

ARZT UND UMWELTSCHUTZ

veröffentlicht in Schweizerische Ärztezeitung, Nr. 19
vom 11.5.1977

Dr. Kurt E. Schneider

Arzt und Umweltschutz

Von Dr. Kurt Schneider, Zürich

Zum zweitenmal hat sich die Schweizerische Gesellschaft für Umweltschutz mit einem Rundschreiben an eine grössere Zahl von Ärzten gewendet, um diese zum Beitritt der SGU zu bewegen. Mit Interesse habe ich das beiliegende «Portrait» sowie das Grundsatzprogramm gelesen – ganz besonders hat es mich gefreut zu sehen, dass «das Schwergewicht der Umweltschutzmassnahmen bei der Ursachenbekämpfung liegen soll und nicht bei der Entwicklung ausgeklügelter Abwehrtechnologien». Neben der «frühzeitigen Mitsprache bei Gesetzgebungs- und Prüfungsverfahren» soll «die Öffentlichkeit besser über die Probleme und Zusammenhänge des Umweltschutzes orientiert werden».

Konsequente Durchsetzung des Verursacherprinzips möglich?

Wo liegen nun aber die Ursachen für unser umweltzerstörendes Verhalten? Nur wenn dieser Frage nachgegangen wird, kann das «Verursacherprinzip konsequent durchgesetzt werden», das Wesen dieser neuen Zivilisationskrankheit erkannt und eine entsprechende Therapie eingeleitet werden. Wenn ich die mir zugestellten Unterlagen der SGU durchlese, so stosse ich wohl auf viele konkrete Vorschläge darüber, wie über technische und rein organisatorische Massnahmen das Umweltschutzproblem gemeistert werden soll, aber es fehlt jeder Hinweis auf die eigentliche Ursache – abgesehen von den sehr diffus gehaltenen «komplexen Interdependenzen zwischen Umweltfragen und anderen gesellschaftlichen Problemen» in § A3.

Weshalb muss der moderne Mensch sich überfressen, mit Drogen vollspritzen, mit Lärm betäuben und gleichzeitig noch seine Umwelt kaputt machen? Weil es zu wenig Vorschriften und Verordnungen für «richtiges Verhalten» gibt? Doch wohl eher, weil ihm jegliches Gefühl für «Richtig und Falsch» abhanden gekommen ist, das heisst, weil seine psychische Wahrnehmungsfähigkeit gestört ist.

Freud hat begonnen, in diese verdrängten Bereiche des menschlichen Wesens hinabzusteigen; dass seine

Sublimationstherapie aber (glücklicherweise) nicht aufgeht, zeigt sich im Versagen der «Anstelle-von»-Lebensweise. Die Substitutionsbehandlung erwies sich nicht nur als ungenügend, sondern geradezu als katastrophal. Aus der Unfähigkeit heraus, seine wirklichen Bedürfnisse, «das ihm Gemässe» wahrzunehmen (weil er nicht «bei sich selbst ist», sondern als leicht manipulierbare Attrappe durchs Leben gehetzt wird), konsumiert der Mensch masslos Ersatzbefriedigungen. Erkenntnisse aus den neueren, vorwiegend gruppentherapeutischen Methoden der Bioenergetik, Gestalt-, Primärtherapie, Transaktionsanalyse, weisen alle in dieselbe Richtung: Die Mehrheit der westlichen Menschen sind, falls sie noch die Möglichkeit des Fühlens haben, frustriert und verängstigt (und müssen diese unangenehmen Gefühle im Alkohol, in der Arbeit ersaufen, mit einer Unmenge von Aussenreizen überfluten), oder sie sind bereits gefühlsmässig gesprochen tot (das heisst, sie bringen sich mehr oder weniger schnell um [rauchen, «vivere pericolosamente», Suizid usw.], oder die «Robusteren» unter uns machen zumindest ihre Umgebung, «den anderen» kaputt).

