

EL MUNDO EN UN FRENESÍ DE GUERRAS, CRISIS Y ESCENAS AMENAZANTES

Posted on 13. Januar 2020

Irán, Australia, Dortmund: El mundo entero parece estar en estado de emergencia. Cómo los medios de comunicación nos hacen adictos a lo que nos asusta profundamente.

Un comentario de Christiane Borowy.

Se dice que el accidente de un avión de pasajeros cerca de Teherán hace unos días fue causado por un derribo accidental por parte de Irán. El presidente Trump quiere que Oriente Medio se una a la OTAN. En Australia se matan camellos porque beben demasiada agua. En cualquier caso, tantos animales han muerto y gran parte del medio ambiente ha sido destruido por el fuego que no se puede estimar el impacto en el ecosistema. Y también en Dortmund hay caos: en la octava ciudad más grande de Alemania hay una megaevacuación el 12 de enero, porque probablemente se han encontrado cuatro bombas de la Segunda Guerra Mundial. Pero seguimos con lo que siempre hacemos, pero no va a funcionar bien a largo plazo.

Un comienzo de año tranquilo para los medios de comunicación es una ilusión. Un titular negativo sigue al siguiente. Aquellos que quieren estar informados sobre los acontecimientos actuales experimentan un procedimiento similar todos los días: Caos e inestabilidad en el mundo, en Alemania, en mi ciudad. ¿Con qué consecuencias?

El Tagesschau informa en la mañana del 10.01.2020 que hay cada vez más evidencia de que un avión de pasajeros ha sido derribado cerca de Teherán por Irán (1). La primera porción de emoción la obtengo en mi cereal para el desayuno. Hecticalmente compruebo si y cómo la gran potencia de EE.UU. reacciona a esto. Los EE.UU. habían instigado el conflicto con Irán asesinando al general iraní Quassem Soleimani, lo que según el experto en Oriente Medio Michael Lüders se llama eufemísticamente "asesinato". También aprendo temprano en la mañana en el mundo: "Trump quiere admitir a Oriente Medio en la OTAN". Uf, suerte, al menos la Tercera Guerra Mundial no viene hoy. ¿Qué dicen los políticos alemanes y los medios de comunicación al respecto? Sigmar Gabriel considera que el asesinato está mal. (2). Después de todo. El asesor político Cornelius Adebahr sigue considerando que la situación es amenazante y que Irán "no es aprensivo", y en el tiempo del 09.01.2020 hace la siguiente declaración

"Pero la calma actual no puede resolver el conflicto subyacente. Sólo lo cambia hacia el futuro. El Irán sigue persiguiendo tres objetivos esenciales: En primer lugar, el régimen está preocupado por su propia supervivencia y, en segundo lugar, por la dominación de la región. A cambio quiere, en tercer lugar, expulsar a los Estados Unidos" (3).

Sí, ¿qué es lo que piensan los iraníes? Quieren sobrevivir en su propio país, y eso completamente sin "ayuda" extranjera. ¿A dónde vamos a llegar? Algo tan agresivo. También noto cómo me pongo agresivo. Llegaremos a eso más tarde.

Quiero calmarme y ver qué pasó con los incendios en Australia. Ya deberían haber salido. Pero, ¿qué descubriré el 09.01.2020 en Focus? En Australia se matan 10.000 camellos porque beben demasiada agua (4). Eso no me calma en absoluto. ¿No han sido ya suficientes la flora y la fauna víctimas de las llamas? ¿A quién se le ocurre tal idea? Bien, hombre. El periodista Dirk C. Fleck publica el mensaje en Facebook el mismo día, con el comentario: "Mensch, Mensch, Mensch".

De acuerdo, veré qué pasa en mi región. Guerra, terror, destrucción del medio ambiente, al menos no estaré en mi puerta. Equivocado otra vez. WDR está informando sobre el estado de emergencia en Dortmund, y mañana el 12 de enero de 2020. ¿Por qué? Porque los rastros de la guerra tendrán un efecto duradero. En el distrito hospitalario, que es muy sensible y está muy poblado, se han encontrado cuatro "presuntos sitios de bombas" y la mitad de la ciudad tiene que ser paralizada con una enorme evacuación.

