Gesundheit fördern — Kosten senken im Betrieb

oder neuer Schwung auf ausgefahrenen Gleisen

Fazit des 6. Wirtschaftsforums Südbaden vom 12.11.2004

von Paul Busse

Die Veranstalter warben mit der Verknüpfung der beiden gesellschafts- und wirtschaftspolitischen Dauerbrenner um das Interesse der Betroffenen. Gemessen an der Tatsache, daß jeder selbst um den Wert von „Gesundheit“ weiß, kaum ein Betrieb krankenstand-frei ist und die Flickschusterei im maroden Gesundheits- und Sozialsystem bedrohlichst sind, hielt sich der Andrang in Grenzen.
Was könnte der Grund für die Zurückhaltung gewesen sein? Immerhin bot Frau Caspers-Merk als Staatssekretärin des Bundesministeriums für Gesundheit und Soziale Sicherung Informationen aus erster Hand, gab Prof. Dr. Jäckel entsprechend seiner wissenschaftlich fundierten Sach- und Fachkenntnis praxisorientierte Hinweise und nicht zuletzt belegten Beispiele aus Betrieben den betrieblichen und betriebsklimatischen Nutzen gesundheitsbezogenen Engagements. Wollten die Abwesenden dem sinkenden Schiff vielleicht kein gutes Geld mehr nachwerfen oder sind sie nur ob der endlosen Reformdebatten müde? Vielleicht befürchten sie auch noch mehr staatliche Bevormundung; denn wenn auch die BRD in vielen Bereichen im weltweiten Vergleich mäßig bis schlecht abschneidet, allein in Sachen Bürokratie ist sie führend[1].

Das vorgelegte Grundlagenpapier der Wirtschaft bringt als Auftakt zum Ausdruck, die regionalwirtschaftliche Bedeutung des Gesundheitssektors und zum anderen das breitgefächerte Handlungsfeld zur Gesundheitsförderung „beleuchten“ zu wollen. Es nennt für lösungsorientierte Vorschläge als Verantwortliche eine lange Reihe von Institutionen und bietet zur Umsetzung das Szenario eines zu generierenden „neuen“ Zukunftsmarkts.
Das Papier begeistert sich ebenso wie einige der Redner über die Tatsache, daß der Anteil der im Gesundheitssektor Tätigen in der Region Ober- und Hochrhein derart überdurchschnittlich hoch ist, daß gar das Prädikat „Gesundheitsregion“ verliehen wird. Daß deshalb mehr Gesundheit als andernorts vorhanden sei, wäre blauäugig und ein leichtfertiger Trugschluß. Der gleichzeitig gegebene Hinweis „Die Krankenstände in der Region lagen tendenziell noch etwas höher“ führt in die Niederungen der Realität des Alltags zurück.
Im Schlußakkord wird das Papier dann ehrlicher: es geht nicht um das „Beleuchten“, sondern „es gilt einen wachsenden Zukunftsmarkt zu erschließen“ und: „Dieses Ziel gilt es mit dem diesjährigen Wirtschaftsforum Südbaden zu erreichen“.

Das zentrale Postulat „In einer wissensbasierten Gesellschaft sind gesunde, motivierte und gut ausgebildete Mitarbeiter ein wesentlicher Faktor für den Erfolg von Unternehmen“ irritiert. Gilt dies ethisch und unter dem Aspekt der Menschenwürde nicht für alle menschlichen, auch nicht-wissensbasierten Gesellschaften? Dieser bedenkliche Denk- und Handlungsansatz scheint kein faux-pas zu sein, denn das Papier untermauert das

---

[1] Doing Business, Weltbank NY, 2005

Vorhaben auch an anderen Stellen mit Glaubenssätzen, deren Umsetzung die Unvereinbarkeit mit dem Mensch-Sein an sich hinlänglich offenbart haben und erkennbar folgerichtig Katastrophen wie den 11. September zeitigten[2],[3],[4],[5]. Den nachhaltig geforderten und längst überfälligen Paradigmenwechsel als angemessene Reaktion zu vollziehen wurde maßgeblich durch einen in der Pubertät und in der Entwicklung eines humanen Menschenbildes hängengebliebenen Cowboy vorsätzlich unterbunden.
Warum sollte sich etwas ändern, wenn alle relevanten Entscheidungsträger aus Politik und Wirtschaft vor ihm und seinen Unmut fürchtend den Kotau zelebrieren? Und wenn sich nichts grundlegend ändert, wird der 11. September nicht das letzte Wort gewesen sein — daran ändert auch das alles engmachende Milliardengeschäft mit der Sicherheitsmanie nichts. Wirtschaftlich und arbeitsmarktpolitisch gesehen ist für viele ein Schrecken ohne Ende eben lukrativer als ein Ende mit Schrecken.

