



Reihe Lichtdialoge

Diskussionspapier Nr. 5

VUCARONA Sailing:

Lichtsegeln in der multi- polaren Weltendämmerung

Hannover:
30. Juli 2024

Michael Krohn

www.lichtsegeln.de

Inhalt

1. Die VUCARONA-Welt als imperiale Rahmenbedingung der Transformation der Menschheit im frühen 21. Jahrhundert.....	7
2. Die VUCARONA-Welt als Scheidepunkt der menschlichen Entwicklung zwischen Krieg und Frieden	16
2.1 Der Niedergang des imperialen Westens erfordert ein neues Gesellschaftsmodell	16
2.2 Die Aufarbeitung der Coronakrise erfordert eine neues Beziehungsverständnis.....	21
2.3 Kognitive Kriegsführung als neoliberales Propagandainstrument gegen das kollektive Bewusstsein einer friedlichen Menschheit	28
2.3.1 Totalitäre Formung des Kollektiven Bewusstseins einer gleich gerichteten Masse ..	28
2.3.2 Kognitive Kriegsführung zur propagandistischen Durchsetzung geopolitischer Ziele	31
2.3.3 Kognitive Kriegsführung als Hintergrund der Coronamaßnahmen.....	34
2.3.4 Der Ukrainekrieg ist auch ein Schlachtfeld Kognitiver Kriegsführung.....	36
2.4 Chancen und Risiken Künstlicher Intelligenz als Speerspitze der digitalen Transformation der Gesellschaft	43
2.5 Zusammenfassung: Notwendigkeit der Integration technischer Verbindungen und produktiver Wirtschaftsbeziehungen mit spiritueller Verbundenheit der Menschheit zur Sicherung ihres kooperativen Überlebens und geistigen Wachstums im 21. Jahrhundert	52
3. Spirituelle Deutung der aktuellen Entwicklungen zum tieferen Verständnis der Aufgaben, die vor der Menschheit liegen	57
3.1 Die Ausgangslage: die Welt steht vor den Toren der Zerstörung und Unterwerfung vor der Dunkelheit	57
3.2 Die Menschen müssen an und mit ihrem kollektiven Bewusstsein arbeiten, um innerlich zu wachsen.....	59
4. Lichtsegeln als reflexive, intuitive und visionäre Lebensgestaltung in der VUCARONA-Welt.....	63
4.1 Lichtsegeln als reflexives und intuitives Coaching – Entdecke, was Dein Leben in der VUCARONA-Welt versteckt hält	63
4.2 Reflexion und Intuition als komplementäre Bewusstseinssebenen in einem holistischen Entscheidungsprozess	68
4.2 Lichtsegeln als bindungsbiografische Arbeit – Suche Deine Getreuen und das Spiel beginnt von Neuem	78
4.3 Bindungsbiografische „Bision“ als Brücke zum spirituellen Coaching- vom flow zur yogischen Bewusstseinsentwicklung.....	84
4.4 Lichtsegeln als spirituelle Methode – Lass Dein Leben erklingen!	93
5. Lichtsegeln als holistische Biografiearbeit zur bewussten Reflexion der VUCARONA-Welt	103
5.1 Biografische Fundstücke im Alltag als äußeres Material zur inneren Verarbeitung der VUCARONA-Welt	103
5.2 Martin Luther King – ein Leben im gewaltlosen Widerstand gegen das Böse.....	105
5.3 Von King inspirierte Übung zur Reinigung des Bewusstseins in dunklen Zeiten	108
5.4 Václav Havel (1936-2011) – gewaltloser Widerstand gegen den Totalitarismus.....	111

5.5	Von Havel inspirierte Übung zur Verbindung mit dem Kollektiven Bewusstsein	116
6.	Lichtsegeln als Arbeit mit dem Kollektiven Bewusstsein zur Entwicklung einer verbindenden Spiritualität	118
6.1	Geschichte der Menschheit als zyklischer Prozess der Bewusstseinsentwicklung.....	118
6.2	Lichtsegeln als innere Arbeit mit dem Kollektiven Bewusstsein zur seelischen Überwindung der Dunkelheit im Dwarpara-Yuga	124
6.2.1	Spirituelle Deutung des Kollektiven Bewusstseins.....	124
6.2.2	Pflanzen und Wälder als natürliche Verkörperungen eines Kollektiven Bewusstseins.....	127
6.2.3	Spirituelle Übungen zur Arbeit mit dem Kollektiven Bewusstsein.....	134
7.	Lichtsegeln mit Botschaften des Überbewusstseins: spirituelles Coaching für eine verbundene Lebensführung in der VUCARONA-Welt.....	143
8.	Literatur	150

Abbildungsverzeichnis

Abbildung 1: Kreislauf westlichen Niedergangs in der VUCARONA-Welt	55
Abbildung 2: Lichtsegeln als triales Coaching im weiteren Sinne	65
Abbildung 3: Ebenen des Bewusstseins und der intuitiven Zugänge zwischen den Ebenen	73
Abbildung 4: Bindungspyramide	83
Abbildung 5: Inhalte und Ablauf einer „Bision“	90
Abbildung 6: Ablauf des Lichtsegelns als spirituelles Coachingformat.	102
Abbildung 7: Baumchakren und ihre symbolische Bedeutung für den Menschen	132

Halte Ausschau!

„Halte Ausschau nach dem,
was niemand außer dir bemerkt.

...

Wir erschaffen Kunst nicht mit der Absicht, etwas
für andere Nützliches herzustellen.

Wir erschaffen etwas, um auszudrücken,
wer wir sind.

Wer wir sind und an welchem Punkt
unserer Reise wir stehen.

...

Wenn wir Kunst machen, schaffen wir einen
Spiegel, in dem andere ihr eigenes verborgenes
Spiegelbild sehen können.“¹

Rick Rubin,
Musikproduzent, 21. Jahrhundert
Künstler des Chaos

Überwinde die Schranke!

„Es ist ein Fehler zu glauben, daß wir nur physisch leben, also mit dem äußeren Mental und Leben. Wir leben und handeln die ganze Zeit über auf anderen Bewusstseinsebenen, treffen andere Menschen dort und wirken auf sie ein - und was wir dort tun und fühlen und denken, die Kräfte, die wir sammeln, die Ergebnisse, die wir vorbereiten, haben eine unschätzbare und uns unbekannte Wichtigkeit für unser äußeres Leben und wirken darauf ein.

...

Alles, was wir im physischen Leben werden und tun und ertragen, wird hinter dem Schleier in uns vorbereitet.

...

Das innere seelische Wesen in dir ist der *bhakta*, der Suchende nach Einung und *Ananda*, und was der sich selbst überlassenen äußeren Natur unmöglich ist, wird durchaus möglich, wenn die Schranke gefallen ist und das innere Selbst im Vordergrund steht.²

Sri Aurobindo,
Yogi, 20. Jahrhundert
Avatar des supramentalen Lichts

1. Die VUCARONA-Welt als imperiale Rahmenbedingung der Transformation der Menschheit im frühen 21. Jahrhundert

Mit Beginn des 21. Jahrhundert habe sich mehrere epochale Entwicklungen beschleunigt, die derzeit das Weltgeschehen prägen. Die zunehmenden Durchdringung des menschlichen Lebens mit modernen Technologien und den digitalen Medien an der Speerspitze bringt die für die Zukunft der Menschheit entscheidende Frage auf, wie die Künstliche Intelligenz in das kommende soziale Gefüge integriert werden kann. Dieser Prozess findet im Westen durch die immer weitere Verbreitung eines neoliberalen Wirtschafts- und Gesellschaftsmodells statt, das die soziale Ungleichheit seit den 1980er Jahren immer stärker vergrößerte, indem es nicht zuletzt durch den propagierten Abbau des Sozialstaates und der Privatisierung bislang öffentlicher Leistungen zu einer gigantischen Umverteilung von Wohlstand von unten nach oben geführt hat. Damit einher geht eine fortschreitende Entsolidarisierung auch der deutschen Gesellschaft, die einerseits unter vermehrter Armut leidet und andererseits viele aus ihrer Heimat vor Armut und Unterdrückung geflohenen Menschen mit Migrationshintergrund integrieren muss, was angesichts sinkender öffentlicher Verteilungsspielräume nach unten im neoliberalen Kapitalismus immer weniger gelingt. In vielen europäischen Ländern hat dies in den vergangenen Jahrzehnten quasi als Begleitmusik der neoliberalen Strategie des amerikanischen Imperiums, unter dem Deckmantel der „regelbasierten Weltordnung“ auch mit Hilfe von militärischen Konflikten strategisch wertvolle Ressourcen in „unkooperativen“ Länder zu sichern und dadurch erst viele Flüchtlingsströme zu verursachen, zu einer polarisierenden Spaltung in „linke“ Befürworter von Migration sowie „rechte“ Gegner einer befürchteten kulturellen Überfremdung geführt. Dahinter stehen tendenziell auch die Ängste der absteigenden Mittelschicht von Fachkräften vor dem wirtschaftlichen Abstieg in einer neoliberalen Gesellschaft, die sich hinter rechtspopulistischen bzw. „rechten“ Politikansätzen ein konservatives Bewahren ihres bröckelnden Wohlstandes und Weltbildes erhoffen, während die in einer digitalisierten Wissensgesellschaft akademisch geprägte aufsteigende Mittel- und Oberschicht in „linken“ Politikentwürfen hoffnungsvoll auf die Chancen einer multikulturellen Gesellschaft und die Segnungen des digitalen Kapitalismus schaut, die der eigenen Position weiterhelfen sollen.

Seit dem Ausbruch der „Coronapandemie“ 2020 hat sich zusätzlich zu dieser Konfliktlinie ein bislang ungeahnter dramatischer Verlust von privater wie öffentlicher Diskurs- und Debattenkultur ereignet, da sich die Befürworter und Gegner der staatlichen Infektionsschutzmaßnahmen samt der neuen Impfungen angestachelt durch eine fortwährende massenmediale und politisch orchestrierte Dauerpropaganda in kürzester Zeit quer durch alle Gesellschaftsschichten unversöhnlich gegenüberstanden. Das dazu eingesetzte willkürliche öffentliche Framing in „linke“ Befürworter der Coronapolitik und „rechte“ Gegner der den solidarischen Zusammenhalt schützenden Regierung, die dann wiederum von den „linken“ Befürwortern gegen „rechte Schwurbler“ verteidigt werden muss, verfehlte seine Wirkung auf die Mehrheit der ahnungslosen Bevölkerung nicht, die den im verborgenen Hintergrund eingesetzten Propagandainstrumenten aus dem modernen Waffenarsenal der auf das kollektive Bewusstsein zielenden „Kognitiven Kriegsführung“ in dem aufgeheizten Klima der Coronajahre keinen reflektierten Widerstand mehr entgegenzubringen bereit oder fähig waren. Im Gegenteil wird bis zu Beginn des Jahres 2024 die Aufarbeitung der gravierenden Grundrechtseinschränkungen und des an kollektives Mobbing erinnernden ausgrenzenden Umgangs mit den „Ungeimpften“ von den immer noch in Amt und Würden sitzenden Verantwortlichen an den Schaltstellen der Gesellschaft blockiert, während sich viele aufgetane Risse im Coronastreit durch gebrochene Freundschaften und Bekanntschaften, die zerstörten wirtschaftlichen Existenzen und vielfältigen psychischen Belastungen in den Lockdowns und all der anderen Maßnahmen zum Social-

Distancing mit dem Höhepunkt der Maskenpflichten bis heute weiter mit ihren Verwüstungen in den Herzen, Köpfen und Körpern der Menschen auswachsen können.

Die dahinterliegend historische Verschiebung des Macht- und Ordnungsgefüges in der gesamten Welt bildet den Rahmen für diese jüngeren bedeutsamen sozialen Umwälzungen, welche durch die fatalen Ereignisse rund um die Komplexe „Corona“ und „Ukrainekrieg“ auch die deutsche Gesellschaft weiter in einen höchst angespannten Zustand versetzt haben, von dem sie sich bislang nicht erholen konnte, da die gegenwärtige Zeit seit 2020 vom Dauerkrisenmodus geprägt ist. Die derzeitige Weltendämmerung als konfliktreiches Aufkommen einer multipolaren Weltordnung mit den neuen Machtzentren in China, Russland, Brasilien und Indien (BRIC-Staaten) nebst ihren neuen weltweiten Verbündeten insbesondere aus den Regionen, die bislang vom Westen (neo-)kolonial ausgebeutet wurden, bringt die jahrhundertelange westliche Vorherrschaft zu einem Zeitpunkt zu einem Ende, an dem sich in den westlichen Machtzentren unter der Führung des amerikanischen Imperiums nach dem Fall der Sowjetunion und dem Gewinnen des ersten Kalten Krieges ein Bewusstsein von Herrschaft herausgebildet hat, das die damit verbundenen Privilegien auf keinen Fall teilen und auf Augenhöhe neu verhandeln will.

Dabei werden für die USA der Begriff des Hegemonen im Sinne eines erweiterten Begriffsverständnisses eines Imperiums verwendet. Die Hegemonie umfasst die klare, anerkannte Führungsfähigkeit und den dominanten Einfluss einer politischen Einheit in einer Gemeinschaft solcher Länder und Einheiten, die nicht unter einer einzigen Autorität stehen und andernfalls keiner solchen zentralen Macht untergeordnet wären, was zu einer globalen Entgrenzung von Macht- und Sicherheitsinteressen führt, da die eigenen imperialen Interessen in jedem Teil der Welt berührt werden können. Ein Staat wird dann zu einem Imperium, wenn er in der Lage ist, eine hierarchische zwischenstaatliche Ordnung aufzubauen und diese in seinem Interesse als globale Ordnungsmacht auch kulturell und ökonomisch zu wahren, um sein Potenzial zur weltweiten Kontrolle wichtiger Ressourcen zu erhalten. Die Stabilität und Dauerhaftigkeit des amerikanischen Imperiums ergeben sich somit nicht nur aus seiner ökonomischen und militärischen Leistungsfähigkeit, sondern primär von seiner Fähigkeit, weiterhin in diesem Sinne integrativ in der Welt zu wirken. Je ausgeprägter aber in Folge eigener wirtschaftlicher, sozialer und politischer Krisen das Sicherheitsbedürfnis auf nationaler Ebene wird, umso desintegrativer wirkt sich dies auf der imperialen Ebene aus. Ebenso wie die letzten gescheiterten Imperien des 19. und 20. Jahrhunderts, die allesamt nicht in der Lage waren, den Antagonismus von Nation und universalem Imperium zu bewältigen, stehen die USA angesichts des wachsenden Systemwiderspruchs vor einem langsamen imperialen Zerfallsprozess.³

Der Handlungsbedarf insbesondere für Europa ist angesichts dieses sich mittlerweile beschleunigenden Auflösungsprozesses der imperialen/hegemonialen Integrationskraft der USA außerordentlich hoch, da die gegenwärtigen weltweiten Krisen wie etwa Kriege in der Ukraine, Irak und Syrien, Staatszerfall in der afrikanischen Subsahara, weltweite Ausbreitung terroristischer Organisationen und massenhafte Migrationsbewegungen zu einem zivilisatorischen Rückschritt in einer wachsenden Zahl von Ländern führen, der die Welt mit Blick auf eine internationale Ordnung zunehmend unregierbar macht. Die stabilisierende Hierarchie in der Staatenwelt mit den USA als westliche Führungsmacht bzw. Hegemon an der Spitze konnte bislang über die Produktion internationaler öffentlicher Güter wie (militärische) Sicherheit und (wirtschaftliche) Stabilität eine internationale Ordnung an Stelle des fehlenden Weltstaates garantieren. Alle Länder, die eine hegemoniale Ordnung freiwillig anerkennen, können von den öffentlichen Gütern als freerider profitieren, da sie für dessen Bereitstellung keinen Finanzierungsbeitrag leisten müssen. Ein Imperium wie die Sowjetunion produzierte dagegen internationale Clubgüter mit einer eher regionalen Reichweite, da sie nur den imperialen Zwangsmitgliedern zur Verfügung standen, die auch an den Finanzierungskosten beteiligt werden. Nach dem Zusammenbruch der Sowjetunion 1990 wurde Amerika zum weltweiten Hegemonen in einer zunächst unipo-

laren Welt, die mit der globalen Bekämpfung des Terrorismus nach den Anschlägen vom 11. September 2001 ihren Machthöhepunkt fand. Die zunehmenden Haushalts- und Handelsdefizite seit 2009 haben im Zusammenspiel mit dem wirtschaftlichen Aufstieg Chinas und der vom Westen als revisionistisch bewerteten Politik Russlands die hegemoniale Rolle und damit den Führungsanspruch Amerikas relativiert. Dies führt zu verschärften Spannungen zwischen den drei Großmächten. In dieser immer gefährlicheren Situation ist Europa verstärkt auf eigenes machtpolitisches Handeln angewiesen, um an seiner Peripherie selbst für die öffentlichen Güter Sicherheit und Stabilität zu sorgen.⁴

Derzeit ist davon wenig zu sehen, die EU ist von den USA durch den Ukrainekrieg in eine Konfliktstellung gegenüber Russland gebracht worden, dass insbesondere Deutschland mit billigen Energieresourcen versorgt und damit das von den USA bislang tolerierte Wirtschaftsmodell eines exportgetriebenen Wirtschaftswachstums auch auf Kosten der Entwicklungen in den Importländern am Laufen gehalten hat. Mit den Wirtschaftssanktionen des Westens gegenüber Russland ist diese Modell zum Erliegen gekommen und eine schnelle Substitution ist nicht möglich, so dass sich die europäischen Länder mehr und mehr in eine starke Abhängigkeit der USA begeben, die allerdings selbst durch zahlreiche innenpolitische Krisen ihre imperiale Strahlkraft verloren habe und von den geopolitischen Herausforderern unter Führung von China und Russland auch nicht mehr als einzige weltweite (unipolare) Ordnungsmacht akzeptiert werden. Die zusammenrückende Schicksalsgemeinschaft des Westen scheint damit derzeit in die Defensive zu geraten, da eine zunehmend multipolare Welt sich aus Sicht eines geschwächten Imperiums und seiner Verbündeten wesentlich komplexer, chaotischer und unsicherer gestaltet als ein imperialer Beherrschungsraum. Hieraus ergeben sich weltweit allerdings auch neue Chancen, so dass für die US-Militärs ein Analyserahmen erforderlich wurde, um die imperiale Ausdehnung auch bei einer damit verbundenen Verdünnung ihrer Macht zumindest so zu bewahren, dass die Vorherrschaft der USA auch beim Aufkommen weiterer globaler Machtzentren nicht überwunden werden kann.

Das ursprünglich von den beiden US-Ökonomen Warren Bennis und Burt Nanus 1985 kreierte Akronym „**VUCA-World**“ zur Veranschaulichung des Wandels der externen Umwelt für die strategische Unternehmensführung wurde daher in den 1990er Jahren vom US-Militär zur Beschreibung der geopolitischen Lage nach dem Fall der Sowjetunion übernommen. Nach dem Ende des Ostblocks als einheitlicher Rivale um die globale Dominanz sollten mit dieser Metapher auf den nordamerikanischen Militärakademien neue Wege der strategischen Vorausschau und Reaktionsfähigkeit unter den globalen VUCA-Bedingungen moderner Kriegsführung in Form von *volatility* (Volatilität, Fluktuationen von Ereignisverläufen), *uncertainty* (Unsicherheit, Unverhersagbarkeit von Ereignissen), *complexity* (Komplexität durch systemische Interdependenzen) und *ambiguity* (Ambiguität, widersprüchliche Mehrdeutigkeit von Informationen/Situationen) gefunden werden. Im Zuge des gravierenden und beschleunigten Umweltwandels durch die Digitalisierung griffen auch die traditionellen zivilen Ansätze der adaptiven Steuerung von wirtschaftlichen Organisationen nicht mehr angemessen, so dass das VUCA-Akronym auch für das im globalen Wettbewerb stehende Unternehmensmanagement prägnant auf die neuen Rahmenbedingungen strategischer Entscheidungen hinweist und dadurch vielfach aufgegriffen wurde. Hierüber hat sich der Begriff immer weiter in den Zivilgesellschaften verbreitet, wo er zumeist ohne einen Bezug zu diesem militärisch-strategischen Hintergrund zur Beschreibung der heutigen schwer vorhersagbaren turbulenten Welt mit ihren komplexen und dynamischen Interessenlagen, Koalitionen, Motivationen und Veränderungen verwendet wird.⁵

Bleiben wir bei der militärisch-strategischen Bedeutung des Terms zur imperialen Umweltanalyse zu Lasten seiner zivilen Verwendung der Begründung agilen Projektmanagements und neuer Arbeitsformen, eröffnet die Coronakrise einem Imperium mit einer schwindenden globalen Machtbasis ganz neue Perspektiven. Die immer noch bestehende hierarchische zwischenstaatliche Ordnung zu den westlichen Verbündeten könnte in diesem Zeitfenster eine strategischen Vorstoß

bedeuten, wenn die Rivalen durch den Abbruch von Lieferketten und der weiteren Schwächung der jeweils eigenen Wirtschaft und Gesellschaft höhere Kosten zu tragen hätten als der eigene imperiale Machtblock des Westens. Die Härte der Maßnahmen hatte dann in diesem Sinne auf allen Seiten die normale Bevölkerung zu tragen, die in dem sich verschärfenden geopolitischen Ringen gleichzeitig hinter die Regierung gebracht werden mussten, um im Westen einerseits die Bereicherung der Eliten in der Coronazeit als Ausdruck eines hyperventilierten Neoliberalismus zu kaschieren, der die soziale Ungleichheit noch einmal deutlich gesteigert hat und andererseits Akzeptanz für die nächsten Eskalationsschritte zu erzeugen, die den hybriden Krieg um die neue Weltordnung bis auf die Spitze treiben werden, um die oligarchische Macht des westlichen Imperiums zu erhalten.

