

# Krise in der Ferne

**Von Jens Clausen** Wir belächeln Nachbarn oder Bekannte, die dem Reisen wenig abgewinnen können, weil sie nur ungern ihre vertraute Umgebung verlassen. Doch das Unterwegssein stellt auch eine psychische Belastung dar und kann für einige Menschen gar zum Auslöser einer seelischen Krise werden.

**D**ie Fesseln des Alltags über Bord werfen, Abenteuer suchen, Grenzen überschreiten, Körper, Geist und Seele erquicken – zu diesem Zweck studieren wir die Kataloge und Internetauftritte der Reiseveranstalter, die Berichte von Literaten, Pilgern, Trekking spezialisten oder die Last-Minute-Schalter an den Flughäfen. Denn sie bedienen die Projektionsflächen unserer Fantasien, aktivieren unsere Wünsche nach Kultur und Begegnung, nach Ruhe und Besinnung, bis wir selbst daran glauben, dass irgendwo auf der Welt der ultimative Ort auf uns wartet, an dem wir die Seele einfach baumeln lassen können.

In der Tat scheint das Reisen eine reine Glücks- und Erfolgsgeschichte zu sein – mit immer neuen Überraschungssiegern. Als sich im Juni vergangenen Jahres die Welt-Tourismus-Organisation UNWTO zu ihrer internationalen Konferenz traf, galt der Applaus den neuen Reiseriesen China, Indien und Russland sowie dem Shootingstar Kasachstan. Und die Branche diskutierte die letzten Statistiken, nach denen von einer mindestens vierprozentigen Steigerungsrate pro Jahr und einer Zahl von fast 1,6 Milliarden Reisen im Jahre 2020 auszugehen ist. Der Tourismus wird also bald die Auto- und die Energiebranche übertroffen haben und die weltweit größte Industrie mit den meisten Beschäftigten sein. Die Reisenden von morgen, so können wir im World Travel Trends Report lesen, werden erlebnishungrige, preisbewusste, planvolle Touristen sein. Fremd sind ihnen die Risiken des Reisens keineswegs doch am Ende nehmen sie diese Unmöglichkeiten lieber in Kauf, als ihr Fernweh dauerhaft zu unterdrücken.

Und wir wissen es ja selbst: Wenn wir unsere Lust auf die Fremde und die Erkundung ferner Welten stillen wollen, dann müssen wir Schuldgefühle verdrängen, Ängste und Unsicherheiten bezwingen, Ambivalenzen ertragen und uns wappnen gegen die Gefahren des Reisens, die eingebildeten und die realen. Auf

jeden Fall müssen wir die Sicherheit der vertrauten Umgebung für eine Weile hinter uns lassen können. Gelingt uns dies, dann erhalten wir die Chance, aus der Distanz auf das Eigene zu schauen, uns im Kontext der Fremde neu zu erfahren und alte Fixierungen als wandelbar zu erleben: «Seitdem ich losgelaufen bin, habe ich den Eindruck, dass sich starre Muster in mir lösen. Ich werde durchlässiger», berichtet Hape Kerkeling. Und der Kulturtheoretiker Hans-Jürgen Heinrichs schreibt: «Auf Reisen stellen wir unsere eigene Kultur – und wie diese sich in uns eingeschrieben hat – in Frage, sind bereit, Fesseln zu durchschneiden, Haltetaue schiessen zu lassen.»

Was aber, wenn die Lösung der starren Muster zum Verlust der inneren Balance, zur ernsthaften psychischen Destabilisierung führt? Wenn dem Reisenden die Haltetaue wirklich abhanden kommen, er träumend an den anderen Schauplatz des Seins, ins Unbe-

## Die Seele muss auf Reisen auch Gefühle der Angst und Ungeschützttheit abwehren.

wusste gerät? Wenn sich statt des genüsslichen Baumelns der Seele ein bedrohliches Taumeln einstellt? Dann ist zu fragen, ob das Reisen für manche Menschen zum Auslöser einer schweren seelischen Krise werden kann. Eine Ahnung davon beschreibt Albert Camus, wenn er den eigentlichen Wert des Reisens in der Angstbewältigung sieht: «Fern von unseren Angehörigen, fern von unserer Sprache, all unserer Stützpunkte verlustig, unserer Masken beraubt, befinden wir uns völlig an der Oberfläche unserer selbst. (...) Der geringste Stoss erschüttert uns bis auf den Grund unseres Wesens. Lässt uns einem Sturzbach des Lichts begegnen, und wir stehen vor der Ewigkeit. Deshalb darf man nicht sagen, man reise zu seinem Vergnügen.»

