odnose (ad personam).

## O kakovosti gorniške ture

Bolj ko imamo bogate izkušnje v gorništvu, bolj premišljamo, v čem je kakovost gorniške ture? Je to samo izbira poti v gore, v razgledih z vrhov, v adrenalinskem preverjanju svojih zmogljivosti v stenah, morda v številu žigov in prehojenih transverzal ali prvenstvenih smeri? Motivov bi se nabralo veliko, vendar motiv kot vzrok je eno, kakovost gorniške ture kot posledica pa drugo.

intimno vpliva prostor, pri umetniku več in bolj kot pri ljubitelju narave. Projiciranje prizorov in registriranje vtisov bo v prvem primeru bolj realistično, v drugem, se pravi intimnem stiku s prostorom, pa bolj abstraktno, se pravi simbolno, v prispodobli ali čem drugem, kar daje človekovi stvaritvi umetniško vrednost in pečat osebnosti. Gre za nekakšno dodatno vrednost, ki jo že ima, doživljeno v človeku.

Nekateri prostor kot naravo doživljajo kot celoto, tako v globini, višini in širini panoramsko, drugi spet v posameznostih (po rastlinah, živalih, naravnih spomenikih). Na kakovost doživljanja ne vpliva makrovizija prostora ne mikrovizija delčka tega prostora. Vsak si prosto izbira prizor in zabeleži vtis za doživetja.

Na doživljanje visokogorja vplivajo:

- občutek višine in s tem nadživljanje vsega »spodaj«, kar se razodeva v evforičnosti bivanja;
- adrenalinskost zaradi položaja, ki zna biti ekstremen, če ne že nevaren ali vsaj izpostavljen;
- razsežnost razgleda, ki deluje majestetsko na opazovalca;
- dramatičnost zaradi reliefa (prepadov, grebenov, sten), svetlobnih učinkov, vetra ipd.;
- gravitacija, ki vpliva bolj, kot je višinska kota izpostavljena;
- dejstvo navezanosti nase kljub navezi ali skupini, ki daje občutek varnosti.

Seveda na posameznika vplivajo še drugi vplivi, ki so subjektivno delujoči, odvisno od posameznika.

## Doživljanje kot človekov duhovni odziv (notranji vid)

*Fenomen doživljanja*

*Načini doživljanja*

*Vrste doživljanja*

*Objektivno in subjektivno doživljanje*

*Presežnost doživljanja*

*Podoživljanje doživetega*

*Anomalije pri doživljanju*

*Posledice stresnega doživljanja v gorah*

*Terapevtska vloga ob doživljanju narave*

## Fenomen doživljanja

*Človek doživlja naravo celostno ali parcialno.*

Človek je pred naravo v življenju postavljen frontalno. Narave iz svojega življenja ne more izključiti, tudi če živi recimo v New Yorku, od koder kilometre stran ni kolikor toliko ohranjene narave. Narava je za človeka dejstvo, ki ga ne more izključiti, ker je človek kot organsko bitje narava sama oziroma del narave. Je pa res, da človek lahko naravo doživlja celostno, le v odnosu do nje, parcialno pa je lahko v razmerju do dela narave. Prebivalec izpod Alp težko ali pa ne more hkrati doživljati tudi morja in obratno, lahko pa potuje na morje. S prometnimi možnostmi so te daljave danes krajše po vsem planetu. Fizično je mogoče naravo celostno doživljati, zdaj na atlasu, recimo v enciklopediji National geographic magazin, kjer se na nekaj stotih straneh odpira geografska podoba celega planeta.

Seveda, s tem ni mogoče reči, da je človek osiromašen, poleg tega, da je naravi s svojim načinom življenja že odtujen. Za človeka je tudi parcialno doživljanje narave bogastvo, ker se tudi pri doživljanju posameznih delov narave, če to zmore – uči, kako naj naravo doživlja celostno, tudi v drugih delih narave in sveta.

Tako kot delimo naravo po geografskih in bioloških merilih, recimo po reliefni podobi in rastlinskem pokrivalu, tako jo doživljamo kot gorsko, podmorsko, obmorsko, jezersko, potočno, gozdno, travniško, močvirsko, lovci in ribiči spet ločijo naravo na svoj način, po vrsti biološkega bogastva.

Fenomenologija doživljanja narave pa je v vizualno-estetskem doživljanju narave zlasti po:

- likovnih oblikovanostih (obzorje, oblike vrhov, razgibanost krajevnega reliefa, sestava površja),
- prepletenosti in usklajenosti naravnih elementov med seboj, zlasti zemlje, vode in biološke sfere,
- prisotnosti naravnih znamenitosti, enkratnih primerkov itd.

Svoje prispeva prisotnost endemičnih primerkov, ki jih ni možno videti in doživeti nikjer drugje ali le redko kje kot v svojem habitatu.

Doživljanje narave je mogoče predvsem na dva načina: likovno in psihološko doživljajsko. Na likovnem področju gre za snovne elemente: linije, oblike, razsežnosti prostora, višina, globina, svetlobni učinki (luč, sence), barvne esence in harmonije barv, intenzivnost in simbolika barv, simetrija in proporci, izraz in kontrast, da omenimo le nekaj parametrov.

Ker ni naš osnovni namen razpravljati o likovnem doživljanju, je v nadaljevanju dovolj le opozarjanje in skiciranje nekaterih elementov.

