

Rother Baron:
Die Freiheit des Rasenmähenden
Lärm als verfassungsrechtliches Problem



Dass Lärm schwere Gesundheitsschäden hervorrufen kann, ist heute allgemein bekannt. Dennoch gibt es kaum wirksame Lärm-schutzregeln. Dies offenbart auch ein fragwürdiges Freiheitsver-
ständnis.

Inhalt

Der Lärm und die Freiheit der Anderen	4
Lärm und Lärmstress	5
Was ist "Lärm"?.....	6
Lärmstress und die Folgen	7
Lärmschutz: ein Stiefkind der Politik	8
Woher kommt die Lust am Lärm?	10
Angst vor der Stille	11
Protestantische Ethik	11
Entfremdung von der Natur	13
Mangelnde Empathie	14
Männliche Omnipotenzgefühle	16
Lärm als Sound des Fortschritts	19
Vorschläge für einen wirksamen Lärmschutz	21
Orientierung an empirischen Erkenntnissen	22
Orientierung am Verursacherprinzip.....	22
Vermeidung unkontrollierter Lärmquellen.....	23
Vorrang schallgedämmter Geräte	23
Vermeidung unnötigen Lärms.....	24
Dialogische Zugänge zum Nachbarschaftslärm	24
Einrichtung von Stillerräumen	25
<i>Literatur</i>	26



Mimzy: Kleiner Junge (Pixabay)

Cover-Bild: *Umberto Boccioni (1882 – 1916): La strada entra nella casa (Die Straße dringt in das Haus ein; 1911); Hannover, Sprengel Museum (Wikimedia commons)*

Informationen über den Autor finden sich auf seinem Blog (rotherbaron.com) und auf Wikipedia.

Der Lärm und die Freiheit der Anderen

Dass die eigene Freiheit in der Freiheit des Anderen ihre Grenze findet, ist seit Kant geistiges Allgemeingut. So heißt es in dessen *Metaphysik der Sitten*:

"Handle äußerlich so, dass der freie Gebrauch deiner Willkür mit der Freiheit von jedermann nach einem allgemeinen Gesetz zusammen bestehen könne" (Kant 1797, S. 338).

Dem Geiste nach verwandt ist diesem moralischen Imperativ auch Artikel 2, Absatz 1 des Grundgesetzes:

"Jeder hat das Recht auf die freie Entfaltung seiner Persönlichkeit, soweit er nicht die Rechte anderer verletzt und nicht gegen die verfassungsmäßige Ordnung oder das Sittengesetz verstößt."

Angesichts der dezibelprotzenden Gerätearmee, mit der in Vorstädten und Parks die Grashalme bekriegt werden, der unbekümmerten Pressluftschlämmerei in den Städten und der allgegenwärtigen Beschallung durch Autos und Flugzeuge könnte man allerdings fast den Eindruck bekommen, das Grundgesetz sei im Bereich des Lärmschutzes außer Kraft gesetzt.

Lärm gilt als etwas, das man zwar subjektiv als unangenehm empfinden mag, aber dennoch hinzunehmen hat. Wer sich von Lärm gestört fühlt, ist oft reflexhaft mit allgemeinen Rechtfertigungstiraden konfrontiert oder versucht sich selbst mit solchen zur Ordnung zu rufen ("muss eben sein"; "was soll man machen"; "nicht zu ändern" etc.). Dabei ist unbestritten, dass Lärm zu ernsthaften Gesundheitsschäden führen kann.

Lärm und Lärmstress



Mandyme27: Schreiendes Mädchen (Pixabay; modifiziert)

Was ist "Lärm"?

Der wichtigste Faktor bei der Messung des Lärms ist der in Dezibel gemessene Schalldruckpegel bzw. Schallpegel, der von einer Geräuschquelle ausgeht. Hinzu kommen weitere Faktoren wie die Geräuschfrequenz – in der Regel als dB(A), also in Klammern hinter dem Dezibelwert, genannt – und die Entfernung von der Geräuschquelle.

Der als Schmerzgrenze angegebene Wert von 130 Dezibel bezeichnet lediglich den Level, ab dem ein Geräusch unmittelbar zu Hörschäden führen kann. In Abhängigkeit von den genannten sowie anderen Faktoren – etwa der gesundheitlichen Vorbelastung oder dem allgemeinen Stressniveau, dem jemand ausgesetzt ist – können auch weit niedrigere Werte zu ernsthaften gesundheitlichen Beeinträchtigungen führen.

Dies gilt insbesondere bei einer dauerhaften Lärmexposition, wie es etwa bei Verkehrslärm häufig der Fall ist. Hier kann schon ein durchschnittlicher Schallpegel von 65 Dezibel am Tag bzw. 55 Dezibel in der Nacht das Risiko von Herz-Kreislauf-Erkrankungen signifikant erhöhen (vgl. Ising/Kruppa 2001, S. 8).

