

Psychologie heute, August 2008

## In der Ferne sich selbst begegnen

**Warum reisen wir? Was treibt uns Jahr für Jahr in ferne Länder? Reisen ist eine „existenzielle Selbstbegegnung in unbekanntem Terrain“, befindet der Philosoph Peter Vollbrecht. Er tritt ein für ein „entdeckendes Reisen“ und zeigt, warum das All-inclusive-Arrangement dazu ungeeignet ist**

PSYCHOLOGIE HEUTE Warum reisen wir eigentlich?

PETER VOLLBRECHT Es gibt ein oberflächliches und ein hintergründiges Motiv. Das oberflächliche ist natürlich der Tapetenwechsel, wir sehen unbekannte Landschaften, schlendern durch fremde Städte, treffen andere Menschen als zu Hause. Zudem bewegen wir uns in der Ferne anders als zu Hause und erleben so einen angenehmen Kontrast zum Alltag. Das hintergründige Motiv zieht an existenzielleren Strippen: Vielleicht erleben wir Reisen auch als eine Art Versprechen auf ein noch nicht gelebtes Leben. So können wir im Unterwegsein auch die unentdeckten Möglichkeiten unserer selbst erkunden.

PH Warum glauben wir, ist das erst durch eine Reise möglich?

VOLLBRECHT Reiseträume sind für breite Bevölkerungsschichten noch gar nicht so lange realisierbar, erst seit Ende des 19. Jahrhunderts, als aufgrund des technischen Fortschritts Fahrten in fremde Länder und Regionen auf angenehme Weise möglich wurden. Da setzte dann allmählich der eigentliche Tourismus ein. Dieser begann im Zeitalter der Belle Epoque, allerdings war er das damals zunächst nur auf großbürgerliche Kreise beschränkt. Die Côte d'Azur, die italienische Riviera, die englische Kanalküste und die Kaiserbäder der Ostsee waren die ersten Reiseziele. Dort entstanden die ersten Hotels, dort traf sich das Großbürgertum und war unter seinesgleichen. Zu jener Zeit war das Reisen eine Sache des Sozialprestiges, aber als später dann andere Kreise vom Reisefieber erfasst wurden, veränderte sich das Motiv. Man wollte Ferien machen von der bürgerlichen Gesellschaft mit ihrem strengen Regelkorsett, durch das die Menschen im Alltag eingespannt waren. Urlaub vom frustrierten und vergesellschafteten Ich, von Routine und Unterordnung. Das treibt den Touristen von heute noch um, er erhofft sich vor allem eines: Freiheit auf Zeit. Das Reisen als Ventil für die Frustrationen eines Lebens, das man so nicht will. Daraus erklären sich dann auch die bizarren Formen der All-inclusive-Gettos, wo der Tourist wie im Paradies schwelgen kann, wo er endlich für eine gewisse Zeit einmal das tun kann, was ihm im normalen Leben versperrt bleibt: grenzenlos konsumieren, sein gesellschaftliches Elend vergessen und sich in einer fiktiven Welt sonnen.

Doch drehen wir das Rad noch einmal zurück zu der Form des Unterwegseins, das ernsthafter ist und tiefer. Das im bildungsbürgerlichen Sinne ein Entdecken neuer Möglichkeiten ersehnt, ein Erleben neuer Kulturen mit dem Ziel, im Fremden sich selbst zu erkunden. Diese vom aufklärerischen Bildungsideal getragene Form des Reisens war— für wenige Privilegierte erreichbar — durch die Jahrhunderte hinweg das Motiv, um in die Fremde aufzubrechen, sich dort dem Unbekannten auszusetzen und Abenteuer zu erleben. Wann erleben wir denn sonst noch Abenteuer? Im normalen, alltäglichen, bürgerlichen Leben wohl kaum, sondern im Reisen. Selbst der Ballermannstourist auf Mallorca ist davon getrieben, allerdings ertränkt er seinen Freiheitsimpuls im Alkohol. Er wird gereist, er reist nicht selbst. Ich mache da einen großen Unterschied.

PH Worin besteht der Unterschied?

VOLLBRECHT An Angeboten der Art „14 Tage Phuket für 915 Euro“ kann doch im Grunde genommen nur die Abwechslung interessant sein, eben mit Sonne, Strand und Easy Going. Doch wohin es letztendlich geht, ob es Thailand, Kenia oder Griechenland ist, scheint zweitrangig. Der geografische Ort des Reisens tritt in den Hintergrund, und in den Vordergrund schiebt sich vor allem das Abwechslungsmotiv, das vermeintliche Freiheitsmotiv. Das ist für mich ein Gereistwerden, weil man sich an ein bestimmtes Angebot dranhängt und es weniger darum geht, an Eindrücken und Erfahrungen reicher zu werden. Es ergeben sich keine existenziellen Bereicherungen, man bleibt absolut unter den Möglichkeiten des Reisens. Diese existenziellen Bereicherungen kann man am besten an den alten Reiseberichten von Marco Polo, dem britischen Afrikaforscher David Livingstone oder dem Chinareisenden Sven Hedin studieren. Die Touren dieser Männer hatten für jeden von ihnen eine tiefe Bedeutung. Oder schauen wir uns Alexander von Humboldt an, wie er in Amazonien gezeichnet hat: Dieses Entdeckungsinteresse ist im heutigen Massentourismus bis zur Unkenntlichkeit verschwunden. Nur noch wenige Veranstalter bieten so etwas an, aber das entdeckende Reisen gibt es nach wie vor noch.

