

Stille in Päckchen

Wo es Leben gibt, gibt es Geräusche. Ab einer bestimmten Lautstärke werden sie zu Lärm. Der Mensch kann Lärm aushalten, physisch und psychisch, aber Lärm kann auch zur Verzweiflung treiben. Offenbar wird die Welt samt ihrer Bewohner immer lauter, und im Sommer werden Ohren besonders malträtiert.

VON SILKE HELLWIG

Hören Sie das? Es ist laut, LAUT. Lkw schieben sich durch den Verkehr. Motorradfahrer treten aufs Gas. Cabrio-Fahrer drehen ihre Musikanlage auf. Rasenmäher kurven durch Vorgärten. Bürgersteige werden mit Laubbläsern gereinigt. Im Biergarten kreischen Frauen, an der Schlachterei grölen Fußballfans. Handwerker zersägen Steinplatten. Neben an übt jemand Geige. Jemand schreit ins Telefon. Ein Hund kläfft. Ein Rettungswagen tönt sich den Weg frei. Die Straßenbahn nimmt eine Kurve.

Nun muss man davon ausgehen, dass mündige Erwachsene wissen, was sie tun: Wer in eine Großstadt zieht, kann nicht darauf hoffen, permanent in Stille zu baden. Wer sich eine Wohnung an einer Schule, an einem Sportplatz, in der Nähe eines Bahnhofs, Flughafens oder Gewerbegebiets sucht, kann nicht ernsthaft damit rechnen, dass ihm die Nachbarschaft nicht zu Ohren kommt. Indes: Schall kann zwar gemessen werden, Lärm wird aber meist subjektiv wahrgenommen. Obendrein unterschätzen Menschen ihre Duldsamkeit. Was zunächst als nicht weiter störend toleriert wird, kann sich zu einem permanenten Ärgernis auswachsen und in einer Form von Hysterie enden.

Was ist laut, und was ist Lärm? „Lärm ist im Prinzip Schall, der unerwünscht ist“, sagt Heike Otremba, im Bremer Gesundheitsamt zuständig für gesundheitliche Bewertungen beim Thema Lärm. Wer Trompetenmusik liebt, dem könne es nicht viel anhaben, wenn der Nachbar fortgeschrittener Trompeter ist. Wer diese Musik hasst, für den wird jede Übungsstunde zur Tortur. Da helfen nur Ohrstöpsel. Frieden für die Ohren verspricht das deutsche Traditionsunternehmen „Ohropax“. Nach eigenen Angaben werden in dem Familienbetrieb im Taunus jährlich über 30 Millionen Ohrstöpsel aus Wachs hergestellt. Tendenz steigend, schreibt die „Welt“ und zitiert Michael Negwer, Enkel des Apothekers, der das Produkt für Einsätze im Ersten Weltkrieg erfunden hatte: „Die Sehnsucht nach Frieden ist untrennbar mit der Sehnsucht nach Stille verbunden.“

Obwohl das Bedürfnis nach Stille zu wachsen scheint, leben wir offenbar in immer lauterer Zeiten. Damit sich Amseln und Stare in der Großstadt noch verständigen können,

ahmen sie nicht nur Handyklingeltöne nach, sondern sie werden nach einer Untersuchung des Max-Planck-Instituts für Ornithologie auch lauter und singen höher. Angeblich wurden schon Werte von 90 Dezibel gemessen, das entspricht laut Bundesumweltministerium dem Schalldruck in einer lauten Fabrikhalle.

Der Mensch ist jedoch nicht nur wachsendem Lärm ausgesetzt, sondern auch einem fortwährendem Geräuschteppich, in dem stille Momente rar sind. Elektrische Geräte, die das Leben erleichtern sollen, machen es meist auch lauter: Wasch-, Küchen- und Kaffeemaschinen, Staubsauger, batteriebetriebene Heckenscheren und Pürierstäbe. In Kaufhäusern und Supermärkten dudelt Musik. Im Öffentlichen Personennahverkehr wird ohne Unterlass gequasselt, durch Mobiltelefone vervielfachen sich die Gespräche, können alle gleichzeitig reden, ohne miteinander zu kommunizieren.

