



Dies ist eine Leseprobe des Schattauer Verlags. Dieses Buch und unser
gesamtes Programm finden Sie unter
www.klett-cotta.de/schattauer



WISSEN & LEBEN

herausgegeben von Wulf Bertram

Wulf Bertram, Dipl.-Psych. Dr. med, geb. in Soest/Westfalen, Studium der Psychologie, Medizin und Soziologie in Hamburg. Zunächst Klinischer Psychologe im Universitätskrankenhaus Hamburg Eppendorf, nach Staatsexamen und Promotion in Medizin Assistenzarzt in einem Sozialpsychiatrischen Dienst in der Provinz Arezzo/Toskana, danach psychiatrische Ausbildung in Kaufbeuren/Allgäu. 1986 wechselte er als Lektor für medizinische Lehrbücher ins Verlagswesen und wurde 1988 wissenschaftlicher Leiter des Schattauer Verlags, 1992 dessen verlegerischer Geschäftsführer.

Aus seiner Überzeugung heraus, dass Lernen Spaß machen muss und solides Wissen auch unterhaltsam vermittelt werden kann, konzipierte er 2009 die Taschenbuchreihe »Wissen & Leben«, in der mittlerweile mehr als 50 Bände erschienen sind. Bertram hat eine Ausbildung in Gesprächs- und Verhaltenstherapie sowie in Psychodynamischer Psychotherapie und arbeitet als Psychotherapeut in eigener Praxis.

Für seine »wissenschaftlich fundierte Verlagstätigkeit«, mit der er im Sinne des Stiftungsgedankens einen Beitrag zu einer humaneren Medizin geleistet hat, in der der Mensch in seiner Ganzheitlichkeit im Mittelpunkt steht, wurde Bertram 2018 der renommierte Schweizer Wissenschaftspreis der Margrit-Egner-Stiftung verliehen..

Daniela Pörtl

Fernweh

Die Psychologie des Reisens

Daniela Pörtl
Gerichtsweg 9d
04425 Taucha
Deutschland
dpoertl@t-online.de

Besonderer Hinweis:

Die Medizin unterliegt einem fortwährenden Entwicklungsprozess, sodass alle Angaben, insbesondere zu diagnostischen und therapeutischen Verfahren, immer nur dem Wissensstand zum Zeitpunkt der Drucklegung des Buches entsprechen können. Hinsichtlich der angegebenen Empfehlungen zur Therapie und der Auswahl sowie Dosierung von Medikamenten wurde die größtmögliche Sorgfalt beachtet. Gleichwohl werden die Benutzer aufgefordert, die Beipackzettel und Fachinformationen der Hersteller zur Kontrolle heranzuziehen und im Zweifelsfall einen Spezialisten zu konsultieren. Fragliche Unstimmigkeiten sollten bitte im allgemeinen Interesse dem Verlag mitgeteilt werden. Der Benutzer selbst bleibt verantwortlich für jede diagnostische oder therapeutische Applikation, Medikation und Dosierung. In diesem Buch sind eingetragene Warenzeichen (geschützte Warennamen) nicht besonders kenntlich gemacht. Es kann also aus dem Fehlen eines entsprechenden Hinweises nicht geschlossen werden, dass es sich um einen freien Warennamen handelt.

Schattauer
www.schattauer.de
J.G. Cotta'sche Buchhandlung Nachfolger GmbH
Rotebühlstraße 77, 70178 Stuttgart
Fragen zur Produktsicherheit: produktsicherheit@klett-cotta.de

©2025 by J.G. Cotta'sche Buchhandlung Nachfolger GmbH, gegr. 1659, Stuttgart
Alle Rechte inklusive der Nutzung des Werkes für Text und
Data Mining i. S.v. § 44b UrhG vorbehalten
Gestaltungskonzept: Farnschläder & Mahlstedt, Hamburg
Cover: Bettina Herrmann, Stuttgart
unter Verwendung einer Abbildung von shutterstock/DOERS
Gesetzt von Eberl & Koesel Studio, Kempten
Illustrationen: Christine Lackner, Ittlingen
Gedruckt und gebunden von CPI – Clausen & Bosse, Leck
Lektorat: Mihrican Özdem
Projektmanagement: Dr. Nadja Urbani
ISBN 978-3-608-40196-7
E-Book ISBN 978-3-608-12427-9
PDF-E-Book ISBN 978-3-608-20707-1

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

Das Buch gehört allen Neugierigen. Allen, die mit wachem Geist und offenen Augen durch die Welt schreiten wollen.

Los geht's ...

»What's the purpose of your visit?« – »Was ist der Grund für Ihren Besuch?«, fragt mich der Grenzbeamte bei Ankunft im Flughafen von Orlando. Ich bin gekommen, um einen Vortrag zu halten und im Anschluss noch einige Tage durch Florida zu reisen. Müde und gut gelaunt antworte ich: »I'm here on vacation« – »Ich mache Urlaub«, und ziehe dabei meine Kongressmappe aus dem Gepäck. Ich möchte meine Hoteladresse schnell zur Hand haben. Mein persönliches Nadelöhr. Denn 30 Jahre zuvor, bei meiner ersten Einreise in die USA, kündigte sich am Flughafen von Los Angeles mit der Frage »Where are you staying?« – »Wo wohnen Sie?«, schon ihr Ende an. Ich hatte keine Hotelbuchung. Nur eine private Adresse. Von einem Freund meiner Eltern: 400 North Camden Drive, Beverly Hills. Die Grenzbeamten überprüften meine Angaben und waren sich augenscheinlich nicht sicher: War ich *nur* verrückt oder doch gefährlich? Sie verweigerten mir die Einreise. Die Adresse gehörte Gene Autry. Einer damals schon betagten, mittlerweile verstorbenen Country-Star-Legende. Al, ein Bekannter unserer Familie, machte dort Housekeeping. Telefonisch war Al nicht erreichbar – damals, als noch kaum jemand ein Mobiltelefon besaß. War er doch gerade auf dem Weg, mich abzuholen. Bewacht von mehreren amerikanischen Grenzbeamten wurde ich vorerst in einen kleinen kahlen Raum geführt. Mir blieb nur das Warten. Auf was? Den Heimflug? Endlich, nach einer gefühlten Ewigkeit meldete Al sich auf den Lautsprecheransprache des Personals: Ich durfte einreisen.