PH Warum sind Reisen ins Unbekannte auch Reisen nach innen, zu den eigenen Ursprüngen und zu dem, was vielleicht im Laufe der Jahre verloren ging?

VOLLBRECHT Wir sind immer Reisende in unserem Leben, und wir leben nicht nur eingepasst in eine Umwelt, sondern wir sind weltoffen. Zu dieser Weltoffenheit gehört das Ändern, das Erkunden, das Einrichten von Welten —und genau das geschieht beim Reisen. Man kommt irgendwo an, kennt die Topografie der Stadt nicht, kauft sich einen Stadtplan, findet sich zurecht, sucht sein Hotel, stellt die Sachen ab und macht einen ersten Erkundungsgang durch den neuen Ort. Wenn man diesen Orientierungsprozess auf eigene Faust unternimmt, dann kann man dabei in einen ungemein intensiven inneren Monolog mit sich selbst gelangen. Man baut sich in Gedanken eine Orientierungskarte zusammen, findet sich mit der Zeit immer besser zurecht, und so langsam wird man dann ein wenig heimisch in der neuen Umgebung. Das ist spannend. Dieser Prozess ist unterbunden, wenn man ihn nicht individuell macht, sondern in einem Arrangement vom Reiseveranstalter geboten bekommt. Es ist intensiver, sich allein auf den Weg zu machen. Beim Reisen auf eigene Faust ist man ungleich stärker mit sich selbst konfrontiert. Ich muss aber zugeben, dass die arrangierte Kulturreise den unschätzbaren Vorteil hat, sachkundig geführt zu werden. Wie heißt es doch? „Man sieht nur, was man weiß.“ Das stimmt schon ein wenig.

PH Der Portugiese Fernando Pessoa sagte einmal: Existieren sei schon Reisen genug, man müsse sich den Sonnenuntergang nicht in Konstantinopel ansehen ...

VOLLBRECHT Da steht bei ihm wahrscheinlich die Vorstellung dahinter, dass das eigene Selbst ein so reicher Kontinent ist, dass man ihn problemlos ein ganzes Leben bereist und immer etwas Neues entdeckt. Das ist der seelische Wohlstand des Poeten. Wir anderen müssen vielleicht unsere seelischen Reichtümer durch äußere Ereignisse entdecken lernen. Schließlich geht es ja nicht nur um Sonnenuntergänge, sondern etwa auch um einen Tee in einer durchräucherten Teestube am Bosphorus. Ich halte die These dagegen, dass die Introvertiertheit, in der man sich ausschließlich mit sich beschäftigt, um seinem Selbst zu begegnen, zu einer inneren Schiefelage führen kann.

PH Andererseits heißt es: Wer viel unterwegs ist, muss sich eigentlich nicht wirklich bewegen, weil er permanent von sich selbst abgelenkt ist. Wie denken Sie darüber?

VOLLBRECHT Auf einer meiner Fahrten nach Griechenland klagte eine Frau: „Ach, und nächste Woche muss ich in den Irak“, eine Tour jagte die nächste. Reisen als strategisches Unterfangen, um jedwede Selbstbegegnung zu vermeiden, gibt es auch, und möglicherweise ist das heute sogar die Regel. Es ist schade, dass wir so wenig Zeit für uns selbst aufbringen, um wirklich zu reisen.

PH Oder nehmen wir uns die Zeit dafür einfach nicht?

VOLLBRECHT Es kann sich heutzutage nicht jeder einen Dreiwochenurlaub leisten, von daher gibt es eine wirkliche Begrenzung. Natürlich legt man sich die Begrenzung auch selbst auf, vielleicht haben wir mehr Zeit, als wir glauben, vielleicht gewichten wir unsere Zeit auch so, dass sie uns permanent knapp erscheint. Aber das wahre Reisen, das existenziell kolorierte Reisen braucht immer eine Verschmelzung zwischen dem, was ich sehe, und dem, was meine Seele überhaupt aufnehmen kann. Wenn ich zu viel sehe, ist das wie eine Schaufensterreise, bei der ich am Ende gar nicht mehr weiß, wie viele Kirchen ich gesehen habe, weil alles verschwimmt. Hier triumphiert dann Quantität über Qualität. Qualitatives Reisen bedeutet, dass es eine Begegnung geben sollte zwischen mir und der gesehenen Welt. Ich muss das, was ich sehe, auch immer für mich kommentieren, muss es mit meinen eigenen Worten beschreiben und sollte nicht nur den kulturellen Text aus dem Reiseführer abgreifen. Nein, im echten Reisen bin ich wirklich „dort“, und dafür braucht es die Muße und auch den Mut, beispielsweise in einen Tempel zu gehen, um dort einfach nur zu sitzen, die Leute zu beobachten und die Atmosphäre zu fühlen. Oder in einer Kathedrale an einem Gottesdienst teilzunehmen. Es ist wichtig, sich plötzlich auftauchenden Möglichkeiten, die sich vor Ort ergeben, auch zu widmen, möglicherweise auch vom eigenen Plan abzuweichen, um Spielraum zu haben und die augenblickliche Welt wirklich in sich einströmen zu lassen.

