



Freitag, 24. Juni 2022, 12:00 Uhr
~16 Minuten Lesezeit

Die innere Freiheit

Um Unabhängigkeit zu erlangen, dürfen wir uns nicht länger von unseren Emotionen treiben lassen — vor allem die Angst muss zurückgedrängt werden.

von Monika Alleweldt
Foto: KieferPix/Shutterstock.com

Die schlechte Nachricht ist: Wem es gelingt, die Menschen dauerhaft in Angst zu halten, kann mit ihnen so gut wie alles machen. Wir haben das in der Coronakrise wie auch beim Umgang mit Kriegspropaganda deutlich gesehen. Die gute Nachricht ist aber: Angstfreie Menschen lassen sich kaum manipulieren und entrechteten, sie sind auf dem Weg in eine gerechtere Gesellschaft kaum aufzuhalten. Wie schafft man es, der Angst nicht mehr so viel Macht einzuräumen über unser Schicksal? Wir müssen vor allem das herrschende materialistische Paradigma zurückdrängen und es durch ein Weltbild ersetzen, das

die Ganzheit und Allverbundenheit betont, unser Eingebettetsein in ein lebendiges Universum. Dadurch löst sich ein Großteil der Angst auf. Wir dürfen nicht zulassen, dass uns unsere eigenen emotionalen Bewegungen tyrannisieren – zumal, wenn sie durch äußere Tyrannen geschürt werden. Über den Inhalt unserer Gedanken und Gefühle selbst zu bestimmen, ist die Freiheit, die uns niemand nehmen kann.

Das letzte Wasser war versiegt, die Tiere verdurstet, das Getreide auf dem kargen Feld vertrocknet. Die Familie packte ihre wenigen Habseligkeiten zusammen und verließ ihr Zuhause. Was hatten sie auch für eine Wahl? Viele Jahre hatten sie hier gelebt, ihre Kinder geboren und großgezogen. Jetzt machten sie sich zu Fuß auf den Weg. Wohin? Sie wussten es nicht.

Nach vielen Tagen erreichten sie ein großes Zeltlager. Zehntausende lebten bereits hier, denen es ähnlich ergangen war. Fremd aussehende Menschen waren da, die Nahrung verteilten. Die Familie blieb. Sie wartete. Worauf? Sie wusste es nicht. Ein Wort machte die Runde: Europa. Es klang wie „Paradies“.

Was ist Freiheit, wenn Bomben fallen, die deine Kinder töten und deine Stadt in Schutt und Asche legen? Wie lange willst du noch ausharren in dem feuchten Keller, in dem du Schutz suchst vor Kälte, Regen und dem ungeheuerlichen Krieg, der so plötzlich über dich und deine Familie hereingebrochen ist und alles ausgelöscht hat, was dein Leben einmal gewesen war?

Willst du bleiben, weil du hier geboren wurdest? Willst du gehen? Wohin? Nach Europa, sagen die jungen Menschen, die mit dir in

diesem Keller hausen. Europa ist das magische Wort für eine Zukunft, an die sie glauben wollen.

Ich schaue an einem frühen Morgen auf die Straße einer Großstadt in Europa. Der Berufsverkehr hat eingesetzt, Menschen hasten dem Eingang der U-Bahn entgegen. Ein Obdachloser sitzt unbeachtet am Straßenrand. Hier unter anderem also ist es, das Refugium der Freiheit, nach dem sich Millionen von Menschen sehnen und das doch die wenigsten von ihnen jemals erreichen werden. Seine Grenzen sind mitleidslos abgeriegelt gegen den Zustrom derjenigen, deren Heimat, Arbeitskraft, Anbauflächen, Energie und Bodenschätze geraubt wurden, um dieses Refugium zu errichten und aufrecht zu erhalten. Die wenigsten, die kommen wollen, und die wenigsten, die hier wohnen, kennen diese Zusammenhänge.

