

Auf leisen Pfoten

(Text eines Films von Juri Klebanov im Wissenschaftsmagazin „nano“ auf 3sat)

Wir reagieren bisweilen stärker auf leise Geräusche als auf laute - denn diese waren für die frühen Primaten eine Warnung, dass eine Gefahr heranschleicht. Menschen können bei extremen Kon-
ditionen schlafen, bei Donner und bei Kanonendonner, andererseits können Menschen geweckt
und genervt werden von ganz leisen Tönen: Wassertropfen, rascheln, Türen oder Boden knarzen,
Popcorn oder Chips essen. Wegen so einer Kleinigkeit ist biologisch in uns eine Menge los. Sinn
der Aufregung: Jede Reaktion, die im Verlauf der Evolution unseren Vorfahren half, ihre Gesund-
heit zu bewahren, das Leben zu erhalten, wurde allmählich zu unserem reflektorischen Verhalten.
So war es von Vorteil, bei manchen Tönen und Geräuschen tief und fest schlafen zu können:
Regen mit Donner, Vogelgezwitscher konnten nicht wirklich was Schlimmes bedeuten. Dagegen
ein plötzlicher, wenn auch sehr leiser Ton, erforderte momentane Reaktion. Denn Raubtiere, die
versuchten leise heranzuschleichen, waren zu erkennen nur anhand von Geräuschen. Auch
Summen von einem Infektionen übertragendem Insekt, mußte überlebenshalber einen sofortigen
Erregungseffekt auslösen.

Heute leben wir sicher, doch raschelnde, knisternde, knackende, knirschende leise Geräusche
erregen immer noch unser Nervensystem. Reflektorische Erregung bleibt nur in den ersten
Sekunden bestehen. Denn sobald wir mit unserem Bewußtsein verstehen, daß die Geräusche auf
harmlose Weise entstehen, können wir die Spannung bewußt ausschalten und uns wieder normal
und ruhig verhalten. Wenn wir trotzdem gereizt bleiben, dann hat das andere Ursachen. Uns nervt
nicht mehr das Geräusch, sondern die Tatsache, daß man unsere Person mißachtet, unsere
Wünsche nicht betrachtet. Wir denken, wir haben unsere Ruhe verdient, und wenn jemand diese
Einstellung nicht bedient, empört uns das. Wir wollen Schuldige bestrafen und deswegen können
wir weder ruhig leben noch schlafen. Ich persönlich empfehle, statt sich zu ärgern, zu versuchen
Dinge konstruktiv zu verändern, mit Menschen zu reden, Sachen zu reparieren (Wasserhahn
zudrehen, Tür schließen) oder einfach alles, wie es ist, zu tolerieren. Auch den Menschen, die
Lärm machen, empfehle ich gerne ein paar Sachen – aggressive Warnlaute von sich geben wie
ein Löwe oder ähnliches.

<http://www.3sat.de/page/?source=/nano/natwiss/172116/index.html>