Ein harsches »You are here on business!« – »Sie sind auf Geschäftsreise!«, holt mich aus meinem Tagtraum zurück. Der Grenzer zeigt auf meine Kongressdokumente. Business? Ich

zahle einen Kongressbeitrag, verdiene nichts, rede 30 Minuten, um dann fünf Tage durch Florida zu reisen. Und überhaupt, meine wissenschaftliche Arbeit ist doch fast ein Hobby. Mein Geld verdiene ich als Psychiaterin und Psychotherapeutin. Ich erkläre mich, will nicht als Betrügerin dastehen. Merke, wie die Angst in mir hochkriecht, wieder nicht einreisen zu dürfen. Der Kongress poliere mein Image auf, es sei also geschäftsfördernd, beharrt der Grenzer. Ich füge mich seiner Ansicht. Er korrigiert sein Kreuz – business statt vacation: Ich darf einreisen.

Mir wird schlagartig klar: Reisen bedeutet, an Grenzen zu kommen. Die von Ländern, die der Fremden und der eigenen, die es allesamt zu überwinden gilt. Auch nach der Einreise hören die Fragen nicht auf. Über all die Jahrzehnte wird mir auf Reisen immer wieder die gleiche Frage gestellt: »Where are you from?« – »Woher kommst du?« Und: »Wohin willst du?« Wie ich heiße, was ich mache und wer ich bin, interessiert meist weniger.

Reisen heißt, den Alltag, das, was man alle Tage hat und tut, für einige Zeit zu verlassen, um sich über eine größere Entfernung hinweg zu einem anderen Ort zu begeben. Das Wort »Reise« entstammt dem althochdeutschen »reisa«, was Aufbruch und Fahrt bedeutet. Im Aufbruch lassen wir das Altbekannte hinter uns und schreiten fort. Fortschritt. Um Neues zu erleben. Reisen ist mehr als nur Bewegung durch Raum und Zeit. Reisen ist der Bogen, die Brücke, von dem uns Bekannten zu dem uns (noch) Unbekannten, dem Neuen. Reisen will diese unbekannte Leere füllen. Reisen ist Wissenwollen. Reisen braucht Neugier – die Gier nach dem Neuen. Neugier ist eine seelische Kraft, die uns antreibt, nach Verbindung zu suchen. Die bisher noch Unverbundenes zusammenfügen will. Zu neuen Landkarten und Wegen. So gesehen erklärt sich, warum Reisende vornehmlich nach ihrem Woher und Wohin gefragt werden. Und nicht nach ihrem Alltag. Auch nicht nach ihrem Reisealltag.

Dieses Buch soll vom Reisen berichten. Von meinen eigenen Reisen genauso wie von Reisegeschichten, die bereits Reisegeschichte schrieben. Wer praktische Reisetipps erwartet, wird leer ausgehen. Bezüglich Marschgepäck, Kauderwelsch, Vor- und Nachteilen von Solo- und Gruppenreisen oder Zimmern mit Meerblick wird nicht viel zu lesen sein. Das Buch will sich nicht der Frage widmen, wie wir bestmöglich reisen. Vielmehr soll uns beschäftigen, warum wir überhaupt reisen. Was uns dazu bewegt, aufzubrechen. Warum wir nach dem Neuem, nach Neuland suchen. Und wie und ob Reisen uns verändert. Den Einzelnen. Die Menschheit.

»Alle Welt reist« – das bekannte Zitat von Theodor Fontane (1894, o.S.) ist bereits 130 Jahre alt. Im Jahr 2019, noch vor der Corona-Pandemie, zählte die UNWTO (Weltorganisation für Tourismus, 2019) weltweit rund 1,46 Milliarden grenzüberschreitende Reiseankünfte. Und da sind Reisen im je eigenen Land noch nicht enthalten. Das weltweit beliebteste Reiseziel mit rund 117 Millionen Touristen im Jahr ist Frankreich. Und interessanterweise sind Franzosen mit 200 Millionen Auslandsreisen pro Jahr auch das reiselustigste Volk. Gefolgt von den Deutschen, die 2019 rund 178 Millionen Mal für mindestens eine Nacht ihr Land verließen. Bei Reiselust in Milliardenhöhe erscheint der Begriff »Massentourismus« durchaus gerechtfertigt. Aber das war nicht immer so.

Das Wort »Tourist« taucht erstmals um 1800 im Englischen, 1816 im Französischen und 1830 im Deutschen auf. Tourismus entstammt dem lateinischen »tornare« – umrunden – und deutet so an, dass Reisen auch zurückkehren, wieder heimkehren heißt; ja Reisen und Heimat unzertrennlich verbunden sind. Denn wohin wir auch reisen, es ist immer die Heimat anderer.

Die bisher älteste wissenschaftlich dokumentierte Reise erzählt von solch einem Aufbruch in die Fremde und der Heimkehr. Im heutigen White-Sands-Nationalpark in New Mexico

finden sich über eine längere Distanz die ca. 12 000 Jahre alten Fußspuren einer erwachsenen Person, die auf dem Hinweg mit einem Kind zielstrebig über den damals schlammigen Boden eilte und einige Zeit später allein zurückkehrte. Der Artikel über diese prähistorische Reise ist von Bennett et al. im Dezember 2020 veröffentlicht worden. Mitten im Lockdown der Corona-Pandemie als alle Grenzen geschlossen und Menschen weltweit in ihre eigenen vier Wände verbannt waren. Dem Notstand geschuldet. Denn Reisen ist ein Menschenrecht. In Artikel 13 der »Allgemeinen Erklärung der Menschenrechte« heißt es wörtlich: »Jeder Mensch hat das Recht, jedes Land, einschließlich des eigenen, zu verlassen und in das eigene Land zurückzukehren.« Seit wir Menschen aufhörten, zu vagabundieren, und sesshaft wurden, scheinen wir zu reisen. Bewegen wir uns von zu Hause weg und kehren heim. Um Verwandte zu besuchen, Handel zu treiben, Wallfahrten zu unternehmen, uns im 5-Sterne-All-inclusive-Tempel in der Sonne zu suhlen oder aber im südamerikanischen Urwald tatsächlich verfallene Tempelanlagen per pedes und schweißnass zu erkunden.