Es ist bemerkenswert, dass von den bedrohlichen Seiten des Reisens meist nur unter ökologischen, seltener unter sozialpsychologischen und kaum jemals unter intrapsy-

chischen Aspekten die Rede ist. Dabei deutet einiges darauf hin, dass die Seele auf Reisen viel Energie darauf verwenden muss, Gefühle der Angst, der Ungeschützttheit, der Bindungslosigkeit abzuwehren. Bisweilen schmunzeln wir über Nachbarn und Bekannte, die nur ungern Vertrautes verlassen oder nur solche Ziele ansteuern, die ihnen sicher, überschaubar, nicht allzu fremd erscheinen. Doch dann spüren auch wir, dass unser Unterwegssein oft eine wesentlich höhere psychische Belastung darstellt, als wir vor uns selbst und anderen zugeben. Meist zahlen wir den Preis dieser Anstrengung gern, weil wir den Reiz des Reisens gerade darin sehen: im Vorstossen in Regionen der Ungewissheit.

Nicht für jeden aber ist das Unvertraute und Ungedutete wirklich ein Gewinn. Oft hören wir von Reisenden, die an dem Versuch der Integration verwirrender Erfahrungen scheitern, fern von zu Hause in Krisen geraten und ernsthaft psychisch erkranken. Mit diesen Menschen haben die Botschaften und Konsulate der Bundesrepublik Deutschland, der Schweiz und Österreichs häufig zu tun. Berichte darüber lauten dann etwa so: Ein 28-jähriger Hamburger ist seit zwei Jahren in Indien verschollen. Eine

Touristin unterrichtet die deutsche Botschaft in Neu-Delhi über den Aufenthaltsort des Vermissten. Dieser sitzt abgemagert vor einem Hindutempel und redet unverständlich vor sich hin. Der Arzt diagnostiziert eine Psychose. Als der Konsularbeamte neben ihm steht, erklärt er: «Schön, dass Sie endlich kommen, ich habe Sie bereits auf transzendentalen Weg gerufen.» Allein die Deutsche Botschaft in Neu-Delhi zählt jährlich etwa 50 «geistig verwirrte Personen», deren ärztliche und soziale Versorgung und Heimführung organisiert werden muss.

In Florenz scheint es ähnliche Phänomene zu geben. Schon vor Jahren hat dort die Ärztin Graziella Magherini die Krankengeschichten ihrer psychiatrischen Akutaufnahme daraufhin untersucht, welche Personen im Zustand der Verwirrtheit oder Verlorenheit eingeliefert wurden. Sie war irritiert über den hohen Anteil an Touristen; als noch überra-



schender empfand sie die Tatsache, dass keineswegs nur vorbelastete Menschen in der Fremde in psychische Krisen gerieten, sondern durchaus auch solche, die vor ihrer Reise als ausgeglichen und erfolgreich galten. Ein Teil dieser stationär behandelten Touristen zeigte Störungen des Denkens und der Wahrnehmung, wahnhafte Stimmungen sowie akustische oder optische Halluzinationen. Häufig wurden dabei tiefe Schuldgefühle im Zusammenhang mit der persönlichen Geschichte formuliert. Bei einer zweiten Gruppe von Patienten standen affektive Störungen im Vordergrund: Gefühle der eigenen Bedeutungslosigkeit angesichts der kunsthistorischen Berühmtheiten vor Ort klangen an oder schlugen in Omnipotenzfantasien um. Eine dritte Gruppe zeigte Symptome der Panik, die mit erhöhtem Puls und Blutdruck, Krämpfen und dem Verlust des Selbstgefühls verbunden waren. Die meisten der aufgenommenen Reisenden, besonders jene mit affektiven Störungen oder Panikattacken, konnten nach drei bis acht Tagen entlassen werden. Ihre seelische Krise hatte meist unmittelbar nach dem Besuch von Kirchen und Museen eingesetzt und war offenbar durch die intensive Beschäftigung mit Kunstobjekten ausgelöst worden.