Diese Spitze wird auch der deutschen Bevölkerung schmerzhaft bewusst werden, so dass die auf das Kollektive Bewusstsein auch der „deutschen Masse“ zielende „Kognitive Kriegsführung“ einen in der Geschichte der Menschheit kaum vergleichbaren Propagandaaufwand betrieben hat, um in einer zunehmend totalitaristischen Gesellschaftsordnung äußere Geschlossenheit auf Kosten einer stark polarisierten Bevölkerung zu erzeugen. Das aggressive Diffamieren der Kritiker nahm deren Verlust sozialer Beziehungen aus dem regierungskonformen „Corona-Kollektiv“ billigend in Kauf, ebenso litten alle Menschen unter der Abschottung ihrer räumlich entfernten Angehörigen in den Lockdowns. Das Angreifen sicherer Bindungen im Krisenmodus kann ergänzt durch mediale und auch neurobiologische Methoden (siehe Punkt 2.3) die reflexiven Mentalisierungsfähigkeiten in einer hochgradig stresserzeugenden Krisensituation derart beeinträchtigen, dass eine kollektive mentale Bindung zur staatlichen Autorität als „sicherer Hafen“ zum Schutz gefördert wird, was sich dann in dem Herausbilden einer Massenformation zeigt, die das Regierungshandeln nicht mehr kritisch hinterfragt. Wird die Krise zum Dauerzustand, kann sich dieser Effekt stabilisieren, was in totalitaristischen Gesellschaften Mittel zum Zweck ist, soziale Bindungen abzuschaffen und durch die eine Bindung an das staatliche Kollektiv zu ersetzen (vgl. Punkt 2.3.2).

Angesichts der sich verschärfenden westlichen Gesetze gegenüber Regierungskritik bei neuen Impfkampagnen wie in Frankreich⁶, nationalen Verhandlungen auch des Bundestages mit der WHO über Pandemieverträge, deren Kritiker dann ein globales Durchregieren der in der WHO dominierenden privatwirtschaftlichen Interessen unter Ausschluss nationaler Hoheitsrechte zu Lasten des Schutzes von Grundrechten befürchten⁷ sowie der demokratieschädigenden Gefahr des neuen deutschen „Demokratiefördergesetzes“, nur noch regierungspassende Weltanschauungen zu fördern und wiederum jede nicht genehme Opposition als „Delegitimierung des Staates“ zu bestrafen⁸, werden die Bindung an das staatliche Kollektiv weiter vorangetrieben und die Möglichkeiten von oppositioneller Tätigkeit mit Blick auf die kommenden nächsten Krisen immer mehr eingeschränkt.

Auf Ebene der EU wird ebenfalls kräftig an der Meinungsfreiheit im Netz gesägt, da der am 17.02.2024 in Kraft getretene und durch das „Digital-Dienst-Gesetz“ auch in deutsches Recht umgesetzte europäische „Digital Service Act“ die digitalen Plattformen und sozialen Netzwerke verpflichtet, rechtswidrige und irreführende Einträge und die an keiner Stelle in dem Gesetz definierte „Desinformation“ bezüglich ebenso vager Begriffe wie „öffentliche Gesundheit“ oder „gesellschaftlicher Debatte“ zu löschen, so dass die zukünftigen Debatten zu kontroversen Themen dort nur noch im offiziell zugelassenen „betreuten“ Meinungskanal geführt werden können. Da die EU-Kommission die Hoheit über das künftige Überwachungsnetz hat und in einem von ihr selbst zu bestimmenden Krisenfall das Recht hat, weitergehende Eingriffsrechte zu Lasten der föderalen deutschen Medienkontrolle zu bestimmen, ist auch hier der Willkür zur Aushöhlung der im Grundgesetz in Artikel 5 garantierten Meinungs- und Informationsfreiheit und Tür und Tor geöffnet.⁹

Die damit verbundene soziale Spaltung im Dauerkrisenmodus und dem entsprechenden umstrittenen Regierungshandeln wird bei eklatanten und immer offensichtlicheren Widersprüchen zwischen

propagierten Ziele und faktischen Ergebnissen zu Lasten der Bevölkerung immer weiter zunehmen und diese Risse werden sich vermutlich wie bereits in der Coronazeit quer durch alle familiären, freundschaftlichen und kollegialen Bande ziehen. Da die breite Masse durch diese staatlichen Zensurmaßnahmen immer weniger Zugriff auf kritische Informationen haben wird, werden sich fundierte Gegenstimmen viel langsamer verbreiten und durch eine Minderheit vertreten werden, die sich gegenüber den rechtlichen Repressalien, der Verunglimpfung in den Medien sowie der Ablehnung durch die „aufgeklärte“ Mehrheit erwehren muss und damit immer weiter ins gesellschaftliche Abseits zu geraten droht. Die Vernetzung der unterschiedlichen Minderheiten mit ihren spezifischen Anliegen zu bestimmten übergreifenden Themen ist dann ebenfalls erschwert, da selbstverständlich auch digitale Plattformaufrufe zu spontanen regierungskritischen Demonstrationen in Windeseile gelöscht würden und deren Urheber mit Haft- und Geldstrafen zu rechnen hätten. Der Informationskrieg *gegen* die eigene Bevölkerung wird damit auf eine neue Basis gestellt, die den sozialistischen Staaten im ehemaligen Ostblock alle Ehre gemacht hätte. Es braucht nicht viel Fantasie, um sich auszumalen, dass die Plattformen im nächsten Schritt nach chinesischem Vorbild der Social Scores bald damit beginnen, Punkte für erwünschte und Punktabzüge und entsprechende Sanktionen für unerwünschte Beiträge zu vergeben.

In diesem Sinne wird die alte imperiale Strategie „Teile und herrsche“ vom amerikanischen Imperium gerade bei allen westlichen Verbündeten in einem neuen Gewand implementiert, um letztlich die Akzeptanz der westlichen Kriegsvorbereitung für einen aufziehenden 3. Weltkrieg um die neue Weltordnung einerseits und für das neoliberale Gesellschaftsmodell zu Lasten bestehender Bindungen des Großteils der Bevölkerung für die mächtigen Oligarchien andererseits zu sichern. Das strategische Ziel der USA scheint darin zu bestehen, die gesamten wirtschaftlichen Ressourcen des Westens für dem großen Schlag zu bündeln und dafür die heimischen Unternehmen der Schlüsselbranchen in den deindustrialisierten Ländern Europas zum Umzug nach Amerika zu bewegen, während die dortige Bevölkerung im Glauben an die transatlantische „Wertegemeinschaft“ unter Nutzung kollektiver Manipulationsmethoden und weitestmöglicher Ausschaltung jeglicher Opposition in Schach gehalten wird. Das dazu notwendige und gleichzeitig auch ursächliche technokratische Gesellschaftsmodell wird durch die nicht mehr hinterfragte und von den neoliberalen USA protegierte „gute“ neoliberale Regierung verkörpert und durchgesetzt, die es vor „bösen“ Feinden der „Demokratie“ zu verteidigen gilt.

Das Wort **Corona** lässt sich in diesem Sinne als „**Cold Ruin of Natural Attachments**“ abbilden, was auf die bereits bestehende kaltherzige kommerzielle Ausbeutung sozialer Bindungen im neoliberalen digitalen Kapitalismus, die derzeitigen Bindungsverluste in der Coronazeit und die zu erwartende noch weiterer Verschärfung der sozialen Spaltungen im Gefolge der kommenden Kriege, Pandemien und weiterer Angstobjekte eingeht, die dem totalitaristischen Ziel dienen, alle persönlichen Bindungen durch die Bindung an das Kollektiv zu ersetzen. Die eingeleiteten Zensurmaßnahmen können den Kreis z.B. der „Ungeimpften“, „Klimaleugnern“, „Verschwörungstheoretikern“ oder „Rechten“ beliebig auf jegliche Form der Regierungskritik ausdehnen, auch wenn sich diese etwa auf die massiv zu erwartende Aufrüstung bezieht, die dann z.B. auch die jungen Menschen zur aktiven Teilnahme am Wehrdienst auffordert und die friedensbewegten Eltern der öffentlichen Propaganda nicht laut widersprechen dürfen, die auf die Köpfe und Herzen ihrer Kinder zielt, welche den Großteil ihrer Freizeit in den zensierten sozialen Netzwerken verbringen. Es wird in absehbarer Zukunft noch viele andere Beispiele geben, die am Ende immer damit enden werden, vertrauensvolle Bindungsbeziehungen zwischen verbundenen Menschen zu untergraben und durch technokratisch überwachte Funktionsbeziehungen zu ersetzen, die dem totalitären neoliberalen Kollektiv den größten Gewinn bringen.

Daher lässt sich diese neue Realität unserer aktuellen und kommenden sozialen Umwelt im neoliberal-imperialen Westen mit dem Akronym **VUCARONA-Welt**¹⁰ beschreiben, das diese schöne neue CORONA-Welt mit der VUCA-Welt fusioniert und dann auf den Aspekt der systematischen Zerstörung

von sicheren Bindungsbeziehungen in totalitaristischen Staatssystemen in einer unsicheren und komplexen Welt eingeht. Diese Vorherrschaft über die Welt durch eine möglichst bindungslose und damit leicht formierbare Masse will sich das amerikanische Imperium, für dessen Eliten es um Leben und Tod geht, mit allen Mitteln versichern. Dazu könnte es in allen westlichen Ländern in Zusammenarbeit mit anderen Gruppen Regierungsmitglieder installiert haben, welche diesen gefährlichen imperialen Kurs auf Kosten des Wohlstands und der Gesundheit der Mehrheit der Bevölkerung umsetzen sollen. Die Bindungskosten der drohenden Sanktionierung mit dem Verlust von Freundschaften, dem Ausschluss aus bestehenden persönlichen Netzwerken und die Ablehnung durch vorherige Vertraute, die dem allgegenwärtigen Propagandabeschuss nicht mehr bewusst standhalten können und den öffentlichen Narrativen erliegen, werden zu den rechtlichen, sozialen und wirtschaftlichen Sanktionen dazu kommen. In der VUCARONA-Welt friedlich und authentisch bewusst zu leben, erfordert daher auch eine innere Sicherheit, die sich immer weniger allein mit belasteten Bindungsbeziehungen wird aufrechterhalten lassen, je mehr der eigene Lebensentwurf mit dem zensierenden System und dem sozialen Umfeld in Konflikt gerät. Nur in der Spiritualität kann sich diese innere Wahrheit auf einer transzendenten Ebene des Seins entfalten und in kraftvolles Handeln ausdrücken, dass Resilienz durch Verbundenheit als VUCARONA-Gegengift etablieren lässt. Dadurch lässt sich auch die Kostbarkeit von gesunden menschlichen Bindungen als Ausdruck einer tiefen Verbundenheit ins Licht des Kollektiven Bewusstseins rücken, das in jeder Hinsicht so oder so im Zentrum der VUCARONA-Welt stehen wird.

Somit lässt sich die **VUCARONA-Welt** als erzwungene imperiale Rahmensetzung zur Bewahrung einer neoliberalen Weltordnung westlicher Dominanz für den derzeit stattfindenden Transformationsprozesses des Kollektiven Bewusstseins in einer multipolaren Welt wie folgt ausbuchstabieren:

VUCARONA: Volatile, Uncertain, Complex and Ambiguous Ruin Of Natural Attachements

So lässt sich Orwell im Sommer 2024 übersetzen. Die aktuellen Entwicklungen sollen in diesem ersten Teil der Arbeit aufgezeigt werden, welche die unschöne Welt von heute in diesem bereits auch sprachlich unbequemen Term zumindest greifbarer machen. Genau hier befinden wir uns und müssen uns als Menschheit wie einzelne Nation in unserem verbundenen Kollektiven Bewusstsein dieser Realität stellen und es einem Reinigungsprozess unterziehen, um angesichts eines bereits im vollen Gange befindlichen Propaganda- und Wirtschaftskrieges mit den militärischen Hotspots der Ukraine und des Gazastreifens als Vorstufe für eine globale Eskalation dafür so bewusst wie möglich entscheiden, wie es weitergehen soll. Entweder wird das bestehende Weltmodell fortgesetzt und die derzeit scheinbar unbegrenzte Macht einer relativ kleinen tyrannischen Elite mit all ihren untereinander verfeindeten Schattierungen regelt ihre Konflikte und Profitinteressen auf Kosten des großen Restes der Menschheit oder ein echter sozialer Fortschritt zur Überwindung dieser Weltordnung und Entwicklung eines neuen friedlichen, nachhaltigen und sozial gerechten Zusammenlebens der Menschheit bricht an. Dafür wird auch ein neues Kollektives Bewusstsein auf Basis der inneren Entwicklung der Menschen benötigt, die sich mit ihren vielfältigen kulturellen, sozialen und biografischen Hintergründen als eine tief verbundene Spezies erleben. Gemeinsam muss sich die Menschheit über ihre tierischen Wurzeln und einem derzeitigen hierarchischen „Stammesverhalten“ erheben, das weltweit zur beschleunigten Ausbeutung, vielfachen Kriegen und massenhaften Missachten und Töten des menschlichen Lebens sowie der belebten Ökosysteme auf diesem Planeten durch die elitären „Stammesführer“ geführt hat, die unser aus den primitiven Zeiten entsprungenes Unterbewusstsein wirkungsvoll für ihre Zwecke manipulieren.

Der Spiritualität als Basis einer individuellen verbundenen Lebensführung, die sich in den eigenen lokalen Bezügen an dieser weltweit in einem gereinigten kollektiven Bewusstsein verbundenen Gemeinschaft orientiert und an der Innenseite der Wahrheit weiterforscht, wo die an äußeren messbaren Dingen orientierte empirische (westliche) Wissenschaft endet, kommt daher die entscheidende Bedeutung für einen Bewusstseinswandel zu, der nicht mehr den isolierten egozentrierten Verstand als das Maß aller Dinge betrachtet, sondern das in gemeinschaftliche bis hin zu transzendenten Bezüge eingebettete Bewusstsein zum Lerninhalt einer inneren und äußeren Wissenschaft des geistigen Friedens macht, auf deren Basis auch eine ganz neue friedliche und gerechte materielle Entwicklung auf der Erde möglich wird. Hierzu werden derzeit vielfache alternative kollektive und individuelle Entwürfe diskutiert und ausprobiert, die neben makrosozialen sozialistischen Visionen des Westens auch mesosoziale spirituelle Gemeinschaften ins Zentrum des verbundenen Lebens auf der Mikroebene rücken, um daraus neue Formen des Arbeitens und Wirtschaftens zu finden.¹¹

Der gegenwärtige Transformationsprozess der Menschheit ist somit ergebnisoffen und wir stehen am Scheidepunkt, an dem sich der weitere Weg aufgabelt und uns entweder noch weiter an den Rand des Abgrunds führt, in dem wir schließlich enden müssen oder wir ein neues Bewusstsein von uns selbst und unserer Beziehung zum verbundenen Leben entwickeln, das uns aus der tödlichen Sackgasse führt, in die sich die als getrennt erlebende Menschheit immer weiter hineinmanövriert hat. Dieser Weg droht in einem neuen Weltkrieg zu enden, der zwar ganz anders abläuft als die anderen, das Ergebnis allerdings feststeht: diesmal werden alle Menschen von der nuklearen Vernichtung oder bei einem nicht nuklearen Sieg der feindlichen Kräfte von der Unterwerfung des freien menschlichen Geistes bedroht sein.

Um diesen geistigen Irrweg unser Tage näher zu untersuchen, wird im nächste Kapitel auf die derzeitige Ablösung der Vorherrschaft der USA und des Westens in der vergangenen unipolaren Welt eingegangen, die zu einer multipolaren Welt mit mehreren Machtzentren wird, die sich derzeit in traditionellen Blöcken und neuen Bündnissen organisieren, um zukünftig maßgeblich die machtpolitischen Geschehnisse der Welt zu bestimmen. Diese Verschiebung des alten Machtgleichgewichts eines hegemonialen Westens und eines ihm zuarbeitenden Südens und Ostens stellt eine historische Zäsur dar, die mit dem Aufkommen ungeahnter technischer Möglichkeiten durch die KI nicht nur die Produktivität der Arbeit für alle Menschen erhöhen kann, sondern eben auch im Sinne der Mächtigen zur noch intensiveren profitgetriebenen Ausbeutung und Manipulation des menschlichen Bewusstseins zu führen droht, das insbesondere seit der Coronakrise auch ein umfassendes neues militärisches Ziel ist.

Während die USA offiziell die Demokratie als Staatsform ausweisen, lässt sich diese gleichzeitig auch als Oligarchie kennzeichnen, so dass dadurch eine hybride Regierungsform entstanden ist, in der einige staatliche Belange weiterhin demokratisch geregelt werden und andere zentrale Bereiche wie die Finanz-, Geld-, Steuer- und Außenwirtschaftspolitik durch exklusive Machtzirkel einer politisch einflussreichen und superreichen Minorität hinter verschlossenen Türen entschieden werden. Diese kleine reichste Gesellschaftsgruppe, die in den Vereinigten Staaten wie in vielen anderen Ländern etwa 0,1 % der Gesamtbevölkerung umfasst und auf die sich der Reichtum der Gesellschaft bzw. des politischen Systems konzentriert, ist nach Aristoteles Oligarchiedefinition in der Lage, ihren materiellen Reichtum in politischen Einfluss umzusetzen und über die einseitige Wahrung ihrer politischen Interessen umkehrt wiederum mehr Reichtum zu generieren. Das Bestehen einer Oligarchie wirkt sich in extremer sozialer Ungleichheit zu Gunsten der Oligarchen aus, die ihren Reichtum auf Kosten des Restes der Gesellschaft erhalten und mehren wollen. Durch Lobbyismus, Wahlkampfspenden und die Kontrolle der Massenmedien können die öffentliche Meinung manipuliert und die konstitutionellen Regeln zur informellen Durchsetzung der eigenen Interessen umgangen werden.¹²

Die westlichen Massenmedien bringen Oligarchen jedoch vor allem nach Beginn des Ukrainekrieges zumeist nur mit Russland in Verbindung, in der eine solche „Herrschaft der Wenigen“ durch einen engen Machtzirkel von Putins Günstlingen begründet wird. Diese haben nach dem Zerfall der Sowjetunion durch häufig kriminelle Praktiken beträchtliches Vermögen und Ämter angehäuft, so dass sie als Oligarchen typischerweise zu den größten Eigentümern des Landes gehören, in der Regierung oder im Parlament persönlich oder über Stellvertreter politische und wirtschaftliche Macht kombinieren sowie zumeist mehrere Firmen entlang einer Wertschöpfungskette inklusive von Banken und Versicherungen kontrollieren.¹³

Die Illegitimität einer Herrschaft einer kleinen milliardenschweren Elite erscheint zunächst unvereinbar mit einer repräsentativen Demokratie und den alltäglichen Vorstellungen vieler Menschen davon, stellt jedoch mittlerweile eine weit verbreitete „hybride“ Staats- und Gesellschaftsform auch im Westen dar. Diese Propagandatechnik des Agenda-Setting, indem vom Westen mahnend auf die russischen Oligarchen gezeigt wird, um vom hiesigen politischen System abzulenken, macht deutlich, dass sich unter den verschiedenen oligarchischen Machtblöcken trotz der verflochtenen globalen wirtschaftlichen und politischen Bündnisse eine wachsende Konkurrenz bemerkbar macht. Die wachsenden Spannungen entstehen aus der historisch beispiellosen Gemengelage eines fallenden Imperiums als verblassender Leitstern des die Welt seit Jahrhunderten dominierenden Westens, aufsteigende Rivalen, die sich in der vom Westen bislang ausgebeuteten Welt Hoffnung auf einen angemessenen Platz am Tisch der neuen Weltordnung machen sowie einem beschleunigten technischen Fortschritt, der hier auf den führenden Bereich digitaler Technologien mit Fokus auf die KI beschränkt wird. Während die Technik die Menschen immer mehr verbindet, sind sie weltweit und auch innerhalb der deutschen Gesellschaft durch die vielfach spaltenden Beziehungskonflikte immer weniger miteinander im Kollektiven Bewusstsein gemeinschaftlich verbunden.

Viele Stimmen benennen die soziale Ungleichheit und den Klimaschutz als die beiden zentralen Herausforderungen der Menschheit, die zwar eine weltweite Klimaschutzbewegung geschaffen, seit „Occupy Wallstreet“ allerdings keine vergleichbare Initiative zur Wiederherstellung sozialer Gleichheit begründet hat. Dabei kommt die Bewältigung des Klimawandels für die herrschende oligarchische Klasse nur unter der Bedingung der Bewahrung und Vermehrung ihres Reichtums und Einflusses in Frage, was das Ziel der sozialen Gleichheit und damit eine zentrale Dimension von Nachhaltigkeit in weite Ferne entschwinden lässt. Zudem hat die Bewältigung der mehr und mehr militärisch geprägten geopolitischen Konfliktlagen oberste Priorität, da in dieser Sichtweise nur durch die eigene militärische Vorherrschaft der den Reichtum mehrende eigene Machtanspruch gesichert werden kann. Dieses gigantische ideologische Nullsummenspiel zwischen den geopolitischen Machtblöcken kennt am Ende nur Gewinner und Verlierer, wobei der größte Verlierer nach einer militärischen Niederlage zuerst die allgemeine Bevölkerung ist, während sich die Eliten auch am Krieg noch bereichern können, wie das Beispiel des Ukrainekrieges mit seinen Milliardengewinnen für die Kriegsindustrie auf beiden Seiten zeigt. Ein solches Konfliktszenario muss durch ein kooperatives Szenario für die gesamte Welt abgelöst werden, um eine drohende beschleunigte Eskalation und das damit verbundene nukleare Worst-Case-Szenario zu verhindern, welches das Herabsinken des Kollektiven Bewusstseins in dunkle Täler hoffnungsloser Wirtschaftsdiktaturen bis hin zum Ende der Menschheit im heißen 3. Weltkrieg bedeuten würde.