Ich betrachte den Strom von Menschen mit Einkaufstüten und Aktenkoffern. Welche Wahl haben sie? Sie müssen Geld verdienen, um ihre überbezahlten Mieten zu bezahlen, ihre Kinder zu versorgen und um etwas für den nächsten Urlaub zurückzulegen. In ihren angespannten Gesichtern spiegelt sich wenig Freude. Sieht so Freiheit aus?

„Freiheit, Gleichheit, Brüderlichkeit“ waren die Leitworte der französischen Revolution im 18. Jahrhundert, die unser heutiges Verständnis einer freiheitlich-demokratischen Grundordnung entscheidend geprägt haben. Vier Jahre nach Ende des Zweiten Weltkrieges wurde das deutsche Grundgesetz feierlich verabschiedet. Darin wird unter anderem festgelegt: Die Würde des Menschen ist unantastbar.

Alle Menschen haben das Recht auf freie Entfaltung, soweit es die Rechte anderer nicht verletzt. Alle haben das Recht zur freien Meinungsäußerung.

Es war ein großer Schritt, wie ein kollektiver Schwur. Niemals

wieder sollte ein solch grausames Unrecht geschehen können, wie es im Faschismus geschehen war.

Es wurde ein Neuanfang – in gewissem Rahmen. Meine Generation ist in einem „freien“ Land aufgewachsen. Dafür bin ich dankbar. Doch es ist erst ein kleiner Teil von dem, was „Freiheit“ bedeutet. Das Unrecht wurde damit nicht abgeschafft. Es wurde lediglich in die Hinterhöfe der Erde verlagert, dorthin, wo die wenigsten Menschen hinschauen.

Heute droht die freiheitliche Grundordnung auch bei uns mehr und mehr außer Kraft gesetzt zu werden. Unsere bisherigen Glaubens- und Denksysteme sind tief erschüttert. Unser Vertrauen in Politik und Medien ist ins Wanken geraten.

Ungewissheit hat sich ausgebreitet. Viele verlassen nun auch in Europa ihr Zuhause, in der Hoffnung, irgendwo eine Nische zu finden, in der sie ungestört leben können. Das mag ein richtiger Schritt sein, aber nur einige wenige können ihn sich leisten.

Ich habe vollstes Verständnis dafür. Mein Herz aber verlangt etwas anderes: Freiheit muss für alle gelten. Und diese Freiheit muss auch die Tiere und die Natur miteinbeziehen. Wie frei ist unser Herz, wenn wir Ertrinkenden nicht mehr beistehen können, ohne zu riskieren, vor Gericht gestellt und bestraft zu werden? Wie tief muss diejenige Freiheit gründen, die man uns nicht beliebig zugestehen und wieder wegnehmen kann? Verlangt nicht die Freiheit, die wir im Moment noch haben, eine ganz andere Entscheidung, eine ganz andere Tat von uns?

Ich könnte die Sehnsucht nach einer freien Erde nicht in meinem Herzen fühlen, wenn es für sie keine Lösung gäbe. Diese Lösung müssen wir finden. Und sie beginnt zunächst in uns selbst.

Die Macht der inneren Freiheit

Es war ein ganz normaler Tag im Jahr 1976 in Florida (USA), als Sonia Jacobs, Mutter zweier kleiner Kinder, auf ihrem Weg zur Arbeit verhaftet und eines Mordes beschuldigt wurde, den sie nicht begangen hatte. Sie konnte ihre Unschuld nicht beweisen und erhielt die Todesstrafe. Die folgenden fünf Jahre verbrachte sie in Einzelhaft, täglich darauf wartend, dass das Urteil vollstreckt werden würde. Sie war in einer Lage, die für die meisten von uns der Inbegriff von Unfreiheit ist.

„Dann wurde mir auf einmal klar, dass ich immer noch eine Wahl hatte“, sagt sie später sinngemäß.