Zu berücksichtigen ist in dem Zusammenhang auch, dass die Dezibelskala exponentiell ansteigt. Ein Anstieg von 50 auf 53 Dezibel entspricht folglich einer Verdopplung des Schalldrucks, ein Anstieg auf 56 Dezibel einer Vervierfachung. Eine tabellarische Übersicht zum Zusammenhang zwischen dem Schalldruckpegel einzelner Geräuschquellen und Gesundheitsschäden findet sich u.a. im "Hörlabor" der HTW Berlin (vgl. Homann).

Lärmstress und die Folgen

Auf der physiologischen Ebene löst Lärm beim Menschen eine Stressreaktion aus. Es wird vermehrt Adrenalin ausgeschüttet, der Blutzuckerspiegel steigt an, und ein erhöhter Puls sorgt für eine stärkere Durchblutung der Muskeln. Entwicklungsgeschichtlich betrachtet, ist das durchaus sinnvoll. Jahrtausendlang ermöglichte eben dieser Mechanismus unseren Vorfahren die rasche Reaktion auf Gefahren und sicherte ihnen damit das Überleben.

Heute jedoch erweist sich die Stressreaktion vielfach als Anachronismus. Denn angesichts der Vielfalt der Reize, denen der moderne Mensch ausgesetzt ist, besteht die Gefahr, dass die Stressreaktion von der Ausnahmeerscheinung zum Dauerzustand wird. Als solcher aber führt sie mit der Zeit zu einer Schädigung des Organismus und erhöht insbesondere die Gefahr von Herz-Kreislauf-Erkrankungen (vgl. Selye 1956, Rensing u.a. 2005).

Das Problem ist: Wir können die Stressreaktion nicht einfach abschalten. Die technisch-zivilisatorische Entwicklung ist zu schnell abgelaufen, als dass unser Organismus seine in Jahrtausenden herausgebildeten Reaktionsroutinen daran hätte anpassen können.

Auch diejenigen, die von sich behaupten, von Lärm nicht gestresst zu sein, leiden unter ihm. Ja, die gesundheitlichen Schäden sind bei ihnen mitunter sogar noch ausgeprägter, da die "vom Körper für eine physiologische Stressantwort bereitgestellten Aktivierungsenergien" hier noch weniger "in adäquater Weise eingesetzt oder abgebaut werden können" als bei lärmempfindlichen Personen (vgl. Ising/Kruppa 2001, S. 6).

Angesichts der massiven Gesundheitsschäden und der dadurch verursachten Kosten müsste der Lärmschutz dem Staat eigentlich ein Anliegen ersten Ranges sein. Dies gilt jedoch allenfalls auf der theoretischen Ebene, auf der das Umweltbundesamt in immer neuen Studien die gesundheitsschädliche Wirkung des Lärms nachweist (vgl. Umweltbundesamt 2021).

In einem Akt gelebter Schizophrenie bleibt die Verkehrs- und Wirtschaftspolitik desselben Bundes von diesen Erkenntnissen jedoch völlig unberührt und betreibt weiterhin eben jene wachstumsorientierte Infrastrukturförderung, die für den zunehmenden Lärmstress der Bevölkerung verantwortlich ist.

Lärmschutz: ein Stiefkind der Politik

Nähme man die Untersuchungen des Umweltbundesamtes ernst, müsste es selbstverständlich sein, dass Menschen, die an Hauptstraßen, Flughäfen oder Bahntrassen wohnen, einen perfekten Dämmschutz für ihre Wohnungen bezahlt und notfalls auch ein Ausweichquartier angeboten bekommen. Die Richtlinien zur Beschränkung des Freizeitlärms müssten wesentlich restriktiver sein und ihre Einhaltung müsste stärker überwacht werden.

Eine entschlossenerere Bekämpfung vermeidbarer Lärmquellen käme dabei auch den Bedürfnissen weiter Bevölkerungskreise entgegen. So ist laut einer Umfrage des Umweltbundesamts Nachbarschaftslärm nach dem Straßenlärm mit 42 Prozent die am zweithäufigsten als störend genannte Lärmquelle (vgl. Umweltbundesamt 2022).

Von der Politik wird Lärm jedoch noch immer als nachrangiges Problem betrachtet, das man nur regelt, um die Vorschriften hin-

terher im Sinne einer großzügigen Laissez-faire-Haltung zu missachten. So opfert man weiter Tausende von Menschenleben auf dem Altar der Mobilität und lässt es zu, dass ganze Vorstädte und Dörfer zu Hobby-Großbaustellen mutieren.

