

„Heimat ist das, was ich mache“

Frauentagung der Akademie Arnoldshain
Frankfurt, 21./22.10.2011

Dr. Elke Regina Maurer

„Der Geschmack des Heimwehs“

Es wird über so vieles geforscht, geschrieben und geredet – über Integration und Migration, über Interkulturalität und Identität - auch über Heimat. Aber was fast immer fehlt, ist das Thema Heimweh. Na ja, könnte man anhand dieses Befundes sagen, offenbar gibt es so was wie Heimweh heutzutage in globalisierten, reisefreudigen Zeiten nicht mehr. Dank Handy, Skype und Billigflügen hat es sich gewissermaßen in Luft aufgelöst. Heimweh setzt Heimat voraus, Bindung, Zugehörigkeit. Von beidem behaupten sowohl Psychologen als auch Soziologen, dass sie in modernen Zeiten abgenommen hätten. Oder vielleicht macht sich ja jeder tatsächlich, wie das Thema der Tagung suggeriert, in der Fremde ganz schnell eine neue Heimat?

Mit meinem Beitrag möchte ich diesen oft vernachlässigten, ja verschwiegenen Aspekt zum Thema Heimat in die Diskussion bringen. Der Titel „Der Geschmack des Heimwehs“ ist dabei in einem doppelten Sinn zu verstehen. Einmal geht es um das Wesen des Heimwehs, seinen Geschmack als Eigenschaft verstanden. Zum anderen ist es ganz wörtlich gemeint. D.h. es geht um seine Beziehung zum Essen. Ich glaube, das ist das, was hier besonders interessiert.

Früher galt Heimweh als schwere, letztlich tödliche Krankheit. Es war als die „Schweizer Krankheit“ bekannt. In heutigen modernen Zeiten wirkt Heimweh offenbar unpassend und anachronistisch. Es ist ein sozial sanktioniertes Gefühl – aus ganz unterschiedlichen Gründen. Es ist ein intimes Gefühl, das den Betroffenen oft schlicht peinlich ist. Heimweh wird von ihnen als ambivalent, irrational und irritierend empfunden. Es passt nicht zu dem Bild des modernen Menschen, das er von sich selbst und das die modernisierte Gesellschaft von ihm hat: rational, kontrolliert, unabhängig, zielorientiert, und vor allem: mobil.

Und nicht zu vergessen: Es tut weh. Heimweh wird verdrängt, versteckt, verschwiegen, abgestritten. Und genau deshalb hat es mich interessiert und mich veranlasst, eine qualitative Studie über Heimweh in heutiger Zeit zu machen, mit dem besonderen Fokus auf seine Verbindung zu Geruch und Geschmack und zu Esskultur. Viele kleine Eindrücke und Erfahrungen wurden schließlich zu einer Forschungsfrage. Das Besondere an dieser Studie ist sicher, dass sie nicht nur wissenschaftlichen Standards genügen musste. Die vielen Gespräche erforderten vor allem ein offenes Herz. Sonst hätten mir mein Gesprächspartnerinnen nicht von ihrem Heimweh erzählt und mich hinter die Fassade ihrer Bemühungen um Integration schauen lassen. Es ist der Blick einer Ethnologin und Soziologin auf ein erstaunliches Phänomen.

Das Ergebnis dieser Studie ist dieses Buch. Es kommt bewusst leicht daher – das ist Absicht. Es zeigt jedoch eindrücklich, und zugleich völlig unsentimental die Innenperspektive von Menschen in jedweder Fremde und wie sie versuchen, darin zu Recht zukommen und ihr Heimweh – und natürlich haben alle Heimweh! – zu verringern und zu bewältigen. Dabei spielt das Essen, wie sie sich denken können, eine wichtige, meist unbewusste, manchmal auch strategische Rolle.

