



Herzlich denken

von

Bernhard Maier

Inhaltsverzeichnis

Ist das Leben eine Illusion?.....	3
Wer bin ich?.....	7
Woher weiß ich, was ich weiß?.....	8
Was weiß ich?.....	12
Von wem weiß ich, was ich weiß?.....	21
Welche Meinung habe ich?.....	25
Wie denke ich?.....	30
Wer bin ich?.....	37
Liebe Kinder!.....	38
Liebe Kinder!.....	42
Liebe Christen!.....	45
Vom Reden und vom Tun.....	48
Der Blick fürs Ganze.....	51
Buntes Denken.....	58
Wu Wei.....	62
Du lebst nur einmal.....	65
Mit Herz.....	68
Liebe Mitreisende!.....	72
Liebe Spirituelle!.....	74
Liebe Politiker!.....	78
Quellenverzeichnis.....	92

Ist das Leben eine Illusion?

Lieber Sohn, erinnerst du dich an unseren Spaziergang zum Neuenbürger Schloss? Es war ein sonniger Tag, und wir sind verbotenerweise in die abgesperrte Ruine geklettert. Du warst gerade 14 und hast mich gefragt „Papa, kann es sein, dass das Leben eine Illusion ist?“



Liebe Tochter, nun bist du 18 geworden. Wir hatten in letzter Zeit Gesprächsthemen, über die sich gestandene Philosophen und Politiker den Kopf zerbrechen. Unsere Generation hinterlässt eurer Generation eine Welt, die in verschiedenen Richtungen aus den Fugen geraten ist. Ökologisch, wirtschaftlich, politisch und vor allem zwischenmenschlich. Nüchtern betrachtet stehen wir kurz vor einer Katastrophe, deren Ausmaß wir uns nicht vorstellen können. Und weil wir keine Katastrophen sehen wollen, schauen wir auch nicht hin. Wir schauen weg. Das ist unser Überlebensmechanismus für den Alltag: wegschauen. Oder eben: all das nicht *nüchtern* betrachten. Uns mit Märchen, Drogen, virtuellen Welten oder anderem berauschen. Sollten wir uns dann doch ein wenig mit solchen Themen beschäftigen, fühlen wir uns ganz klein und sagen mit einem resignierten Schulterzucken: da können wir als Einzelne ja doch nichts tun.

Unsere Welt gleicht einem riesigen Boot, das unaufhaltsam und immer schneller auf einen Wasserfall zu treibt. In diesem Boot sitzen wir alle, du und du und ich und der Papst und Barack

Obama, die Bäckereiverkäuferin um die Ecke, die Menschen in den Gefängnissen, Vladimir Putin, der Dalai Lama, Ursula von der Leyen, unsere Fußball-Nationalelf und der Kirchenchor in deinem Dorf, die ganz Kleinen in den Sandkästen und die Terroristen, die Kursteilnehmer des VHS-Töpferkurses und alle Schüler in allen Schulen, die Stammtisch-Politiker beim Fröhschoppen und Janet Yellen, der nette Kollege von der Müllabfuhr und Peter Brabeck-Letmathe. Auch deine Nachbarn, deine Arbeitskollegen, Rihanna, Stephen Hawking, Chick Corea, Kim Jong, Malala Yousafzai, May-Britt Moser, die heute 99-jährige Zsa Zsa Gabor, Carla Bley und Edward Snowden. Alle sind wir in diesem Boot, wir leben alle auf dieser einen Welt und atmen diese eine Luft und tanken Energie von dieser einen Sonne.

Ich bin sehr dankbar für die vielen Gespräche – sie haben mir die Fragen vor Augen geführt, die auch ich in eurem Alter hatte. Fragen, die mir die Erwachsenen nicht beantworten konnten. Fragen, über die ich mir Jahrzehnte lang Gedanken gemacht, sie beiseite geschoben, wieder aufgegriffen habe.

Es ist an der Zeit, diese Fragen zu beantworten.

Auf den folgenden Seiten werde ich dir die Welt erklären. Du wirst dich und die Welt auf eine Weise kennen lernen, die du dir vermutlich jetzt, in diesem Moment, nicht vorstellen kannst. Und ich werde dir beschreiben, wie du als einzelner Mensch aktiv und spürbar dazu beitragen kannst, das Boot in ruhiges Gewässer zu dirigieren und diese Welt zu retten! Das ist etwas abenteuerlich, und ich muss an dieser Stelle auch gleich war-

nen: wenn du alles gelesen hast, wirst du nicht mehr derselbe Mensch sein. Wenn du dein gewohntes Leben weiter führen möchtest empfehle ich dir deshalb, jetzt dieses Buch weg zu legen. Liest du weiter, dann tust du dies auf die Gefahr hin, dass sich dein Leben ändern kann. Du wirst mit einer Logik und mit Wahrheiten konfrontiert werden, die dich aus deiner gewohnten Bahn werfen können.

Solltest du trotzdem weiter lesen wollen, dann bitte ich dich darum:

- Lies dieses Buch Satz für Satz, Seite für Seite. Jede Seite baut auf die andere auf.
- Nimm dir Zeit, lass dir Zeit! Für die Arbeit mit diesem Buch brauchst du ein paar Tage. Und manchmal brauchst du auch nach einem Satz ein paar Minuten, um ihn zu verdauen. Nimm dir diese Auszeit, es lohnt sich.



Je mehr Menschen die hier aufgeführten Zusammenhänge verstehen, desto umfassender können wir gemeinsam unsere Welt verändern. Anstatt – wie die einen - wegzuschauen oder – wie die anderen – unsere Zeit mit Jammern und Schuldzuweisungen zu vertrödeln, können wir uns aufmachen, zusammen an einer l(i)ebenswerten und friedlichen Zukunft zu arbeiten. Das gibt dem Leben mehr Sinn, und es macht Freude!

Ich nehme an, dass viele Kinder ihre Zukunft mitgestalten wollen, und auch die vielen einstigen Kinder, die inzwischen als Erwachsene genau diese Aufgabe haben oder in Positionen sind, die ihnen entsprechende Gestaltungsmöglichkeiten geben:

Eltern, Lehrer⁽¹⁾, Erzieher, Human Resources Manager in den Unternehmen, Vorstandsvorsitzende und Präsidenten von Lebensmittelkonzernen, Pharmakonzernen und Notenbanken, Politiker und Religionsführer jeglicher Couleur und natürlich unsere Bundeskanzlerin, Angela Merkel.

Deshalb ist auch die Sprache, die ich wähle, so einfach gehalten, dass sie jeder versteht, ob 10-jähriges Kind, Arbeiter, Lehrer, Manager, Philosoph oder Politiker. Tatsächlich sind die großen Zusammenhänge in Wirklichkeit sehr einfach. Um sie zu verstehen, brauchst du nur deine natürliche Neugierde, Zeit und einen Schmetterling.

Ich wünsche dir viel Spaß, Besinnlichkeit, Nachdenken, Einsicht, Veränderungswillen und ganz viel Herz!

Bernhard Maier

⁽¹⁾Damit der Lesefluss nicht beeinträchtigt wird, verwende ich hier und auf den folgenden Seiten zwar nur die männliche Form, meine aber selbstverständlich stets auch die weibliche Form.

Es war einmal ein chinesischer Gelehrter (Dschuang Dsi, um 350 vor Christus), der träumte, er sein ein Schmetterling. Er war glücklich und flatterte umher und tat, was ihm gefiel. Dass es einen Dschuang Dsi gab, wusste der Schmetterling natürlich nicht.



Als Dschuang Dsi wieder aus seinem Traum erwachte, war er wieder wirklich und wahrhaftig er selbst. Doch dann wurde er nachdenklich: War er nun Dschuang Dsi, der eben geträumt hatte, ein Schmetterling zu sein, oder war er vielleicht ein Schmetterling, der träumte, Dschuang Dsi zu sein?

Wer bin ich?

Das ist keine einfache Frage, aber es ist eine, die sich jeder irgendwann stellt. Wer bin ich?

Ich habe diese Frage oft in Meditationskursen eingesetzt. Jeder, der sich ernsthaft mit ihr beschäftigt, stößt damit an seine Grenzen. Lass dir Zeit! Lehne dich zurück und meditiere über folgende Fragen:

- Wer bin ich?
- Woher weiß ich, wer ich bin?
- Woher weiß ich überhaupt ... irgend etwas?
- Wie gelangt Wissen zu mir, in mein Gehirn?



Woher weiß ich, was ich weiß?

Überlegen wir zunächst gemeinsam, *wie* wir überhaupt verstehen können, *wie* Wissen zu uns gelangt, und was da in unserem Hirn geschieht, wenn wir Wissen und Verständnis erlangen.

Dein Gehirn ist die Steuerzentrale für den ganzen Körper, Sitz deines Bewusstseins und Speicherorgan für alle Informationen, die über deine Sinnesorgane zu ihm gelangen. Es wiegt etwa 1,3 kg und besteht u. a. aus etwa 100 Milliarden Neuronen (Nervenzellen), die über 100 Billionen Kontaktstellen (Synapsen) miteinander kommunizieren. Jedes Neuron ist also mit etwa 1000 anderen Neuronen verbunden. Die Verbindungsleitungen zwischen all deinen Neuronen sind, würde man sie aneinander reihen, ca. 5,8 Millionen km lang (das ist der 145fache Erdumfang).

Zahlen, über die du vermutlich schnell hinweg liest, weil du sie dir nicht vorstellen kannst. Lehne dich zurück und stelle sie dir vor. Es handelt sich um dein Gehirn – ein Wunder, über das wir in den letzten Jahren immer mehr erfahren durften. Alleine die unglaubliche Zahl von Nervenzellen können wir kaum erfassen. Du hast etwa so viele Nervenzellen in deinem Kopf wie es Sterne in der Milchstraße gibt!



Im Folgenden beschäftige ich mich mit der Speicherfunktion des Gehirns. Sehr vereinfacht (nur damit ich es dir besser erklären kann) kannst du dir dein Gehirn wie eine riesige Computerfestplatte vorstellen. Als du neu geboren warst, war diese Festplatte noch fast leer. Deine Mutter hat dir dann beigebracht, wie die Farben heißen, deine Kuschtiere, die Möbel in deinem Zuhause, Blumen, Bälle, Spielzeuge, Schmetterlinge, einfach alles um dich herum. Heute wissen wir, dass deine Mutter damit Synapsen in deinem Gehirn verschaltet hat. Sie hat deine „Festplatte“ mit all diesen Informationen beschrieben.

Deine Mutter und dein Vater haben den Anfang gemacht. In den nächsten Jahren hat dann alles, was dich umgeben hat, den Speicher in deinem Gehirn voll geschrieben. Familie, Lehrer, Mitschüler, Zeitungen, Computerspiele – einfach alles – hat sich in dein Gehirn eingebrannt. Jedes neue Wissen hat sich in deiner Festplatte in Form von Synapsenverschaltungen verewigt. Wieder etwas vereinfacht ausgedrückt, wird all das, was dich umgibt, in deinem Gehirn zu Materie.

Ob du es willst (aktives Lernen) oder nicht: alle Reize, die dich umgeben, verändern dein Gehirn. Sichtbar! Mit modernen Messgeräten können Forscher heute sehen, wie sich das Gehirn ständig verändert, sogar im Tagesverlauf. Es passt sich den Anforderungen an, wächst, wenn es gefordert wird, schrumpft, wenn es wenig benutzt wird. Wenn du darüber mehr erfahren möchtest, dann suche im Internet mit den Suchbegriffen „Neurogenese“ und „Plastizität“.

Das Hirn „lernt“ ständig – und verändert sich dabei. Aber: du hast weder die deutsche Sprache noch das kleine Einmaleins erfunden. Auch nicht die Physik und auch nicht die Informatik. All dieses bereits in dieser Welt vorhandene Wissen wurde von außen in deinem Hirn abgelegt. Auch Verhaltensregeln, Moralvorstellungen, gesellschaftliche Übereinkünfte usw. wurden von außen in deiner Festplatte verewigt (dieser spezielle Lernprozess heißt „Sozialisierung“).

Lernen macht Spaß, mir zumindest, und heute haben wir Dank Internet und multimedialer Entwicklung Zugriff auf fast unendliche Lern- und Informationsquellen. Doch müssen wir uns darüber im Klaren sein: Lernen, Wissen, Bildung, das bedeutet zum größten Teil, dass bereits vorhandenes Wissen von irgendwo draußen in unser Hirn down loaded wird.

Daraus folgt, und das ist ganz wichtig: die graue Masse in unserem Schädel hat kaum etwas mit uns zu tun. Sie ist wie eine Festplatte, auf die viele Informationen anderer Festplatten (unserer Eltern, unserer Lehrer, unserer Kultur, unserer Umgebung, unserer Gesellschaft usw.) überspielt worden sind - und ständig überspielt werden.

An dieser Stelle empfehle ich dir wieder eine kleine Pause. Nach den letzten Abschnitten werden dir vielleicht seltsame Gedanken durch den Kopf gehen. Schau sie dir an, lass sie wirken!



Ich fasse zusammen: Dein Schädel ist ein Gefäß, das viele Informationen und Daten beherbergt. Abgelegt, in dir gespeichert, wurden sie jedoch von anderen! Hast du viel gelernt? Abitur? Studium? Dokortitel? Je höher deine Bildung ist, desto mehr „Fremdwissen“ ist auf deiner Festplatte abgelegt!

Ich weiß, dass das dein Bild von „dir“ in Frage stellen muss. Deshalb kommt auch spätestens jetzt normalerweise der Einwand: „aber... ich kann doch... denken?“ Richtig. Selbstverständlich. Du hast ja ein Gehirn. Dein Gehirn. *Dein* Gehirn?

Willst du etwas über Schmetterlinge lernen?

Versuche einmal diese spezielle Art des Lernens: Nimm dir mindestens eine Stunde Zeit und beobachte Schmetterlinge. Denke nicht über sie nach. Vergiss alles, was du bisher über Schmetterlinge gelernt hast. Schau einfach zu.



Was weiß ich?

Betrachten wir als nächstes, welche Art von Informationen in uns abgelegt werden. Neben allem, was im Laufe unseres Lebens in uns hinein gelehrt worden ist, erhält unser Hirn Tag für Tag neue Trigger. Alles, was wir tun, hören, lesen, ob willentlich oder unbewusst, ob beiläufig oder mit voller Aufmerksamkeit, einfach alles führt zu weiteren Synapsenverschaltungen. Unser Wissensvorrat, die Datensammlung auf unserer Festplatte, hängt also in großem Maße davon ab, womit wir uns beschäftigen, was wir lesen, hören, worüber wir uns mit anderen unterhalten und so weiter. Das führt mich zu der Frage: **was weiß ich?** Worin besteht mein Wissen? Was ist da in meinem Gehirn? Was ist Wissen?

