





Forscher Schmitz: "Das ist wie Urlaub"

Entspannungsforschung

## Warum der Mensch so gern spazieren geht

**SPIEGEL+** Exklusiv für Abonnenten

**Martin Schmitz ist Spaziergangswissenschaftler. Hier erzählt er, wie er mit seinen Studenten manchmal Autofahrer quält.** *Von Julia Koch*



08. Juni 2018

Martin Schmitz steht auf einer kleinen Verkehrsinsel. Hinter ihm rauschen auf vier Spuren Autos in die City und heraus, vor ihm zweigt eine Seitenstraße von der großen Achse ab. Über einen Zebrastreifen könnte er sie jetzt überqueren.

Aber Schmitz bleibt stehen, was viele Autofahrer aus dem Konzept bringt. Geht er, oder geht er nicht? Können sie weiterfahren, oder wird der Herr mit dem wehenden Weißhaar just dann auf die Straße treten? Sie bremsen, zögern, geben wieder Gas. Dass jemand am Bordstein herumsteht und redet, mitten im Mittwochnachmittagsverkehr, passt nicht ins Bild; dieser Fußgänger irritiert.

Gerade das gefällt Martin Schmitz. Er unterrichtet Spaziergangswissenschaft am Fachbereich Produktdesign der Kunsthochschule Kassel, und hier, am Brüder-Grimm-Platz, Ecke Friedrichsstraße, erzählt er, wie er mit seinen Studenten manchmal Autofahrer quält; er muss ziemlich laut sprechen. "Einmal haben wir ein Ticket gezogen und dann einen Tisch und Stühle auf einen Parkplatz gestellt", sagt er. "Da wurden viele richtig wütend. Aber wir hatten ja bezahlt."

Schmitz ist Architekt und Stadtplaner, er betreibt einen kleinen Verlag, und dass

sein Fach belächelt wird, überrascht ihn nicht. Wie sich Stadt und Verkehr auf den Menschen auswirken, das hat ihn schon interessiert, als die "autokonforme Innenstadt" noch Hauptziel aller Planer war. "Laborarchitekten" wurden er und seine Mitstreiter damals genannt. Heute noch muss die Promenadologie, für die er in Kassel die "Lucius & Annemarie Burckhardt Professur" innehat, oft herhalten als Beispiel für den Wildwuchs weltfremder Orchideenfächer.

Promenadologie also. Der 2003 verstorbene Schweizer Soziologe Lucius Burckhardt hatte das Fach in den Achtzigerjahren begründet und in Kassel etabliert. Natürlich ging es schon damals nicht darum, Leuten beizubringen, wie man einen Fuß vor den anderen setzt.

Der Spaziergang galt Burckhardt als Methode, um große Fragen zum Menschen und seiner Wahrnehmung zu beantworten. Wie schaut er auf seine Umgebung? Was empfindet er als schön? Was sieht er beim Herumstromern, was bleibt verborgen? Und wie verändert sich das Bild von Landschaft, wenn man zu jeder Zeit an jeden Ort gelangen kann, mit Auto, Flugzeug oder, auf die heutige Zeit übertragen, virtuell mit Google Maps? Und wenn man, einmal angekommen, kaum je den Blick vom Smartphone hebt? "Um Räume zu erschließen, muss ich mich darin bewegen", sagt Schmitz, "da ist das Gehen die einfachste und zugleich intensivste Methode."

**In Zeiten autoverstopfter Innenstädte ist das aktueller denn je.** Nie zuvor standen den Menschen so viele Möglichkeiten zur Verfügung, sich das Laufen vollends abzugewöhnen. Selbst bei Stadtführungen rumpeln sie helmbewehrt auf Elektrorollern übers Pflaster.

Und doch, die ewige Fahrerei scheint die Sehnsucht nach zweckfreier Bewegung eher zu verstärken.

Nur der Mensch geht spazieren. Keine andere Spezies streift, flattert, kriecht, krabbelt oder schwimmt zum Vergnügen durch ihr Biotop. Homo sapiens aber kann

es sich leisten: Sein Erfindungsreichtum hat ihn im Laufe der Evolution von der Notwendigkeit befreit, so lange hinter seiner Nahrung herzurennen, bis er sie erwürgen oder mit einer Lanze niederstrecken konnte. Er muss auch nicht mehr auf der Suche nach Wurzelknollen und Wasser durch die Savanne stromern.

Der Spaziergänger, schrieb Schmitz' Mentor Burckhardt, betrachte die Landschaft ohne Interesse, ohne die Absicht, daraus Profit zu schlagen: "Weder sucht er Pilze noch einen geeigneten Ort, um einen Acker anzulegen."

Menschen sind zum Laufen geboren. Bis zu 15 Kilometer am Tag liefen schon unsere Urahnen. Und Gehen ist gesund: Studien zeigen, dass nicht nur Joggen oder Radfahren das Leben verlängern können. Auch der weniger schweißtreibende Spaziergang verringert das Risiko für viele Krankheiten. Eine halbe Stunde täglich reicht aus. "Jeder kann spazieren gehen", sagt Wissenschaftler Schmitz, "das ist ja das Tolle daran."