Pri psihološkem doživljanju gre za subjektivno dogajanje v človeku, kjer lahko predstavimo le nekatere elemente, ki so objektivni, kot na primer vzrok in učinek, red in ritem, kompozicija in fabula. Če kje, velja tu svoboda doživljanja, ki ima svoje individualne meje. Marsikateri moto tudi iz narave je lahko morebiti zlorabljen za človeške hudobne čudi, če spominja, recimo na človeški intimni organ. Tu igra vlogo opazovalca morala sama.



Kakor se doživljanju pripisuje notranja doživljajskost, je treba pri tem opozoriti na pristnost doživljanja kot nasprotje zlaganosti oziroma potvorjenost izpovednosti. Cepin in smuči ne ustvarjajo idej. Iskati jih moramo v človekovem miselnem in duhovnem svetu. V človekovi naravi je, da pri doživljanju narave ne ostaja vse pri zunanji podobi okolice niti pri pojavu samem na sebi kot pri formalni lepoti narave, temveč se skuša v doživljanju najti nekaj, kar prevzame dušo. Iz tega razloga lahko rečemo, da ima doživljanje značaj simbolnosti, ki je tem bolj pristna in odkritosrčna, čim bolj zna občudovalec premostiti različnost med stvarnim v naravi, notranjim, nepričakovanim v sebi.

Estetsko uživanje v prizorih v naravi je predpogoj za pristnost in iskrenost doživljanja. To naj ne velja zgolj za umetnike, temveč za vsakega ljubitelja narave, ki ima v sebi kaj čustva do narave.

## Načini doživljanja

Posebne metodologije obravnavanja za to ni, čeprav jih lahko ugotavljamo z anketami na bolj ali manj naključno izbranih anketirancih, nekatera vprašanja ne morejo biti drugačna kot splošna, zato ne morejo dati posebnih odgovorov. Metodologija doživljanja ima širok razpon izražanja, vse od iskrenega čudenja določenemu prizoru v naravi do izražanja na umetniški višini. Kaj se pojmuje z iskrenim doživljanjem, je menda znano vsakomur, kdor je pošten sam do sebe. Mnogo težje je razločevati med kakršnim

koli inicialnim izražanjem (skico) in umetniškim dojetjem. To velja za vse zvrsti izražanja. Naj jih omenimo: književnost v vseh zvrsteh, slikarstvo in kiparstvo, glasbeno ustvarjanje na različnih glasbilih in petje, med dramo in opero s svojimi posebnimi prijemi, med fotografijo in filmom.

Doživljanje narave na omenjenih področjih ima bogato umetniško tradicijo, ki odraža tudi razvitost kulture. Opozoriti pa velja na zgolj površinsko opazovanje lepote pri ljudeh, ki ne zaznajo duhovne globine in gre zgolj za estetsko, ne pa za umetnostno doživljanje. Gotovo je, da nam je šolanje za umetnostno kulturo v pomoč pri dojetju kakor tudi pri izražanju umetniškega doživetja.

Obravnavanje doživljanja narave je lahko neposredno ali posredno. Kaj je razumeti pod neposrednim doživljanjem narave, morda ni vprašljivo, gre v pravem smislu za uživanje, doživetje bivanja v naravi v vsakem pomenu (v hedonističnem, sprostivnem, zdravstvenem itd.).



Že navzočnost na kraju samem pri ljudeh, ki so senzibilni do fizičnih poudarkov iz narave, vzbudi ljubezen, občutje, če ne kar čustva narave. Doživetje narave v njej sami je kar najbolj pristno in doživeto. Ne moremo podcenjevati tudi posrednega doživljanja narave, dogajanj in dejavnosti v njej. Tu imajo svojo vlogo posameznikova fantazija, pričakovanja, načrti za naprej. Današnji mediji omogočajo z besedo, sliko, zvokom, filmom ipd. doživljanje v živo, potreben je samo posameznikov doživljajski eros. Doživljanje narave ne poteka zgolj preko medijev, možno

ga je še posredno zadovoljevati, recimo v društvih, ki se ukvarjajo z dejavnostmi v naravi (planinska, taborniška, naravovarstvena, ribiška itd.). Pri posrednem doživljanju narave gre za pričakovanje bodočih užitkov. Ti dajejo posamezniku vizijo, nek načrt, kaj, kje, kako in s čim se bo odpravil v naravo. Čeprav gre pri marsikom za stvarno načrtovanje izleta, pohoda, plezarije ali smučarije, je načrt po notranji doživljajski plati mogoče imeti tudi za sanjarjenje, kar vsako pričakovanje lahko tudi je.



Nobeno doživljanje ni brez cilja, vprašanje je, ali se ta cilj pojavi naključno ali morda že naprej. Če gre za naključje, potem je vsak nevsakdanji prizor, pojav ali dogodek dodatna vzpodbuda psihičnega doživetja. Presenečenje dodatno intenzivira doživetje, morda psihično poglobitev, na sploh hipnotično prevzetje, ki posamezniku zapusti vtis, ki se ga še pozneje prav rad spominja.

Ciljno doživetje ima vnaprej postavljen pomen. Če se izjalovi, na primer plezarija v steni, gre za posameznikovo doživetje poraza, nesreče ali celo smrti, sicer pa doživljanje uspeha, evforije, ob tem osebno zadoščenje za nekaj, kar je uspelo.

Posebej čustveno prizadeto se izkaže doživljanje onesnaženja narave. Čustvenemu pretresu se pridruži gnev, potreba po ugotovitvi krivca, obvestilo pristojnim organom, skratka zavest odgovornosti za početje drugih do vseh. Tako doživetje človeka prizadene, ker ima naravno lepoto v spominu kot nekaj lepega. Tega ni mogoče pričakovati od mestnega okolja. Temu primerno je tudi doživljanje mestnega okolja.

