Rei Gesing

Nur wer die Sehnsucht kennt, weiß...!

agenda

Rei Gesing, geb. 1973 im westfälischen Ahaus-Wüllen, ist gelernter Agrarbetriebswirt. Er übernahm zunächst den elterlichen Bauernhof und erweiterte diesen um ein international agierendes Agrarhandelsunternehmen. Nach einem Sabbatjahr outete er sich nicht nur als homosexuell, sondern schlug auch beruflich eine neue Richtung ein. Der vierfache Vater lebt heute in Münster und arbeitet dort sowie in Berlin als Buchautor, Publizist und Unternehmensberater.

Rei Gesing

Nur wer die Sehnsucht kennt, weiß...!

agenda Verlag
Münster
2019

Bibliografische Information der Deutschen Nationalbibliothek

Die Deutsche Nationalbibliothek verzeichnet diese Publikation in der Deutschen Nationalbibliografie; detaillierte bibliografische Daten sind im Internet über http://dnb.dnb.de abrufbar.

2. überarbeitete Auflage
© 2019 agenda Verlag GmbH & Co. KG
Drubbel 4, D-48143 Münster
Tel. +49-(0)251-799610
info@agenda.de, www.agenda.de

Druck und Bindung: TOTEM, Inowroclaw, Polen

ISBN 978-3-89688-640-8

Gewidmet
meiner Mutter Margret, die zuerst verlernte zu gehen, dann vom Hals abwärts gelähmt war. Zwanzig Jahre hatte sie ihr Schicksal heroisch und mit viel Humor gemeistert, als sie am 01. Mai 2000 starb.

Auch ihrem Enkel, den sie nie kennenlernte; meinem Patenkind Louis, der zuerst lernte, zu gehen, und wenige Tage später für immer von uns ging.

Die Sehnsucht ist groß.

Vorwort

„Ich will ehrlich sein! Meiner Meinung nach ein weiteres Buch der Rubrik ‚Bücher, die die Welt nicht braucht'. Lass es bleiben. Das Thema hat keine Bedeutung für die Menschen." Das antwortete Julian, ein Freund, den ich vor ein paar Jahren während eines Aufenthalts in einem Zen-Kloster kennenlernte, auf die Frage, wie er zu meinem Entschluss stehe, ein Buch zum Thema Sehnsucht zu schreiben.

Wie Sie sehen, habe ich mich nicht an seinen Rat gehalten.

Die Sehnsucht HAT Bedeutung für die Menschen! Sie bedeutet ALLES! Der moderne Mensch hat das aber vergessen. Vielleicht ist es das, was Julian meinte. Vielleicht ist es das, was er im Alltag wahrnimmt.

Doch was wäre die menschliche Existenz ohne die Sehnsucht, die weit hinaus geht über das Animalische, die reine Befriedigung unserer Triebe und das Stillen unserer Grundbedürfnisse? Die Sehnsucht bestimmt unsere Beziehungen und

Verbindungen. Auch die zu unseren Mitgeschöpfen, zur Natur, zu unserem Planeten. Die Sehnsucht erzeugt unsere Emotionen. Und die sind doch letztendlich alles, was wir haben im Leben. Sie SIND unser Leben. Die Sehnsucht entscheidet, wie und wo wir leben, welchen Beruf wir ergreifen, welchen Hobbys wir nachgehen, welche Positionen wir zu politischen, gesellschaftlichen, sozialen oder religiösen Fragestellungen einnehmen. Die Sehnsucht entscheidet darüber, ob, wie und in welchem Bereich und Umfang wir uns engagieren.

Die Sehnsucht macht uns lebendig. Ja, ich würde sogar so weit gehen, zu sagen, die Sehnsucht macht uns überhaupt erst zum Menschen. Die Sehnsucht verbindet uns Menschen. Sie eint die Menschheitsfamilie.