PH Warum projizieren wir unsere Wünsche und Sehnsüchte auf den Urlaub und glauben, dass wir uns in der Ferne besser fühlen werden, besonders wenn wir gestresst sind?

VOLLBRECHT Das ist uns irgendwie eigen, eine Zukunft zu entwerfen, die schöner, farbiger, verheißungsvoller sein wird als die Gegenwart – es ist beklagenswert, wenn man so wenig im Hier und Jetzt lebt, gedanklich immer flüchtet und sich eine schönere Zukunft ausmalt. Doch zur Verteidigung dieser zutiefst menschlichen Eigenschaft muss ich sagen, dass darin auch unsere utopische Kraft besteht, und hätten wir sie nicht, dann wären wir tatsächlich auch in der Gegenwart ärmer. Aber: Ist es denn wirklich so, dass wir im Urlaub völlig anders sind und neue Aspekte unserer Persönlichkeit an die Oberfläche spülen, die wir auch sofort leben? Das sehe ich skeptisch, denn wir werden uns dabei ertappen, dass wir am Nachmittag um halb fünf nervös auf die Uhr schauen, wenn wir beispielsweise noch kein Hotelzimmer gefunden haben. Diese Strukturen arbeiten weiter. Und bekanntlich gibt es auch Belege dafür, dass für Paare der Urlaub ein riskantes Unternehmen ist, weil sie in ungewohnter Intensität auf sich selbst zurückgeworfen und mit einer Nähe konfrontiert sind, die sie nicht mehr meistern können.

PH Reisen bedürfen einer entsprechenden Vorbereitung und Nachbereitung. Worauf sollte man dabei achten? VOLLBRECHT Wichtig erscheint mir, dass man thematisch reist. Nach jeder guten Reise ergeben sich automatisch Anschlussmöglichkeiten. Man sollte einen einmal eingeschlagenen Pfad weitergehen und nicht Asien bereisen, dann Nordamerika oder Nordafrika, unter dem Motto: Da war ich noch nicht, da muss ich hin. Die Tiefe liegt in der Wiederholung, wenn man ein Land zum zweiten oder dritten Mal erlebt und auch die

Menschen besser kennenlernt. Dann tritt das Phänomen der wirklichen Begegnung und Vertiefung ein.

PH Nun geht ja nicht immer alles glatt. Was macht man mit den Reisen, die gar nicht so schön waren, wie man sie sich erträumt hatte?

VOLLBRECHT Ich habe das selbst mal erlebt, als ich in Goa Opfer eines Gewaltverbrechens wurde. Über Jahre hinaus hinterließ das ein Gefühl von Demütigung. Aber irgendwann gelang es mir, damit ins Reine zu kommen und das Geschehen zu etwas meiner selbst werden zu lassen. Es gibt eigentlich nichts, was ausradiert werden müsste beim Reisen – das ist keine Rechtfertigung oder Schönrederei, es gibt manchmal tatsächlich schwierige Situationen. Es kann vorkommen, dass man etwas erlebt, was einem überhaupt nicht gefällt. Aber auch darin steckt der Keim eines Lernprozesses.

PH Ist Reisen in gewisser Hinsicht auch ein Selbstheilungsversuch? Besonders, wenn man allein unterwegs ist?

VOLLBRECHT Für die philosophischen Reisen, die ich organisiere, muss ich eine Lanze für Gruppenreisen brechen, weil man philosophieren am besten mit anderen kann, gemeinsam macht es die Dinge viel leichter und anregender. Aber allein zu reisen kann in bestimmten Lebensphasen auch gut und heilsam sein. Besonders, wenn es ein tiefes, aufgeschobenes, nicht ausgelebtes Bedürfnis nach Eigenzeit gibt, wenn man zu viel Zeit in den Job oder in die Familie hat fließen lassen müssen. Dann kann es hilfreich sein, in der Fremde für sich zu sein, durch die Gegend zu laufen, andere Menschen kennenzulernen, das Erlebte aufzuschreiben oder einfach zu fotografieren.

PH Was sollte man auf Reisen auf keinen Fall mitnehmen?

VOLLBRECHT Man sollte seinen Computer mit Internetanschluss zu Hause lassen, weil man sich zu stark an die alte Welt anbindet. Es müssen nicht unbedingt E-Mails beantwortet werden, man kann auch mal zwei Wochen in seinem Leben nicht erreichbar sein. Ins Gepäck sollte, was man vor Ort wirklich braucht – Musik für lange Busfahrten, Bücher über das Land, einen guten Roman und ein Tagebuch. Und man sollte Platz im Koffer lassen, um etwas mitzubringen.

MIT PETER VOLLBRECHT SPRACH BIRGIT WEIDT