Von der Antike bis in die Neuzeit war das Reisen eher der reichen Schicht vorbehalten und diente zunehmend der Bildung und Erholung. Erst nach dem Zweiten Weltkrieg entwickelte sich der Tourismus langsam zum Massenphänomen. Reisen für alle. Individuell oder pauschal. Wer es sich leisten konnte, fuhr aber schon vor den Weltkriegen all-inclusive mit Thomas Cook, dem größten Reisekonzern der Welt, nach London, Paris oder Kairo. Dieser Thomas Cook gilt als Erfinder der Pauschalreisen. Cook wurde 1808 in England in die erste Phase der industriellen Revolution hineingeboren. Damals drängten Menschen zunehmend in die Städte und Fabriken, wo sie bis zu 16 Stunden am Tag arbeiteten, ohne Urlaubstage versteht sich. Die Arbeiter:innen lebten in kleinen, feuchten und kalten Wohnungen. Ihre sozialen Bedürfnisse stillten sie in Wirtshäusern. Der Elends-

alkoholismus nahm zu. Cook kam selbst aus ärmlichen Verhältnissen. Er musste bereits mit 10 Jahren die Schule abbrechen, um zum Familienunterhalt beizutragen. Als 14-Jähriger lernte er bei seinem alkoholabhängigen Onkel das Schreinerhandwerk. Später, als Laienprediger der Baptisten, setzte Cook sich dann vehement gegen die Trunksucht ein. So kam es, dass er am 5. Juli 1841 einen Zug charterte. Mit neun Waggons. Das neuartige Transportmittel sollte abstinenten Trunkenbolde 16 Kilometer von Leicester nach Loughbourogh zu einem Abstinenzlertreffen bringen. 570 Passagiere und eine Blaskapelle stiegen ein. Es gab alkoholfreie Getränke und Butterbrote. Ein voller Erfolg. Die Pauschalreise war geboren. 1845, kaum vier Jahre später, gründete Cook das erste Reiseunternehmen der Welt, das bis heute organisierte Reisen in alle erdenklichen Winkel der Erde verkauft.

Erfunden hat Cook die Pauschalreise aber nicht wirklich. Eher kopiert. Denn schon in den 1830er Jahren verkaufte die Eisenbahngesellschaft in England, dem Mutterland der Eisenbahn, günstige Tickets für organisierte Ausflugsfahrten – bevorzugt für Ausflüge zu Hinrichtungen. In Deutschland rollte ab 1839 die erste Ferneisenbahn zwischen Leipzig und Dresden hin und her. So wurde Reisen zunehmend für alle möglich. Der Begriff »Tourismus« wurde in Deutschland dann durch »Fremdenverkehr« ersetzt. »Fremdenverkehr« geht zurück auf das 1866 erschienene Buch »Recht der Frauen auf Erwerb« von Louise Otto-Peters (1866), sozialkritische Schriftstellerin und Mitbegründerin der deutschen Frauenbewegung. Sie schrieb: »In Städten mit starkem Fremdenverkehr, wie z. B. Dresden, ist es auch bereits ganz üblich geworden, daß alleinstehende Damen allein außer Haus speisen« (S. 58).

Da, wo fremde Menschen aus anderen Kulturen die Bräuche unserer Heimat aufweichen, ja vielleicht sogar mit ihnen brechen, da ist Aufbruch, ist Veränderung möglich. So können wir

erleben, dass es immer auch anders geht. Anders, als ich es kann, anders, als ich es kenne, anders, als ich es gewohnt bin. Auf Reisen ist mir erstmal alles fremd, ist alles neu und anders. Aber die andere, die Fremde bin ich – überall, sobald ich mein Land verlasse. Ich bin Gast und werde von und mit dem Fremden beschenkt. Und ich kann meine Sicht auf die Welt als Gastgeschenk anbieten. Reisen ist Wissenwollen. Wissen wollen, wie das Leben anderswo, bei anderen, ja wie mein Leben anders funktionieren kann. Reisen ist die Neugier darauf, was ich anders und besser machen kann.

Reisen bedeutet aber auch, eigene Ängste zu überwinden. Denn Fremdes bereichert uns nicht nur, es kann uns auch Angst machen. Besonders deutlich wird das, wenn Fremde zu uns kommen und dableiben. Dann fühlen manche Menschen sich verunsichert oder gar bedroht durch die fremden Bräuche, nach denen sie auf Reisen doch suchen. Woran liegt das?

Psychodynamisch betrachtet sind wir als Reisender der Akteur, der Autor, der Schöpfer unserer Reisegeschichte. Kommen dagegen Fremde in unsere Heimat, müssen wir reagieren. Das Fremde in der Heimat kann Angst machen. Xenophobie, die Angst vor dem Fremden. Sie zeigt sich bereits bei Säuglingen um den 8. Monat, wenn diese statt des vertrauten Gesichtes der Mutter ein unbekanntes erblicken. Das sogenannte Fremdeln. Doch handelt es sich dabei gar nicht um eine Angst vor dem Fremden an sich, sondern um die Angst vor dem Verlust der Mutter. Die Angst vor dem Verlust von Sicherheit, Geborgenheit und Zugehörigkeit. Menschen sind hochsoziale Säugetiere. Ohne die Fürsorge der Mutter, ohne soziale Bindungsperson, ohne unsere soziale Zugehörigkeit sind wir nicht lebensfähig (Bretherton, 1992). Erst eine sichere Bindungserfahrung erlaubt uns, uns aus dem Schutz der Familie zu lösen, um explorierend die Welt zu entdecken. Vielleicht boomt der Massentourismus seit den 1970er Jahren auch deshalb: Weil jetzt Menschen reisen,

die in einer sicheren Umgebung – ohne Krieg und in gesicherten wirtschaftlichen Verhältnissen – groß wurden.

Menschen haben Heimweh. Menschen kennen Fernweh. Wir reisen, ja flüchten manchmal geradezu in die Ferne, um zumindest temporär unserer sicheren Heimat mit ihrem oft erdrückenden Alltag zu entfliehen. So wie das Reisen uns begleitet, seit wir sesshaft wurden und über die Zeit zum Menschenrecht avancierte, so liegt es uns in den Genen – die Suche nach dem Neuen, unsere Neugier. Der amerikanische Psychologe Jaak Panksepp (1998), Begründer der affektiven Neurowissenschaften, beschrieb sieben genetisch bedingte Emotionssysteme, die unser Annäherungs- und Vermeidungsverhalten steuern. Führend ist das SEEKING-System. Unser Such- und Antriebssystem im Gehirn, das mittels Dopamin arbeitet, einem Botenstoff, der anregt und uns belohnt. Alles, was neu und gut, ja besser als erwartet ist, macht uns glücklich. Das »gefundene Fressen« schmeckt sprichwörtlich besser. Begeben wir uns daher immer wieder auf die Suche, auf die Reise? Ist Reisen auch Suche nach Glück?

Wir, der Homo sapiens, sind die einzig überlebende Menschenart. Das einzige Säugetier (neben den uns begleitenden Hund), das in allen Winkeln unserer Erde lebt. Homo sapiens ist der Mensch, der verrückt genug war, Meere zu befahren, ohne Land zu sehen. Der zu Ufern aufbricht, von denen er noch nichts weiß, von denen er allenfalls träumt. Homo sapiens bricht auf: Vor rund 120 000 Jahren wanderten wir von Afrika um die Welt, um in kürzester Zeit die Erde zu erobern. Mehr noch – um zum Mond zu fliegen und Reisen ins Weltall zu vermarkten. Der neugierige moderne Mensch wurde auf dieser Reise geboren.

