



Freitag, 01. Juli 2022, 14:00 Uhr
~9 Minuten Lesezeit

Nur Mut!

Wenn wir schon im Sommer unsere seelischen und körperlichen Widerstandskräfte stärken, überstehen wir die dunkle Jahreszeit besser.

von Bente Kristin Stephan
Foto: Olesya Kuznetsova/Shutterstock.com

Als würde es die zunehmenden Hinweise auf die Schädlichkeit der Coronamaßnahmen nicht geben, macht die politische Riege weiter wie gehabt. Mit ihrer geplanten Neuauflage der öffentlichen Beschränkungen setzt sie alles daran, auch den nächsten Winter für uns Bürger zu einer langen, dunklen und zwischenmenschlich kalten Zeit werden zu lassen. Das Mantra, dies sei alles nur zu unserem Wohle, ist angesichts des wirtschaftlichen, sozialen und gesundheitlichen Niedergangs in unserem Land schon lange nicht mehr glaubhaft. Umso mehr nagen die beständigen Angriffe auf unser Wohl und unsere

Würde an unserer Stabilität. Wie erhalten wir uns mitten in diesem Alltagskrieg unsere seelische und körperliche Gesundheit?

Wenn Sie sich – wie ich – durch die letzten zwei Jahre des Corona-Irrsinns belastet fühlen und den aktuellen politischen Geschehnissen nur noch mit einer Mischung aus Unglauben, Aufregung und leichter Resignation zuzuschauen vermögen, fragen Sie sich bestimmt auch, was nun im nächsten Winter auf uns zukommen mag. Mir persönlich raubt diese Frage zeitweilig den Schlaf.

In meinem kritischen Bekanntenkreis höre ich allerorten, dass die Menschen vorsorgen. Die Krise ist inzwischen komplexer geworden und betrifft immer mehr Lebensbereiche. Dementsprechend werden Kaminöfen eingebaut, Holzscheite und Brennstoff gelagert, und man legt umfangreiche Lebensmittelvorräte oder Selbstversorger-Gärten an. Ich beneide jeden, der mir von diesen Vorsorgeschritten erzählt.

Viele meiner Freunde und Bekannten scheinen mit ihren Eigentümshäusern und guten Gehältern viel mehr Möglichkeiten zu haben als wir, die man wohl als nomadische Wohnungsmieter mit schmalen Geldbeutel beschreiben könnte. Weil ich das politische Weltgeschehen mit wachem Geist verfolge und die inzwischen kaum noch verheimlichte Agenda des „Great Reset“ alles andere als menschlich finde, will sich manchmal ein Gefühl der Hilflosigkeit in mir ausbreiten. Doch in diesem Sorgennebel klingt eine leise Stimme in mir:

| Schau‘ auf dich selbst.

Und so drehe ich meinen Blick immer öfter um und frage mich: Was kann ich selbst oder was kann jeder von uns in seiner ganz individuellen Lage tun, um sich vorzubereiten auf eine wahrscheinlich schwierige Winterzeit? Ich möchte mit diesem Perspektivwechsel nichts beschönigen: Vorsorge zu betreiben und Krisensicherheit zu erreichen kann sich fast unmöglich anfühlen für jene von uns, deren ganz normaler Alltag bereits eine Art Krise ist. Wegen der verheerenden Wirkung von zwei Jahren Corona-Maßnahmen kämpft inzwischen eine wachsende Anzahl von Menschen mit wirtschaftlichen, familiären oder gesundheitlichen Problemen.

Mein Partner und ich sind Selbständige im Bereich Musik, Kunst und Pädagogik. Die Corona-Maßnahmen und das wiederholte Herunterfahren des Kultur- und Freizeitlebens haben uns wirtschaftlich stark beschädigt. Im Verlauf des Monats wissen wir oft nicht, ob wir es schaffen, die Miete für den nächsten Monat zu erwirtschaften oder ob wir stattdessen auf unsere finanzielle Reserve zurückgreifen und also unser wirtschaftliches Fundament weiter abbauen müssen. Obwohl ich mich als inzwischen langjährige Selbständige im Bereich Musik an einiges gewöhnt habe: Eine derart hohe Unsicherheit kenne ich nicht, und sie zehrt spürbar an meinen Nerven.

Warum wechseln wir eigentlich nicht den Job? Mit Bewunderung schaue ich auf jene maßnahmenkritischen oder ungeimpften Freunde, die sich neue Wege bahnen für eine trotz allem wirtschaftlich sichere Zukunft. Weil es für impfstofffreie Menschen derzeit langwierig werden kann, einen geeigneten Arbeitgeber zu finden, orientieren sich manche beruflich sogar um. Eingefleischte Musiker und Künstler tun sich mit solch einem beruflichen Identitätswechsel eher schwer – es ist dann in etwa so, als würde man einer Pflanze ihr angestammtes Biotop entziehen. Also versuchen mein Partner und ich, unsere künstlerischen Tätigkeiten durch andere berufliche Zweige zu erweitern.