Mit dieser Studie prägte Graziella Magherini den Begriff des «Stendhalsyndroms». Im Jahre 1817 reiste der französische Schriftsteller Henry Beyle, der später unter dem Namen «Stendhal» zu literarischem Ruhm gelangte, nach Rom, Neapel und Florenz. Dies war seine zweite Reise durch Italien; die erste

hatte er 17 Jahre zuvor unternommen, hatte als französischer Leutnant die Schlachtfelder der napoleonischen Kriege kennengelernt und war nun froh, in Zeiten des Friedens die Zentren der Kultur besuchen zu können. In seinen Reiseaufzeichnungen schildert er seine Empfindungen angesichts der Kulturschätze der Stadt so: «Ich befand mich in einer Art von Ekstase bei dem Gedanken, in Florenz und den Gräbern so vieler Grosser so nahe zu sein. Ich war in Bewunderung der erhabenen Schönheit versunken; ich sah sie aus nächster Nähe und berührte sie fast. Ich war auf dem Punkt der Begeisterung angelangt, wo sich die himmlischen Empfindungen, wie sie die Kunst bietet, mit leidenschaftlichen Gefühlen gatten. Als ich die Kirche verliess, klopfte mir das Herz; man nennt das in Berlin einen Nervenanstoss; mein Lebensquell war versiegt, und ich fürchtete umzufallen.»

Unter besonderer psychischer Anspannung scheinen Reisende heute nicht nur in Florenz, sondern vor allem in Jerusalem zu stehen. In der Stadt dreier Religionen, dem Kraftzentrum für Gläubige aus aller Welt, ist die Angst vor Terroranschlägen genauso wie die Hoffnung auf Erleuchtung und Erlösung offenbar stärker als irgendwo sonst auf der Welt. Überwältigt von der Atmosphäre des Heiligen Landes, erkranken jährlich laut einer Studie des Kfar-Shaul-Hospitals mindestens 200 Touristen am «Jerusalemsyndrom»; sie haben messianische Visionen oder halten sich selbst für Gott. Meist werden ihre Verwirrungen von Phasen der Ängstlichkeit und der

Nervosität eingeleitet: Die Reisenden zeigen sonderbare Verhaltensweisen, ziehen sich von der Reisegruppe zurück und entwickeln zwanghafte Reinigungsrituale bis hin zur Rasur aller Körperhaare. Dann suchen sie – oft nur mit einem weißen Bettlaken bekleidet – die heiligen Stätten auf und halten dort magische Zeremonien ab. Das allein ist noch kein Grund für eine psychiatrische Einweisung: Erst wenn die Entrückten Zeichen von Selbst- oder Fremdgefährdung erkennen lassen, wenn sie die Nahrung verweigern, tage- und nächtelang in der Stadt oder gar in der Wüste umherirren und dann von Beduinen aufgegriffen werden, verstört, halb verdurstet und im Delir redend, ist eine klinische Behandlung unumgänglich.

Auch hier nahm man lange Zeit an, dass diese Menschen bereits vor ihrer Ankunft an psychischen Störungen litten, vielleicht schon lange zuvor mit der Vorstellung eines heiligen Auftrages unterwegs waren und

nun in den Gassen der Altstadt, am Ziel ihrer Mission, endgültig ihr Selbst verloren. Doch die Erfahrung zeigt, dass neben all jenen, die im Geiste schon als Moses, Johannes oder Maria Magdalena die Stadt betraten, auch unauffällige Touristen in derartige psychische Krisen geraten. Nach dem Bericht der Therapeutin Ziva Strauss handelt es sich um Reisende aus aller Welt wie beispielsweise die «Königin der Nacht», eine Argentinierin, die sich die Kleider vom Leib riss und auf den Mauern der Altstadt tanzte, um den verdorrten Boden Israels zu befruchten. Oder um «Samson den Starken», einen Kanadier, der glaubte, einen Stein aus der Klagemauer versetzen zu müssen. Einem Lehrer aus Kopenhagen erschien auf der Kuppel des Felsendoms die Heilige Jungfrau, worauf er den Wärter mit Fäusten traktierte, weil dieser sich weigerte, die Gottesmutter gebührend zu empfangen.