Wer sich nicht fremdbestimmt beschallen lassen will, stößt sich mit Kopfhörern in seine eigene Klangwelt. Hörwissenschaftler gehen davon aus, dass etwa ein Drittel der Jugendlichen, wenn sie das Alter von etwa 50 Jahren erreicht haben, ein Hörgerät brauchen werden, weil ihr MP3-Player Musik mit mehr als 100 Dezibel von sich gibt oder sie regelmäßig Discos und Konzerte besuchen. Man kann sich vorstellen, welche Folgen das hat: Eine ganze Generation wird zwangsläufig lauter, weil sie sich nicht mehr auf die leisen Töne versteht.

Dass Lärm krank machen kann, sei wissenschaftlich nachgewiesen, sagt Sonia Lippke, Professorin für Gesundheitspsychologie an der Jacobs University Bremen. Geräusche wie etwa Musik seien bis zu einer gewissen Lautstärke mit positiven Empfin-

dungen verbunden und wohlthuend für Körper und Seele. Menschen jedoch, die an stark befahrenen Straßen, Bahntrassen oder Flughäfen wohnen, seien besonderem Stress ausgesetzt. Vor allem bei chronischer Lärmbelastung leide das Herz-Kreislauf-System massiv; durch akustischen Stress steige das Herzinfarkttrisiko. Wer davon in Bremen betroffen sein kann, zeigt die Lärmkarte des Umweltressorts – auf der „Überschreitungskarte“ stechen vor allem die Autobahnen hervor. Die Stadt hat sich selbst auferlegt, stiller zu werden. Dazu dient ein „Lärmaktionsplan“. Danach sollen der Lärm der Stadt nach und nach tagsüber auf 65 Dezibel und nachts auf 55 Dezibel gedrosselt werden.

Verkehrslärm ist das eine. Das andere ist Lärm, der aus den Folgen des Zusammenlebens auf engem Raum resultiert oder auch aus Rücksichtslosigkeit. In einer Umfrage des Bundesumweltamts fühlten sich rund 40 Prozent der Teilnehmer über „Lärm von Nachbarn“ gestört. Damit steht diese Lärmquelle in der Hitliste der akustischen Ärgernisse an zweiter Stelle nach dem Straßenverkehr. Niemand kann in Ruhe leben, wenn es dem lauten Nachbarn nicht gefällt.

Das gilt auch für Nachbarn auf Zeit: Wie kommt es, dass Menschen ohne Skrupel am Telefon ganze Großraumwagen unterhalten? Die Deutsche Bahn AG hat mittlerweile in ICE eigens Ruhebereiche eingerichtet, um Konflikte zwischen Lauten und Leisen zu minimieren. Wie kommt es, dass es nicht mehr vollkommen ungewöhnlich ist, Musik ohne Kopfhörer zu hören und für jeden eindeutig missbilligenden Blick unerreichbar zu sein? Oder ist das nichts als eine Altersfrage? Einerseits sollte die Gnade des Alters darin bestehen, dass das Gehör nachlässt, andererseits scheint man mit dem Alter auch immer empfindlicher gegen Geräusche jeder Art zu werden.

Die Welt wird lauter, sagt Sonia Lippke. Schon allein die gesteigerte Mobilität ziehe eine intensivere Geräuschkulisse nach sich.

Die Zahl der zugelassenen Autos lasse darauf schließen, ebenso der Bewegungsgrad der Menschen mit Bahn und Flugzeug. Im Sommer falle die Lautstärke vielen Bürgern besonders auf, weil man sie durch offene Fenster und Türen in die Wohnungen hineinlässt. „Damit dringt jemand von außen in meine Privatsphäre, das wird oft als unangenehm empfunden.“ Ein „Phänomen unserer Zeit“ sei, dass sich viele Menschen ständig einer Reizüberflutung aussetzen, auch akustischer Art. „Man nimmt dann gar nicht mehr wahr, was die Physiologie eigentlich bräuchte“, so die Gesundheitspsychologin, nämlich beispielsweise eine Ruhepause. Wer das Feingefühl für sich selbst verliere, der verliere es auch für seine Umwelt und die Mitmenschen. Das heißt: „Wir alle sind gefragt, wenn es darum geht, Rückmeldungen zu geben und ehrlich anzunehmen.“ Wer mit Lautstärke nicht rücksichtsvoll umgehen kann, dem muss geholfen werden, bestenfalls durch einen höflichen Hinweis, frei von schrillen Tönen.

