

Hans Werner Woltersdorf

Hinter den
**Kulissen der Neuen
Weltordnung**

Zeitkritik ohne Tabus



GRABERT-TÜBINGEN

Streß, der Preis der Freiheit

Hans Selye war noch Student, als er sich Gedanken darüber machte, daß nicht der Arzt, sondern der Patient selbst zuerst feststellt, daß er krank ist. Er fühlt sich belastet, auch dann, wenn sein Arzt nichts findet, was eine Krankheitsdiagnose erlaubt.

Streß, englisch, ist der Technik entnommen und betrifft die Statik, die Belastbarkeit bei Brücken, Trägern und dergleichen. Das verführt dazu, diesen Streßbegriff in der Medizin gleichermaßen mechanistisch zu betrachten. Es geht dabei um die Reihenfolge von Ursache und Wirkung: Ist erst die Krankheit da, welche sekundär eine Belastung zur Folge hat, oder ist da zuerst die Belastung, welche sekundär eine Krankheit auslöst. Und welcher Art ist diese krankheitsauslösende Belastung?

In den siebziger Jahren machten ein Buch und eine Fernsehserie mit dem Titel »Phänomen Streß« von sich reden. Der Autor dieses Themas folgte der materialistischen Wissenschaftsauffassung, die alles Sein und Geschehen auf die Funktionen von Physik und Medizin zu reduzieren bestrebt ist. Auch den Streß. So veranschaulichte er die den Streß auslösenden Faktoren: Da ist die flimmernde Leuchtreklame, der Verkehrslärm, dröhnende Jets, Verkehrsstau, die viel zu lange Arbeitszeit, Ärger mit dem Chef, den Untergebenen, mit den frechen, ungehorsamen Kindern. Hinzu kommen die vielfältigen Belastungen aus der gestörten Umwelt. Der Autor stellte dar, wie bei jedem Reklameblitz die Hypophyse reagiert, Adrenalin ins Blut schüttet, um die Verteidigungsbereitschaft zu aktivieren, wie die Nebennierenrinde vermehrt bestimmte Wirkstoffe (Corticoide) ausschüttet oder spezifische Drüsentätigkeiten vermindert. Natürlich sind solche inkretorischen Aktivitäten normal und sinnvoll, wenn der Mensch, wie beispielsweise in früheren Zeiten, auf Jagd geht, alle seine Sinne anspannen und Gefahren entgehen muß. Doch die alarmierende Aktivität des Endokrinsystems ist bei Verkehrsstau oder Discolärm sinnlos. Wie wirken sich die ausgeschütteten Alarmstoffe aus? Was kann man dagegen tun?

290

Da hilft nach Meinung des Autors nur eines: weniger Reklameblitze, Verkehrslärm, Umweltverschmutzung, freundlichere Chefs, liebe Kinder, weniger Arbeitszeitbelastung und mehr Urlaub. Diese Belastungen nämlich sollen die Ursachen für viele organische Erkrankungen sein, für Diabetes, Infarkte, Magengeschwüre, gar für Krebs. Folglich ist jeder im Berufsleben stehende Mensch, der seine 40 Stunden in der Woche arbeiten muß, der von Termin zu Termin hetzt, zu Hause sich mit dem einzigen Sohn ärgern muß und den Stammtisch nicht verpassen darf, gestreßt. Und wenn er dann irgendwann und irgendwie erkrankt, ist das die Folge des Stresses.

Der unvergleichliche Streß der Kriegsjahre

Uns war diese Kausalistik nicht ganz logisch; so setzten wir uns mit dem Autor in Verbindung. Was er da als streßauslösende Faktoren schildert, war doch in der Kriegszeit hundertfach höher anzusetzen: Da mußte mindestens 12 Stunden am Tag gearbeitet werden, der Druck auf Leistungen war viel höher, von einem Urlaub der heutigen Art konnte man nicht einmal träumen. An den Wochenenden mußte man für irgendeine Organisation tätig sein. Zu Hause herrschte die Angst um das Schicksal der Söhne, Männer, Väter, die irgendwo an der Front kämpften. Von diesen Sorgen wurde man abgelenkt durch Fliegeralarm, das Knallen der Flakgeschütze, die donnernd dröhnenden Flugzeuge und deren alles vernichtende Bomben. Der heutige Verkehrslärm und das Gedröhne einer Disco nehmen sich dagegen wie ein Beethovenkonzert aus. Die Situation der Soldaten an der Front, ob in Abwehr oder Angriff, jeweils an der Grenze zum Tode oder zur Verkrüppelung lavierend, abwechselnd gelähmt von Angst und aufgeputscht