An dieser Stelle erlaube ich mir einen kleinen Einschub. Menschen brechen nicht nur räumlich, sondern auch in ihrer Kultur und ihrem Miteinander immer wieder zu neuen Ufern auf. Ihre Sprachen verändern sich mit ihnen. So war bis vor wenigen Jah-

ren »vom anderen Ufer« eine gängige Umschreibung für Homosexualität, deren Handlungen zwischen Männern nach Paragraph 175 StGB noch bis 1994 strafbar waren. Frauen traute man damals anscheinend homosexuelle Neigungen erst gar nicht zu. Und das, obwohl Populationen von Menschen wie Tiere einen ungefähr gleichen Prozentsatz von Homosexualität aufweisen. Homosexualität also eine natürliche sexuelle Variation ist, keine Straftat. Glücklicherweise ist bereits ein Teil der Menschheit auch diesbezüglich zu neuen Ufern aufgebrochen und hat die Vielfalt menschlichen Daseins hinsichtlich der individuellen Sexualität und sexuellen Identität zu wertschätzen gelernt. Wie in der deutschen Grammatik haben wir jetzt drei Geschlechter: männlich, weiblich und divers. Sie stehen gleichberechtigt nebeneinander und drücken sich in der Sprache, liebe Leser:innen, in der mit einem Doppelpunkt verbundenen Schreibweise der männlichen und weiblichen Form aus. Ich schreibe für alle, die sich für die Psychologie des Reisens interessieren. Dabei spielen Haut- und Haarfarbe, Geschlechtsidentität und Sexualpraktiken, Anzahl von Armen, Beinen, Augen und Ohren keine Rolle. Nur eines möchte ich meine Leser:innen bitten mitzubringen – einen weltwachen Geist. Einen Geist, der menschliche Vielfalt liebt. Auch meine. Ich benutze im Text genderneutrale Sprache. Aber nicht zwanghaft. An Stellen, wo es den Lesefluss deutlich stört oder historisch nicht korrekt ist, erlaube ich mir das generische Maskulinum. Und meine damit alle den Text lesenden Menschen. Wie auch nicht.

Reisen ist Aufbruch. Reisen braucht Neugier und Wagemut. Bedeutet, seine Angst zu überwinden, die Heimat zu verlassen, den vertrauten Alltag loszulassen, Niederlagen zu ertragen und mit Mangel leben zu lernen. Reisen heißt, neue Verbindungen zu schaffen und neue Bindungen einzugehen. Andere Kulturen und Sprachen kennenzulernen. Reisen schenkt uns bleibende Erinnerungen, die uns nachhaltig erfreuen und bereichern, uns

den Mut schenken, es selbst auch mal anders zu machen. Reisen lässt uns wachsen, reifer werden. Lässt uns in Freundschaften global zusammenwachsen. Sensibilisiert für die unglaubliche kulturelle Vielfalt und die Schönheit der Natur. Fordert und fördert unseren Perspektivwechsel und die Bereitschaft, unsere wunderschöne und – im wahrsten Sinne des Wortes – einmalige Erde zu schützen.

Aber Reisen, der Massentourismus, zerstört auch unsere Umwelt, schadet der Menschheit. Reisen kann Pandemien beflügeln. Damals die Pest. Heute die Corona-Pandemie. Wenn Erreger auf Reisen gehen, müssen Menschen zu Hause bleiben. Trotzdem: Unser Fernweh bleibt. Der Mensch ist ohne Reisen nicht vorstellbar. Grund genug, der Psychologie des Reisens ein Buch zu widmen.

Schreiben ist, wie ein Film oder Theaterstück, ohne die Zusammenarbeit vieler verschiedener Menschen nicht möglich. Minutenlang rollt im Kino der Nachspann mit den Namen aller Mitwirkenden über die Leinwand. Auf dem Buchcover jedoch steht nur ein Name: meiner. Denn ich habe mich erdreistet, in die Tasten zu hauen und das weiße Papier mit schwarzen Buchstaben zu füllen. Gleichwohl sind Autor:innen keine einsamen Eremiten, sondern soziale Wesen, die gleich einer Spinne im Netz Anregungen, Geschichten und Inspirationen aus ihrer mitmenschlichen Umwelt filtern. »Jedes veröffentlichte Buch ist eine Gruppenleistung«, schreibt Margaret Atwood am Ende ihres Romans »Die Zeitzeugin«. Recht hat sie. Ohne den Schattauer Verlag mit der Reihe »Wissen & Leben«, herausgegeben von Herrn Dr. Wulf Bertram, wäre dieses Buch nie erschienen. Ich danke Herrn Dr. Bertram als Herausgeber und Frau Dr. Nadja Urbani als Projektleiterin für ihr offenes und fachkundiges Interesse an dem Thema Psychologie des Reisens. Frau Mihrican Özdem hat das Buch im Fachlektorat betreut und den Text mit ihrem Fachwissen, ihrer humorvollen und empathischen Leser-

orientierung sowie ihrem geschulten Sensitive Reading nochmals deutlich verbessert. Darüber hinaus schulde ich meinen Kindern, meinem Hund und meinem Schreibwerkstatt-Meister unendlichen Dank für ihre Geduld mit mir, der ewig Schreibenden. Ich vermute, sie werden mich noch vor Erscheinung des Buches wissen lassen, wie ich meine Schuld bei ihnen zu tilgen habe. Weiter geht mein Dank an all die befreundeten und fremden Menschen, denen ich in meinem Leben bisher begegnen durfte. Sie alle haben mehr oder weniger Anteil an dem, wer ich gerade bin und was ich schreibe. Last but not least möchte ich an dieser Stelle all meinen Leser:innen ein dickes Dankeschön schenken. Für ihre Neugier. Wer ein Buch zu lesen beginnt, weiß nicht, wie es ausgeht. Wer ein Buch zu schreiben beginnt, weiß es zu Beginn auch nicht. Lesen, Schreiben und Reisen lebt von unserer Gier auf das Neue. Erst im Nachspann kennen wir die Namen all derer, die unser Leben mitgeschrieben haben.

Inhalt

1	Reisen – Jagd nach dem Glück?	19
2	Am anderen Ende der Welt: Visiting Micronesia	32
3	Ab Marsch!	52
4	Tränen der Götter	77
5	Pilgerreisen	92
6	Entdecken und Erobern	109
7	Forschungsreisen	153
8	Bildungsreisen	173
9	Von der Erholungsreise zum Massentourismus	201
10	Von kleinen und großen Abenteurern	227
11	Wohin die Reise geht	247
12	Kurzes Nachwort – Lebensreise	276
	Literatur	279

1 Reisen – Jagd nach dem Glück?

Hans im Glück. Vom Joseph, der auszog, sein Glück zu suchen. So heißen Märchen. Märchenhelden sind oft Reisende, die aufbrechen, um nach ihrem Glück zu suchen. Derartige Märchen finden sich in fast allen Sprachen und Kulturen. Oft sind es jüngere Menschen, die einen Bruch machen mit ihrem Alltag und zu einer Reise aufbrechen, von der sie bereichert – im Märchen oft auch reich – wieder heimkehren. Es war einmal ...