Irgendwann war es ein Fakt, dass die Erde eine Scheibe ist. Heute lächeln wir darüber. Aber denken wir nur ein wenig zurück und erinnern wir uns an unsere eigene Jugend. Wir Älteren sind mit der Gewissheit aufgewachsen, dass sich Körperzellen regenerieren, Hirnzellen jedoch nicht. Das hat mich immer ein bisschen traurig gemacht. Dieses Wissen, dass das Wissen in meinem Oberstübchen ständig abnehmen und ich zwangsläufig und erbarmungslos mit 80 Jahren viel weniger Hirnzellen haben sollte als mit 20. Irgend eine innere Stimme hat mir gesagt, dass da etwas nicht in Ordnung sein kann. Mein Opa jedenfalls kam mir ziemlich weise vor. Und heute bin ich sehr erleichtert, dass sich die Wissenschaft geirrt - und mir ein

Update ins Gehirn gespielt hat. Nachdenklich macht das schon, nicht wahr? **Was wir heute „wissen“, kann morgen schon anders sein.** Oder, wie es Andreas Tenzer ausdrückt: „Wissenschaft ist der neueste Stand bewiesener Irrtümer“.

Dass versehentlich falsche Daten auf unsere Festplatten gespeichert wurden, ist uns bewusst. Wir sagen dann, wie bei dem Beispiel mit der scheibenförmigen Erde: „hinterher ist man immer schlauer“.

Allerdings werden manchmal auch ganz gezielt falsche Daten in unser Gehirn gespielt, und das empfinde ich in höchstem Maße als kriminell. Es ist kriminell, wenn jemand meine Gehirns substanz, die Materie in meinem Schädel, bewusst und vorsätzlich so verändert, dass ich Dinge tue, die ich sonst nicht tun würde.

Dieser Vorgang heißt Manipulation und vollzieht sich teilweise offensichtlich und teilweise so subtil, dass wir ihn nicht bemerken. Manchmal wird er als legitim bezeichnet, manchmal nicht – für mich ist eine von mir ungewollte Veränderung meines Gehirns durch andere allerdings immer kriminell.

Ein Beispiel dafür, wie täglich Millionen Gehirne völlig legitim manipuliert werden, ist die Werbung. Diese Art der Manipulation kannst du studieren (Werbepsychologie) und dann die Gehirne von ungeschulten und quasi wehrlosen Menschen zu deinem Vorteil verändern.

Wichtig:

- **Nur Informationen, die uns erreichen, verschalten unsere Synapsen.**
- **Je öfter sie uns erreichen, desto mehr Synapsenverschaltungen gibt es.**
- **Informationen, die starke Gefühle in uns hervorrufen, wie z. B. Angst oder Lust ("Sex sells"), finden leichter den Weg in unser Gehirn.**
- **Informationen, die uns nicht erreichen ... existieren für uns nicht.**

Wenn wir verhindern wollen, dass das eingangs erwähnte Boot weiter auf den Wasserfall zutreibt, müssen wir uns darüber klar werden, **was** in unserer Hirnfestplatte steht, **wer** es dort hinein geschrieben hat und **zu welchem Zweck**. Dann können wir nach und nach unsere Speicherinhalte korrigieren und unser gemeinsames Boot in ruhigere Gewässer manövrieren. Nimm dir 20 Minuten Zeit und überlege dir Beispiele für Manipulationen, denen du ausgesetzt sein könntest.



Der Papst hat Ende Juli gesagt: „Wir haben keine Angst davor, diese Wahrheit auszusprechen: Die Welt ist im Krieg, weil sie den Frieden verloren hat.“ Es ist wichtig, Missverständnisse, Unwissen, Falschinformationen oder sogar Lügen in unserem Gehirn durch Wahrheit zu ersetzen. Es geht mir nicht darum, irgend jemanden bloßzustellen, gewohnheitsmäßig zu jammern oder Schuldige zu finden, die Wasserfälle bauen. Ich möchte dir mit der folgenden Geschichte zeigen, wie wichtig es ist, offenen Herzens und vertrauensvoll unsere Welt zu betrachten und der Wahrheit ins Auge zu sehen. Schließlich wollen wir ja die wahre Welt retten, nicht die Illusion, die wir für die Welt halten!

Saddam Hussein (ehemaliger Staatspräsident des Irak) war einst ein Freund der USA. Im 1. Golfkrieg (1980-88) wurde er durch die USA z. B. mit der Bereitstellung von Satellitenbildern unterstützt, mit deren Hilfe er Giftgaseinsätze startete, die die ganze Welt schockierten⁽¹⁾⁽²⁾. Das Giftgas wiederum stammte u. a. aus Anlagen, die damals von deutschen Firmen geliefert wurden (z. B. die Karl Kolb KG, die heute auf ihrer Webseite mit dem Slogan „Hervorragende Lieferung für unsere Kunden“ wirbt)⁽³⁾.

Irgendwann wurde dieser Saddam Hussein dann aus verschiedenen Gründen unbequem und sollte von der Bildfläche verschwinden. Zwar konnte man ihm so manche Gräueltaten zuschreiben, aber der damalige 41. Präsident der USA (George

Herbert Walker Bush, 1976 bis '77 Direktor der CIA, 1989 bis '93 Präsident der USA) konnte den US-Kongress nicht von seinem Sinneswandel und Feindbildwechsel überzeugen.

So wurde über den Politberater des Präsidenten (Craig Fuller) und der Scheinorganisation *Citizens for a free Kuwait* die Werbeagentur *Hill & Knowlton* für eine Summe von 10 Millionen US-Dollar mit dem Problem beauftragt. Ergebnis war die inzwischen als Brutkastenlüge bekannte Werbekampagne:

In einer Anhörung vor dem Menschenrechtsausschuss des US-Kongresses am 19. Oktober 1990 berichtete die 15-jährige Krankenschwester Nayirah unter Tränen, wie irakische Soldaten im al-Adan Hospital in Kuwait City mehr als 300 Kinder aus Brutkästen nahmen und auf dem Steinboden sterben ließen. Diese Geschichte erregte internationales Aufsehen und überzeugte den Kongress. Sogar Amnesty International fiel auf diese hollywoodtaugliche Inszenierung herein und verfasste einen 84-seitigen Bericht über Menschenrechtsverletzungen irakischer Soldaten in Kuwait⁽⁴⁾.

Später stellte sich heraus, dass die Geschichte frei erfunden war. Das Mädchen hieß in Wirklichkeit as-Sabah und war die Tochter des kuwaitischen Botschafters in Washington. Sie hatte nie in Kuwait gelebt. Die herzerreißende Lüge kannst du dir immer noch auf Youtube anschauen⁽⁵⁾.

Die von *Hill & Knowlton* inszenierte Geschichte hat dazu beigetragen, dass im damaligen Irakkrieg über 130000 Menschen (es gibt weitaus höhere Schätzungen) starben. An den Folgen

des Krieges, vor allem an den Folgen der anschließend verhängten UN-Wirtschaftssanktionen gegen den Irak, sind nach Schätzungen internationaler humanitärer Organisationen etwa 1,5 Millionen Menschen gestorben, darunter über 500000 Kinder unter 5 Jahren. *Hill & Knowlton* ist immer noch eine der weltweit größten PR-Agenturen. Auf ihrer Homepage wirbt sie mit dem Slogan „H+K offers senior counsel, insightful research and strategic communications throughout the world“.

Vor Ausbruch des Krieges hatte ich in einem Brief an unseren damaligen Bundespräsidenten Richard von Weizsäcker meine Befürchtungen über einen nahestehenden Krieg geäußert. Von Weizsäcker hat in seiner Antwort meine Bedenken geteilt, musste aber selbst mit ansehen, wie sich Deutschland am Krieg mit ca. 16–17 Mrd. DM beteiligte. Deutsche Truppen durften zu der Zeit zum Glück noch nicht für die Zwecke anderer missbraucht werden. Dennoch ist mir bewusst, dass ich das Leid und den Tod anderer Menschen mit finanziert habe. Wie? Vermutlich denkst du auch, dass der „Soli“, der Solidaritätszuschlag, zur Finanzierung der Deutschen Einheit eingeführt wurde. Auch eine Information in deiner Festplatte, die du korrigieren kannst: Eingeführt wurde der Soli 1991 unter Helmut Kohl vor allem zur Finanzierung des Irak-Kriegs!⁽⁶⁾

Auch diese Kriege wurden durch bewusste Falschinformation, Fehlinformation oder gezielte Lügen in die Wege geleitet:

Irak, 2003. Dass auch dieser Krieg gegen den Irak durch bewusste Manipulation herbeigeführt wurde, ist gerade durch den Chilcot-Report bewiesen und die Staatsmänner Tony Blair und

George W. Bush als Kriegsverbrecher entlarvt worden. Zwar hatte sich der damalige Kanzler Gerhard Schröder noch mit Frankreichs Präsident Jacques Chirac und Russlands Präsident Wladimir Putin zusammen getan, um den Krieg zu verhindern⁽⁷⁾, aber die USA haben ja dann auch ohne Zustimmung der Vereinten Nationen Bagdad bombardiert⁽⁸⁾. Wie viel 100000 Menschen Menschenleben dieser Krieg und seine Folgen gekostet hat, wissen wir heute immer noch nicht. Aber Zahlen drücken ohnehin nicht aus, welches Leid in jeder einzelnen betroffenen Familie entstanden ist. Die genauen Kosten für diesen Krieg sind ebenfalls bis heute unbekannt, die US-Ausgaben (auch für andere Kriege) kannst du live verfolgen⁽⁹⁾, im Moment liegen sie bei knapp 820 Milliarden Dollar.

Vietnam, 1964. Der „Tonkin-Zwischenfall“ (ein Kriegsschiff der US-Marine wurde angeblich von nordvietnamesischen Schnellbooten angegriffen. Es hat lange gedauert, bis die NSA diese Falschinformation zugegeben hat) war Wegbereiter für den Vietnam-Krieg, in dessen Folge Millionen Menschen ihr Leben lassen mussten⁽¹⁰⁾.

Gleiwitz, 1939. Adolf Hitler benutzte den von der SS fingierten Überfall auf den Sender Gleiwitz als Vorwand für den Polenfeldzug. Das war der Beginn des Zweiten Weltkrieges, der schätzungsweise 50 bis 56 Millionen Menschen das Leben gekostet hat⁽¹¹⁾, allein 27 Millionen in der damaligen Sowjetunion.

Kosovo, 1999. Die PR-Agentur, die zur Stimmungsmache gegen Serbien beauftragt wurde, wirbt z.Z. auf ihrer Webseite mit dem Slogan „global communications for rapidly changing world“(12). Dem völkerrechtswidrigen NATO-Krieg(13) gegen das damalige Jugoslawien wurde auch seitens des damaligen Bundesverteidigungsministers Rudolf Scharping und anderer Mitglieder des Bundestages der Weg mit gezielten Falschinformationen und Übertreibungen bereitet(14)(15). 11,5 Tonnen Uran wurden im Kosovo verbombardiert(16), ebenso ca. 300000 Streubomben(17). Amnesty International forderte bereits ein Jahr nach Ende des Krieges in einem 65-seitigen Bericht die Untersuchung der Verstöße gegen das humanitäre Völkerrecht und die Bestrafung der Verantwortlichen(18).

Pause! Es dauert immer ein wenig, bis wir einen alten Wissensstand durch einen neuen ersetzt haben. Lies dir die letzten Absätze noch einmal durch. Falls du noch alte Daten in deinem Hirn hast: Delete. Ersetze sie mit dem, was wir heute wissen!



In einfachen Worten: Kriege laufen **immer** so ab:

- Ein oder mehrere mächtige Männer (es sind fast immer Männer ...) möchten noch mächtiger werden.
- Sie erfinden Lügen oder Vorwände, die den Bürgern ihres Landes den Krieg schmackhaft machen.
- Die mächtigen Männer lassen diese Lügen mit Hilfe von professionellen Programmierern in die Gehirne ihrer Bürger schreiben.
- Die Bürger wissen nicht, dass sie angelogen werden - und ziehen in den Krieg.

Von wem weiß ich, was ich weiß?

Ein großer Teil der Informationen auf unserer Festplatte stammt nicht von uns. Andere haben sie aus folgenden Gründen dort gespeichert:

- Unsere Eltern, ganz natürlich. Sie haben uns den Grundwortschatz für diese Welt beigebracht. Seien wir ihnen dankbar!
- Erzieher, später Lehrer, ganz bewusst im Rahmen ihres Lehrauftrags.
- Alles, was uns umgeben hat und umgibt, unbewusst. Geschwister, Kindergarten, Schulen. Die Gemeinden, Städte, in denen wir groß geworden sind usw.
- Alle, die irgend etwas von uns wollen. Das sind viele. Und hier wird mit massiver Manipulation gearbeitet. Ein paar Beispiele, Denkanstöße und Anregungen, selbst ein wenig zu forschen:
 1. Politiker. Sie wollen gewählt werden. Zur Zeit ist Wahlkampf in den USA - ein amüsantes Propaganda-Spektakel. Wenn du wirklich wissen willst, welche Richtung die US-Politik später einschlägt, dann forsche nach, wer den beiden Kandidaten den Wahlkampf finanziert. Gänsehaut garantiert! Bei dieser modernen „die-Schöne-und-das-Biest-Inszenierung“ finanzierst sogar du mit

- deinen Steuern den Wahlkampf für die kriegstreibende Partei hinter der schönen Fassade (Stichworte: GIZ, Bundesumweltministerium und Clinton Foundation).
2. Versicherungen. Eine ganze Branche, die von unserer Angst lebt⁽¹⁹⁾⁽²⁰⁾⁽²¹⁾.
 3. Supermärkte. Kennst du die Begriffe „Duftmarketing“ oder „Neuromarketing“?
 4. Pharmakonzerne. Ist dir schon aufgefallen, dass die komplette Pharmaindustrie von unseren Krankheiten (nicht von unserer Gesundheit!) lebt? Je kränker wir sind, desto mehr boomt das Geschäft.
 5. Waffenproduzenten. Sie leben davon, dass sich Menschen umbringen. Millionen Menschen sterben irgendwo auf der Welt - auch durch deutsche Waffen⁽²²⁾⁽²³⁾⁽²⁴⁾⁽²⁵⁾⁽²⁶⁾. Deutschland ist weltweit der drittgrößte Waffenexporteur⁽²⁷⁾!
 6. Lebensmittelkonzerne (Nestlé, Danone, Unilever und Pepsico kontrollieren fast alles, was wir essen - und steuern unser Kauf- und Konsumverhalten).
 7. Fleischgiganten wie z.B. die WH Group Limited (ein chinesischer Gigant, v.a. aus Henan Shuanghui Investment & Development und dem amerikanischen Riesen Smithfield Foods bestehend. Bestand: über eine Milliarde Schweine. Schlachtungen: knapp 50 Millionen pro Jahr).

