



Unser Leben besteht aus Abreise und Ankunft, und doch sind wir auf ewig verankert. Ziel ist nie ein Ort, sondern eine neue Art die Dinge zu sehen. Henry Miller

DAS LEBEN – EINE REISE

Ein Schiff ist am sichersten im Hafen. Aber dafür ist es nicht gebaut. Wir reisen, um ein Ziel zu erreichen oder um ein anderer Mensch zu werden. Hauptzweck der Reise ist aber die Reise selbst. Für das Leben gilt dasselbe. Wer mit den Gedanken dort bleibt, wo er herkommt, verpasst, wofür er aufgebrochen ist.

→ von Roland Rottenfuß

Das Leben ist eine Reise, auf der wir vergessen haben, wo wir zuhause sind. Je nach Glaubensbekenntnis füllen wir dieses Nichtwissen mit Vorstellungen aus. Wir seien aus einer «geistigen Welt» hervorgegangen, einem «Jenseits». Pessimisten deuten unser Erdenleben sogar als «Exil». Man kann es aber auch positiver sehen: Die Erde ist unser Reiseland; ebenso fremd und anstrengend wie schön und faszinierend.

Die Metapher von der «Lebensreise» wird selten zu Ende gedacht. Einen wichtigen Denkanstoss lieferte Joseph Campbell 1949 mit seiner Theorie der «Heldenreise». Er sah darin ein Grundmuster mythologischer Erzählungen, das man in allen Epochen und bei allen Völkern der Erde findet. Der Held befindet sich in einer stabilen Ursprungssituation, wenn ihn der «Ruf des Abenteuers» ereilt. Er überschreitet die Schwelle zu einem unbekanntem Bereich jenseits der Komfortzone. Er erlebt dort Abenteuer und Prüfungen, häufig auch einen «Abstieg in die Unterwelt». Er birgt einen Schatz oder befreit eine Prinzessin, um am Ende gereift an seinen Ausgangspunkt zurückzukehren. Man findet das Schema der Heldenreise in vielen Märchen und Sagen, im Tarot, in Romanen oder in modernen Kinofilmen wie «Krieg der Sterne».

Was bedeutet das Schema der Heldenreise übertragen auf unsere Leben? Im Kleinen umfasst der Mythos das Erwachsenwerden des jungen Mannes oder der jungen Frau. Er beschreibt die Lehr- und Wanderjahre, die in der Gründung einer eigenen

Familie münden. Und darin, dass sich der Held beruflich etabliert. Heute zerfallen Berufs- und Liebesleben in viele kleine Heldenreisen. Das Ankommen wird durch einen verworrenen Beziehungs- und Arbeitsmarkt erschwert, und für viele gestaltet sich das Leben eher als Antihelden-Reise.

Neben diesen vielen kleinen Abenteuerreisen gibt es jedoch auch die eine grosse Heldenreise, die unser ganzes Leben umfasst. Einige archetypische Stationen möchte ich hier beschreiben.

1. *Der «Ruf zum Abenteuer»* (nach Campbell). Man kann darin einen vorgeburtlichen Drang der Seele sehen, sich zu verkörpern – aus welchen Gründen auch immer.
2. *Mit der Reise schwanger geben.* Die Idee zu einer Reise, speziell einer langen und gefährlichen, reift in uns heran wie der Fötus im Mutterleib. Viele erleben ein Zögern vor der Schwelle, den Wunsch, doch lieber in der Komfortzone zu bleiben. Andererseits ist da eine vibrierende Aufbruchs-Energie: Reisefieber.
3. *Der Aufbruch des Helden.* In Geschichten ist es der Moment, in dem der Held über die Schwelle nach aussen tritt. Im Leben vergleichbar mit der Geburt: einer der beiden Eckpunkte der Reise.
4. *Eingewöhnungsphase.* Man muss sich erst noch mit den Lebensbedingungen im Gastgeberland vertraut machen, agiert entsprechend unbeholfen. Man braucht Helfer, um überhaupt zurecht zu kommen: Reiseleitung, Flugpersonal, Herbergsvater ... Dem entsprechen im Leben die Eltern. Sie lehren uns, zu gehen und lassen los, wenn wir selbst laufen ➡