**Gründe für mangelnden Lärmschutz:
Woher kommt die Lust am Lärm?**



Gerd Altmann: Gesicht in Wellen (Pixabay)

Angst vor der Stille

In der Natur ist die Stille der Normalzustand, Lärm der Ausnahmezustand. Wer aber immer von Lärm umgeben ist, für den dreht sich die Wahrnehmung um: Lärm wird zum Normalzustand.

Solche Menschen sind dann unfähig, die Stimmen der Stille wahrzunehmen – das Flüstern der Gräser oder das Tuscheln des Windes mit den Zweigen. Stattdessen empfinden sie die Stille als Wiederhall ihrer eigenen inneren Leere.

Die damit einhergehende Angst ist letztlich eine Angst vor der eigenen Existenz, vor dem Leben und dem Tod, der in ihm wohnt. Die Folge ist, dass die Stimmen der Stille in Lärmorgien ertränkt werden. Damit aber wird es auch allen anderen, die sich in Hörweite der betreffenden Menschen befinden, unmöglich gemacht, die Stille für das zu nutzen, wofür sie in unzähligen Meditations- und Entspannungsratgebern angepriesen wird: als Nährboden für innere Balance, Selbstfindung und Kreativität.

Protestantische Ethik

In seiner Abhandlung *Die protestantische Ethik und der Geist des Kapitalismus* (1904/05) zog der Soziologe Max Weber Anfang des 20. Jahrhunderts eine Parallele zwischen den von Johannes Calvin aufgestellten Glaubenssätzen und der kapitalistischen Ideologie.

Zentral war dabei Calvins Prädestinationslehre. Dieser zufolge liegt das Heil des Menschen nicht in seiner eigenen Hand. Vielmehr ist dieses bereits vor seiner Geburt von Gott vorherbestimmt worden. Ob auf den Tod ewige Verdammnis oder ein seliges Leben an der Seite Gottes folgen, lässt sich also nicht durch

tugendhaftes Handeln beeinflussen. Stattdessen deutet umgekehrt ein untadeliger Lebenswandel darauf hin, dass die Betroffenen von Gott auserwählt worden sind.

Anders als im Katholizismus, wo es durch die Beichte stets die Möglichkeit einer Vergebung der Sünden gibt, wirkt sich eine solche Moral im Alltag im Sinne äußerst rigider Lebensregeln aus. Wer nicht die Kraft hat, ihnen zu folgen, gilt für sich selbst und vor anderen als verdammt.

Im Kapitalismus ist diese Einstellung nach Max Weber auf den wirtschaftlichen Erfolg übertragen worden: Wer sein Kapital erfolgreich vermehren kann, kann sich demnach als von Gott auserwählt betrachten.

Im weiteren Sinne hat sich daraus ein Arbeitsethos entwickelt, das jede Form von Müßiggang als Teufelswerk ansieht. Nicht die innere Versenkung in Gott, sondern allein die Selbstkasteiung durch Arbeit erscheint dabei als Ausweg aus der ewigen Verdammnis. In ihr wird der Beweis dafür gesehen, zu Gottes Auserwählten zu zählen.

Dieser Status kann aber nur dann als gesichert gelten, wenn er nicht nur für einen selbst, sondern auch für alle anderen offenbar ist. Dies könnte erklären, warum der innere Zwang zum beständigen Herumwerkeln bei vielen Hobby-Handwerkern und Gartenkriegern mit einer Bevorzugung lauter Geräte einhergeht.

Natürlich geschieht all dies unbewusst. Aber eben das macht es ja so schwer, auf einen Bewusstseinswandel hinzuwirken. Denn dafür müsste man genau das anordnen, was die Lärmliebhaber am meisten fürchten: innere Einkehr und Besinnung.

Entfremdung von der Natur

Eine Grundvoraussetzung für die Entstehung der abendländischen Philosophie war die Aufwertung des Logos gegenüber der Natur. Anstatt – wie in matriarchalen und animistischen Kulturen aus der Frühzeit der Menschheit – in dieser selbst das Abbild des Göttlichen zu sehen, wurde nun der Logos als jene Kraft betrachtet, die der Natur erst Struktur und Richtung gibt.

Hieraus entwickelten sich zum einen patriarchale Gesellschaftsstrukturen, in denen die "erdverbundene" Frau zur Dienerin des dem Logos verbundenen Manns bestimmt wurde. Zum anderen begründete dies aber auch eine Einstellung gegenüber der Natur, bei der deren Manifestationsformen nicht mehr als Repräsentationen einer anbetungswürdigen und unbedingt schützenswerten Gottheit betrachtet wurden, sondern als nach Belieben auszu-beutendes Material.