8. Großkonzerne auf dem Saatgutmarkt, wie z.B. Monsanto (wurde 2012 von der NGO Global Exchange beschuldigt, einer der schlimmsten Menschenrechtsverletzer zu sein).
9. Zentralbanken und sämtliche Wirtschaftspolitiker, die verschleiern, dass wir kurz vor einem Crash stehen. Die Welt ist zur Zeit mit der unvorstellbaren Summe von 300 Billionen Dollar verschuldet⁽²⁸⁾. Die Staatsverschuldungen aller Länder steigen ständig - und kein Land dieser Erde tilgt Schulden. Die Zentralbanken versuchen den Crash zu verzögern, indem sie die Zinsen immer weiter senken und gleichzeitig immer mehr Geld drucken lassen. Verhindern kann den Zusammenbruch niemand - nur hinauszögern.
10. Nachrichtenagenturen. Fast alle Nachrichten, die du liest, egal in welcher Zeitung, ob New York Times, The Guardian, die Neue Züricher Zeitung, der Spiegel, die Bild-Zeitung oder dein Blättchen vor Ort, kommen aus einer der drei größten Nachrichtenagenturen: die AP (Associated Press, USA, ihre Nachrichten erreichen täglich mehr als die Hälfte der Weltbevölkerung ⁽²⁹⁾), die AFP (Paris) und Reuters (London). Bei uns bekannt ist die nicht ganz so große DPA. Nachrichten, unser Wissen über die Weltereignisse, werden in unserem Hirn fast ausschließlich von diesen Agenturen verschaltet!

Und anders herum (ein Satz, der anlässlich des 50. Jubi-

läums der DPA Bekanntheit erreichte): „Was die Agentur nicht meldet, findet nicht statt“.

Informiere dich darüber, wie Propaganda funktioniert⁽³⁰⁾!

11. Geheimdienste. Aus Punkt 10 leitet sich ab: Presseagenturen sind ein wirkungsvolles Ziel der Manipulation durch Geheimdienste. Einen Teil unserer Gehirnfestplatte beschreibt das CIA⁽³¹⁾! Und da Fernsehen und Printmedien immer mehr dem Internet weichen, sind bei letzterem Überwachungs- und Manipulationsstrategien am Explodieren. So kauft z.B. die CIA-eigene Investmentfirma In-Q-Tel Unternehmen auf, die geeignet sind, „to support the missions of the Central Intelligence Agency“ (Originalzitat der In-Q-Tel-Homepage). Fokus ist die Überwachung und Auswertung von sozialen Netzen. Also all das, was du über Facebook, Twitter, Instagram & Co. der Welt bewusst zur Verfügung stellst. Darüber hinaus Daten, die Facebook, Twitter, Instagram, Amazon, Google & Co. ohne dein Wissen an Geheimdienste (meist) freiwillig oder unfreiwillig weiterleiten. Ixquicke doch mal die Begriffe „Geofeedia“, „Geo-Fencing“ oder „Social Media Monitoring“, bevor du das nächste mal zu Wacken Open Air oder ähnlichen Großveranstaltungen gehst.

Diese Liste liese sich beliebig fortsetzen. Bestimmt fällt dir auf, dass ein großer Teil der Datensammlung auf unserer Fest-

platte nicht aus Fürsorge (Eltern, Lehrer usw.), sondern aus massiver Manipulation stammt. Und jetzt nimm dir bitte ein paar Minuten Zeit und mache dir noch einmal über folgendes Gedanken:

- Wie gelangt Wissen zu mir, in mein Gehirn?
- Woher weiß ich überhaupt ... irgend etwas?
- Woher weiß ich, wer ich bin?
- **Wer bin ich?**



Welche Meinung habe ich?

„Meiner Meinung nach...“, „in my opinion (IMO)...“, „à mon avis...“. Wie oft hast du das schon gehört oder gesagt?

Wie bildest du dir deine Meinung? Du sammelst möglichst objektive Daten und Informationen aus möglichst verschiedenen Quellen und wägst danach ab, was dir am wahrscheinlichsten erscheint und deiner Auffassung am ehesten entspricht.

Dass solche Informationen oft veraltet, falsch oder bewusst manipuliert sind, hast du in den letzten Kapiteln erfahren. Das erschwert die Frage nach dem Meinungsbildungsprozess. Gehen wir in unserer persönlichen Geschichte zurück in eine Zeit, in der wir noch nicht so viele Fremdinformationen in unserer Hirnfestplatte hatten. Dazu eine kleine persönliche Geschichte:

Eines Tages, Ende des letzten Jahrtausends, stand ich wie jeden Morgen im Karlsruher Schlosspark und vollführte seltsame Zeitlupenbewegungen. An diesem Tag tauchte ein kleines, ca. 4 Jahre altes Mädchen auf (nennen wir es Charlotte) und fragte, was das sei. Ich erklärte, das sei eine chinesische Gymnastik, die mir gut täte, und sie hieße Tai Chi Chuan. Charlotte nickte und zog von dannen. Kurze Zeit später tauchte sie wieder auf und sagte: „mein Papa hat gesagt du bist ein Arschloch, du sollst Fußball spielen wie alle anderen auch“.

Diese kleine Episode lehrt dich u. a.:

- Erstens ist es offensichtlich, *wer* da gesprochen hat (nicht Charlotte, sondern Charlottes Papa).

- Zweitens würdest du nie auf die Idee kommen, auf Charlotte böse zu sein. Auf wen dann? Auf ihren Vater? Auch er hat seine Informationen und „seine Meinung“ von irgendwo her.
- Wenn dich also bei nächster Gelegenheit jemand beleidigt, überlege dir, wen du dafür verurteilen willst!
- Das Charlottesyndrom

Damit bezeichne ich die Illusion, der wir verfallen, wenn es um das Thema „eigene Meinung“ geht. Diese Illusion ist ein Kernpunkt unseres Selbstverständnisses und unseres Ich-Bewusstseins. Sie trägt uns durch unser ganzes Leben, und sie ist durch Artikel 5 des Grundgesetzes geschützt.

Diese Illusion beginnt zwangsläufig in unseren jüngsten Jahren, wenn unsere jungfräulichen Festplatten mit den Daten unserer Eltern beschrieben werden. Von deiner Mutter weißt du, wie die Farben heißen und deine Kuschtiere, von ihr lernst du auch, was gut und böse ist, und die Ansichten deiner Eltern sind zunächst „deine“ Ansichten. Du kannst immer wieder beobachten, wie kleine Kinder manchmal im Brustton der Überzeugung die Meinungen ihrer Eltern als die ihren zitieren.

Angenommen, Charlotte hört irgendwann ihre Tante Emmi sagen „Tai Chi entspannt mich, das ist gut für meine Gesundheit“, dann hat sie zwei sehr unterschiedliche Meinungen in ihrer Festplatte abgespeichert. Aus diesen beiden Informationen kann sie dann „ihre“ Meinung bilden. Was genau ist dann

„ihre“ Meinung? Der arithmetische Mittelwert der beiden Informationen?

Wie wir wissen, ist das alles viel komplexer. Vielleicht setzt sich Charlottes Papa oft und liebevoll mit seiner Tochter auseinander, ist für sie da und geht oft mit ihr spielen. Charlotte fühlt sich wohl und geborgen. Dann hat seine Ansicht mehr Gewicht als bei einem jähzornigen Alkoholiker, der selten zu Hause anzutreffen ist. In den jeweiligen Background ist dann auch Tante Emmis Aussage einzubetten. Je nachdem, wirkt Emmis Meinung stärker oder schwächer auf Charlotte. Meinungsbildung ist ein äußerst komplexer Prozess mit starkem emotionalen und intuitiven Anteil!

Wie die beiden Informationen über Tai Chi in Charlottes Gehirn verschaltet werden, hängt von sehr vielen Einflüssen ab. Der arithmetische Mittelwert wird wohl kaum zu ihrer Meinung, aber darum geht es hier nicht. Für unsere Betrachtung ist wichtig:

Charlotte ist der Meinung, ihre Meinung sei ihre Meinung. Dabei handelt es sich faktisch um die Ansichten ihres Papas bzw. ihrer Tante!

Mit der Zeit, mit dem Älter werden und mit jeder neuen Information wird der Meinungsbildungsprozess komplexer. Dann setzt sich Charlottes Meinung aus vielen unterschiedlichen anderen Meinungen (Informationen, Fakten, Recherchen usw.) zusammen. Die Gewichtung, Verarbeitung und Interpretation der ihr zur Verfügung stehenden Informationen unterliegen unzähligen Einflüssen (u.a. Genetik, Erziehung, Umwelteinflüsse,

soziale Faktoren). Wodurch Meinungsbildungsprozesse besonders im Internet beeinflusst werden, kannst du unter Suchworten wie z.B. *Filterblasen*, *Schweigspirale*, *Digital Gerrymandering*, *SEME* und *Mehrheitsillusionen* weiter erforschen.

„Charlottes Meinung“ ist ein hoch komplexes Konstrukt, eine mathematisch-emotional-intuitive und genstruktur-prädisponierte Synthese aus der Meinung Anderer und aus vielen Informationen unterschiedlichster Quellen, seien sie objektiv oder manipuliert. Alles von außen in ihr Hirn gestreamt.

Und Charlotte glaubt fest daran, ihre Meinung sei ihre Meinung.

Wir leiden alle unter dem Charlottesyndrom!

Wie denke ich?

„**Mit Essen spielt man nicht**“, hat deine Mutter gesagt. Das ist lange her und es ist höchste Zeit, nach dem aktuellen Stand des Wissens zu schauen und deiner Festplatte ein neues Update zu spendieren. Dazu habe ich ein kleines Denkspiel erfunden, es heißt „Manipulato“. Ich werde dein Gehirn nach und nach mit ein paar Informationen bestücken. Deine Aufgabe ist es, nach jeder Informationseinheit zu beobachten, was das in dir bewirkt. Wie reagieren deine veralteten Informationen, wenn sie plötzlich erkennen müssen, dass sie nicht mehr gebraucht werden? Wie reden die verschiedenen Synapsen miteinander? Was erzählst du dir in deinen Selbstgesprächen?

Es geht los:

- Jedes Jahr sterben 5,6 Millionen Kinder an Unterernährung⁽³²⁾
- Jedes Jahr werfen wir in Deutschland über 18 Millionen Tonnen Lebensmittel weg⁽³³⁾

Lass dir Zeit....!

Sofort schaut dein Hirn in deiner Festplatte nach, was es zu diesen Themen gespeichert hat und zaubert dir deine (alte) Datensammlung auf den Bildschirm (ins Bewusstsein). Von

„Iiiich werfe ja kaum etwas weg“ über „soll ich das, was ich wegwerfe, im Flugzeug nach Afrika schicken? Bis es dort ist, ist es ja eh kaputt“ bis hin zu „das eine hat doch mit dem anderen nichts zu tun“ könntest du alles „auf dem Schirm“ haben - oder bei Diskussionen hören.

Machen wir nun weiter. Fakt für Fakt. Bitte lass dir Zeit, nach jeder neuen Information nachzuspüren und in dich hinein zu hören!

Nächste Info ...

Für die Herstellung der Menge an Lebensmitteln, die wir wegwerfen, brauchen wir Ackerland, das so groß ist wie Mecklenburg-Vorpommern und das Saarland zusammen.

Weiter

Außerdem verbrauchen wir dafür 22 Millionen Tonnen Treibhausgas. Soviel braucht ein Auto, wenn es 180 Milliarden Kilometer weit fährt.

Weiter

Ganze (arme) Regionen, in denen Menschen ihre Äcker haben, in denen sie leben, in denen ihr Vieh lebt, in denen sie zu Hause sind, werden an reiche Ausländer (Staaten, Unternehmen, Spekulanten) verkauft⁽³⁴⁾. Die armen Menschen in diesen Regionen müssen dann mit ansehen, wie auf ihrem Land z.B. Futter für die Schweinezucht bei uns angebaut wird. Oder wie das Wasser aus ihrem Boden in andere Länder transportiert wird (z.B. nach Saudi-Arabien). Oder wie Banken und Investmentfonds damit Geld verdienen (z.B. die DWS, gehört zur Deutschen Bank Gruppe)⁽³⁵⁾. Landgrabbing heißt das⁽³⁶⁾⁽³⁷⁾ (38).

Nächste Info ...

Jedes Jahr gibt die Weltgemeinschaft 2,8 Milliarden Euro zur Bekämpfung des Hungers aus.

Weiter

Das jährliche Aufkommen für Agrar- und Exportsubventionen liegt für die USA und Europa zusammen bei etwa 350 Milliarden Euro. Das führt dazu, dass unser Fleisch und unser Gemüse trotz der langen Transportwege viel billiger ist als regionale afrikanische Produkte.

Weiter

Ein Drittel aller weltweit produzierten Nahrungsmittel wird nicht verzehrt.

Weiter

Die Herstellung dieser Wegwerfnahrungsmittel verursacht 3,3 Milliarden Tonnen Treibhausgase und verbraucht so viel Wasser, wie jedes Jahr die Wolga herunterfließt⁽³⁹⁾

Weiter

Jedes Jahr essen wir Deutschen durchschnittlich 60 kg Fleisch⁽⁴⁰⁾

Weiter

Mit dem Getreide, das wir (weltweit) zur Fütterung unseres Schlachtviehs verwenden, könnten wir mehr als die ganze Welt ernähren.

Weiter

In mehr als 80% der Länder mit hohen Kinderhungertoten- zahlen wird Viehfutter für reiche Länder angebaut.

Weiter

In einem Steak steckt so viel Energie (Viehfutter, Wasser), dass man damit einen Tag lang 40 hungernde Menschen ernähren könnte.

Weiter

Getreide wird in Autos verheizt. Hinter einer 50 Liter Tankfüllung Biosprit stecken 350 kg Mais.

Weiter

Zitat zum Thema Hunger-Ursachenforschung:

„Die Mechanismen, die für dieses tägliche Massaker verantwortlich sind, sind vielfach: Die Börsenspekulation auf Grundnahrungsmittel, die EU-Dumpingpolitik in Afrika, der Landraub, dann die Überschuldung der meisten Entwicklungsländer, die Investitionen in ihre eigene Landwirtschaft verhindern. Und letztlich der Agrartreibstoff.“⁽⁴¹⁾

Ende des Experiments

Beobachte, was die Informationen in deinem Gehirn bewirken...

Was sie für Gedanken auslösen...
Was für Gefühle...
Lass dir Zeit!



Alles in uns wehrt sich. Wir wollen mit dem Leid von anderen nichts zu tun haben. Und doch: wenn wir den Tatsachen offenen Herzens und willigen Verstandes gegenüber treten stellen wir fest, dass es Verknüpfungen gibt zwischen uns und der ganzen Welt. Das ist zuerst hart. Dann jedoch, wenn sich alles gesetzt hat, gibt es auch eine frohe Erkenntnis:

WEIL alles miteinander zusammenhängt, können wir auch etwas ändern!

„Was die Raupe Ende der Welt nennt, nennt der Rest der Welt Schmetterling“

(Lao-Tse)



Wer bin ich?

Schließe die Augen und stelle dir vor, wie du dich neu entfalten kannst. Stelle dir vor, wie du bestimmte Gewohnheiten und eingefahrene Bahnen (deinen Kokon) verlassen kannst und aus dir ein bunter, freier, schöner Schmetterling wird.



Die letzten Kapitel waren anstrengend - aber wichtig, um zu verstehen, wie unser Gehirn und unser Denken funktionieren. Wenn wir diese Zusammenhänge verstehen, können wir unser Boot in eine neue Richtung lenken. Auf den kommenden Seiten wirst du sehen, wie einfach das ist und wie viel Freude es bereiten kann.