„Ich brauchte meine Situation nicht mit den Augen der anderen zu sehen. Ja, ich sitze hinter Gittern, ich darf mich nicht frei bewegen und warte darauf, dass sie mir das Leben nehmen. Aber solange ich atme, gehört mein Leben immer noch mir und ich kann wählen, wie ich es unter den gegebenen Umständen verbringen will. Es gibt eine Freiheit, die du nur dir selbst geben kannst. Das ist die wichtigste Freiheit von allen. Ich entschied mich dafür, mich nicht länger als Opfer und Gefangene zu betrachten, sondern als einen Menschen, dem die Gelegenheit gegeben wurde, seine spirituelle Arbeit zu tun. Und so habe ich meine Zelle in ein Sanktuarium verwandelt. Ich praktizierte Yoga, meditierte und betete. Ich wählte die Hoffnung, anstatt die Hoffnungslosigkeit. Während ich mich Schritt für Schritt aus meiner Vergangenheit befreite, erlebte ich eine Freiheit, wie ich sie nie zuvor erlebt habe.“

Wo wir verbunden sind mit dieser inneren Freiheit, geschehen Wunder. Viele Jahre später wurde ihr Fall neu aufgerollt und sie wurde entlassen. Heute hilft sie anderen, in solchen Situationen den Mut nicht zu verlieren.

Jacques Lusseyran war mit acht Jahren erblindet und leitete zur Zeit der Besatzung von Paris durch die Nazis eine Jugend-Gruppe der französischen Résistance. Er wurde verraten, verhaftet und ins KZ Buchenwald deportiert. Er erlebte dort die innere Freiheit, einen Punkt, den er als das „Ich“ bezeichnet.

„Das Ich ist der Reichtum inmitten der Armut. Es ist die Hoffnung, auch wenn alle objektiven Chancen zu hoffen verschwunden sind.“

Als einer von wenigen überlebte er das Lager.

Satprem, Autor und ein bedeutender Schüler von Mirra Alfassa, genannt „Die Mutter“, wurde mit 20 Jahren von der SS verhaftet und verbrachte anderthalb Jahre in deutschen Konzentrationslagern. Er beschreibt sein Erlebnis der inneren Freiheit in einem Interview:

„Als ich auf einmal aus diesem erschreckenden Nichts in einer unaussprechlichen Freude auftauchte (...) auf einmal tauchte ich in etwas ungeheuer Reinem und Starkem auf – stark, verstehen Sie. Stark! Nichts konnte mich mehr berühren. Eine Kraft – verstehen Sie. Etwas, das mich plötzlich wie unverwundbar machte. Nichts hatte mehr Macht über mich. Das war der erste Kontakt mit (...) so, wie ich es jetzt verstehe (...) der erste Kontakt mit der Wahrheit, mit dem, was man ist – das, was jeder Mensch ist.“

Wenn man den Anfang des Seins berührt, berührt man das, was überall zugegen ist. In anderen Menschen, in der Pflanze oder im Tier. Man berührt das eigentliche Wesen der Welt. Und das eigentliche Wesen der Welt ist etwas Volles, Mächtiges und – ‚Königliches‘. (...) Vom Moment einer solchen Erfahrung an (...) kennt man keine Ruhe mehr, bis man das Geheimnis jener Minute wiederfindet, in der alles plötzlich so absolut und unbezwingbar war.“

Dieses und viele andere Beispiele bezeugen, dass die innere Freiheit

eine geheimnisvolle Überlebensmacht in sich trägt. Das ist die Macht, die wir heute brauchen. Die Frage ist naheliegend, ob es nicht gelingen könnte, diesen Zustand der inneren Freiheit kollektiv zu aktivieren. Gibt es einen Punkt, an dem wir den Hebel dafür ansetzen könnten? Welche Stelle in uns Menschen ist es, die uns so unfrei macht?