durch die Kampfhandlungen, ist für die gestreßten Wohlstandsbürger nicht einmal nachvollziehbar.

Diese Kriegsgeneration, mehr noch die Überlebenden der Vertreibung, Flucht, gekennzeichnet durch Hunger und Entbehrungen der ersten Nachkriegsjahre, die mehr Todesopfer forderten als die Kriegsjahre, mußte nach »Phänomen Streß« an den Folgen dieser Überbelastung eigentlich längst gestorben sein. Doch damals sprach man nicht einmal vom Streß, dessen typische Krankheiten

291

keineswegs vielfältig die Medizin und die Krankenhäuser beschäftigten. Sie waren geradezu selten. Wer diese Zeiten, wenn auch körperlich lädiert, überlebt hat, war physisch und psychisch so gesund, daß er sich mit einem unbändigen Willen und einer unerklärlichen Energie in den Wiederaufbau stürzen konnte. Die Kriegsgeneration hat die Trümmer beseitigt und das Land wiederaufgebaut, schöner denn je. Sie hat das für unmöglich gehaltene Wirtschaftswunder erarbeitet, erschuftet. Die Arbeitswoche hatte sechs Tage und der Tag zwölf Stunden. Als man sich einen Jahresurlaub von zwei Wochen erkämpft hatte, gab es nur wenige, welche sich darin wirklich erholen konnten. Doch der Streß und die damit verbundenen Streßkrankheiten haben noch immer auf sich warten lassen.

Streß als Folge der Verhaltensunsicherheit

Erst als das Wirtschaftswunder vollbracht war und die Nachkriegsgeneration im Gegensatz zur Kriegsgeneration wie in einem Streßerholungsheim lebte, da begann der Streß, sich zu einer Seuche zu entwickeln.

Wir wiesen den Autor der Sendung »Phänomen Streß« auf diesen Widerspruch hin, den er nicht aufzulösen vermochte. Im Gegenteil. Er übernahm sogar unseren entscheidenden Hinweis für diesen Widerspruch: Damals, so schrieb er, war die Verhaltensunsicherheit nicht gegeben. Er traf damit den wahren Kern der eigentlichen Streßursachen, den er in seiner Fernsehdokumentation bereits durch den auf Jagd gehenden Steinzeitmenschen angedeutet hatte: Die zielgerichtete Anspannung und Bereitschaft, Gefahren zu begegnen, werden durch das Endokrinsystem sinnvoll unterstützt. Es gibt keine Verhaltensunsicherheit - was natürlich Verhaltensfehler nicht ausschließt.

In der Tat waren die Kriegszeit und die Jahre zuvor keineswegs von Verhaltensunsicherheit gekennzeichnet. Jeder Bürger war in irgendeiner Organisation erfaßt, hatte Vorgesetzte, Chefs, Führer, die sagten, was man zu tun und zu lassen hatte. Weitaus strenger wurde dieses organisatorische System in der Kriegszeit praktiziert. Der Krieg an sich läßt kaum Verhaltensunsicherheiten zu; denn er bedingt eine sehr weitreichende Aufgabenstellung. Überall wurde angeordnet, befohlen, angewiesen, geplant, organisiert. Bei einer drohenden Gefahr, bei Alarm, wußte man, wie man sich in Sicherheit bringt oder zur Abwehr bereit macht. Auch die weitverbreitete Angst an sich ist kein Streßfaktor, denn die Angstursache ist begreifbar und ermöglicht ein präventives Verhalten.

