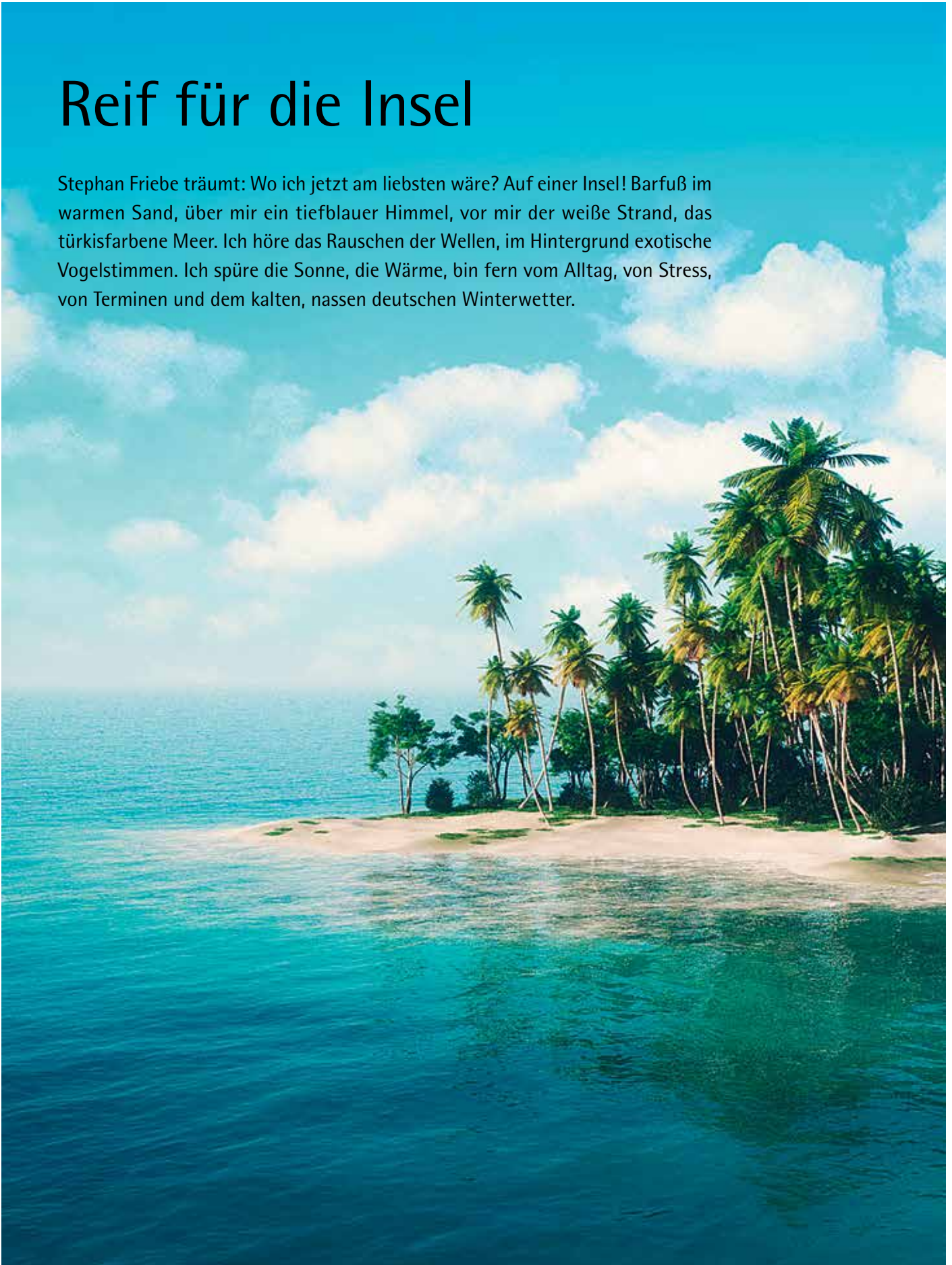


Reif für die Insel

Stephan Friebe träumt: Wo ich jetzt am liebsten wäre? Auf einer Insel! Barfuß im warmen Sand, über mir ein tiefblauer Himmel, vor mir der weiße Strand, das türkisfarbene Meer. Ich höre das Rauschen der Wellen, im Hintergrund exotische Vogelstimmen. Ich spüre die Sonne, die Wärme, bin fern vom Alltag, von Stress, von Terminen und dem kalten, nassen deutschen Winterwetter.