Ein kleines Beispiel dazu: Ich bin in Freiburg mit dem Taxi unterwegs. Der Fahrer ist Iraner, wie er mir gleich erzählt, wir reden über alles möglich, das Wetter, den Verkehr u.ä. Am Ende unserer gemeinsamen Fahrt frage ich ihn unvermittelt: Haben sie manchmal Heimweh? Wie intim diese Frage ist, merke ich sofort an seiner Reaktion, d.h. er wehrt erstmal ab, schaut ernst und etwas missbilligend und sagt: Nein, Heimweh habe er nicht. Und dann kommt das Loblied auf Freiburg, auf Deutschland, wieviel besser er und seine Familie es hier haben, wie froh er ist, hier zu sein. Parallel dazu schimpft er sehr vehement auf den iranischen Staat, nie mehr würde er dahin zurück wollen, ein schreckliches Land, zumal sie als Christen verfolgt wurden. Ich höre aufmerksam zu, schaue ihn an und frage: Wie essen Sie daheim? Was kocht ihre Frau zu Hause? Ganz spontan sagt er: natürlich iranisch. Wir essen nur iranisch. Und während er das sagt, schauen wir uns an, dann senkt er den Blick. Es ist ganz still im Taxi. Er ist sehr nachdenklich geworden. Er sagt jetzt nicht, er habe doch Heimweh und seine Frau auch, aber er ist sichtlich betroffen.

Das Irritierende und Irrationale an Heimweh ist unter anderem, dass es einem viel besser gehen kann als in der Heimat und man hat dennoch Heimweh. Dankbarkeit kollidiert mit der Sehnsucht nach Verlorenem. Oder anders gesagt: Die Menschen glauben nicht, dass sie trauern dürfen, wenn sie in der neuen Kultur und Gesellschaft leben. Das Heimweh wird versteckt. Manche meiner InterviewpartnerInnen haben auch gesagt, man müsse das Heimweh verdrängen, weil man es sonst in der Fremde nicht schaffen würde.

Zum Thema der Machbarkeit von Heimat im Zusammenhang mit dieser Studie möchte folgendes sagen: Die Idee der Machbarkeit entspricht, würde ich als Soziologin meinen, ganz und gar dem Selbstbild moderner Menschen. Sie sehen sich gern als Organisatoren und Herren ihrer Lage. Man hat die Dinge im Griff, managt seinen Alltag und sein Leben. Das Selbstverständnis moderner Menschen zeichnet sich durch zwei Glaubenssätze aus: den Glauben an Rationalität und den Glauben an Machbarkeit und Leistung. Die Regale in den Buchhandlungen sind voller Ratgeberbücher – alles kann man machen: Gesundheit, Glück, Kindererziehen, eine gute Ehe führen und offenbar auch Heimat. Aber so wie bei den anderen Themen würde ich nach dieser Studie sagen: Man kann tatsächlich viel dafür tun, dass man gesund bleibt, glücklich ist oder sich in der Fremde heimisch fühlt. Aber das, was Heimat in der Tiefe ausmacht, kann man nicht machen. Das, was man schmerzlich vermisst – um aus der Heimwehperspektive zu sprechen -, kann man weder herholen noch „machen“. Das zu wissen und zu spüren, kann unbändiges Heimweh auslösen, was natürlich auch wieder rationalisiert, verarbeitet und irgendwie bewältigt wird. Das wird von einem modernen Individuum in einer globalen Welt als Leistung erwartet.

Was macht Heimat in der Tiefe aus? Aus der Heimwehperspektive kann man sagen: Heimat hat mit Beziehung zu tun und mit Verbindung. Es beinhaltet ein Gefühl der Sicherheit, ein Vertrautsein mit Menschen, mit einer Landschaft, mit Sprache, mit Kultur, mit Werten, die – und das ist das Entscheidende – einem alle etwas bedeuten. Heimweh hat mit Verlust all dessen zu tun, mit Sehnsucht und Vermissten. Heimweh ist ein ganz spezieller Schmerz. Der Schmerz ist zunächst deshalb da, weil niemand mit einem diese Bedeutungen teilt. Das ist der eigentliche Grund für das Gefühl des Alleinseins, des Unverstandenseins und der Verlorenheit.