Auch in den ersten Nachkriegsjahren hat die gewaltige Fülle an Aufgaben keinen Spielraum an Verhaltensunsicherheiten gelassen. Angesichts der bis zur Unkenntlichkeit zertrümmerten Städte stellten sich die vielfältigen Aufgaben auch ohne Kommandos und Befehle: Aufräumen, Ruinen sprengen, Trümmer beseitigen, Neuaufbau planen, organisieren, improvisieren, Widerstände überwinden, durchführen. Das alles war, wie schon geschildert, äußerst strapaziös und erforderte Einsatz bis zur Erschöpfung, aber es war nicht stressig im Sinne des Erfinders Hans Selye.

Der wahre Streß

Nicht diese meßbaren physischen Belastungen verursachen den Streß mit seinen typischen Krankheitsfolgen, sondern die unterschwellig nagenden psychischen Belastungen, die das Bewußtsein nicht zu definieren und zu erfassen vermag und deswegen unangreifbar bleiben. Als Beispiel diene ein mit Ratten durchgeführtes Experiment: Die Gitterstäbe des Rattenkäfigs sind elektrisch geladen und verursachen unangenehme Stromschläge. Die Ratte entweicht durch die einzige Öffnung auf einen schmalen Steg, der keinen anderen Ausweg bietet als den tödlichen Fall in die Tiefe. Also läuft die Ratte zurück in den Käfig, wird von dort wieder durch die elektrischen Schläge vertrieben auf den Steg und so weiter und so fort. In dieser Ausweglosigkeit erlahmt das Immunsystem, so daß sich die Ratte über eine harmlose Krankheit aus dem sinnlos gewordenen Leben zurückzieht.

Hans Selye, seit 1964 Professor für Medizin in Montreal / Kanada, hat sich später besonders mit den endokrinologischen Folgeerscheinungen des Stresses befaßt, hat aber für seine Forschungen den Streß nicht durch physische, sondern durch psychische Belastungen

294
der oben erwähnten Art ausgelöst. Er hat seine Versuchsobjekte geärgert. Er stellte fest, daß sich bei den Versuchsobjekten unterschiedliche Belastungsarten stets an denselben Organen auswirkten. Ob sich jemand beispielsweise über seine Kinder ärgert, ob er Geldsorgen hat oder um seine Entlassung aus dem Arbeitsverhältnis fürchtet, es schlägt stets auf den Magen. Andererseits haben gleichartige Belastungen auf einen Kreis sehr unterschiedlicher Versuchsobjekte auch sehr unterschiedliche Reaktionen zur Folge. Jeder reagiert also auf seine spezifische Art und Weise, indem das jeweils schwächste Organ erkrankt. Diese Beobachtung schließt physische Belastungen als Streßursache weitgehend aus, weil eine physische Belastung auch eine bevorzugte Organgruppe beanspruchen würde. Ursache und Wirkung würden in einem kausalen Zusammenhang stehen, so daß die Krankheit mit Beseitigung der Ursache geheilt werden könnte. Anders bei dem wahren Streß. Zwar kann die Medizin das lädierte Organ reparieren; um aber die Krankheit zu heilen, müßte auch deren Ursache beseitigt werden. Da aber der Patient diese Ursachen selbst nicht kennt, steht der Arzt vor einer sehr schwierigen Aufgabe.

Der Wohlstandsstreß

Es ist kein Geheimnis, daß mit dem Wohlstand die eigentliche Streßseuche eingesetzt hat. Naheliegend war die Ursachenbehauptung, daß der Bürger nach den Hungerjahren der Kriegs- und Nachkriegszeit nunmehr das Versäumte nachgeholt und sich gewissermaßen überfressen hat. Man weiß, daß die Sieger von 1945 die halbverhungerten Insassen von Konzentrationslagern in mißverständlicher Barmherzigkeit mit Delikatessen aufgepäppelt und dabei oft totgefüttert haben. Doch das ist auf den Wohlstandsbürger nicht anwendbar, zumal er aus der Hungerzeit allmählich in normale Verhältnisse hineingewachsen war.