Diese Haltung verstärkte sich in der Neuzeit noch einmal durch den von Descartes auf den Punkt gebrachten Rationalismus, der die Seinsgewissheit aus der menschlichen Erkenntnisfähigkeit ableitete: "Cogito, ergo sum – Ich denke, also bin ich" (Descartes 1637, S. 32).

In der Logik dieses Denkens, das auf der Gegenüberstellung von denkendem Ich und Welt beruht, liegt auch eine Einstellung zur Natur, die diese zu einem Objekt für das menschliche Verwertungsinteresse macht. So verbindet Descartes mit seiner Philosophie ausdrücklich die Vision, die Menschen "zu Herren und Eigentümern der Natur zu machen" (ebd., S. 58; vgl. RB 2020).

Zu Descartes' Zeiten war hiermit noch die Hoffnung auf eine verbesserte Ernährungssituation und die Entdeckung neuer Heilmitt-

tel gegen epidemische Krankheiten verbunden. Heute hat sich seine Vision allerdings zu einer Haltung radikalisiert, bei der die Natur als eine Mischung aus Ersatzteillager und Ärgernis betrachtet wird. "Herr" über die Natur zu sein, bedeutet nun nicht mehr, ihr nützliche Erkenntnisse abzulauschen, sondern sie vollständig zu beherrschen und den eigenen Ordnungsvorstellungen zu unterwerfen.

Bei der Gartenarbeit hat eine solche Einstellung zur Folge, dass jede Form von Wildwuchs unterbunden wird. So werden Wildblumenwiesen in parkettbodenähnliche Rasenflächen verwandelt. Die äußere Umgebung des Wohnbereichs soll ein ebenso antiseptisches Aussehen haben wie dieser selbst.

Hierzu passt, dass man sich der Natur nur noch in kriegeähnlicher Schutzmontur nähert und sie mit Geräten traktiert, bei denen man möglichst wenig mit ihr in Berührung kommt. Der Lärm, den diese Geräte emittieren, erstickt dabei auch die naturtypischen Geräusche wie Grillenzirpen, Bienensummen und Vogelgezwitscher. Er nimmt damit das vorweg, was der Krieg gegen die Natur in letzter Konsequenz bewirkt: das Absägen des Astes, auf dem auch die Gartenkrieger selbst sitzen.

Denn auch wenn sie es nicht wahrhaben wollen: Sie selbst sind ebenfalls ein Teil der Natur. Je mehr sie diese zerstören, desto mehr berauben sie sich daher auch ihrer eigenen Lebensgrundlagen (vgl. RB 2022).

Mangelnde Empathie

Dass eine Freiheit ohne alle Regeln und Grenzen in ein Chaos mündet, in dem sie am Ende selbst untergeht, weiß jede Kinder-

gärtnerin. Das Bewusstsein, dass die eigene Freiheit niemals auf Kosten der Freiheit anderer durchgesetzt werden darf, ist die Lebensader jeder Form von Freiheit. Wer sie durchtrennt, untergräbt die Freiheit und erstickt sie im Extremfall.

Empathie ist daher das Lebenselixier der Freiheit. Sie bedeutet, dass in einer Gemeinschaft alle ein Gespür für die Bedürfnisse anderer entwickeln – und dass dieses Gespür all ihre Handlungen begleitet.

Das Gegenteil davon ist ein Verständnis von Freiheit, bei der diese im Sinne einer Abwesenheit aller Grenzen für das Individuum interpretiert wird, im Sinne eines uneingeschränkten Ausagierens der eigenen Bedürfnisse. Eine solche Freiheit aber hebt sich selbst auf, da sie impliziert, dass die Freiheit einiger weniger zugleich die Unfreiheit vieler anderer nach sich zieht.

Das Problem ist, dass der menschliche Egoismus eben ein solches, anarchistisches Verständnis von Freiheit nahelegt. Für den Philosophen Thomas Hobbes (1588 – 1679) war genau diese menschliche Neigung zu Egoismus und Destruktivität der Grund für die Entstehung von Staaten.

Weil am Ende alle unter dem Egoismus aller anderen leiden würden, hätten die Menschen – so führt Hobbes in seinem Hauptwerk *Leviathan* (1651) aus – einen Teil ihrer Macht bewusst an eine höhere Instanz abgegeben. Deren Aufgabe sei es, durch die Aufstellung und Durchsetzung entsprechender Regeln ein geordnetes Zusammenleben der ihrer Natur nach absolute Macht anstrebenden Individuen zu ermöglichen.

Das Versagen des Staates beim Lärmschutz entspricht also de facto einer Aufkündigung des unausgesprochenen Gesellschafts-

vertrags, der seine Existenz legitimiert. Anstatt Empathie und Dialogbereitschaft durch entsprechende Regelungen zu fördern, unterstützt er das Recht des Stärkeren.