Solange diese Zusammenhänge übersehen werden, verschleudern wir nicht nur unnütz Zeit, Geld und Energie, sondern wir tragen durch unser «Tun als ob» auch noch dazu bei, die bestehende Misere zu verlängern. Der Versuch, auf dem Verordnungsweg die übermässige Umweltbelastung in den Griff zu bekommen, wird uns nur weiter in die Sackgasse treiben.

Ist der Weg zur Wiedermenschwerdung verschüttet?

Ob der andere Weg, nämlich die «Wiedermenschwerdung um ganzheitlichen Sinne», noch gangbar ist (und überhaupt von der Mehrheit der Betroffenen gewünscht wird), lässt sich kaum beantworten – die Entscheidung muss jeder für sich allein treffen. Aber – «es gilt die Öffentlichkeit über die Probleme und Zusammenhänge zu orientieren». Erst wenn wir die tiefe seelische Not, welche der «äusserlichen» Umweltzerstörung zugrunde liegt, in das Verursacherschema miteinbeziehen und willens sind, die sich ergebenden Konsequenzen zu ziehen, sehe ich eine reale Entlastungsmöglichkeit nicht nur für die bedrohte Umwelt, sondern auch für jedes überlastete Individuum in unserer Gesellschaft.

Replik

Von Prof. Meinrad Schär, Zürich

Herr Kollege Schneider möchte mit seinen Bemerkungen zum Grundsatzprogramm der Schweizerischen Gesellschaft für Umweltschutz (SGU) auch die Zivilisationskrankheiten und die Suchtprobleme in die Diskussion mit einbeziehen.

Bei aller Anerkennung der Bemühungen der SGU um die Verbesserung der Umwelt und somit auch der Lebensqualität, vermisst Dr. Schneider Hinweise auf die eigentlichen Ursachen umweltzerstörerischen Verhaltens.

Wenn die SGU im Zusammenhang mit der Umweltbelastung durch schädliche Einflüsse chemischer und physikalischer Art (Luft- und Gewässerverschmutzung, ionisierende Strahlen und Lärm) ein Vorgehen nach dem Verursacherprinzip fordert, so meint sie damit das Verhindern oder Vermindern von Emissionen an der Quelle. Dies kann auf verschiedene Art und Weise bewerkstelligt werden: durch Einsparungen beim Energieverbrauch, z.B. durch besseres Isolieren und Senken der Raumtemperatur oder durch Benützen öffentlicher Verkehrsmittel anstelle von privaten Motorfahrzeugen; durch Verminderung von schädlichen Emissionen, z.B. bei Verwendung von schwefelarmen Öl oder der vermehrten Ver-

wendung von Sonnenenergie und anderen umweltfreundlichen Energieträgern (z.B. auch Erdgas) anstelle von Erdöl; durch Verminderung des Lärms bei Motorfahrzeugen und Maschinen mit Hilfe von technischen Vorkehrungen usw.

Die SGU hat durch Fachausschüsse Vorschläge für die Verminderung der Umweltbelastung durch den Verkehr, durch die Industrie und durch die Haushaltungen erarbeiten lassen und diese in grosser Auflage veröffentlicht.

Dass letzten Ende der Mensch bzw. sein Verhalten die Ursache für den allergrössten Teil der Umweltbelastung darstellt, ist nicht zu bezweifeln; doch glaube ich, dass sich eine Fachgesellschaft wie die SGU ein zu hohes Ziel steckt, wenn sie sich – wie es Kollege Schneider fordert – der «Wiedermenschwerdung im ganzheitlichen Sinne» annehmen sollte. Eine bessere physische Umwelt könnte jedoch diese Wiedermenschwerdung begünstigen. Es ist deshalb nicht angebracht, den Versuch, die Umweltbelastung in den Griff zu bekommen, als Sackgasse zu bezeichnen.

Wenn tiefe seelische Not der «äusserlichen» Umweltzerstörung zugrunde liegt, müsste doch diese seelische Not in erster Linie angegangen werden. Davon, bzw. wie dies zu geschehen hätte, ist leider in den Ausführungen von Herrn Kollege Schneider nicht die Rede.