Was hat dieser Ausflug mit dem Thema zu tun?

Sehr viel, denn unser Gesundheitswesen ist zu einem Gesundheits-Unwesen verkommen. Das Papier zeigt zwar auf, daß seit der ersten „Konzertierten Aktion im Gesundheitswesen“ vor einem viertel Jahrhundert eine Dauer-Flickschusterei ungeahnten Ausmaßes trotz Zusammenstreichens der Leistungen und gleichzeitig davongaloppierender Kosten die Resourcen vergeudet und verweist auf die hohe Dringlichkeit einer „tief greifenden Reformierung“, stellt das System aber nicht infrage. Das Gesundheitssystem wurde in der BRD sehenden Auges dahingehend entwickelt, daß es heute zu seiner eigenen Pervertierung geworden ist: die durch das System geschaffenen Untersysteme (der gefeierte Gesundheitssektor) können nur überleben, wenn das Ziel „Gesundheit“ nicht erreicht wird. Es dürfte wohl die einzige Branche sein, die für ihre Mißerfolge auf Kosten der Allgemeinheit belohnt wird. Der vernünftige Arzt kann als Schlüssel- und Identifikationsfigur und Glücksfall für die Folgesysteme gar kein tiefes Interesse an nachhaltiger Gesundheit seines Patienten haben, denn er entzöge sich seine und des Gesundheitssektors Existenzgrundlage[6]. Die Industrie bedrängt (nötigt?) den Arzt, den Patienten chronifizierend zu behandeln statt dessen Eigenverantwortung und „inneren Arzt“ zu aktivieren. „Salutogenese — ein notwendiger Paradigmenwechsel im Gesundheitswesen“ titelte eine Veranstaltung anläßlich eines Kongresses in Berlin. „Das Handeln aller zu verändern, setze ein völlig neues Anreizsystem voraus, kommentiert der Vorsitzende des Ersatzkassen-Verbandes, Herbert Rebscher. Ein Paradimenwechsel sei nicht in Sicht.“[7]
Auch hier im Gesundheitswesen ist im Grunde der Punkt zur Umkehr, zum verträglichen Paradigmenwechsel, längst verpaßt; die Rufe wollen nicht gehört werden. Auch hier wird deshalb lieber halbherzig mit dem Schrecken ohne Ende laviert statt ein Ende mit Schrecken und einen Neuanfang zu wagen.

---

2 Fritjof Capra: Verborgene Zusammenhänge, Scherz-Verlag 2002
3 Ken Wilber: Das Wahre, Schöne, Gute, Krüger-Verlag 2000
4 Ruediger Dahlke: Aggression als Chance, Bertelsmann-Verlag 2003
5 Viviane Forrester: Der Terror der Ökonomie, Paul Zsolnaj-Verlag 1997
6 Connection 1/2004: Das Gesundheits-Unwesen
7 Deutsches Ärzteblatt, Juli 2002

Der Gesundheitsminister trägt zuvörderst nicht nur Verantwortung für die Gesundheit und das Überleben der Strukturen im eigenen Ressort sondern auch für die handhabbare Entwicklung des Arbeitsmarktes. Es erscheint daher nicht abwegig, in den jüngsten und massiven Bemühungen der Politik, „Gesundheitsförderung und Prävention zu einer eigenständigen Säule des deutschen Gesundheitswesens“ zu etablieren, ein gigantisches Beschäftigungsmodell zu sehen mit der in den Raum gestellten Chance eines Nutzens im Sinne der Etikettierung. Der aufzubauende Moloch koordinierender Verwaltungs-, Vernetzungs- und zuliefernder Wirtschaftsstrukturen schafft und sichert als Grundnutzen zuerst kostenträchtig Arbeitsplätze. Hierfür steht ein Topf von 250 Mio Euro bereit. Aber auch der Erhalt dieser neuen Strukturen kostet Unsummen, die bezahlt sein wollen. Als Quelle der hierfür benötigten Mittel wurde zwar eine Stiftung benannt, aber auch die druckt das Geld nicht selbst. Die „Akteure“, wie das Papier die Umsetzer der Gesundheitsförderungs- und Präventionsmaßnahmen nennt, wollen auch bezahlt sein — von wessen Geld letztlich?
Prof. Dr. Jäckel riß mit einem Wort ein besonders sensibles wie streitträchtiges Thema an, nämlich die Qualifikation der Akteure. Selbstredend schaffen die Aufrüstung der baulichen Erfordernisse, die Ausbildung und in der Folge die Qualitätssicherung und die Kontolle weitere Arbeitsplätze und sind gleichfalls nicht zum Nulltarif zu bekommen.