Frenesí de guerra

Así que los eventos en el mundo vienen de golpe y una noticia dramática o perturbadora sigue a otra.

El mundo está al borde del abismo, tanto externa como moralmente: cada día se informa de que hay un abuso organizado de los niños en la llamada alta sociedad, el daño medioambiental aumenta hasta el punto de que la tierra se está colapsando y ya no es habitable, el sistema económico también está a punto de derrumbarse y ahora estamos al borde de la Tercera Guerra Mundial porque la paz sólo puede ser defendida por la fuerza.

La masa de noticias negativas es como un diluvio en la psique. Después de la inundación sólo se pueden encontrar piezas individuales.

Por lo tanto, es muy natural que la gente se estrese, a lo que casi no tienen nada que oponerse. Apenas es posible escapar de la avalancha de malas noticias. Por lo tanto, tampoco es posible afrontar o escapar del estrés de manera adecuada. Un resultado es el rigor mortis.

Cuando una inundación llega a quedarse en la imagen de una situación traumática, la persona naturalmente trata de sobrevivir. Las estrategias son diferentes. En términos sencillos, se puede decir que algunos se dejan llevar por el miedo y otros se vuelven agresivos.

Y aquí es donde surge un gran problema, porque la guerra sólo puede librarse si mucha gente es agresiva. El triunfo por sí solo, por ejemplo, no podría causar tanto daño. La candidata presidencial estadounidense Marianne Williamson escribe el 9.1. 2020 en su boletín de campaña con el título "Amor contra miedo":

"Podemos obtener más información de Carl Jung que de Karl Rove. La comprensión psicológica es hoy en día más importante que las estrategias políticas tradicionales. Porque el Presidente Trump está menos preocupado por el nivel político. Su manera de actuar y lo que saca de los demás no tiene lugar en el nivel intelectual, sino en el nivel de lo profundamente emocional. Está enfadado con el mundo y lo demostrará. Lo que hace que esto sea tan peligroso es que millones de otras personas también están enfadadas y encuentran un tipo de comodidad perversa en su comportamiento".

Lo que Williamson está describiendo aquí es una estrategia de supervivencia. En realidad, el hombre tiene miedo de la guerra y el terror y de la destrucción de su medio de vida.

Y eso es exactamente lo que se pretende. Es extremadamente beneficioso para las personas que ganan dinero con las malas noticias y la guerra, cuando la gente está congelada en lugar de permanecer tranquila y despejada.

Apenas hay medios de comunicación que señalen que hay formas de salir de lo que los psicólogos llaman

estrés postraumático secundario. Este es el estrés que se produce cuando se observa o se obtiene información sobre la guerra, el terror y otras crisis. El cuerpo muestra las mismas reacciones al estrés.

El problema es que si el estrés no se regula en algún momento, el cuerpo permanece constantemente en el modo "dramático" y, en cierto modo, se acostumbra a las sustancias que el cuerpo libera. Se vuelve completamente adicto a ellos. Y este es un problema mucho más grande que estar congelado en el miedo.

Cuando los medios de comunicación dan una mala noticia tras otra, manipulan nuestro subconsciente y así influyen en nuestra psique y en nuestras reacciones físicas. Si nos acostumbramos a la adrenalina "adictiva", que se desencadena por el gran estrés, entre otras cosas, de repente, sin darnos cuenta, somos dependientes del "drama", del conflicto, de la información sobre la guerra y el terror. Sin percibirlo conscientemente, nos volvemos adictos a la descarga de agresión. De repente gritamos "Estamos a favor de la guerra humanitaria", aunque en realidad ya habíamos gritado antes "Nunca más la guerra".

