

Wer nostalgisch ist, der schwelgt in oft geschönten Bildern von Verganem. Doch sentimentales Tagträumen schafft auch Antrieb für morgen.

Erinnerung an die Zukunft

Von Nadja Riahi

Es ist dieses flüchtige Gefühl von damals, aus einer Zeit ohne Ecken und Kanten. Als wäre jeder Tag ein weiter, offener Horizont, der sich so unendlich weit spannte wie der blassblaue Himmel über der Donauinsel. Sommerferien, Eisbecher, Schwimnudeln und unzählige Stunden auf „unserem“ Baum im Hamerlingpark. 

Treffen, die einfach stattfanden, ohne dass man unendlich Nachrichten schickte – ein Telefonat, ein Zettel in der Tasche oder das stille Wissen, dass am frühen Nachmittag sowieso alle auf dem Spielplatz landen würden.

Nachrichten mussten in eine einzige SMS passen – die Worte wurden abgewogen wie kleine Schätze. Erinnerungen an die ersten Digitalkameras, Fotos, die noch auf den Computer geladen wurden, um nach Tagen des Wartens gemeinsam angeschaut zu werden.

Es gab kein tägliches Teilen unseres Lebens in Social Media; unsere Geschichten blieben im kleinen Kreis und wurden in langen Gesprächen am Abend weitererzählt. Das sind die Details, die den „Sommer wie damals“ für mich ausmachen. Jeden Tag gab es etwas Neues zu entdecken: heute ein Buch verschlungen, morgen ein anderes getauscht. Ständig tauchten wir in neue Welten ein, kaum unterbrochen von Handys oder Pushnachrichten. Ohne ständige Erreichbarkeit konnten sich Momente ganz entfalten, Gespräche gingen nicht verloren, und das Warten auf Antworten führte zu unerwarteter Geduld und Vorfreude.

„Kannst du dich noch erinnern, als ...?“

Die größten Abenteuer waren manchmal die kleinen Fluchten: ein Tag am See, das Gefühl von nassen Haaren auf der Rückbank im Auto, der anschließende Restaurantbesuch, sonnenverklebt und zufrieden. Früher, als die Hitze noch erträglich, das Eis viel günstiger und die Sommerferien gefühlt endlos waren; als das größte Problem des Tages darin bestand, ob man zuerst ins Schwimmbad oder doch lieber noch eine Runde um den Block drehen sollte. Die Kugeln beim Lieblings-Eissalon gab es schon für ein paar Münzen, und selbst das letzte Kleingeld reichte irgendwie immer noch für einen „doppelten Becher“ – der beste Luxus, an den ich denken kann.

Genau das war womöglich der Zauber: diese Unverfügbarkeit, dieses unbeschwerte Zusammensein, das Gefühl, dass jeder Sommer ewig so weitergehen könnte. Die Welt erschien kleiner, übersichtlicher und trotzdem voller Möglichkeiten. Der „Sommer wie damals“ ruft in jedem von uns eigene Erinnerungen hervor, symbolisch steht er jedoch für eine Zeit, die man gerne zurückholen möchte – eine Sehnsucht nach unbeschwerter Freiheit, ersten Malen und einem gewissen Maß an Verantwortungslosigkeit.

Möglicherweise fragen sich deshalb nicht wenige, warum gerade diese Sommer der Kindheit und Jugend heller und wärmer leuchten als die meisten anderen Erinnerungen. Vor allem waren es die gemeinsamen Erlebnisse, die das Besondere ausmachten. Ob das Reitercamp, der Sand auf der Haut nach einem Tag am Strand oder die erste richtig große Houseparty – zusammen unterwegs zu sein schuf ein Gefühl von Zugehörigkeit und Verbunden-

heit. Dieses Phänomen bezeichnen Psychologinnen und Psychologen als „geteilte Nostalgie“. Es beschreibt, wie das gemeinsame Erinnern an solche Erlebnisse soziale Bindungen stärkt, Halt und Sinn stiftet. Ein einfaches „Kannst du dich noch erinnern, als ...?“ schafft Nähe und lässt gemeinsame Gefühle lebendig werden. Die Forschung zeigt, dass genau dieses Teilen nicht nur Wärme erzeugt, sondern auch motiviert, bestehende Freundschaften zu pflegen und bedeutungsvolle Beziehungen aufzubauen.