Die Fachreferate sind nicht auf die Gretchenfrage eingegangen (und Raum für Fragen war nicht vorgesehen), ab welchem Grad des möglicherweise eintretenden nachhaltigen Erfolgs die Katastrophe ins Haus steht.

Die gigantische Beschäftigungsmaschinerie frißt maßlos Energie in Form von Geld. Die Akteure müssen sich in Betrieben und bei den zu betreuenden Mitarbeitern immer wieder ins Bewußtsein rufen und irgendwann ihr Engagment rechtfertigen. Das führt zu einer Eigendynamik und über kurz oder lang zu einem ruinösen Verdrängungswettbewerb der Akteure.

Der angedachte Katalog an Möglichkeiten, mit denen die Mitarbeiter der Betriebe besserer Gesundheit zugeführt und Krankenfehltage abgebaut werden sollen, ist vielschichtig, gut gemeint und bietet auf den ersten Blick jedem etwas. Weniges ist darunter, was wirklich zielführend sein könnte. Die Mehrzahl der Ideen fordert ein Mitmachen bis hin zu leistungsorientiertem Aktivismus. Die Deutschen definieren sich weitgehend als ein Volk von Machern und oft genug liegt dann statt Leichtigkeit etwas Zwanghaftes in der Luft. Dies bringt dem Einzelnen noch mehr Verstrickung im „Machen“; der Gruppendruck und/oder Sanktionsbefürchtungen tragen durch „machen müssen“ nicht unbedingt zur Verbesserung der Situation bei. Man muß ja sich und anderen „genügen“.
Sport als Steigerung von Bewegung hat angesichts der Fülle von Unfällen, Verletzungen und Frühverrentungen nicht unbedingt etwas mit Gesundheit zu tun, wohl aber mit Markt, weil viele Sportarten nicht nur orthopädische und chirurgische Praxen füllen, sondern mit ihren breiten Accesoirs auch narzißtische Veranlagungen wecken und stillen.

Der Mensch soll jetzt auch im Betrieb an die Hand genommen werden, obwohl er in diesem Land ohnehin mehr als nötig obrigkeitlich gegängelt wird. Die staatsverordnete zunehmende Entmündigung läßt er schimpfend über sich ergehen ohne sich zu widersetzen — aus Angst vor Konsequenzen. Dies lähmt die Eigenverantwortung und führt in der Tendenz über mehr Selbstentfremdung in die Lethargie. Das war zwar nicht erwünscht, aber der neue Gesundheitsmarkt kann selbst hier noch eingreifen und funktionieren. Die persönlichen Tragödien interessieren indes niemand.

Alle bekannten Kulturen sehen das Heil-Werden als einen Prozeß. Krankheit heißt, die Mitte verloren zu haben. Wieder ins Lot, in seine Mitte zu kommen, bedarf bewußtem Still-Werden, sich zu fügen, zur Ruhe zu kommen. Der Osten entwickelte z.B. den Yoga; der Westen findet einen deutlichen Hinweis auf die immer wieder aufs Neue zu findende Mitte in den lateinischen Stämmen der Begriffe *Medi*zin, *Medi*kament, *Medi*tation, *Medi*ation u.a.m.

Der Mensch einer Industriegesellschaft, einer Konsum- und Wegwerfgesellschaft und einer zusätzlich wissensbasierten (verkopften) Gesellschaft ist nicht nur im Beruf, sondern auch im privaten Bereich ständiger Reizüberflutung ausgesetzt, der er kaum noch entfliehen kann. Viele sind schon derart geschädigt, daß sie ohne eine Geräuschkulisse unruhig werden und keinen Schlaf mehr finden! Ruhe unterstützt nicht den Weg zur Mitte, wenn nicht Stille einkehrt.

Zurück zur Gretchenfage.

Sollte sich der an sich träge und veränderungsunwillige Mensch dennoch von der gängelnden Hand lösen und Eigenverantwortung für sich, seinen Körper und sein Wohlbefinden übernehmen, weht nicht nur dem aufgeblähten Gesundheitsmarkt, sondern allen der Wind schnell ins Gesicht. An der Tankstelle hat er sein Auto bisher immer mit dem Besten und ohne Blick auf die Kosten mit Öl und Sprit versorgt, was zu bekommen war; sich selbst hat er mit minderwertigsten Produkten vollgestopft; das Billigste war gerade gut genug. Vernunft geht über den Geldbeutel: für sein Auto ist er selbst, für seine Gesundheit die Krankenkasse, der Arzt mit dem Gesundheitssystem verantwortlich.