Así que incluso seguimos hambrientos de la información que nos asusta. Este es un desarrollo fatal. Creemos en las imágenes generadas por el enemigo y ya no escuchamos a nuestro corazón. Alguien que tiene miedo se mete en tal estado de shock que huye o ataca. Esto puede manifestarse, por ejemplo, de tal manera que uno o bien no se interesa en absoluto por la política o bien se enfada tanto que toda imagen de enemigo tiene derecho a atacar por dentro y a llevar la guerra que otros quieren.

Atreverse a la retirada de los medios de comunicación

Por lo tanto, es esencial dejar la adicción, o más bien crear momentos de calma una y otra vez para salir del drama de la psique, el estrés físico y la manipulación de los medios de comunicación. Después de todo, no podemos separar la información de los medios de comunicación de los efectos que tienen en nuestra psique. Sería como separar la lluvia de las nubes.

Crear momentos de silencio para entrar en razón y pensar con claridad no es necesariamente algo espiritual. Actualmente existen numerosos estudios sobre los efectos de la meditación en el cerebro y en la salud humana. También evita que la gente actúe únicamente por reacciones de miedo y por lo tanto se

comporte como un adicto o como un niño que persigue ciegamente la pelota que rueda por la transitada carretera. Estos comportamientos son bastante poco saludables.

Además, el adicto (de información) no se hace una pregunta esencialmente importante: ¿Quién soy y qué necesito para una buena vida? ¿Qué necesitan los demás para tener una buena vida? Esta no es una pregunta puramente personal.

La "tierra de la felicidad" asiática, Bhután, por ejemplo, es un modelo positivo. En este país del Himalaya, se muestra al mundo cómo es posible que una sociedad se pregunte políticamente cómo es posible una buena vida para todos los miembros de una comunidad. Esto funciona muy bien e invita a la gente a seguir su ejemplo. Pero, ¿ya has oído hablar de la existencia de este país? ¿Se le informa todos los días sobre dónde vive la gente felizmente junta? ¿No? ¿Harías clic en estas noticias cuando hagan su recorrido por los medios de comunicación en línea? O la mano en el corazón: ¿no son las noticias emocionantes y dramáticas las que más le interesan?

No te voy a decir qué noticias deberían interesarte. Sólo te digo el efecto de ser adicto a las noticias negativas. Tal vez se atreva a experimentar y a cuestionar honestamente su consumo de medios de comunicación. De esta manera ustedes incrementan sus posibilidades de ser menos manipulables y más pacíficos en general, y por lo tanto incrementan sus posibilidades de una buena vida para ustedes mismos y para los demás.

Fuentes

1. <https://www.tagesschau.de/ausland/iran-flugzeugabsturz-131.html>
2. <https://www.welt.de/politik/ausland/live204792166/Iran-Krise-Trump-will-Nahen-Osten-in-Nato-aufnehmen.html>
3. <https://www.zeit.de/politik/ausland/2020-01/iran-usa-vergeltung-rache-raketenangriffe-konflikt>
4. https://www.focus.de/wissen/natur/buschbraende-in-australien-im-news-ticker-weiteres-todesopfer-aus-bundesstaat-victoria-gemeldet_id_11527054.html
5. <https://www1.wdr.de/nachrichten/ruhrgebiet/evakuierung-bombe-dortmund-klinik-viertel-100.htm>

!

+++

Gracias al autor por el derecho a publicar.

+++

Referencia de la imagen: SS studio photography / Shutterstock

+++

El KenFM se esfuerza por conseguir un amplio espectro de opiniones. Los artículos de opinión y las contribuciones de los invitados no tienen por qué reflejar las opiniones de la redacción.


+++

¿Te gusta nuestro programa? Información sobre las posibilidades de apoyo aquí:

<https://kenfm.de/support/kenfm-unterstuetzen/>

+++

Ahora también puede apoyarnos con Bitcoins.

 Dirección BitCoin: 18FpEnH1Dh83GXXGpRNqSoW5TL1z1PZgZK