Der unfreie Mensch

Viele spirituelle Lehren, der Buddhismus und die Psychoanalyse, so verschieden sie sind, kommen zu der gleichen Aussage, nämlich, dass unser gegenwärtiges Leben durch unsere karmische oder individuelle Vergangenheit geprägt ist. Das stimmt. Tatsächlich haben wir alle fürchterliche, traumatische Erlebnisse durchlaufen. Wir wurden von etwas getrennt, was wir einmal tief geliebt haben. Wir wurden betrogen und verraten.

Dieses Trauma liegt tief in unseren Zellen verborgen. Wir haben es verdrängt. Wir wollen nicht, dass es uns wieder bewusst wird. Wir empfinden nur eine mehr oder weniger diffuse Angst, Angst vor Feinden, vor Ungeziefer, vor Krankheitserregern, vor einem Ausschluss aus der Gemeinschaft, vor dem Unbekannten, der Apokalypse.

Sobald die Gefahr besteht, dass das Trauma in uns berührt werden könnte, beginnen wir uns heftig zu verteidigen oder greifen an.

Angriff und Verteidigung sind Kriegsmechanismen. Was im Einzelnen geschieht, geschieht auf einer anderen Stufe der Skala auch in der großen Politik. Es sind Reaktionsmuster, die aus dem Rückenmark kommen anstatt wohl überlegt aus dem Kopf. Solange diese Angstabwehrreaktionen unbewusst erfolgen, können wir sie nicht verändern. Wir haben keine Wahl. Wir wissen nicht einmal, dass wir eine Wahl haben könnten. Wir sind nicht frei. Wir sind

berechenbar, manipulierbar, falsch konditioniert.

Das Krisengebiet unserer Zeit ist die Beziehung unter Menschen. Es ist eine kaum wahrnehmbare Dauerangst, die uns voneinander trennt. Wir wollen zueinander und finden uns nicht. Wir können nicht miteinander für ein gemeinsames Ziel kooperieren. Wieviel Angst haben wir davor, unserem Liebespartner mitzuteilen, dass wir auch einen Dritten begehren und lieben? Wieviel Angstüberwindung ist erforderlich, um einen Standpunkt zu vertreten, der nicht übereinstimmt mit der allgemeinen Meinung? Kennen wir die Angst in uns vor den Blicken der anderen? Vor ihrem Urteil, ihrer Verurteilung?

Angst entsteht, wo die Lebensenergie im Menschen – die animalische Kraft, die Kraft der Liebe, der kreativen Entfaltung, des Wachstums – kollidiert mit den menschengemachten Gedankenmustern, den Gesetzen und Vorstellungen, die unserer Gesellschaft zugrunde liegen.

Sie kollidiert, weil wir in einer Kriegsgesellschaft leben, in der seit Jahrtausenden die Lebensenergie unterdrückt wird. Blockierte Lebensenergie ist Angst, Enge. Irgendwann muss sich die gestaute Energie gewaltsam Bahn brechen. Das geschieht in jedem Wutausbruch, und auf anderer Ebene in jedem Krieg. Angst und Gewalt sind Zwillinge.

Die globale Bedrohung, vor der wir heute stehen, erscheint übermächtig und anonym. Wir wollen sie so gern einzelnen Menschen oder Gruppen zuschreiben. Sie sind auch verantwortlich, aber weder ein einzelner Putin, noch eine Finanzelite, noch die neuen Milliardäre könnten ihre inhumanen Pläne verwirklichen, wenn wir alle nicht ihre Komplizen wären. Und wir sind ihre Komplizen, ob es uns bewusst ist oder nicht, solange wir an den Fäden unserer Angst hängen. Es ist ein bewährtes Mittel, die Angst

in der Bevölkerung zu aktivieren, um die Menschen vor einen Karren zu spannen, der nicht ihren eigenen Interessen dient. Wie gut das funktioniert, können wir heute hautnah miterleben.

Freiheit bedeutet im tieferen Sinn, sich von dieser zur Struktur gewordenen Angst zu befreien.