Wird bspw. Ernährungsbewußtsein hoffähig und in der Öffentlichkeit so selbstverständlich wie rauchfreie Zonen, haben der Einzelhandel und die Gastronomie keine Probleme, zu reagieren. Anders die Industrie, die in großem Stil minderwertige Produkte herstellt und auf ihnen wie auf den Produktionsstraßen sitzen bleibt. Obwohl der BSE-Skandal vor einigen Jahren nur wenige Monate das Verbraucherverhalten veränderte, führte diese kurze Zeit zu spektakulären Konkursen. Auch der Arzt, der Apotheker und die pharmazeutische Industrie werden seltener konsultiert, wenn „Gesundheit“ grassiert. Dieses Szenario wird noch dramatischer, wenn die Menschen die segensreichen Wirkungen eines regelmäßigen Saunabades erleben und verinnerlichen. Diese Menschen haben wenig mit Fehltagen durch Erkältung, Herz-Kreislaufproblemen etc. zu tun und

Schwangerschaften verlaufen medizinisch unauffällig. Auch diejenigen, die einen bejahenden Zugang gegenüber Bedürfnissen ihres Körpers pflegen, leben Gesundheit.[8]

Wer noch einen Schritt weiter geht und sich mit innerem Abstand den Fragen des Daseins stellt, wird auch in einer Krankheit oder Befindlichkeitsstörung einiges finden, was seiner persönlichen Reifung und Weiterentwicklung dienlich ist. Der Arzt würde dann Begleiter eines (Aus-)Heilungsprozesses sein und die gesundheitsfördernden Potentiale des Patienten wecken und fördern.
Gute körperliche Gesundheit stärkt auch das Selbstbewußtsein und die Fähigkeit, sich so anzunehmen wie man ist. Menschen, die ihre Mitte gefunden haben, haben regelmäßig ein hohes Maß an Zufriedenheit, ein befriedigendes Sexualleben und folgedessen eine spürbar reduzierte Konsumbereitschaft, schon gar keinen Konsumzwang. Er hat den Zyklus der Selbstsucht gebrochen und kein angeschlagenes, bedürftiges Ego, welches dauernd nach Befriedigung lechtzt. Das merkt dann auch die Reisebranche, weil sein Selbstwertgefühl kein Samstagsshopping in Mailand oder London für 29 Euro hin- und zurück braucht. A propos Billigflieger. Wer anerkennt, daß Individual-Gesundheit nur dann nachhaltig sein kann, wenn das Ökologische System „gesund“ ist, verzichtet aufs Fliegen, zumindest auf die Jux-Fliegerei und die Billigurlaubsangebote.

Das Szenario der Folgen des Erfolgs der Gesundheitsförderung und Prävention muß nicht mit weiteren Beispielen weitergesponnen werden. Was für ein Sprengstoff in diesem freiwilligen und gewaltfreien Tun verborgen ist und was dies für die Wirtschaft und das Gesamtgefüge unserer noch massiv konsumorientierten Gesellschaft insgesamt für verheerende Folgen haben kann, braucht hier nicht weiter dargelegt werden. Das vorgestellte Großprojekt wäre für das System der „Goldene Schuß“. So schwarz wie es dunkel wird, kann man gar nicht malen.

Wir kennen den Menschen gut genug um zu wissen, daß es „so“ nicht kommt.

Solange die Menschen, für die der ganze Aufwand getrieben wird, trotz der einen oder anderen Präventions-(Zwangs-?-)Maßnahme in ihre Trägheit und in ihren Schatten als „Gewohnheitstiere“ zurückfallen, wie ein Redner aus seiner Erfahrung glaubhaft versicherte, bleibt das teure Rad am Laufen. Auch die BSE-Fälle und das Wissen um den gesundheitsbelastenden/-gefährdenden Fleischkonsum haben entgegen Befürchtungen einschlägiger Betriebe nicht zur Änderung des Konsumverhaltens bzw. der Gewohnheiten geführt. Das Futter darf dem Esel nicht zu weit, aber auch nicht zu nahe vor sein Maul gehalten werden, damit er läuft. Wehe aber, wenn nachhaltig Erfolg eintreten würde! Dann gehts im Krebsgang und schon magere 10% Erfolg würden das Kartenhaus und den Arbeitsmarkt zusammenbrechen lassen. Die größten Patienten sind heute „nur“ die Kurorte und die dort einschlägig eingebundenen Betriebe mit ihren eingebrochenen Umsätzen und Insolvenzen; morgen würde es dank der neuen Konzeption ein Vielfaches davon sein.

