

# "Geht mir aus der Sonne!"

Autor(en): **Jüsp [Spahr, Jürg]**

Objektyp: **Illustration**

Zeitschrift: **Nebelspalter : das Humor- und Satire-Magazin**

Band (Jahr): **107 (1981)**

Heft 45

PDF erstellt am: **21.07.2024**

## **Nutzungsbedingungen**

Die ETH-Bibliothek ist Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Inhalten der Zeitschriften. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern.

Die auf der Plattform e-periodica veröffentlichten Dokumente stehen für nicht-kommerzielle Zwecke in Lehre und Forschung sowie für die private Nutzung frei zur Verfügung. Einzelne Dateien oder Ausdrucke aus diesem Angebot können zusammen mit diesen Nutzungsbedingungen und den korrekten Herkunftsbezeichnungen weitergegeben werden.

Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. Die systematische Speicherung von Teilen des elektronischen Angebots auf anderen Servern bedarf ebenfalls des schriftlichen Einverständnisses der Rechteinhaber.

## **Haftungsausschluss**

Alle Angaben erfolgen ohne Gewähr für Vollständigkeit oder Richtigkeit. Es wird keine Haftung übernommen für Schäden durch die Verwendung von Informationen aus diesem Online-Angebot oder durch das Fehlen von Informationen. Dies gilt auch für Inhalte Dritter, die über dieses Angebot zugänglich sind.





## Urschrei auf dem Fussballplatz

Eine der grössten Segnungen des Fernsehens ist für mich die Möglichkeit, zu Hause im Lehnstuhl die wilden Spiele der weltbesten Balltreter zu betrachten. Vor Jahren war ich jeweils nach Zürich gefahren, um mich in den städtischen Fussballstadien von den Lokalkickern und ihren auswärtigen Widersachern ergötzen zu lassen. Doch in jenen Zuschauer-Pferchen stand ich zumeist reglos eingekleidet in eine je nach den auf sie einwirkenden Kräften irgendwo-

hin wogende Masse. Je nach Standort und Vordermann vermochte ich alsdann mehr oder minder grosse Ausschnitte aus dem dramatischen Geschehen auf dem Rasen zu erhaschen.

Nebst einigen nicht sachbezogenen Aufwendungen, wie Parkierbussen, Blechschäden und chemische Reinigung der mit Senf und Glace beschmierten Kleider, störte mich auch das unablässige, meist gehässige und feuchte Gebrüll und Gepfeife meiner Mitmassenmenschen, das mich allerdings mitunter auch zu einer solchen Verhaltensstörung mitriss.

Als Heimsporfreund bin ich nunmehr in der Lage, durch einen lässigen Daumendruck auf der Fernsteuerungstaste den akustischen Terror auf der Walstatt bis zur völligen Ausrottung zu schwächen, sogar das Gequassel des Herrn Sportreporters kann ich auslöschen. Und in dieser gedämpften, keimfreien Ambiance erliege ich nie mehr der durch Massensuggestion bewirk-

ten Versuchung, einsam auf meinem Lehnstuhl wie besessen mitzubrüllen.

Gerade dieser Lärmverzicht aber könnte mich, was ich bis anhin nicht wusste, an Leib und Seele ernstlich schädigen: bestürzt habe ich dies soeben in einem neuen Hirtenbrief des prominenten deutschen Akupunktur- und Naturheildoktors Manfred Köhnlechner (in der Zeitschrift «Hör zu») gelesen. Denn eben das Schreien vermag, so lehrt er, «Affekte in uns zu lösen, uns von Angst zu befreien und damit von Störungen, die in engerem Zusammenhang mit der Angst stehen. Das gilt im besonderen auch für die Neurose, die durch unterdrückte Bedürfnisse entsteht... Die Hemmung der Affekte geht einher mit einer Hemmung des Atmens.» Diese Erkenntnis hat Köhnlechner freilich vom amerikanischen Psychiater Janov übernommen, der seine Patienten den sogenannten Urschrei ausstossen liess, der zur Lösung der Atembremse und da-

mit zur Normalisierung des Gefühlslebens führen sollte.

Janov ist durch das teure Urgeschrei auf seiner Couch jedenfalls reich geworden. Köhnlechner empfiehlt anstelle der schalldichten Kammer des Psychiaters einen billigeren Therapieplatz, «wo wir uns die Sorgen von der Seele schreien können – den Fussballplatz!» Ueber die dort geübte Selbsttherapie belehrt uns der Heilkundige also: «Millionen gehen zu den Spielen, feuern ihre Mannschaft an, pfeifen den Schiedsrichter aus, bejubeln jedes Tor ihrer Lieblingskicker – und ahnen nicht, was sie damit unbewusst für ihre Gesundheit tun. Sie atmen unwillkürlich wieder richtig. Ihre Torschreie helfen besser gegen Kopfschmerzen, Kreislaufstörungen, Magenkrämpfe und Atembeschwerden als viele pharmazeutische Mittel... Und genießen Sie sich nicht: Schreien Sie!»

Soll ich nun jeweils, um bedrohlicher Bresthaftigkeit vorzu-



«Geht mir aus der Sonne!» (Diogenes)