Ob die VUCARONA-Welt ein dunkles Durchgangsstadium zu einer lichtvollen Transformation des Kollektiven Bewusstseins darstellt, in dem sich zukünftig mehr und mehr derzeit verfeindete Menschen und Gruppen die Hände reichen, die sich als Teil eines viel größeren Kollektivs erleben, zu dem sie durch geeignete spirituelle Ansätze auch einen Zugang haben oder sich eine kleine Gruppe immer weiter auf Kosten der geknebelten Menschheit bereichert, wird sich in den nächsten Jahren entscheiden. Es ist an der Zeit, nicht nur beim Klimawandel auf dieses sich schließende Zeitfenster hinzuweisen,

sondern auch bei der sozialen Gleichheit darauf zu insistieren, da beide Entwicklungen untrennbar zusammengehören. In jedem Fall muss jeder einzelne Mensch seinen Weg durch diese schwierigen Zeiten finden. Die Verbundenheit dabei wirklich immer tiefer zu erfahren, stellt neben der Bewältigung des krisenhaften Alltags eine der größten evolutorischen Sprünge der Menschheit dar. Neben der nachfolgenden Beschreibung der aktuellen Situation sollen die hier ausgewählten spirituellen Stimmen Ansätze anschaulich machen, die sich hilfreich auf dem Weg auswirken, ohne dass diese autobiografische Auswahl den Anspruch auf Vollständigkeit bei der Suche nach Wahrheit erhebt, die jeder Mensch für sich selbst innen finden muss, wo sich außen in der Welt ein Sturm erhebt.

Dazu wird im folgenden analytischen Kapitel die aufkommende VUCARONA-Welt auf Basis der äußeren Sozialwissenschaften beschrieben, bevor im Kapitel 3 die holistische Perspektive mit einer spirituellen und damit inneren Deutung dieser weltweiten Geburtswehen einsetzt. Die Menschheit wird entweder als Kind der Freude das Licht erblicken oder als ein gefallenes Kind der Nacht wiedergeboren, was ihren weiteren Verlauf für lange Zeit bestimmen wird. Das Kapitel 4 geht danach ausführlich aus einer analytischen Perspektive, die immer wieder um holistische Elemente und Übungen ergänzt wird, auf den spirituellen Coachingansatz des „Lichtsegelns“ ein, der dazu geschaffen wurde, um die transformative Arbeit in der VUCARONA-Welt mit seinen individuellen beruflichen, autobiografischen und spirituellen Fragen in einen inneren Zusammenhang mit dem Kollektiven Bewusstsein zu bringen, das uns alle umgibt und unser Denken, Fühlen und Handeln in vielfacher Weise beeinflusst. Das Wissen um die verdunkelnde oder reinigende Kraft eines Kollektiven Bewusstseins wird auch von den herrschenden Kräften genutzt, um es noch weiter im Dunkeln zu halten und unsere Wahrnehmung von der Welt dadurch immer mehr zu kontrollieren. Daher werden in den Kapiteln 5 und 6 nach und nach autobiografisch gefärbte und mit dem Wissen spiritueller Meister angereicherte spirituelle Übungen vorgestellt, um das gegenwärtige Wesen des Kollektiven Bewusstseins und des eigenen Bewusstseins darin zu erfassen. Damit können sich alle an der Wahrheit Interessierten auch ohne einen bisherigen spirituellen Hintergrund einen anfänglichen authentischen Erfahrungsweg erschließen, der die heilsame Kraft des inneren Lichts nutzt, um sich in seinen bewussten Lebensentscheidungen in der VUCARONA-Welt über das gegenwärtige Kollektive Bewusstsein zu erheben. In der Stille kann während dessen an seiner Reinigung mitgewirkt werden, so dass Lichtsegeln zwischen einem gängigen Coaching mit seinen modernen wissenschaftlichen und spirituellen Anleihen sowie den von verwirklichten Lehrern offenbarten tiefen Yogapfaden steht, die den ganzen Weg zum Göttlichen weisen. Wir müssen uns selbst entscheiden, ob wir dazu bereit sind, während das Lichtsegeln uns in unserem bewussten Handeln in dieser chaotischen Welt hilft, dafür eine bessere Entscheidungsgrundlage zu schaffen. Indem wir spirituelle Erfahrungen in die erfolgreiche Bewältigung der vor uns liegenden herausfordernden Entwicklungsaufgaben der VUCARONA-Welt einfließen lassen, bereiten wir unser Bewusstsein darauf vor, nicht nur mit dem Licht zu segeln, sondern einst ganz zum Licht zu werden, wie es die wahren spirituellen und religiösen Pfade lehren. Sie sind der mystischen Wahrheitssuche vorbehalten die nicht mehr Gegenstand dieser Arbeit ist, auch wenn deren yogische Erkenntnisse hier mitberücksichtigt werden.

Den dort hinweisenden Abschluss bildet das Kapitel 7, das eine „kosmische“ Variante des Lichtsegelns als spirituelles Format beschreibt, welches unseres intuitive Entscheidungsfindung beflügelt. Damit können wir unser Leben mit mehr Licht füllen und auf dieser Welt wirken, wie es uns nicht nur unser äußerer Verstand mit seinen unbewussten intuitiven Vernetzungen befiehlt, sondern auch unsere innere Intuition rät, die aus der Tiefe des Herzens kommt. Die VUCARONA-Welt lässt sich als radikaler neoliberaler sozialer Fortsatz der elitär-oligarchischen Angst vor einer als existenzielle Bedrohung eingestuften multipolaren Welt beschreiben. Diese Angst führt letztlich zu mehr Propaganda und Militarisierung, die in immer mehr Konflikten münden und die zunehmende totalitäre Gesellschaft sozial immer stärker polarisiert. Wir können diese im Folgenden beschriebene Realität umkehren, indem wir ab Kapitel 3 der spaltenden Angst das verbindende Licht entgegensetzen. Segeln wir los!

2. Die VUCARONA-Welt als Scheidepunkt der menschlichen Entwicklung zwischen Krieg und Frieden

2.1 Der Niedergang des imperialen Westens erfordert ein neues Gesellschaftsmodell

Mit dem Sieg der Alliierten über das nationalsozialistische Deutschland und seine Verbündeten im Zweiten Weltkrieg wollten die Siegermächte unter Führung der USA mit Hilfe der 1946 gegründeten Vereinten Nationen (UNO) eine liberale Wirtschaftsordnung mit allgemeinen Menschenrechten verbinden, um weltweit Frieden, Freiheit und Wohlstand zu sichern. Allerdings stellte sich bald heraus, dass hinter der Grundrechtscharta der UNO, welche die feudale Gesellschaftsordnung überwinden und individuelle Freiheit für alle Menschen unabhängig von Stand, Vermögen und Herkunft etablieren sollte, eine immer noch koloniale bürgerliche Weltsicht stand, die auf europäischen und nordamerikanischen Vorstellungen der Aufklärung beruhten. In kollektiven asiatischen Gesellschaften, die vom Buddhismus und Konfuzianismus geprägt sind, ist die äußere materielle Freiheit des Einzelnen und eine universale Gleichheit des Menschen weniger wichtig als seine moralische innere Entwicklung, die immer dem Wohle der Gemeinschaft dient. Auch die westliche Sichtweise auf ein kulturell rückständiges primitives Afrika, dem erst durch die Kolonialisierung die Segnungen der Zivilisation nahe gebracht wurden, stieß dort auf ein kritisches Echo, da gerade der Westen seinen Aufstieg historisch durch Rassentrennung, Sklaverei und brutaler kolonialer Unterdrückung der für einen Großteil der Menschheit eben nicht geltenden Freiheiten erreicht hat und daher eine unglaubliche Doppelmoral angeblich universaler Werte vertrat. Ein gleichberechtigter Dialog mit den Schwellenländern scheitert bis heute häufig daran, dass der Westen primär z.B. die afrikanischen Ressourcen im eigennützigen Blick hat, sich bei ihrer Aneignung der von den USA ins Leben gerufenen globalen Institutionen der Weltbank, dem Internationalen Währungsfonds und der Welthandelsorganisation bedient und dabei auf einer ideologischen Weltsicht einer Überlegenheit der eigenen Kultur und Zivilisation besteht. Mit dem gegenwärtigen Schwächeln des westlichen Wachstumsmodells und dem Aufsteigen Chinas als neuer globaler Wirtschaftsmacht verliert der Westen in den aufstrebenden Ländern in Asien, Afrika und Lateinamerika seinen einstigen Vorbildcharakter, der auch weltweit Lebensstile und Wertvorstellungen geprägt hat. Der westliche Grundgedanke liberaler Demokratien, dass individuelle Freiheit und wachsender Wohlstand untrennbar verbunden sind, wird von China und vielen anderen wirtschaftlich sehr erfolgreichen Schwellenländern mit autoritären Staatsformen historisch herausgefordert. Die künftigen hoch dynamischen Wachstumszentren als kreative Innovationsmotoren der Weltwirtschaft liegen nicht mehr im Westen, sondern in Asien, Indien und Afrika, ohne dass sich in dieser neuen multipolaren Welt damit zwangsläufig ein einheitliches Wertesystem wie einst im Westen entwickeln muss. Auf diese tiefgreifenden Veränderungen sind die davon derzeit mit am meisten betroffenen Menschen in Europa insgesamt schlecht vorbereitet, die vielfach immer noch glauben, sie könnten ihre Werte etwa in Fragen des Klimawandels, der Geschlechtergleichheit oder des Wirtschaftsmodells einfach weiter in die Welt exportieren, ohne alternative Weltsichten wahrzunehmen und die eigenen Vorstellungen als willkommene „Hilfen“ durchzusetzen. So hat nachhaltiges Wirtschaften zur Bewahrung der göttlichen Schöpfung im Islam traditionell einen hohen Stellenwert. Damit wird die Umweltkrise wie auch im Buddhismus zu einer spirituellen Krise und der geforderte partnerschaftliche Dialog mit statt traditionell paternalistische Ratschläge für die Schwellenländer weist den friedlichen Weg in eine künftige multipolare Weltordnung, welche die Menschheit gerade nicht durch eskalierende Konfrontationen in den Niedergang führt.¹⁴

Die weitere Entwicklung des Westens wie der gesamten Welt ist damit an die Entwicklung eines neuen Gesellschaftsmodells gekoppelt, das wiederum untrennbar mit dem herrschenden Wirtschaftssystem

zusammenhängt. Seit dem Ersten Weltkrieg hat der westliche Kapitalismus zu einer Polarisierung von Reichtum und Einkommen zwischen Gläubigern und Schuldnern geführt, was das Entstehen von Oligarchien und die mit dieser Polarisierung einhergehenden Deindustrialisierung der betroffenen Volkswirtschaften verursacht hat. Da die verzinnten Schulden in diesem System exponentiell wachsen, muss immer mehr Einkommen von Arbeit und Wirtschaft für den Schuldendienst aufgewendet werden. Diese Finanzdynamik lässt den realwirtschaftlichen Binnenmarkt für Waren und Dienstleistungen schrumpfen, und die Wirtschaft leidet unter der sich verschärfenden Austerität zur systemkonformen Bekämpfung der negativen Folgen ganz im bewährten Sinne einer fortgesetzten Umverteilung des Wohlstandes nach oben. Für den US-Ökonomen Michael Hudson hat eine aus dem Feudalismus stammende Klasse von Erbpächtern, Finanzbankern und Monopolisten die noch von den klassischen Ökonomen in ihrer konsequenten Ablehnung von leistungslosen Einkommen geforderte Befreiung der Märkte verhindert, um sich in einer fortgesetzten Privatisierung des Kapitalektors zu Gunsten der besitzenden Schichten die Mieteinnahmen und Überschüsse aus Bodenrenten, Zinsen und Monopolen anzueignen. Der Finanz-, Versicherungs- und Immobiliensektor (FIRE) ist im daraus entstandenen heutigen Finanzkapitalismus mit seinen dem Staat untergrabenden Deregulierungen zum dominierenden Interessenvertreter und Wirtschaftsplaner geworden, was zu neofeudalen Volkswirtschaften geführt hat, die euphemistisch auch als neoliberal bezeichnet werden. Dieser von den USA ausgehende und damit imperiale Finanzkapitalismus bezieht seine Gewinne durch unproduktive und räuberische Kredite durch die Ausbeutung und Verschuldung von Industrie und Arbeit. Im Gegensatz beruht das wirtschaftlich sehr erfolgreiche chinesische Gesellschaftsmodell des Industriekapitalismus sozialistischer Prägung darauf, Monopolpreise zu vermeiden, indem natürliche Monopole verstaatlich bleiben und durch produktive Kredite konkrete Investitionen in Produktionsmittel zu fördern, die über einem Wachstum der Realwirtschaft auch den Arbeitskräften zu Gute kommen. Diese globale Konkurrenz zwischen China und der USA bzw. dem neoliberalen Westen ist der Kern der aktuellen Konflikte um die ideologische Vorherrschaft in der Welt, da die staatliche industriefreundliche Wirtschaftslenkung Chinas zu nachhaltigem Wirtschaftswachstum führt, während die privatisierte Wirtschaftsplanung in den USA von der Wall Street und andere Finanzzentren übernommen wurde, welche die politische Kontrolle über die Regierung, die Zentralbank und die Aufsichtsbehörden an sich gerissen haben. Das Ergebnis der deindustrialisierten amerikanischen und britischen Volkswirtschaften als westliche Vorhut, die zwischen Schulden und Austerität gefangen sind, ist für einen wachsenden Teil der vom Westen seit Jahrhunderten unterdrückten Welt kein attraktives Vorbild. Zudem ist die Produktion von IT-Hardware auch im Bereich der (noch) führenden digitalen Technologieanbieter aus den USA von Rohstoffen wie seltenen Erden abhängig, deren Produktion derzeit von China dominiert wird. Allerdings haben es die US-Diplomaten jüngst geschafft, ihre wirtschaftliche, politische und militärische Kontrolle über ihre europäischen Nato-Verbündeten zu festigen. In diesem imperialen-neoliberalen Würgegriff, indem die deindustrialisierten Ländern so hoch verschuldet sind, dass sie in absehbarer Zeit ihre Schulden gegenüber dem Ausland nicht begleichen können, scheinen wir in einer historischen Epoche des unaufhaltbaren Niederganges des gesamten Westens in einem nicht gewinnbaren Handelskrieg zu stehen, der sich angeführt von der NATO und dem FIRE-Sektor als letztes Mittel zur globalen Kontrolle in Wirtschaftssanktionen gegenüber den Ländern flüchtet, die sich trotzdem nicht mehr der unipolaren Herrschaft der USA auf wirtschaftlicher, politischer und militärischer Ebene beugen wollen.¹⁵

Nach dem russischen Einmarsch in der Ukraine haben die Sanktionen Russlands und gleichzeitigen Waffenlieferungen des Westens an die Ukraine zur russischen Wahrnehmung einer fundamentalen westlichen Bedrohung geführt. Dies resultierte in einem engeren strategischen Zusammenrücken mit China und dieser weiter eskalierende Wirtschaftskrieg kann auch schnell in einen militärischen Konflikt umschlagen, wenn ein sterbendes Imperium seine letzte Chance zur Abwehr einer multipolaren Welt nicht anders zu deuten weiß, als dann eben die ganze Welt mit in den Abgrund zu reißen. Europa rückt

in dieser dramatischen Phase der Weltgeschichte gerade wirtschaftlich immer näher an den Abgrund heran und lässt auch durch die mehrheitlich als ideologischen Gehorsam einzustufende politische Unterwerfung gegenüber Washington derzeit keine eigenständige Strategie erkennen, sich aus den Todeskrämpfen des Imperiums zu befreien und die Geburtswehen einer neuen multipolaren Welt, die sich derzeit durch den Zusammenschluss der Schwellenländer unter dem Banner der BRICS-Staaten ankündigt, dazu zu nutzen, schmerzhaft Veränderungen auch in der eigenen neofeudalen Gesellschaftsstruktur zu Gunsten einer echten markoliberalen Demokratie durchzusetzen, die auch auf sozialen Ausgleich setzt.

Die gegenwärtige amerikanische Sicherheits- und Außenpolitik ist sich der aktuellen Herausforderung für die USA und ihren Verbündeten durchaus bewusst. Der nationale Sicherheitsberater im Kabinett Biden, Jake Sullivan, sieht die USA nach der Ära des Kalten Krieges und der Phase der strategischen Dominanz (zweite Ära) in den 1990ern nach dem Zusammenbruch der Sowjetunion und den Jahren nach 9/11 vor gänzlich neuen geopolitischen Konkurrenzen insbesondere mit China und Russland in einer unsicheren Welt voller wechselseitiger Abhängigkeiten (heutige dritte Ära). Der für den Westen siegreiche Kalte Krieg war noch geprägt durch zwei relativ unabhängige Wirtschaftsblöcke, so dass die neue Ära des geopolitischen Wettbewerbs in ihrer globalen Vernetzung eine ganz neue Strategie beim Umgang mit China als Handelspartner und Wettbewerber erfordert, auch wenn die wirtschaftlichen Verflechtungen risikoentlastend abnehmen sollen. Die zukünftige Stellung Amerikas als weiterhin weltweite Führungsmacht wird davon abhängen, ob es erfolgreich gelingt, die eigenen geopolitischen Stärken zu bewahren und gleichzeitig die Welt bei der Bewältigung der größten globalen Krisen vom Klimawandel, globaler Gesundheit über Ernährungssicherheit bis hin zum inklusiven Wirtschaftswachstum zusammenzubringen. Die derzeitige Schwäche der amerikanischen Führungsrolle resultiert inländisch aus den Unterinvestitionen in die öffentliche Infrastruktur, Forschung und Entwicklung sowie strategischen Wirtschaftssektoren seit dem Ende des Kalten Krieges, was zu einer hohen wirtschaftlichen Abhängigkeit von China und einer Schwächung der eigenen (alternden) Mittelschicht geführt hat. Daher wird für die nächsten 10 Jahre eine umfassende großflächige inländische Investitionsstrategie vor allem mit Hilfe des CHIPS and Science Act und des Inflation Reduction Act verfolgt, die begleitet von Exportkontrollen und Regeln für Auslandsinvestitionen disruptive technologische Durchbrüche in den Bereichen der KI, Quantencomputer, Biotechnologie, saubere Energie und Halbleitern mit Hilfe öffentlicher und privater Finanzmittel im Umfang von etwa 3,5 Billionen US-Dollar erzeugen soll. Der langfristige Aufbau resilienter Lieferketten mit Partnern und Verbündeten in lebenswichtigen Sektoren wie der Halbleiterbranche, Medizin, Biotechnologie, kritische Mineralien und Batterien sowie Kommunikation, Energie und der Computerbranche soll die derzeitige Verletzlichkeit beim Zugang zu kritischen Rohstoffen gegenüber den strategischen Rivalen beheben. Damit verbunden ist die Forderung an die Verbündeten, ihre Militärausgaben zu erhöhen und sich wie Deutschland von russischen Energielieferungen zurückzuziehen. Die Brennpunkte der nächsten Zeit aus amerikanischer Sicht werden mit der Ukraine mit Fokus auf Russland, der Taiwan-Straße mit Fokus auf China und dem Mittleren Osten mit Fokus auf dem Iran unter dem drohenden Schlagwort des „unfinished business“ benannt. Die 1980er Jahre markieren die durch das Ende des Kalten Krieges später noch verstärkte Schwächung der USA durch zurückgehende öffentliche Industrieinvestitionen, so dass Sullivan hier zumindest implizit kritisch auf die ebenfalls in diesem Zeitraum beginnende Epoche des Neoliberalismus eingeht.¹⁶

Daher wird die entscheidende Frage in dieser dritten Ära nach dem Zweiten Weltkrieg für die Welt sein, welche Entscheidungen die Vereinigten Staaten treffen werden. Neben dem wirtschaftlichen Fokus auf die nationale Stärke über staatliche Investitionen müsste für ein kooperatives Miteinander in einer multipolaren Welt gleichzeitig auch die soziale Ungleichheit im Einflusskreis der USA verringert werden, welche zunehmend weltweit zu Instabilität und Konflikten beiträgt. Derzeit ist davon wenig

zu spüren und die gravierenden negativen Folgen der aktuellen höchst militarisierten amerikanischen Außen- und Sicherheitspolitik für die westlichen Verbündeten der USA fallen in Deutschland im ökonomischen und sozialen Leben mit am stärksten aus, was dadurch erklärt werden kann, dass der Vorherrschaft des zu den Verbündeten exportierten Neoliberalismus noch lange kein Ende gesetzt werden soll. Die herrschenden westlichen Eliten profitieren offensichtlich immer noch zu sehr von diesem System, das ihren materiellen Reichtum in der Covidkrise um Milliarden Dollar gemehrt hat, während der geistige Reichtum und die psychische Gesundheit der gesamten Menschheit dadurch zunehmend durch eine ideologiegetriebene Politik der westlichen Regierung geschwächt wurde und weiter wird. Hierbei kann Deutschland gegenwärtig einen traurigen Spitzenplatz beanspruchen, was den desolaten Zustand des Landes erklären kann.

