

ich meine mürrische Reserve aufgegeben hatte und eines Tages unter den Mitreisenden Menschen entdeckte, deren Bekanntschaft ich auch heute noch als einen Gewinn ansehe. — Auch das kommt vor.

Die eigentliche und wichtigste Kunst des Reisens beginnt aber erst dort, wo die Künste der Reisebegleiter und Büros aufhören. Dazu bedarf es in erster Linie einer gewissen Kenntnis des eigenen Ichs und seiner wirklichen Nöte. Nur wer genau weiß, was ihm daheim fehlt und was er eigentlich braucht, wird in der Lage sein, so zu reisen wie im Grunde genommen ein jeder reisen müßte. Wer aber von uns hat in der Hast des Erwerbslebens genügend Zeit, um sich auf das Wichtigste zu besinnen: auf sich selbst? Wir treiben fast alle irgendeinen Sport, denn den Wert des gesunden Körpers erkennen wir vorbehaltlos an. Wir wissen alle, was Hygiene ist, und wir haben alle begriffen, daß vorbeugen besser ist als heilen. Unser Körper läßt sich auf die Dauer keine Vergewaltigung gefallen, und wir wissen meist sehr genau, wie wir mit ihm umgehen sollen. Dagegen sind wir, was unser Seelenleben, unser geistiges Dasein anbetrifft, meist blutige Laien, ahnungslose Selbstfresser, wenn man so sagen darf, Amokläufer gegen das eigene Ich. Was wissen wir von der Hygiene des Geistes? Und was ahnen wir von den Verkümmernungen unseres Innenlebens, die langsam, aber sicher fortschreiten und uns uns selber entfremden? Wie sollen wir merken, ob wir nicht einen seelischen Knax davongetragen haben? Genügt es, daß wir Bücher lesen, Theater, Konzerte und Kinos besuchen? Keineswegs! So wie der Körper seine Widerstandsfähigkeit gegen Verkümmernung und Erkrankung nur dann bewahren kann, wenn er rein gehalten wird und den Zusammenhang mit den Ursprüngen seiner Kraft nicht verliert, genau so kann auch der Geist nur dann gesund erhalten bleiben, wenn man ihn

immer wieder und wieder von den Schlacken des unbedingt Fremden befreit und an die Quellen seiner eigenen Harmonie zurückführt. Geistige Hygiene ist im Grunde von der körperlichen nicht sehr verschieden. Auch hier kommt es in der Hauptsache auf die Entlastung des Ueberbelasteten an und auf die Bewegungsmöglichkeit für das hinreichend lange Unbewegte. Wenn aber der Sport, als Mittel der Körperhygiene, sich vielerlei Formen und Wege erobert hat, so ist für eine wirksame geistige Hygiene das Reisen immer noch das beste Mittel, der beste Weg.

Man kommt in eine fremde oder lange nicht gesehene Stadt, man wandelt nie begangene oder längst vergessene Wege, man springt wie ein Taucher kopfüber in die Flut der neuen Eindrücke, der Geist nimmt ein wohltuendes und wirksames Bad, die verkümmerten Reste verschütteter Fähigkeiten und Sehnsüchte regen sich wie frische Keime unter den ersten Strahlen der Frühlingssonne, aufgezwungene oder freiwillig auf sich genommene Verzichte fallen herunter, als wären sie lästige Schuppen der geistigen Augen, und eines Tages begegnet man in irgendeiner stillen Gasse oder auf einem einsamen Pfad — seinem eigenen Ich, der verlorenen Harmonie der Jugend, dem Wunsch- und Traumbild der im Alltag verlachten Vergangenheit. Und danach ist jeder Tag unterwegs eine Schatzkammer der besten Erlebnisse aus dem Sicherleben und jede Stunde schön und mitunter auch weihevoll.

Jede wirkliche Reise ist immer eine Reise zum verborgenen Teil des eigenen Ichs. Jede gelungene Reise ist eine seelische Kur. Man sollte Menschen, die das ganze Jahr über arbeiten, von Staats wegen zwingen, in den Ferien zu reisen, zwingen, Erlebnisse und sich selber zu suchen, weil sie nur dann die Kraft mitbringen können, die sie für das nächste kommende Jahr der Arbeit brauchen.