Mesta imajo drugo kakovost, pa tudi muzeje, opere, drame, knjigarne in knjižnice, kar privablja določene kroge ljudi, ostale pa pušča neprizadete. Doživljanje mesta je vprašanje možnosti za zadovoljevanje določenih interesov.

## Vrste doživljanja

Človek je zavestno bitje. Med vsemi organskimi bitji narave se ponaša z najvišjo stopnjo razvitosti zavesti, zato se je umestno vprašati, v čem je smisel doživljanja? Vprašanje že najavlja različne odgovore. Nanje moremo odgovoriti, če jih poskušamo obravnavati čim bolj objektivno, po možnih skupinah. Osnovna delitev je na neposredno in posredno doživljanje.

Najbolj pristno je neposredno doživljanje, tako, ki posameznika čustveno osvoji, ga pretrese. Pravimo, da je pri stvari, dogodku ali dogajanju z vsem srcem. Pri tako močnem čustvenem doživljanju je mogoče, da ga prenese v besede, glasbo, film ali na fotografijo, risbo ali še kako drugače.

Posredno doživljanje je možno, če posameznik, recimo ob filmu ali fotografiji, uživa v lepih prizorih, dogajanju v naravi ali dogodku kot priča naravne katastrofe. Gre za nekaj dodatnega k temu, kar zasledujemo v prvi vrsti, ko filmamo ali fotografiramo. V neposrednem prizoru registriramo, v posrednem prizoru na filmu ali fotografiji doživljamo, sočustvujemo, se zgražamo itd.

Če se odpravimo zgodaj zjutraj na vrh, imamo na primer namen občudovati sončni vzhod. Z neko mero verjetnosti

da slabotnejši zaostaja na repu kolone in se muči, vendar to ni doživljanje narave, temveč lahko vodi v zaostrovanje medosebnih odnosov. Narava je tu okolje, kjer se lahko pokaže uveljavljanje **premoči**. Gre lahko tudi za uveljavljanje **tekmovalnosti**.

Tu moramo omeniti še skupinsko doživljanje na izletih, npr. ko po prihodu na vrh vase zagledani vodnik zadihanim, ki se drenjajo okrog njega, zdrdra nekaj vidnih točk na obzorju in že je treba naprej. Kje je tu možnost doživljanja?

## Objektivno in subjektivno doživljanje

V svetovni književnosti različnega žanra, od leposlovne, potopisne, celo do strokovne literature, je dovolj zapisa-nega tudi o lepoti narave, malo pa se v njej razpravlja o doživljajsko-meditativni razsežnosti uživanja v naravi. Ni dvoma, da se da o tem mnogo povedati, saj so praviloma najlepša doživetja doživeta v najlepših naravnih predelih, recimo v narodnih parkih, ni pa to izključno. Vsak narod, ki je najlepše dele svojega prostora proglasil za narodne parke ali vsaj za naravne vrednote, je imel za to utemeljene razloge (objektivna merila).

Umetniki in ljubitelji narave imajo seveda drugačne vizije in poglede na naravne lepote, kot pa jih opredeljujejo naravovarstveni zakoni, resolucije in merila vrednotenja. Občutij in doživetij se ne da predpisati ne vkleniti v pravne norme. Če kje, je človek svoboden v svojih doživetjih in občutek svobode je v naravi najlepši. Dostikrat pa se tudi zgodi, da

ljubitelj narave nima ničesar povedati, kaj šele opisati tudi iz atraktivnih delov narave, ker tam pač ni ničesar posebnega doživel. Lahko pa je imel prijeten doživljaj na povsem vsakdanjem kraju, vendar ga je zaznamoval nek dogodek, srečanje, oseba, kar je bilo zanj presenečenje. Doživetje pač ni vedno v lepoti okolja, pomemben je tudi občutek sreče.

Tako doživetje v naravi je možno ob določenem trenutku, na pravem kraju, ob pravem razpoloženju ali ob določeni osebi. Te tangente se morajo prekrivati, šele potem je mogoče govoriti o enkratnosti dogodka, o sreči ali vsaj občutku (subjektivna merila).

Tak trenutek pomeni za osebo preblisk, ker je nepričakovan, hipen, vseobsežen. Na območjih naravnih lepote je tak preblisk bolj verjeten in pogost kot na drugih krajih, kjer je verjetnost motenja pri doživljanju narave.

Tak preblisk pri zaznavanju prizora ali dogodka je navadno tudi prvi pogled. Človeka notranje »strese« in obenem prevzame. Prvi vtis je običajno najboljši. Tak pogled sam je v bistvu doživetje, iskreno, skratka prvo. Ponovni prizor ali srečanje lahko vtis ali dojem samo še spremeni, dopolni, vidi na novo, ga obogati ali sprevidi v slabšalni luči. V prvem pogledu je lahko več kot zaznava dogodka ali prizora, skratka fizične stvarnosti, ker se lahko nenadoma spremeni v čustven dogodek.

V seznamu invalidnih hib je slepota ena najbolj stigmatičnih. Torej je odsotnost oziroma hendikepiranost zaradi prizadetosti ostalih čutov, recimo gluhost, manj stresna in telesno obremenjujoča. Videti, se pravi tudi verjeti, doživeti pa več kot v živo videti. Celu čudeži morajo biti izpričani, čeprav so nepojasneni.