Doch nimm dir vorher noch einmal Zeit, mache eine Pause und überlege dir in aller Ruhe:

Woher weiß ich, wer ich bin?

Wer bin ich?

„Der Flügelschlag eines Schmetterlings kann die ganze Welt erschüttern.“

(Taoistische Weisheit)



Liebe Kinder!

In Physik habt ihr gelernt (oder lernt es noch), dass in unseren Köpfen bis zum Anfang des letzten Jahrhunderts Newtons klassische Mechanik eingespeichert war. Dann gab es Updates durch die Relativitätstheorie und die Quantenmechanik. Und jetzt hat die Wissenschaft eine neue Revolution parat, die Chaostheorie. Sehr vereinfacht ausgedrückt beschreibt sie:

Eine sehr kleine Ursache kann im Laufe eines Prozesses riesige Auswirkungen haben.

Etwas „wissenschaftlicher“ ausgedrückt bedeutet das das Ende der deterministischen Voraussagbarkeit von Prozessen. Eine kleine Abweichung während einer Entwicklung, eines Vorgangs, eines Krankheitsverlaufs, einer wirtschaftlichen Entwicklung u. ä. kann ein ganzes System vollständig und unvorhersehbar verändern. Ausprobieren kannst du das mit dem bekannten Würfel-Experiment. Schau genau zu, wenn dein Mitspieler eine 6 würfelt und versuche, durch exaktes Kopieren

seiner Handhaltung, Bewegung, Beschleunigung, Winkel usw. auch eine 6 zu würfeln. Eine noch so winzige Änderung am Anfang dieses Prozesses wird am Ende zu einer anderen Zahl führen.

Erfrischend an der Chaostheorie ist, dass wir ihr Prinzip ja eigentlich aus dem Alltag kennen (die Taoisten haben sie schon vor 2000 Jahren mit dem Schmetterling beschrieben). Denke z. B. daran, wie Staus entstehen können: alle fahren auf der Autobahn mit 100 km/h. Plötzlich klingelt bei einem der Fahrer, nennen wir ihn Egon, das Handy. Er schaut kurz auf das Display, es ist Hannelore, seine Frau, die ihn anruft. Als vorsichtiger Fahrer nimmt er nicht ab, aber er hat ein kleines bisschen das Tempo verzögert, ein ganz kleines bisschen den Fuß vom Gaspedal genommen. Der Fahrer hinter ihm hat seinerseits ein wenig verzögert. Sein Abstand war groß genug, bremsen musste er nicht. Diese kurze Verzögerung setzt sich fort und wird von Auto zu Auto mehr, bis der 33. Fahrer in der Kette dann doch bremsen muss. Bei Kurt, das ist der 187. Fahrer, reicht es nicht mehr, er fährt leicht auf den Vordermann auf. Beim 188. ist der Knall allerdings größer, und dummerweise ist Nummer 189 ein Gefahrguttransporter, auf den zwei Reisebusse auffahren.

Die anschließenden Untersuchungen ergeben folgendes Resultat: Schuld war eindeutig Kurt. Bilanz: so und so viel Tote, Verletzte, hoher Sachschaden. Politische Konsequenzen: verschärfte Gefahrgutverordnungen. Persönliche Folgen: Kurt erhängt sich nach zwei Jahren Depression.

Den eigentlichen Ursprung dieser Geschichte finden wir in Egons klingelndem Handy. Dabei wollte ihm Hannelore nur mitteilen, wie schön die Schmetterlinge um den neu erworbenen Flieder kreisen. Weder die Schmetterlinge noch Hannelore haben jemals in ihrem Leben erfahren, was sie ausgelöst haben.

Die Chaostheorie wird uns noch einmal begegnen, wenn es darum geht, die Welt zu retten. Das bringt mich wieder zu der ersten Frage: ist das Leben eine Illusion? In den letzten Kapiteln habe ich euch erklärt, was wie zu welchem Zweck in unser Hirn geschrieben wird. Ich habe mir für dafür viel Zeit genommen, euch zum Denken angeregt und vielleicht auch schockiert. Das ist gut so. Es ist wichtig zu wissen, dass Gedanken nicht einfach „irgend etwas“ sind, das da kommt und geht und nachher ist alles wie vorher. **Alles, was ihr hört, lest, tut, denkt, erlebt und fühlt, hinterlässt Spuren in eurem Gehirn, messbare Materie.**

Die Welt in unseren Köpfen, unser „Ich“, unsere Wahrheit - ist ein **Prozess**, der ständig abläuft und sich aus allem zusammensetzt,

- was von außen in unsere Festplatte gespeichert wird
- was wir erleben
- was wir tun
- was wir fühlen

und was wir auf Basis dieses sich ständig verändernden Datensalats **denken!** Wir müssen damit leben, dass wir uns

selbst nicht wirklich (be)greifen können, und dass unser Leben sowohl Illusion als auch Realität ist.

„Wir kennen uns nie ganz, und über Nacht sind wir andre geworden, schlechter oder besser.“

(Theodor Fontane)

Liebe Kinder!

Die Hirnforschung hat in den letzten Jahren große Fortschritte gemacht. Wir Erwachsene haben die Erkenntnisse daraus (aus unserer Sicht, unserem Wissensstand) zu eurem Vorteil verwendet. Wir haben euch optimal gefördert, euch so viel wie möglich Wissen vermittelt, euer Gehirn mit Lexika, mathematischen Ableitungen, physikalischen Gesetzen, chemischen Formeln und grammatikalischen Gesetzen voll geschrieben. Ziel unseres Strebens war es, aus unserer Sicht wichtige Daten schnell und effizient auf eure Festplatten zu speichern. Dabei sind uns etliche Fehler unterlaufen, einer davon ist unser eigener Realitätsverlust. Betrachten wir zwei Aspekte unseres Problems mit der Realität:

1. Irgend jemand muss ja entscheiden, welche Daten wir in eure Gehirne schreiben. Wer ist das? Das Kultusministerium. Richtig. Auch richtig. Richtig ist auch, dass Arbeitgeberverbände, Wirtschaftsverbände und unternehmernahe Organisationen immer mehr Einfluss auf die Entwicklung eurer Gehirne haben⁽⁴²⁾⁽⁴³⁾⁽⁴⁴⁾. Wirtschaftsnahe Institute produzieren Unter-

richtsmaterialien (!), und da Werbung an Schulen verboten ist, bekommt sie als "Bildungssponsoring" einfach einen anderen Namen⁽⁴⁵⁾. Es gibt PR-Agenturen, die Unternehmern *Bildungskommunikation* als „wichtigen Bestandteil der Gesamtmarketingstrategie“ anbieten.

Warum sehe ich das so kritisch? Weil wir Realität und Illusion nicht trennen können. Unsere Realität ist ein Spiel aus Wahrnehmung, Illusion, Täuschung, Erfahrung und genetischem Programm. Ein Spiel, das ununterbrochenem Wandel ausgesetzt ist. Objektivität gibt es nicht, aber als Erwachsene sollten wir wenigstens **versuchen**, euch Kindern ein so objektiv wie mögliches Bild der „Realität“ zu vermitteln. Unser Bildungssystem profitorientierten Unternehmen anzuvertrauen ist ein Verbrechen.

2. Wir wollten das BESTE für euch, haben euch die bestmögliche Bildung zuteil werden lassen und euch auch, sofern dies ging, mit materiellem Wohlstand versorgt. Wir wollten aus euch intelligente, höfliche, liebenswerte, verantwortungsbewusste, pünktliche, humorvolle, zuverlässige, kreative, aufrichtige und hilfsbereite Menschen machen.

Sobald ihr allerdings die Augen aufmacht, Nachrichten schaut, eure Mitmenschen beobachtet, auch uns Eltern, seht ihr eine andere Realität. Und auch die schreiben wir in eure Hirne. Ungewollt zwar, aber massiv.

Ihr seht, wie wir lügen, betrügen, tricksen, übervorteilen, streiten, töten. Wir freuen uns, wenn wir Steuern hinterziehen und

wenn wir ein gebrauchtes Auto zu teuer verkaufen, weil wir es vorher aufpoliert und den Tacho zurück gedreht haben. Euch dagegen sagen wir, ihr sollt lieb sein. Diesen Widerspruch schreiben wir in eure Festplatten. Zu einem großen Teil *seid ihr* dieser Widerspruch!

Wenn wir dann festgestellt haben, dass mit euch etwas nicht stimmt, beklagen wir den gerne zitierten Werteverlust unserer Gesellschaft. Auch das nehmt ihr wahr und legt es kopfschüttelnd in eurem Hirn ab. Wenn **wir** allerdings wollen, dass **ihr** liebe Menschen werdet und wir gemeinsam unsere Welt retten, dann müssen **wir** aufhören, wir alle, uns gegenseitig zu belügen und zu bekriegen!

Im Namen aller Erwachsenen entschuldige ich mich dafür, ein falsches Bild unserer Welt in eure Köpfe geschrieben zu haben. Ich wünsche und hoffe, dass viele Menschen das ähnlich sehen und gemeinsam an der besseren Welt arbeiten, die wir uns und unseren Kindern wünschen.

„Nicht an ihren Worten, an ihren Taten könnt ihr sie erkennen.“

(Jesus, Bergpredigt)

Liebe Christen!

In den letzten Wochen taucht in den Medien vermehrt der Begriff der „christlich-abendländischen Kultur“ auf. Ich bin in dieser Kultur aufgewachsen und sie ist mir vertraut. Das Gefühl des Geborgenseins aus Psalm 23 hat mich auch in diversen Wirren meines Lebens nie verlassen. Wenn ihr bis zu dieser Zeile meine Überlegungen aufmerksam verfolgt habt wisst ihr, wie wir unsere Kinder am einfachsten und mit größtmöglicher Wirkung in unsere Kultur einbetten können: wir müssen sie nur **vorleben**.

Kinder sind von Natur aus neugierig, intelligent, scharfsinnig, lern- und wissbegierig und haben einen ausgeprägten Sinn für Gerechtigkeit. Ihr Gefühl erkennt sofort, wenn wir ihnen etwas vormachen. Sie sehen, dass wir das eine predigen und das andere tun und nicht Jesus, sondern unsere Kinder könnten gesagt haben „an ihren Taten also könnt ihr die falschen Propheten erkennen“ (Matthäus 7.20).

Bei diesem Satz überkommen mich Trauer und Schuldgefühle. Darin erkenne ich mich selbst, mich ganz persönlich und mit mir die ganze christlich-abendländische Kultur. Bevor ihr mich für diese Aussage verurteilt, nehmt euch bitte die Zeit und

meditiert über ein paar Leitmotive unserer Kultur. Sie stammen alle aus der Bergpredigt. Macht eine Pause und überlegt:

1. „Behandelt die Menschen so, wie ihr selbst von ihnen behandelt werden wollt“
2. „Was siehst du aber den Splitter in deines Bruders Auge und nimmst nicht wahr den Balken in deinem Auge?“
3. „Liebt eure Feinde und betet für alle, die euch verfolgen“



Wie wir Menschen miteinander umgehen, erleben wir jeden Tag. Wenn wir beim Überholen noch schnell einen Kleinwagen hinter dem LKW zur Vollbremsung zwingen („1.“), erleben wir je nach Charakter Gefühle von kurzem Mitleid bis zur Schadenfreude oder innerer Genugtuung. Sind wir selbst hinter dem LKW, erleben wir ganz andere Gefühle („2.“).

Zahlen über unser christliches Verhalten liefert die polizeiliche Kriminalstatistik. Dort sind für 2015 knapp 30000 Fälle von Nötigung im Straßenverkehr und über 500000 Fälle von Körperverletzung erfasst, 765000 „Roheitsdelikte und Straftaten gegen die persönliche Freiheit“ und 2,4 Millionen Diebstähle. Aus anderen Erhebungen wissen wir, dass 12 Millionen Deutsche im Kleinkrieg mit ihren Nachbarn leben, ca. 1 Million Erwerbstätige werden im Beruf gemobbt.

In der Wirtschaft herrscht schon lange Krieg. Große Unternehmen schlucken kleine und unsere Innenstädte sterben aus, weil Supermarktketten am Stadtrand billiger sind. Suchworte wie „Verdrängungswettbewerb“, „Dumping“ oder „Kartelle“ helfen euch, einen Überblick unserer kleinen und großen Wirtschafts-

kriege zu bekommen. „CI“ ist nicht nur die Abkürzung für „Corporate Identity“, sondern auch für „Competitive Intelligence“. CI-Webseiten erzeugen bei mir ähnliche Gefühle wie der Tatort am Sonntag Abend. Wirtschaftskrieg ist legal, an der „Ecole de Guerre Economique (EGE)“ in Paris kann man ihn ganz legal studieren.

In der Politik lernen unsere Kinder besonders deutlich, wie Menschen miteinander umgehen. Sogar „Freunde“. Seit ein paar Jahren ist es salonfähig, dass Freunde Freunde ausspionieren⁽⁴⁶⁾. Meine Jugend war geprägt von der Angst, unsere amerikanischen Freunde würden im Kalten Krieg lieber Deutschland mit Nuklearraketen zerstören als es dem Ostblock zu überlassen⁽⁴⁷⁾. Barack Obama ist am 4. Juni 2009 nach Kairo „gekommen, um einen Neuanfang zwischen den Vereinigten Staaten und den Muslimen überall auf der Welt zu beginnen“. Unsere Kinder haben damals seine Worte gehört und sehen heute seine Taten. Sie wissen, dass irgendwo anders in der Welt Kinder durch Drohnenangriffe sterben - von einem Friedensnobelpreisträger genehmigt⁽⁴⁸⁾⁽⁴⁹⁾.

Je länger ihr nachdenkt und nachforscht, in euch selbst und in unserer Gesellschaft, desto klarer wird euch die Diskrepanz zwischen der Illusion, die wir unseren Kindern lehren und der gegenwärtigen und von uns vorgelebten Realität.

Liebe Christen! Bitte lasst uns aufhören, über die christlich-abendländische Kultur zu polemisieren - lasst sie uns unseren Kindern gemeinsam vorleben!

„Wenn man einmal weiß, worauf alles ankommt, hört man auf, gesprächig zu sein.“

(Johann Wolfgang von Goethe)

Vom Reden und vom Tun

Egon Bahr hat einmal gesagt: „Kleine Schritte sind immer besser als große Worte“. Und eine Teilnehmerin an einem meiner Schweigeretreats kam zu der Überzeugung: „das meiste, was wir reden, ist überflüssig“. Schätze und addiere:

- Wie viele überflüssige Worte machst du an jedem Tag?
- In jeder Woche?
- In jedem Jahr?
- Wie viel von deiner Lebenszeit kostet dich das?



Wenn wir sprechen, schauen wir in unserer Festplatte nach, ob zum aktuellen Thema Daten vorliegen. Diese Daten (andere können es ja nicht sein!) werfen wir dann in den Raum. Eigentlich sprechen nicht wir, sondern unsere Eltern (siehe Charlotte) und alle, die irgendwann in unserem Leben zu diesem Thema Daten in uns verschaltet haben.