Natürlich können auch andere Regionen der Welt die psychische Destabilisierung des Reisenden entfachen. So schildert die Psychotherapeutin Carola Burkhardt-Neumann den Fall einer jungen Frau, Tochter einer deutschen Mutter und eines asiatischen Vaters, die sich beiden Kontinenten und Kulturen zugehörig fühlte und nach ihrer Abiturprüfung voller Erwartung in das Land ihres Vaters reiste. Dort geriet sie in eine psychische Krise, entwickelte Verfolgungsideen und wurde mit der Diagnose einer paranoiden Schizophrenie in einer psychiatrischen Klinik aufgenommen. Nach ihrer Rückkehr wurde sie in Deutschland weiterbehandelt, wobei für lange

Zeit die Diagnose der Schizophrenie bestehen blieb, bis deutlich wurde, dass es sich nur um eine vorübergehende Reisepsychose gehandelt hatte.

Leider ist dieser Begriff der Reisepsychose in psychiatrischen Klassifikationen und Lehrbüchern bislang kaum zu finden. Und auch in aktuellen Reiseratgebern, in den Vortragsreihen des Auswärtigen Amtes zum Thema Reisen und Gesundheit, bei Internetanbietern wie dem «Centrum für Reisemedizin» sind psychische Krisen auf den ersten Blick ebenfalls kein Thema. Von Gelbfieber, Malaria und anderen Infektionskrankheiten ist dort die Rede, nicht aber von seelischen Erkrankungen. Doch dann entdeckt man unter dem Stichwort «Verwirrtheit» folgende Bemerkung: «Akute Verwirrtheit und Koma zählen zu den häufigsten Einweisungsdiagnosen in tropischen Krankenhäusern. Meist entwickeln sich diese Störungen innerhalb von Stunden bis Tagen. Neurologische Störungen müssen nicht durch spezielle Tropenkrankheiten verursacht sein. Vielleicht besteht die Grundkrankheit schon lange latent und bricht zufällig oder aufgrund besonderer Belastungen auf der Reise erstmals aus.»

Wenn Zustände der Verwirrtheit eine der häufigsten Einweisungsdiagnosen in tropischen Krankenhäusern darstellen, dann verwundert es eigentlich, dass diesem Phänomen nicht mehr Aufmerksamkeit geschenkt wird. Aber der Gedanke, Reisen könnte der inneren Balance mancher Menschen eher schaden als nützen, hat verständlicherweise im Bewusstsein der Tourismusindustrie, aber auch in den Fantasien der Urlauber und in den medizinischen Ratgebern bislang wohl keinen Platz. Interessant ist hingegen eine Erhebung des Bundesverbandes der Psychiatrie-Erfahrenen (BPE). Danach stellen Reisen für Menschen mit erhöhter Vulnerabilität, also Anfälligkeit für eine psychische Störung, die gefährvollste Belastung dar, die man ihnen auferlegen kann. Nicht die Beendigung einer Beziehung, nicht der Verlust des Arbeitsplatzes, nicht der Tod eines Angehörigen ist nach dieser Umfrage das bedrohlichste Lebensereignis, sondern das Reisen in die Fremde. Von zahlreichen psychisch erkrankten Menschen liegen inzwischen Berichte darüber vor, wo und wie ihre Krisen fern von zu Hause begannen. Hier zwei Beispiele: Eine junge Frau (im Interview trägt sie den Namen Barbara) schildert die Geschichte ihrer Erkrankung, die auf einer Reise durch Thailand begann: Während einer Meditation verliert sie die Kontrolle über ihre Wahrnehmungen und

Gefühle, gerät in Todesängste und entwickelt Wahnvorstellungen, die ihr wie Erleuchtungen vorkommen. Nach ärztlicher Behandlung in Thailand und an ihrem Heimatort braucht sie Jahre, um sich von dieser gravierenden seelischen Krise zu erholen und auf den Boden der Realität zurückzukommen.



