

Optimistische Lebenshilfe von vielerfahrenen Fachmann

Georg Pieper, *Die neuen Ängste. Und wie wir sie besiegen können*

Vermeidungsverhalten stärkt die Angst – eine der zahlreichen Lehren, die jeder aus der süffigen Lektüre dieses Buches ziehen kann. Gespickt mit anschaulichen Beispielen aus der reichen Erfahrung des fachlich und medial gesuchten Pioniers der deutschen Traumapsychologie, ist es für den Bekenner des populären Mainstream-Weltbildes eine reiche Fundgrube fundierter und plausibel vermittelter Ratschläge im Umgang mit Belastungen der Alltagswelt auch des nicht sonderlich Ängstlichen, Traumatisierten oder sonst Unglücklichen. Gesundheit, eben auch seelische Gesundheit, ist ein hohes Gut, von dem man kaum zuviel haben kann.



Dabei ist es wohl das Wesen psychologischer Herangehensweise, das Spiegelbild in der Seele schärfer ins Auge zu fassen als die in der Seele gespiegelte äussere Wirklichkeit und so ein wenig den Unterschied zu verwischen zwischen kranker Wut und kranker Angst und der Wut und Angst als Anreger, als Energiequelle für die Analyse und bewusste Gestaltung der prinzipiell verfügbaren Welt des Technischen wie des Sozialen. Wenn etwa die unkritische Gleichsetzung der jüdisch-christlichen und der islamischen Weltsicht als „Religionen“ übertüncht, dass Islam selbst, nicht erst ein daraus fanatisch übersteigerter Islamismus einen Anspruch auf totalitäre Beherrschung sämtlicher Lebensbereiche aller vermeintlichen Kreaturen des Herrn Allah bedeutet, aufs Eindrücklichste vorgelebt von seinem Bekenner und sakrosankten Vorbild aller Muslime, Mohammed, in über siebzig meist persönlich angeführten Feldzügen gegen die noch nicht Unterworfenen, dann kann auch nur ein schiefes Bild der Angst entstehen, die die Ausbreitung des Islam im alten Europa bei Menschen bewirkt, deren seelisches System weit entfernt ist, besonders labil, belastet und verzerrt zu sein: Nicht die Angst vor dem in der Tat höchst unwahrscheinlichen Terroropfer untergräbt das Urvertrauen der Sicherheit, sondern die Bedrohung des aufklärerischen Grundkonsenses der Seligkeit nach eigener Façon, das ängstliche Lavieren der Politik und das Zurückweichen vor der als übermächtig empfundenen Urgevalt der Vielzahl von naturhaft-selbstsicheren Bekennern der Unterwerfung unter

den Willen Allahs, ganz besonders noch in Verbindung mit der vergeblich offiziell kleingeredeten massiven aggressiv-kriminellen Energie von in Gruppen auftretenden Intensivtätern.

Besonders positiv hervorzuheben scheinen mir Piepers Ratschläge zum bewussten Medienkonsum, und da insbesondere zur Schutzlosigkeit der Smartphone-Kinder, die über die asozialen Schwätzwerke einem Bombardement ausgesetzt sind, das Eltern wohl kaum kontrollieren können. Hilft verbieten? Wie weit helfen evtl. technische Lösungen? Kann man sein Kind in eine öffentliche Schule schicken, wo die Gefahr besteht, dass es nicht nur Pornovideos, sondern dazu noch Gewaltvideos bis hin zu Enthauptungsszenen auf dem Handy des obercoolen Klassenkaspers ansehen soll? Dass das betreffende Schlusskapitel gar zu kurz geraten ist, könnte Ausdruck der Kapitulation vor unlösbaren Fragen sein. Ich wünsche seinen Enkeln, denen das Buch gewidmet ist, neben dem Beistand der „guten Mächte“ das grosse Quantum Glück. Viele werden es nicht haben.

Mit viel Gewinn und angenehm zu lesen!

Peter J. Preusse, 31.3.18