Du hast über die Frage „wer bin ich“ meditiert. Dazu erfährst du mehr, wenn du über Charlotte nachdenkst. Eckhart Tolle hat es in einem Interview mit Doris Iding so erklärt⁽⁵⁰⁾:

Menschen beginnen bereits als Kleinkinder, sich mit bestimmten Gedankenstrukturen und -formen zu identifizieren. Die erste Identifizierung ist der Name, dann der Besitz „mein Spielzeug“. Dabei ist das Spielzeug selbst nicht entscheidend, sondern der Gedanke von „meinem“ Spielzeug. Das heißt, Kinder fangen an, sich mit dem gegenständlichen Bewusstsein zu identifizieren. Darüber hinaus nimmt das Kind noch viele weitere Identifikationen aus der eigenen Kultur auf. Es wird durch seine Eltern, Lehrer und die Gesellschaft konditioniert und identifiziert sich im Laufe seines Lebens meist vollständig mit gesellschaftlichen Rollen. Diese Rollen - als Mutter, Vater, nicht gut genug, arbeitslos, erfolgreich - hält es für seine wahre Identität, ohne zu erkennen, dass es sich dabei lediglich um Gedankenformen handelt. Jede Rolle ist nur eine Gedankenform. Die meisten Menschen sind mit diesem Selbst, das aus den Gedankenformen entstanden ist, vollständig identifiziert.

Was heißt das für unsere Gesprächskultur? Wir wollen recht haben! Immer, wenn wir bei einer Diskussion nachgeben, geben wir ein Stück „von uns selbst“ auf, und das ist schmerzhaft. Deshalb sind viele Diskussionen ziemlich gut vorhersehbar. Zuerst werden die einzelnen Standpunkte formuliert, dann werden diese mehr oder weniger vehement vertreten. Jeder hat „seine“ Ansicht durch die Auseinandersetzung mit anderen gefestigt (!) und anschließend fragt man sich, warum man überhaupt diskutiert hat. Viele Diskussionen dienen - nachträglich betrachtet - dem reinen Zeitvertreib bzw. der Ego-Pflege. Du kannst das zu Hause, am Stammtisch, bei professionellen Teambesprechungen und vor allem in der Politik beobachten.

Besonders vergnüglich sind politische Talk-Shows. Fünf Personen unterschiedlicher Parteien sitzen in einer Runde. Jeder trägt seinen Standpunkt vor, dann werden die Standpunkte verfochten, verteidigt, auseinander genommen und wieder zusammengesetzt. Der Showmaster (sorry: Moderator) versucht am Ende, für das Publikum einen Konsens zu formulieren. Den gibt es jedoch in den seltensten Fällen, denn in Wahrheit geht jeder der fünf Personen mit der gleichen Meinung (vielleicht sogar noch etwas gefestigter als vorher) nach Hause. Und der leicht erhöhte Blutdruck hat sich bald wieder gelegt...

Wenn du die Zeiten addierst, die wir alle mit unnützem Gerede verbringen, wird dir klar:

**Überflüssige (!) Worte sind Zeit- und
Energieverschwendung**

„Alles ist einfacher, als man denken kann, zugleich verschränkter, als zu begreifen ist.“

(Johann Wolfgang von Goethe)

Der Blick fürs Ganze

Komplexe System sind im Grunde immer einfach. Die Rechenleistung von Computern basiert auf einer Mathematik, die nur zwei Ziffern kennt - Null und Eins, und die Hirnzelle einer Nacktschnecke funktioniert kaum anders als unsere. Betrachten wir allerdings nur einen kleinen Ausschnitt eines komplexen Systems, so kann uns das tatsächlich „verschränkter, als zu begreifen ist“ erscheinen.

Unser Alltag, unser Wirtschaften, unsere Politik, die Kindererziehung, Beruf, sogar die Freizeit – das ganze Leben wird immer komplizierter und wird uns zur Last. Oft genug ist es das „ganz normale Leben“, das uns krank macht.

Wenn wir, unser Leben und unser Planet wieder gesund werden sollen, dürfen wir unser Denken und Handeln nicht von dem kleinen unübersichtlichen Systemausschnitt leiten lassen. Wir müssen uns immer wieder zurücklehnen und in Ruhe überlegen, was wichtig ist und unwichtig und wofür wir unsere Liebe, unsere Energie, unsere Zeit und unser Geld einsetzen.

Schmunzel-Experiment

Beobachte eine Woche lang, welche Gebiete der Mathematik dir im täglichen Leben (nicht in der Schule) begegnen. Das könnte etwa so aussehen:

80% Grundrechenarten, 10% Dreisatz, 6% Geometrie, 3% Statistik, 1% Funktionentheorie, topologische Vektorräume, Paradoxe-Paradoxon, Invariantentheorie und 3. Ableitung.

Deine Statistik wird dir mit einem Blick beweisen, dass der wichtigste und größte Teil der Mathematik (das, was du tatsächlich im Leben brauchst) sehr einfach ist. Die meiste Zeit verbringst du allerdings vermutlich mit dem winzigen unwichtigen und komplizierten Teil.

Tatsächlich verhält es sich in unserem Alltagsleben und in der Politik oft ähnlich: wir beschäftigen uns mit unwichtigen und/oder komplizierten Dingen, verlieren den Überblick und haben für das Wichtige keine Energie mehr.

Survival-Mathematik

Eine nicht untypische Familie sind die Hänsigers. Vater, Mutter, der 13-jährige Hans und seine kleine 7jährige Schwester Lena. Der Vater arbeitet voll, die Mutter in Teilzeit, beide zusammen 240 Stunden im Monat. Hans braucht ein neues Smartphone. Das Vorgängermodell hat ausgedient, die neuesten Spiele laufen nicht mehr flüssig, und Hans wird ohnehin von

seinen Mitschülern gehänselt. Werbepsychologen haben ganze Arbeit geleistet und ihre Botschaft in alle beteiligten Gehirne geschrieben. Vater Hänsiger ist nicht so leicht beeinflussbar, allerdings *muss* er sich demnächst ein neues Auto kaufen. Das Alte ist inzwischen alt.

In letzter Zeit häufen sich bei den Hänsigers die kleinen Probleme. Hans ist trotz Ritalin in der Schule unaufmerksam und hat eine 5 in Mathe, Lena ist in der Schule auffällig und Vater Hänsiger hat gerade ein Burn-Out-Syndrom diagnostiziert bekommen. Obwohl es im elterlichen Schlafzimmer ruhig geworden ist, ist Mutter Hänsiger einigermaßen glücklich, sie ist mit Fluoxetin gut eingestellt.

Zum Glück stößt Vater Hänsiger auf dieses Buch und lernt in wenigen Minuten das Einmaleins der Survival-Mathematik. Sie ist extrem einfach und für jeden verständlich, der erfolgreich die Grundschule hinter sich gebracht hat:

Das monatliche Einkommen der Hänsigers liegt bei 3600 Euro. Davon wird zunächst bezahlt, was die Familie zum Leben braucht (Miete, Essen und Trinken, Kleider usw.), das sind 3120 Euro. Bleiben 480 Euro für Unwichtigeres (z.B. Luxusgüter) übrig.

Der nächste Schritt ist entscheidend, obwohl ihn kaum jemand kennt. Wir rechnen aus, wie lange die Hänsigers für Wichtiges und Unwichtiges arbeiten. Der Stundenlohn ist

- Gesamt: 3600 Euro/ 240 Stunden = 15 Euro/Stunde
- für Wichtiges: 3120 Euro / 240 Stunden = 13 Euro/Stunde
- für Unwichtiges (Luxuskonstante): 480 Euro /240 Stunden = 2 Euro/Stunde

Die Hänsigers müssen also eine Stunde lang arbeiten, um nach Abzug der unumgänglichen Kosten 2 Euro im Geldbeutel zu haben. Diese Luxuskonstante müssen die Hänsigers nur einmal bestimmen. Mit der nachfolgenden Formel rechnen die Hänsigers für alle Luxusgüter aus, wie lange sie tatsächlich dafür arbeiten müssen:

Arbeitszeit für Luxus = Preis des Luxusgutes / Luxuskonstante

Hansens Smartphone soll 300 Euro kosten. Die Rechnung:

- Arbeitszeit für Luxus = Preis des Luxusgutes / Luxuskonstante
- Arbeitszeit für Luxus = 300 / 2
- Arbeitszeit für Luxus = 150 Stunden

Hans kann nun selbst entscheiden, ob er ein neues Handy oder seine Eltern 150 Stunden lang für sich haben möchte.

Das neue Auto soll 17280 Euro kosten. Vater Hänsiger rechnet:

- Arbeitszeit für Luxus = Preis des Luxusgutes /
Luxuskonstante
- Arbeitszeit für Luxus = 17280 / 2
- Arbeitszeit für Luxus = 8640 Stunden

Das sind 36 Monate oder 3 Jahre.

Vater Hänsiger ist verblüfft. Er will es nicht glauben. Er sucht Rechenfehler. Er sucht Ausflüchte. So einfach kann das doch nicht sein! Dann ruft er den Familienrat zusammen. Nach einer kurzen Besprechung beschließt die Familie, sowohl Smartphone als auch das alte Auto noch ein paar Jahre länger zu benutzen. Die gesparte Arbeitszeit verbringt die Familie zusammen mit gemeinsamen Unternehmungen. Ein Jahr später sieht man Vater Hänsiger wieder lächeln, das Burn-Out-Syndrom gehört der Vergangenheit an. Hans hat eine 3 in Mathe, Ritalin hat er schon lange abgesetzt. Auch Mutter Hänsiger verzichtet seit einem halben Jahr auf ihre Tabletten – und hat inzwischen ein lebendiges Leuchten in den Augen...

Übungen, die den Blick fürs Ganze schärfen:

Eine Dampfmaschine hat einen Wirkungsgrad von ca. 10%, ein Benzinmotor ca. 30%, ein Elektromotor ca. 90%. Mit welchem Antrieb würdest du eine Milliarde Pkw ausstatten?

1. Elektromotor
2. Dampfmaschine
3. Benzinmotor

5 Millionen Deutsche leiden an einer Depression. 10 bis 500 Personen in Deutschland tragen anstößige Kleidung (die einen sind nackt, die anderen voll verschleiert). Die Diäten von Politikern werden von unseren Steuergeldern bezahlt. Für welche Politiker arbeitest du gerne:

1. Für Politiker, die nach Lösungen für die Gesundheit ihrer Bürger suchen
2. Für Politiker, die ihre Arbeitszeit mit Kleiderordnungen für Minderheiten verbringen

In Deutschland sterben jährlich 300000 Menschen an Krankheiten des Kreislaufsystems, 11000 durch Stürze, 10000 durch Selbstmord, 400 durch Ertrinken, 80 durch Behandlungsfehler

von Ärzten, weniger als 1 durch Terroranschläge (alle Zahlen ungefähr). Wovor hast du am meisten Angst?

1. vor einem Herzinfarkt
2. vor dem Ertrinken
3. vor einem Terroranschlag

Wichtiges von Unwichtigem unterscheiden!

**Liebe, Energie, Zeit und Geld da einsetzen,
wo es sinnvoll ist!**



„Denken ist schwer, darum urteilen die meisten.“

(Carl Gustav Jung)

Buntes Denken

Schwarz-Weiß-Denken ist überlebensnotwendig. Es sind die ersten Impulse, die wir als Kleinkind verarbeiten können. Dunkel – hell, ja – nein, gut – böse. Jeder, der sein Kind schon einmal ganz oben am Treppenabsatz kurz vor dem Abstürzen sah, weiß, was ich meine: da hilft keine Diskussion, da hilft nur ein NEIN. Mit dem Älter werden und Beschreiben des Gehirns mit unendlich vielen Informationen und Eindrücken lernt das Kind, dass die Welt Graustufen hat und sogar richtig schön bunt sein kann. Als Eltern sind wir am stärksten dafür verantwortlich, was da in die kleinen Gehirne geschrieben wird. Es ist unsere Aufgabe, unseren Kindern nicht nur zwei, sondern 10, 20, 100 Möglichkeiten der Wahrheit anzubieten, damit sie „ihre eigenen“ Schlüsse ziehen können, denn:

Schwarz-Weiß-Denken ist lebensgefährlich. Viele Menschen erwachsen nicht aus dieser kleinkindlichen Denkstruktur. Sie denken auch mit 20, 30 oder 70 noch in diesen Kategorien – und gelten trotzdem als Erwachsene.

In unbeschreiblich vielen Diskussionen, am Stammtisch, in der Politik, in der Wirtschaft und auch im kleinen Familienleben finden wir diese Überbleibsel aus der Kindheit. Es ist eben auch so einfach: irgend jemand sagt uns, was gut und böse ist. Das Gute darf Überleben, das Böse muss bekämpft werden, notfalls mit Gewalt, notfalls mit Waffengewalt, und als Steigerung notfalls sogar präventiv mit Waffengewalt und ohne UN-Mandat⁽⁵¹⁾. Schwarz-Weiß-Denken birgt drei wesentliche Gefahren:

1. **Manipulation.** Archaische Denkstrukturen sind einfach zu steuern. Anstelle von qualitativer Überzeugungsarbeit reichen hier Trigger wie „weiß = gut, schwarz = schlecht“, wobei wir für schwarz und weiß einsetzen können, was wir wollen (Fußballmannschaften, Hautfarben, Religionen, politische Parteien).
2. **Wandel.** Was gestern weiß war, kann morgen schwarz sein. Wie oft wechseln Freundschaften und Weltanschauungen! Bei allen Kriegen können wir das beobachten. Mein Opa hat gegen Frankreich gekämpft. Zu der Zeit hatten die guten Deutschen das Recht, die bösen Franzosen zu erschießen. Und auf der anderen Seite hatten die guten Franzosen das Recht, die bösen Deutschen zu erschießen. Wie froh bin ich, dass aus einstigen Feinden Freunde geworden sind!

Mir graust immer, wenn ich rückblickend erfahre, dass die Bösen doch nicht böse waren:

1492 wurde Amerika entdeckt. Damals lebten auf dem heutigen US-Gebiet 15 Millionen Ureinwohner. 1890 waren bis auf 250000 alle 15 Millionen böse Menschen ausgerottet.

Für das 20. Jahrhundert werden weltweit 100 bis 180 Millionen Kriegstote geschätzt⁽⁵²⁾. Alle böse Menschen, je nachdem, auf welcher Seite man steht und wie gut die Kriegspropaganda funktioniert.

3. **Ausschnitt.** Das ist die Fortführung von „Wandel“ bzw. dem Kapitel „chaotisch“. Je kleiner der Ausschnitt, den wir betrachten, desto fehlerbehafteter können Einschätzungen, Entscheidungen und Urteile sein, die wir daraus ableiten. Das gilt für Krankheiten, Kriege, Amokläufe und andere Entwicklungen. Denn es sind immer *Entwicklungen!* Entwicklungen, die zu irgend einem heute sichtbaren Ergebnis führen. Eine ungesunde Lebensweise, die zum Herzinfarkt führt. Politische Entwicklungen, die zum Krieg führen. Ungeliebte und gemobbte Schüler, die irgendwann um sich schießen. Und jedes Mal, wenn wir das Ergebnis betrachten, können wir einen gemeinsamen Nenner feststellen: multiples Versagen über einen längeren Zeitraum hinweg.