Wenn die einen sich zur Vogelbeobachtung versammeln und auch nur ein einziger Nachbar ein Kettensägenmassaker veranstaltet, wird er damit die Freiheit aller anderen zunichtemachen. Lärm schlägt Muße, Destruktivität schlägt Kontemplation, Gedankenlosigkeit erstickt den Geist.

Männliche Omnipotenzgefühle

Aus der Perspektive des Lärmenden betrachtet, vermittelt der Lärm ihm ein Gefühl der Allmacht: Seine Lebensäußerungen sind bedeutsamer als die aller anderen. Er bestimmt, womit andere sich beschäftigen können und womit nicht.

Dies ist bei Kleinkindern und Jugendlichen normal. Erstere testen damit ihre Grenzen aus, sie erfahren, wo das Ich an das Nicht-Ich grenzt und von diesem beschränkt wird. Letztere überschreiten die Grenzen an der Schwelle zum Erwachsenwerden bewusst, um ihre Kräfte vor der Einordnung in das regelbasierte Leben der Gesellschaft zu erproben.

Problematisch wird der Rausch der Allmacht dort, wo er auch im Erwachsenenalter andauert und das Bedürfnis nach Omnipotenzgefühlen jede Neigung zu empathischem Verhalten erstickt. Um zu verstehen, wie es dazu kommen kann, erscheint ein Rückgriff auf psychoanalytische Erklärungsansätze hilfreich. In besonderem Maße gilt dies für Sigmund Freuds Theorie der kindlichen Sexualentwicklung.

Bekanntlich geht Freud davon aus, dass sich die kindliche Sexualentwicklung in fünf Phasen vollzieht (vgl. Freud 1905). Diese unterscheiden sich jeweils danach, auf welche Objekte sich die von Freud als "Libido" bezeichnete Triebenergie richtet. Die endgültige Ausrichtung auf den Genitalbereich erfolgt dabei erst ab der Pubertät. Die Ausrichtung der Sexualität geht dabei auch mit einer stärkeren Entwicklung mitfühlenden, empathischen Verhaltens einher.

Am Anfang unserer Sexualentwicklung steht die orale Phase, die von Nuckeln an Brustwarze, Schnuller und Milchfläschchen bestimmt ist. Auf sie folgt im zweiten und dritten Lebensjahr die anale Phase, in der sich das Lustempfinden auf die Analregion verschiebt. Lust wird nun aus den Ausscheidungsvorgängen selbst oder auch aus dem Zurückhalten des Kots gewonnen.

Kommt es in den frühen Phasen der kindlichen Sexualentwicklung zu Störungen, so kann sich dies in charakteristischen Verhaltensauffälligkeiten bemerkbar machen. Der zentrale Gefühlskomplex, der aus einer fortgesetzten Beeinflussung durch die anale Phase der Lustgewinnung resultiert, ist dabei der eines Eindrucks von "Allmacht" und "Einzigartigkeit" (Abraham 1923, S. 31; vgl. Jones 1918). Grundlage ist hier das Gefühl des Kleinkinds, über seinen Exkretionsvorgang aus eigener Kraft etwas "erschaffen" zu können.

Störungen in der Sexualentwicklung können unmittelbar zur Ausprägung eines "analen Charakters" führen, der durch ein übertriebenes Bedürfnis nach Kontrolle und Macht über andere gekennzeichnet ist. Es ist aber auch denkbar, dass Menschen in späteren Jahren durch psychische Krisen in die Phase der frühkindlichen Anallust regredieren.

Auffallend ist nun, dass insbesondere Männer zu einer solchen Regression in die Phase frühkindlicher Omnipotenzgefühle neigen – und dass sie auch vermehrt die Tendenz zeigen, dies durch ein lärmintensives Verhalten auszuagieren. Hierbei treffen zwei Entwicklungsstränge aufeinander.

Zum einen war, wie oben bereits angedeutet, die technische Entwicklung der Zivilisation stets eng mit dem männlich konnotierten Logos verbunden. Die stärkere Affinität von Männern zu technischen Geräten sowie ihre Identifikation mit der Macht, die sich durch sie über die Welt der Dinge ausüben lässt, liegen also gewissermaßen in der DNA der westlichen Zivilisation.

Zum anderen wird die faktische gesellschaftliche Macht von Männern durch die Emanzipationsbewegung und die zunehmende Gleichberechtigung der Frau seit einiger Zeit aber immer mehr zurückgedrängt. Der Omnipotenzrausch im Lärm erscheint so als eine Form von kompensatorischer Regression, mit der das männliche Ich seine narzisstischen Kränkungsgefühle zu betäuben versucht.