Kritik und Replik Kritik und Replik

Kritik und Replik Kritik und Replik Kritik und Replik Kritik und Replik Kritik und Replik Kritik und Replik Kritik und Replik Kritik und Replik Kritik und Replik

Kritik und Replik

Kritik und Replik Kritik und Replik Kritik und Replik Kritik und Replik Kritik und Replik Kritik und Replik Kritik und Replik Kritik und Replik Kritik und Replik

Arzt und Umweltschutz

Eine Duplik

Von Dr. Kurt Schneider, Zürich

(Siehe «SÄZ» Nr. 19 vom 11. Mai 1977, «Kritik und Replik»)

Einmal möchte ich Prof. Schär für seine Stellungnahme danken und gleichzeitig versuchen, darauf zu antworten – zum anderen bin ich davon betroffen, dass

dieses Thema in Kollegenkreisen keinen Widerhall gefunden hat. Das angeschnittene Problem scheint mir zu aktuell (dieselbe Problematik findet sich ja auch in «Schulkinder – Sorgenkinder» in Nr. 22, «Über die gesundheitlichen Folgen des Rauchens» und «Der Drogensüchtige in der Gesellschaft» in Nr. 21, «Mars» in Nr. 18, «Dringend gesucht: konstruktive Zusammenarbeit» in Nr. 24 usw.), um – aus welchen Gründen auch immer – totgeschwiegen zu werden.

Für mich ist Umweltverschmutzung ein wesentliches Symptom der Zivilisationskrankheit oder vielleicht sogar der Krankheit «Zivilisation» und kann deshalb nicht unabhängig davon behandelt werden. Auch wenn es keine Therapiemöglichkeiten geben würde, dürften die zur Diskussion gestellten Zusammenhänge nicht ignoriert werden. Allzu sehr gleichen wir sonst jenem Mann, der sein verlorenes Geldstück im Schein der Strassenlampe sucht, obwohl er weiss, dass er es irgendwo im Dunkeln verloren hat, oder es gilt, sinngemäss übertragen, der Hinweis von Kollege Imfeld: *Die Parodontie bekämpfen und am Alkoholismus vorbeisehen, grenzt an Hypokrisie.*

Vielleicht war der erste Neurotiker derjenige Mensch, der sich zu Höherem berufen fühlte und daranging, sich die Natur untertan zu machen; d.h. der, selbst ein Stück dieser Natur, in verhältnisblödsinnigerweise glaubte, sich von ihr loslösen, sie «domestizieren» und für seine sogenannten Bedürfnisse nutzbar machen zu können. 1977 n. Chr. wurde zur Tatsache: «Wir haben die ganze Welt gewonnen – wir haben Schaden an unserer Seele genommen – was hat es uns geholfen? Offensichtlich ist uns das Essen der Früchte vom Baum der Erkenntnis schlecht bekommen («Probleme sind da, um gelöst zu werden! – Sollten dann einige neue Probleme auftauchen, so werden wir auch dafür wieder eine Lösung finden...»).

Eine indische Weisheit lautet: «Wenn Du einen Grashalm berührst, so berührst Du die Sterne» und «Wenn ein Tropfen Wasser fehlt, so dürstet das ganze Universum». Noch um 1800 bemerkte der Häuptling der Nez Percé zu den landhungrigen amerikanischen Kolonisatoren: «The earth and myself are of one mind. The measure of the land and the measure of our bodies are the same.»

Der «Headtrip» der zivilisierten Menschheit hin zum Homo pseudosapiens (dieses zum «Gehirn auf fahrbarem Untersatz» reduzierte Wesen), die immer einseitigere Entwicklung von «Ich», «Mein», und «Nein», haben zu einer starken Entfremdung von unseren Gefühlen und unserem Körper geführt. Der von «mystischen Vorstellungen» unbeschwerte Geist unserer aufgeklärten Zeit hat es ermöglicht, skrupellos Wälder kahlzuschlagen, Tierarten auszurotten, Kontinente zu parzellieren, den Boden zu asphaltieren, Flüsse zu kanalisieren und die Meere und unsere Atmosphäre zu vergiften und zu verpesten.