Durch Dezibel erzeugte Aggressionen können drastische Formen annehmen. Die „Welt“ berichtete vor anderthalb Jahren, dass von vier Millionen Motorrädern in Deutschland etwa eine Million zu laut sei. Das glaubt man gern, wenn man erlebt, wie ein Motorradfahrer Befriedigung darin findet, durch extreme Beschleunigung Passanten akustisch zu terrorisieren. Anderswo geht es ganz anders zur Sache: Auf beliebten Bikerstrecken im Allgäu, im Rheintal und der sächsischen Schweiz sind sommers ganze Motorradpuls unterwegs und vertreiben Anwohner aus ihren Gärten. Im Jahr 2011 kam ein Motorradfahrer auf einer beliebten Strecke im Allgäu ums Leben, weil jemand vermutlich absichtlich Öl auf die Fahrbahn geschüttet hatte. Ein Zusammenhang wurde vermutet.

Indes scheinen sich Aggressionen, die aus Lärm erwachsen, nicht erst mit der Erfindung des Motorrads oder des Laubbläfers entfaltet zu haben. In dem Buch „Du sollst nicht lärmeln!“ haben die Literaturwissenschaftler Rainer Barbey und Jürgen Daiber „Proteste von Seneca bis Gernhardt“ gesammelt. In der Literatur wimmelt es offenbar nur so von Lärmopfern. Der Titel des Buchs stammt vom Satiriker Robert Gernhardt, der in seinem Text höchstpersönlich aufgetragen bekommt, das elfte Gebot „Du sollst nicht lärmeln“ auf der Erde zu verbreiten: „Und der Herr redete mit Gernhardt und sprach zu ihm: Rede mit den Musikern

und sprich: Das sind die Instrumente, die ihr spielen dürft in euren Wohnungen (...) und diese sollt ihr verabscheuen unter den Instrumenten, dass ihr sie nicht spielt in euren Wohnungen, denn ein Gräueltat sind sie: das Waldhorn, der Brummbass und die Quetschkommode.“

Auslöser für die Sammlung von literarischen Hinterlassenschaften Lärmgeplagter seien eigene Erfahrungen gewesen, sagt Rainer Barbey, einer der Herausgeber. „Eigenes Leiden am Lärm“ habe bei der Idee zu dem Buch natürlich eine Rolle gespielt. Als Literaturwissenschaftler an der Uni Regensburg habe es nahegelegen, in der Welt der Literatur „nach Leidensgenossen zu suchen“. Barbey und Daiber konnten offenbar aus einem reichen Fundus schöpfen, wobei Barbey eingesteht, dass Menschen, die vorwiegend am Schreibtisch sitzen und um Worte ringen, womöglich besonders lärmempfindlich sind: Arthur Schopenhauer klagte über Lärm. Frank Kafka litt unter Nachbar- mieter. Theodor Lessing verfasste eine „Kampfschrift gegen die Geräusche unseres Lebens“. Kurt Tucholsky verzweifelte an Hundegebell und Klavierspiel.

In einer „leisen Einleitung“ verweisen die Herausgeber auf die Beschaffenheit des menschlichen Ohrs. Beinahe poetisch liest sich, wie sich der Schall den Weg über Hammer, Amboss und Steigbügel ins Innenohr und die Cochlea fortsetzt und zu den inneren Haarzellen, „die von der Schallwelle wie Halme im Wind gebürstet werden“. Dieses Wunderwerk der Natur sei indes, so Barbey und Daiber, „auf die Steinzeit ausgelegt, auf Geräusche wie knackende Äste als Warnsignal vor ferner Raubtier-Annäherung; feinjustiert in einer Phase, da die Stille noch so viel näher lag als der Lärm“.

Man kann sich vorstellen, wie es um die inneren Haarzellen eines Großstadtbewohners bestellt sein muss: Da wird kein Halm mehr sanft gebürstet, da ist vermutlich schon viel platt gewalzt. Umberto Eco ist ebenfalls in dem Lärm-Buch vertreten. Er fragt: „Werden wir uns Stille in Päckchen kaufen?“ Womöglich, überlegt der italienische Schriftsteller, „werden künftige Generationen ja besser für den Lärm ausgestattet sein, aber nach allem, was ich über die Evolution der Arten weiß, dauern solche Anpassungen gewöhnlich Jahrtausende, und auf ein paar Individuen, die sich anpassen, kommen Millionen, die unterwegs zugrunde gehen“. Da hilft vorerst also nur eins: Psst.