Der Bundesbürger hat seinen von ihm selbst geschaffenen Wohlstand in der Regel, gut, vernünftig und auch sinnvoll verkraftet. Gerade weil sein Wohlstand nicht wie ein Lotteriegewinn auf ihn herniedergefallen, sondern mühselig erarbeitet worden ist, lag ihm

294
der Mißbrauch fern. Diese Arbeit hat ihn auch nicht gestreßt, denn wer sein Metier beherrscht, kann einen vollen Terminkalender haben und von einem Termin zum anderen hetzen; er wird nicht gestreßt. Anders ist es bei Personen, die ihrer Aufgabe nicht gewachsen sind, die ständig Angst vor Fehlern haben müssen, die den Intrigen von Kollegen, Vorgesetzten oder auch Untergebenen ausgesetzt sind, diese sind in ihrem Verhalten verunsichert und damit anfällig für den wahren Streß auch ohne vollen Terminkalender.

Der Preis der Freiheit

Die Deutschen haben in ihrer wechselvollen Geschichte - bis auf das mißglückte Intermezzo der Weimarer Republik - keine Demokratie erlebt oder praktiziert. Immer hatten sie einen Fürsten oder Bischof, einen Herzog, König oder Kaiser, der ihnen sagte, wo es lang geht, was sie zu tun und zu lassen haben, der ihnen Tugenden, Sitten und Anstand predigte und moralische und geistige Werte vorgab. Er war Landesvater, Gerichtsherr, Beschützer und absolute Autorität.

Nach dem Zweiten Weltkrieg haben uns die Sieger wieder einmal eine Demokratie beschert und zugleich alle nichtdemokratischen Systeme als Diktaturen verurteilt. Demokratie bedeutet, wie das Grundgesetz auch ausdrücklich betont, die Herrschaft des Volkes. Doch eine solche Volksherrschaft, das wußte sogar die Volksdemokratie der DDR, ist völlig illusorisch. Wie unsere Bundesdemokratie funktioniert, muß hier nicht unterrichtet werden. Doch eines liegt unübersehbar in der Natur der Sache: Die um die Macht wetteifernden politischen Parteien kämpfen gegeneinander. Sie bezichtigen sich gegenseitig der vielen Fehler, die sie begehen, stellen ihre Fähigkeiten in Frage, disqualifizieren sich gegenseitig und entautorisieren ihre Führer. Opposition um der Opposition willen und Kritik um der Kritik willen ist demokratisches Prinzip, durch das man sich von einer Diktatur unterscheidet. Sind mehrheitliche Parlamentsentscheidungen oft genug halbherzige Kompromisse, so unterliegen sie sogleich abwertenden Kritiken der kaum minder starken Opposition, so daß sie ebenso wenig Überzeugungskraft haben wie die Politiker, welche sie in endlosen Redeschlachten zusammenstückelt haben.

295

Das Volk ist orientierungslos, verunsichert. Es hat keinen Landesvater und keine Autorität als Leitfigur. Selbst dem Elternhaus als Hort der Familie, der Erziehung und als richtungweisender Autorität hat man diese Aufgabe abgesprochen. Die Eltern der Nachkriegsgeneration wurden moralisch disqualifiziert, weil sie einem verbrecherischen System gedient haben. Sie wurden zu Versagern abgestempelt zu Verbrechern, zu ungläubwürdigen Heuchlern, die keinen Anspruch auf Vorbildfunktionen besitzen. Selbst die einst erziehungsberechtigten Lehrer wurden zu reinen Wissensvermittlern degradiert die kein Recht haben, zu Sitte, Moral, Anstand und moralischen Werten zu erziehen. Denn das große und wohl auch einzige Ideal der demokratischen Gesellschaftsordnung ist die Freiheit. Wir haben keinen Diktator, keinen Fürsten, Bischof oder Kaiser mehr, nicht einmal einen Lehrer, der uns vorschreibt, was wir zu tun und zu lassen haben. Alles, was die eigenverantwortliche freiheitliche Selbstverwirklichung beeinträchtigt oder in bestimmten Bahnen lenken könnte, wurde eingeschränkt.