Die derzeit beschleunigte Deindustrialisierung Deutschlands, das nicht mehr durch einen evolutionären Wandel von der Industriegesellschaft hin zur Dienstleistungs- und Wissensgesellschaft geprägt ist, sondern unter einem rapiden Verlust standortsichernder Industrieunternehmen leidet, läutet mit dem schwächelnden Deutschland als bislang stärkste europäische Wirtschaft über die verflochtenen Lieferketten den drohenden wirtschaftlichen Niedergang ganz Europas ein. Die Idee der EU als aufstrebendes Gegengewicht zur Supermacht USA ist damit ebenso gescheitert wie eine eigenständige europäische Innen- und Außenpolitik. Die rigide Sparpolitik der europäischen Mitgliedsstaaten führt nach der Finanzkrise 2008 zu einem langfristigen Nachfrage- und Investitionseinbruch, der sich durch die Coronakrise und den Ukrainekrieg noch weiter beschleunigt hat. Im Gegensatz zu den USA hat Europa durch die sanktionsbedingte Abkopplung vom russischen Gas, das vor Kriegsbeginn beinahe die Hälfte der europäischen Nachfrage deckte, einen erheblichen Energiekostenschock erlitten, der jetzt durch viel teureres Flüssiggas vor allem aus den USA bewältigt werden muss. Zwar haben sich die Gaspreise wieder stabilisiert, sind jedoch immer noch dreimal so teuer als vor Kriegsbeginn. Angeführt von den energieintensiven Branchen wie Glas, Stahl, Aluminium, Zink, Düngemittel und Chemie führt dies zu rapiden Produktionsrückgängen und entsprechenden zukünftigen Massenentlassungswellen. Die aktuelle deutsche Regierung hat mir ihrem Ziel, sich bis 2024 vollständig vom russischen Gas unabhängig zu machen, eine Verschärfung dieser Krise zu Gunsten des Bündnisses mit den USA in Kauf genommen. Durch den bis heute „ungeklärten“ Bombenanschlag auf die Nord-Stream-Pipeline im September 2022 hat sich diese Talfahrt für Deutschland dramatisch verschärft. Die Kombination aus einer Verknappung des Gasangebotes bei höheren Energiepreisen und den Zinserhöhungen der Europäischen Zentralbank hat der stark vom relativ billigen russischen Gas abhängigen deutschen Industrie einen besonders schweren Schlag versetzt. Die großen Konzerne wie BASF, VW oder BMW reagieren darauf bereits mit Betriebskostensenkungen durch einen Stellabbau in Europa und Standortverlagerungen nach den USA und China, die mit wirtschaftlichen Anreizen ihrer Investitionsprogramme sowie geringeren Energiekosten locken. Das bedingungslose Befolgen der US-Strategie im Ukrainekrieg hat sich somit im Gegensatz zu den USA, die ihren hegemonialen Einfluss wiederherstellenden konnten, für die davon betroffenen Europäer nicht ausgezahlt. Durch die NATO sind sie von Russland getrennt und damit von dem Ziel eines prosperierenden eurasischen Raumes weit entfernt. Die EU wird in der „Zeitenwende“ einer aufkommenden multipolaren Welt von den USA zum westlichen Hauptleitragenden gemacht. Sie wird als wirtschaftlicher Rivale gesehen, der in einer untergeordneten Position gehalten werden soll, um die eigene Wirtschaft in Zeiten der globalen Krise eigennützig zu stärken.¹⁷

Mit einer schnellen Erholung dieser nachteiligen Situation für Europa ist angesichts des anhaltenden Konfliktes in der Ukraine nicht zu rechnen. Im Gegenteil sprechen transatlantische Think-Tanks bereits vom gegenwärtigen Europa als faktischer amerikanischer Vasall. Das gefesselte Europa ist bereits durch die gestiegene eigene ökonomische, technologische und militärische Schwäche seit der Finanzkrise 2008 sowie jüngst seiner typischen inneren Zerstrittenheit bezüglich des aktuellen Kurses

gegenüber Russlands nach dem Einmarsch in der Ukraine gegenüber den USA immer abhängiger geworden. Die USA haben dies strategisch zu ihrem Vorteil genutzt, indem Europa nun vor allem die amerikanische Industriepolitik unterstützen und die technologische Dominanz gegenüber China erhalten helfen soll. Die USA sehen China als größten geopolitischen Rivalen und daher nimmt die Bedeutung eines starken Europas wie im kalten Krieg in diesem erweiterten neuen globalen Konflikt aus amerikanischer Sicht weiter ab, da die zentrale Front nunmehr in Asien liegt.¹⁸

Die hohen finanziellen Belastungen für den deutschen Staat durch die Sonderausgaben für die Corona-Krise und den russischen Angriffskrieg auf die Ukraine führten zu erhöhten Bundeshaushalten 2020 bis 2023, so dass in der gegenwärtigen Lage fast alle Ressorts für das Haushaltsjahr 2024 mit weniger Budgets planen sollen. Diese Kürzungen gehen vor allem zu Lasten der Sozialpolitik, bei der die angestrebte Kindergrundsicherung zur Bekämpfung der Armut vorerst auf Eis gelegt wird. Untersuchungen zeigen, dass vor allem Alleinerziehendenhaushalte und Haushalte mit mindestens drei Kindern überproportional häufig in Einkommensarmut leben, so dass insgesamt mittlerweile jedes vierte Kind in Deutschland von Armut und sozialer Ausgrenzung bedroht ist. In Bedarfsgemeinschaften mit Bürgergeld-Bezug, leben nach der Statistik der Bundesagentur für Arbeit 1,9 Millionen Kinder unter 18 Jahren, davon mehr als die Hälfte in Haushalten von Alleinerziehenden (zu 95 Prozent Frauen). In zwei Dritteln der EU-Staaten ist der Anteil der armutsgefährdeten Kinder geringer als in Deutschland. Die volkswirtschaftlichen Belastungen daraus resultieren in entsprechend höhere Kosten im Gesundheitssystem und den Sozialversicherungen sowie der entgangenen wirtschaftlichen Aktivität und Produktivität, was nach Schätzungen der OECD etwa 100 Milliarden Euro oder etwa 3,4 % des BIP jährlich ausmacht. Durch gezielte Investitionen zwischen 630 Millionen und 4,2 Milliarden Euro im Jahr in die Gesundheitsversorgung, Bildung und soziale Unterstützung von Kindern würde diese deutlich bessere Chancen auf ein selbstbestimmtes Leben mit höherem Einkommen haben. Zudem wären die betroffenen Kinder nicht mehr so stark abhängig von staatlicher Unterstützung wie in der gegenwärtigen Lage, welche die soziale Ungleichheit in Deutschland weiter verschärft.¹⁹

Der Einbruch der deutschen Wirtschaft stellt die deutsche Gesellschaft, deren wachsende Kindesarmut auch ein Indiz der jahrzehntelangen neoliberalen Umverteilung ist, vor die fundamentale Herausforderung, eine wirklich nachhaltige Gesellschaft zu werden oder im Wettbewerb der Nationen und Machtblöcke immer weiter abzustiegen. Dazu sind wirtschaftliche, ökologische und soziale Aspekte simultan zu berücksichtigen und in eine neues Gesellschaftsmodell in einer digital vernetzten Welt zu integrieren, das sozialen Ausgleich und wirtschaftliche Freiheit mit einem angemessenen ökologischen Wandel verbindet. Letzterer wird vehement gerade von der Jugend gefordert, die dabei im normativen Windschatten der „ökologischen Zeitenwende“ der aktuellen Regierungskoalition die anderen beiden Dimensionen zu oft vernachlässigt. Die Diskussionskultur wird in Deutschland auch bei diesem Thema mittlerweile von einem immer stärker polarisierenden Schwarz-Weiß-Denken dominiert.

Um sich wie in den sozialen Netzwerken in der eigenen identitätsstiftenden Peergruppe von den äußeren bedrohlichen, „rechtsoffenen“ oder „schwurbelnden“ sozialen Kreisen abzugrenzen, wird derzeit vehement auf der eigenen einzig richtigen Wahrheit beharrt. Die Argumente der anderen Seiten werden damit systematisch aus dem verengten eigenen Diskussionskorridor ausgeblendet. Die Proteste gegenüber den Coronamaßnahmen mit ihren massiven Grundrechtseinschränkungen und der diffamierende öffentliche Umgang mit den „Ungeimpften“ haben in kürzester Zeit zu einer Beschleunigung dieser auch in den sozialen Netzwerken digital reproduzierten Lagerbildung geführt, welche der Entwicklung eines konstruktiven Gesellschaftsmodells mittels sozialer Innovationen, die dem sozialen Zusammenhalt der gesamten Bevölkerung dienen, gegenübersteht. Die in der Coronazeit scharfmachende Politik und auch die ebenfalls einseitig stramm auf den Regierungskurs einschwenkenden (Massen-)Medien, Gewerkschaften, Kirchen und weitere kollektiven Institutionen wie etwa Kammern und Verbände haben sich selbst diskreditiert, um hier einen gemeinsamen Nenner

aushandeln zu können. Zu oft ist dieser auch in den hoch emotional geführten und polarisierenden Debatten um Migration, Ukrainekrieg und dem Umgang mit Russland, Klimawandel, Rassismus und Geschlechtergerechtigkeit kaum noch zu erkennen, dass es hierbei um komplexe Zusammenhänge geht, die differenzierte Antworten erfordern. Es bedarf daher echter sozialer Innovationen, die ein neues dialogisches Beziehungsverständnis als Basis eines offenen lösungsorientierten Miteinanders nicht nur in privaten oder beruflichen, sondern auch öffentlichen und politischen Arenen ermöglichen. Sie sollten bei der Coronakrise beginnen, um den dadurch entstandene Riss quer durch die ganze Gesellschaft konsequent aufzuarbeiten, was weit über die von Kanzler Scholz vorgeschlagenen Bürgerräte oder einer u.a. von FPD und Union geforderten Enquete-Kommission des Bundestags mit Abgeordneten und Experten²⁰ hinausgeht. Da die politisch Hauptverantwortlichen der staatlichen Coronamaßnahmen wenig Interesse daran haben werden, sich wirklich der Verantwortung für ihre vergangenen Entscheidungen zu stellen und ihre Macht einschränkende demokratische Prozesse wiederzubeleben, die u.a. durch die Verschärfung der Infektionsschutzgesetze bis heute beeinträchtigt sind, wird es noch dauern, bis ein breiter gesellschaftlicher Konsens besteht, institutionelle Reformen einzuleiten. Dafür wird es bereits heute für jeden einzelnen sehr wichtig, sich dem zerrütteten Beziehungsleben der sozial hoch polarisierenden Coronazeit bewusst zu nähern, um daraus wieder ein neues gesundes persönliches Beziehungsverständnis zu entwickeln, das in die Gesellschaft hineinwirken kann.

2.2 Die Aufarbeitung der Coronakrise erfordert ein neues Beziehungsverständnis

Die Coronakrise hat nicht nur den sozialen Zusammenhalt reduziert, sondern auch dem gesellschaftlichen Dauertrend einer wachsenden Entfremdung noch weiter vergrößert. Über das Social Distancing und den Lockdowns haben sich die Zeiten dramatisch reduziert, welche die Menschen in modernen Gesellschaften außerhalb ihrer Familien mit ihren Freunden verbringen. Diese Entwicklung hat allerdings bereits vor Corona eine längere Vorgeschichte. Unter dem Schlagwort „friendship recession“ werden ausgehend von den USA die Veränderungen im Sozialleben der letzten 10 Jahre erfasst, wonach insbesondere männliche Teenager und Männer diese wichtigen realen freundschaftlichen Sozialkontakte zu Gunsten von Smartphones und sozialen Medien reduzieren und Beziehungen verstärkt online über räumliche Distanzen pflegen. Im Zeitraum 2014 bis 2019 ist diese wöchentliche Zeit der US-Amerikaner mit ihren Freunden von durchschnittlich fünfeinhalb Stunden auf vier zurückgegangen, was für einen solchen kurzen Zeitraum erhebliche Verwerfungen aufdeckt. Da dieses Phänomen noch kaum erforscht ist, hat die Zeit der Lockdowns zur Bekämpfung von COVID-19 dazu geführt, sich verstärkt dem Einsamkeitsempfinden gerade der jüngeren Bevölkerung zuzuwenden, die sich vergleichsweise stärker isoliert empfunden haben als die älteren Gruppen. In österreichischen Umfragen fühlten sich während der Coronazeit bei den 1990 bis 1999 Geborenen sich bereits 26 Prozent mehrmals die Woche einsam, bei den noch Jüngeren sind es schon 40 Prozent.²¹

Ein wichtiger Grund, warum sich die Zeit mit den Freunden während der Coronakrise reduzierte, liegt darin, dass viele Freundschaften auch in Deutschland während dieser konfliktreichen Zeit zerbrochen. In einer repräsentativen Online-Umfrage der YouGov Deutschland GmbH von 2.004 deutschen Personen im Alter 18 und 69 Jahren zwischen dem 22. und 30.06.2022 gaben 8% der Befragten an, dass einige Freundschaften die Corona-Pandemie nur dank Onlinekontakten überstanden haben. Bei 20 % der Befragten sind Freunde verloren gegangen, weil diese andere Meinungen zu Corona-Maßnahmen oder -Impfungen haben. Das Thema Klimawandel belastet durch Meinungsdivergenzen 18 % der Deutschen in ihren „abweichenden“ Freundeskreisen und beim strittigen Thema des

Ukrainekrieges ist dies schon bei 27 % der Fall. Allerdings spielen gemeinsame Werte und Überzeugungen grundsätzlich nur für 40% eine wichtige Rolle in einer guten Freundschaft und immerhin noch 65% haben Freunde mit anderen politischen Ansichten oder anderen religiösen Überzeugungen (59 %).²²

Die politische Kommunikation und öffentliche Stimmung tendierte in der Coronazeit dahin, die infektiöse Welt durch das „solidarische Wir“ zur kollektiven Einhaltung der Schutzmaßnahmen durch Kontaktverbote, Maskenpflichten und flächendeckenden Lockdowns bis hin zur Impfung gegen das neue Coronavirus SARS-CoV-2 für alle besser erträglich und gerade dadurch sinnvoll zu machen, so dass das Motiv der „kollektiven Solidarität“ in der Krise auch eine besondere moralisch aufgeladene Bedeutung für nahezu alle individuellen sozialen Beziehungen bekam. Die viel beschworene wissenschaftliche Evidenz der von der Politik beschlossenen „alternativlosen“ Infektionsschutzmaßnahmen blieb dabei allerdings durch das öffentliche Ausblenden bzw. Diffamieren jeglicher kritischer Töne selbst von ausgewiesenen Fachexperten immer mehr auf der Strecke, was die Diskussion zwischen den Befürwortern und Gegnern der Coronapolitik durch das Fehlen einer versachlichenden Grundlage von Beginn an hochgradig emotionalisierte und in einer öffentlich forcierten Empörungskampagne gegenüber „Impfverweigerern“ ausartete, deren vorgebrachten Argumente gegen die massiven Grundrechtseinschränkungen sich im Nachhinein häufig als richtig herausstellten.

So weist die Ende Juni 2022 vorgelegte Evaluation der Coronamaßnahmen auf Basis des geänderten Infektionsschutzgesetzes selbst durch den von der Bundesregierung und vom Deutschen Bundestag beauftragten Sachverständigenrat darauf hin, dass eine dazu notwendige ausreichende und stringente begleitende Datenerhebung schlicht fehlt und diese Daten auch nicht nachträglich erhoben werden können. Die „Lockdowns“ werden mit zunehmender Dauer negativ beurteilt, da die nicht intendierten Folgen und sinkende Akzeptanz der zwangsweisen Reduktion des öffentlichen und privaten Lebens die positiven Wirkungen übersteigen. Auch der Dauerstreitpunkt der generellen Maskenpflicht kommt der heftigen Kritik daran insoweit entgegen, dass eine solche generelle Empfehlung zum Tragen von FFP2-Masken jenseits von besonderen Risikoräumen nicht abgeleitet werden kann. Das Fehlen einer koordinierten Begleitforschung in Deutschland hat dazu geführt, dass die Wirksamkeit vieler der verordneten erheblich freiheitsbeschränkenden Maßnahmen wie Grenz- und Schulschließungen, Veranstaltungsverboten und die Verhängung von Quarantänen nicht bekannt war und auch die zur öffentlichen Begründung gerne genutzten mathematischen Modellierungen nur Evidenzen mit einer geringen Vertrauenswürdigkeit anbieten konnten.²³

Die neue biotechnologische Coronaimpfung ist zudem zwar mit dem Versprechen des vermeintlich solidarischen Fremdschutzes beworben worden. Allerdings konnte sich diese hoch gesteckte Erwartung nicht erfüllen, da auch Geimpfte weiterhin infektiös sind und die Coronaimpfungen das Übertragungsrisiko wissenschaftlichen Studien zur Folge gar nicht oder zumindest nicht in klinisch und epidemiologisch relevanten Maße verringern können.²⁴

Zudem ist die Frage der gesundheitlichen Nebenwirkungen bei diesem neuartigen Impfstoff derzeit höchst strittig wie wichtig zur bislang öffentlich verdrängten Aufarbeitung der Infektionsschutzmaßnahmen in der Coronakrise. Eine von 7 Reviewern geprüfte Studie einer internationalen medizinischen Fachzeitschrift zur Übersterblichkeit in Deutschland zwischen 2020 bis 2022 weist nach, dass es im ersten Pandemiejahr 2020 keine auffällige Übersterblichkeit gab, während in den Jahren 2021 und 2022 zusammengekommen in etwa 100.000 Menschen mehr verstorben als es üblicherweise der Fall ist. Die Übersterblichkeit in den Jahren 2021 und 2022 ist insbesondere in den jüngeren Altersgruppen zu finden. Im Jahr 2022 sind in der Altersgruppe der 15-29-Jährigen 10,5 Prozent mehr Menschen als erwartet verstorben und in der Altersgruppe der 30-39-Jährigen 9,7

Prozent mehr als erwartet. Diese Übersterblichkeit korreliert im Zeitverlauf mit dem Beginn der Impfungen ab April 2021 und erreicht über alle Altersgruppen hinweg im Dezember 2022 über 29 Prozent. Auch bei den Totgeburten lässt sich ein deutlich erhöhter Anstieg beobachten, der zeitlich mit den 2021 einsetzenden öffentlichen Empfehlungen zur Impfung während der Schwangerschaft einhergeht. Diese Entwicklung kann nicht mit „COVID-Todesfällen“ erklärt werden, da sich ab Februar 2021 die Kurve der Übersterblichkeit von der Kurve der COVID-Todesfälle abkoppelt. Ab September 2021 übersteigt die Übersterblichkeit die Zahl der COVID-Todesfälle, und im Jahr 2022 explodiert schließlich die Übersterblichkeit, während gleichzeitig die Zahl der COVID-Todesfälle zunehmend sank. Somit lässt sich die Behauptung, erst die Impfung hätte viele Todesfälle verhindert, nicht aufrechterhalten. Die damit aufgeworfene Frage, ob dagegen die Impfung die erhöhte Anzahl der unerwarteten Todesfälle verursacht hat, muss daher dringend weiter wissenschaftlich untersucht werden.²⁵

Die lautstark beschworene Evidenz der als alternativlos beworbenen Impfkampagne bröckelt damit trotz der fortgesetzten öffentlichen Unterdrückung einer fundierten Aufarbeitung der Coronamaßnahmen immer weiter. Bei jeder 5. Freundschaft hat ihre in der gesamten Gesellschaft wirkenden Spaltung zum Ende der Beziehung geführt. Die „friendship recession“ hat so eine ganz neue Dimension erhalten und dazu geführt, die Wahl des eigenen Freundeskreises zum Schutz vor emotionaler und kognitiver Überforderung in einer komplexen, krisenhaften und widersprüchlichen Welt stärker von durchgehenden gemeinsamen Überzeugungen abhängig zu machen. Durch diese Exklusionsstrategie auf der Mikroebene steigt das Risiko von sich untereinander abschotteten Parallelgesellschaften weiter an.