Gefangeneninsel Alcatraz



Stephan Friebe,
Bildungsakademie
Johannes Diakonie
Mosbach,
Neckarbischofsheim

Ich bin „Reif für die Insel“. Mit diesem Titel hatte der österreichische Popsänger Peter Cornelius 1981 einen großen Hit. Inzwischen ist diese Phrase zu einer weit verbreiteten Redewendung geworden, um auszudrücken, dass jemand dringend eine Auszeit vom Alltagsstress benötigt.

Aber warum gerade eine Insel? Könnte es nicht auch eine herrliche Berglandschaft sein, ein zauberhafter Wald oder eine endlos weite Steppe? Offensichtlich nicht, aber selbst eine längere Recherche brachte keine umfassend zufriedenstellende Antwort, woher genau diese Insel-Sehnsucht des Menschen rührt. Es gibt aber durchaus Ansätze zur Erklärung.

Sehnsucht nach dem Paradies

Die Begriffe Insel, Sehnsucht und Paradies sind eng miteinander verknüpft. Sehnsucht wird verstanden als ein inniges, fast schmerzhaftes Verlangen des Menschen. Viele Philosophen sehen in der Sehnsucht auch ein metaphysisches Phänomen, das ein Streben nach Erfüllung, nach Vollendung sei. In der vom christlichen Glauben beeinflussten Kultur sehnt sich der Mensch zurück ins Paradies, aus dem er vertrieben wurde.

Inseln werden auch oft assoziiert mit einem Paradies auf Erden. Mit einem sorgenfreien Leben in angenehmer Abgeschiedenheit und im Einklang mit der Natur. Denken Sie nur an Bilder von Paul Gauguin oder an die Werbe- und Tourismusindustrie, die uns genau dies zu vermitteln versuchen: Das Inselleben als paradiesischer Zustand. Dabei ist es wichtig zu wissen, dass die Sehnsucht den Menschen oft lieber ist als die wirkliche Erfüllung, denn diese ist dann mitunter sehr enttäuschend. Die Realität sah bereits zu Zeiten Gauguins und sieht auch heute ganz anders aus. Aber dazu später mehr.

Entspannung für die Sinne

Inseln bilden nicht nur den perfekten Kontrast zur Hektik des modernen Alltags mit überfüllten U-Bahnen, Staus und Straßenlärm, sterilen Büros und einer technisierten Arbeit an Maschinen und PC's. Auf einer Insel erleben wir auch wieder, was Wahrnehmung mit allen Sinnen bedeutet. Für entspannende Phantasie-reisen werden nicht selten Naturerfahrungen an Strand und Meer verwendet. Studien zeigen, das Lichtwellenspektrum der blau-grün-türkisen Meeresfarben wirkt beruhigend, entkrampfend und stressmindernd.

Wissenschaftler der Universität Witten/Herdecke untersuchten, wie Wellenrauschen das Erleben von Zahnarzt-Patienten beeinflusst. Ergebnis: Unter dem Einfluss von Meeresrauschen blieben Patienten ruhiger, sie empfanden weniger Schmerzen und Angst. Der Effekt verstärkte sich sogar, wenn sie zusätzlich Videoaufnahmen von Meer und Strand sahen. Mittlerweile werden Aufnahmen von Meeresrauschen vielfältig eingesetzt. Frühgeborene beruhigen sich schneller, Menschen mit Schlafstörungen finden leichter zur Ruhe, Patienten in Reha-Kliniken entspannen effektiver.

Abenteuerlust und einfaches Leben

Nicht zuletzt prägt bis heute der Roman von Daniel Defoe „Robinson Crusoe“ aus dem 18. Jahrhundert das Bild von einem abenteuerlichen, aber auch glückbringenden Inselleben. Kaum jemand liest dieses Buch heutzutage, den Robinson-Crusoe-Traum haben dennoch viele. Es ist die einsame Insel, die wir ersehnen, auf der wir es schaffen, mit einfachsten Mitteln zu überleben und die wir voll Abenteuerlust erforschen und für uns erobern wollen.

Seit Generationen regt dieser Roman an, entzündet unsere Fantasie und prägt unsere inneren, seh-



Plastikflut am Strand

suchtsvollen Bilder von einem einfachen Leben auf einer einsamen Insel.

Isolation und Verbannung

Im Zusammenhang mit Robinson Crusoe ist jedoch auch die Einsamkeit und Abgeschiedenheit einer Insel angesprochen. Das Wort Isolation entspringt dem Lateinischen *insulatus*, „zur Insel gemacht“. Isolieren bedeutet absondern und trennen. Inseln sind auch Ort der Abgeschiedenheit, der Isolation und Verbannung, sie werden mit trostloser Einsamkeit und Bestrafung assoziiert.