Ein globales Konzept

Die Auflösung des Traumas erfordert zunächst, dass wir es uns bewusst machen. Nur dann können wir es verändern. Das kann aber nicht allein in Form von Einzeltherapien erfolgen. Wir brauchen darüber hinaus ein anderes Milieu, eine andere Lebensweise. Es muss eine soziale und ökologische Lebensweise sein, die nicht mehr im Widerspruch steht zu den lebendigen Entfaltungskräften in unserem Inneren. Das globale Konzept besteht darin, diese Lebensweise in wenigen experimentellen Freiräumen zu manifestieren.

Zur erforderlichen Bewusstseinsarbeit kommt also die konkrete Arbeit am Aufbau neuer Lebensstrukturen hinzu. Die Motivation für ein solches Pioniervorhaben kommt aus einem großen Ziel. Dieses Ziel ist die Heilung des Ganzen über den Weg der Heilung eines Teils. Um uns für dieses Ziel einsetzen zu können, brauchen wir ein Wissen über den Zusammenhang zwischen dem Teil und dem Ganzen.

Wieso können solche relativ kleinen Gruppen eine globale Veränderung bewirken? Um das nachvollziehen zu können, brauchen wir ein neues realistisches Verständnis von uns Menschen und der Wirklichkeit, in der wir leben. Es ist diese Kombination aus Bewusstseinsbildung, Zielsetzung, Vision, Arbeit an den eigenen Strukturen und dem Aufbau neuer Lebensmodelle, welche das

Trauma in diesen Pioniergruppen aufzulösen vermag. Sobald diese Heilung an wenigen Orten gelingt, verbreitet sie sich von selbst. Angstfreiheit ist ein anderes Wort für Erfüllung und Glück.

Wer würde sich nicht anschließen wollen? Die Information der Angstfreiheit, die an wenigen Orten entwickelt wurde, steht allen zur Verfügung. Sie ist Teil des einen Bewusstseins, dem wir alle, Männer und Frauen, unabhängig von unserer Nationalität, Kultur und Religion, angehören. Das Bewusstsein der All-Verbundenheit wird Kriege für immer unmöglich machen. Friede wird sich ausbreiten, nicht, indem Kriege durch Verträge und Friedensabkommen verhindert werden müssen, sondern weil angstfreie Menschen nicht mehr auf den Gedanken kommen, Konflikte mit Gewalt lösen zu wollen. Sie sind frei, sich dagegen zu entscheiden.

Das Konzept zur Heilung des Ganzen wurde uns Menschen anvertraut, damit wir es verwirklichen. Indem einige Gruppen auf der Erde untereinander das Trauma auflösen, treten sie in Resonanz mit dem universellen Geist und seiner humanen All-Macht. Jetzt kann diese All-Macht ungehindert durch uns Menschen tätig werden. In diesem Geist werden wir eine andere, liebendere, schönere Welt erschaffen.

Kehren wir noch einmal zurück zur Betrachtung des Menschen. Wir sind nicht nur das Produkt unserer Vergangenheit. Es existiert noch ein ganz anderer Mensch in uns. Dieser Mensch ist frei, nicht manipulierbar, er hat Macht:

„Es ist nicht die Macht über andere, sondern die Macht über sich selbst: nämlich die Fähigkeit, durch eigene Entscheidung eine emotionelle Bewegung zu stoppen, wenn sie nach unten zieht, einen Gedanken zu denken oder nicht zu denken, eine Reaktion auszuführen oder zu unterlassen, aus den alten Reaktionen von Angst und Wut auszutreten und das, was wir erreichen wollen, so fest bei uns zu

haben, dass man es uns nicht mehr nehmen kann“ (Dieter Duhm).