---

[8] Sherry S. Cohen: Zärtlichkeit heilt, Seehamer Verlag, 1999

Wir wissen aber genau so gut, daß es nicht viel anders kommt, weil die Kosten nicht mehr gestemmt und schon lange nicht mehr anderen Schultern aufgebürdet werden können. Dann haben wir wenig erfreuliche amerikanische Verhältnisse. Und das kann schon bald sein, wenn die demographische Entwicklung nur annähernd so verläuft, wie das seriös geltende Bundesamt für Statistik[9] darlegt. Bis zum Jahr 2050 wird die Bevölkerung von jetzt ca. 85 Mio. auf 68 Mio. schwinden; über 40 % davon werden älter als 60 Jahre alt sein; auf 100 Deutsche zwischen 20 und 60 kommen 85 Senioren. Die Verhältniszahl zwischen Erwerbstätigen und Nochnicht- oder Nichtmehr-Erwerbstätigen fällt noch wesentlich schlechter aus.

Deshalb stimmt so viel Euphorie für eine aufgeblähte „Gesundheitswirtschaft“ eher bedenklich statt begeisternd. Mit anderen Worten: die hochtrabenden Vorhaben von heute erdrücken die kommende Generation.

Viele haben das längst begriffen, verschließen die Augen nicht und schlagen neue Wege ein. Doch das Establishment, die herrschende Klasse oder die Nomenklatura in Politik, Wissenschaft und Wirtschaft lassen nichts unversucht, diese Bemühungen zu unterlaufen und zu zerstören. Was die Bemühungen betrifft, den Umbau des Gesundheitswesen eigenverantwortlich mitzugestalten, erweisen sich die Pharmaindustrie mit ihren Lobbyisten als brutalste Widersacher. Deshalb erstaunt es auch nicht, daß seitens der Veranstalter kein Referent z.B. zum Thema „Salutogenese“ geladen wurde. Die Kammerpräsidenten wollen ja nicht gelyncht werden.

Politik und mit ihr die Wirtschaft (oder umgekehrt?) hangelt sich bekanntlich von Wahl zu Wahl und das gibt erst einmal ein sicheres Gefühl, daß die wirklich nötige Reform des Systems wegen des Übermaßes an Widerständen und Besitzständen nicht durch einen mutigen Schritt, sondern durch Zusammenbruch kommen muß. Das meinen wohl auch diejenigen, die für einen Neuanfang wie anno 1948 plädieren.

Das 6. Wirtschaftsforum Südbaden war wichtig um die Augen zu öffnen, daß es so wie bisher nicht weitergehen kann und ein neuer Wirtschaftszweig die Schwere des Niedergangs erhöht. Wenn gehobelt werden muß, fallen auch Spähne. Dies ist ebenso unausweichlich wie schmerzlich und wird in erster Linie dort sein, wo bisher erfolgreich gegen den Menschen gearbeitet wurde.

Wer es also, weil es hohe Zeit ist, als Entscheidungsträger über alle ideologischen Grenzen hinweg ernst nimmt, zum Wohle der Gesamtheit den Paradigmenwechsel in Angriff zu nehmen und Raum für einen halbwegs geordneten Übergang zu schaffen, braucht einen guten Stand; denn aus dem o.g. Wind wird ein Orkan. Vorbereitet auf das reinigende Gewitter wird der unvermeidliche Flurschaden überschaubar bleiben. Und es wird Raum geben für Neues.

---

[9] Zitat von Frau MdB Dr. Conny Mayer anläßlich ihres Vortrages vom 18.11.2004 in Bad Krozingen „Von wegen Yuppie — Alte als neue Zielgruppe“; Demographischer Wandel verändert Innenstädte

Dennoch genug des Klagens: die Themen Gesundheitsförderung und Prävention müssen im Sinne der Salutogenese neu aufgegriffen werden und es macht Sinn, die bestehenden Einrichtungen mit ihrem know-how einzubinden. Ein salutogenetischer Ansatz sieht die Verantwortung für Gesundheit beim Einzelnen und fördert dessen Gesundheitspotentiale[10]. Krankheit steht dann auch nicht mehr obligatorisch im Widerspruch zu Gesundheit, weil auch nach deren Sinn gefragt und deren Chance[11], [12] gesehen werden wird. Wer wie sogar die Justiz[13] erkennt, daß ‚Krankheit' nur im Singular besteht, welche sich, nicht ausgeheilt, in zahlreichen und an Vielfalt zunehmenden Krankheits'bildern' (Symptome) äußert, wird anders mit ihr umgehen.