Eine tiefenpsychologische deutsche Studie des Marktforschungsinstituts Rheingold (35 Befragte) in Verbindung mit einer Online-Umfrage (1000 Befragte) vom Sommer 2023 zeigt den Rückzug ins Private des Familien- und Freundeskreises als Reaktion der deutschen Bevölkerung zwischen 18 und 65 Jahren auf die überfordernden multiplen Krisen. Deren Bewältigung durch die Politik wird von einem Großteil immer skeptischer eingeschätzt, der sich auch immer mehr zurückzieht und seine Ruhe haben will (68 %), während nur noch 39 % der Befragten sagen, sich ausführlich über das Weltgeschehen zu informieren. Die fünf zentralen Themen mit der wahrgenommenen unmittelbarsten Auswirkung auf das eigene Leben sind Inflation (51 %), Altersarmut (46 %), Klimawandel (43%), bezahlbarer Wohnraum (41 %), und die Energiekrise (41 %). Die eigene Selbstwirksamkeit und damit die Zuversicht findet sich bei 73 % auf der Arbeit, im Studium oder in der Ausbildung sowie im Ehrenamt und Vereinen (43 %). Der Fokus richtet sich auf die Stabilisierung der eigenen Lebenswelt, die durch wachsende Ängste gegenüber einem Verlust der Autonomie durch den Preisdruck und den Ohnmachtsgefühlen in der Coronazeit, dem Niedergang des desolaten Gesamtsystems mit seiner maroden Infrastruktur, einer strauchelnden Wirtschaft und den Bildungsdefiziten sowie der Angst von einem sinkenden gesellschaftlichen Zusammenhalt durch soziale Spaltungen und Radikalisierungen von links und rechts. Diese wachsende gesellschaftliche Flucht tendenz wird getragen durch Selbstoptimierung in Form von Sport, Yoga oder Achtsamkeit. Sie wird ergänzt durch Ausflüge in die Natur, Urlaube, der behaglichen Wohnraumgestaltung oder dem Abtauchen in Serien auf Netflix sowie sozialen Medien wie Tiktok. Die Pflege sozialer Gemeinschaften hat für 84 % an Bedeutung gewonnen, wobei sich die kleinen Gruppen, die sich über die Krisenzeiten als stabile Bezugspunkte erwiesen haben, sorgfältig von der Außenwelt abgegrenzt werden. Diese Abschottung gegenüber Andersdenkenden geht damit einher, anstrengende Menschen mit einer anderen Meinung oder Haltung aus dem inneren Kreis auszusortieren. Bei dieser individuellen Krisenbewältigung vermehrt auf der Strecke bleiben die Übernahme gesellschaftlicher Verantwortung und eine konstruktive Gesprächskultur.²⁶

Ganz im Gegensatz dazu scheint der jugendliche Protest gegen die kritisierte allgemeine Untätigkeit gegenüber dem Klimawandel zur rühren, der 2019 zunächst mit den Freitagsdemonstrationen der

Bewegung „Fridays for Future“ große Massen aus allen Teilen der Gesellschaft anzog. Im allgemeinen Demonstrationsverbot bzw. den hohen Auflagen seit der Coronazeit kamen auch die „corona-konformen“ Demos zum Erliegen, da sich auch der mediale Aufmerksamkeitsfokus auf die gesellschaftliche Debatte um die Coronamaßnahmen verschob. Die international mit Klimaschützern vernetzte Gruppe „Letzte Generation“ konnte durch ihren Hungerstreik von mehreren Aktivist:innen während des Bundestagswahlkampfes 2021 und vor allem den anschließenden Straßenblockaden durch das Ankleben der Hände an Verkehrsknotenpunkten („Klimakleben“) eine breite öffentliche Aufmerksamkeit erlangen. Erst im Laufe des Jahres 2023, das in der öffentlichen Wahrnehmung durch den Ukrainekrieg und dessen wirtschaftlichen Folgen für ein unter dem grünen Banner der „Energiewende“ regiertes Deutschland geprägt ist, schwappt die positive mediale Stimmung, die mit der Zustimmung von Kirchen, Schulen bzw. den Lehrer:innen der Aktivist:innen und der Eltern korrespondiert, die mehrheitlich aus der akademisierten Mittelschicht kommen, langsam um. Von „Klimachaoten“ ist nun in Boulevardblättern wie der Bild-Zeitung die Rede²⁷ und öfter wird auch die Doppelmoral kritisiert, wenn Aktivist:innen nach ihren Blockaden längst nicht so klimaneutral wie vorher noch von dem Rest der Bevölkerung gefordert in den fernen Urlaub fliegen. Die Coronazeit hat auch hier viel Vertrauen zwischen den einzelnen Gruppen verspielt, das in einen breiten Diskurs um eine konstruktive Bewältigung der Ursachen und Folgen des Klimawandels ermöglicht hätte. Statt dessen schlägt der hoch engagierte Jugend nun ein anderer Wind entgegen, das mediale Instrumentarium zur massenwirksamen Denunziation ist bereits durch den Umgang mit „ungeimpften Randgruppen“ wie den -zumeist nicht gegenderten- „Coronaleugnern“ geschärft und wird derzeit noch angesichts des breiten Rückhalts in der Mitte nur verhalten eingesetzt. Die Aktionen des als gewaltlosen Widerstandes gelabelten Kampfes der „Letzten Generation“ nährten sich aus der großen Angst der Aktivist:innen vor den katastrophalen Folgen eines aus ihrer Sicht derzeit völlig unzureichenden gesellschaftlichen bzw. politischen Kampfes gegen den Klimawandel, der die ganze Menschheit bedrohe und daher auch schon jetzt von den dafür sensibilisierten Seelen auch das Opfer bzw. Risiko der eigenen Gesundheit fordere.

Die Beteiligten, deren Aktionen wie ein Feuersignal das öffentliche Bewusstsein aufrütteln sollen, stützen sich zumeist ganz im Sinne der politisch-medialen „Corona-Governance“, die sämtliche alternative und auch wissenschaftlich fundierte Expertenmeinungen zu kritischen Befunden gegenüber den Infektionsschutzmaßnahmen und Impfungen propagandistisch ausblendete, auf die „unwiderlegbare wissenschaftliche Evidenz der Klimaforschung“. Auch in der vielfältigen Klimaforschung wird insgesamt zwar sicher eine Mehrheit im öffentlich finanzierten Mainstream dafür stehen, allerdings gibt es keinen generellen wissenschaftlichen Konsens über das genaue Ausmaß der menschlichen Beteiligung am Klimawandel und die alarmistischen Prognosen und Endzeitszenarien, die auch medial geschürt werden und Ängste gerade unter jungen Menschen verstärken, dienen auch den verdeckten Zielen neoliberaler Interessengruppen. So betroffen sich die jungen Menschen der „Letzten Generation“ zeigen, so diffus bleiben mitunter ihre publizierten individuellen Erklärungen, diesen Weg des Widerstandes auch gegenüber einem moderateren Weg des Wachrüttelns der Gesellschaft weiter durchhalten zu wollen. Symptomatisch dafür ist die Beschreibung von Lina Eichler, die 2022 zu Gunsten des „Widerstandes“ in der Letzten Generation kurz vorm Abitur die Schule abbrach und bereits 2021 auch bis zur körperlichen Erschöpfung an dem Hungerstreik beteiligt war. Neben körperlichen Attacken bei den Straßenblockaden und auch kritischen Reaktionen von Mitschüler:innen bezüglich ihrer Entscheidung hat sie auch die Ängste und Zweifel auf dem eigenen Weg aushalten müssen. Die Co-Autorin des Buches dreier Aktivist:innen formuliert die weitere erklärende Passage denn auch so undeutlich, wie sie es offenbar im Gespräch erfahren hat.²⁸

„Was war passiert, was brachte sie zu der Entscheidung, ihre Pläne aufzugeben? Eigentlich – nichts. Also jedenfalls nichts Neues nach dem Ende des Hungerstreiks. Jedenfalls nichts in Linas Stufen- und Schulwelt.... Immer noch dreht sich in ihrer Jahrgangsstufe alles um Abisprüche, Abiball und den Numerus clausus. Und genau das war das Problem für Lina. Denn angesichts der drohenden Klimakatastrophe konnte sie nicht einfach weitermachen wie zuvor, ihre Zeit auf der Schulbank verbringen, abwarten, später ein Studium beginnen. Aus Linas Sicht war es vertane, verschwendete Zeit, die sie eigentlich für etwas anderes brauchte.“

Wo sich früher einzelne jugendliche Aussteiger auf dem unkonventionellen Weg machten, ihr Leben jenseits gängiger Erwartungen der Gesellschaft und des Elternhauses selbst in die Hand zu nehmen, gibt es außer einer tieferen gefühlten Betroffenheit und dem entschiedeneren Willen zum politischen Aktivismus keine großen Differenzen mehr zur akademisch-bürgerlichen Mitte der Elterngeneration. Was die Ziele betrifft, ist der Rückhalt dort groß, auch wenn die mittlerweile stärker öffentlich kritisierten Mittel des Klimalebens aufgeheizte Diskussionen verstärken, die letztlich auch wieder nur eine soziale Spaltung kräftigen, ohne das dahinterliegende Problem des fehlenden konstruktiven Diskursklimas zur innovativen Lösung gesellschaftlicher Probleme anzugehen. Ob hier eine unbewusste Ahnung eines viel größeren Problemzusammenhangs besteht, der die Menschheit wirklich an den Abgrund bringt und dies im Bewusstsein auf das Thema „Klimawandel“ kanalisiert wird, ist eine Frage, die weiter unten mit Blick auf die Übungen zum Kollektiven Bewusstsein Wege eröffnet, dazu neue Einsichten zu erfahren. Ein solcher Blick auf die Verbundenheit allen Seins verweist an dieser Stelle auf das kollektive Bewusstsein der „Letzten Generation“ und aller anderen Menschen, die sich dem ökologischen Wandel verschrieben haben. Vielfach haben gerade junge Menschen ernüchtert feststellen mussten, dass ihr intensives zeitliches und energetisches Engagement nur zu sehr wenig bis gar keinen dauerhaften Veränderungen geführt hat. Statt dessen dreht sich die Stimmung und die politische Agenda rückt ab von breiter Unterstützung der klimabewegten Jugendbewegungen hin zu den geopolitischen Konflikten des multipolaren 21. Jahrhundert. Ein absteigendes Deutschland wird in den kommenden globalen Klimadebatten immer weniger Gehör finden, so dass sich das ökologische Wachrütteln der Gesellschaft auch auf soziale und wirtschaftliche Fragen richten muss, die sich auch mit der wachsenden Aufrüstung und Kriegsvorbereitung mit Russland befassen sollten.

Vielleicht ist eine klimabewusste Jugend, die mit Nachdruck auch unangenehme Fragen an eine Regierung stellt, die den Klimaschutz hinter der Verteidigungs- und Bündnisfähigkeit stellt auch schlicht nicht mehr geeignet, der militärischen Mobilmachung zu folgen, die der deutsche Verteidigungsminister Boris Pistorius angesichts der Kriege in Europa -und jüngst auch wieder in Nahost mit neuer Brutalität im Gazastreifen aufflammend- fordert. Ein politisch geforderter mentaler Klimawechsel hört sich bei ihm am 29.10.2023 so an: „Wir müssen kriegstüchtig werden.“²⁹

Diese frühe Form der kollektiven Mobilmachung deutet in Zusammenhang mit den Milliardeninvestitionen in die Aufrüstung der Bundeswehr eine Verschiebung der politischen Prioritäten an. Wo Panzerkolonnen auch nur -vorerst- zu Übungszwecken auf deutschen „Bündnis-Straßen“ rollen, werden keine Klimakleber mehr gebraucht. Der Zusammenhang mit der Coronazeit zeigt sich, wenn auf die Manipulation des öffentlichen Bewusstseins eingegangen wird. Deren Aufdeckung ist ein erster wichtiger Schritt einer notwendigen Aufarbeitung der Coronakrise, um ein friedliches Miteinander in konstruktiven Dialogen und kooperativen Beziehungen zu leben, die aus einer gemeinsamen Verbindung statt künstlicher Aufspaltung in „verfeindete“ Lager bestehen. Andernfalls ist ein Ausweg aus dem vor uns allen liegendem Abgrund nicht möglich, auf den die klimabewegte Jugend seismografisch hinweist, auch wenn sie die dahinterliegende soziale Komplexität damit erst einmal ausblenden.

Das dieses Ausblenden als Bewältigungsstrategie symptomatisch für den Ohnmachtszustand ist, unter dem viele gerade der jungen Menschen nach der Coronazeit auch in Deutschland leiden, wird

mittlerweile auch von renommierten Sozialwissenschaftlern wie Klaus Hurrelmann diagnostiziert. Seine Analogie einer posttraumatischen Belastungsstörung der deutschen Bevölkerung weist auf die Erschöpfung der psychisch stark belasteten Menschen hin, die durch die nachfolgenden Krisen durch Klima, Krieg und Inflation sowie der wachsenden Migration nicht zur Ruhe kommen können, sondern weiter permanenten Stress ausgesetzt sind. Dies führt nach Hurrelmann zu einer starken Zunahme von psychischen Störungen in Form von Angst- und Essstörungen und Depressionen. Im äußeren Sozialverhalten entlädt sich dies in einer Zunahme von Aggressivität, die auch zur Verbreitung politisch extremer Haltungen beiträgt. Die Wiederherstellung von Sinn und Kontrolle kann auch durch den Zuspruch für von dem Druck einer sozialen Komplexität befreiten Verschwörungstheorien erfolgen. Zudem gibt es Sucht als Ausweichstrategie, um sich Entlastung zu verschaffen, was zur Zunahme bei legalen und illegalen Drogen und Videospielen führt und darüber insgesamt die Nutzung von digitalen Geräten erhöht. Daher sollte die Regierung mit der Bevölkerung über einen Minimalkonsens zur Bewältigung der aktuellen Krisen in einen Dialogprozess treten, so dass im derzeitigen Streit zwischen Parteien und Interessengruppen nicht ständig kollektive Ohnmachtsgefühle reaktiviert werden, sondern sich glaubwürdig und verlässlich auf gemeinsame Lösungen verständigt werden kann.³⁰

Die Fähigkeit zum Konsens, der von Minimallösungen ausgeht, wird allerdings nicht zur Krisenbewältigung reiche. Daher eröffnet die Fähigkeit zum Dialog neue Wege, um aktivistischen sozialen Innovationen wie dem „Klimakleben“ in einen größeren Konsensprozesses einzubinden. Dies erfordert ein neues Beziehungsverständnis in der postpandemischen Welt. Die Betonung der tiefen Verbundenheit, die aus der spirituellen Deutung von Beziehungen entspringt, kann hier entscheidende Impulse für ein solches Beziehungsverständnis bilden.

Aus den in diesem Sinne kompetent gestalteten gemeinsamen Lernprozessen in den vernetzten Gruppen und Organisationen entsteht mit der Zeit gegenseitiges Verständnis aus echtem Zuhören durch Dialoge, die innovative kollektive Lösungen auf Basis neuer Denk- und Wahrnehmungsweisen erlauben und damit einen systemischen Wandel ermöglichen. Die dringlichen globalen Probleme des überkommenden Industriezeitalters, die wie der Klimawandel langfristige und nachhaltige Antworten benötigen, setzen nach Peter Senge et al. die drei Basisfähigkeiten der Menschen voraus

- in größeren systemischen Zusammenhängen zu denken,
- grenzübergreifend zu kooperieren und
- die erwünschte Zukunft kreativ zu gestalten.³¹

Das wilde Vermischen von esoterisch motivierten Verschwörungstheorien mit einer davon unabhängigen spirituellen Suche, welche die wahre Natur des Menschen auch über transzendente Erfahrungen zu ergründen sucht, hat in der Coronazeit allerdings bei vielen Menschen zu einer weiteren Polarisierung in die beiden Lager eines neuen aufkommenden Zeitalter für die „erwachte Menschheit“ und der Ablehnung dieser wissenschaftsfeindlichen weltflüchtenden Esoterik durch die „aufgeklärte Mitte“ beigetragen.

So wird eine in einer typisch einseitigen Aufarbeitung des gefährlichen „rechtsoffenen“ und „evidenzfreien Widerstandes“ gegenüber den staatlichen Coronamaßnahmen gerade aus der Esoterikszenen („Corona-Diktatur“) nicht nur der Lug und Trug von vielen unseriösen Anbietern esoterischer „Wunderheiler“ kritisiert, deren käufliche Wahrheiten keiner wissenschaftlichen Überprüfung standhalten, was objektiv auch zu körperlichen und seelischen Schäden führen kann. Das Anhängen holistischer Weltbilder wird zudem pauschal auch gleich vorschnell als kausaler Fehlschluss mit dem drohenden Einstig in den menschenfeindlichen Rechtsextremismus verbunden. Wichtig in der Debatte ist dafür der Hinweis, dass bereits die Nationalsozialisten einen engen Bezug zu okkulten Themen hatten, der sich bis heute bei Rechtsextremen und im Neuheidentum fortsetzt. Damit ist es jedoch nur

ein kleiner propagandistischer Schritt, Esoterik generell als Türöffner für Verschwörungsideologien auszumachen, die von fehlgeleiteten „Erwachten“ dazu genutzt wird, auf vielfältige Verschwörungen zu deuten, die letztlich in einer totalitären „Neuen Weltordnung“ im Sinne einer kleinen geheimen Elite zur Unterjochung der Menschheit zu münden drohen. Dahinter werde ein manichäisches Weltbild als Ausweg zur abzuwehrenden Hilflosigkeit deutlich, wonach die dualistische Welt von guten und bösen Mächten beherrscht wird, die sich gegenseitig bekämpfen und die eigene „auserwählte“ Position stets auf der Seite des Lichts steht, während kritische Stimmen diesbezüglich schnell als „böse“ abgestempelt werden. Mit Blick auf die historischen Tricks der Tabakindustrie zur Leugnung der negativen Folgen des Rauchens wird die Wissenschaftsleugnung vom Klimawandel bis zu COVID-19 als damit vergleichbares Kernproblem esoterischer Ansätze ausgemacht, wenn sie die empirischen Wissenschaften in Abrede stellen, da tiefere geistige oder übernatürliche Phänomene von ihnen schlicht nicht erklärt werden können. Die sogenannte „Pseudowissenschaft“ lässt sich von der Wissenschaft durch Scheinevidenzen ohne die Erfüllung wissenschaftlicher Standards und der darauf aufbauenden kritischen Reflexion und gemeinschaftlichen Überprüfung der Ergebnisse durch andere Wissenschaftler/innen abgrenzen. Daneben neigt sie zur Rosinenpickerei indem Einzelfälle überbewertet und systematische Ergebnisse ausgeblendet werden, eine starke Beharrung auf das eigene Wissen besteht und Kritik als Teil einer Verschwörung oder Diffamierung gesehen wird.³²

Damit wird -unfreiwillig komisch- auch ein direkter Bezug zu der pauschalen Abstempelung selbst wissenschaftlich fundierter Kritik seitens der „Corona-Schwurblern“ deutlich. Der von Politik und Medien häufig für die beunruhigte „gläubige“ Bevölkerung herbeigerufene „Konsens der Wissenschaft“ kann dann mit Hilfe dieser Kriterien als eben solche Pseudowissenschaft entlarvt werden, die dazu gedient hat, die Masse vor den Risiken der Impfkampagne und fortgesetzten Einschränkungen der Grundrechte vor Kritik durch eine „esoterisch-radikale“ Minderheit zu immunisieren. Diese unreflektierte großflächige Verbreitung von Szientismus als atheistische Wissenschaftsgläubigkeit bei der Bekämpfung von COVID-19, welche ideologisch, politisch und kommerziell ausgeschlachtet werden konnte, wird mittlerweile weltweit wie national in der Wissenschaft von ausgewiesenen Fachexperten/innen kritisiert, um den notwendigen fachlichen Diskurs auch in dringend benötigte breite Debatte zur Aufarbeitung der Coronazeit einzubinden.

Gefordert wird von der mit ausgewiesenen wissenschaftlichen Fachexperten und -expertinnen besetzten „Initiative Pandemieaufbereitung“ die Rückkehr von bestehender Evidenz als Entscheidungsgrundlage, da oftmals bereits vorhandene Erkenntnisse etwa zu Masken oder Schulschließungen von den einberufenen Experten der Bundesregierung nicht berücksichtigt wurden. Neben Wissenslücken konnten auch so die erwartbaren Nebenwirkungen und Kollateralschäden nicht systematisch erfasst werden, so dass sie bei den Entscheidungen auf Basis irreführender Informationen durch Medien und Politik auch oft keine Rolle spielten. Dadurch wurde auch die Patientenautonomie verletzt, da die fehlenden Informationen weder eine angemessene Aufklärung noch das Aufzeigen von individuellen Alternativen ermöglichen. Dagegen wurde die Patientenautonomie sowohl bei individuellen Therapieentscheidungen (Impfung, antivirale Therapie), den alternativen persönlichen Entscheidungen zu Präventionsmaßnahmen (Masken, Kontakt zu Familienmitgliedern etc.), auf organisatorischer Ebene (Besuchsverbote) und im politischen Bereich weitgehend außer Kraft gesetzt, was insbesondere isolierte ältere Menschen in Pflegeheimen stark beeinträchtigt hat. Die autoritär über ein neu geschaffenes Gremium (Ministerpräsidenten-Konferenz mit der Bundeskanzlerin Merkel) erfolgte Top-Down-Steuerung konnte und wollte auf lokale Besonderheiten und höchst unterschiedliche regionale Risiken keine fachliche Rücksicht nehmen und widerspricht damit den modernen Governance-Konzepten zur kooperativen gesellschaftlichen Kommunikation und Steuerung, die auch und gerade in Krisenzeiten durch Nutzung der verfügbaren Kompetenzen und Ressourcen im Gesundheitswesen zu besseren Ergebnissen beitragen können.³³

Diese Ausschnitt der aktuellen Diskussion zeigt auf, wie viel Aufarbeitung eigentlich noch notwendig ist, die derzeit auch in Folge des anhaltenden Dauerkrisenmodus nicht erfolgen kann, vielfach von den politisch Verantwortlichen auch nicht geführt werden soll und die erlittenen Verletzungen in vielen Menschen dadurch mehr oder weniger unbewusst weiterschummern. Die Sachebene der wissenschaftlichen Evidenz ist zur fachlichen Aufarbeitung und Prävention bei einer erneuten Pandemie zwar ein wichtiges Thema. Die dialogische Aufarbeitung und Neugestaltung der Beziehungsebene sollte allerdings angesichts vielfach belasteter bis zerstörter Beziehungen durch die aufgewühlten und medial manipulierten Menschen in der Coronakrise ebenfalls im Vordergrund stehen, damit „wir“ gemeinsam die lebenswerte und nachhaltige Zukunft kreativ im Sinne eines friedlichen produktiven Miteinanders gestalten können anstatt uns im Rüstungswettlauf der geostrategischen Rivalitäten der Großmächte weiter vor den neoliberalen Karren spannen zu lassen, dessen Geschäftsmodell darin besteht, Beziehungen zu spalten und zu kommerzialisieren und ihnen damit ihre zwischenmenschliche Solidarität und Verbundenheit zu rauben.