Diese Autonomie können wir täglich trainieren, um uns aus den Verstrickungen der Vergangenheit zu befreien, die unseren Körper und Geist so lange eingeeengt haben. Es ist eine Frage der Entscheidung. Wir merken dabei, dass dieser andere, freie Mensch immer schon da war. Er ist uns näher als der eigene Herzschlag, so gegenwärtig wie unser Atem. Wir können ihn immer finden, wenn wir ihn wirklich finden *wollen*.

„Es gibt eine Freiheit, die du nur dir selbst geben kannst“ (Sonia Jacobs).

Es ist gut, wenn wir uns auf dieser Suche die Zeit nehmen, immer wieder nachts in die glitzernde Sternenwelt zu schauen und uns die Dimensionen des Universums bewusst zu machen, in die sich das Experiment Erde einbettet. Was ist das für ein Universum? Was berührt uns da? Welche Verbindung besteht zwischen uns und den Weiten des Alls?

Auf der Suche nach dem Sitz von Bewusstsein haben wir den menschlichen Leib bis hinab in seine Zellen und Moleküle untersucht, aber nichts Bewusstseinsähnliches gefunden. Im Falle des Menschen kamen wir darin überein, dass es doch ein Bewusstsein in ihm geben müsse. Im Falle des Universums tun wir dies nicht. Das ist unlogisch.

Logisch ist, dass es im Menschen kein Bewusstsein geben könnte, wenn es nicht auch im Außen existieren würde. Wie innen, so außen. Bewusstsein ist Geist, ist immateriell, unsichtbar, überall. Bewusstsein existiert. Bewusstsein, Geist, Schwingung, Information liegt allen sichtbaren Dingen und Ereignissen zugrunde. Und in diesem Raum des Geistes gelten andere Gesetze als in unserer menschengemachten Welt.

Spirituelle Meister und Meisterinnen wissen seit Urzeiten, dass nichts zwangsläufig so linear verlaufen muss, wie es unser kausales, mechanisches Denkprogramm vorschreibt. Jede Krankheit ist grundsätzlich heilbar. Wir kennen das Phänomen von Spontanremissionen und Wunderheilungen.

Wie kommt es, dass Menschen in Nahtod-Erfahrungen ihren eigenen Leib wahrnehmen können, wie er zum Beispiel auf dem Operationstisch oder im Unfallwagen liegt? Mit welchen Augen sehen sie das? Wie können sie hören, was gesprochen wird, nicht nur in der Nähe ihres verletzten Körpers, sondern auch in etlicher Entfernung davon? Mit welchen Ohren hören sie? Wo speichern sie die Erinnerung daran, mit der sie später solche Gespräche beinahe wortgetreu wiedergeben können?

Welche wunderbaren Fähigkeiten hat unser Bewusstsein? Und ist dieses Bewusstsein wirklich nur in uns? Wer oder was bewirkt Wunderheilungen auch in der Natur? Woher kamen die Forellen im Spirit Lake nach dem Ausbruch des Mount Helena 1980 in den USA, der sämtliches Leben in dem Bergsee auslöschte und ihn in eine schwarze, giftige Brühe verwandelte? Zehn Jahre später war das Wasser des Spirit Lake durch ein präzises Zusammenspiel von Licht, unzähligen Mikroorganismen, Pflanzen und Tieren wieder glasklar. Wer oder was hatte diesen Heilungsvorgang koordiniert?

Zu ihrer Überraschung fanden die Forscher eines Tages auch ausgewachsene Forellen darin. Es wurde ausgeschlossen, dass sie von irgendwoher herein geschwommen sein konnten. Die Forscher fanden auch keine Jungtiere. Wie waren also erwachsene Fische in den See gekommen, sozusagen aus dem Nichts? Die Forellen im Spirit Lake sind eines dieser unerklärlichen Wunder, die, wenn auch nicht ganz so augenfällig, überall und zu jeder Zeit geschehen.