Vsaka simpatija se prične z videnjem, potem šele sledi prijetno. Zato je človek svojim očem dolžan vso zahvalo, kajti ta organ čuta daje impulze človekovim možganom, temu svetišču človekovega miselnega in čustvenega dogajanja. In ne samo to, tudi človekovemu vrednotenju – dobrega in zlega, vidnega in nevidnega, lepega in grdega.

Doživljanje z očesom je tudi najbolj verodostojno, pri ostalih čutilih je občutke bolj možno pretvarjati, imitirati, da ne rečemo lagati.

## Presežnost doživljanja

Narava v dramatičnih trenutkih v človeku izzove burno reagiranje. Ni treba, da gre že za nesrečo ali ogrožanje življenja. Že sam naravni pojav, kot sprožitev plaz, nastop nevihte, zjasnitev obzorja na vrhu, v človeku sproži čustvene procese, ki gredo lahko v evforijo doživljanja. To za gornišstvo ni nič neobičajnega, nasprotno: »Moje največje veselje je na gorah,« je vzkliknil Janez Dežman na vrhu Triglava 1809. leta. Gre za pozitivni stres, ki v evforiji doseže najvišje psihično stanje vznemirjenosti. Seveda moramo govoriti tudi obratno, o negativnem stresu, ki se sprevrže v grozavost, ko se čustveno spremeni v najvišjo stopnjo ogroženosti življenja. Napetost je torej tista, ki v danem trenutku in v danih okoliščinah povzroči takšno posameznikovo reakcijo.

Medtem ko evforija nastopi hipno in traja določen čas, pa fantazija pride po evforiji, dobi v zavesti nepredvidljive razsežnosti, ki so lahko nerealne. Fantaziranje je možno tudi pred dogodkom, ki je povzročil evforijo in izpolnil fantazijo. Koliko se fantazija pred evforijo ob preteklem

dogodku pokriva, je odvisno od primera. Manjši bo odklon od pričakovanj v fantaziji in izpolnjenim v evforični zanesenosti, bolj pristno bo doživetje. In to doživetje z evforijo bo presežno do tega, kar je bilo dejansko v naravi. Presežno bo v posameznikovi duhovnosti nastalo po psihični vznemirjenosti.

Na ta način se v nekaterih posameznikih, za katere pravimo, da imajo umetniško žilico, rodi ustvarjalnost. Za umetnike pravimo, da doživljajo umetniško svobodo. Človek s svojo zavestjo in s tem, kar jo predstavlja, nenehno presega samega sebe. Človek misli, kar ni dano nobenemu drugemu bitju, zato je pred samim seboj tak, kot je.

*Ali je tak, kot misli, da je?*

Presežnost začuti človek ob velikih uspehih, nepričakovani sreči, velikem zadoščenju. Takrat misli, da je v »devetih nebesih«. Poznam himalajca, ki mu je uspel velik dosežek in je rekel po prihodu domov: »Zdaj pa ne bom pol leta nobenega naprej pozdravil!« Doživljanje take superiornosti ni presežnost v doživljanju, temveč že izkrivljenost. Vendar presežnost pri doživljanju ni značilna zgolj pri ekscentričnih osebnostih, ki stremijo nekam višje, uživajo v adrenalinskih dejavnostih, si pomagajo z vzhodnjaškimi veščinami, doživljajo alternativo itd. Od ekstremista do umetnika je le majhen korak. Presežnost doživljanja je značilna za skoraj vse umetniške veličine. Koliko bi iz zgodovine umetnosti lahko navedli imen, a nam gre tu zgolj za opozarjanje na usmeritve pri presežnosti doživljanja.

Jože Ramovš (1990) opozarja na razliko med presežnostjo doživljanja in med doživljajskim preseganjem slik

iz življenjskih izkušenj. Pravi, »da je presežnost doživljanja splošna razsežnost doživljajskega pojava, doživljajsko preseganje zlih življenjskih izkušenj, ki se jih podrobneje dotakne, na drugem mestu pa je eden od oblikovalnih posegov v doživljajsko patologijo.«

Akademik Anton Trstenjak (1968, 1973, 1985) je osmislił človekovo preseganje kot hojo s samim seboj. Žival ne more preseči tega, kar je, medtem ko se človek steguje za samim seboj, da bi dohitel možnosti svoje človeške podobe, a vidno zaostaja za njo.

Do preseganja doživljanja dogodka ne prihaja spontano in obvezno. Potreben je čustveni napor. Ni nujno, da so pri tem sodelujoča in aktualna vsa čutila, najbolj pa vid.

Pri preseganju doživljanja v naravi je veliko odvisno od nje in od človeka. Ne sodeluje le človekova zavest, marsikdaj in marsikje tudi podzavest. Spet pri himalajcih, ki so v tako poimenovani coni smrti doživeli nenavadne izkušnje, celo privide, kar je sicer fiziološko pripisovati območju razredčenega kisika, vendar v vzročni zvezi. Tako je recimo Reinhold Messner, morda največji alpinist vseh časov, v svoji knjigi *Na meji smrti* opisal svoje nenavadne občutke.

Taka doživetja so najbrž možna tudi v velikih globinah morja, čeprav prihaja tudi tam do reakcije imunskega sistema, fizioloških sprememb itd.

Presežnost doživljanja je tudi mogoča z zlorabo narkotičnih sredstev, vendar ta način ne pride v poštev pri doživljanju narave, zato ga ne obravnavamo, temveč na to možnost kot način zlorabe opozarjamo. Za današnji svet vrhunškega športa je značilna uporaba živil (dopinga), anabolikov, različnih preparatov za povečanje mišične mase,

kar neposredno ne vpliva na doživljanje, pač pa na doživljanje ob uspehih, podelitvah kolajn in pokalov, uživanje v presežnosti nad drugimi.

