

Mensch bleiben und im Anderen den Menschen sehen

Das Tragen von Gesichtsmasken hat nachweislich keinen körperlich gesundheitlichen Nutzen als Infektionsschutz (1), sondern richtet sogar vielfältigen Schaden an (2). Was macht es mit uns?

- Masken erschweren die Wahrnehmung der Gefühle, die Dein Gegenüber hat, was zu Fehldeutungen führen und damit das Vertrauen in Deine eigene Wahrnehmung mindern kann. Eine der Unterrichtsstunden im Programm Klasse2000, für das ich seit 2006 ehrenamtlich als Gesundheitsförderin arbeite, beschäftigt sich ausschließlich mit dem Thema Gesichtsausdruck als Teil der Körpersprache. Das evidenzbasierte Programm wurde ins Leben gerufen, die Lebenskompetenz von Grundschul-Kindern zu stärken und ihr soziales Verhalten zu entwickeln. Was passiert, wenn durch die Maske 40-60 % des Gesichtsausdrucks des Gegenübers wegfallen?
- Masken sind ein Maulkorb. Wir sollen den Mund halten. Das Sprechen und Hören des Gesprochenen wird beeinträchtigt und damit wird die zwischenmenschliche Kommunikation drastisch erschwert. Das Tragen der Maske „spricht“ für sich: „Bleib mir fern, wir sind im Ausnahmezustand, Du bist krank, ich bin krank, ich bin eine Gefahr, Du bist eine Gefahr, vor der ich mich schützen und die ich bekämpfen muss. Erwinnere Dich: Nichts ist normal.“
- Masken erzeugen eine stumme, gesichtslose und genormte Masse, die Angst macht. Es entsteht eine erzwungene „Normopathie“. Darunter wird eine Persönlichkeitsstörung verstanden, die die zwanghafte und überkonforme Anpassung an vermeintlich vorherrschende Verhaltensweisen und Regeln einer Gesellschaft mit sich bringt, wobei das „Kranke“ nicht mehr als Störung wahrgenommen wird (3). Es entsteht der Eindruck, dass das Tragen von Masken normal ist und „sich so gehört“, weil schließlich alle Mitmenschen eine Maske tragen.

Du wirst durch eine Maske bewusst darin gehindert, „Gesicht zu zeigen“, als Individuum und Mensch von anderen wahrgenommen zu werden. Doch wer sein Gesicht nicht zeigt, den kann man nicht erkennen. Dein Gegenüber wiederum wird durch Deine Maske daran gehindert, Dich als Mensch zu erkennen. Dies spaltet die Gesellschaft in mögliche „Freunde“ oder „Feinde“ hinter der Maske.

Lass es nicht zu, nach „Freund“ oder „Feind“ hinter der Maske zu suchen. Denn hinter jeder Maske verbirgt sich ein Mensch, der Dein Wohlwollen, Vertrauen und seine Freiheit verdient. Die Freiheit, über den eigenen Körper selbst zu entscheiden, die Freiheit, sich zu bewegen, wann immer und wohin immer er gehen will und die Freiheit, eine eigene Meinung zu haben. Nimm Dir die Freiheit und zeige trotz Maske (oder ohne, so oft es möglich ist), dass Du ein mitfühlender Mensch bist und niemand vor Dir Angst haben muss. Drei Songs einer meiner Lieblingsbands „Black Pumas“ (4) sind nicht auf die aktuelle Situation bezogen, geben aber gerade für die aktuelle Situation wertvolle Tipps: Zeige Deine wahren Farben, verfeinere Deine Seele und lerne Dein Gegenüber einfach besser kennen. Genießen!

(1) <http://www.aerztefueraufklaerung.de/masken/index.php>

(2) <https://visionlaunch.com/more-than-a-dozen-credible-medical-studies-prove-face-masks-do-not-work-even-in-hospitals/>

(3) Christopher Bollas: Meaning and Melancholia – Life in the age of bewilderment; Routledge, 2018

(4) <https://www.youtube.com/watch?v=HzebWEwHJuo>