Wenn man anderen erzählt, wonach man Heimweh hat – oft sind es solch banale Dinge wie Regen und Kälte und Schnee, bestimmte Speisen und bestimmte Gerüchen etc. – meist wird man nicht verstanden. Aus der Außenperspektive scheint Heimweh auf den ersten Blick verschwunden. Doch Heimweh ist ein schillerndes Phänomen, ein Konglomerat aus Erinnerungen an die eigene Lebensgeschichte und an Gegenwärtiges, ein Schmerz an der Schnittstelle von Fremdem und Vertrautem, von Diskontinuitäten und Brüchen und dem Versuch sie zu kitten. Aus der Innenperspektive ist es ganz einfach: Es ist der Schmerz des Getrenntseins und die Trauer darüber. Wie übersetzt der junge Student Oskar das schwedische Hemlängtan? „Ich bin hier, aber ich fühle, ich möchte zu Hause sein“. Im Grunde genommen steckt eine Liebesgeschichte dahinter. Und Liebe kann man eben nicht „machen“.

Um diesen Schmerz zu bewältigen, ihn zumindest zu mindern, tun Menschen - das haben die vielen Gespräche gezeigt -, tatsächlich eine ganze Menge, sind erfinderisch und listig, strategisch und klug. Oft sind die Heimwehverringerungsmaßnahmen jedoch keine Maßnahmen im eigentlichen Sinn, sondern völlig unbewusst. Moderne Kommunikationsmittel und Reisemöglichkeiten wurden ausdrücklich als Heimweh verringernd genannt, selbst wenn sie nur als Möglichkeit im Raum stehen. Menschen haben Heimweh wie eh und je – man könnte von einer anthropologischen Konstante sprechen. Aber es wird auf andere Art beschwichtigt als das noch zu Zeiten der „Schweizer Krankheit“ möglich war, wo es weder Handy noch Skype, weder Billigflüge noch schnelle Autos gab. Gern gibt man sich weltgewandt und offen, als global player. Meist haben allerdings andere längst dafür gesorgt, dass man möglichst kein Heimweh bekommt. Heimweh wird beschwichtigt, aber nicht aus der Welt geschafft.

Ganz wichtig ist es, seine Herkunftssprache sprechen zu können und zu dürfen. Das geht am leichtesten mit den eigenen Landsleuten. Alle InterviewpartnerInnen haben davon erzählt, wie eine solche Gruppe sie trägt oder getragen hat. Heimat ist etwas, das, wenn überhaupt, langsam entsteht und wächst, das sich entwickelt, das Zeit braucht, Jahre, vielleicht Jahrzehnte. Aber selbst nach 30 – 40 Jahren im anderen Land, in dem man froh und dankbar ist zu sein, bleiben Sehnsucht und Vermissen. Die Sprache wird weiter gesprochen, wenigstens der Akzent beibehalten, wann immer möglich wochenlange Besuche und natürlich das Essen wie in der Heimat und vieles mehr. Wenn man Glück hat kann man eine neue Heimat auch finden. Dann nämlich, wenn es in der Fremde etwas gibt, das einen heimisch fühlen lässt, das einem vertraut vorkommt und Sicherheit gibt.

In der Fremde sein bedeutet Dauerstress – mehr oder minder deutlich oder subtil. Was Menschen also machen: Sie schaffen sich „Inseln“, um sich zu entspannen. Nicht weil man die jeweiligen Fremden grundsätzlich ausschließen möchte, sondern weil es dann in der Fremde leichter ist, weil man dort nichts erklären muss, weil es dort den gewohnten kulturellen Alltag gibt, die „Routine“, die eigene Sprache, die Landsleute. Eine solche Insel kann auch die Religion sein, z.B. Gottesdienste in der Muttersprache, eine philosophische Richtung, eine Theatergruppe, ein Chor, eine Zeremonie, der Mitsommer-„Sitz“, regelmäßige Treffen mit Landsleuten – alle InterviewpartnerInnen hatten solche „Inseln“. Und ich würde nicht von diesen Inseln als Subkultur oder Parallelwelt sprechen, wie das so häufig in der deutschen Presse getan wird, solange sie – um beim Bild zu bleiben –, Fährverbindungen oder Brücken

zum Festland haben, Kontakte und Besuche möglich sind und ein Kennen lernen auf beiden Seiten.