- können. In der «Jugend» scheint die Reise noch endlos vor uns zu liegen, kein Ende ist in Sicht.
5. *Reisebekanntschaften.* Gefährten, Begleiter, auch Gegner treten auf. Es kommt vor, dass wir uns auf Reisen verlieben und einen kurzen Rausch erleben, der mit einem schmerzlichen Abschied endet. Reizvolle und verstörende Bilder ziehen an uns vorüber, keines können wir festhalten. Alle Begegnungen – mit Orten und Menschen – laufen nach dem gleichen Schema ab: Erste Begegnung, Vertiefung, (manchmal) Konflikt, Abschied.
 6. *Das Bergfest.* In der Mitte der Reise umweht uns eine Ahnung von Vergänglichkeit. Wir beginnen, das Ende ins Auge zu fassen und eine erste Bilanz zu ziehen. Melancholie oder hektische Aktivität, um noch etwas zu erleben, prägen den Rest unserer Reise. Im Leben entspricht diese Phase der Midlife-Crisis.
 7. *Die späte Phase.* Traurigkeit und das Gefühl, die Zeit nicht optimal genutzt zu haben, prägen oft den «Abend» einer Reise oder unseres Lebens. Manchmal gelingt es uns, jeden Augenblick mit Blick auf das nahende Ende noch intensiver zu geniessen. Manche halten vor allem Rückschau, für andere dominiert schon das Heimweh.
 8. *Der Abschied.* Die zweite wichtige Schwelle ist der Abschied vom Reiseland. Im Lebenslauf eines Menschen entspricht er dem Tod. Im Gegensatz zum Leben ist das «Danach» bei Reisen jedoch meist bekannt.
 9. *Die Ankunft zuhause.* Manche sind euphorisch, wenn sie zuhause ankommen. Manche fühlen sich eher genervt oder gelangweilt und träumen schon von der nächsten Reise. Was uns nach dem Ende unseres Lebens erwartet und ob es weitere «Reisen» geben wird – darüber können wir nur spekulieren.
 10. *Die Auswertung.* Wir speichern und ordnen unsere Fotos, erzählen von der Reise, denken über das Erlebte nach. Ob es nach dem Tod so eine «Auswertungsphase» gibt, wissen wir nicht. Plausibel ist es aber. Welches sind unsere Erträge? Was haben wir gelernt? Wie hat das Reisen uns verändert?

Viele Menschen lassen sich durch eine Reise nicht verändern. Sie bleiben in jeder Hinsicht die Alten. Der Spiesser beklagt sich über den Dreck in Venedigs Kanälen anstatt von den Wundern menschlicher Kreativität zu schwärmen. Er jammert, dass die Würste auf der «Pizza con Wurstel» nicht so gut waren wie daheim in Paderborn. «Auf Reisen suchen viele Deutsche eigentlich nicht das fremde Land, sondern Deutschland mit Sonne», sagte Erwin Kurt Scheuch. Ihr Leben gleicht dann eher einem zweiwöchigen Club Med-Aufenthalt als einer Pilgerreise.

Pilgerfahrten sind immer ein Abbild des Lebens selbst – ob nach Rom, Santiago oder anderswohin. Unser Leben kann als grosser «quest» zu einem Heiligtum gedeutet werden. Paulo Coelho erfand für seinen Bestseller «Der Alchimist» eine gewagte Handlung: Der Held Santiago reist unter vielen Mühen von Andalusien bis Ägypten, um am Ziel einen Hinweis auf seinen Schatz zu erhalten: Er ist an dem Ort vergraben, von dem er aufgebrochen war. Das Heilige war schon immer da, scheint Coelho sagen zu wollen. Du hattest es nur nicht erkennen können. Erst in der Ferne erschloss sich dir der Wert des Nahen.

Allerdings hat auch der Vergleich mit einer Pilgerfahrt einen Schwachpunkt: Es wird unterstellt, dass das Erreichen eines Ziels Hauptzweck der Reise wäre.

Heute zerfallen Berufs- und Liebesleben in viele kleine Heldenreisen. Das Ankommen wird durch einen verworrenen Beziehungs- und Arbeitsmarkt erschwert, und für viele gestaltet sich das Leben eher als Antihelden-Reise.

Dabei sagte schon Goethe: «Man reist ja nicht um anzukommen, sondern um zu reisen.» Egal, ob man vom Hotel mit dem Aufzug an den Strand gefahren oder schwitzend mit dem Rucksack angereist ist: Wenn sich im Meer die Gischt an unserem Körper bricht und wir danach mit prickelnder Haut die Wärme der Sonne aufsaugen, dann zählt nur der Augenblick. Zu welchem Ziel geniessen wir die Reise, geniessen wir unser Leben? Wenn wir eins sind mit dem Glück unseres Daseins, stellt sich die Frage nicht.

Spirituelle Menschen stehen oft schon mit einem Bein im «Jenseits» und weigern sich, richtig im Leben anzukommen. Sie leben quasi immer im Hinblick auf künftiges Totsein. Dazu aber wurde uns das Leben nicht geschenkt. Wenn wir nach Italien reisen, nehmen wir die Erfahrungen mit, die wir nur dort machen können. Wir essen Spaghetti Vongole und Tiramisu und nicht Sauerkraut und Rösti. Wenn wir in einer materiellen Welt zu Besuch sind, sollten wir Erfahrungen suchen, die wir nur dort machen können: Wie fühlt es sich an, krank zu sein und die Schwere eines Körpers zu spüren? Wie fühlt sich ein Zungenkuss an oder ein Orgasmus? Wie ist es, betrunken zu sein oder nach stundenlangem Fussmarsch durch die Berge halb verhungert in ein Käsebrot zu beissen? Wie ist es, auf engem Raum zusammengepfercht zu sein und die Menschen nicht

zu sehen und zu hören, sondern nur zu spüren und zu riechen? Solche Erfahrungen sind typisch irdisch und insofern unendlich wertvoll.