Ich war 17 Jahre und mit Zug und Bus durch Frankreich, Spanien und Marokko unterwegs. Eines Abends kam ich in Marbella an. Internet und Handys gab es noch nicht. Nur eine Tafel mit Adressen von Unterkünften am Bahnhof neben einer Telefonzelle. Unzählige Anrufe: nichts, kein Bett, nicht einmal eine Besenkammer war mehr frei. Modemesse. Alles ausgebucht. Die Gestalten, die am Bahnhof herumlungerten, luden nicht ein, auf einer der dortigen Bänke zu nächtigen. Eine ältere gepflegte Dame fiel mir auf. Und ich wohl ihr. Sie kam auf mich zu. Amerikanerin. Gerade angereist, bot sie mir das freie Bett in ihrem gebuchten Doppelzimmer an. So landete ich statt unter der Bahnbrücke in einem First-class-Hotel, fürsorglich mütterlich betreut. Nicht eine Pesete nahm die Dame von mir an, nur mein dankbar glückseliges Lächeln und einen Abend voll lustiger Geschichten.

Vierzehn Jahre später, wieder Abend, strandete ich erneut. Diesmal an der chilenisch-argentinischen Grenze auf einem Andenpass in gut 3000 Meter Höhe. Ich hatte mir in Los Andes ein Taxi organisiert, das mich über die chilenische Grenze nach

Argentinien, Richtung Aconcagua, bringen sollte. Doch die erforderliche Taxilizenz zur Grenzüberquerung war nicht aktuell. Taxi, Taxifahrer und mein Gepäck wurden konfisziert. Mir ward angst und bange. Was konnte ich tun? Bestechungsgeld zücken? Mich freikaufen? Oder wäre das die direkte Eintrittskarte in den Knast? Ich nahm schnell meine Geldbörse zur Hand. Zog einen Zettel hervor. Darauf stand eine Telefonnummer. Ein Verwandter hatte mir die Adresse seines Freundes mit auf Reisen gegeben: Antonio Skarmeta, chilenischer Botschafter in Berlin. Kein Grenzer wollte ihn sprechen. Ich durfte gehen. Raus aus Chile.

Da stand ich nun auf dem Andenpass. Nur die kalte klare Bergluft und die Dämmerung der einfallenden Nacht leisteten mir fragwürdige Gesellschaft. Mitten im Niemandsland. Nur mit Geldbörse, Fotoapparat und meinem Reisepass, in dem jetzt ein chilenischer Ausreisestempel prangte, in der Hand. Ohne argentinische Ein- und Ausreisestempel durfte ich nicht wieder nach Chile einreisen. Das war mir klar. Der argentinische Grenzposten allerdings war 12 Kilometer entfernt, auf der anderen Seite des Bergpasses. Dazwischen lag eine kalte einsame Andennacht. Die Tragweite wurde mir nun schlagartig bewusst. Auf der engen Passstraße bei einbrechender Dunkelheit bis zum argentinischen Grenzposten zu laufen, erschien mir lebensgefährlich. So fragte ich den erst besten Trucker nach einem Lift. Er war Brasilianer und nahm mich mit. Zwischen uns im Führerhaus lag sein 15 Zentimeter langes Messer. Aufgeklappt. Gebrauchsfertig. »Für was auch immer der Trucker es braucht«, dachte ich. »Nein, ich habe keine Vorurteile«, sagte ich mir dann still. Erst eine Woche zuvor war ich bei einem Überfall in Rio de Janeiro von drei Jugendlichen auf der verregneten und menschenleeren Copacabana mit einem Messer bedroht worden. Die drei waren nun im Besitz meiner warmen Outdoor-Jacke, in die ich mich gerade so gern eingehüllt hätte. Doch ich darf mich

nicht beschweren – denn Leben und Gesundheit hatten sie mir gelassen.

Der Stopp des Fahrers riss mich abrupt aus meinen Gedanken. Er signalisierte mir mit Nachdruck hier auf der Höhe des einsamen Bergpasses in der einbrechenden Dunkelheit auszuweichen und meinen Fotoapparat mitzunehmen. Er griff nach meinem Arm und führte mich über den Hügel neben der Passstraße. Mir rutschte das Herz in die Hose. Ich sah mich ausgeraubt und allein in der frostigen Andennacht – und das war noch die beste Version meiner Befürchtungen. In dem Moment blieb er stehen und deutete zum Horizont: der Aconcagua! Im Licht der untergehenden Sonne. Was für ein Schauspiel. Daher der Stopp, der Abstecher durchs Gestrüpp, der Hinweis, den Fotoapparat mitzunehmen.

Das Glück blieb mir hold. Auch in Argentinien. Ich erhielt die Stempel und ergatterte einen Lift zurück im Bus einer singenden chilenischen Folkloretanzgruppe. Drei Stunden später war ich beschwingt wieder am chilenischen Grenzposten. Nach einigem hin und her und einer eingehenden Passkontrolle bekam ich mein Gepäck zurück. Taxi und Taxifahrer blieben für mich verschollen. Ich fragte nach und sorgte mich. Doch ich musste mich mit dem Schweigen der Grenzer zufriedengeben. Ein argentinischer Kraftfahrer nahm mich in seinem Truck mit, die steile, enge und serpentinreiche Strecke hinunter nach Los Andes. Beim Abschied informierte er mich noch darüber, welche Straßen in der Stadt gefährlich sind und welche ich daher unbedingt des Nachts vermeiden sollte. »Glück gehabt«, dachte ich mit weichen Knien und krampfendem Magen. Denn gefühlt hatte ich die gefährlichste all dieser Straßen gerade wohlbehalten überstanden – die kurvige Passfahrt.

Wie doppeldeutig: die Passüberquerung für Stempel im Pass, im Passport. Pass entstammt dem lateinischen »passare« – durchgehen. Das französische »Passeport« bringt es auf den

Punkt: ein Dokument, um bei einer Tür Einlass zu erhalten. Dafür muss man in der Welt durchaus öfters mal einen Pass überqueren. Bergkämme machen sich gut als natürliche Landesgrenzen. Ich atme tief durch: geschafft. So einfach lässt sich auf Reisen Glück erleben: Die schlimmsten Befürchtungen, die eigenen Ängste bewahrheiten sich nicht. Märchenhaft. Wie bei Joseph, der auszog, sein Glück zu suchen: gewinnen und verlieren, gegen Gemeinheiten und böse Riesen kämpfen, seine Ängste besiegen und glücklich heimkehren. Auch Hans im Glück kehrt glücklich heim, allerdings mit leeren Händen. Dafür aber reicher an phantastischen Geschichten.