Die neu aufgekommene autoritäre und letztlich neoliberale „Corona-Governance“ ist somit von der bewussten Manipulation unseres häufig unbewussten Beziehungsverständnis abhängig, so dass wir unser soziales Umfeld schnell in von Medien und Politik vordefinierte „gute“ und „böse“ Menschen einteilen können. Diese gewaltige moderne Propagandaleistung gilt es einerseits zu erhellen und andererseits in einen größeren Kontext der Rivalitäten in einer multipolaren Welt zu setzen.

2.3 Kognitive Kriegsführung als liberales Propagandainstrument gegen das kollektive Bewusstsein einer friedlichen Menschheit

2.3.1 Totalitäre Formung des Kollektiven Bewusstseins einer gleich gerichteten Masse

Der klinische Psychologe Mattias Desmet aus Belgien weist in seiner massenpsychologisch fundierten Analyse eines widerspruchsfreien Folgens des widersprüchlichen öffentlichen Coronanarrativs großer Teile der Bevölkerung auf den totalitären Charakter der ununterbrochenen medialen Propaganda hin. Diese hat mit zu einer bewussten konformen Formierung der Massen geführt, welche seit Jahren einer sozialen Atomisierung ausgesetzt und daher besonders empfänglich für die eingesetzten psychologischen Mechanismen sind. Diese führen zum Aufkommen eines in der Staatsform des Totalitarismus typischen Sozialverhaltens. Die blinde Aufgabe der eigenen Grundrechte zu Gunsten kollektiver Interessen, die radikale Intoleranz gegenüber davon abweichenden Meinungen verbunden mit einer paranoiden Spitzelmentalität zur alltäglichen Denunziation im Auftrag der Regierung, eine besondere Anfälligkeit für pseudo-wissenschaftliche Propaganda und das Übernehmen einer verengten Weltsicht führt zum selbstschädigenden Verlust jeglicher Kreativität und Vielfalt, wodurch das ganze System am Ende selbst zerstört wird. Neben den diesen Prozess gezielt orchestrierenden Massenmedien müssen vier bereits bestehende gesellschaftliche Bedingungen eines Mangels an Bindungen und Sinn im Leben sowie einer latenten Angst und Frustration/ Aggression in einer Gesellschaft zusammenkommen, damit sich ein solches totalitäres kollektives Bewusstsein vergleichbar einer Massenhypnose entwickeln kann. Verschwörungstheorien dienen ebenfalls einer solchen radikalen Unsicherheitsreduktion gerade bei latenten Ängsten. Indem sie alle komplexen Ereignisse ebenfalls auf ein durchgängiges Narrativ hier in Form einer geheimen Ursache zurückführen und dieses Wissen wieder Sinn und Enthusiasmus wiederfinden lässt, ist auch klar, wer Freund und Feind ist, auf den man seine Aggressionen in einem zunehmend totalitaristischen System richten kann. Wird Totalitarismus als Glaube definiert, dass ein rational gestaltetes technokratisches System alle Belange des sozialen Lebens mit Hilfe von Experten regeln kann, wird das Individuum auf ein Rädchen im Getriebe des

Kollektivs reduziert, das alle seine soziale Bindungen zu Gunsten der Bindung zum staatlichen Kollektiv verliert. Dieses künstliche Paradies verheißt die totale Herrschaft des menschlichen Verstandes, der sich über jeden Gott erhoben hat. Daher existieren totalitaristische Züge nicht nur in totalitären Regimes, sondern finden immer dann auch in westlichen Gesellschaften mehr Widerhall, wenn ein angstbesetztes kollektives Objekt wie der Klimawandel, der Terrorismus oder das Coronavirus eine freiheitseinschränkende Lösung verlangt, um die biotechnische Kontrolle für das Kollektiv wiederzuerlangen, dem sich das Individuum in dieser Notlage unterzuordnen hat. Mit der Zeit nutzt sich dieser „Triumph“ der rationalen Wissenschaft immer weiter ab und die Menschen, die erneut mit Sinnlosigkeit, Frustrationen und Aggressionen konfrontiert werden, beginnen mehr und mehr das mechanische rationalisierte System zu hinterfragen. Dabei finden sie über die immer deutlicher werdenden Grenzen des logischen Verstandes auch zu einer mystischen Weltansicht zurück, die jenseits von Massenformationen und Verschwörungstheorien die tiefen Geheimnisse des inneren Lebens und subjektiven Bewusstseins entdecken hilft, die von der objektiven äußeren Wissenschaft mit ihrem mechanistischen Fokus auf die menschliche Biomaschine nicht durchdrungen werden können.³⁴

Die von Václav Havel beschriebene totalitaristische tschechoslowakische Gesellschaft als Teil des sozialistischen Ostblocks in Kapitel 5.4 weist jüngere historische Parallelen zu den modernen Formen der Massenformation seit der Coronazeit auf, die damit als politischer Versuch gedeutet werden kann, totalitaristische Strukturen auch in der heutigen deutschen Gesellschaft zu verankern. Daher ist der Blick auf die entsprechenden sozialpsychologischen Mechanismen in Verbindung mit den dargestellten Propagandatechniken wertvoll, um ein besseres Verständnis der aktuellen Lage zu erhalten.

Elitäre totalitaristische Bewegungen, die sich zur Durchsetzung ihrer Ideen einer Massenformation bedienen, benötigen damit stets einen Zugang zum Massenbewusstsein, um es in ihre Richtung zu formen. Der Begründer der Massenpsychologie, Gustave Le Bon (1841-1931), weist darauf hin, dass ein bewusst tätiges Individuum bei organisierten Massenbewegungen in eine unbewusste Masse eintritt, die bewusste dabei Persönlichkeit schwindet und die Gefühle und Gedanken sich nach dem Gesetz der seelischen Einheit der Massen in eine und dieselbe Richtung orientieren. Bei großen nationalen Ereignissen können die heftig bewegten Triebe, Gefühle, Leidenschaften sowie das rauschhafte Empfinden von Machtgefühlen dazu führen, dass auch räumlich getrennte Menschen eine große psychologische (=organisierte) Masse bilden können, in der sie ungezügelt wirksam sind, was sich auch in enthemmten Gewalttaten gegenüber den „Feinden“ äußern kann. Die immer unbewusste Masse wird daher durch die kollektiven Ideen und Gefühle bestimmt, die nur bei den mit ihr verbundenen Personen auftreten und sich in gleichgerichtete Handlungen umsetzen lassen, da sie wie die Zellen eines gesamten Organismus funktionieren. Daher begehen die vergemeinschafteten Menschen, die den richtungsweisenden Suggestionen ihres die Massen lenkenden „Führers“ unbewusst wie unter einer Hypnose gehorchen und sich gegenseitig damit anstecken, Handlungen und Verbrechen, die in strengen Gegensatz zu ihrem Charakter und normalen Gewohnheiten stehen. Das Individuum wird dadurch zu einem unbewusst-willenlosen Primitiven, welcher der Tendenz der Masse zur unverzüglichen Verwirklichung der suggerierten Ideen folgt. Die Anschauung der Masse kann direkt durch die Wiederholung von Bildern und damit verbundenen Schlagworten beeinflusst werden, die etwa bei „Vaterland“ oder „Freiheit“ einer formelhaften magischen Beschwörung entsprechen, dabei jedoch selbst so unbestimmt bleiben, dass sie vage Bilder hervorrufen, welche die Menschen gerade dadurch in den Bann ziehen. Da die Massen niemals Wahrheitsdurst empfinden, können sie durch Illusionen, Behauptungen, Versprechungen und Lügen religiöser, politischer oder sozialer Art in eine formierte Bewegung gesetzt werden. Oft geschieht dies durch einen allgegenwärtigen Führer als Oberhaupt, unter deren Autorität sich die Masse instinktiv wie eine folgsame Herde stellt. Die Führer sind allerdings häufig selbst unter dem hypnoseartigen Einfluss einer Idee, deren Apostel sie später wurden, vormals Geführte gewesen, die nun als Menschen der Tat alles dieser Idee opfern und einen

starken Willen entwickeln, ihre Überzeugungen in der Massenseele als Glaube an die Idee oder ihrer Person des politischen Führers zu verankern. Schwindet das Ideal durch äußere Umstände, die es schwächen, beginnt die Masse zu wanken, die Individuen entfalten ihre bewusste Persönlichkeit und Intelligenz und beginnen, den Wert der Idee kritisch zu diskutieren. Dabei verfallen sie häufig ins andere Extrem des Individualismus eines mehr oder weniger zusammenhanglosen sozialen Konglomerats, das nur noch künstlich durch die Institutionen und Traditionen der Bewegung zusammengehalten wird. Das isolierte Individuum kann dann im Laufe der Zeit wieder einer kraftvolleren Idee folgen und ins nächste Massenbewusstsein eintreten, so dass sich der Zyklus vom Aufstieg und Niedergang eines Volkes wiederholt.³⁵

Nachdem das angstbesetzte Coronavirus und die „Covidioten“ als uniformes Feindbild von „Verschwörungstheoretikern“ langsam ausgedient haben und sich die mediale Dämonisierung von Vladimir Putin langsam abzuschwächen beginnt, da dem in der Ukraine auf der Verliererstraße stehenden Westen langsam kollektiv klar wird, dass er mit dem siegreichen Russland wird verhandeln müssen, benötigen die neoliberalen westlichen und mit ihnen verbündeten Eliten für ihren feudalen Traum eine totalitaristischen und transhumanistischen Gesellschaft unter ihrem Kommando ein neues massenformierendes Narrativ. Die Strategie der USA, die Rivalen China und Russland im Zentrum der derzeit rasch an Einfluss und Reichweite gewinnenden BRIC-Staaten unter imperialer Inanspruchnahme von Tributzahlungen der (europäischen) Vasallenstaaten wirtschaftlich zu überbieten und ihre unipolare Vorherrschaft zumindest als Hegemon in einer multipolaren Welt auch militärisch zu erhalten, stößt in immer größeren Teilen der Welt auf Widerstand und Ablehnung. Der kollektive Westen, die an Einfluss schwindende „Goldene Milliarde“ der Erdbevölkerung, welche offiziell fest hinter der Ukraine steht, muss auf den zunehmenden Konfrontationskurs und die finanziellen und sozialen Opfer eingeschworen werden, welche mit der weiteren Aufrüstung bei Beibehaltung der sozialen Umverteilung durch die weiter unangefochtene neoliberale Ausrichtung des Wirtschaftssystems einhergehen. Wie im letzten Punkt gezeigt wurde, wird der Klimawandel als permanentes Angstobjekt gerade durch die Kriegstüchtigkeit zur beschworenen Abwehr von „Putins Durchmarsch nach Berlin“ überdeckt. Die Aufrüstung durch solche Propagandastücke übers Knie zu brechen, könnte sich allerdings als verhängnisvoll erweisen, da sich auch die „Klimakleber“ in einer Massenformation befinden und sich der Zorn der von der Gesellschaft gerade medial und politisch zurückgewiesenen Masse auf eben diese Politik richten und in radikaleren Auswüchsen enden könnte, wenn sich diese Masse auflöst und sich aus den Splittergruppen eine neue radikalere Bewegung formiert.

Allerdings hat die Geschichte immer wieder von den frühesten Barbarenstämmen bis hin zu den modernen Schlachtfeldern gezeigt, in welcher kurzen Zeit sich Kriegspropaganda den öffentlichen Raum verschafft hat, um das Töten von Myriaden von Menschen für vermeintlich hehre Zwecke nicht nur zu rechtfertigen, sondern von der formierten Masse auch freudig ein eigener Beitrag an der Front geleistet wurde. Aktuell ist insgesamt weder große Begeisterung noch großflächige Ablehnung zu den Rüstungsplänen der Regierung zu hören. Zwar brodelt es derzeit in der Gesellschaft an einigen betroffenen Stellen wie den im Winter 2023 streikenden Berufsgruppen der Landwirte, Lokführer und Ärzten, aber insgesamt bleibt es noch relativ ruhig, was auch an den medialen Gegenkampagnen liegen kann, die sich schnell mit Handwerkern, Mittelständlern und anderen belasteten Gruppen zur kritischen Masse füllenden Bauernproteste als „rechtsoffen“ zu diffamieren. Offensichtlich ist die Massenseele Deutschlands, das Kollektive Bewusstsein der deutschen Seele, derzeit zu vergiftet, um sich seines bedrohten Wohlstandes und des damit verbundenen Verlustes von Freiheiten in einem friedlichen Zusammenleben gemeinsam zu versichern. Diese Selbstversicherung der Bevölkerung unter dem Banner einer breiten demokratischen Bewegung und ihrer kompetenten wie glaubwürdigen Anführenden könnte in einem bewussten Prozess der Aushandlung eines politischen Konsens dazu

führen, dass die deutsche Mentalität aus der oben als Analogie beschriebenen posttraumatischen Belastungsstörung wieder gesunden könnte.

Derzeit sieht es allerdings danach aus, dass sich die Dynamik der unterschiedlichen Massenformationen in Deutschland noch beschleunigen kann. Diese fatale Entwicklung hat viele Ursachen, doch lohnt es sich auf zwei Dinge hinzuweisen, die in jüngster Zeit diese Massenphänomene gezielt mit vorbereitet haben und im Folgenden näher erläutert werden:

- Die Entwicklung der „Kognitiven Kriegsführung“ als modernste Strategie der wissenschaftlich fundierten Kriegspropaganda, die insbesondere auch auf die eigene Bevölkerung zielt.
- Die Anwendung dieser psychologischen Kriegsführung in der Zeit der Coronakrise, bei der mit den Narrativen des „Krieg gegen das Virus“ und „Kampf gegen rechte Verschwörungstheoretiker“ eine neuropathologisch gestützte Massenformation geschaffen wurde, die mit Ausbruch des Ukrainekrieges zur allgemeinen Kriegsbereitschaft -zunächst- gegenüber Russland weiterentwickelt werden soll.

2.3.2 Kognitive Kriegsführung zur propagandistischen Durchsetzung geopolitischer Ziele

Kriegspropaganda ist aus unserem gegenwärtigen Alltag nicht mehr wegzudenken, auch wenn diese von den Massenmedien zumeist nur auf der Seite des „Feindes“ wie Russland als solche benannt wird. Dort wird allerdings seit dem Einmarsch in die Ukraine am 24.02.2022 die Medienarbeit durch Kriegsgesetze bereits so überwacht, dass dies wie auch in der Ukraine selbst einer Gleichschaltung nahekommt. Ein unabhängiger Journalismus ist dort nicht mehr möglich und steht auch hier bei uns auf dem Prüfstand, wenn etwa ukrainische Propagandainhalte in unseren Nachrichten mit massiver Einflussnahme durch die Regierung nicht mehr als solche erkannt oder -wie im Falle der offiziell verbotenen, aber dennoch verfügbaren russischen Medien in Deutschland- zensurbedingt nicht kenntlich gemacht werden, um die Medienkonsumenten aufzuklären und vor Manipulation durch ukrainische (z.B. Kampf „Davids“ gegen das dämonisierte „böse“ Russland zur Verteidigung westlicher Freiheit, Erzeugen von Schuldgefühlen im Westen und Fake News bezüglich der heroischen militärischen Erfolge zur Sicherung von westlichen Militärhilfen) und russische Propaganda (z.B. Entnazifizierungsthese als Grund für „Spezialoperation“, Schüren von Antiamerikanismus in Europa, Darstellung als Bastion für die östlich-arabische Welt vor dem kolonialistischen und rassistischen Westen) zu schützen. Kriegspropaganda umfasst stets das undurchschaubare trickreiche Manipulationsverhalten zur eigennützigen Vorteilsnahme und lässt sich generalisierend zu einer anschaulichen Definition weiterführen. Propaganda meint dann die Manipulation der Massen durch (potenzielle) Machthaber mittels Medien. In der heutigen digitalen Welt ist die Bilder- und Informationsflut dramatisch angestiegen, so dass die individuelle Fähigkeit ihrer Beurteilung abnimmt und aus der dadurch gewachsenen Abhängigkeit von Meinungsmachern durch die digitalen Medien Informationskriege geworden sind, welche sich bewährter und moderner Propagandamethoden bedienen, um die Köpfe und Herzen der Menschen für die jeweils eigenen Kriegsziele zu gewinnen. Dabei wird den Menschen suggeriert, dass die Medieninhalte bereits die Wahrheit selbst abbilden, während sie durch ihre zwingende Selektion und Vorauswahl der kommentierten Inhalte immer nur eine Interpretation der Wahrheit anbieten können. Daher zielt Propaganda auch nicht auf die Wahrheit, sondern die Indoktrination der Massen mit handlungsleitenden vorgegebenen Motiven und entsprechenden

Narrativen, wobei Angst und seine Bewältigung durch die vorgeschlagene Lösung immer wieder als Motiv eingesetzt und den Massen über moderne digitale Medien im Internet suggeriert wird.³⁶

Bei der von Wirtschaft, Stiftungen und Politik maßgeblich beeinflussten „euphorischen“ Digitalisierungsdebatte wird oft der historische Aspekt vergessen, dass Digitaltechnik ursprünglich im Zweiten Weltkrieg und anschließend im Kalten Krieg primär für das Militär entwickelt wurde, bevor sie in den Konsumentenmarkt diffundierte. Auch das Internet diene zunächst allein der strategischen militärischen Kommunikation. Als typisches „Dual-Use“-Produkt kann das Internet sowohl militärischen wie zivilen Zwecken dienen. Der Ausbau der amerikanischen Rüstung- und Raumfahrtindustrie im Konflikt mit der Sowjetunion beschleunigt den Aufbau der amerikanischen IT-Industrie und führte in Silicon Valley zu einem eng verzahnten Netzwerk aus Universitäten, IT-Konzernen und dem militärisch-industriellen Komplex aus Politik, Waffenindustrie und Militär. Die amerikanischen IT-Konzerne konnten dadurch im Bereich von Hardware, Betriebssysteme und Netzwerken globale Monopolstrukturen und Kontrollmechanismen im Sinne einer technischen Kolonialisierung auf Basis amerikanischen Rechts aufbauen, die über einer technischen Dominanz über das (westliche) Internet eine informationelle Weltherrschaft sichern soll. Dahinter steht das totalitäre Ziel des digital vermessen und steuerbaren Menschen, der zukünftig –möglichst von klein auf- mit personalisierten digitalen Medien vereinzelt am Bildschirm mit Kopfhörern, Datenbrille und -handschuh lernt und dabei immer weniger von realen Lehrenden, sondern „intelligenten“ Maschinensystemen als virtuellen Assistenten unterstützt wird. Angesichts der Dominanz digitaler Geräte und Social-Media-Dienste wie Facebook, WhatsApp oder Twitter, deren Inhalte bzw. Posts bereits heute zu mehr als 50 Prozent automatisiert von Bots erstellt werden, sollte das Lernen von und mit Menschen im realen Leben daher das primäre Ziel in Schulen und Hochschulen bleiben, da dies in einem dialogischen Prozess durch das sokratische Unterrichtsgespräch Bindungen und Beziehungen entstehen lässt und entscheidend zur Persönlichkeitsentwicklung aller Beteiligten beiträgt.³⁷

Bildung und Bindungen sind als voneinander abhängige identitätsstiftende Kernelemente einer gesunden Persönlichkeitsentwicklung auch die wichtigsten Faktoren, Resilienz gegenüber der permanenten (Kriegs-)Propaganda zu entwickeln. Da totalitaristische Gesellschaftskonzepte wie oben beschrieben darauf setzen, möglichst sämtliche Bindungen eines Individuums zu zerstören und durch die eine Bindung an das durch den Staat vertretene Kollektiv zu ersetzen, vermag eine solche bindungsarme digitale Lernstrategie nicht zu verwundern, welche die Massensuggestion und -formation insbesondere in Kriegszeiten auch ungehinderter beim jungen Nachschub für die (Heimat-)Front ermöglichen soll. Die dritte Ära der amerikanischen Außen- und Sicherheitspolitik wird somit adaptiv auf die bereits einmal siegreiche Strategie im Kalten Krieg setzen, und in Verbindung mit den neoliberalen Eliten, welche ihre Macht und ihren Reichtum erhalten wollen, sämtliche verfügbaren modernen technischen und digitalen Mittel auch im Informationskrieg einsetzen. Dadurch soll die hegemoniale Position der westlichen Führungsmacht zum Nutzen des herrschenden feudal-kapitalistischen Systems und seiner größten Profiteure selbst in einer zunehmend multipolaren Welt prinzipiell erhalten bleiben. Um den wachsenden Widerstand der eigenen Bevölkerung gegen das nunmehr auch im Westen immer klarer erkennbare kriegerische neoliberale System zu brechen und diese „systemrelevante“ bewusste eigene Klarheit durch eine möglichst unbewusste Übernahme der fremden Narrative zu ersetzen, werden echte Bildung und Bindung somit zum Hauptziel der digitalen Propagandakriege unserer Tage.