Die kollektive Sehnsucht nach „einem Sommer wie damals“ reflektiert die heutige Zeit: Sie offenbart die Diskrepanz zwischen Erfahrung von Beschleunigung und der tief verwurzelten Suche nach Entschleunigung und Authentizität. In einer Ära permanenter Erreichbarkeit und digitaler Vernetzung ist Nostalgie damit mehr als sentimental: Sie ist eine lebendige Kritik an der Gegenwart – an der Fragmentierung der Zeit, an der Oberflächlichkeit sozialer Medien und dem Verlust ungestörter Momente echter zwischenmenschlicher Begegnung.

Sehnsucht als Antrieb

Zwar wird Nostalgie oft als Flucht verstanden, doch neuere Studien beweisen das Gegenteil: Sie steigert unser emotionales Wohlbefinden, fungiert als Brücke zur Zukunft, schenkt Optimismus, verleiht Sinn und motiviert zum aktiven Handeln. So entfaltet sie sich als eine Ressource, die Kraft und Orientierung im Alltag gibt.

Die Sehnsucht nach jener Leichtigkeit wirkt wie ein innerer Kompass, der zeigt, was wirklich wichtig ist: Nähe, einfache Freuden, Sinn. Wir greifen auf alte Lieder zurück, besuchen vertraute Orte oder treffen Menschen, mit denen wir früher diese Leichtigkeit teilen konnten. Diese sogenannten Ankerpunkte wirken

stärkend, lösen jugendliche Vitalität aus und schenken Hoffnung. Noch umfassen der wird die Wirkung, wenn wir diese Erinnerungen im Miteinander teilen. Das einfache „Weißt du noch damals?“ kann Türen öffnen und alte Gefühle neu entfachen. Der Austausch intensiviert soziale Bindungen und füllt Freundschaften mit neuer Wärme.

Paradoxerweise dient diese Sehnsucht nach der Vergangenheit auch als progressives Instrument: Das Konzept der „antizipierten Nostalgie“ beschreibt, wie heute bereits Momente geschaffen werden können, an die man später voll Wärme zurückdenkt – Sonnenuntergänge, kleine Traditionen, das gemeinsame Lachen mit Freunden. So wird Nostalgie zum lebendigen Antrieb, der das moderne Leben bereichert.

Nostalgie wird dadurch eine treibende Kraft, die unbeschwerte Erlebnisse der Vergangenheit in der Gegenwart neu lebendig macht. Die Sehnsucht nach der Leichtigkeit und den Abenteuern von damals, gepaart mit dem Wunsch, soziale Bindungen zu pflegen, regt direkt dazu an, die Gefühle von damals wiederherzustellen.

Manchmal genügt es, den vertrauten Baum zu besuchen oder die gleichen Eis-sorten zu bestellen wie damals – als wäre man wieder zwölf. Oder man holt die alte rosa Digicam aus der Lade und scrollt gemeinsam am Laptop durch diese verschwommenen, überbelichteten Fotos.

„In einer Ära permanenter Erreichbarkeit ist Nostalgie eine lebendige Kritik an der Gegenwart und an der Fragmentierung der Zeit.“

Sommerferien

Das erste selbstgekaupte Eis oder Besuche im Schwimmbad: Viele schöne Momente aus unserer Kindheit bekommen mit dem Alter einen besonderen Wert.



Lesen Sie auch „Nostalgie: die Zukunft, die wir einmal hatten“ (16.2.22) von Christian Jostmann auf [furche.at](https://www.furche.at).



Kein Abo?

Jetzt DIE FURCHE
4 Wochen gratis lesen

- frisch gedruckt vor die Haustür
- online inkl. E-Paper für unterwegs
- alle Artikel seit 1945 im FURCHE-Navigator

DIE FURCHE
online im Navigator seit 1945 

Pssst!
Erzählen Sie
es gerne
weiter ;)



Hier anmelden
[furche.at/abo/gratis](https://www.furche.at/abo/gratis)
+43 1 512 52 61 -52
aboservice@furche.at