Hält Reiseglück, was es verspricht? Glück ist ein Gefühl. Gefühle sind flüchtig. Was bleibt uns vom Glück einer Reise, wenn wir wieder zu Hause sind? Wie können wir unsere Erinnerungen bewahren, wie wieder von unseren Erinnerungen berührt werden? Erinnerungen sind unsere Erlebnisse, das, was wir erlebt haben. Erinnerungen erzählen die Geschichte unserer Reise. Unsere Geschichte, in der wir uns ein Stück weit neu (er) finden können.

Kommen wir mit 2000 neuen Fotos auf dem Handy, bestickten Tüchern, Gewürzen und Holzschnitzereien heim, weil wir sie als Krücken für unsere Reiseerinnerung verwenden? Können landestypische Mitbringsel als fassbare Erinnerung das Glück unserer Reise wirklich bewahren? Liegt hier die Wurzel von Reiseandenken und Souvenirs? Französisch: *se souvenir* – sich erinnern. Und: *le souvenir* – die Erinnerung. Erinnern heißt, die Bilder und Geschichten der Reise erneut zu erleben, heißt, das eigene Glück, aber auch die eigene Angst nochmal zu spüren.

Der Name »Souvenir« taucht erstmals im 19. Jahrhundert auf. Reiseandenken aber sind viel älter. Schon die frühchristlichen Pilger im 4. Jahrhundert brachten Steine als Erinnerung von ihrer Reise heim. In der Renaissance bekam das Souvenir

dann eine neue Dimension: Es mutierte zu einer Erinnerung an eine bestimmte Person. Haarlocken oder eine Münze, geziert vom Antlitz dieser Person, wurden so zu individuellen Reiseandenken. Als Goethe sich 1786 auf seine Italienreise begab, gab es bereits Kupferstiche und Gipsabdrücke als Souvenirs von der Stange zu kaufen. In der Romantik wurden dann auch persönliche Gefühle in Form von lyrischen Gedanken, Poesiebüchern und intimen Präsenten zum Souvenir. Erst mit dem Wirtschaftswunder nach dem Zweiten Weltkrieg kam die große Zeit kitschiger Souvenirs als Massenware, oft made in China, Taiwan oder Hong-Kong, auf. Touristen-Nepp: Ein Kolosseum als Eierwärmer, am Bleistift baumelt Notre Dame, seit 2019 selbstverständlich ohne Dach. Uluru prangt auf dem Teapot. Bill Ramsey singt dazu: »Souvenirs, Souvenirs / Kauft ihr Leute, kauft sie ein / Denn sie sollen wie das Salz / In der Lebenssuppe sein« (Cohen, 1958). Souvenirs sollen im Alltag an die glücklichen Zeiten der Reise, des Urlaubs erinnern. Doch heute? In Zeiten von Selfies und Instagram, brauchen wir da überhaupt noch Souvenirs? Reicht nicht mein face vor dem Eiffelturm? Gepostet auf Facebook, Erinnerungskrücke und Mitbringsel zugleich?

Jedenfalls sterben die Touri-Nepp-Shops nicht aus. Ganz im Gegenteil: Es werden auch im virtuellen Multimedialzeitalter noch neue Souvenirs geboren. So gibt es seit 2018 in Berlin ein Souvenir mehr zu erstehen: die Weltzeituhr. Das Fassbare bleibt unser bevorzugter Zugang zur Welt. Es beginnt im Zwergenalter: Anfassen ist unser erster Impuls um die Welt – im wahrsten Sinne des Wortes – zu begreifen. Und »Fass das nicht an« ist einer der ersten Sätze, den kleine Kinder zu hören bekommen. »Don't touch.« – »Bitte nicht anfassen«, in jedem Museum finden wir diesen Satz. Geschrieben für Erwachsene. Weil auch viele Große noch den unwiderstehlichen Drang haben, die Welt begreifen zu wollen. Unser Tastsinn ist der Sinn für die Wahrnehmung von Raum und Körperlichkeit, von Außen und Innen,

von Mein versus Nichtmein. Reisen, die Erkundung eines neuen, fremden Raumes, ist auch ein haptisches Erlebnis. Wir sind neugierig. Wollen nicht nur still in uns versunken die Welt erfühlen, sondern wir wollen das fremde Neue anfassen. Mit dem Fremden in Kontakt kommen, aus unserer Begrenztheit ausbrechen. Haptische Erinnerung wird im Gehirn besser gespeichert als visuelle oder akustische. Und haptische Wahrnehmung basiert auf Fühlen. Ding und Gefühl gehören zusammen. Egal ob positiv oder negativ, Gefühle bewirken, dass Erinnerungen lebhafter und dauerhafter gespeichert werden. Wer kann sich nicht lebhaft an die filmische Szene seines ersten Kusses erinnern? Wer weiß noch, welche Kleidung er drei Tage zuvor getragen hat? So erklärt sich, warum Souvenirs und landestypische Dinge unsere Reiseerinnerungen tatsächlich besser beleben und uns mehr berühren als die unzähligen digitalen Fotos oder Selfies.

Noch ein Unterschied zwischen Souvenir und Selfie fällt mir auf: Beim Selfie steht nicht mehr das Fremde, das Landestypische im Fokus. Sondern das eigene Ego. Die Welt, das Fremde, der andere wird zur Kulisse meiner selbst degradiert. Und ich frage mich: »Gibt es zu sperrigen Souvenirs, die irgendwann im Keller verstauben, und zu faden Selfies alternative Reiseandenken?« Ich glaube: Ja! Denn wir können unsere Reisegeschichte fassbar machen – indem wir sie verfassen, auf Papier bringen. Ein Reisetagebuch schreiben. Als funkelnde Schatzkiste für die grauen Alltagsabende daheim.

EMOTIONEN

Das Neue und Fremde lässt uns nicht kalt. Die Summe unserer Wahrnehmungen erzeugt ein Gefühl. So wissen wir nicht nur wo, sondern auch wie wir uns gerade befinden. Auf Reisen kommen wir oft mit uns noch unbekannten Gegebenheiten in Berührung. Kein Wunder also, dass Reisen uns auch emotional

fordert. Je emotionaler ein Moment, desto intensiver und länger erscheint er uns.