Die gezielte psychologische Beeinflussung der Gedanken und Gefühle der Menschen zur Vorbereitung und Durchführung von Kriegen ist seit dem Ersten Weltkrieg zu einer wissenschaftlichen Disziplin geworden, die sich der neuesten technischen Hilfsmittel zur Durchsetzung ihrer geopolitischen Ziele bedient. Die weltweit aktuellste Form der Kriegspropaganda wird von der NATO auch in ihren offiziellen Publikationen als „Cognitive Warfare“ oder „Kognitive Kriegsführung“ bezeichnet, die seit

2020 verstärkt vorangetrieben wird. Im Sinne eines umfassenden Soft-Power-Ansatzes unbemerkter Manipulation der Gedanken und Gefühle sollen die Menschen mit Hilfe moderner wissenschaftlicher Erkenntnisse gesteuert werden, wobei die Sphäre des Bewusstseins als „Human Domain“ hierbei zum neuen Kriegsschauplatz im Informationskrieg wird, der damit eng verzahnt mit den digitalen Technologieunternehmen und Massenmedien ist. Grundsätzlich wird sich dabei die Struktur der menschlichen Psyche zu Nutze gemacht, die in hohem Maße von unbewusster Verarbeitung und Speicherung von Informationen geprägt wird und daher Glaubenssätze, Gedanken und Gefühle auch unbemerkt vom Bewusstsein gezielt beeinflusst werden können. Dabei werden bewährte Techniken mit modernen Methoden kombiniert, um ihre massenmediale Reichweite und Intensität zu erhöhen. So denken die Menschen gewöhnlich weniger über Vor- und Nachteile einer Empfehlung nach, wenn sie -ständig wiederholt- von „Experten“ ausgesprochen werden oder lassen sich durch völlig einseitige „Faktenchecks“ zu falschen Schlussfolgerungen verleiten, die ihre bestehende Weltsicht oder Vermutung bestätigen (Confirmation Bias) und in Folge der jeweils verwendeten Freund-Feind-Schemata Hass oder Mitleid auslösen, insbesondere wenn gezielt Ängste geschürt werden. Die Bespitzelung von Kritikern bzw. Oppositionellen wie der öffentliche Aufruf zur Denunziation von „innere Feinden“ in der Gesellschaft gehört zudem ebenso zum Repertoire wie die sprachliche Abwertung jeglicher Zweifel als „Verschwörungstheorie“ sowie die Diffamierung unabhängiger Kritiker der eingesetzten Propaganda als „Verschwörungstheoretiker“, um die Menschen in diesem Sinne auch durch Autoritäten, Influencer oder vermeintliche Mehrheitsmeinungen zu disziplinieren und jede weiterführende Diskussion im Keim zu ersticken. Dadurch wird auch eine manipulative „Impfung“ gegen vermeintliche „Desinformationen“ möglich, so dass der zukünftige zulässige Meinungskorridor für die Bevölkerungsmehrheit bereits im Vorfeld von Diskussionen durch Behauptungen verengt wird. Die beschleunigte mediale Überreizung der Menschen führt bei der begrenzten Aufmerksamkeitsspanne dazu, ständig wiederholten Falschbehauptungen in Verbindungen mit den vielen weiteren medialen Ablenkungen z.B. durch billige TV-Shows, Serien oder Internetpornografie in Folge von Ermüdung und Überforderung Glauben zu schenken oder apathisch und desinteressiert zu werden, weil die Fähigkeit zum zusammenhängenden Denken und der Bewertung einer immer unübersichtlicheren und widersprüchlichen Informationslandschaft geschwächt wird. Dadurch können wirklich wichtige Informationen übersehen oder durch Zensur kritische Stimmen gar nicht erst bemerkt werden. Im digitalen Kapitalismus wird eine immer breitere Überwachung des individuellen und kollektiven Nutzerverhaltens im Netz möglich, so dass das wahrscheinlichste Verhalten auf Basis der erzeugten Gedanken und Gefühle als erwünschte Reaktion auf manipulierende Propagandainhalte ebenfalls sehr gut vorhergesagt werden kann. Mittels der Soft-Power-Technik des Mikro-Targeting können über Algorithmen, welche z.B. die Likes auf Facebook analysieren und „digitale Zwillinge“ zur Abbildung der individuellen Nutzerpersönlichkeiten erstellen, millionenfach personalisierte Werbebotschaften in Verbindung mit zielgruppenspezifischen Webseiten, Blogs und Nachrichtenmagazinen gezielt bereits heute wichtige Wahlen beeinflussen, wie die umstrittene Kampagne von Cambridge Analytica bei der Wahl Donald Trumps zum amerikanischen Präsidenten gezeigt hat. Der Informationskrieg wird zudem über Troll-Armeen und Bots für automatisierte Informationsverbreitungen in den sozialen Netzwerken zum Kampf um die vorherrschenden Meinungen und Weltbilder. Entsprechend haben auch die Militärs und Geheimdienste weltweit aufgerüstet und digitale Propagandaabteilungen zur digitalen Manipulation der öffentlichen Meinung gebildet, was im Pentagon bereits 2009 für die USA 27.000 Personen mit einem Budget von jährlich 4,7 Milliarden Dollar umfasste, die 2021 bereits auf 60.000 Cyberkrieger bzw. Informationsagenten angewachsen sind und keiner Kontrolle durch den amerikanischen Kongress unterliegen. In der britischen Armee befassen sich etwa 1500 sogenannte „Facebook-Krieger“ mit subversiven Kampagnen und auch das World Economic Forum (WEF) hat sich in der Coronakrise nach diesem Vorbild 110.000 rekrutierter „Informationsfreiwilliger“ bedient, um weltweit „Desinformation“ und Proteste wirkungsvoll zu bekämpfen.³⁸

Die Intensivierung der Kognitiven Kriegsführung im Jahr 2020 ist kein Zufall, da die damals ausbrechende Coronakrise ein globales Realexperiment zur Felderprobung dieser Ansätze anbot, die simultan und koordiniert eingesetzt werden konnten und in jedem Machtblock zu neuen Erkenntnissen geführt haben, die uns in der nächsten Schockwelle dosiert verabreicht werden dürften.

2.3.3 Kognitive Kriegsführung als Hintergrund der Coronamaßnahmen

Die Aufzählung der medialen Waffen im Informationskrieg von Faktencheckern bis hin zum allgegenwärtigen Vorwurf der Verbreitung von Verschwörungstheorien gegenüber jeglicher Art von Kritik ruft diese auch in Deutschland eingesetzten Mittel in der Coronazeit wieder schnell bei den Menschen - und leider oft auch nur bei diesen - ins Bewusstsein, die sich reflektiert mit dem Umgang von „Ungeimpften“, der Einschränkung von Grundfreiheiten für die Bevölkerung und den weiteren Folgen der staatlichen Coronamaßnahmen auseinandergesetzt haben. Die Coronakrise ist somit zum global koordinierten Einsatz auch von Mitteln der Kognitiven Kriegsführung in den unterschiedlichen geopolitischen Machtblöcken geworden. Insbesondere das allgegenwärtige Verdrängen von wissenschaftlich fundierter Kritik an den neuen experimentellen Coronaimpfstoffen aus der öffentlichen Meinung auch in Deutschland erstaunt angesichts der nicht eingehaltenen Versprechungen und offenen Fragen zu den vermuteten tödlichen Nebenwirkungen (vgl. Punkt. 1.2).

Vielleicht war diese historische Gelegenheit einer „Jahrhundertpandemie“ zur Erprobung und Ausfeilung des technischen Handwerkszeugs einfach zu gut dazu geeignet, um die Menschen neben weiteren legitimen Zielen wie dem Infektionsschutz mehrheitlich in eine unreflektiert „gläubige“ Haltung gegenüber „der“ propagierten Wissenschaft zu bringen, welche des Regierungshandeln per se als „gut“ betrachtet und daher auch nicht weiter kritisch hinterfragt, so dass sich totalitaristische Vorstellungen verstärkt im Unterbewusstsein verankern können. Dies könnte für die Machthaber einfach zu verlockend und mit jedem weiteren erfolgreichen Tag auch womöglich selbst für die Militärexperten überraschend effektiv gewesen sein, um hieraus wichtige Meinungen und Glaubenssätze zu kreieren, die eine strategischen Weichenstellung bei der Kriegspropaganda bezüglich der kommenden Konflikte um die Vorherrschaft in einer multipolaren Welt nahelegen lassen.

Weitergehende alternative Erklärungsansätze gehen darüber hinaus von einer gezielt eingesetzten amerikanischen Biowaffe aus, um die prosperierende chinesische Wirtschaft erfolgreich zu schwächen, die nach dem Ausbruch von COVID-19 und den drakonischen Schutzmaßnahmen durch monatelange Lockdowns („Zero-Covid“-Politik) bis zur Unterbrechung der globalen Lieferketten allein 2020 um 4% beim Bruttoinlandsprodukt eingebrochen und damit beim bis dahin ungebrochenen starken Wachstum halbiert worden ist. Die gravierenden psychischen Folgen in der chinesischen Bevölkerung äußern sich in einem gesunkenen Konsumentenvertrauen und den unter hohen Stress, und Depressionen leidenden chinesischen Menschen. So sind etwa 20 % der Beschäftigten allein im chinesischen Gesundheitssystem von chronischen Ängsten und posttraumatischen Belastungsstörungen betroffen. Die psychischen Belastungen als Folgeschäden des verdeckten Waffeneinsatzes tragen insgesamt zu erheblichen Nachfrageeinschränkungen und politischen Unruhen bei, da auch der Regierung weniger Vertrauen zur Lösung der anstehenden Probleme entgegengebracht wird. Diese erwünschten Problemlagen werden daher durch die USA in der nächsten Kriegsphase durch weitere Sanktionen, Zölle, Technologieblockaden und einer negativen Meinungsmache gegenüber China mit Blick auf den Konflikt in der Taiwanstraße systematisch weiter geschürt und verschärft werden.³⁹

Dies würde allerdings immense Kollateralschäden für die USA wie den Rest der Welt bedeuten, die durch die schädlichen gesundheitlichen, wirtschaftlichen und sozialen Folgen in Kauf genommen worden wären, um diese langfristig angelegte Strategie des Biowaffeneinsatzes gegenüber China zu zünden, die ähnlich dem Kalten Krieg eine allmähliche wirtschaftliche und politische Zermürbung des

Gegners anstrebt. Die bewusste Inkaufnahme dieser zu erwartenden Folgen würde dann allerdings ebenso nahelegen, dass wir uns einem hybriden 3. Weltkrieg über einem neuen Kalten Krieg mit großen Schritten nähern, der durch die vielfältige Kriegspropaganda jenseits der kinetischen Schlachtfelder wie in der Ukraine für viele Menschen noch weit weg erscheint. Zumindest könnte der potenziell tödliche Bumerang einer von den USA entwickelten Biowaffe, die dann zwar wohl auch spezifisch für den chinesischen Genotypen geschaffen und trotz allem auch über Designfehler, Mutationen etc. für andere Genotypen in einer global vernetzten Welt gefährlich wird, erklären, mit welcher Panik die Staaten auf der Welt Anfang 2020 die Grenzen verriegelten, Lockdowns verhängten und das öffentliche Leben lahmlegten. Die Entwarnung für die nicht von einem erhöhten Krankheitsrisiko betroffenen Bevölkerungsgruppen wäre dann im weiteren Verlauf im Sinne der Förderung der Pharmaindustrie bei der Entwicklung von dringend benötigten Impfstoffen in diesem Kriegsstadium auch unter Inkaufnahme hoher Verluste unterlassen worden und die Masseninformation hätte so „ungestört“ von einem Ende der Angst vor dem Coronavirus fortgetrieben werden können. Dazu müssen die modernen Propagandamethoden des Informationskrieges ganz im Sinne der Kognitiven Kriegsführung auf das Bewusstsein der Menschen abzielen, das als neues Schlachtfeld die verheerenden Folgen der physischen Schlachtfelder während der „Jahrhundertpandemie“ ergänzt.

Für diese These spricht der Erklärungsansatz des Molekulargenetikers Michael Nehls, der weniger auf das neue Coronavirus als auf die mit beinahe allen medialen und staatlichen Mitteln forcierte massenhafte Impfung zielt. Er sieht sie als Mittel des „Great Reset“ der westlichen herrschenden Klassen und ihrer weltweiten Verbündeten im Sinne einer dadurch anvisierten technokratischen Weltregierung, welche eine ihr gefügige, degenerierte, indoktrinierte und massenformierte Bevölkerung erschaffen will, die sich freudig in ihr verkabeltes trostloses Schicksal fügt. Der neurobiologische Mechanismus für einen entsprechenden „Great Mental Reset“ als hoch effizienter Hirnwäsche globalen Ausmaßes wird von der äußeren Seite der sozialen Umwelt durch chronischen Stress ergänzt. Über ständige Angsterzeugung in den Medien durch intrusive, unwillkürliche Bilder zukünftig belastender tödlicher Ereignisse wie Klimawandel, Kriege, Rassenunruhen und Pandemien wird ein kontinuierliches Stresslevel erzeugt, das bis zu einer prätraumatischen Belastungsstörung führen kann. Dazu kommt dann der entscheidende Angriff auf die innere wahrnehmende Seite durch die gezielte Schädigung des Hippocampus. Er ist der neurobiologische Sitz unserer Persönlichkeit, da sich dort unser autobiografisches Gedächtnis befindet. Für Nehls erfolgt der koordinierte zweidimensionale Angriff auf unser Bewusstsein auf den Hippocampus einerseits durch die allgegenwärtige Propaganda auf der geistigen und durch den experimentellen Coronaimpfstoff andererseits auch auf der physischen Ebene, wobei sich beide Angriffswellen selbst verstärken. Da das Coronavirus laut wissenschaftlichen Studien nachweislich dafür sorgt, dass unser Immunsystem Botenstoffe freisetzt, welche das autobiografische Gedächtnis schwächen, musste für einen solchen Angriff ein effizienter Weg gefunden werden, ein solches neurotoxisches virales SARS-CoV-2-Spike-Protein mittels einer Impfung in konzentrierterer Form direkt ins Gehirn zu bekommen. Dadurch kann das vorwiegend im REM-Schlaf stattfindende hippocampale Wachstum wahrscheinlich sogar über einen längeren Zeitraum gehemmt werden, da die Spike-Protein-Produktion bis zu sechs Monate nach einer mRNA-Injektion anhält und diese solange die Neurodegeneration durch den fortschreitenden Verlust des autobiografischen Gedächtnis aktiviert. Die dazu notwendige Überwindung der normalerweise gut geschützten Blut-Hirn-Schranke erfolgt dabei durch die Verpackung des Genmaterials des mRNA-Impfstoffes mit Lipid-Nanopartikeln (LNPs), welche bereits zuvor zur Therapie von Hirntumoren verwendet wurden. Somit gelangt das den Hippocampus schädigende Genmaterial des Impfstoffes ins Gehirn, auch wenn die ursächliche Injektion des neuen Impfstoffes in den Muskel erfolgte. Die Impfstoffe können die im Schlaf stattfindende Neuproduktion (Neurogenese) von „Index-Neuronen“ unterdrücken und bereits bestehende zerstören, die wie ein Register die Zugangsinformationen zu allen neocorticalen Gedächtnisinhalten speichern und uns in die Lage versetzten, bis ins hohe Alter

neue Gedanken und bedeutende Erlebnisse abzuspeichern und wieder ins Gedächtnis rufen zu können. Der künstlich erzeugte Mangel an Index-Neuronen durch regelmäßige „Boosterimpfungen“, die für eine kontinuierliche Spike-Belastung sorgen, lässt die propagandistischen Narrative der durch die Eliten kontrollierten Massenmedien insbesondere am Abend vor dem eigentlich regenerativen Schlafengehen dann immer unreflektierter als Teil der eigenen Identität und Persönlichkeit annehmen. Die medialen Erzählungen können auf diese Weise eines erhöhten TV-Konsums nicht nur beschleunigt immer mehr ins Bewusstsein treten, sondern gleichzeitig werden dabei die alten Erinnerungen durch angsterzeugende Reize neuropathologisch immer mehr verblassen, indem die noch vorhandenen Index-Neurone, die sich bei den geimpften Menschen eben zeitweise gerade nicht mehr regenerieren oder neu bilden können, damit nach und nach überschrieben werden. Damit einher geht ein verstärktes Gefühl von Angst, eine mangelnde natürliche Neugier, eine geschwächte physische Resilienz, ein schwindendes Selbstwertgefühl, das in einen kollektiven Narzissmus eingeht und eine fehlende kritische Denkfähigkeit, was zu stereotypem Denken und Handeln führt. Dieser zweistufige Angriff aus hirnschädigender Impfung zur leichteren Indoktrinierbarkeit und einer darauf aufsetzenden allgegenwärtigen Angst-Propaganda sowie den weiteren existenziellen (wirtschaftlichen) Ängsten auslösenden Maßnahmen wie Lockdowns und sozialer Distanzierung (Einsamkeitsrisiko) könnte erklären, warum selbst die absurdesten Infektionsschutzmaßnahmen in der Coronazeit fanatisch gegen jede Kritik von „Feinden“ verteidigt und blind befolgt wurden. Mit der Schädigung der Leistungsfähigkeit des autobiografischen Gedächtnisses und der vom Hippocampus abhängigen resilienten Hirnfunktionen (chronische hippocampale Destruktion) durch die möglichst mehrfach verabreichten Spike-mRNA-Injektionen einher geht die steigende Verbreitung von Depressionen und Alzheimer, so dass in der Zukunft ebenfalls mit einem rasanten Anstieg dieser Krankheiten zu rechnen ist. Der gleichgeschaltete kränkliche Untertan ist damit keine dystopische Vision aus Zukunftsromanen wie „1984“ oder „Schöne neue Welt“ mehr, sondern eine der Mehrheit verborgene realisierbare technologische Möglichkeit moderner Kognitiver Kriegsführung. Von den breiten geimpften Bevölkerungsschichten, welche die vorgegaukelten Narrative der Eliten vor allem seit dem Beginn der Pandemie 2020 und den darauffolgenden Massenimpfungen immer mehr verinnerlicht haben, können sie allerdings immer weniger erkannt noch kritisch hinterfragt werden.⁴⁰ Dieser Effekt wurde auch bei der Kriegspropaganda gegenüber Russland genutzt, um im hybriden Dritten Weltkrieg die „kognitive Oberhand“ bei der Meinungsbildung zu behalten.

2.3.4 Der Ukrainekrieg ist auch ein Schlachtfeld Kognitiver Kriegsführung

In dieser hoch modernen hybriden Form von bewusstseinszersetzender Kriegsführung um die neue „totale“ Vorherrschaft in einer aufkommenden multipolaren Welt hat der am 24.02.2022 begonnene Angriff Russlands auf die Ukraine zwar nicht diesen schon lange schwelenden Konflikt begonnen, aber in dieser Form neue militärische Konfliktfelder und geopolitische Herausforderungen geschaffen. Die gewachsene Weltwirtschaftsordnung als breit akzeptiertes Regelwerk unter Einbindung von Russland und China in die Welthandelsorganisation steht im Westen insbesondere für exportstarke und von Direktinvestitionen im Ausland abhängige Länder wie Deutschland auf dem Spiel, da es nun zu einer neuen wohlstandsmindernden feindlichen politischen Blockbildung im Rahmen einer „selektiven Globalisierung“ bis hin zur einer Deglobalisierung kommen könnte. So streben die USA mit ihren westlichen Verbündeten und angestrebten Kooperationspartner wie Indien und Brasilien ein „Westen+“-Szenario (Westen plus Japan, Korea, Australien und den südostasiatischen ASEAN-Ländern) an. Die bereits durch die Coronakrise geschwächten Lieferketten der EU sollten sich den USA zur Folge mit Blick auf dieses Szenario im Bereich der industriellen Vorprodukte nur noch auf verbündete Länder beziehen (Friendship Shoring). Das komplexe Verhältnis zu China, das vor einer Entscheidung zwischen

einer engen Kooperation mit Russland oder einer breiten Partnerschaft mit dem Westen+ steht, wird dabei auch für Deutschland zu einer Schlüsselfrage, da die Umsätze deutscher Unternehmen in China 16 mal höher sind als -vor den Sanktionen- in Russland und Chinas derzeitige Exporte in die EU und den USA viel höher ausfallen als nach Russland. Russland dürfte bei einem langfristigen Bündnis mit China in Folge dessen steigenden ökonomischen und militärischen Gewichts in der Welt zudem nur die Rolle des Juniorpartners zukommen, was langfristig die Chancen erhöht, es wieder zu seiner historisch gewachsenen Annäherung an den Westen zu bewegen, der daraufhin seine Direktinvestitionen und den damit verbundenen Technologietransfer zur ökonomische Modernisierung dieses in der Fläche größten Landes der Welt einbringen könnte. Ein stärkeres Zusammenrücken zwischen EU und China mit Russland könnte in der Zukunft hingegen über das chinesische Jahrhundertprojekt „Neue Seidenstraße“ erfolgen. Die ersten Weichenstellungen für ein solches Szenario, das die USA bereits räumlich außenvor lässt und daher von ihr massiv bekämpft werden dürfte, sind bereits 2016 im Jahr des BREXIT wie der Trump-Wahl mit der Gründung der Asian Infrastructure Investment Bank ohne Beteiligung der USA geschaffen worden. Zu den Mitbegründern zählen neben China dagegen UK, Frankreich und Deutschland.⁴¹

Somit wird das geopolitische Spielfeld und kognitive Schlachtfeld der nächsten Jahrzehnte neben einer wachsenden militärischen Aufrüstung durch die Anbahnung und Festigung von machtpolitischen Bündnissen geprägt sein, welche die Aufhebung aktuelle bestehender Feindbilder ebenso notwendig machen könnte, wie die „Entdeckung“ feindlicher Absichten bei bestehenden Bündnispartnern, mit denen aus nationalem Eigeninteresse oder neuen strategischen Bündniserwägungen eben wieder gebrochen werden muss. Daher wird es für die nationalen Regierungen und die hinter ihnen stehenden elitären Interessengruppen wichtig, die mit immer neuen Narrativen „geimpfte“ Bevölkerung in diesen unsicheren und wechselnden Bündnisszenarien der andauernden Übergangszeit hin zu einer neuen Weltordnung möglichst geschlossen und ohne groß zu murren hinter sich zu bringen. Dies wäre ein rationales Motiv für die Erzeugung einer weltweit zu beobachtenden Massenformation in den einzelnen Staaten, auch wenn diese „Bewältigungsstrategie“ mit je nach Staatsform unterschiedlichen Intensitäten zu beobachten war. Diese offenbar weltweit genutzte Strategie der kognitiven Kriegsführung bewirkte eine den jeweiligen herrschenden Kräften sehr genehme Regierungstreue gegenüber den Coronanarrativen, auch wenn der Westen sich als möglicher Urheber einer Biowaffe für seinen asiatischen Rivalen dadurch einen geopolitischen Vorsprung verschafft haben könnte. Auf längere Sicht könnte eine breite erzeugte Ablehnung von China und Russland den Kampf des derzeitigen amerikanischen Hegemonen gegen das aufkommende und für ihn höchst bedrohliche multipolare Zeitalter beflügeln. Insbesondere für die USA und der von ihr angeführt NATO wird es daher in Folge ihrer bedrohten Position durch Russland, China und eine auf lange Sicht durch die Neue Seidenstraße womöglich in diesen Block eingebundene EU bedeutsam, das westliche Bündnis mit den bestehenden Feindbilder zu erhalten und die westlichen Bevölkerungen auf die wachsende Kriegsgefahr insbesondere von Russland einzuschwören, solange sich China noch nicht eindeutig gegen den Westen positioniert hat. Das neue Coronavirus könnte dann entweder als unabsichtlich ausgebrochener Krankheitserreger weltweit als ein spürbarer Auftakt für oder in Form einer absichtlich und strategisch eingesetzten Biowaffe als ein letzter bereits tödlicher Warnschuss vor dem eigentlichen Beginn des hybriden 3. Weltkrieges stehen, der immer unvermeidlicher erscheint.