Eigentlich wären die Betroffenen also ein Fall für den Psychiater. Leider sind entsprechende Massentherapien aber noch nicht entwickelt, so dass einstweilen nur strengere Lärmschutzregeln eine wirksame Gegenmaßnahme wären.

Dabei kann man sich auch eine spezielle Charaktereigenschaft des "analen Charakters" zunutze machen. Außer aus der Lust an den Ausscheidungsvorgängen selbst kann dieser sich nämlich auch aus einer Überidentifikation mit der Reinlichkeitserziehung entwickeln. Das Gefühl der Allmacht resultiert dann aus einer Art Musterschüler-Syndrom, also aus dem Anspruch, die geltenden

Regeln vorbildlicher zu befolgen als andere (vgl. Abraham 1923, S. 30).

Lärm als Sound des Fortschritts

Der Hauptgrund für die Vernachlässigung des Lärmschutzes ist wohl die Fortschrittsideologie. Zu dieser gibt der Lärm die natürliche Begleitmelodie ab.

Dies gilt zunächst in dem Sinne, dass die rasante technische Entwicklung in der Industrialisierung mit einer ebenso rasanten Zunahme von Lärm einherging. Lärm und technischer Fortschritt wurden so von Anfang an eng miteinander assoziiert.

So hält sich bis heute hartnäckig das Vorurteil, dass das lauteste auch das effektivste Gerät ist. Dieses Vorurteil wird zudem von speziellen Sounddesignern in den Entwicklungsabteilungen der Unternehmen gefördert, die so auch mangelnde Leistungsfähigkeit und Fehleranfälligkeit der Geräte durch eine entsprechend "aktiv" wirkende Geräuschkulisse übertönen können.

Hinzu kommt, dass die besonders lärmintensive Bauwirtschaft als Hauptmotor der ökonomischen Entwicklung gilt. Für Wachstumsfetischisten klingt folglich jeder Presslufthammer wie das Geklimper eines Geldregens. Lärm auszuhalten, gilt vor diesem Hintergrund als Ausweis von Stärke und einer systembejahenden Einstellung, was den Anreiz für Anstrengungen zur – durchaus möglichen – Entwicklung weniger lärmintensiver Geräte verringert. Umgekehrt setzt sich, wer Lärm eindämmen will, automatisch dem Verdacht aus, den gesellschaftlichen Fortschritt zu behindern.

Dabei ist in Wahrheit das Gegenteil der Fall. Denn Lärm behindert nicht nur die Konzentration. Wer dauerhaft Lärmquellen ausgesetzt ist, büßt am Ende auch die Fähigkeit zur klaren Reflexion ein. Indem Lärm damit buchstäblich "geist-tötend" ist, erschwert er die kritische Distanz zum eigenen Tun.

Dadurch aber führt Lärm letztlich dazu, dass er, als Sound des Fortschritts, eben diesen Fortschritt ad absurdum führt. Wer es verlernt, sich selbst zu hinterfragen, gelangt auch schneller an jenen viel zitierten Kipp-Punkt, jenseits dessen der vermeintliche technische Fortschritt die natürlichen und klimatischen Grundlagen des menschlichen Lebens untergräbt und sich so selbst aufhebt.

Es läge also im ureigenen Interesse von Politik und Wirtschaft, sich für wirksamere Lärmschutzmaßnahmen einzusetzen. Stattdessen dient der hehre Anspruch des Grundgesetzes, die "körperliche Unversehrtheit" des Einzelnen und die "Freiheit der Person" schützen zu wollen (vgl. Grundgesetz, Artikel 2, Absatz 2), allenfalls als schmückendes Beiwerk von Sonntagsreden.

Wenn aber die Erkenntnis, dass die eigene Freiheit dort endet, wo die Freiheit des Anderen anfängt, nur auf dem Papier steht und in der gesellschaftlichen Praxis keine Beachtung findet, bleibt sie nicht nur bedeutungslos, sondern dient de facto der Kaschierung eben jenes Zustands, von dem sie sich argumentativ abgrenzt.

Vorschläge für einen wirksamen Lärmschutz



Enrique Meseguer: Gesicht (Pixabay)

Orientierung an empirischen Erkenntnissen

Lärmschutzmaßnahmen dürfen sich nicht an den Bedürfnissen der Bauwirtschaft, des Verkehrs oder der Freizeitindustrie orientieren. Entscheidend müssen stattdessen die empirisch abgesicherten Erkenntnisse zu den gesundheitsschädlichen Folgen von Lärm sein. Aus ihnen sind strenge Grenzwerte abzuleiten, die nur in begründeten Ausnahmefällen und flankiert von kompensatorischen Maßnahmen überschritten werden dürfen.