Während dieses Sommers, der wie eine Zeit der scheinbaren Normalität daherkommt, finden glücklicherweise auch Maßnahmen-Widerständler Jobs, in denen sie sich relativ normal verhalten können – heißt: den Menschen ohne Maske ins Gesicht lächeln dürfen (1). Wie sich das Arbeitsleben im nächsten Winter entwickelt, ist dagegen unsicher – ganz besonders für all jene, die sich der Maßnahmen-Diktatur weiterhin kritisch bis verweigernd gegenüber verhalten und befürchten müssen, erneut aus vielen Bereichen der Arbeit und des öffentlichen Lebens ausgeschlossen zu werden.

Immer mehr bekomme ich den Eindruck: Es geht hier ums Ganze.

Jene finanziell Mächtigen, die im Hintergrund der globalen Politik ihre weitemspannenden Fäden der Beeinflussung ziehen, mal mehr, mal weniger sichtbar, machen jetzt ernst. Ein erster Versuch, über die WHO eine Art Weltregierung zu bilden, ist glücklicherweise gerade gescheitert (2). Reicht es doch schon längst, was die einzelnen Mitgliedsstaaten ihren Bürgern an Drangsal zumuten: Um jeden Preis, so scheint es, sollen wir Menschen in eine neue Ordnung gezwungen werden – in der nur jene überleben können sollen, welche sich den neuen Regeln unterwerfen und anpassen. Religiös gesprochen haben wir es hier mit dem Bösen zu tun – egal, in wie viele schöne Kleider es sich hüllt. Eine Planierraupe der Zerstörung ist weltweit am Werk, und sie ist bedrohlich.

Die größte mentale Gefahr sehe ich derweil darin, im kommenden Herbst der neu aufgelegten Angst-Politik zu unterliegen. Da kommt noch etwas auf uns zu – und die „Affenspocken“ scheinen der aktuelle Kandidat dafür zu sein. Man wird als Problemlösung sicherlich eine neue Impfung anpreisen – und das, obwohl es bei der gerade erst erfolgten Corona-Impfung immer mehr Hinweise gibt, dass sie gesundheitlichen Schaden anrichtet (3). In den Hauptmedien werden wir jedenfalls schon auf diesen nächsten Level

vorbereitet.

Die zweite große Gefahr liegt darin, dass wir uns auf der physischen und wirtschaftlichen Ebene zermürben lassen. Vorgesehen ist für uns ein Winter voller Inflation, Energiemangel und Versorgungsengpässen. Auf diesem Boden soll die Angst gedeihen, mit Hilfe derer dann alle neuen Maßnahmen in die Bevölkerung eingebracht werden sollen. Hungrige, frierende oder um ihre finanzielle Existenz bangende Menschen lassen sich leichter in den digitalen Kontrollstaat führen. Ihnen kann man dann irgendwann ein bedingungsloses Grundeinkommen als ultimativen Heilsbringer anbieten – verknüpft mit digitalem Geld oder einem Social-Credit-System?

Diese unschönen Möglichkeiten sind es, die gerade vor unserer Tür stehen – und es braucht eine gehörige Portion physischer und seelischer Widerstandskraft, um diesen Gefahren zu widerstehen, die innere Ruhe zu bewahren und die eigenen Lebensschritte weiterhin an den Visionen einer Neuen Welt auszurichten. Während wir also mit den Füßen mitten in der Asche stehen, gilt es, den Blick emporzuheben in die Weite des blauen Himmels: Wo wollen wir als Menschen hier auf dieser Erde hin? Bildungsfreiheit, gerechtes Wirtschaften, Würde und Miteinander für Menschen, Tiere und Pflanzen, um nur einige wenige wichtige Ziele zu nennen, kurz gesagt, all unsere Visionen, die wir bislang immer für reine Träume hielten, sie stellen uns genau jetzt auf die Probe:

Schaffen wir es, uns auch mitten in der größten Krise weiterhin auf höhere Werte auszurichten und unsere Visionen einer besseren Welt mit aller Integrität zu verteidigen und im Alltag schrittweise und mutig umzusetzen?

Bleiben wir trotz aller Schwierigkeiten bei unserer Mitmenschlichkeit und unserem Respekt füreinander?

Bleiben wir in der Liebe?

Richten wir uns bei allem, was wir tun, an der Frage aus: Dient es dem Leben?

Und durchschauen wir so die raffinierten Verpackungen, in denen uns Politiker und Global Player der Finanzelite bösartige, entmenschlichte und entstellte Versionen unserer Welt verkaufen wollen?

Der erste Schritt in die Neue Welt kann sein, für uns selbst gut zu sorgen. So erst kommen wir in eine Kraft, die uns im ersten Schritt Widerstand ermöglicht und uns in einem zweiten Schritt über diesen Widerstand hinausträgt auf gänzlich neue Ebenen. Konkret gesagt:

Wir wissen, was wir nicht mehr wollen für diese Welt. Beschäftigen wir uns also intensiv mit dem, was wir wollen. Leben wir es uns einander täglich in unserem Alltag vor – und sei es in den kleinsten Gesten. Lassen wir uns nicht einreden, wie die Welt in 2030 aussehen soll – setzen wir den Plänen eines „Great Reset“ unsere eigenen Ziele und Wünsche entgegen, millionenfach, milliardenfach. Verbinden wir uns mit unseren inneren, schöpferischen Kräften! Rücken wir nicht das Negative ins Zentrum, sondern geben wir das Positive weiter!