Es bedarf auch nicht eines rundumschlagenden und fast jede Branche einbindenden Aktivismus, wie das Kammerpapier den Eindruck erweckt.

Es ist richtig und notwendig, daß die „öffentliche Hand" eine massive Anschubfinanzierung für (ehrliche) Aufklärung und für eine Kampagne ähnlich der Aids-Kampagne bereitstellt. Es gilt, die positiven Werte der Gesundheit für den Einzelnen zu vermitteln und nicht, weil einfältig und kontraproduktiv, für die Betriebe! Mit Gesundheitsapostelei hat Gesundheit nichts zu tun und jeder spürt das sie umgebende Feld von Zwanghaftigkeit, Schwere und Enge. Lebendige Gesundheit wirkt dagegen ansteckend, weil sie ein spürbares Feld von Leichtigkeit, Lebensfreude, Offenheit und Zuversicht generiert, in dessen Nähe es sich gut anfühlt.[14] Die Freude am Leben besteht darin, tatsächlich zu leben. Deshalb sind Menschen, die Gesundheit als Droge, Lust- und Lebenselixier erfahren, erfüllt, belastbar und für jeden Platz, auch einen Arbeitsplatz, ein Gewinn.

Dann ist es selbstverständlich, daß eine Sache, die es wert ist, getan zu werden, auch wert ist, gut getan zu werden[15]. Das mag auch bewirken, daß sich das gerade in privaten Rundfunksendern häufig anzutreffende Madigmachen der Arbeit verliert.

Die Verhältnisse im Betrieb tragen entscheidend zur Gesundheit seiner Mitarbeiter bei. Deshalb wird ein Betrieb, der über seine horizontalen und vertikalen Ebenen hinweg im Mitarbeiter auch den Menschen wahrnimmt, Interesse daran haben, daß es dem Menschen im Mitarbeiter gut geht. Der Betrieb kann dann kaum verhindern, daß dies positiv auf ihn zurück fällt und die Gesundheit des Betriebes stabilisiert. Auch hier schafft der Betrieb ein Feld, das gesundheitliches Bewußtsein stützt.

‚Gesundheit fördern' ist großartig, aber nicht mehr als der kleinste gemeinsame Nenner. Deshalb präsentiert sich auch ein schillernder Bogen teils widersprüchlicher Vorschläge zum Wie. Gibt es eine gemeinsame Ursache für die Wahrnehmung, daß ‚Gesundheit'

---

[10] Diamond: Der Körper lügt nicht, VAK-Verlag, 2000
[11] Dethlefsen/Dahlke: Krankheit als Weg, Goldmann 1994
[12] Dahlke: Lebenskrisen als Entwicklungschancen
[13] BAG NZA 1985, 302
[14] Gabrielle Roth: Das befreite Herz, Heyne-Verlag 1996
[15] Sadhakas: Die Kunst des Lebens und Arbeitens, H. Naura-Verlag 1986

blühender erlebt und gelebt werden könnte? Bei genauerem Hinsehen und Hinspüren fällt eine gewisse Schwere auf, etwas, das bremst, etwas, das lähmt — deutliche Hinweise auf Angst mit ihren unterschiedlichen emotionalen Ausformungen als Haß, Neid, Mißtrauen . . .[16].

Die Angst, die von unterschiedlichsten Interessengruppen als Glocke über das Land gestülpt wurde, üppig genährt wird und in alle Bereiche des Lebens diffundiert, zeigt bei den Menschen Wirkung, deren Lebensenergie nicht frei fließt. Nach Erkenntissen von John Diamond, Professor der Psychiatrie und ehem. Präsident der „Internat. Akademie für präventive Medizin“ sind 95% der Bevölkerung (USA) davon betroffen[17]. Was „Angst“ angeht, wird der Betroffenheitsgrad hier nicht wesentlich anders sein und liefert eine Erklärung für die unrealistische und überzogene Sicherheitsmanie allgegenwärtiger Überwachung.