Die Welt ist bunt, grausam und wunderschön. Alles hat seinen Platz. Betrachten wir sie mit offenen Augen, mit allen Sinnen, vor allem auch mit dem Sinn für Schönheit. Je ungetrübter unser Blick, desto klarer, bunter und schöner wird unsere Welt, und um so näher rücken wir an ihre Rettung:

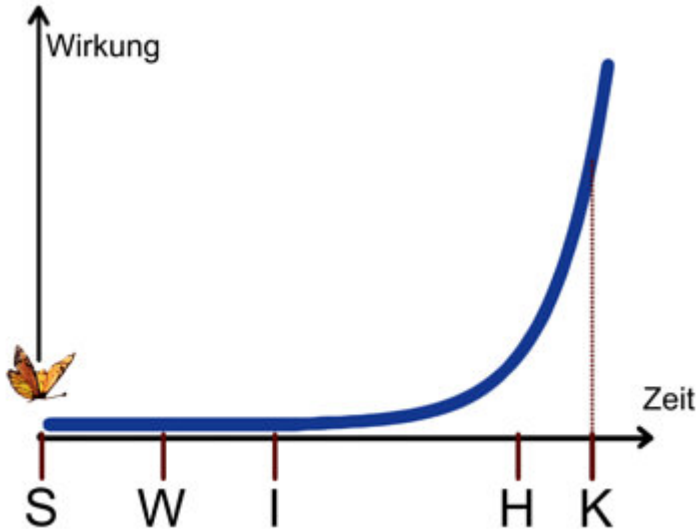
Bunt denken!

„Der Weise tut nichts, und alles ist getan.“

(Laotse)

Wu Wei

Wu wei ist die taoistische Idee vom „Tun durch Nicht-tun“. Was auf den ersten Blick sinnlos erscheint, erschließt sich dir bald als wichtige Lebensweisheit. Die Skizze hier kannst du für viele Entwicklungen in deinem Leben oder auch in der Geschichte verwenden. Dabei steht



- **S** für Schmetterling - der (oder die) oft kaum wahrnehmbare(n) Auslöser einer Geschichte.
- **W** für Wahrnehmung. In dieser Phase dämmert dir, dass etwas nicht stimmt.
- **I** für Ignoranz. Oft (nicht immer) kommt nach der Wahrnehmung eine Phase des Wegschauens.
- **H** für Hektik. Wenn du nicht mehr wegschauen kannst, musst du reagieren. Je später die H-Phase einsetzt, desto hektischer!
- **K** für Katastrophe.

Die Striche bei W, I, H und K kannst du hin- und herschieben und an deine jeweilige Geschichte anpassen. Angenommen, deine Geschichte ist ein Herzinfarkt. Vielleicht waren die Schmetterlinge deine Schulkameraden, die dich zum Rauchen animiert haben, vielleicht ein Bänderriss im Jugendalter, der dir die Lust auf Sport genommen hat, vielleicht auch das Gratis-Spielzeug in McDonald's Happy Meal. Vermutlich waren es verschiedene kleine Schmetterlinge. Lange hat es nicht gedauert, bis dir dein ungesunder Lebensstil bewusst geworden ist (Wahrnehmungsphase), aber ignoriert hast du es. Schleichend hat die Nadel deiner Badezimmerwaage weiter ausgeschlagen, schleichend hat sich dein Blutzuckerspiegel erhöht. Auch die zunehmende Atemnot beim Treppensteigen und die häufiger auftretenden Schmerzen im Brustbereich hast du ignoriert. Dann, plötzlich: Atemnot, Schmerzen in Brust und Bauch,

Übelkeit, Notarzt - die H-Phase (Hektik) ist in vollem Gang. Reanimation, Nasensonde, Sauerstoff, Morphin, Beta-Blocker, deine Rettung läuft auf Hochtouren. Zum Glück kann der Notarzt die Katastrophe verhindern.

Aus dieser alltäglichen Geschichte kannst du verschiedene Erkenntnisse ableiten:

- Je später du eingreifst (H), desto größer der Aufwand, etwas zu ändern.
- Je früher du etwas wahrnimmst (W), desto weniger Energie brauchst du, um den Verlauf deiner Geschichte zu ändern.
- Schaffst du es, die Schmetterlinge zu sehen (S), geht die Anstrengung sogar gegen Null.

Willst du weise sein, werde zum Schmetterling.

„Die Frucht von Loslassen ist die Geburt von etwas Neuem.“

(Meister Eckhart)

Du lebst nur einmal

Deine Muskeln, Knochen, Organe, Faszien, dein Blut, dein Gehirn, dein ganzer Körper, alles in dir ist ständig am Sterben und Geboren werden. Du bist ein Prozess, eine ununterbrochene Wandlung, ein Raum-Zeit-Kontinuum.

DICH gibt es nur ein einziges Mal, nämlich JETZT!

Die Festplatte in deinem Gehirn wehrt sich vehement gegen Datenverlust, weil damit ja immer ein Stück von DIR verloren geht. Es achtet darauf, dass neu entstandene Zellen mit den Inhalten der eben abgestorbenen Zellen beschrieben werden. So wird gewährleistet, dass DU, dein Bild von DIR, deine *Bildung*, deine Identität, deine Wahrheit, deine Ängste, deine Meinungen ... dein ganzes Denken ständig am Leben gehalten werden.

Alles, was du für DICH hältst, kommt, geht, stirbt, wird neu geboren – und dabei wird der größte Teil unaufhörlich durch die Sinneseindrücke aus deiner Umgebung und von anderen in deine Festplatte geschrieben. Das ist ein ununterbrochener Pro-

zess, von deiner Geburt bis zum Tod und seit Adam und Eva bis zum letzten Menschen.

Genau darin liegt unsere Chance!

Wir müssen weder an der Welt verzweifeln noch Angst haben und auch nicht resignieren, wir können diesen ständigen Erneuerungsprozess dafür nutzen, uns und unsere Welt zu verändern! Jede Minute können wir uns aufs Neue dafür entscheiden.

Das ist eine freudige Erkenntnis. So kann ich allen, die angesichts der immensen Probleme überall auf der Welt sagen „jetzt ist doch alles zu spät. Vor 2000 Jahren wäre der richtige Zeitpunkt gewesen, unser Boot vom Abgrund wegzunavigieren“ antworten: ja, das wäre der richtige Zeitpunkt gewesen. Und der nächste richtige Zeitpunkt ist JETZT.

Hätte, würde, sollte, müsste – das alles hilft nichts. Das Leben ist kein Konjunktiv. Machen wir uns **frei** von dem, was wir nicht mehr brauchen und freuen uns auf ein spannendes, abwechslungsreiches, herausforderndes, sinnvolles Leben. **Jetzt!**

Gehe nochmal durch die letzten Kapitel und mach dich frei

- von der Idee, du könntest alles beherrschen und vorprogrammieren
- von der Idee, der momentane Zustand in deinem Gehirn spiegle die Realität

- von der Vorstellung, dein Blick sei klar und ungetrübt... auf den Balken in deines Bruders Auge gerichtet
- von überflüssigen Worten
- vom eingeschränkten Blick auf unwichtige Details
- davon, die wunderbare bunte Welt auf zwei simple Schwarz-Weiß-Zustände zu reduzieren
- von Blindheit und Ignoranz

„Wir müssen der Wandel sein, den wir in der Welt zu sehen wünschen.“

(Mahatma Gandhi)

"Der eine wartet, dass die Zeit sich wandelt, der andere packt sie an und handelt."

(Dante Alighieri)

Mit Herz

Das menschliche Gehirn ist nach wie vor ein Rätsel. Es ist ein Abbild unserer Umwelt, es verknüpft unmittelbare Wahrnehmung mit früheren Erfahrungen, es plant aufgrund seiner vorhandenen Informationen und pflegt dabei ununterbrochen das Bild vom selbständigen ICH. Und es ist zu fantastischen Leistungen fähig. Ein Wunder!

Es ist mir bewusst, dass das eine oder andere Kapitel dieses Buches bei einigen Lesern auf inneren Widerspruch stößt. Zeit, noch einmal zu betonen, dass es mir darum geht, uns, unser Denken und den Einfluss unseres Denkens und Handelns auf die ganze Welt zu beleuchten. Das führt zu einer Meditation bzw. zu einer Art von Psychotherapie, die nach innen **und** nach außen geht. Wie weit, das entscheiden wir mit unserer ganz individuellen Schmerzgrenze, ab der unsere Selbstschutzmechanismen greifen und wir wegschauen. Aber wie bei der Meditation oder der Therapie ist es dieses Anschauen, das urteilsfreie bloße Anschauen der Vorgänge, das uns weiter helfen

kann. Nur darum geht es mir. Die Welt zu retten. Unsere eigene im Kopf und die, auf der wir leben.

Ich möchte **DICH** zu dieser Meditation einladen. Betrachte dich, dein Leben, das ganze Treiben auf unserem Planeten mit den Augen eines kleinen Kindes (mit einer leeren und deshalb noch nicht manipulierten Festplatte). Nimm dir hin und wieder diese Zeit, schau einfach zu. Wie am Ende von Kapitel „Woher weiß ich, was ich weiß?“

Zum Schluss komme ich zum Wichtigsten. Vieles von dem, was wir als Menschen tun (Einkaufen, uns gegenseitig manipulieren, Vorteile ergattern, Kriege führen oder auch einfach nur den nächsten Urlaub planen), beginnen wir mit Gedanken, die unserem fantastischen und doch fehlerbehafteten Gehirn entspringen. Wenn wir jetzt anfangen, gemeinsam die Welt zu retten, müssen wir *vor* unsere Gedanken, *vor* unsere Planung und *vor* unser Urteil den wichtigsten aller Schritte einfügen:

Auf unser Herz hören!

Fühlen!

Wahrnehmen, ob wir in der Liebe sind!

Dein Herz hat Kräfte, die wir heute noch nicht wissenschaftlich erfassen können. Was wir wissen ist, dass auch das Herz ein quasi selbständig „denkendes“ neuronales Netzwerk besitzt und Magnetfelder mit einer Stärke von ca. $5 \text{ hoch } 10^{-11}$ Tesla erzeugt. Obwohl das eine kleine Zahl ist, übersteigt das Magnetfeld des Herzens das des Gehirns um das Mehrfache und ist auch noch in einigen Metern Entfernung messbar. Wenn du dir diese Reihenfolge zur Übung machst, änderst du deine Welt, unsere Welt:

- Mach Pause
- Spüre auf dein Herz
- Denke
- Handle

Handlungen, die deinem Herzen entspringen, führen immer zu guten Ergebnissen.

Wege, die dein Herz dir empfohlen haben, sind immer gute Wege.

Und wenn du einem Menschen begegnest bedenke, dass dieser Mensch genauso ein Produkt seiner Gene, seiner Erziehung, seiner Bildung, seiner Umgebung und seines kulturellen Umfeldes ist wie du selbst. Und fühle, dass in ihm genauso das Göttliche schlummert wie in dir selbst. In diesem Sinne:

Namasté

(ich grüße das Göttliche in dir)

„Und plötzlich weißt du: Es ist Zeit, etwas Neues zu beginnen, und dem Zauber des Anfangs zu vertrauen.“

(Meister Eckhart)

Liebe Mitreisende!

In unserem Boot sitzen 7,4 Milliarden Menschen, am heutigen Tag (7. September 2016) sind bis 15:10 Uhr 248000 Menschen dazu gekommen, 105000 gestorben. Auch eine Milliarde Autos tummeln sich auf diesem großen Boot. Heute (bis 15:14 Uhr) ist unser Boot mit 3,5 Millionen neuen Handys bestückt worden. An Unterdeck leben 1 Milliarde Schweine und 20 Milliarden Geflügel.

Auf der einen Seite des Bootes ackern oder verhungern (bis 15:15 Uhr: 19500) die einen Menschen für den Luxus der anderen Menschen auf der anderen Seite des Bootes.

Heute (bis 15:16 Uhr) haben wir auf unserem Boot 3 Milliarden US-Dollar dafür ausgegeben, uns gegenseitig voreinander zu „schützen“ - oder umzubringen (Rüstungsausgaben).

In 13601 Tagen (in ca. 37 Jahren) sind die Ölvorkommen auf unserem Dampfer erschöpft.

In der Kapitänskajüte diskutieren die Führer, welchen Kurs sie einschlagen sollen. Jeder verteidigt seine Ideologie, notfalls mit Waffengewalt. Währenddessen treibt das Boot weiter auf den Wasserfall zu.

Auf diesem Boot beschäftigen sich manche damit, wie sie andere übervorteilen können, wie sie andere Firmen „feindlich übernehmen“, wie sie Kriege führen, wie sie anderen das Land stehlen, wie sie andere zu Sklavenarbeiten zwingen, wie sie un-

schuldige Kinder werbe-psychologisch zu Markentreue und zu übermäßigem Konsum manipulieren, wie sie mit Scheingeschäften Geld verdienen können, wie sie... Manche leben einfach ihr Leben. Wieder andere setzen sich für die Ärmsten ein, in weit entfernten Ländern oder am Heimatort. Oder sie helfen sich bei Naturkatastrophen. Oder sie nehmen einfach einen anderen Menschen in den Arm, wenn er traurig ist.

Wenn ihr alle Seiten aufmerksam gelesen habt versteht ihr, wozu ich Mut machen möchte: zu einer Revolution, die im Herzen jedes einzelnen Mitreisenden beginnt. Hören wir auf, unsinnige Kämpfe zu kämpfen, gegen „die da oben“, gegen andere Völker oder Kulturen, gegen unsere Nachbarn, gegen Parteien, gegen Religionen. Ihr werdet sehen, wir haben plötzlich unendlich viel Zeit!

Ersetzen wir „Kampf“ durch „Liebe“ und "gegeneinander“ durch „miteinander“! Und zwar zur günstigsten Stunde, die es gibt:

JETZT!

Liebe Spirituelle!

Bewusste und achtsame Auseinandersetzung mit uns selbst und damit folgerichtig mit dem ganzen Leben um uns herum führt uns Qigong-Übende (und Yoga-Übende, und viele, viele andere auch) auf unserem spirituellen Weg immer wieder an unsere Grenzen. Eigentlich wollen wir ja nur ... üben, friedlich miteinander leben, Harmonie in und um uns herum verbreiten. Doch je mehr uns bewusst wird (und das geschieht durch die spirituelle Auseinandersetzung zwangsläufig), dass alles mit allem zusammenhängt, desto schwerer fällt es uns, unbeschwert in unserem meditativen Glashauss weiter zu üben. Die tiefe Erkenntnis, dass wir ein Teil dieser Welt sind, dass wir *in* dieser Welt leben und nicht abgekoppelt von ihr, muss uns zur Verzweiflung bringen. Und weil wir nicht verzweifeln wollen, gehen wir mit unseren Gedanken erst gar nicht so weit. Niemand, oder fast niemand.