Es ist eine weit verbreitete Ansicht, dass Menschen dadurch zu Menschen werden, dass sie im Gegensatz zu den Tieren dazu imstande sind, über sich selbst nachzudenken. Sie besitzen also die Fähigkeit der Selbstreflexion. Doch den Menschen so zu definieren, ist diskriminierend! Denn

was ist dann mit den geistig Behinderten, den Demenzkranken?

Unser SEHNEN vereint uns. Wenn wir uns das bewusst machen, ist es leichter, Konflikte beizulegen und Frieden zu stiften, im Kleinen wie im Großen. Die Besinnung auf unser Sehnen kann den gesellschaftlichen Zusammenhalt fördern und uns verantwortungsvoll miteinander umgehen lassen. Diese Verbundenheit können wir nutzen, um in dieser winzigen Luftblase, in der wir durch das Universum rasen, zu überleben. Wir sitzen alle in EINEM Boot, oder besser gesagt, in EINEM Raumschiff, und das ist die Erde mit ihrer Atmosphäre. Wann haben wir das vergessen? Oder haben wir es möglicherweise noch gar nicht begriffen? Es klingt übertrieben und doch stimmt es: Die Sehnsucht ist der Schlüssel zur (Völker-) Verständigung im wahrsten Wortsinn (von Verstehen und Verständnis) und somit der Schlüssel zum Überleben der Menschheit auf der Erde, weil wir nur als vereinte Menschheit gemeinsam Verantwortung übernehmen und in Bezug auf gesellschaftliche und soziale Fragestellungen sowie in

Fragen des Umwelt-, Arten- und Naturschutzes an einem Strang ziehen können.

Wenn wir uns die Zeit nehmen, unsere Sehnsucht in all ihrer Vielfalt genauer anzusehen, bewusst mit ihr umgehen, ihr wieder mehr Bedeutung und Raum geben, wird uns das reicher machen.

Es beruhigt und heilt uns. Es lässt uns teilhaben an der ganzen Fülle des Lebens und schützt uns so dauerhaft vor Vereinsamung, Überforderung und Burnout!

Deshalb lade ich Sie nun ein, mich zu begleiten auf eine Entdeckungsreise hin zu den verschiedenen Erscheinungsformen der Sehnsucht, die wir alle mehr oder weniger gut kennen und durch die wir Menschen alle miteinander verbunden sind.

Berlin im Mai 2016.

Definition „Sehnsucht“

Sehnsucht (mhd. „sensuht“, als „krankheit des schmerzlichen verlangens“ [Gebr. Grimm: Deutsches Wörterbuch]) ist ein inniges Verlangen nach einer Person, einer Sache, einem Zustand oder einer Zeitspanne, die/den man liebt oder begehrt. Sie ist mit dem schmerzhaften Gefühl verbunden, den Gegenstand der Sehnsucht nicht erreichen zu können.

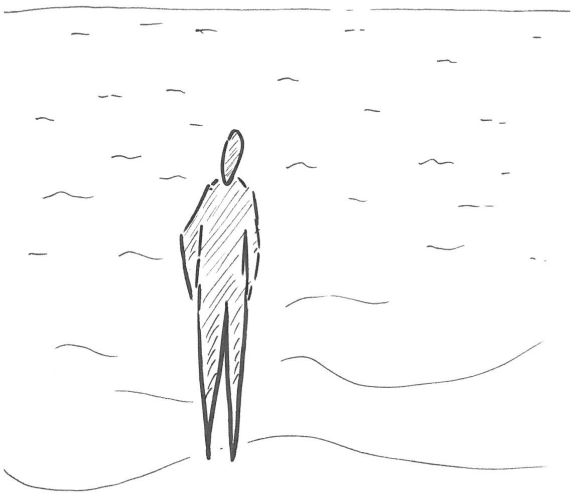
Bei Menschen, die sich vor Sehnsucht „verzehren“, kann diese in bestimmten Fällen krankhafte, psychopathologische Züge annehmen, so etwa bei verschiedenen Formen der Todessehnsucht, die bis zum Suizidwunsch reichen können. Der Leidensbezug des Wortes Sehnsucht im Mittelhochdeutschen wird in einem weiteren Beleg des Deutschen Wörterbuchs verdeutlicht, in welchem das „Siechtum“ des Sehnsüchtigen erwähnt wird. Unter Abschwächung des Krankheitsbezuges bezeichnete das Wort später den hohen „Grad eines heftigen und oft schmerzlichen Verlangens nach etwas, besonders wenn man keine Hoffnung hat, das Verlangte zu erlangen, oder wenn die Erlangung ungewiss, noch entfernt ist“ [Gebr. Grimm: Deutsches Wörterbuch].

