



Sonntag, 12. April 2020, 12:00 Uhr  
~4 Minuten Lesezeit

## Selbstbestimmt!

Im Video-Interview mit Jens Lehrich beschreibt Simon Marian Hoffmann von der Demokratischen Stimme der Jugend, wie wir den aufgezwungenen Stillstand für unsere Selbstermächtigung nutzen können.

von Elisa Gratias  
Foto: KieferPix/Shutterstock.com

*Das abrupte Anhalten des weltweiten Hamsterrads durch die Corona-Krise ist die Chance, inne zu halten und uns die wichtigen Fragen zu stellen, die für einen wirklichen Wandel der Gesellschaft notwendig sind. Wir brauchen bewusste Menschen, die wissen, wer sie sind und was sie auf diesem Planeten erfahren und hinterlassen wollen. Simon Marian Hoffmann erzählt, wie er mit der aktuellen Situation umgeht, und wirkt mit seiner hoffnungs- und kraftvollen Schöpferenergie ansteckend. Jetzt ist der perfekte Zeitpunkt, diesem Elan der Jugend zu folgen und Schritt für Schritt mutig unsere Wunschwelt selbst zu erschaffen. Ganz einfach*

*für uns, im Kleinen.*

**Viele sehnen sich gerade zurück zur Normalität. Aber war die „Normalität“ vor der Corona-Krise nicht auch eine Krise? In unseren westlichen Gesellschaften sind die meisten Menschen einem seelenlosen Materialismus verfallen und kannten nur noch Arbeit und Leistungsdruck ohne Ende. Sie hatten nicht einmal Zeit, um überhaupt zu merken, dass ihr Leben an ihnen vorbeiraste oder besser sie an ihrem Leben. Innehalten? Einfach mal zuhause bleiben? Geht nicht! Keine Zeit!**

Bis Corona kam und alles plötzlich zum Stehen brachte.

Auf einmal haben viele Menschen Zeit geschenkt bekommen. Wenn sie die Chance nutzen wollen, damit wirklich etwas passiert, damit wir uns während dieser Krise verändern, damit wir aus dieser Krise lernen, empfiehlt Simon Marian Hoffmann, sich endlich einmal folgende Fragen zu stellen: Was möchte ich hier? Warum bin ich als Mensch überhaupt hier auf dem Planeten? Was bewegt mich? Welche Dinge habe ich noch nie getan, die ich immer schon tun wollte und für die mir immer die Zeit gefehlt hat?

*„Ich war die erste Woche auch bei meiner Familie und habe die ganzen Medien konsumiert und war dann auch in so einer Angststarre gefangen. (...) Ich war da in so einem Gedankenfeld. Alles dreht sich um Corona, Corona, Corona (...) Und dann bin ich rausgegangen in die Natur, an einen abgelegenen Ort und erlebe hier eine andere Welt der Fülle.“*

In den letzten Jahren drehte sich das Hamsterrad für die meisten Menschen immer schneller. Und jetzt auf einmal ist es zum Stehen

gekommen. Es gleicht einem Wunder. Und es macht Angst, da niemand weiß, was danach kommt.

Simon Marian Hoffmann zeigt am eigenen Beispiel, dass eine Möglichkeit, aus dieser Angststarre herauszukommen, darin besteht, sich bewusst den Dingen zuzuwenden, die uns gut tun und Freude bringen. Wann, wenn nicht jetzt, wo sowieso alles gezwungenermaßen zur Ruhe kommt?

Bin ich tatsächlich auf diesem Planeten, um die zehnte Netflix-Serie zu gucken? Was ist mit mir als Mensch? Wie sieht es denn mit meinem Innenleben aus? Die digitale Welt kann uns doch nicht das geben, was wir eigentlich suchen. Und was suchen wir überhaupt?

Jetzt wird klar, wie oberflächlich unsere Kultur und wie verkümmert das Menschenwesen in unserem Inneren ist. Wir glauben an die Menschenrechte und fordern, dass sie in anderen Ländern eingehalten werden, aber wie behandeln wir uns selbst?

Die allerwichtigste Maßnahme ist für Simon Marian Hoffmann eine Medienpause. Seitdem er sich den Dingen widmet, die ihn erfüllen – Natur, Kunst und Gemeinschaft – ist er voller Lebensenergie und Antrieb.

Trotz all der Begeisterung hakt Jens Leirich nach: „Sorgst du dich auch um die Demokratie? Ihr als demokratische Stimme der Jugend haltet dafür ja eure Fahnen hoch.“ Die Antwort: „Es macht mir Angst, was da passiert. (...) Mein ursprünglicher Impuls war, wir müssen da jetzt in den Widerstand gehen.“ Doch dann stellte er fest, dass all diese Maßnahmen ihn gerade gar nicht erreichen. Er ist einfach in Gemeinschaft gegangen, statt darauf zu warten, dass man es ihm gestattet.

*„Ich bin ein freier Mensch auf diesem Planeten und ich unterwerfe mich diesen Gesetzen nicht. Ich möchte mich gerade selbst*

*ermächtigen. Das ist vielleicht die Frage, die Corona gerade an die Welt stellt: Lassen wir uns von anderen Menschen sagen, wie die Welt zu laufen hat?“*

Er ist überzeugt: Eine Energie der Veränderung liegt in der Luft.

Jeder von uns kann sich freiwillig entscheiden, in welche Richtung er diese mitbestimmen will. In einem Feld von Vertrauen, Liebe, Mut und Heilung? Oder in einem Feld der Angst und des Gehorsams, in der Hoffnung auf eine illusorische Sicherheit durch Politiker als Handlanger von Lobbyisten?

Simon Marian Hoffmann drückt es so aus: Was möchten wir feiern? Die Einführung der neuen Version eines Smartphones? Oder das Leben?

Ermächtigen wir uns selbst. Gehen wir in Gemeinschaft. Hören wir auf, Kinder in die Schulen zu zwingen und bilden wir sie selbst in lebendigen Gemeinschaften. Wir brauchen dafür nicht die Erlaubnis der Herrschenden. Wir sind Menschen, wir haben das Recht auf ein freies Leben. Warten wir nicht wie obrigkeitshörige Streber darauf, dass man uns dies gestattet. Oder wollen wir unsere Regierungen in Zukunft auch fragen, ob wir mal aufs Klo gehen dürfen?

---

**Video** (<https://www.youtube-nocookie.com/embed/vN7DMvIp2Eg>)

---

<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>).

---



**Elisa Gratias**, Jahrgang 1983, studierte Übersetzen und Journalismus. 2005 wanderte sie nach Frankreich aus, wo sie ihr Studium zur Übersetzerin abschloss. 2014 zog sie nach Mallorca und arbeitet dort seitdem als freiberufliche Übersetzerin, Autorin und Künstlerin. Ihre Auswandererfahrungen und ihr Hang zum Grübeln bescherten ihr viele Erkenntnisse zum Thema Glück, Erfüllung und Gesellschaft. Darüber schreibt sie auf ihrem Blog **flohbair.com** (<http://www.flohbair.com>). Ihre Kunst zeigt sie auf **elisagratiass.com** (<https://elisagratiass.com/>).

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.