Die einfachste, schnellste und direkteste Art, sich eine solche Insel zu schaffen und damit Heimweh zu lindern, ist das Essen. Wenn hinter Heimweh eine Liebesgeschichte steckt, wie ich behaupte, dann ist es nicht wirklich erstaunlich, dass Heimweh und Essen eng miteinander verknüpft werden und verknüpft sind. Liebe geht bekanntlich durch den Magen. Geschmack und Geruch entstehen im Gehirn und ihre Bewertung auch, doch die tatsächlichen Vorgänge und Wirkungen bei der Geruchs- und Geschmackswahrnehmung werden von den Neurowissenschaftlern erst erforscht. Gerüche können körperliche und psychische Veränderungen bewirken, ohne dass dies bewusst ist. Sie können unser Kaufverhalten und unsere Arbeitsleistung beeinflussen, unser Aggressionspotential und unsere Ängste. Der Geruchssinn ist ein archaischer Sinn, der weit mehr Handlungen und Gefühle steuert, als wir wahrhaben wollen, wir wissen und uns lieb ist. Und: Gerüche können nachweislich trösten.

Dass Essen tröstet, diese Erkenntnis ist ja nun nicht neu. Auf der Essensebene werden bekanntlich viele Probleme „gelöst“. Mich hat interessiert, was den Trost durch Heimwehrezepte vom gewöhnlichen Frustessen unterscheidet. Das Auffallende sind die Langsamkeit und die große Freude beim Zubereiten und dann beim Essen. Heimwehessen ist kein Essen, über das man heißhungrig und im Stehen herfällt. Es hat etwas Rituelles an sich, das zelebriert wird. Natürlich nicht immer in der Ausführlichkeit einer arabischen oder eritreischen Kaffeezeremonie. Heimwehessen hat nichts Weinerliches, Sentimentales an sich, nichts Gieriges und Wahlloses. Es ist durch und durch positiv besetzt, selbst wenn es das Heimweh manchmal auch erst hervorruft. Heimwehessen hat nichts von diesem Übermäßigen, das Frustessen kennzeichnet. Es wird liebevoll zubereitet und genussvoll gegessen – am besten mit anderen zusammen. Im Essen drücken sich Erinnerung und Anerkennung der eigenen Kultur aus. Oft sind es Familienrezepte. Schon beim Erzählen spürte ich die besondere Wertschätzung, die diese Rezepte genießen. Sie sind alltäglich und gleichzeitig bedeutungsschwanger, angefüllt mit Erinnerungen und Sinn.

Es sind eben nicht einfach Rezepte aus einem beliebigen Kochbuch. Sie bekommen vielleicht Fernweh, während es für jemand anderen ein Heimwehtröstessen ist. Das Fernweh des Einen ist das Heimweh des Anderen. Eigenes und Fremdes sind nicht so getrennt, wie es oft scheint. Es gibt Überschneidungen und Überlappungen. Es gibt quer über den Erdball eine Parallelität von Rezepten. „Das ist ja wie bei uns“ will heißen, so fremd ist das ja gar nicht. Entweder das Essen an sich oder die Zutaten oder die Einstellung dem Essen gegenüber. Etwas Vertrautes erscheint plötzlich in dem oszillierenden Gebiet von fremder Esskultur.

Die leichteste Art mit Fremden in Kontakt zu kommen, ist, mit ihnen ihr Essen zu essen. Kulturelle Diversität wird noch am ehesten auf dem Teller akzeptiert. Über Essen scheint es ganz einfach, sich kennen zu lernen und gegenseitig den kulturellen Respekt und die Anerkennung zu erweisen, die auf anderen Gebieten so schwer fallen und (leider oft) fehlen.