Das Wort Sehnsucht wird als Germanismus in einigen anderen Sprachen verwendet.

Das Meer

Das Meer, der Sehnsuchtsort schlechthin. Ich stamme von einem Bauernhof in Westfalen. Es gab viele Tiere bei uns - viele Tiere und viel Arbeit. Deshalb, und wohl auch weil meine Mutter schwer krank war, konnten unsere Eltern mir und meiner Schwester in unserer Kindheit nicht viele Urlaube ermöglichen. Es gab Tagesausflüge zwischen dem ‚Vieh-Versorgen' am Morgen und dem ‚Vieh-Versorgen' am Abend. Die Zeit reichte aber nicht, um es bis an die nahegelegene holländische Küste und zurück zu schaffen. Meine Großmutter zum Beispiel, die erst 2001 mit 91 Jahren verstarb, hat in ihrem ganzen Leben nie das Meer gesehen. Die drei Wallfahrtsorte unseres Bistums, Eggerode (15 km), Telgte (70 km) und Kevelaer (120 km), waren die am weitesten entfernten Orte, die sie in ihrem Leben sah. Und während ich das schreibe, überkommt mich ein Gefühl der Melancholie. Was war ihre Sehnsucht? Warum war sie zeit ihres Lebens so depressiv? Hätte es einen Unterschied gemacht, wenn sie das Meer gesehen hätte? Wäre sie aus dieser Enge ausgebrochen? Und was hätte es in ihrer Jugend überhaupt bedeutet, auszubrechen?

Obwohl auch ich in meiner Kindheit nie am Meer war, hatte ich immer eine Ahnung davon, dass es etwas Besonderes sein musste, die Wellen brechen zu sehen, das Rauschen zu hören, den salzigen Nebel der Gischt auf der Haut zu spüren, die Gewalt, das Gigantische des Meeres ehrfürchtig zu betrachten und kein Ende zu entdecken, nicht genau zu wissen, wo am Horizont das Meer aufhört und der Himmel beginnt. Das war für mich schon immer der Inbegriff von Schönheit. Und schöne Dinge können sehr inspirierend sein.



Sie fördern unsere Kreativität, regen unsere Sinne an und lassen uns unsere Lebendigkeit spüren. Im Betrachten einer malerischen Landschaft – wie eben der des Meeres –, der Figur einer schönen Frau, der markanten Zügen eines Mannes, einer Herde von friedlich grasenden Schafen, eines farbenfrohen Kunstwerkes, eines kleinen Kindes, das gerade so heftig lacht, dass die Freudentränen nur so fließen, werden wir eins mit dem betrachteten Objekt. Diese Vereinigung hat etwas Paradiesisches, ist ein Stück Himmel. Sie lässt uns ganz präsent sein im jetzigen Augenblick und schenkt uns Ruhe und Gelassenheit.