Emotionen entspringen zum großen Teil dem limbischen System des Gehirns. Jedes Säugetier, also auch der Mensch, hat ein limbisches System, auch Säugetiergehirn genannt. Es besteht aus verschiedenen Anteilen. Dazu gehören: die Amygdala, der Hippocampus, der Belohnungskern (Nucleus accumbens), der Hypothalamus und Teile des Frontalhirns. Die Amygdala ist für Angst, aber auch für positive Gefühle zuständig. Abhängig von den aktuellen Neurotransmittern werden Erlebnisse hier als gut oder schlecht überzeichnet, bevor sie über den Hippocampus in das Langzeitgedächtnis befördert werden. Der Belohnungskern macht uns mittels Dopamin- und Endorphinausschüttung glücklich und steigert unsere Motivation, zu lernen, Neues zu entdecken und in sozialer Bindung zu bleiben. Über die Verbindung zum Frontalhirn können wir unsere Emotionen ein Stück weit bewusst beeinflussen: So gelingt es uns, auch mit Fremden ohne Angst und Aggression in Kontakt zu kommen.

Glück erleben wir, wenn es besser läuft als erwartet. Nicht nur auf Reisen. Das ist auch in der Heimat so: kalte Hände, kalte Schnauzen. Nur das monotone Knirschen der Kufen im Schnee und das leise Hecheln meiner Hunde durchschneidet die Stille der froststarrten Welt. Mit meinem Hundeschlittengespann fahre ich Mitten in Deutschland in tief verschneiter Einsamkeit der Dämmerung entgegen. Plötzlich durchbricht ein Heulen die eisige Luft – ein Wolfsrudel bringt sich in Aufbruchsstimmung. Ruft zur Jagd. Mir wird ganz warm ums Herz. Was für ein Glücksmoment. Ich halte an und lausche. So gespannt wie meine Huskies. Noch bevor diese in das Chorgeheul einfallen können, ist es wieder still. Still bleiben wir stehen, nur meine Gedanken laufen weiter:

Ich fühle mich zurückversetzt in uralte Zeiten. Damals, vor

über 40 000 Jahren, als der *Homo sapiens* in der Eiszeit Europa besiedelte, schon bald begleitet von seinen ersten Hunden. Als vagabundierende Jäger und Sammler mussten wir immerzu aufbrechen. Auf der Suche nach Nahrung eroberten wir uns Neuland. Wir waren unterwegs, lange bevor die Fußspuren der ersten wissenschaftlich dokumentierten Reise vor ungefähr 12 000 Jahren gesetzt wurden. Hunger motiviert zum Aufbruch, zur Jagd. Das Glück einer erfolgreichen Jagd stillt den Hunger. Unseren Hunger auf Nahrung, auf Wissen, auf Abenteuer und Lebendigkeit. Brechen wir – längst sesshaft – daher immer noch auf? Lebenshungrig auf der Jagd nach Glück? Macht Reisen uns glücklich, auch ohne Souvenirjagd?

DOPAMIN

Dopamin ist unsere Zündschnur zum Glück. Es ist ein biogenes Peptid aus der Gruppe der Katecholamine, die im zentralen Nervensystem überwiegend erregend wirken. Dopamin wird im Mittelhirn gebildet und dann an das limbische System mit dem Belohnungskern (*Nucleus accumbens*), der Amygdala, dem Hippocampus und dem Frontalhirn weitergeleitet. Über das Initiieren einer Endorphinausschüttung (körpereigene Opiode) spielt Dopamin eine wichtige Rolle in der Kontrolle und Belohnung von Lust, Motivation, Denken und Lernen.

Die bekannten Versuche von Olds und Milner (1954) zeigen, dass sich Ratten lieber fünf sekundlich selbst an einer Elektrode stimulieren, die in ihrem Belohnungskern Dopamin freisetzt, als zu fressen und so auf natürlichem Weg Dopamin auszuschütten. Die Wirkung von Suchtmitteln bedient sich ebenfalls dieser Gehirnstrukturen. Physiologisch steigt die Dopaminkonzentration in Erwartung einer Belohnung oder wenn etwas besser ist als erwartet. Dopamin belohnt uns für prosoziale Interaktionen und neue Lernerfahrungen. Da die Dopamin- und Endorphinwirkung flüchtig ist, wir das gute Gefühl aber immer wieder

erleben wollen, treibt Dopamin uns an – voll Vorfreude auf der Suche nach dem kleinen Rausch.

An dieser Stelle mag sich jede und jeder selbst die Frage stellen: Warum will ich weg? Warum habe ich Fernweh? Warum will ich reisen, fremde Länder erkunden, statt es mir mich einfach im Fünf-Sterne-Wellness-Hotel vor Ort von Kopf bis Fuß gut gehen zu lassen? Ich stelle mir die Frage auch und versuche, Antworten zu finden. Was allerdings eine neue berechtigte Frage aufwirft: Was in aller Welt befähigt eine Neurologin, Psychiaterin und Psychotherapeutin, die nebenbei zum Domestikations-syndrom forscht, ein Buch über das Reisen zu schreiben? Das eigene Fernweh? Die Erfahrungen einer Weltreise? Die vielen Kongressreisen? Oder die täglichen Reisen in die Köpfe ihrer Patient:innen?

Was mich persönlich immer wieder von zu Hause wegtreibt, ist schwer in ein oder zwei Sätzen zu fassen. Immer breche ich voll Vorfreude auf. Obwohl ich weiß, dass Reisen oft alles andere als eine wahre Freude ist. Wie anstrengend kann allein die Anreise sein. Ach, selbst die Anreise mit der Deutschen Bahn, ihren Verspätungen und Zugausfällen, kann die Nerven schon auf die Probe stellen, längst bevor man sich in maßlos überfüllten Tuk-Tuks oder mit aufgelaufenen Füßen wiederfindet. Wir kämpfen mit Jetlag, Reisekrankheiten, der oft mangelnden Hygiene. Reisen ist wie Urlaub, Ausbruch aus der Routine unseres Alltags. Aber Reisen ist mehr als Urlaub. Urlaub heißt, sich das Glück buchen, sichern, alles sicher geplant, all inclusive und hoffentlich ganz ohne (böse) Überraschungen. Und gibt es sie dann doch, die bösen Überraschungen, wird der Mangel lautstark und unverzüglich geldwertig eingeklagt. Während im Urlaub meine Erholung im Mittelpunkt steht, ich dösend meine Aufmerksamkeit überwiegend mir und meinem Wohlergehen widme, fordert das Reisen von mir »weltwach« zu sein.

»Weltwach«, das treffende Adjektiv habe ich mir bei Andreas Altmann, Deutschlands aktuell bekanntestem Reiseautor, entliehen. Denn Reisen bedeutet, die Welt wach, das heißt mit offenen Augen und offenem Geist zu erleben. Sich aktiv einzulassen auf das neue Fremde. Reisen leben von dem Unerwarteten, dem unbekannten Neuen, ja selbst von »bösen Überraschungen«, die man in der Fremde erlebt. Reisen führen uns über Grenzen – geographische, politische und individuell emotionale. Reisen ist die ungewisse Freude darauf, trotz aller Anstrengung und Herausforderung, ja gelegentlich sogar Gefahren, mit glücklichen Momenten belohnt zu werden. Und sei es nur das Glück, mit heiler Haut davongekommen zu sein.