Wenn es unangenehm wird, schützen wir uns mit einem Jahrtausende alten und bewährten Mechanismus: mit Trennung. Wir schneiden uns von der Welt „da draußen“ ab, und mit unserer Innenwelt verfahren wir genau so. Das Paradoxe ist, dass uns das gewohnheitsmäßige, unreflektierte, durch das tägliche Leben immer wieder eintrainierte Überlebensmuster der Trennung im Laufe der Zeit krank macht. Uns und die ganze Welt.

In vielen teilweise sehr schönen und fruchtbaren Diskussionen und auch im inneren Zwiegespräch mit mir selbst wurde ich immer wieder mit unseren Schutzmechanismen konfrontiert. Der eine zieht sich als Selbstversorger zurück in die Berge, ein anderer schützt sich durch Zynismus, der nächste durch Jammern ob der vielen Ungerechtigkeit auf dieser Welt, nicht wenige werden depressiv, viele versinken in ihrer Meditation nur in eine Richtung (nach innen) und wieder andere überlassen ihre (Er)lösung den Göttern.

Diese Konfrontation hat schließlich dazu geführt, dieses Buch zu schreiben. Ich möchte euch dazu ermutigen, zu meditieren. So wie ihr es vermutlich bei diversen Achtsamkeitsmeditationen gelernt habt. Schauen. Sonst nichts. Auch nicht wegschauen, wo etwas weh tut. Einfach nur ... Schauen. Nicht nur mit den Augen, sondern vor allem auch mit dem Herzen.

Diese Meditation ist eine Übung - sie braucht Zeit. Was ihr damit macht, was für konkrete Schlüsse ihr aus eurer Betrachtung zieht, interessiert mich nicht. Dieses Buch ist vollkommen frei von jeglicher Ideologie, ich vertrete keinerlei „Ismus“ (Buddhismus, Kommunismus, Taoismus usw.), Weltanschauung, politische Richtung oder wirtschaftliche Interessen. Ich lade euch ausschließlich dazu ein, zu schauen. Ohne zu urteilen. Veränderungen - in welche Richtung auch immer - entstehen dann von selbst.

Warum ist es mir so egal, zu welchen Veränderungen eure Meditation führt?

Weil jede Veränderung und jeder Weg und jede Entscheidung, die eurem Herzen und eurer Liebe entspringen, gute Veränderungen und Wege und Entscheidungen sind!

Geht nicht in die Berge, zieht euch nicht zurück in Depression oder (Selbst)Anklage! Seid euch bewusst und fühlt eure Einheit mit ALLEM. Bleibt hier bei uns, mitten unter uns, und helft mit, Liebe, Verständnis, Freiheit und Frieden zu verbreiten!

Das folgende Gedicht ist von Theodor Fontane. Ich zitiere es hier - einfach, weil es wunderschön ist:

Glaube an die Welt

(Theodor Fontane)

Lass ab von diesem Zweifeln, Klauben,
vor dem das Beste selbst zerfällt,
und wahre dir den vollen Glauben
an dieser Welt trotz dieser Welt.

Schau hin auf eines Weibes Züge,
das lächelnd auf den Säugling blickt,

und fühl's: es ist nicht alles Lüge,
was uns das Leben bringt und schickt.

Und, Herze, willst du ganz genesen,
sei selber wahr, sei selber rein!
Was wir in Welt und Menschen lesen,
ist nur der eigne Widerschein.

Beutst du dem Geiste seine Nahrung,
so lass nicht darben sein Gemüt,
des Lebens höchste Offenbarung
doch immer aus dem Herzen blüht.

Ein Gruß aus frischer Knabenkehle,
ja mehr noch eines Kindes Lall'n
kann leuchtender in deine Seele
wie Weisheit aller Weisen fall'n.

Erst unter Kuss und Spiel und Scherzen
er kennst du ganz, was Leben heißt;
o lerne denken mit dem Herzen,
und lerne fühlen mit dem Geist.

Liebe Politiker!

Ihr habt eine besondere Verantwortung hinsichtlich der Navigation unseres erwähnten Bootes. Und ihr habt es besonders schwer:

1. Im Spannungsfeld zwischen Sachzwängen, Lobbyismus und Parteizwängen, Druck seitens Wirtschaft, Banken und internationaler Politik, Medien und schließlich auch der nächsten Land- oder Bundestagswahl bleibt oft kaum noch ein Spielraum, tatsächlich das Ruder in die Hand zu nehmen.
2. Auf dem Weg zu Spitzenpositionen hat eure Gehirnfestplatte große Mengen an Bildung, parteipolitischen Inhalten und Ideologien von anderen Festplatten downgeloadet. Ihr seid also im Besitz größerer fremdverschalteter Hirnareale – oder, im Umkehrschluss: diese außerhalb von euch existierenden Inhalte haben einen Teil eures Gehirns in Besitz genommen. So haben sich z. B. linksliberale Parteipolitik und Rhetorik mehr in eurem Gyrus cinguli, rechtskonservative eher in der Amygdala eingenistet. Das kann einen vorbehaltlosen Blick erschweren und dazu führen, dass W-Phasen spät einsetzen, I-Phasen in die Länge gezogen werden und H-Phasen überdurchschnittlich von Diskussionen um Schuldzuweisungen, der Verteidigung eigener Positionen und der notfallmäßigen Ausarbeitung von Brandlöschaß-

nahmen überschattet sind. Der gegenwärtige politische Alltag *ist* H-Phase. Währenddessen treibt das Boot weiter.

3. Oft sind es nur kleinere Systemausschnitte, die euch für die Beurteilung aktueller Situationen zur Verfügung stehen und auf Basis derer ihr dann wegweisende Entscheidungen treffen müsst. Nicht selten enthalten diese Systemausschnitte ungenügende Informationen; manchmal sind sie sogar bewusst manipuliert, *damit* ihr falsche Entscheidungen trefft.

Bevor ich nun ein paar persönliche Worte an euch richte, solltet ihr ernsthaft überlegen, dieses Buch zur Seite zu legen. Es sei denn, ihr habt euch ein paar Tage Zeit genommen und euch mit allen Kapiteln dieses Buches ausgiebig auseinandergesetzt. Nur dann könnt ihr diesen Brief als Resultat eines längeren Bildungs- und Meditationsprozesses verstehen. Deshalb vorweg die Frage:

Hast du dich intensiv mit dem ganzen Buch beschäftigt?



Danke! Es freut mich sehr, dass du dich mit dem Inhalt dieses Buches auseinandergesetzt hast. Zeit, dir nun eine wichtige Frage zu stellen: Wie geht es dir?

Das ist die erste Frage, die ich bei meinen Seminaren stelle: wie geht es euch? Ich stelle sie meistens schweigend, weil mich sinnleere Antwortfloskeln nicht interessieren. Ich möchte wirklich wissen, wie es meinen Schülern geht, wie sie sich fühlen, ob sie gesund sind, ob sie glücklich sind.

Jede Führungskraft, jeder Lehrer, jeder Manager und vor allem jeder Politiker sollte sich diese Frage stellen. Sie sollte im Mittelpunkt unseres Denkens und Handelns stehen. Führungskraft / Manager: Wie fühlen sich meine Mitarbeiter? Lehrer: Wie geht es meinen Schülern? Politiker: Fühlt sich das deutsche Volk wohl? Geht es ihm gut?

Wenn ich alle Deutschen, die ich sehe, immer wieder von 1 bis 20 durchzähle, dann hoffe ich, dass du nicht einer der jeweils 20. in der Reihe bist. Denn jeder 20. Deutsche hat eine Depression. Da würde es dir zum einen persönlich nicht gut gehen, zum anderen wäre es eine schlechte Voraussetzung, mit Freude eine gute Regierungsarbeit zu leisten.

Warum ist es mir wichtig, dass es den Menschen gut geht? Der wichtigste Grund steckt im Wort: wenn es jemandem gut geht, geht es ihm gut. Was können wir denn mehr wollen, als dass wir uns und unsere Mitmenschen sich wohl fühlen? Der zweite wichtigste Punkt ist die Frage, wohin unser gemeinsames Boot gelenkt wird. Darum geht es ja in diesem ganzen Buch.

Wer Hunger hat, denkt nur ans Essen. Wer krank ist, nur an die Gesundheit. Alle Hungernden auf unserem gemeinsamen Boot, alle Kranken, Depressiven, alle, die sich gegenseitig bekriegen, übervorteilen und über den Tisch ziehen, alle, die im Krieg oder Opfer von Kriegen sind, alle, die ohne Gewissen und ohne Rücksicht ausschließlich für ihren Gewinn leben, alle, die gedankenlos oder womöglich wissentlich Tote auf der einen Seite des Bootes in Kauf nehmen, damit sie selbst auf der anderen Seite im Luxus leben können, alle Mobbingopfer (in Deutschland ca. 1 Million), alle Hoffnungslosen (jedes Jahr beenden in Deutschland ca. 10000 Menschen ihr Leben freiwillig), alle sozial Schwachen (knapp 7 Millionen Menschen sind in Deutschland auf staatliche Unterstützung angewiesen), alle Mutlosen und Ängstlichen haben andere Sorgen, als gemeinsam an einem Kurswechsel zu arbeiten. Wenn es uns gut geht, gesundheitlich und im Herzen, wenn wir Kraft haben, wenn wir Freude am Leben haben, dann können wir Bäume ausreißen. Oder eben Boote richtig lenken.

Ich möchte dich dazu ermutigen, dein Wohl, das Wohl des deutschen Volkes, das Wohl aller Menschen auf der Erde und das Wohl des ganzen Planeten in den Mittelpunkt deiner Arbeit zu stellen. Nicht als Lippenbekenntnis, sondern als deine Herzensangelegenheit. Die Reihenfolge ist genau so bewusst gewählt wie die Reihenfolge im letzten Satz des Kapitels „Der Blick fürs Ganze“.

Und mit Wohl meine ich das gefühlte Wohl, das Glücklich sein, Wohlfühlen, Wohlbefinden – nicht den materiellen Wohlstand.

Dieser kann, muss aber nicht zum Wohlfühlen beitragen. Im letzten World Happiness Report (UN) rangiert ein Land wie Costa Rica noch vor Deutschland – und das, obwohl es beim weltweiten BIP-Vergleich an 105. Stelle liegt.

Wie die „Spirituellen“ - eigentlich ja wie alle - so lade ich auch dich zur Meditation ein. Zum nüchternen Anschauen aller Dinge, ohne sie zu bewerten, zu beurteilen, zu katalogisieren, zu benennen. Einfach nur schauen. Mit großen Augen, wie ein kleines Kind.

Vielleicht hast du bei der Lektüre dieser Seiten beobachtet, wie deine fremdverschaltete Festplatte auf manche meiner Informationen reagiert. Falls du z. B. pro Jahr 60 kg Fleisch verzehrst (bundesdeutscher Durchschnitt), wirst du mich beim Kapitel „Wie denke ich?“ evtl. als radikal-christlichen Kampfvvegetarier klassifiziert haben. Dabei bin ich weder radikal noch gehöre ich einer Kirche an noch bin ich ein besonderer Kämpfer und darüber hinaus bin ich noch nicht einmal Vegetarier. Meine Meditation, das jungfräuliche Betrachten unserer Fleischindustrie, unserer Essgewohnheiten, der globalen Zusammenhänge von Nahrungsmittelketten usw. haben lediglich dazu geführt, dass ich mein Essverhalten den neu gewonnenen Informationen auf meiner Festplatte angepasst habe. Fleisch behandle ich inzwischen wie ein Luxusgut. Ich esse es selten, aber dann z.B. von einem kleinen lokalen Bioerzeuger - und mit höchstem Genuss und mit einem guten Rotwein dazu.

Überrascht? Dann überlege dir, warum du überrascht bist. Wie deine Synapsenverschaltung dazu geführt hat, mich anders

einzuordnen. Und warum dein Gehirn sich damit schwer tut, mich als Fleischesser UND Vegetarier zu akzeptieren.

Vielleicht bist du über das Kapitel „Was weiß ich?“ gestolpert und siehst in mir einen Verschwörungstheoretiker. Oder einen radikalen Pazifisten. Alle Daten aus dem Kapitel sind sorgfältig recherchiert und mit Quellenangaben belegt. Es ist umgekehrt so, dass die einstigen, von Geheimdiensten oder Regierungen verbreiteten Verschwörungstheorien wie z. B. der Tonkin-Zwischenfall oder die Brutkastenlüge inzwischen als solche entlarvt worden sind. Aber in unseren Hirnfestplatten sind die früheren Lügen der Regierungen und Geheimdienste immer noch als Wahrheit abgespeichert. Deshalb huscht uns ganz schnell der Verdacht „Verschwörungstheoretiker“ über die Lippen, wenn wir wahrheitsgemäß sagen, unsere Freunde würden Kriege bewusst herbeiführen. Konsequenterweise müssten dann alle Verschwörungstheoretiker sein, die behaupten, es gäbe eine Neurogenese. Oder die Erde sei rund ... Vielleicht dann doch der radikale Pazifist? In meiner Jugend habe ich einen Eid geschworen, das deutsche Vaterland auf deutschem Boden zu verteidigen. Als dann Art. 87a unseres Grundgesetzes juristisch nachträglich auf abenteuerliche Weise so verbogen wurde, dass deutsche Soldaten auf nichtdeutschem Boden wirtschaftliche oder imperialistische Interessen unserer amerikanischen Freunde verteidigen durften, habe ich nachträglich den Kriegsdienst verweigert – und vom damaligen Gericht Recht bekommen. Und das, obwohl ich dem Gericht erklärt hatte, dass ich (eine der berühmten Fragen) meine Freundin verteidigen würde, sollte sie denn tötlich und lebensbedrohlich angegriffen werden.

Überrascht? Dann überlege dir, warum du überrascht bist. Wie deine Synapsenverschaltung dazu geführt hat, mich anders einzuordnen. Und warum dein Gehirn sich damit schwer tut, mich als gewaltbereiten Retter UND als Pazifisten zu akzeptieren.

Es ist nicht leicht, gewohnte Bahnen und festgebrannte Denkstrukturen zu durchbrechen. Aber: nur Mut! Es geht uns allen so. Auch uns sogenannten Spirituellen mit viel Meditationserfahrung. Immer wieder fallen wir auf uns selbst herein. Diese Meditation der reinen Wahrnehmung, der bloßen Beobachtung, fällt uns nicht vom Himmel, sie ist eine Übung, ein Lernprozess. Versuche es! Mache es zu einer täglichen Übung!

Wenn du in einem Landes- oder im Bundesparlament bist und Entscheidungen treffen darfst, dann versuche es mit dieser Vorgehensweise: Stelle dir vor, du kämst von einem anderen Planeten auf diese Welt. Alles für dich wäre neu. Du hättest nur deine Augen, deine Ohren und dein Herz um zu lernen, wie diese Welt funktioniert. Was machst du? Zunächst machst du dir noch einmal bewusst, dass im Zentrum des ganzen folgenden Prozesses das Wohl (Wohlergehen, Wohlfühlen) steht. Dann

1. sammelst du viele Informationen von unterschiedlichen Quellen
2. wertest du die Informationen aus,
3. triffst mit Herz (!) und Verstand die notwendigen Entscheidungen.