Vielleicht geht es gar nicht um das Erreichen eines Ziels, sondern schlicht darum, zu erfahren, wie es sich anfühlt, ein Mensch zu sein. Haben wir das erkannt, gibt es fast nichts, womit wir unsere Aufgabe verfehlen können. Es ist zweitrangig, ob unser Leben im herkömmlichen Sinn «gelingt», ob wir die Anerkennung möglichst vieler Mitreisender erringen. Auch das Scheitern ist ein Teil der Antwort auf die Frage, wie es sich anfühlt ein Mensch zu sein. Es gibt eigentlich nur einen Weg, wie wir unsere Lebensaufgabe verfehlen können: Wenn wir versuchen, etwas anderes als ein Mensch zu sein, eine Art Über-

mensch, der über irdischen Erfahrungen in erhabener Gleichgültigkeit thront.

Unterwegs sein ist beschwerlich, aber welche Reise haben wir im Nachhinein wirklich bereut? Für mich sind es eher die halbherzigen Reisen, an deren Ende ich dachte: «Das hätte ich zuhause auch haben können». Zu leben, das kann bedeuten, eine Lust zu kosten, um die uns körperlose Gespenster beneiden. Oder sich zu fühlen wie ein Fremder auf Erden, den bitteren Geschmack eines unbestimmten Heimwehs auf der Zunge. Unser Ego will immer ein «gutes» Leben, einseitig von angenehmen Erfahrungen geprägt. Unsere Seele dagegen inszeniert gern das «ganze» Leben: bestehend aus Höhen und Tiefen. Sagen wir ja dazu! ■

Ich bin dann mal da

Was das Reisen so wertvoll macht, bereichert auch den Alltag. Die meisten werden sich nie in einem Fischerboot 1450 Kilometer den Mekong Fluss hinuntertreiben lassen oder ohne Gepäck in sechs Wochen fünf Kontinente bereisen, wie dies der amerikanische Reiseschriftsteller Rolf Potts in seinen mehr als 15 Jahren Unterwegssein getan hat. Es geht ja nicht nur darum, was wir tun, sondern warum und wie wir etwas tun. «Betrachte Reisen als eine Metapher dafür, wie du dein Leben zuhause lebst», sagt Rolf Potts und fasst seine wichtigsten On-the-Road-Erkenntnisse in fünf Punkten zusammen:

- 1. Deine Zeit ist dein wahrer Reichtum.** Kein Einkaufsbummel kann die Glücksgefühle ersetzen, wenn wir tun, was wir gerne tun, interessante Menschen kennenlernen und Zeit mit der Familie oder Freunden verbringen. Die Erfahrungen machen uns reich an Leben, nicht die materiellen Dinge.
- 2. Sei wo du bist.** Das Schöne am Reisen ist das Einlassen auf das Hier und Jetzt. Wir nehmen be-

wusst wahr, was sich vor unseren Augen abspielt. Das können wir auch zuhause. Statt uns immer nur um das Gestern und Morgen zu sorgen, dauernd unsere Emails zu checken und uns vom Fernseher ablenken zu lassen, sollten wir uns auf Erlebnisse in Echtzeit konzentrieren.

- 3. Entschleunige.** Ob auf Reisen oder im Alltag, sobald wir aufhören von Sehenswürdigkeit zu Sehenswürdigkeit oder von Termin zu Termin zu hetzen, werden wir offen für Neues und Unerwartetes. Ein Leben ist dann erfüllend, wenn wir uns die Zeit nehmen, es täglich auszukosten.
- 4. Keep it simple.** Reisen zwingt uns, nur das Nötigste mitzunehmen und unterwegs nicht zu viel Unnötiges anzuhäufen. Macht nichts. Das Wichtigste sind die Erinnerungen, und darauf gibt es kein Gewichtslimit. Auch zuhause dürfen wir uns fragen: Was brauchen wir wirklich, um glücklich zu sein?
- 5. Setze dir keine Grenzen.** In ferne Länder zu reisen

eignet sich besonders, um alten Gewohnheiten, Angst und Misstrauen ein Ende zu bereiten. Wir sind gezwungen, uns auf fremde Menschen und ungewohnte Lebensweisen einzulassen. Mit Offenheit, Neugierde und Mut, Neues anzunehmen, erschliessen sich auch im Alltag ganz neue Möglichkeiten.

Die längste Reise ist das Leben selbst. Solange wir ihm jeden Tag mit Offenheit und Neugierde begegnen, uns auf den Moment und auf uns selbst einlassen, wird auch das Leben zuhause ein Abenteuer bleiben. MK

Rolf Potts' Reisetipps zur Umsetzung zuhause unter:
<http://www.fourhourworkweek.com/blog/2010/02/25/rolf-potts-vagabonding-travel/>

Mehr zur Kunst des Reisens:

Rolf Potts: Vagabonding – An Uncommon Guide to the Art of Long-Term World Travel. Villard, 2002. 224 S., Fr. 20.90/11,95 Euro.