Reisen ist Thrill, Nervenkitzel. »To thrill«, aus dem Englischen, bedeutet »durchschauen, durchdringen« und auch »zitternd machen«. Reisen ist eine Mischung aus meiner Lust auf und meiner Angst vor der Fremde. Ist die Lust größer als die Angst, brechen wir auf. Reisen findet statt im Spannungsfeld von Leiden und Freude, von Gelingen und Misslingen, von Bangen und Hoffen. Reisen ist ein Wechselbad der Gefühle. Es bedient wie eine Achterbahnfahrt die ganze Palette menschlicher Emotionen. So erleben wir uns intensiv und lebendig. Sind ganz da. Fühlen das Glück des Augenblickes und lernen, unsere Angst zu überwinden.

Urlaub dagegen soll nach Möglichkeit allein unsere positiven Emotionen bedienen. Wenn möglich etwas besser als erwartet, schon klar, damit wir unsere Illusion vom Glück nicht verlieren. Eine Studie von Jeroen Nawijn aus dem Jahr 2010 zeigt, dass Menschen bei der Planung ihrer Urlaubsreise und im Urlaub selbst glücklicher sind als Nicht-Urlauber. Aber spätestens vier Wochen nach der Urlaubsreise lässt sich kein Unterschied bezüglich ihres Glücksempfindens mehr feststellen. Dies bestätigt auch eine Studie der Universität Waterloo von 2021. Glück ist nie dauerhaft, ist immer nur ein flüchtiger Augenblick, der

nach Wiederholung verlangt. Aber nicht nach alltäglicher Wiederholung, sonst wird er Gewohnheit. Glück ist mehr, als nur den Hunger zu stillen. Glückliche sind wir, wenn es besser als erwartet ist. Glück ist durch unserer Neurobiologie determiniert. Denn der »Belohnungskern« (Nucleus accumbens) im Gehirn setzt Glückshormone immer dann frei, wenn etwas Neues besser als erwartet, ja überraschend gut ist.

Sprachlich gesehen entstammt Glück dem mittelhochdeutschen »Gelücke«, was so viel wie »günstiger Verlauf« oder »gelingen« bedeutet. Glück so flüchtig wie das Fremde, und es braucht das Gewohnte wie das Neue. Glück ist eng an unsere kulturellen und persönlichen Wertigkeiten gebunden. Das sehen wir auch beim Reisen. Nicht jede und jeder ist glücklich, wenn sie und er einen der »Seven Summits« erklimmen, acht Stunden im Zen-Kloster meditieren oder sich mit 8 Millionen anderer durch den ohrenbetäubenden Lärm einer Megacity quälen soll. Glück braucht Erfahrung und ein Wissen um die Zukunft. Wie sonst könnte uns schon die Vorfreude auf eine Urlaubsreise glücklich machen? Glück wie Vorfreude basiert auf Erwartungen, Wünschen und Annahmen. So gesehen ist Reisen eine Brücke von der Erinnerung zur Vorstellungskraft und stellt damit die Frage, woher wir kommen und wohin wir gehen. Where are you from? Where are you going? Welch Reisender kennt diese Fragen nicht?

Ein Ur-Mensch steht auf. Steht auf seinen zwei Beinen und schaut. Was für ein Augenblick. Was für ein Weitblick. Er schreitet durch die Savanne, seine neue Welt. Kann auf seinen Weg zurückschauen. Kann vorausschauen, geht vorausschauend weiter – sein Fortschritt gebietet Erinnerungen. Erinnerungen als das Wissen um die gelebte Zeit. Er erkennt: Seine Reise durch den Raum ist auch eine Reise durch die Zeit. Der Mensch beginnt, seine Wege zu erinnern und aktiv vorausschauend zu gestalten. Memorieren ist die Voraussetzung für das Antizipie-

ren. Aus Erfahrungen werden Erinnerungen, aus Erinnerungen werden Erwartungen, ja Glaubenssätze, Geschichten, Werte und Normen, die Kulturen formen.

Kultur sichert unser soziales Leben. Unsere Kultur ist uns vertraut, schenkt Sicherheit im Alltag, ist das, was wir alle Tage erleben. Andere Kulturen sind uns fremd, sind für uns voll unbekannter Überraschungen. Sie wecken unsere Neugier und mitunter unsere Angst. Was überwiegt, hängt von der einzelnen Person und der Situation ab, und entscheidet, ob wir lebenshungrig aufbrechen oder angstsatt zu Hause hocken bleiben.

Fernweh, die Sehnsucht nach dem Glück der Fremde, ruft, wenn uns der Alltag zu erdrücken sucht. Wir können unserer Sehnsucht nach Glück mit Reisen begegnen, mit Lesen, mit Urlaub, mit Konsum, mit Sport, mit Sex, mit Suchtmitteln. All das, und sicher noch viel mehr kann uns kurze Glücksmomente bescheren. Doch nur wenn wir uns auf die Reise begeben, in fremde Länder und Kulturen, in die Gedanken und Gefühle anderer Menschen eintauchen, können wir tatsächlich auch dem Neuen in uns begegnen. Wir müssen schon aufbrechen, aus unserer Komfortzone ausbrechen und unsere Angst vor dem Fremden überwinden, um tatsächlich qualitativ neue Erfahrungen zu machen, die uns die Chance zur eigenen Veränderung geben.

Noch ein schöneres Outfit mehr, noch ein teureres Auto, noch etwas schneller und besser im Sport, noch rasanter durchs Leben – alles immer noch extremer: Klar, auch die quantitative Steigerung, ob als eigene Leistung oder Konsumobjekt, kann sich besser als bisher, besser als erwartet anfühlen. Uns daher kurzes Glück schenken. Aber wir bleiben dabei gefangen in unserer eigenen Begrenztheit. Beim Reisen dagegen können wir in unserer eigenen Begrenztheit ein Stück aufbrechen, werden offen für das fremde Neue, den anderen, können nicht nur Besseres, sondern auch überraschend anderes erleben.

Beim Reisen müssen wir uns einlassen und Veränderungsbereitschaft zeigen, weil wir nicht schon vorab wissen, was uns erwartet. Und darüber hinaus müssen wir uns unseren Versagensängsten, der Angst vor Ablehnung, vor Einsamkeit, vor dem Misslingen stellen. Reisen ist Aufbruch in das ungewisse Neue ohne Garantie auf gutes Gelingen. Dafür mit der Option, unseren Hunger nach Leben zu stillen, über uns hinauszuwachsen. Wenn wir uns einlassen auf das Fremde, können wir belohnt werden – unser Glück finden.