Für die Festlegung empirisch abgesicherter Grenzwerte muss zuvor freilich der Teufelskreis aus Wählererwartungen und politischen Versprechen durchbrochen werden, der stets auf eine Fortführung des Status quo hinausläuft. Auch Lobbyinteressen müssen aus dem Entscheidungsprozess herausgehalten werden. Deshalb sollten die Grenzwerte ausschließlich von reinen Expertengremien festgelegt werden.

Orientierung am Verursacherprinzip

Wer Lärm verursacht, muss auch für die Schäden aufkommen und im Vorfeld Maßnahmen zur Milderung der Auswirkungen ergreifen. Baumaßnahmen müssen mit entsprechenden Schallschutzmaßnahmen und notfalls auch mit der Bereitstellung von Ausweichquartieren für die Betroffenen verbunden werden. Gleiches gilt für Verkehrslärm. Niemand darf gezwungen werden, für die Mobilitätsinteressen der Gemeinschaft seine Gesundheit zu opfern.

Vermeidung unkontrollierter Lärmquellen

Aus der Stressforschung sind mehrere Untersuchungen an Ratten bekannt, die klar belegen, dass die stressende Wirkung von Umweltreizen umso mehr zunimmt, je weniger diese von den Tieren kontrolliert werden können. Die Möglichkeit, den Stress auslösenden Reiz durch die Betätigung eines Schalters zu beenden, führte zu einer signifikanten Senkung der schädlichen Wirkungen (vgl. u.a. Spitzer 2014).

Für den Lärmschutz bedeutet dies, dass unvermeidlicher Lärm stets rechtzeitig angekündigt werden muss und nur in einem engen, zeitlich genau begrenzten Rahmen ausgestoßen werden darf. So kann das Gefühl, dem Lärm unkontrollierbar ausgesetzt zu sein, vermieden oder zumindest abgemildert werden.

Im Freizeitbereich bedeutet dies eine Umkehrung der bisherigen Verhältnisse, in der es einen nur von kurzen Ruhe- und Schlafenszeiten unterbrochenen Primat des Lärms gibt. Stattdessen muss dieser auf eng umgrenzte Zeitspannen beschränkt werden, und Verstöße müssen entsprechend geahndet werden.

Vorrang schallgedämmter Geräte

Die Entwicklung schallgedämmter Geräte muss gefördert werden. Wo immer es sie gibt, sind die lärmintensiveren Varianten aus dem Verkehr zu ziehen.

In der Gartenarbeit gilt dies schon heute für benzinbetriebene Mähgeräte. Diese sind in der Regel nicht nur deutlich lauter als die elektrischen Varianten, sondern auch unter dem Gesichtspunkt des Klimaschutzes inakzeptabel.

In manchen Fällen kommt man ohnehin am besten ganz ohne maschinelle Unterstützung aus. Rechen und Handsense sind nicht nur umweltschonender, sondern auch effektiver als Laubbläser und Motorsense. Und ebene Rasenflächen lassen sich ebenso gut mit dem Spindelmäher kurz halten.

Vermeidung unnötigen Lärms

Nicht jede Form von Lärm ist unvermeidlich. Auto- und Motorradlärms etwa sind in Zeiten des Klimawandels ein schwer verständlicher Anachronismus. Sie sind nicht nur an sich fragwürdig, sondern haben auch einen zweifelhaften Vorbildcharakter für all jene, die nicht vom lärmintensiven Rausch des Rasens lassen können.

Dialogische Zugänge zum Nachbarschaftslärm

Wo immer unvermeidlicher Nachbarschaftslärm ins Haus steht, sollte man sich mit den Nachbarn darüber austauschen. Soll eine neue Küche eingebaut werden, fördert ein Gespräch im Vorfeld womöglich sogar die Nachbarschaftshilfe, da die Arbeit so schneller über die Bühne geht.

Partylärm wiegt weniger schwer, wenn man selbst zu der Party eingeladen ist. Wer die Einladung ausschlägt, ist immerhin rechtzeitig informiert und kann sich ggf. nach einer alternativen Übernachtungsmöglichkeit umsehen.

Einrichtung von Stilleräumen

Derzeit gilt der Lärm bei uns als der Normalzustand. Um dem etwas entgegenzusetzen, sollten vermehrt Stilleräume eingerichtet werden, die mit unaufdringlicher Musik und Meditationsangeboten die geistige Erfrischung vor Augen führen können, die vom Eintauchen in die Stille ausstrahlen kann.

Besonders wichtig ist dies in der Schule. Wenn die Kinder rechtzeitig die Vorzüge von Stille erkennen, werden sie später weniger zu lärmintensivem Verhalten neigen und empathischer auf die Ruhebedürfnisse anderer reagieren.