Napoleon wurde zuerst nach Elba und dann nach Helena verbannt, eine unzugängliche Insel im Südatlantik, wo der vormalige Feldherr und Kaiser bekannte, sich zu Tode zu langweilen. Bücher und Filme haben unser Bild von Alcatraz, einer Felseninsel in der Bucht vor San Francisco geprägt, die ein als absolut ausbruchssicher geltendes Gefängnis beherbergt.

Der Blick aus der Ferne

Ich denke, in der Ferne und Abgeschiedenheit von Inseln begründet sich auch ihre Idealisierung. Denn es ist fast immer der Blick aus der Ferne, vom Festland, der die Insel zu einem Ort einer anderen Ordnung macht. So wird die Insel einerseits verklärt. Hier ist alles besser, schöner, freizügiger. Die Sonne scheint länger, der Himmel ist immer blau, das Meer plätschert besonders sanft, die Natur ist intakt und die Menschen sind liebenswürdiger als anderswo. Andererseits werden bei diesem verklärten Blick aus der Ferne auch die Realitäten nur verschwommen wahrgenommen oder gleich ganz übersehen.

Träume, Wirklichkeit und zerstörte Paradiese

Der französische Maler Paul Gauguin (1848-1903) ist vor allem durch seine Gemälde aus der Südsee bekannt geworden. Aus der Ferne, ohne vor Ort gewesen zu sein, schrieb Gauguin Ende 1890: die „glücklichen Bewohner eines unbeachteten Paradieses in Ozeanien kennen vom Leben nichts anderes als seine Süße. Für sie heißt Leben Singen und Lieben.“

Ein Jahr später, bei seiner Ankunft auf Tahiti musste er feststellen, dass die Realität mit seinen Erwartungen in keiner Weise übereinstimmte. Christianisierung, Handel und Kolonialherrschaft hatten das „exotische Paradies“, sofern es jemals existiert hatte, zerstört. Trotzdem malte er paradiesisch anmutenden Bilder, die allerdings nicht das Tahiti widerspiegeln, das Gauguin tatsächlich umgab, sondern die farbenprächtigen, exotischen Welt, die er sich erträumt hatte. Außerdem wurde Gauguin krank, er litt unter Herzbeschwerden, einer chronischen Augenentzündung, hatte Hautausschlag und Syphilis. Und auch wenn er sich gegen Kolonialverwaltung und Missionare wandte, denen er Heuchelei vorwarf, er selbst unterhielt zahlreiche Beziehungen zu minderjährigen Mädchen, die ihm als Modell und Geliebte dienten. An alledem ist nichts paradiesisch.



Paul Gauguin

Heute machen uns Hochglanzbilder von palmengesäumten Buchten eine heile Inselwelt für einen Kurzurlaub schmackhaft. Gleichzeitig wissen wir jedoch, dass Tourismus und Klimawandel die größte Gefahr für eben diese Paradiese darstellen. Die sensiblen Ökosysteme der Inseln werden durch den steigenden Meeresspiegel, veränderte Niederschlagsmengen und Sturmfluten bedroht. Ganze Inselgruppen



Insel

Wenn ich Kinder hätte, würde ich sie in den Erlenbusch in Obhut geben, weil sich dort gut um die Kinder gekümmert werden würde. Ich hatte dort eine schöne und behütete Kindheit. Aber manchmal wurde ich zu viel behütet, weil wir wenig Kontakt zu normalen Menschen hatten. Im Erwachsenen-Wohnhaus spüre ich eine Nestwärme und Kontakt nach außen habe ich auch. Der Kontakt wird gefördert und gefordert.

Perko Hartig, lebte von 1973 bis 1987 im Erlenbusch, seit 1987 bis heute im Hilde-Wulff-Haus der Martha-Stiftung

Foto: Heike Günther

drohen im Meer zu versinken. Klimawandel und Massentourismus haben zu einem bedrohlichen Absterben von Korallenriffen geführt. Viele Mangrovenwälder, die Kinderstuben der Fische, werden abgeholzt. Hotelanlagen für Touristen verbrauchen dringend benötigtes Süßwasser und der allgegenwärtige Plastikmüll bedroht Meerestiere, verschandelt die Strände und dient zudem als ideale Brutstätte für Moskitos, die Denguefieber übertragen.

Projektionsfläche

Inseln dienen als Projektionsflächen, in die man alles hineinfantasieren kann. So fern gelegen, beflügeln sie unsere Fantasie. Nur mit Anstrengung und Mut erreichbar, sind sie Antrieb, die eigenen Kräfte zu mobilisieren: Raus aus dem Alltag, raus aus dem Stress, raus aus einer Umwelt, die anstrengend, unwirtlich und feindlich scheint. Manch einer wendet viel Zeit und Energie auf, um auf seine Insel zu gelangen. Im wahrsten Sinne des Wortes oder im übertragenen Sinne durch Rückzug von der Welt. – Und dann?