Vielleicht gehört diese Entwicklung wirklich zum Wesen Mensch – ist naturgegeben, kein «Betriebsunfall» in grauer Vorzeit. Vielleicht sind die vorgebrachten Bedenken nur Hirngespinnste eines romantisierenden Schwärmers?

Persönlich halte ich es für möglich, dass der Mensch wieder zum harmonischen Prinzip, d.h. «ins Paradies», zurückfinden kann, nämlich dann, wenn es ihm gelingt, sich von der isolierenden und damit angstmachenden Haltung seines Übermenschentums zu lösen und in den Verband «des» und «der» ihn Umgebenden zurückzukehren. Voraussetzung dazu scheint mir zu sein, dass der Mensch wieder «heim zu sich selber findet», d.h. dass er sich in seiner naturgegebenen Vollständigkeit und Vollkommenheit spüren und damit sich und die Umwelt wieder akzeptieren kann.

Prof. Schär vermisst in seiner Replik einen Hinweis darauf, «wie die seelische Not, welche der äusserlichen Umweltzerstörung zugrunde liegt, angegangen werden soll». Bisher hat sich von kompetenter Seite niemand zu dieser Frage geäussert. Ich gestatte mir deshalb, als psychologischer Amateur (weiterhin emotional, subjektiv und lückenhaft) einige Gedanken dazu vorzulegen:

Wie soll diese Selbstfindung – der Weg von der manipulierbaren Attrappe zum spontan lebenden Selbst – vor sich gehen? Über drei Schritte:

1. Über das Sichtbarmachen der Symptome im Sinne der Selbsterfahrung.
2. Über das Bewältigen der eigenen «unbewältigten Vergangenheit» (d.h. Ersetzen der neurotischen Fehlentwicklung durch ein sich und seine Umgebung akzeptierendes Selbst, welches fähig ist, seine echten Bedürfnisse zu erkennen und sich dafür einzusetzen).
3. Die Bewältigung der gesellschaftsspezifischen Neurose über den zunehmenden Abbau der «Superspecies-Vorstellung», bzw. des die Diktatur des Verstandes verkörpernden «Ego», um als Endziel das Wiedereinssein mit dem Kosmos zu ermöglichen.

Grundsätzlich stehen uns dafür zwei Therapieformen zur Verfügung:

- I. die symptomatische
- II. die analytische

I. Wissenschaftlich aufbauend auf den Erkenntnissen von Pawlow und seinen Nachfolgern, historisch von den Yogis und vielen fanatischen Bekehrern aller Schattierungen seit langem praktiziert, vermag diese Methode zweifellos Erstaunliches zu leisten. Über konditionierende Reflexe, endlose Wiederholungen und alle möglichen Formen von Gehirnwäsche können Schlafstörungen beseitigt, Drogensüchtige entwöhnt, neustens sogar (in zwei Fällen) Transsexuelle auf ihr Organgeschlecht zurückgeführt, ja generell «Unglückliche» «glücklich» gemacht werden. Eine Haltung (meist eine sogenannte negative) wird durch eine andere (die sogenannte positive) ersetzt, objektiv gesehen aber einfach ein Symptom durch ein anderes; der entsprechend behandelte Mensch ist zwar jetzt angepasst (er tut das, was man von ihm erwartet, bzw. das, was er sich selbst einredet, dass er es

von sich erwartet), aber er bleibt weiterhin eine Schablone seiner selbst, in letzter Konsequenz der völlig von aussen gelenkte Roboter des 21. Jahrhunderts.

Solange noch ein Funken Leben in ihm ist, wird sich an einer anderen Stelle ein Ventil öffnen, wo das dem Symptom zugrunde liegende Problem Dampf ablassen kann. Symptome sind Alarmlichter unseres Organismus, sie zu bekämpfen und nicht den Ursachen nachzugehen wirkt etwas oberflächlich. In Kombination mit der analytischen Methode, gewissermassen als deren Instrument, und einer fortwährenden Feedback-Kontrolle unterworfen, kann sie allerdings sinnvoll eingesetzt werden.