### *Kje je možna presežnost doživljanja?*

Jože Ramovš jo ugotavlja na treh ravneh: kot osebno presežnost vsakdanjega doživljanja, kot družbeno presežnost vrhunškega doživljanja in bivanjsko presežnost religioznega doživljanja. Ker je poleg akademika Trstenjaka edina avtoriteta v Sloveniji in doktorant s tega področja, ne bi nadaljevali razprave na teh področjih, pač o preseganju doživljanja v naravi.

Diana Ackerman v pripisu k svoji knjigi o naravi čutnega opozarja, »da obstaja neka točka, kamor nas čutila ne morejo pripeljati. Ekstaza nas požene iz našega vsakdanjega jaza, a v notranjosti je še vedno čutiti nemir. Misticizem seže onkraj tega, kar obstaja zdaj, ta trenutek, v iskanju višjih resnic, v nerazložljivih jezikovnih prisilnih jopičih; vendar se taka transcendenca ali nadsvetnost odraža tudi na čutih.«<sup>21</sup>

## **Podoživljanje doživetega**

Na kraju samem naravo doživljamo neposredno (in vivo). Lahko pa dogodke v naravi doživljamo še časovno dosti bolj odmaknjeno, še dolgo tudi po potovanju ali dogodku, ki se nam je zapisal v spomin. Se pravi dogodek, srečanje ali prizor tudi podoživljamo še leta nazaj in še večkrat.

<sup>21</sup> Ackerman, str. 309.



Podoživljanje ima torej razne možnosti, oblike in načine soočanja s tistim, kar radi vidimo, nam ugaja in je prijetno.

Podoživljanje ne pomeni presežnosti pri doživljanju, kajti presežnost je v bistvu nad doživetjem, ki nas prevzame ob prizoru, dogodku, uspehu, srečanju z nekom, tako rekoč nadživi, požene v nas adrenalin, prinese občutje blaženosti, zanos, pa tudi negativno, strah, grozo ipd.

Presežnost je hkratio doživljanje ob dogodku, prizoru ali srečanju in navadno časovno omejeno, dokler opazujemo, na primer sončni zahod ali srečanje z nam ljubo osebo. Po tem tako doživetje »živi« v naši zavesti kot spomin ali neke vrste čustvena vibracija.

Podoživljanje dogodka seveda v vseh primerih ni večno, če ni bilo intenzivno zaznamovano. S časovno oddaljenostjo se počasi zabriše, pri manj intenzivnih doživetjih, pravzaprav že naključnih, tudi amnezira, ugasne v spominu.

Podoživljanje je skoraj tako pomembno za človeka kot samo doživetje. Na stara leta ima podoživljanje enak vrednostni pomen kot doživetje v mladosti, brez doživetij pa ni podoživljanja.

Podoživljanje je proces, ki traja, presežnost doživetja je tako rekoč hipna. Privede nas v evforijo, dvigne k višku, razigra dušo. Podoživljanje samo po sebi ne pomeni stanja presežnega, ki se lahko zgodi, da evforija človeku zmeša stvarnost, da postane manj razsoden. Podoživljanje lepih trenutkov iz preteklosti je kot glasba, ki nas zaziblje v prijetno počutje.

V naravi so doživetja bolj neposredna in globlja. V naravi so neizčrpne možnosti za vsakogar, da doživi stik z

naravo, z družbo in s seboj, odvisno od motiva, ki človeka privede v naravo.

Ni vse v človekovi pripravljenosti za doživljanje. Marsikaj je odvisno od kraja v naravi, od situacije, v kateri smo, od primerne družbe. Ni vsak kraj v naravi primeren za intimna srečanja z naravo. Lahko predpostavljamo, da se to lahko zgodi v najlepših predelih narave.

Doživetje, presežnost doživljanja in podoživljanja so psihična stanja. Doživetje ne more biti načrtovano.

## Anomalije pri doživljanju

Težko je govoriti o anomalijah ob doživljanju narave, kajti tudi tako doživljanje je uživanje na svoj način. Z vidika te razprave bi prej rekli, da gre za zlorabo ali vsaj odstopanje od pravil normalnega uživanja v naravi.

Nenormalno v normalnem je pravzaprav drugi pol tega, kar se obravnava oziroma ima za normalno. Zlasti ob družboslovju se je o anomalijah, o oblikah in vzrokih razpravljalo že zgodaj. S tem se je ukvarjal že August Comte. Ugotovljeno je bilo, da se število nenormalnih oblik vedenja v družbi povečuje s procesom razvoja, industrializacije in urbanizacije. Vzporedno s tem se ne more izključiti tudi nenormalnih oblik vedenja v naravi. To velja tako na tujem kot pri nas.

Posebej je proces napredoval v obdobju postindustrijske družbe, ko kapital brezobzirno ruši vse vrednote, med drugim tudi ob načinih doživljanja narave. Materialistični vidik ima pri tem glavno vlogo.

predmet te razprave, prave povezave, čeprav jih ni mogoče puščati ob strani. Kažejo namreč na to, kako se deliktno ali vsaj ekscesno ravnanje v naravi križa s čustvom doživljanja narave. S tem nikakor nočemo reči, da investitor objekta v naravi noče doživljati narave, vendar na neprimeren način, ko gradi na zavarovanih območjih, predimenzioniran objekt in preobrazi okolje več, kot je potrebno.

