

Über Liebe, Lärm und Licht

«Reden ist Silber, Schweigen ist Gold», hat man mir früher oft erklärt, wenn ich wieder einmal ohne Ende plapperte. Ist Schweigen wirklich Gold? Heute wage ich dies zu bezweifeln. Sicher, wenn das Schweigen ein aktives Zuhören ist, kann es durchaus Gold wert sein. Zweifellos ist auch Stille wichtig. Meist wären allerdings offene, klare Gespräche das echte Gold.

Laut irgendwelchen Statistiken sprechen Paare nach sechsjähriger Partnerschaft im Durchschnitt nur noch zehn Minuten täglich miteinander. Zehn Minuten! Hans und ich sind schon über dreissig Jahre zusammen. Da dürften wir wohl – statistisch gesehen – gar nicht mehr miteinander reden. Aber nach langen Jahren der Partnerschaft kann man tatsächlich auch mal schweigend zusammen sein, ohne dass sich dieses Schweigen erdrückend oder trennend anfühlt.

Heute ist es ja modern, ständig einen Schrittzähler mit sich herumzutragen, jeden einzelnen Schritt zu zählen und abends stolz auf Facebook zu verkünden, man habe 10 000 Schritte getan. Das ist bestimmt eine gute Bewegungsmotivation, aber was wir vielleicht dringender brauchten, wären Wörterzähler. Diese dürften Sätze wie «Holst du auf dem Heimweg noch Milch?» oder «Nimmst du bitte den Müllsack mit runter?» natürlich nicht mitzählen. Vielleicht sollte ich sie erfinden, die

App, die persönliche Wörter zählt, Herzensworte, echte zwischenmenschliche Gespräche. Diese werden ja immer seltener, heute, wo jeder ständig auf sein Smartphone starrt.

Ich empfinde Stille als wohltuend, geniesse sie vor allem in der Natur, in den Bergen. Aber inzwischen gibt es viele Menschen, die Ruhe und Stille kaum mehr aushalten können. Das ist

traurig. Andere wiederum erkranken am Lärm, weil die Welt immer lauter wird, und beklagen die «Lärmverschmutzung». Der Mensch von heute hilft sich selbst und hört sich «Weisses Rauschen» an, ein Geräusch, das alle anderen Geräusche überlagert, auch Widerstandsrauschen genannt (White-Noise). Dieses kann man sich mit einer App auf die Kopfhörer schalten. Es beschere besseren Schlaf, klareres



«Warum reden wir nicht auch mal über Hirnverschmutzung?»

Blanca Imboden
Schriftstellerin

Denken und bessere Konzentration. Ich habe es heute im Selbstversuch ausprobiert. Im Büro an der Herrengasse höre ich nämlich Strassenlärm (der mich allerdings nicht stört). Und so habe ich mich auf das Weisse Rauschen eingelassen. Es wird auf Youtube sogar als Einschlafhilfe für Babys angeboten. Weisses Rauschen. Es hört sich an, als wäre bei einem Radio kein Sender eingestellt. Ich fühlte mich ziemlich schnell gefoltert von dem zusätzlichen Geräusch. Es kam mir vor, als würde ich mir mit dem Hammer auf die Hand hauen, damit dieser akute Schmerz dann meine leichten Kopfschmerzen überlagern kann. Eine saublöde Idee. Warum reden wir nicht auch mal über Hirnverschmutzung? Und nebenbei: Gibt es nicht sogar Menschen (Politiker), die irgendwie bloss ein Weisses Rauschen sind?

Meine Freundin Marianne beschäftigt sich mit Lichtverschmutzung. Sie erklärte mir: «In der ganzen Schweiz gibt es inzwischen keinen Ort mehr, wo in der Nacht natürliche Dunkelheit stattfindet. Das schadet Menschen, Tieren und der Natur.» Tatsächlich? Das hat mich erstaunt. Unter www.darksky.ch findet man mehr darüber.

So viel Schmutz macht mich nachdenklich. Ich glaube, ich gehe jetzt heim und rede mit meinem Hans darüber. Mindestens zehn Minuten lang.

Blanca Imboden