II. Die analytischen Methoden sind persönlicher, aufwendiger, im Erfolg weniger sicher voraussagbar – aber sie nehmen wirklich Bezug auf den Einzelnen, auf *das, was ist* und nicht auf *das, was sein sollte*. Haupthindernis erscheint zurzeit der Mangel an genügend erfahrenen Therapeuten.

1. Selbsterfahrung

Anhand von Symptomen und Ersatzbefriedigungen (Körperspannungen, Zwangsneurosen, Süchte, verdrängte Gefühle, unerkannte Bedürfnisse usw.) gilt es, die «Zivilisationskrankheit» zu erkennen. Hier liegen noch ungeahnte Möglichkeiten für jeden Arzt verborgen. Anstelle von moralisierendem Verbieten, apparativ aufwendiger Placebobehandlung, sinnlosen operativen Eingriffen und medikamentöser Tranquillisierung könnte dem Patienten über ein offenes Wort der Weg zu echter Heilung aufgezeigt werden.

Im weiteren ermöglichen «Selbsterfahrungsgruppen» (welche jetzt wie Pilze aus dem Boden schiessen) vielen, zum ersten Mal in ihrem Leben, eine Ahnung davon zu bekommen für das, was an Gefühlen und Bedürfnissen ein Leben lang hinuntergeschluckt und verdrängt worden ist. In diesem Zusammenhang muss besonders auf ein Grundbedürfnis hingewiesen werden, welches lange Zeit nicht nur bei Kindern, sondern vor allem auch beim Er-

wachsenen schwer vernachlässigt wurde, nämlich auf die grosse Bedeutung des zwischenmenschlichen Körperkontaktes («bonding», Casriel).

2. Die unbewältigte Vergangenheit

Dabei geht es darum

- neurotische Blockierungen zu erkennen bzw. wiederzuerleben,
- ein nichtneurotisches, von der «Vergangenheit» unbelastetes Selbst neu aufzubauen.

Diese Arbeit lässt sich auf drei verschiedenen Ebenen durchführen: Intellektuell, gefühlsmässig und über den Körper, wobei Gefühls- und Körperebene in höchstem Masse authentisch sind (unser Gefühl und unser Körper belügen uns nicht).

(no) Sinn des folgenden, stark vereinfachten Schemas soll es sein, eine gewisse Übersicht über einige Therapieformen zu ermöglichen. Selbstverständlich bestehen zwischen all diesen Methoden beliebige Kombinationsmöglichkeiten, ähnlich wie auch zwischen den entsprechenden Körpersphären unendlich viele Querverbindungen nachweisbar sind.

Die meisten dieser Therapien führen zur Aufdeckung von verdrängten Gefühlen (im wesentlichen Wut, Angst, Schmerz) und sind deshalb vorübergehend häufig sehr unangenehm; entsprechend machen sich immer stärkere Widerstände bemerkbar.

Dabei hat sich die Gruppe in verschiedener Hinsicht als sehr hilfreich erwiesen, ganz besonders auch offene Gruppen mit mehreren Therapeuten. «Im Spiegel der anderen» ist Selbsterkennung leichter, der Weg aus der Isolierung gefahrloser, sind altbewährte Spiele (insbesondere Projektion und Übertragung) kurzlebiger. Wegen der Vielschichtigkeit der Problematik (vergleichbar dem Zwiebschalenphänomen auf verschiedenen organbezogenen und zeitlichen Ebenen) dürfte auch die Kombination mehrerer Therapieformen angebracht sein.

Selbsterfahrung	Vorwiegend intellektuell	Vorwiegend gefühlsbezogen	Vorwiegend körperbezogen
Vergangenheit			
- erkennen	Symptombeachtung klassische Analyse Transaktionsanalyse Gestalt	Primärtherapie (Janov) Schreithherapie (Casriel)	Bioenergetik
- bewältigen	Gestalt Casriel-Therapie (Autogenes Training)	«bonding»	Massage
Gegenwart			
- Standortbestimmung	entsprechende analytische Therapien		
- Verstärken	Kreativität entsprechende meditative Übungen	offene Beziehungen	freier Tanz (Sport)