Getragen ist dieses Freiheitsideal von einer materialistisch orientierten Wissenschaft, die von einer Selbstorganisation der Materie überzeugt ist. Am Anfang, so die Lehre des Materialismus, war die Erde ein lebensfeindlicher Feuerball. Alles, was auf der Erde entstanden ist, das Leben, die Flora und Fauna, ist entstanden aus dem Spiel der freien Kräfte. Aus einer einfachen Aminosäure hat sich ohne fremdes Zutun über den Einzeller die Fauna bis hoch zum Physikprofessor entwickelt. Die vorbildliche Harmonie und Ordnung der Natur könnte sich nur in Freiheit entfalten. Auch die menschliche Gesellschaft und ihre Wirtschaft sind Teil dieser Natur und deren Gesetzmäßigkeiten unterworfen. Nur wenn der Mensch als Gleicher unter Gleichen in dieses freiheitliche Geschehen eingreift, um sich materielle - Vorteile zu verschaffen, wird das Gleichgewicht gestört, gibt es Ungerechtigkeiten, Krieg und Verwüstung.

Daß hinter den Kulissen dieser natürlichen Ordnung sich ein grausamer Kampf ums Überleben, ums Fressen und Gefressenwerden abspielt, wird dabei ebenso übersehen wie die Notwendigkeit, daß jede Art für diesen Kampf gerüstet sein muß. Dazu gehört wesentlich die Disziplinierung der Gemeinschaft, die Auswahl der Leittiere und die

bedingungslose Unterwerfung. Geführt und diszipliniert werden die Herden oder Gruppen vor allen Dingen durch unausrottbare Instinkte, angeborene Verhaltensweisen, die man kennt und weiß, ohne sie gelernt zu haben. Sich aus einem solchen Verband zu befreien und eigene Wege zu gehen, wäre tödlich.

Der Mensch hat alle seine Instinkte - bis auf den Mama-Instinkt - reduziert. Er ist aber gleichermaßen auf die Gemeinschaft, die Familie, sein Volk angewiesen. Das, was den Tieren angeboren ist, muß er mühselig lernen, muß ihm anezogen werden, damit er sich in seinem Lebensraum, der Gesellschaft, bewegen und bewähren kann.

Wenn diese unverzichtbaren Voraussetzungen entzogen werden, wenn außerdem die Demokratie zum Kampf aller Interessengruppen gegen alle anderen entartet, wenn alle politischen Entscheidungen wieder in Frage gestellt werden, wenn jede mögliche Autorität zugleich disqualifiziert und entautorisiert wird, wenn außerdem der eigene Kulturkreis durch eine Multikultur verfremdet wird, dann ist die Verhaltensunsicherheit perfekt und liefert den idealen Nährboden für den Streß und die Streßkrankheiten, der noch gedüngt wird durch die Massenmedien, welche fortlaufend über angebliche Gefahren und drohende Katastrophen berichten.

»Über den Wolken« lautet ein bekannter Schlager, »muß die Freiheit unendlich groß sein.« Mögen sich die Freiheitsprediger einmal davon überzeugen, daß diese unendliche Freiheit zugleich tödlich ist. Es dürfte doch wohl mehr als unwahrscheinlich sein, daß die Macher dieser demokratischen Freiheitsideale, zumal sie die gottgläubigen Symbole des Christentums in ihrem Namen tragen, nicht wissen, wie zerstörerisch diese Freiheiten sind. Bereits im Physikunterricht der Tertia lernt man den zweiten thermodynamischen Hauptsatz, der letztlich besagt, daß jedes System von Freiheiten um so mehr zum Chaos tendiert, je mehr Freiheiten gewährt werden. Ein Chaos aber ist ebenso tödlich wie die grenzenlose Freiheit, weil jedes Tun und Planen sinnlos ist. Man zieht sich, wie in dem geschilderten Rattenexperiment, über eine Streßkrankheit aus dem sinnlos gewordenen Leben zurück.