„Niemand ist eine Insel“

Dieser berühmte Satz stammt vom englischen Dichter John Donne. Er macht damit deutlich, wir sind soziale Wesen, wir brauchen die Gemeinschaft. Mitmenschlichkeit und Verbundenheit mit anderen sind Grundlagen menschlicher Gesundheit, Zufriedenheit und Glück. Das Leben auf einer Insel, ohne Anforderungen wird auf Dauer schal, Einsamkeit und Isolation machen krank.

Weg von der Insel

Ich kenne Menschen, die sagen, ich will weg von meiner Insel! Sie meinen ihren Arbeitsplatz in einer Werkstatt für Menschen mit Behinderungen und wollen auf den allgemeinen Arbeitsmarkt.

Sie meinen ihre Wohngruppe in einer Komplexeinrichtung und möchten mitten in der Gesellschaft leben, mit Menschen, die sie sich ausgesucht haben. Sie meinen ein Leben in Isolation und Einsamkeit und wünschen sich Menschen, die sich ihnen zuwenden, die sich Zeit nehmen und ihnen helfen, wieder zurückzufinden „auf's Festland“, in die Gemeinschaft und ein buntes, vielfältiges und bereicherndes Leben.

Sehnsuchtsort

So werden Inseln Sehnsuchtsorte bleiben. Sie werden aus der Ferne betrachtet als Paradiese idealisiert, konstruiert als Gegenbilder zu unserer Alltagswelt, in unserer Fantasie zu einem Zufluchtsort der gestressten Seele. Und es kann durchaus hilfreich sein, sich solche Sehnsuchtsorte vorzustellen und auszumalen.

Die Fähigkeit zur Imagination ist eine sehr positive Fähigkeit des Menschen. Aus der Erschöpfung heraus kann sie dazu beitragen, dass es ihm besser geht, wenn er sich heilsame Orte vorstellt, als Gegenbilder zu seiner Lebenswirklichkeit. In der Tiefenpsychologie wird dies als eine positive Form von gelungener Verdrängung verstanden.

Sich einbringen statt fliehen

Und gleichzeitig ist es wichtig, sich dem Alltag zu stellen. Die Flucht auf die Insel führt nicht weiter, stellt keine paradisiischen Zustände (wieder) her. Weder für den einzelnen, noch für unsere Gesellschaft. Auf der ganz realen Ebene gehört es zur Wahrheit, dass im Moment der Entdeckung und des Betretens eines Inselparadieses, sein ursprünglicher, unberührter und vielleicht tatsächlich paradisiischer Zustand zerstört wird.

Auch metaphorisch gesehen ist es keine Lösung, sich dauerhaft auf eine „Insel“ zurückzuziehen, sich von der Welt abzuwenden, ein isoliertes Inseldasein zu führen. Als soziale Wesen brauchen wir andere Mensch. Sie sind zentral für unsere Entwicklung und unser Wachsen, für unsere Identität und für unser Wohlbefinden – auch wenn sie manchmal ganz schön anstrengend sein können.

Und schließlich braucht auch unsere Gesellschaft das Mitwirken jedes einzelnen, dass er und sie sich einbringen mit ihren Ideen, ihren Fähigkeiten und ihrem Engagement, um diese unsere gemeinsame Welt zu erhalten und in eine positive Zukunft zu führen.

Und meine Trauminsel?

Ich träume gerne weiterhin bei Stress und Hektik und diesem nass-kalten Winterwetter von „meiner Insel“, von Palmen, Sandstrand und Meeresrauschen. Und dann kehre ich etwas entspannter und beruhigter von meiner Fantasiereise zurück, mache mir einen Tee und lese ein bisschen im Greenpeace-Magazin wie wir die letzten Inselparadiese vielleicht doch noch retten können. ■

Literatur

Billig, V. (2010): Inseln.

Geschichte einer Faszination. Berlin: Matthes & Seitz

Brittnacher, H.R., Hg. (2017):

Inseln. Projektionen Band 10. München: Richard Boorberg Verlag (Auszug, die vollständige Liste kann beim Autor angefordert werden):

Schramm, S. (2017): Bereits die Vorstellung des Sehnsuchtsortes beflügelt uns. In: Neue Ruhr Zeitung, 21.07.2017 <https://www.nrz.de/wochenende/bereits-die-vorstellung-des-sehnsuchtsortes-befluegelt-uns-id211327379.html> (Aufruf 14.08.2020, 14:50)