Zum besseren Verständis der weiteren Ausführungen und wegen den weitreichenden Folgen der ‚Angst‘ als solche für die Gesamtgesellschaft wie für das Individuum ist es wichtig zu erkennen, daß der angemessene Umgang mit ihr entscheidend die Qualität unseres Lebens bestimmt.[18] Die Kosten der Aufrüstung während der Zeit des „kalten Krieges“ hat im Osten Europas die Menschen jahrezehntelang fast ans Hungertuch gebunden und fast jede soziale Verbesserung verhindert. Das Vielfache an Geld, das der Westen heute für die Aufrüstung und seine Dauerkriege gegen einen willkürlich auszumachnenden Feind ausgibt, raubt uns — besonders spürbar im Sozialbereich in der täglich unwürdiger werdenden Behandlung der Alten und Schwachen — die Lebensräume. Wer weiß, welche Eskalation noch auf uns zukommt?

Das vielleicht zentrale äußere Problem ist die unangemessene, oft kriminell anmutende Schacherei mit „Angst“, die den Bürgern permanent über alle Kanäle der Wahrnehmung eingeflößt wird. In unseren Systemen wie z.B. Schule, Beruf, Wirtschaft, Politik, Gesundheit, Familie etc. wurde „Angst“ als Dreh- und Angelpunkt implantiert; wir bemerken dies kaum noch. Angst vor Versagen, Angst um den Job, Angst vor Konkurrenz, Angst vor anderen, Angst vor Krankheit, Angst vor Partnerverlust, Angst vor Wetter, ja sogar Angst vor dem Leben und dem Sterben schlechthin. Da werden ebenso leichtfertig Teufel an die Wand gemalt wie unsinnigste Versicherungen abgeschlossen und selbst die „normalen“, die wir standardisiert vorfinden, könnten bei realistischer Wägung verzichtbar sein. Es geht hier nicht um die Angst, die uns in bestimmten Situationen schützt — es geht um den Deal mit ihr dort, wo sie für andere Interessen und fern jeder Sinnhaftigkeit instrumentalisiert wird.

Wenn wir uns einen klaren Blick erlauben und uns mit einer vorschnellen Bewertung zurückhalten werden wir feststellen, daß wir die Angst und das Gehabe mit ihr nicht brauchen. Angst ist eines der gefährlichsten Phänomene, weil sie das Denken trübt,

---

[16] Louise Hay: Heile deinen Körper, Lüchow-Verlag, 1993
[17] Diamdond: Der Körper lügt nicht, VAK-Verlag, 2000
[18] Dahlke: Krankheit als Symbol, Bertelsmann 2002

Projektionen aufbaut, Scheinwirklichkeit vortäuscht und Kurzschlußhandlungen bis hin zur Selbstzerstörung auslöst. An drei Situationen soll dies verdeutlicht werden.

Globalisierung könnte ganz anders praktiziert werden, aber die Geldmachtmächte haben sich aus bestimmten Gründen für die zerstörende Praxis entschieden. Die deutliche und unmißverständliche Antwort des 11. September haben die Menschen weltweit verstanden, nicht jedoch die Entscheidungsträger westlicher Politik und Wirtschaft. Die Angst, die sich aus diesen Etagen über die Menschheit ergießt, kristallisiert sich sowohl im angesprochenen Milliardengeschäft mit der Angst als auch in der Behandlung des Menschen wie Ware durch Scannen etc.. Sie ist dumm und unnötig. Es spielt für die Wirksamkeit von Urprinzipien der dualen Welt wie Yin-Yang, Aktion-Reaktion etc. keine Rolle, wie hoch die Mauern gezogen und wie dicht bis zur Selbsterdrosselung die Lebens- und Bewegungsräume verengt werden. Der Westen hat sich entschieden, den Demütigungsprozeß weiterzutreiben. Wir wissen, daß es auch darauf eine Antwort geben wird, die schlimmer ausfallen wird; wir wissen nur nicht wo, wie und wann.

Krankheit wird als Gefahr für die Gesundheit angesehen. Dies ist ein Dogma, das selbst in unserem Kulturkreis längst nicht alle teilen. Andere sehen den Nutzen, den Krankheit dem Menschen schenken kann. Es ist maßgeblich, mit welcher inneren Einstellung Begebenheiten im Leben begegnet wird. Der Körper äußert Krankheit nicht ohne Grund. Wer dies versteht versteht auch, warum sich z.B. bei Grippe nicht alle anstecken, wenn sich „alle“ anstecken.

Völlig irrational ist die Angst vor dem Tod. Wir müssen ja nicht mit ihm spielen oder ihn herausfordern. Wir wissen um unsere Vergänglichkeit. Nutzen wir also die Zeit, zu leben.