Und damit wir rein physisch die Kraft zu diesem aktiven Wandel haben: Genießen wir diesen Sommer – und sorgen wir vor, so gut wir können.

Auf unserem Campingstellplatz haben wir vor kurzem ein Hochbeet aufgebaut. Fast zum ersten Mal in meinem Leben pflanze ich Gemüse an. Die kleinen Mengen werden uns sicherlich nicht die möglichen Lieferengpässe ersparen, aber es beruhigt mich auf eine

seltsame Weise und verbindet mich mit den Rhythmen der Natur. Mit Hinblick auf den Winter und den angekündigten Energiemangel werde ich außerdem überprüfen, ob wir genügend Schlafsäcke und warme Decken haben und ob es nicht doch geeignete mobile Heizgeräte für den Innenbereich gibt. Schließlich möchte ich mich bei unseren Freunden umhören, wer von ihnen im ärgsten Heizungsnotfall Übernachtungsgäste in seinem Kaminzimmer aufnehmen würde. So wären wir für den Fall des Falles besser gerüstet.

Wenn sich jeder von uns darüber klar wird, was seine größten individuellen „Angst-Punkte“ sind, wird persönliche Vorsorge möglich. Finden wir also neue Wege, uns gegenseitig zu helfen und zu unterstützen. Lassen wir uns gerade jetzt bloß nicht die Lebensfreude nehmen! Vielleicht prekär, aber nicht arm – so stellen wir uns dem drohend dunklen nächsten Winter. Reich an Ideen und Visionen können wir sein, an Freundschaften und Zusammenhalt, an Liebe und Herzenswärme – und an Gottvertrauen.

Ja, lasst uns das Gottvertrauen jetzt ganz besonders kultivieren. Um es mit Friedrich Hölderlin zu sagen: „Wo aber Gefahr ist, wächst das Rettende auch“ (4). Meine persönliche Überzeugung ist: Gott lässt uns nicht im Stich. Was jetzt auf der Erde geschieht, ist die Auswirkung des Gesetzes von Saat und Ernte, und ganz bestimmt nicht das Werk eines womöglich gleichgültigen Gottes.

Wir Menschen sind hier als Gestalter und nicht als Zerstörer. Je mehr von uns dies erkennen und danach handeln, desto schneller wird sich der aktuelle Wandel vollziehen können – und desto positiver wird er ausfallen (5).

Bauen wir einander in diesem Sinne auf, wenn wir uns in dunklen Stunden wieder einmal mutlos fühlen. Stecken wir einander mit Optimismus und Gesundheit an! Egal, wie eng unsere Lage individuell sein mag: Jeder von uns kann etwas dafür tun, dass seine

Situation sich verbessert und seine Ängste sich verringern. Jeder Schritt zählt.

Es ist die Gesundung des Einzelnen, welche Heilung für alle bringt – und für unsere Erde. Packen wir es an!

<https://www.buchkomplizen.de/Alle-Buecher/Nur-Mut.html>

<https://www.buchkomplizen.de/Alle-Buecher/Nur-Mut.html>

Hier können Sie das Buch bestellen: als **Taschenbuch**

<https://www.buchkomplizen.de/Alle-Buecher/Nur-Mut.html>

oder **E-Book** (<https://www.buchkomplizen.de/Alle-Buecher/Nur-Mut-oxid.html>).

Quellen und Anmerkungen:

1) Nach dem Willen unserer Politiker soll sich dies ab dem Herbst 2022 ja wieder ändern.

2) <https://tkp.at/2022/04/21/der-pandemievertrag-macht-die-who-zur-weltregierung/> (<https://tkp.at/2022/04/21/der-pandemievertrag-macht-die-who-zur-weltregierung/>)

3) Wochenzeitung „Demokratischer Widerstand“, Ausgabe Nr. 94, 18.6.22, Seite 3. Hilfe für Impfgeschädigte kann das Buch „Post-Vakzin Syndrom“ von Florian Schilling bieten. Alternativmedizinisch Interessierte finden außerdem in den **Ausleitungsprotokollen**

<https://www.drlessenich.com/covid>) von Dr. Alina Lessenich wertvolle Anregungen.

4) Zitat aus dem Patmos-Gedicht von Friedrich Hölderlin (1803)

5) Das **New Earth Manifesto** (<https://thenewearthmanifesto.com/>) – auch auf Deutsch ansehbar – kann hierzu eine schöne Inspiration sein.



Bente Kristin Stephan ist seit rund zwei Jahrzehnten als Freiberuflerin in den Bereichen Musik und Musikpädagogik tätig. Während ihres Schulmusikstudiums lernte sie ihr Faible für vielfältigen künstlerischen Ausdruck kennen: Nach einer Zeit als Sängerin/Songwriterin ist sie derzeit vor allem als Texterin und Mandala-Künstlerin aktiv.

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.