Ich glaube, dass es so etwas wie eine natürliche Verbundenheit zwischen uns Menschen und dem Meer gibt. Schließlich sind wir genau genommen aus ihm entsprungen. Vor vielen Millionen Jahren gab es Leben im engeren Sinne nur in den Ozeanen. Dann lernten „die Fische laufen“ und nach und nach eroberten unzählige Tierarten das Festland und die Inseln. Unter ihnen der Homo sapiens. Vielleicht hat es mit dieser ursprünglichen Verbundenheit zu tun, dass das Meer eine

so große Anziehungskraft auf uns ausübt, dass es sich jedes Mal ein wenig wie ein „Nach-Hause-Kommen“ anfühlt, wenn wir das Meer sehen. Dass es uns beruhigt, wir aufatmen können, wir uns freier, leichter, unbeschwerter und geborgener fühlen, wenn wir an die verschiedenen Küsten unseres Planeten reisen. Nirgendwo ist es für mich selbstverständlicher, den Begriff „Mutter Erde“ zu verwenden, nirgendwo fühle ich mich verbundener mit unserem Planeten als beim ehrfürchtigen Betrachten der Brandung eines Ozeans.

Besonders Kinder verfügen über eine geradezu angeborene Begeisterung für das Meer. Ich habe es bei meinen eigenen, aber auch bei anderen, manchmal sogar bei sonst sehr schüchternen, ängstlichen und vorsichtigen Kindern erlebt – und erlebe es immer wieder –, dass sie bei ihren ersten Begegnungen mit den auf sie zurollenden Wellen schier überwältigt sind. Dass sie hüpfen, tanzen, kreischen, jubeln, lachen und alles um sich herum vergessen. Als träfen sie auf einen lang vermissten, alten Bekannten, einen innigen Vertrauten, dessen Rückkehr sie gar nicht mehr erwartet hatten.

Ist es die unbewusste Erinnerung an die Atmosphäre der Geborgenheit und das Gefühl des Beschütztseins im Fruchtwasser der Gebärmutter? Oder ist es die Freude über die Entdeckung eines weiteren, spannenden Details des Lebens?

Wenn im beruflichen Kontext Mandanten zu mir kommen, die sich in einer akuten Krisen- oder Konfliktsituation befinden und sich infolgedessen oft kraftlos, ausgebrannt und müde fühlen, streifen wir während eines intensiven Beratungsgesprächs manchmal das Thema Meer. Es fallen Sätze wie: „Einfach die Praxis schließen und ab ans Meer, das wär's." Oder „Jetzt würde ich gerne die Firma auf Standby schalten, ein paar Tage an die See fahren, mit den Füßen in der kalten Nordsee stehen und mir die frische Brise um die Nase wehen lassen." Nicht selten fließen auch ein paar Tränen, wenn solche Sätze fallen, und das ganze Ausmaß ihrer Erschöpfung und die Schwere der Last, die auf ihren Schultern liegt und sie niederdrückt, werden sichtbar.

Diese Menschen spüren und erleben in solch schwierigen Lebensphasen Enge, Unzufrieden-

heit, Abhängigkeit, Druck, Unsicherheit, Angst und nicht selten eine große Einsamkeit.

An das Meer zu denken, beruhigt sie. Mit dem Meer assoziieren sie genau das Gegenteil ihrer momentanen Situation: Freiheit, Weite, Unabhängigkeit, Leichtigkeit, Sicherheit, Vertrauen und Geborgenheit. Das Meer wird für sie in dieser schweren Zeit zu einem Symbol der Hoffnung und der Zuversicht. Am Meer könnten sie eine Pause einlegen.

Vielleicht ist das Meer auch für Sie ein schönes Ziel für Ihren nächsten Urlaub? Nutzen Sie diesen doch dazu, sich am Meer ganz Ihren Sehnsüchten und Träumen hinzugeben und einmal richtig abzuschalten. In der Ruhe, beim Betrachten der Schönheit der Wellen, dem Gefühl des Sandes zwischen den Zehen und den Geräuschen der Brandung.

Welche Bedeutung hat das Meer für Sie? Wie häufig sind Sie am Meer? Was empfinden Sie beim Baden im Meer? Bei einem Strandspaziergang? Werden alte Erinnerungen in Ihnen wach? Kommen Ihnen neue, vielleicht geniale Gedan-

ken? Kennen Sie Menschen, die noch nie am Meer waren? Was würden Sie ihnen gerne sagen?

Wonach sehnen Sie sich?

Wonach sehnst Du Dich?