Wer mit Schmitz durch Kassel läuft, sieht die Stadt mit anderen Augen. Obere Karlsstraße, eine Parallele zur viel befahrenen Frankfurter Straße: Die Fußgängerzone ist einen Steinwurf entfernt, doch hier geht kein Mensch. Zwei Bestatter, ein Gerichtsvollzieher und ein Laden für Treppenlifte haben sich in diesem Abschnitt angesiedelt.



### **Video (3:13) Ein Streifzug durch Kassel**

Der Promenadologe Martin Schmitz spaziert mit SPIEGEL-Redakteurin Julia Koch durch Kassel. Für Schmitz ist das kein Ausflug, sondern Wissenschaft.

Am Ende der Straße kommt man zu Fuß ohnehin nicht weiter. Die Obere Karlsstraße läuft hier auf die sogenannte Trompete zu, eine der meistbefahrenen Kreuzungen der Stadt. Fußgänger sind nicht vorgesehen. Sie werden in einen vielfach verzweigten Tunnel gespült.

**Schmitz, der selbst keinen Führerschein hat, will aber nicht nur** auf die Vorherrschaft des Automobils hinweisen, die ist sowieso nicht zu übersehen. Ihm geht es auch um die Schönheit der Umgebung, ob Innenstadt oder Waldweg, wie sie sich nur dem Spaziergänger erschließt.

Steil führt der Pfad hinauf vom Philosophenweg in Richtung Weinberg. "Das ist wie Urlaub", sagt Schmitz. Die Frankfurter Straße ist nur noch ein Brummen, durch die Blätter der Bäume am Wegrand bricht die Sonne. Auf einer Anhöhe stellt sich Schmitz in den sogenannten Frühstückspavillon, Überbleibsel einer Schlossanlage. Schmitz dreht sich. "Zwischen den Pfeilern hindurch eröffnen sich immer andere

Ausblicke", schwärmt er.

Mit seinen Studenten hat er sich einmal auf dem Parkdeck eines Kaufhauses in der Innenstadt postiert. "Dort hat man eine tolle Aussicht über die Stadt", sagt er, "aber die Leute verhalten sich, als wären sie in einer Tiefgarage, da schaut keiner hin." Das Schöne da zu finden, wo niemand es vermutet, auch das lehrt die Promenadologie.

Wer läuft, lernt besser. Gehen, haben Forscher herausgefunden, steigert die Kreativität, verbessert Lernfähigkeit und Gedächtnisleistung.

Große Geister machten sich diesen Effekt zunutze, lange bevor Hirnforscher ihn bei Mensch und Maus belegten. Johann Wolfgang von Goethe fand im Flanieren Inspiration und schrieb: "Ich ging im Walde so für mich hin, und nichts zu suchen, das war mein Sinn"; der dänische Philosoph Sören Kierkegaard setzte sich nach

seinem täglichen Spaziergang manchmal noch in Hut und Mantel nieder, um seine Gedanken festzuhalten. Auch Ludwig van Beethoven ging jeden Tag spazieren, stets mit Bleistift und Papier.

Chuck McCarthy aus Los Angeles verdient Geld mit Menschen, die auf die Heilkraft des Flanierens hoffen. Er arbeitet als "People Walker" – er führt Menschen spazieren. Eigentlich wollte der unterbeschäftigte Schauspieler sein Einkommen aufbessern und Hunde ausführen, doch dann hatte er keine Lust, deren Hinterlassenschaften aufzusammeln.

Warum also nicht Gassitouren für Menschen anbieten, die sich allein nicht sicher fühlen oder sich ohne festen Termin nicht aufraffen? Heute, gut zwei Jahre nach Gründung, hat er mehr als 35 Mitarbeiter.

**Derlei dürfte Promenadologie-Pionier Burckhardt nicht im Sinn** gehabt haben. Er erregte dafür Aufsehen mit Spaziergang-Happenings, bei denen er mit seinen Studenten auf Kassels Straßen flanierte, jeder eine Art Autowindschutzscheibe vorm Gesicht. Ein anderes Mal zogen sie mit einem mobilen Zebrastreifen los – und entrollten den Streifenteppich, wo immer sie die Straße queren wollten.

Mit Burckhardts ehemaligem Studenten Schmitz führt der Weg nun in Richtung Kunsthochschule. Immer wieder biegt er ab in unscheinbare Durchfahrten, hinter denen sich kleine Plätze auftun – Parkplätze zumeist. "Schauen Sie", sagt er, "hier könnte man sich auch einen Garten vorstellen." Kein Briefkasten, kein vergittertes Fenster ist so unscheinbar, dass Schmitz sich nicht darüber Gedanken macht. Warum ist gerade hier ein Gitter, warum sieht der Briefkasten ausgerechnet so aus? Dieses Hinterfragen will er auch seinen Studenten vermitteln, den Architekten und Industriedesignern von morgen.

Der Weg hinab vom Frühstückspavillon läuft sich leichter, im Gespräch geht es auf einmal um Musik, Kunst, Politik. "Das ist auch etwas, was beim Spazierengehen

unweigerlich passiert", sagt Schmitz. "Man kommt ins Plaudern."

**Schicken Sie uns Ihr **Feedback** zu diesem Beitrag.**

Dieser Beitrag erschien zum ersten Mal in der SPIEGEL-Ausgabe 24/2018.

FOTO: JOANNA NOTTEBROCK / Der Spiegel