Vzrok anomalij v naravi je v neozaveščenosti, nepri-  
merni vzgoji, potrošniški sli in še čem.

## Posledice stresnega doživljanja v gorah

Gornišstvo se lahko uvršča med adrenalinske dejavnosti, med drugim po doživetjih in doživljanjih v njih. Ironično, vendar resnično je, da nedelje in prazniki mnogim ljudem ne prinesejo telesnega in duhovnega olajšanja, zaradi kate-  
rega so šli v gore. Zakaj se zgodi tako, je razlog v stresu. Nekatere študije kažejo, da se tisti, ki so največ in najbolj intenzivno doživeli svoj prosti čas v adrenalinskem okolju, kar visokogorski svet je, vračajo napeti in pod stresom doži-  
vljenega. V medicini je poznan tako imenovani praznični sindrom, ki zahteva tudi medicinsko pomoč zaradi psi-  
hičnega razburjenja, nespečnosti, telesne izčrpanosti ali pretrpljenega strahu. Morda se taka stanja najraje pojavijo po nesreči, če so bili prizadeti ljudje očitvidci ali pa so se izognili nesreči.

Vsako intenzivno doživljanje potrebuje čas za počitek. Do zloma lahko pride, če naše telo nima časa, da se umiri in prilagodi novemu stanju, to je, da se uredijo vtisi, obrusijo

robne situacije v zavesti, vidi pot naprej, skratka, da se stanje objektivizira. V rehabilitacijski praksi je to znano po treh fazah ureditve: odpraviti utrujenost, sprostiti se in odpočiti. Ni najbolj kritičen prvi dan po adrenalinskem dogodku, zavest o prestopnem se vrne nazaj šele čez čas, individualno od posameznika.

Že sam začetek gorniške ture, trekinga ali daljšega potovanja ima svoj kritični dan, svojo kritično točko. Fiziološko gledano naj bi bil tretji dan najbolj kritičen. Tako se je življenje utirilo v ritem gibanja in, podrejeno temu, doživljanja, vendar mora priti prehod od stanja pred turo ali trekingom in dogajanje po njem v novo stanje, ki je v vsakem pogledu bolj intenzivno, naporno, skratka različno od prejšnjega.

Tako kot za fizični počitek velja tudi za doživljanje. Zainteresirani posameznik se v turo, potovanje kot v dopust dobesedno »vrže« z vso intenzivnostjo. S tako dru-  
gačnostjo se lahko z intenzivnostjo počitniške dejavnosti poskuša nadomestiti prejšnje stanje, ki ga je že, ne samo telesno, ampak tudi že psihično, utrujalo. In obratno, po težavni turi, utrudljivem trekingu ali potovanju se impul-  
zivni posameznik vrže z vso zagnanostjo na svoje delo, namesto da bi se odpočil tudi od novih vtisov, prilagodil svoj ritem življenja, se prestavil v drugo hitrost, on pa hiti z uspešnostjo na novem delovnem mestu. Na tak način ni mogoče živeti in normalno poslovati.

Zavestno ali podzavestno človek živi nasprotno lastnemu življenjskemu ritmu. Pri tem pozablja, da je dopust nadalje-  
vanje dela z drugačnimi sredstvi. Če je bilo delo delo, potem je dopust prosti čas in igra. Igra (agon) je na nek način delo

ali okupacija človeka z nečim, pa naj bo to nekoristno, kot se še zdaj ponekod na Balkanu meni za gornišstvo.

Utrujenost je tudi stanje letargije od vtisov. Lahko bi celo rekli, da se tem ljudem priporoča odmor od odmora, da se človek pripravi za ponovno vključitev v delo. Fiziološko priporočljivo je predhodna priprava za delo ali mirovanje za dan ali dva po dopustu, da bi bil prehod na normalno delo čim manj stresen. Toda znano je, da so vtisi po doživetju najbolj silni neposredno po povratku s ture ali trekinga. V tem času po povratku se drugače pišejo in vzbujajo vtisi kot pozneje, ko se ti čistijo in urejajo. Drugače rečeno: dramatika zamenja mesto z epskostjo in se nadaljuje v pripovednost. Na nek način se lahko z določeno zanesljivostjo ve, kdaj je bil nek potopis ali članek napisan, takoj, pozneje ali daleč pozneje za dogodki in doživetji.

Počitek od vznemirljivega dopusta, naj bo to ob koncu tedna visokogorska tura ali večtedenski treking, zahteva prilagoditev organizma in psihe. Zdravniki opozarjajo na prilagajanje od prestanega. Skakanje iz ene skrajnosti v drugo, iz ene napetosti v drugo pusti posledice, nedvomno škodljive za psihofizično kondicijo. Zato je doživljanje narave na stresni način lahko po svoje tudi škodljivo.

## Terapevtska vloga ob doživljanju narave

Znano je, da so zdravilišča in sanatoriji locirani predvsem v naročju narave. Ne klimatska ne kopališka zdravilišča niso umeščena sredi mestnega okolja, pač pa tam, kjer so možni sprehodi v zelenem okolju, ob vodi, potokih

in jezerih. Posebej sprostitilno deluje bivanje v naravi. Zdravstveni vpliv narave je tem večji, če se ob bivanju v naravi pazi še na ustrezno prehrano, na telovadbo, zdravstvene nasvete, primerne letom in boleznim. Temu naj se pridruži doživljanje narave, seveda brez adrenalinskih naporov, učinkov in stresov.