Richten wir also unsere Sinne auf diese unbekannt Welt der Wunder, lernen wir ihre Gesetzmäßigkeiten kennen, tauschen wir

uns mit anderen darüber aus, bauen wir eine Schule dafür auf, einen neuen Zweig der Wissenschaft von der Einheit von Geist und Materie. Schritt für Schritt erweitern wir unser Bewusstsein durch unsere Gedanken und existentielle Fragen.

Jetzt können wir aus dem Nest unserer Gewohnheiten abspringen, nicht mit einem banger Stoßgebet oder einer vagen Hoffnung, sondern in dem fundierten Wissen und Vertrauen, dass und warum wir fliegen können. Jetzt haben wir unser Leben wieder in Übereinstimmung gebracht mit der kosmischen Ordnung, ihrer Ethik, ihrer Liebe und Kraft. Jetzt haben wir die Freiheit gefunden, diejenige Entscheidung zu treffen, die dem Wohle aller dient.

Sri Aurobindo hatte vor vielen Jahrzehnten geschrieben:

„Die volle und perfekte Erfüllung des evolutionären Impulses erfordert, dass die spirituelle Erleuchtung und Verwandlung das gesamte Wesen, seinen Geist, seinen Lebenswandel und Körper erfasst und neu erschafft: Sie sollte nicht nur eine innere Gotteserfahrung sein, sondern seine Umgestaltung der inneren und äußeren Existenz vermittelt ihrer Kraft; sie darf nicht nur im Dasein des Individuums Gestalt annehmen, sie muss sich vielmehr in Form eines gemeinschaftlichen Zusammenlebens gnostischer Wesen durchsetzen, welches die höchste Antriebskraft und Ausdrucksform der Entfaltung des Geistes in der Erd-Natur ist.“

Wer Interesse hat, an diesem Abenteuer des Bewusstseins mitzuwirken, ist herzlich eingeladen, mit uns Kontakt aufzunehmen: info@the-plan.earth / [the-plan.earth \(https://the-plan.earth/\)](https://the-plan.earth/).

[\(https://de.verlag-meiga.org/product/die-globale-befreiung-von-angst-und-gewalt-ein-heilungsplan-fuer-die-erde/\)](https://de.verlag-meiga.org/product/die-globale-befreiung-von-angst-und-gewalt-ein-heilungsplan-fuer-die-erde/)

Redaktionelle Anmerkung: Von der Autorin erschien das Buch „Die globale Befreiung von Angst und Gewalt“. Hier können Sie das Buch bestellen: [verlag-meiga.org \(https://de.verlag-meiga.org/product/die-globale-befreiung-von-angst-und-gewalt-ein-heilungsplan-fuer-die-erde/\)](https://de.verlag-meiga.org/product/die-globale-befreiung-von-angst-und-gewalt-ein-heilungsplan-fuer-die-erde/).



Monika Alleweldt, Jahrgang 1954, wollte schon in jungen Jahren „Entwicklungshelferin“ werden, doch erkannte bald, dass helfen allein nicht die Ursache für Leid und Unrecht verändert. Ihre Suche nach einer globalen Lösung führte sie über viele Wege schließlich zum Friedensforschungszentrum Tamera in Portugal, wo sie seit 1999 lebt und arbeitet. Seit 2012 ist sie Inhaberin des Verlags Meiga; 2021 erschien ihr Buch: **Die globale Befreiung von Angst und Gewalt** (<https://de.verlag-meiga.org/product/die-globale-befreiung-von-angst-und-gewalt-ein-heilungsplan-fuer-die-erde/>). Weitere Informationen unter **the-plan.earth** (<https://the-plan.earth/>).

Dieses Werk ist unter einer **Creative Commons-Lizenz (Namensnennung - Nicht kommerziell - Keine Bearbeitungen 4.0 International** (<https://creativecommons.org/licenses/by-nc-nd/4.0/deed.de>)) lizenziert. Unter Einhaltung der Lizenzbedingungen dürfen Sie es verbreiten und vervielfältigen.