Helmut Mohelsky berichtet von Wahnge danken am Flughafen, wo er sich im Labyrinth der Pfeile verirrt und befürchtet, jeden Moment Opfer einer Bombenexplosion zu werden; auf dem Weg zum Flugzeug ist er von panischer Angst erfüllt und glaubt, er müsse im Zwischenreich zwischen Erde und Welt raum verharren; im Flugzeug kommt er nicht zur Ruhe und fühlt sich getrieben, einen Gei-

## Reisen ist eine Gratwanderung zwischen Selbstkontrolle und Selbstaufgabe.

genkasten zu öffnen, den er im Gepäck über sich bemerkt und in dem er ein Maschinengewehr vermutet; nur mit Mühe und der gedul digen Umsicht der Crew übersteht er diesen Flug.

Nicht alle Krisen in der Fremde enden in dramatischen Zusammenbrüchen, doch wahnhaft und dissoziative Symptome sind offenbar gar nicht so selten. Dabei kommt es zum Versagen der Selbststeuerung und zum Verlust der Abgrenzung gegenüber der irritierenden Fremde. Oder die Verwirrung manifestiert sich in Panikattacken und Schweißausbrüchen, die im Ansatz wohl jeder kennt, der in fremden Städten die Orientierung verliert, die Ansagen aus den Lautsprechern nicht versteht und befürchtet, seinen Flug zu verpassen oder den Bahnsteig zu verwechseln. Und haben wir nicht alle die Befürchtung, wir könnten scheitern an dem Versuch, die Regeln und Gepflogenheiten eines Landes zu be-

greifen, könnten isoliert bleiben in all den be fremdlichen Gesten und Sprachfetzen, die auf uns eindringen? Als Ryszard Kapuscinski auf seiner ersten Reise in Rom eintrifft, ist er ganz benommen von den neuen Erfahrungen: «Das Gewirr der Stimmen, die Lichter und Geräusche wirkten auf mich wie eine Droge. Für einen Moment verlor ich die Orientierung, wusste nicht mehr, wo ich mich befand. Ich muss gewirkt haben wie ein Tier aus dem Wald: betäubt, verängstigt, mit weit aufgerissenen Augen, die etwas zu sehen, zu durchdringen, zu unterscheiden suchten.»

Schliesslich – auch das kennt jeder Reisende – ist die Aufmerksamkeit auf Krankheitserreger aller Art zu richten, die durch Wasser, Speisen, Insekten oder sexuelle Kontakte übertragen werden könnten. So fordern unsere Ängste zu besonderer Wachsamkeit auf, die in dauernde Überreiztheit umschlagen kann, wo doch Wohlbefinden erhofft wurde. Und häufig stellt sich in den ersten Urlaubstagen eine enorme Ermüdung ein, die fälschlich den Reisetrapazen oder dem mitgenommenen Stress der letzten Arbeits- und Kofferpacktage zugeschrieben wird. Meist resultiert diese Anstrengung, die manchen zu Beginn einer Reise erkranken lässt, eher aus der Angstbewältigung. Denn Reisen stellen uns vor die kaum lösbare Aufgabe, unsere Ich-Grenzen durchlässig zu machen, um Antennen für die ungewohnten Bedeutungsgehalte der Fremde zu entwickeln, und sie doch nicht zu weit zu öffnen, um die eigenen psychischen Strukturen nicht zu gefährden.

Und genau darin liegen Reiz und Risiko des Reisens: in der Gratwanderung zwischen Selbstkontrolle und Selbstaufgabe. Wenn wir es ernst meinen damit, die Seele wirklich baumeln zu lassen, dann müssen wir in Kauf nehmen, dass auch Bilder aus dem Unbewussten aufsteigen und unser Selbst irritieren.

**Dr. phil. Jens Clausen**, Jahrgang 1954, hat Erziehungswissenschaft, Germanistik und Geschichte studiert. Er war in der Kinder- und Jugendpsychiatrie, der Psychosomatik und der Sozialpsychiatrie tätig. Im vergangenen Jahr erschien im Psychiatrie-Verlag (Edition Narrschiff) «Das Selbst und die Fremde» – Über psychische Grenzerfahrungen auf Reisen.

(Nachdruck mit freundlicher Genehmigung von PSYCHOGOLIE HEUTE. Dieser Artikel erschien in der Ausgabe Mai 2008)