Medicina zdravi, narava ozdravlja! Zato se javno govori o zdravilnosti Alp.

Gibanje je že samo po sebi terapevtsko sredstvo, Alpe pa teren za razne fizične dejavnosti, odvisno od telesne moči in sposobnosti posameznika.

Kakšne posledice pušča telesna nedejavnost pri ljudeh, kažejo statistike obolevnosti. Očitno je, da se čas sedenja po urah večja iz generacije v generacijo. Zasedenost med delovnim tednom je vsesplošen pojav, ki mu tudi razgibanje ob koncu tedna ne odpravi škodljivih posledic. Podatke Svetovne zdravstvene organizacije (WHO), da bi lahko na primer z organizirano in stalno športno rekreacijo skrčili na več kot desetino vseh srčnih infarktov na sto tisoč prebivalcev, je treba obravnavati resno.

Tako pa so vzroki, da se povečuje število srčno-žilnih obolenj, nevroz in drugih psihosomatskih motenj, hiter tempo današnjega življenja, velik psihofizični napor z mnogimi stresi pri delu, prehranjevanje čez mero, uživanje prevelikih količin alkohola, kave, cigaret, žal tudi drog. Med drugimi pospeševalniki današnje obolevnosti je čezmerno delo brez pravega odmora, podaljševanje delovne dobe, siva ekonomija, naprežanje brez prestanka itd.

Gibanje v naravi pospešuje presnovo, vitalnost in krepi odpornost organizma. Zato medicinski strokovnjaki





## Izvleček

Doživljanja se ni mogoče naučiti, ker je to psihični proces, ki je v nas, se rodi in umre z nami. Žal pa je mogoče nekaj doživljati napačno, si škodovati, se degenerirati kot etični človek. Govorimo torej o patologiji doživljanja, pogosto v povezavi z drogami ali alkoholizmom in celo s politiko. Nasprotno pa je mogoče z doživljanjem v naravi človeka prevzgojiti.

Doživljanje narave je primarno duhovni proces, ker je človek sam del narave. Za mestnega človeka je vprašanje časa, kdaj vzpostavi odnos do narave in vstopi v konkretno razmerje z goro, gozdom, morjem itd. Primerno je, da je človek kot naravno bitje v prvinskem odnosu z naravo. Ta odnos se lahko oplemeniti, lahko pa dobesedno onesaži z nečastnimi dejanji do narave. Za doživljanje ni nekih napotkov, pravil, priročnika, obstajajo zgledi, praviloma iz sveta umetnosti, na področju praktične vzgoje pa zgledi posameznikov, kot je bil pri nas profesor Pavel Kunaver za mladino.

Doživljanje narave, posebej v gorah, je temeljno duševno dogajanje. Značilno je samo za človeka in njegovo zavest. Žival tega ne pozna. To je antropološko vprašanje. Doživljanje narave pripomore k dograditvi samopodobe ljubitelja narave, naj bo to običajen nedeljski izletnik, gornik ali alpinist. Doživljanje narave ne more biti formalni pristop k naravi, pač pa kulturni pojem, nikakor pa ne samo strokovno vprašanje. Doživeto v naravi pripomore k holistični podobi človeka. Odraža civilizacijsko raven posameznika in določene skupine.

Doživljanje narave ob soljudeh je pogoj zdravih medsebojnih odnosov, skupnega dozorevanja in krepiteve solidarnosti. Kadar gre za skupinsko doživljanje (potovanja, izleti, družinski dopusti), je temeljnega pomena odzivnost v sočloveku. Doživljanje narave je poglobljena osebna meditacija. Človekove najtišje ure so njegove najbolj spokojne ure.

Doživljanje narave pri umetnostno nadarjenih posameznikih je ustvarilo kulturno dediščino in obvarovalo naravne spomenike, naravne znamenitosti in celo narodne parke pri narodih z visoko etiko. Doživljanje naravnega je duhovno poglobljanje, ker izpolnjuje tri temeljne človekove potrebe: po smislu, upanju in ljubezni. Pri smislu gre za to, da človek išče v naravi nek cilj, upanje ga ohranja pokonci v veri, da ga bo dosegel, ljubezen pa ga bo ob izpolnjenem cilju ohranila srečnega.

S tem je izpolnjen trikotnik, v katerem se giblje človekova zavest. Človek je smiselno bitje. Smisel je kompas, ki vodi človeka k dejanju, določenemu cilju. Če se v človeku zruši smisel njegovega početja, tudi upanja nima več, brez upanja tudi ni ljubezni.

Vse v človeku je v verižni reakciji. Če se ta veriga pretrga, nastopi v njem notranji zlom. Le notranje trden človek lahko kljubuje zli usodi v takih situacijah.

Doživljanje narave daje duhovno uteho od civilizacije utrujenemu človeku ali v življenjskih izkušnjah težko preizkušanemu. Samo še religija lahko daje tako duhovno oporo.

Pri doživljanju narave se zavedajmo, da nismo vsi umetniki ustvarjanja, smo pa občudovalci narave.

## Pouk za konec

Svojih poti v gorski svet ne bomo razumeli, prakticirali in doživljali tako kot posameznik iz množice, ki začenja in hodi naključno v gore, je zadovoljen z eno turo na daljši čas in začne z novo, ko se mu ponudi ena od mnogih priložnosti.

Hoja v gore nam bo ponudila notranjo potrebo po zblizanju z naravo. Naj to imenujemo prvinski nagon ali kako drugače, kajti narava bo naše drugo materino naročje, v katerem se bomo počutili zadovoljne in srečne.