Wo wir hinschauen lähmt die Angst. Das innere Problem ist, daß Angst nicht verdrängt oder aus der Welt geschafft werden kann, aber man kann lernen, mit ihr umzugehen. Eine Aufgabe, die jeder für sich in eigener Verantwortung leisten muß, wenn er etwas verändern will. Allein schon dieser Schritt löst die Enge und schafft spürbar Raum; den auch der tiefere Atemzug spiegelt. Dieser Raum ist eine wichtige Voraussetzung dafür, daß weitere Bemühungen um Gesundheit besser gelingen; ja sogar, daß das weitere Leben in allen Façetten besser gelingt.

Überall, wo Felder wirken, entsteht auch das aus der Physik, Chemie, Biologie etc. bekannte Gesetz/Phänomen der „Kritischen Masse“. Prigogine, der große russisch-belgische Physiker, hat seinen Nobelpreis nicht zuletzt für den Nachweis bekommen, daß das, was im Mikrokosmos geschieht, auf den Makrokosmos durchschlägt — damit auch auf die Gesellschaft.[19] Es reicht also, diese Bedingungen und nicht neue Märkte zu schaffen.

---

[19] J.E. Berendt: Kraft aus der Stille, Droemer-Verlag ca. 2000

Hierzu ein kleines, beeindruckendes Beispiel aus einem mittelständischen Betrieb:

Im Osten waren bis zur Wende Betriebssaunas stark verbreitet; im Westen verschwanden die wenigen in den 60er Jahren. Die Gründe haben aber nichts damit zu tun, daß „Sauna“ seine gesundheitliche Bedeutung eingebüßt hätte. Im Gegenteil. Eine Sauna gehört heute mehr denn je zur Grundausstattung einer gesundheitsorientierten Einrichtung. Ein Problem ist, daß kaum noch eine Saunaanlage, schon gar nicht in Großanlagen, die Bedingungen für einen kunstgerechten, d.h. gesundheitlich wirksamen Badeablauf erfüllen. Dies spricht für eine Renaissance von Betriebssaunas.

Begleitend wurde deshalb recherchiert, auf welchen Kenntnisstand das Gesundheitsministerium zurückgreift. Im ‚Deutschen Forum Prävention und Gesundheitsförderung‘, einer Einrichtung des Ministeriums, laufen alle Fäden politischen und sozialen Handelns zusammen; hier wurde auch der Beitrag von Frau Caspers-Merk vorbereitet. Die Sauna ist dort jedoch nicht bekannt, und schon gar nicht etwas über Betriebssaunas. Als Grund hierfür wurde mitgeteilt, daß es für die Sauna keine verwertbaren Erkenntnisse gäbe, zumindest seien keine bekannt. Dies erstaunt; denn das Saunabad ist die weltweit mit über 500 bekannt gewordenen wissenschaftlichen Arbeiten und mehreren Dissertationen die bestuntersuchte Badeform überhaupt; die überwiegende Mehrheit dieser Forschungsarbeiten wurde sogar im deutschsprachigen Raum durchgeführt und publiziert.[20]

Die Fa. Karl Mertl, eine internationale Rohrhandelsgesellschaft, (www.mertl.com), beschäftigt knapp 100 Mitarbeiter. Sie hat auf freiwilliger Basis Zielsetzungen für ein soziales Netz festgelegt, zu denen neben Sporthalle, Werksküche, Lebensversicherung, Unfallversicherung, freiwillige Zuwendungen anläßlich von Betriebsfeiern etc. auch eine Betriebssauna gehört.

Herr Dir. Gruscher teilte mit, daß die Betriebssauna an drei Tagen/Woche für die Mitarbeiter für Frauen oder Männer geöffnet ist. Dabei hob er die positiven Auswirkungen auf die innerbetriebliche Kommunikation hervor. Die Sauna wird von Mitarbeitern aus allen Abteilungen genutzt. Und weil in der Wärme der Sauna mögliche horizontale und vertikale „Schnittstellenprobleme“ zwischen den jeweiligen Bereichen schmelzen („In der Sauna verraucht der Zorn“; finn. Weisheit), kommt es immer wieder zu wertvollen Anregungen. Davon profitiert das soziale Klima und erhöht die persönliche Zufriedenheit des Einzelnen, was sich auch auf deren Privatleben auswirkt.

Die Betriebssauna wurde dieses Jahr anläßlich des 30-jährigen Bestehens sogar erweitert. Bzgl. der Auswirkung des auf den Krankenstand konnte Herr Gruscher keine Aussage machen, weil der Krankenstand „schon immer sehr gering“ war.

Wer hat positivere Nachrichten?

Paul Busse, Freiburg

---

[20] Internat. Sauna-Archiv, seit 1958, Sauna-Matti-Verlag