

ENDSTATION SEHNSUCHT

Heidi! Sissi! Prilblumen! Nichts wärmt so schön wie die Erinnerung. Kein Wunder, dass die **Nostalgie-Welle** noch immer rollt, denn das Gefühl macht froh und stark für das Jetzt

Inzwischen nenne ich sie liebevoll „meine nostalgischen Anfälle“. Weil ich sie regelmäßig bekomme, besonders bei Besuchen in der alten Heimat: Im Haus meiner Eltern durchstöbere ich Kammern und Keller, wühle in alten Kisten und öffne Schränke. Letzte Ausbeute von einem Streifzug: ein Haargummi mit zwei kirschroten Kugeln, aus einem ledernen Schmuckkästchen gefischt. Irgendwas lasse ich immer mitgehen. Oder ich fahre an meiner alten Schule vorbei und kaufe im Kiosk nebenan gezuckerte Lakritz-Brezeln und Brause-Ufos in einer weißen Papiertüte. Wenn ich dann über Landstraßen düse, den süßen Geschmack vergangener Tage auf der Zunge, überkommt mich ein Gefühl von Wehmut und Sehnsucht – und ich frage mich: Werde ich alt? Muss ich mir Sorgen machen? Bin ich eine schwermütige Nostalgikerin?

Wobei ich mich ziemlich wohl in der Gegenwart fühle. Ich lebe weder rückwärtsgewandt, bin weder ewig gestrig noch besonders traditionsbewusst. Aber es gibt eben diese Dinge, Erinnerungsstücke, die man um sich haben will: Altes, Geerbtes, Gebrauchtes (und wenn es nur so aussieht). Und diese Momente, in denen Erinnerungen einfach aufpoppen, ausgelöst durch ein Lied, einen vertrauten Geruch oder einen Gegenstand. Schon ist alles wieder da, der erste verschwitzte Blues zu „Brothers in Arms“ oder die gestärkte weiße Tischdecke, auf die Oma ihre köstliche Nudelsuppe stellte, während man die eine Hand in den weichen Cordbezug des Polsterstuhls drückte und den großen Silberlöffel in der anderen hielt. Zu schön, um nicht einen Moment innezuhalten und darin zu

schwelgen. „Schöne Erinnerungen beinhalten oft Erlebnisse mit anderen Menschen – Adria-Urlaube mit der Familie, Teenie-Partys, Suppe bei Oma –, sie vermitteln also ein Gefühl der Zugehörigkeit, und in Gedanken kehren wir gern an diese Orte zurück. Mit allen Sinnen. Und einem bittersüßen Gefühl. Hach, was waren das noch Zeiten! Fast ist es, als wäre es gestern gewesen. „Nostalgie ist ein Gefühl, das buchstäblich riecht, schmeckt und klingt. Eine gelegentliche Dosis gibt dem Leben einen Sinn. Nostalgie schafft Vertrautheit, und gemeinsame Erinnerungen bilden deren Fundament. Heute empfinden es mehr Menschen als je zuvor“, fasst Daniel Rettig („Die guten alten Zeiten, Warum Nostalgie uns glücklich macht“, dtv premium, 260 S., 14,90 €, erscheint am 25.11.) den Seelenzustand der Überdreißigjährigen zusammen. „Noch nie war Nostalgie so zeitgemäß“, sagt der Autor. Das hat mehrere Gründe: Erstens macht uns ausgerechnet die Technik zu hoffnungslosen Nostalgikern, zweitens die Masse der Möglichkeiten. Während sich unser Leben weiter automatisiert und vernetzt, surfen immer mehr von uns auf der Nostalgiewelle. Dank Facebook und anderen Diensten erwachte das gute alte Fotoalbum zu neuem Leben, noch nie wurde dank Handykamera so viel genknipt und verewigt wie heute. Ruckzuck machen Video-Apps wie Drop'n'Roll fast von allein aus unseren Erlebnissen einen nostalgischen Kurzfilm, untermalt von gefühlig schmachtenden Klängen. Das Ganze nicht in digitaler

Schöne Erinnerungen sind wie Orte, an die wir in Gedanken gerne zurückkehren

Schärfe, sondern gerne im leicht antiquiertem Look vergilbter Analogaufnahmen – Hightech versteckt im kuscheligen Nostalgie-Gewand. So schnell hat sich die Gegenwart noch nie in süße Erinnerungsträume verwandelt. Und noch nie war es so leicht, das Leben und seine schönsten Momente zu konservieren, zu feiern und mit anderen zu teilen. Nostalgie im Zeitraffer!

Allerdings kann das Leben im ständigen Update-Modus kann ganz schön anstrengend sein, denn die coolste App von heute ist morgen wieder Schnee von gestern. Die Geschwindigkeit, in der sich Technik verändert, die zahllosen Möglichkeiten, sein Leben zu gestalten – und die Freiheit, die wir heute genießen, erzeugen eben auch Unsicherheit und Orientierungslosigkeit. So sehnen wir uns in Zeiten des schnellen Wandels nach Beständigkeit. Die beste ▶

UNFORGETTABLE!
Na, alle(s) wiedererkannst? Und wie oft haben Sie oh! und ach ja! geseufzt? Mit Strandkorb, Schauma und Co. erwachen die Erinnerungen. Gut so! Forscher sagen: Nostalgische Gefühle sind wie Medizin gegen mentale Krisen





SÜSSE ERINNERUNG

Vier Fäuste für ein Halleluja! Der gute Bud Spencer führte mit seiner Biografie wochenlang die Spiegel-Bestsellerliste an, die legendäre Show Dalli Dalli ist wieder zurück in der ARD. Da hüpf das Herz...