Gore bomo čutili na poseben način, ne samo vizualno, estetsko ali kot lep prizor, bolj od zunanjih stresov nam bodo blizu notranje, doživljajsko. Rudyard Kipling je nekoč dejal: »Pojdi in poglej, kaj se skriva v teh neznankah na obzorju!« Morda bo kdo tak notranji vzgib imenoval avanturizem, drugi kot željo po neznanem, tretji vedoželjnost spoznati neznano. Vsak bo presodil po sebi.

Morda nikoli ne bomo naleteli na svojo goro, četudi bi lahko bil Slovincem to Triglav. Množica gora na vseh obzorjih sveta naj nam pomeni več kot ena, edina gora. Zato ne bomo imeli »svoje« gore, ampak bomo po gorniško v duši objeli ves ta svet, gore in ravnine, morja in otoke, našo mater naravo. Ljubše od posameznega vrha naj nam bo razkošje vesoljnega naravnega prostora.

Zato ne bomo pristaši opredelitve imeti, temveč odločitve biti, bivati in živeti. V takem počutju bomo postali neizmerno bogati, prosti in osvobojeni želja po žigih, časovnih rekordih, prvenstvih in drugih okraskih porabniške civilizacije.

Zato nam bo ljub ves ta naš planet, vsi njegovi zemeljski in vodni čari in za vse bomo našli in imeli toplo besedo o tem, kar smo doživeli ob srečanjih z naravo, tudi za tisto, kar nam ni bilo fizično dostopno.

Ker ne bomo razlikovali, bomo oboževali vse, ves naš planet. Vse bo našlo in imelo svoje mesto v našem doživljanju.

## Bibliografija

- Diane Ackerman: O naravi čutnega. Znanstveno in publicistično središče, Ljubljana 2002.
- Najlepše misli o naravi. Uredil Dalton Exley. MK, Ljubljana 1997.
- Pija Garantini: Psihološki elementi likovne umetnosti, disertacija. Tiskarna Gale, Ljubljana 1938.
- Karl Greitbauer: Podoba planinca v luči psihologije. PV 1982/12.
- Johann Lutter: Meditacija in morala. Alpin Magazin, 1982/7.
- Peter Markič: Alpinizem in psihologija. PV 1982/12.
- Doživljanje psihičnega v alpinizmu. Uredil Peter Markič. Zal. Alpinistični razgledi.
- Dr. Josip Ciril Oblak: O prirodi in domovini. PV 1929/1.
- Dr. Josip Ciril Oblak: Poglavlje o »poduševljenju« planinstva. PV 1929/193.
- Dr. Josip Ciril Oblak: Še o »poduševljenju« planinstva. PV 1929/241.
- Dr. Josip Ciril Oblak: Priroda, naša učiteljica. PV 1931/1.
- Dr. Josip Ciril Oblak: Planinstvo – priroda – filozofski problem. PV 1933/187.
- Dr. Željko Poljak: Psihičke reakcije u planini. Naše planine, 1974/3-4.
- Dr. Tone Strojín: Gorništvó. Založba Tuma, Ljubljana 1999.
- Anton Trstenjak: Psihologija umetniškega ustvarjanja. SAZU, Ljubljana 1953.
- Dr. Henrik Tuma: Pomen in razvoj alpinizma. TK Skala, Ljubljana 1930.
- Heinz Zechmann: Bergsteigen – auch morgen. Leopold Stocker Verlag, Graz und Stuttgart 1977.

## Kazalo

Povabilo na branje . . . . .	3
Sporočilo knjige . . . . .	7
<b>Narava v zrklu človeka . . . . .</b>	<b>13</b>
Paberki o lepoti . . . . .	14
Narava kot prostor doživljanja . . . . .	18
Človek in prostor . . . . .	19
Doživljanje naravnega . . . . .	21
Doživljanje duhovnega v naravi. . . . .	23
Narava in družba – dva pola življenja . . . . .	27
Posameznik v odnosu in razmerju do narave . . . . .	30
Doživljanje narave – fizično, psihično in duševno . . . . .	33
Doživljanje narave	
pri umetniku in ljubitelju narave . . . . .	38
Doživljanje narave v času . . . . .	42
Izražanje čustva narave . . . . .	51
Gore – doživljanje z besedo . . . . .	53
Doživljanje narave s slikarstvom pri Slovencih . . . . .	57
Doživljanje narave s fotografijo in filmom. . . . .	64
<b>Gore in gornišstvo –</b>	
<b>izziv za doživljanje visokogorja . . . . .</b>	<b>69</b>
Pogoji za nastanek gornišstva . . . . .	70
Čigavo je področje gornišstva –	
športa ali kulture? . . . . .	79
Gore kot motivacijski prostor . . . . .	84
O kakovosti gorniške ture . . . . .	88
Doživljanje visokogorja kot biti gornišstva . . . . .	92

<b>Doživljanje kot človekov</b>	
<b>duhovni odziv (notranji vid). . . . .</b>	<b>97</b>
Fenomen doživljanja . . . . .	98
Načini doživljanja. . . . .	100
Vrste doživljanja . . . . .	103
Objektivno in subjektivno doživljanje . . . . .	108
Presežnost doživljanja . . . . .	110
Podoživljanje doživetega . . . . .	113
Anomalije pri doživljanju . . . . .	117
Posledice stresnega doživljanja v gorah . . . . .	120
Terapevtska vloga ob doživljanju narave. . . . .	123
Izvleček . . . . .	128
Pouk za konec . . . . .	130