Petra (Pezibear): Meditierendes Mädchen

Literatur

- Abraham, Karl: [Ergänzungen zur Lehre vom Analcharakter](#). In: Internationale Zeitschrift für Psychoanalyse (IZP) 9 (1923), H. 1, S. 27 – 47.
- Babisch, Wolfgang: [Die NaRoMi-Studie](#). Auswertung, Bewertung und vertiefende Analysen zum Verkehrslärm. In: Umweltbundesamt (Hg.): Chronischer Lärm als Risikofaktor für den Myokardinfarkt. Ergebnisse der "NaRoMi"-Studie; WaBoLu-Hefte 2 (2004), S. 1 – 59. Berlin: Umweltbundesamt.
- Descartes, René: Abhandlung über die Methode des richtigen Vernunftgebrauchs und der wissenschaftlichen Wahrheitsforschung [Discours de la méthode pour bien conduire sa raison et chercher la vérité dans les sciences; 1637]. Ins Deutsche übertragen von Kuno Fischer; erneuert und mit einem Nachwort versehen von Hermann Glockner. Stuttgart 1961: Reclam.
- Freud, Sigmund: Drei Abhandlungen zur Sexualtheorie (1905). In: Ders.: [Gesammelte Werke](#), unter Mitwirkung von Marie Bonaparte herausgegeben von Anna Freud, Edward Bibring, Willi Hoffer, Ernst Kris und Otto Isakower, Bd. 5, S. 27 – 145. Frankfurt/Main 1942: Fischer.
- Ders.: Charakter und Analerotik (1908). In: Ebd., Bd. 7 (1941), , S. 203 – 209.
- Homann, Michel: "Hörlabor" der HTW Berlin bei wordpress (Stichwort "[Lärmpegel](#)").
- Ising, Hartmut: Streßreaktionen und Gesundheitsrisiko bei Verkehrslärmbelastung. WaBoLu Hefte 2 (1983). Berlin: 1983: Reimer (Veröffentlichungen des Instituts für Wasser-, Boden- und Lufthygiene des Bundesgesundheitsamtes).

- Ders. / Kruppa, Barbara: [Zum gegenwärtigen Erkenntnisstand der Lärmwirkungsforschung](#): Notwendigkeit eines Paradigmenwechsels. In: Umweltmed Forsch Prax 6 (2001), S. 1 – 9.
- Jones, Ernest: Anal-Erotic Character Traits. In: Journal of Abnormal Psychology 13 (1918), S. 261 – 284.
- Kant, Immanuel: Die Metaphysik der Sitten (1797). In: Ders.: Werke in zwölf Bänden, hg. von Wilhelm Weischedel (1956), Bd. VIII: Schriften zur Ethik und Religionsphilosophie 2, S. 309 – 499. Frankfurt/M. 1968: Suhrkamp.
- Maschke, Christian / Wolf, Ute / Leitmann, Thilo: [Epidemiologische Untersuchungen zum Einfluss von Lärmstress auf das Immunsystem und die Entstehung von Arteriosklerose](#). Robert-Koch-Institut, Berlin. WaBoLu Hefte 1 (2003). Berlin: Umweltbundesamt.
- RB: [Geist und Natur](#). Wie wir lernten, die Natur zu verachten; rotherbaron.com, Dezember 2020.
- RB: [Anachronistische Gartenkrieger](#). Warum unsere Art der Gartenarbeit nicht mehr zeitgemäß ist; rotherbaron.com, Juli 2022.
- RB: [Die Kultur der Achtsamkeit](#) (PDF). Überlegungen zu einem dialogischen Freiheitsverständnis; rotherbaron.com, März 2023.
- Rensing, Ludger / Koch, Michael / Rippe, Bernhard / Rippe, Volker: Mensch im Stress. Psyche, Körper, Moleküle. München 2005: Spektrum Akademischer Verlag.
- Selye, Hans: Stress beherrscht unser Leben ("The Stress of Life", 1956). Düsseldorf 1957: Econ.
- Spitzer, Manfred: Rotkäppchen und der Stress. Stuttgart 2014: Klett-Cotta (Reihe *Wissen & Leben*).

Umweltbundesamt: [Nachbarschaftslärm und Lärm von Anlagen](#);
29. Juli 2022.

Umweltbundesamt: [Lärmwirkungen: Stressreaktionen und Herz-Kreislauf-Erkrankungen](#); 26. März 2021.

Weber, Max: Die protestantische Ethik und der "Geist" des Kapitalismus. In: *Archiv für Sozialwissenschaft und Sozialpolitik* [20 \(1904\), S. 1 – 54](#) und [21 \(1905\), S. 1 – 110](#).



Gerd Altmann: Besinnung (Pixabay)