ALLES GUTE KOMMT WIEDER. WIR FINDEN: DAS IST SPITZE!



viele Konzerne wärmen ihre altbewährten Slogans und Bilder wieder auf wie einen Eintopf aus Muttis guter Küche. In Studien schnitten die nostalgischen Werbevarianten

Medizin dafür: Nostalgie. In den DVD-Abteilungen der Elektronikmärkte ist der Dauertrend unübersehbar. Überall stehen Erinnerung im Serienformat: „Ein Colt für alle Fälle“, „Knight Rider“, „Der Denver-Clan“ & Co. Und hey, ihr Helden der Kindheit, „Heidi“, „Karlsson vom Dach“, „Pippi Langstrumpf“ und „Sindbad“, was können euch schon Computer-Animationen anhaben? Nichts, denn euer Charme verblasst nicht. Im Gegenteil.

Und so geht es reihum. Nicht nur die eigenen Erinnerungen, auch die geborgten machen glücklich und erzeugen Wohlgefühle. Die Versatzstücke vergangener Zeiten bevölkern unser Jetzt. Auf Ebay kloppen sich die Bieter nach wie vor weniger um futuristisches als um Lampen oder Sessel aus den 50ern oder 70ern, in unseren Wohnzimmern verdrängen Mustertapeten den Rauputz. Und wäre es nicht schön, in der Zeit des Draht- und Seelenlosen seinen Finger mal wieder in die Wählscheibe eines Telefons zu stecken? Oder erinnern Sie sich noch an die quietschbunten Prints der Marke Graziela? Die Muster auf Bettwäsche, Tassen oder Handtüchern mit den leuchtenden Fischen, Blumen, Elefanten und Zahlen rufen sofort Kindheitserinnerungen wach. Heute ist der Stoff, aus dem die Träume sind, wieder heiß begehrt. Meist sind etliche Kollektionsteile auf der Homepage der Neuauflage by-Graziela vergriffen und müssen vorbestellt werden.

„Nostalgieprodukte verkörpern Ideale und Eigenschaften, die heute scheinbar verlorengehen – Authentizität, Sicherheit, Vertrauen und Wärme“, sagt Autor Daniel Rettig. „Die Moderne hinterlässt an manchen Stellen ein emotionales Loch, das diese Produkte prima füllen.“ Auch die Werbewirtschaft hat das Erinnerungsschwere Lüftchen längst gewittert, Retrowerbung ist absolut en vogue: Mars macht wieder mobil, wie sind „Hoffentlich Allianz versichert“ –

einfach besser ab. Das, was man (wiederer)kennt und mit guten Zeiten verbindet, weckt auch heute gute Gefühle. „Nostalgie stellt eine spezifische Form der persönlichen und kollektiven Erinnerung dar. Sie schafft ein Gefühl der Zusammengehörigkeit, ist immer positiv, nie verbittert und immer tröstlich“, sagt Jochen Gebauer, Nostalgie-Forscher an der Southampton University. Der Blick in die Vergangenheit macht das Leben in der Gegenwart offenbar angenehmer. Interessant, was Sozialpsychologen in verschiedenen Experimenten dazu herausgefunden haben: Nostalgie stärkt unser „psychologisches Immunsystem“ und wirkt wie ein Schutzmantel für die Seele. Probanden, die sich zu Beginn eines Versuchs mit nostalgischen Erinnerungen beschäftigen sollten, waren im Vergleich zu ihren Mitstreitern immun gegen Miesmacherei. Eine andere Studie ergab: Je öfter die befragten Studenten gedanklich in die Vergangenheit abtauchten, desto stärker genossen sie ihr Leben. Wenn es einen natürlichen Schutzmantel für unsere Laune gibt, sagen die Forscher, dann soll man ihn auch nutzen. Gestresst und unzufrieden fühlt man sich im Alltag schon oft genug. Da kann es nur helfen, sich das Leben ein bisschen schönzufärben, rosarot eben. „Der Mensch neigt zum Verklären – im Nachhinein war alles halb so wild und doppelt so schön. Zum Glück, denn sonst würden uns ja auch negative Erfahrungen ewig nachhängen“, sagt Daniel Rettig. „Nostalgische Erinnerungen sind wie ein Sicherheitsnetz, das uns auffängt, wenn wir fallen“, meint der Autor. „Es geht nicht darum, aus der Gegenwart zu flüchten, sondern die Vergangenheit sinnvoll in die Gegenwart zu integrieren.“ Wenn wir diese unbestimmte Sehnsucht nach früher spüren, ist das wie ein freudiger Blick in den Rückspiegel des Lebens. Sie gibt dem Leben einen Sinn, denn Erinnerungen füllen die gelebte Zeit mit Erlebnissen. Darum werde ich mir bei nächster Gelegenheit den Dachboden vornehmen.

FRIEDERIKE SCHÖN

FOTOS: Bilder Name