Liebe Politiker, lasst uns gemeinsam die Welt betrachten. Wie in der Meditation, wie in der Psychotherapie. Die Dinge anschauen, wie sie sind. Da gibt es nicht schwarz und nicht weiß. Die Frage, ob nun Kurt der Schuldige ist oder Hannelores Schmetterling oder Charlotte oder ihr Vater lässt sich nie wirklich klären, denn meistens sind wir alle an allem irgendwie mehr oder weniger beteiligt, so wie wir alle die gleiche Luft atmen und uns alle vom gleichen Sonnenlicht wärmen lassen. Wir sind alle eine große Familie. Lasst uns zusammen, gemeinsam, mit Herz und Verstand und Liebe unser Boot lenken!

Das wünsche ich mir von euch und dafür danke ich euch von Herzen!

Ein paar direkte Wünsche oder Anregungen möchte ich persönlich loswerden:

Lieber Barack Obama!

Mein Sohn hat mich gefragt, ob das Leben eine Illusion sei. Dieses Buch spiegelt den Versuch, diese Frage zu beantworten. Da er ein großer Fan der USA ist, habe ich die Geschichte der Vereinigten Staaten zu Hilfe geholt. Tatsächlich kann ich nun diese Frage ein klein wenig besser beantworten. Das Auftreten der USA in der Welt hat mich zutiefst enttäuscht. Dafür bin ich dankbar. Spirituelle Menschen sind immer dankbar, wenn sie enttäuscht werden. Eine Täuschung, eine Illusion, die einst war, können wir nun loslassen. Somit sind wir ein Stück weiter weg von der Illusion und ein bisschen näher an der Wahrheit.

Die Täuschung im Golf von Tonkin wurde uns von Daniel Ellsberg (Pentagon-Papiere, 1971) genommen. Enttäuscht sind auch die vielen Millionen in Korea (danke an John Gunther), die Toten in Guatemala (Operation PBSUCCESS), Ägypten (Operation OMEGA), Laos (Armée Clandestine), Brasilien (Brother Sam), El Salvador (ARENA), Panama (Just Cause), Griechenland (Obristenputsch), Libyen (1986, Operation El Dorado Canyon), Haiti (Osttimor, 1975), Argentinien (1976), die Opfer der Aktionen Demagnetize/Gladio/P2 und viele viele andere. Und auch dass der Putsch gegen Janukowitsch (Ukrai-

ne) von den USA inszeniert war, haben Sie in einem Interview mit Fareed Zakaria (CNN, 1. Februar 2015) erklärt. Ich muss Ihnen aber keinen Nachhilfekurs in amerikanischer Geschichte geben, da kennen Sie sich besser aus. Aber - wie erklären Sie das alles *Ihren* Kindern?

Mir geht es, wie ich an anderer Stelle schon geschrieben habe, nicht darum, Schuldige für was auch immer es sei zu finden. Dazu müsste ich nicht weit gehen. Ich kann bei mir persönlich anfangen, dann in unserer deutschen Geschichte suchen... Was Menschen auf dieser Welt sich gegenseitig antun, ist grausam. Schuld finden wir in jedem von uns. Schon Jesus hat gesagt „wer unter euch ohne Sünde ist, werfe den ersten Stein“ (Johannes 8,7). Schuld gibt es nur im Land des Hasses. Das Land der Liebe kennt nur - die Liebe.

Es war Martin Luther King, der gesagt hat „Hass kann den Hass nicht austreiben. Das gelingt nur der Liebe.“

Mir geht es um diese Ent-täuschung, um das Loslassen von Illusionen, damit die Welt eine bessere werden kann. Damit wir unseren Kindern in die Augen schauen können.

Ich weiß, viel Macht haben Sie nicht. Nicht so viel, wie der größte Teil des amerikanischen Volkes glaubt (vermutlich werden die Froman/Podesta-Mails nicht im US-Fernsehen gezeigt). Aber das bisschen Macht, das Sie haben, und das bisschen Zeit, das Ihnen bleibt können Sie nutzen, um Ihrer Rolle als Friedensnobelpreisträger gerecht zu werden. An jedem Tag in Ihrem Leben können Sie die Welt ein bisschen friedlicher

machen. Helfen Sie mit - ansonsten wäre alles, was Sie bei Ihrem Amtsantritt gesagt haben, eine weitere Illusion.

Ich danke Ihnen. So oder so. Ob sie für den Frieden kämpfen - oder uns ent-täuschen. Von Herzen.

Liebe Angela Merkel!

Wir schaffen das. Bei aller notwendigen unberechtigten konstruktiven überflüssigen Kritik, bei all unserer über die Landesgrenzen hinaus bekannten Mecker- und Nörgelkultur und gerade bei ständig steigenden Zahlen von depressiven Erkrankungen brauchen wir so ein aufmunterndes „wir schaffen das“. Sicher lösen wir mit der bloßen Parole keine Probleme, aber wenn wir Probleme lösen wollen, brauchen wir diese Aufmunterung und diesen Mut.

Ich mache mir des Öfteren Gedanken über Sie. Im Rücken der Druck amerikanischer Bankengiganten, Rüstungsriesen und Geheimdienste, vor Ihnen die Gefahr eines offen eskalierenden Krieges. Leben Sie von der Hoffnung, dass sich die Großmächte außerhalb unserer Grenzen austoben, bis der nahende Zusammenbruch der Wirtschaft das Spiel beendet? Oder befürchten Sie, dass der unvermeidbare Crash durch eben diese Kriegsspiele verschleiert werden soll? Wie dem auch sei, in diesem wirren Durcheinander müssen Sie den diplomatischen

Spagat schaffen, dem Freund Freund zu sein und den Feind des Freundes nicht zum eigenen Feind zu machen. Und dann gibt es neben der Außenpolitik auch noch, ja: das Wohl des deutschen Volkes.

Ich bitte auch Sie darum, ganz persönlich: denken Sie an Ihr Wohl. Und an das Wohl des deutschen Volkes. Und an das Wohl aller Menschen auf dieser Welt. Deutschland ist ein wunderbares Land. Ich lebe gerne hier. Für meine und für alle Kinder wünsche ich mir, dass Deutschland aus seiner Vergangenheit lernt und ihnen eine Zukunft in einem Land bietet, in dem sie glücklich und auf das sie stolz sein können. Helfen Sie mit, Art. 2 des Zwei-plus-Vier-Vertrages vom 12. September 1990 (... Die Regierungen der Bundesrepublik Deutschland und der Deutschen Demokratischen Republik bekräftigen ihre Erklärungen, dass von deutschem Boden nur Frieden ausgehen wird...) eine dauerhafte Realität werden zu lassen. Helfen Sie mit, dass unsere Kinder Vertrauen in ihre Zukunft bekommen, dass sie Freude am Leben haben. Kinder und Jugendliche, denen es wirklich gut geht, gehen nicht freiwillig nach Syrien in den Krieg, werden nicht zum Amokläufer, bringen sich nicht selbst um (zweithäufigste Todesursache in der Altersgruppe zwischen 15 und 30: Suizid!), nehmen kein Heroin, ... auch diese Liste lässt sich beliebig fortsetzen. Alle Anstrengungen zum Löschen der vielen Brandherde sind hinfällig, wenn wir uns alle wohl fühlen, wenn es uns gut geht, wenn wir glücklich sind.

Ich zähle auf Sie. Und ich danke Ihnen. Von Herzen.

Lieber Frank-Walter Steinmeier!

Sie haben unfreiwillig ein prominentes Beispiel dafür geliefert, wie wir durch unsere Presse manipuliert werden können. Vielleicht war Ihr Fehler einfach, dem falschen Blatt ein Interview zu geben. Das berühmte und aus dem Zusammenhang gerissene Zitat („Was wir jetzt nicht tun sollten, ist durch lautes Säbelrasseln und Kriegsgeheul die Lage weiter anheizen“) hat scharfe Kritik ausgelöst - und die meisten Kritiker bei näherer Betrachtung zu intelligenzreduzierten Medientrittbrettfahrern degradiert.

Ich freue mich, dass Sie es gewagt haben, in Zeiten zunehmender Kriegshetze der als Allheilmittel propagierten Abschreckung eine zweite Säule, den Austausch und den Dialog, gleichauf zu setzen. „Putin-Versteher“ wurden Sie deswegen von Jens Spahn titulierte. Ja, soll denn der deutsche Außenminister Putin nicht verstehen dürfen? Er muss! Jeder Politiker *muss* doch die Politiker anderer Nationen verstehen. Und wenn sich zwei nicht grün sind, dann sollten sie dafür sorgen, dass sich grün werden.

Wir brauchen keine Kriegstreiber in unserer Regierung, auch keine Breedloves in der Nato. Wir brauchen Ghandis und Mandelas und Dalai Lamas und Päpste wie den jetzigen Papst Franziskus und Alva Myrdals und Kim Dae Jungs und Menschen wie Antoine Leiris und Erika Schirmer und Mutter Theresa.

Und deutsche Außenminister mit Ihrem Mut. Was wir uns alle wünschen ist Frieden.

Ich zähle auf Sie. Und ich danke Ihnen. Von Herzen.

Quellenverzeichnis

⁽¹⁾<http://foreignpolicy.com/2013/08/26/exclusive-cia-files-prove-america-helped-saddam-as-he-gassed-iran/>

⁽²⁾<http://www.spiegel.de/spiegel/print/d-13489280.html>

⁽³⁾<http://www.spiegel.de/politik/ausland/deutschland-lieferte-chemikalien-an-saddams-irak-und-assads-syrien-a-923347.html>

⁽⁴⁾<http://www.mindfully.org/Reform/Nayira-Witness-Incubator-Kuwait6jan92>

⁽⁵⁾https://www.youtube.com/watch?v=Fv28_q98Xe8

⁽⁶⁾<http://www.zeit.de/wirtschaft/2015-03/solidaritaetszuschlag-kritik-investitionen-infrastruktur>

⁽⁷⁾<http://gerhard-schroeder.de/frieden/irak-krieg/>

⁽⁸⁾https://www.lpb-bw.de/irak_krieg.html

⁽⁹⁾<https://www.nationalpriorities.org/cost-of/>

⁽¹⁰⁾<http://nsarchive.gwu.edu/NSAEBB/NSAEBB132/press20051201.htm>

⁽¹¹⁾https://de.wikipedia.org/wiki/Tote_des_Zweiten_Weltkrieges

⁽¹²⁾<http://www.ruderfinn.com/>

⁽¹³⁾<https://www.youtube.com/watch?v=y3aLLR7FIBU>

⁽¹⁴⁾<http://daserste.ndr.de/panorama/archiv/2000/erste7422.html>

⁽¹⁵⁾<http://www.ag-friedensforschung.de/themen/NATO-Krieg/ard08-02-01.html>

⁽¹⁶⁾<https://www.uni-oldenburg.de/physik/forschung/ehemalige/uwa/rad/du/>

- (17)<http://www.streubomben.de/die-opfer/opfer-aus-dem-kosovo/>
- (18)<http://www.amnesty.de/umleitung/2000/deu05/259>
- (19)http://www.deutschlandradiokultur.de/gesellschaft-das-geschaeft-mit-der-angst.976.de.html?dram:article_id=291086
- (22)<http://www.taz.de/!5059486/>
- (21)<http://www.kompaktdesign.de/blog/marketing-infos/angstwerbung/>
- (22)<http://www.welt.de/wirtschaft/article156758271/Deutsche-Waffenexporte-haben-sich-fast-verdoppelt.html>
- (23)<http://www.wissenschaft-und-frieden.de/seite.php?dossierID=085>
- (24)<http://www.uranmunition.org/deutsche-waffenexporte-fuehren-zur-weiteren-radioaktiven-verseuchung-im-irak-milan-panzerabwehrraketen/>
- (25)<http://www.aufschrei-waffenhandel.de/>
- (26)<http://www.zeit.de/wirtschaft/2016-06/ruestungsindustrie-waffenexporte-deutschland-drittgroesster-waffenexporteur>
- (27)<http://www.nrhz.de/flyer/beitrag.php?id=17956>
- (28)<http://www.boerse.de/boersenwissen/staatsverschuldung>
- (29)<http://www.ap.org/company/overview>
- (30)<https://swisspropaganda.wordpress.com/>
- (31)<http://www.globalresearch.ca/truth-propaganda-and-media-manipulation/23868>
- (32)<http://www.globalincome.org/Deutsch/Fakten.html>
- (33)<http://www.wwf.de/2015/juni/das-grosse-wegschmeissen/>
- (34)<http://www.weltagraberbericht.de/themen-des-weltagraberberichts/landgrabbing.html>

- (35) <https://www.fian.de/artikelansicht/2016-04-06-kaempfe-um-land-und-leben-im-aktuellen-rundbrief-12016-des-forum-umwelt-entwicklung/>
- (36) <http://www.welthungerhilfe.de/landraub-landgrabbing.html>
- (37) <https://www.fdcl.org/themen/landwirtschaft/landnahme/>
- (38) <http://www.inkota.de/themen-kampagnen/welternahrung-landwirtschaft/land-grabbing/>
- (39) <http://de.wfp.org/hunger-ursachen>
- (40) <http://www.ndr.de/ratgeber/verbraucher/Fleischkonsum-in-Deutschland,fleisch348.html>
- (41) <https://www.bpb.de/dialog/145727/wir-lassen-sie-verhungern-interview-mit-jean-ziegler>
- (42) <http://www.swr.de/report/presse/wem-gehoert-die-oekonomische-bildung/-/id=1197424/did=8024618/mid=1197424/ipa64y/>
- (43) <https://www.igmetall.de/jupo-einfluss-wirtschaftlicher-interessengruppen-in-der-bildung-6687.htm>
- (44) <https://www.gew.de/schule/oekonomische-bildung/>
- (45) <http://www.sueddeutsche.de/wirtschaft/einflussnahme-auf-bildung-schulstoff-frei-haus-1.1763946>
- (46) <http://www.zeit.de/gesellschaft/zeitgeschehen/2016-02/wikileaks-angela-merkel-ban-ki-moon>
- (47) <http://nsarchive.gwu.edu/nukevault/ebb538-Cold-War-Nuclear-Target-List-Declassified-First-Ever/>
- (48) <http://www.heise.de/tp/artikel/40/40842/1.html>
- (49) <http://www.amnesty.de/2013/10/22/amnesty-usa-verletzen-voelkerrecht-bei-drohneinsatz-pakistan>
- (50) <http://www.eckhartolle.de/media/interviews/leben-im-jetzt-15>

⁽⁵¹⁾<https://de.wikipedia.org/wiki/Irakkrieg>

⁽⁵²⁾<https://de.wikipedia.org/wiki/Kriegsopfer>

Von
Bernhard Maier
www.herzlich-denken.de
August 2016