Die dafür notwendige kulturelle Manipulation des kollektiven Bewusstseins einer Bevölkerung im Rahmen der Kognitiven Kriegsführung lässt sich als neurobiologisch forcierte Massenformierung beschreiben, welche aktuell jedes Verständnis für die russische Positionen in dem gegenwärtigen Krieg ausschließt und die Wertschätzung für die jahrhundertealte russische Kultur zu Gunsten der überlegenen „westlichen Kultur“ gezielt untergräbt. Umgekehrt stellen China und Russland im Rahmen ihrer Strategie der Kognitiven Kriegsführung die Werte des „degenerierten“ Westens generell in Frage. Die

Zukunft wird in diesem kognitiven Wettrüsten noch manch verhängnisvolle Entwicklung mit sich bringen, welche die Menschheit insgesamt bedrohen wird. So können die kommenden Innovationen in der Nano- und Biotechnologie in Verbindung mit Fortschritten u.a. in den Computer- und Neurowissenschaften nach NATO-Dossiers zu Neurowaffen wie Nanorobotern führen, welche die Menschen mit dem Essen aufnehmen und darüber das Erinnerungsvermögen, die Gedanken und Gefühle ganzer Massen bezüglich Zugehörigkeit oder Passivität direkt gesteuert oder umkehrt die Leistungsfähigkeit der Gehirne von Soldaten optimiert werden könnten, die darüber mit einer KI vernetzt wären. Die Gehirns als Schnittstelle zwischen Mensch und Maschine wird in den nächsten Jahren zu einem intensiven Forschungsfeld auch der Militärs werden, ohne dass die Öffentlichkeit darüber Kenntnisse haben wird, wenn etwa über präparierte alltägliche Kleidungsstücke wie Mützen die Gehirnaktivitäten ausgelesen und darüber verborgene geheimdienstliche Rückschlüsse über die Stimmungen und Vorlieben der Menschen möglich werden. So wie das militärische und zivile Leben hier verschwimmen, so führt die Kognitive Kriegsführung aus Sicht der NATO immer mehr zu einer Aufweichung der Grenzen zwischen Krieg und Frieden, da wir alle stets potenzielle Ziele sind, deren Verstand möglichst bald vollständig „gehackt“ und dann umfassend manipuliert werden soll. Allen Menschen, die dann nicht nur als zu manipulierendes „Volk“, sondern als auszulöschender „Feind“ deklariert werden, droht die Zerstörung des sozialen oder gar physischen Lebens, so wie es auf der anderen Seite das erklärte NATO-Ziel im Cognitive Warfare ist, jeden Menschen zu einer Waffe im (Informations-)Krieg zu machen.⁴²

Die gegenwärtige Entwicklung einer „Kognitiven Kriegsführung“ der NATO ist die angesichts der zur Verfügung stehenden Möglichkeiten ebenso erschreckende wie konsequente Weiterführung der Strategie „Krieg mit allen Mitteln“ im digitalen Zeitalter, die allerdings auch von den Rivalen vorangetrieben wird und damit insgesamt zu einer Aufrüstungsspirale im Informationskrieg führt. Die epochale digitale Transformation der Welt ist damit durch die strategischen Konflikte in einer aufkommenden multipolaren Weltordnung geprägt. Einst hatte das für das Militär entworfenen Internet nach seiner moralischen Reifung im zivilen Leben das demokratische Versprechen eines freien, kostenlosen und völkerverständigenden Austausches verheißen. Seine fortschreitende Übernahme durch (amerikanische) IT-Konzerne und Militärs könnten zu einer bedrohlichen Rückentwicklung führen, bei der die KI dann für das eingeschränkte bindungslose Lernen der formierten arbeitenden Massen zuständig ist, aus der der militärische Nachwuchs für den Krieg des neoliberalen amerikanischen Imperiums rekrutiert wird. Dies wäre dann auch wieder ein Krieg ums kapitalistische Geschäft, das die Gemeinschaften aus sozialen Bindungen in einer danach aufkommenden totalitaristischen Gesellschaft zerstört würden. Da diesmal der Einsatz von Atomwaffen zu einem abrupten Ende der Menschheit führen könnte, scheint der Einsatz von Informationen als Waffen weltweit im Verbund mit den propagandistisch ausgeschlachteten militärischen Hotspots wie in der Ukraine die geeignetere Strategie zu sein, die Menschen von den eigenen Kriegszielen zu überzeugen, um diese erfolgreich realisieren zu können. Das Schüren von Atomkriegsängsten ist darin inbegriffen, was nicht heißen soll, dass die gegenwärtige NATO-Strategie einer schrittweisen kontrollierten Eskalation durch Waffenlieferungen und Genehmigungen zum ukrainischen Einsatz auch auf russischem Territorium irgendwann nicht auch zu einem heißen 3. Weltkrieg führen kann.

Die zu einer wissenschaftlich gestützten analytischen Durchdringung dieser Entwicklungen notwendige Annahme besagt, dass es eine politische und wirtschaftliche Machtelite mit einem erheblichen Einfluss auf die Massenmedien tatsächlich gibt und diese über die in ihren Händen befindlichen wenigen Großunternehmen der Mainstreammedien auch in demokratischen Staaten die öffentliche Meinung nach ganz eigenen Interessen manipulieren kann. Sie ist nicht vorschnell und grundsätzlich als Verschwörungstheorie abzulehnen, sondern vielmehr als grundlegende These der Medien- und Kommunikationswissenschaft sinnvoll zu nutzen, um die herrschenden Macht-

verhältnisse bei der Erklärung der gegenwärtigen wirtschaftlichen, sozialen und politischen Situation zu berücksichtigen. Daher besteht die explizite Aufforderung an alle Menschen durch diese Annahme darin, den täglichen Medienkonsum insbesondere bei Angstthemen daraufhin bewusst zu prüfen, wer hierbei von einer Gesellschaft in Angst profitieren könnte. Zum Leidwesen der sozialwissenschaftlichen Forschung und gleichzeitig als Indiz für den Einfluss der unterstellten Machteliten gab es 1939 die letzte von einer speziellen Propagandawissenschaft fundierte Aufstellung der Grundformen der Propaganda. Die vor allem aus der Massen- und Gräuelpropaganda des Ersten Weltkriegs abgeleiteten und bis heute nicht auf Deutsch veröffentlichten Seven Common Propaganda Devices vom amerikanischen Institute for Propaganda Analysis (IPA), das seine Arbeit nach dem Kriegseintritt der USA in den Zweiten Weltkrieg 1942 einstellen musste, gelten daher bis heute als wichtige Grundlage zur Sensibilisierung einer breiteren Öffentlichkeit für die Gefahren durch Propaganda. Danach lassen sich die folgenden sieben Grundformen unterscheiden, die als klassische Propagandaformen der Kognitiven Kriegsführung gelten können:⁴³

1. **Name Calling:** Verwenden von Schimpfwörtern oder negativ besetzten Begriffen, die zur Ablehnung bei den Menschen führen sollen. Neben dem Etikettieren z.B. als „Nazis“, „Putinfreund“ oder „Terrorist“ wird damit auch ein bestimmte Wertung eingeführt (Labeling), die auch auf Basis von Wortneuschöpfungen (Neologismen) wie „Covidiot“ oder „Wutbürger“ sowie durch negativ besetzte Umdeutungen (Dysphemismen) von bisher positiven bis neutralen Begriffen wie „Querdenker“ oder „Impfgegener“ geschaffen wird.
2. **Glittering Generality:** Ein die Wahrnehmung mit positiver schillernder Allgemeingültigkeit zu besetzende Gegenstück zur Namensgebung glorifiziert die eigene Seite mit Worten (z.B. „Gerechter Krieg“, „Antiterrorkrieg“) und Bildern, die von der Zielgruppe automatisiert mit positiven Werten assoziiert werden und soll zu einer unreflektierten Identifizierung beitragen. Daneben werden auch vertrauenserweckende Begriffe wie „Demokratie“, „Wissenschaft“, „Medizin“, „Solidarität“ als inhaltlich substanzlose Kampfbegriffe eingestreut, die eine ganze heroische oder idealisierende Erzählung (Narrativ) begründen sollen. Daraus kann ein Personenkult um die von einem politischen Führer aufgebauten Künstler/innen oder Wissenschaftler/innen entstehen, die als Genies gefeiert werden und denen uneingeschränkt vertraut werden kann.
3. **Transfer:** Die Transfertechnik will eine enge Verbindung zwischen einer bestimmten Anschauung mit einflussreichen und geschätzten Personen oder Einstellungen herstellen, die bei der Zielgruppe sehr beliebt sind. Oft geschieht dies in sozialen Netzwerken durch Symbole, wie Flaggen oder Slogans (z.B. Regenbogen als Friedenszeichen wird auch zur Akzeptanz für Geschlechtervielfalt). Daneben nutzen Politiker/innen oft Symboltransfers zu PR-Zwecken, wenn sie etwa im Bergwerk mit Schutzhelm und verschmutzter Arbeitskleidung auftreten, mit dem Fahrrad fahren oder einen Gottesdienst besuchen.
4. **Testimonials:** Hierbei erfolgt eine direkte öffentliche Empfehlung der Anschauung oder Idee durch eine prominente und bei der Zielgruppe vertrauenserweckende Persönlichkeit, ohne dass die Person selbst dahinterstehen oder eigene Opfer dafür erbringen muss. Hierbei kommen oft bekannte Wissenschaftler/innen zum Einsatz, um die Glaubwürdigkeit zu erhöhen.

5. **Plain Folks:** Die Zielgruppe der „einfachen Leute“ wird hierbei direkt durch Reden, Interviews, Beiträgen in sozialen Medien bedient, in der sich die Propagandisten als „einer von ihnen“ ausgeben, welche die Sorge und Nöte der Bevölkerung gut kennen und suggeriert der Masse auf Veranstaltungen durch seine nahbares Verhalten (z.B. Bier trinken, vertrauter Slang, einfache emotionale bis hin zur infantilisierender Sprache „Ist doch nur ein kleiner Picks“, Witze, anerkennende Schmeicheleien), dass ihre Anschauung der Mehrheit der Bevölkerung entspricht. Damit macht er diese Gruppe zu seinem Komplizen und bindet sie enger an sich, um sie danach für den eigentlichen Zweck der Unterwanderung einzusetzen. Hier kann auch die häufig erzeugte Unsicherheit und Unmündigkeit in der Bevölkerung zum Tragen kommen, um sich selbst als Kümmerer für das schutzlose Volk zu präsentieren, das dies allein niemals schaffen würde (Paternalisierung).
6. **Card Stacking:** Diese selektive Darstellung von Informationen über ausgewählte Fakten präsentiert von passenden Autoritäten bis hin zu gefälschten Darstellungen und logischen Fehlschlüssen/Trugschlüssen will wie beim Kartenstapeln nur die positiven eigenen Argumente zu Gunsten jeglicher Kritik darstellen oder umgekehrt nur die Nachteile der Anschauung des Gegners aufgeführt, um kein gutes Haar an ihm zu lassen.
7. **Bandwagon:** Die Nutzung eines mentalen „Zugpferdes“ steht für die oft auch mit Hilfe von Massenveranstaltung wie Konzerte organisierte Erzeugung einer Ansicht oder Verhaltensweise, welche von der Masse enthusiastisch gefolgt wird. Nach dem Motto „Alle sind dafür, sei auch du dabei!“ wird einerseits die psychologische Tendenz der Menschen genutzt, sich einer Mehrheit anzuschließen, um nicht davon ausgeschlossen zu werden, ohne dass dies behauptete Mehrheit zumindest zu Beginn des Einsatzes dieser Technik existieren muss. Andererseits sagt die Beliebtheit einer Idee noch nichts über ihre Rechtfertigung aus.

Zur propagandistischen Täuschung werden gegenwärtig zudem neuere Formen wie das parteiische Agenda-Setting verwendet, um die eigenen viel und breit kommunizierten Themen bedeutsamer scheinen zu lassen, der Gegner wird in öffentlichen Diskussionen inhaltsfrei persönlich angegriffen, um vom eigentlichen Thema abzulenken, ihm wird Kontaktschuld vorgeworfen, wenn etwa seine Kritik an der Regierung auch von „Rechten“ geteilt wird oder jemand aus diesem Kreis auf einer von ihm besuchten Veranstaltung waren, womit er somit objektiv nichts zu tun hat, subjektiv allerdings etwa eine „rechtsoffene“ Haltung suggeriert werden kann. Daneben kann sich im Rahmen der ausgedehnten Political Correctness jeder Kritik entzogen werden, wenn der berechtigte Einwand pauschal als behaupteter diskriminierender Angriff z.B. auf eine Frau oder einem Angehörigen einer Minderheit abgewertet wird, um sich nicht inhaltlich damit auseinandersetzen zu müssen (Traitorous Critic Fallacy in Verbindung mit Totschlagargument). Beim Victim Blaming wird einem Opfer bzw. einer betroffenen Gruppe eine Mitschuld gegeben und so eine Täter-Opfer-Umkehr betrieben, wenn etwa die Täter geschützt werden sollen (z.B. habe eine Frau durch ihren Minirock eine Vergewaltigung selbst provoziert). Die Ablenkungstechnik des Whataboutism schwenkt willkürlich vom eigentlichen Thema auf ein anderes Problemfeld hinweist, dass als bedeutsam für das diskutierte Problem sein soll, indem etwa auf eine ganz andere benachteiligte Gruppe hingewiesen wird, der es doch noch schlechter gehe. Mit dem Astroturfing wird der umfassende Aufbau einer Tarnbewegung als finanzierte Aktivistengruppe bezeichnet, die angeblich aus der Bevölkerung stammt und für hehre Ziele eintritt, wahren dahinter rein kommerzielle Interessen stecken. Oftmals fallen Jugendliche auf diese fingierten Graswurzelbewegungen rein, da sie scheinbar auf ihrer Seite stehen, ohne dass die dahinterliegenden

Finanziers bekannt sind. In Verbindung mit dem übermäßigen Berichten über diese neue Protestgruppe (Agenda-Setting) erscheint diese in der Öffentlichkeit größer als sie ist und kann damit auch schneller als Mehrheitsmeinung verkauft werden. Insgesamt ist auch in Deutschland der diese Propagandatechniken nutzende Trend zu beobachten, dass sich entgegen journalistischer Prinzipien objektive Berichterstattung und Meinungsberichterstattung immer stärker vermischen, so dass der Wahrheitsgehalt immer schwieriger zu beurteilen ist. Da dadurch auch mahnende Kritiker einer militärischen Eskalation in der Ukraine bis hin zum Atomkrieg als „Putinverstehher“ und „Verschwörungstheoretiker“ abgestempelt werden, haben die Mainstreammedien offensichtlich nichts aus ihren Fehlverhalten bei der einseitigen Corona-Berichterstattung gelernt. Dadurch sind die deutschen Massenmedien derzeit den komplexen Anforderungen eines simultanen ukrainischen wie russischen Informationskrieges nicht gewachsen, so dass vielen Menschen hierzulande zwischen dem „neuen Hitler Putin“ und dem vermeintlichen „Endsieg“ der Ukraine auch nicht bewusst ist, dass Deutschland längst Kriegsteilnehmer geworden ist und dadurch ebenfalls als großer Verlierer auf der Weltbühne dastehen könnte. Dadurch fehlt einerseits die russische Perspektive zur Erklärung der Hintergründe und andererseits können die offiziell verbotenen russischen Medien genau mit diesem Verbot, das einen Bären dienst der EU darstellt, bei den mainstreamkritischen Zielgruppen punkten und ihrerseits nunmehr ungefiltert von kritischer Berichterstattung hoch effektiv antiwestliche Propaganda verbreiten.⁴⁴

Hinter der vermeintlichen Kritiklosigkeit westlicher Medien gegenüber der verwendeten ukrainischen und russischen Propagandatechniken steht allerdings ein eigener hochmoderner Mix der im Westen verwendeten Bewusstseinswaffen Kognitiver Kriegsführung, die aus Sicht der Eliten wie der Regierungen sicher nicht der breiten Bevölkerung bekannt werden sollen. Dazu kommt, dass in der Coronazeit die ebenfalls über Aktienbeteiligungen etc. in der Hand der oligarchischen Eliten befindliche Pharmabranche mit den neuen „Impfstoffen“ nicht nur enorme Gewinne gemacht hat, sondern diese im Verbund mit den allgegenwärtigen Coronanarrativen und grundrechtseinschränkenden staatlichen Infektionsschutzmaßnahmen im Zentrum der Kognitiven Kriegsführung gestanden haben. Dies lässt für die Zukunft nichts Gutes erahnen, zumal die jüngere Geschichte bereits an einem nachfolgend beschriebenen Beispiel eindrucksvoll belegt, wie die Propagandatechniken der einflussreichen und mit den herrschenden Machtzirkeln gut vernetzten Pharmabranche zu einem Vernichtungsfeldzug gegen die Gesundheit und körperliche Unversehrtheit von Millionen Menschen auf der ganzen Welt geführt haben.

Die modernen Public-Relations-Ansätze der Unternehmen übertragen ihre legitimen Marketing-Versprechungen bis hin zu illegalen Täuschungen und kriminellen Betrügereien in einer zivilen Anwendung der militärischen Propagandatechniken in das kollektive Unterbewusstsein ihrer kommerziell anvisierten Zielgruppen. Damit werden sie zu Dual-Use-Bewusstseinstecheniken, die militärischen wie zivilen Zielen dienen können. Allerdings bestehen dabei hohe Übertragungsrisiken für den zivilen Sektor, da hier kognitive Waffen eingesetzt werden, die ursprünglich der Vernichtung des Gegners durch den Sieg über sein Bewusstsein gedient haben. Ein unethischer Einsatz dieser Mittel zu Gunsten hoher Profite und großer Macht machen dann die zivile Zählung dieser Ansätze durch ihre dosierte und auf legitime Schritte begrenzte Verwendung schnell vergessen. Durch diese dem Bewusstsein verborgene Manipulation kann sich die große Mehrheit der Bevölkerung lange Zeit in Sicherheit vor den damit verbundenen tödlichen Gefahren wiegen, so dass sich der Schaden immer weiter ausweitet und der berechtigten und häufig auch fundierten Kritik nicht das notwendige Ohr geschenkt wird, bis das böse Erwachen kommt. Dieses muss dann von eben der Politik bewältigt werden muss, die zuvor mit dafür gesorgt hat, dass sich der Schaden zu Gunsten des profitgetriebenen Überschreitens auch bestehender gesetzlicher Regeln erst hat ausbreiten können.

Ein hierfür ebenso markantes wie fatales aktuelles Beispiel der Übertragung von Kriegspropaganda auf die Öffentlichkeitsarbeit von Pharmaunternehmen ist hierbei die amerikanische Familiendynastie Sackler, die sich über Jahrzehnte als Kunstmäzen und philanthropischer Förderer der Wissenschaften ausgaben und von den großen Museen und Universitäten der Welt auch dafür hofiert wurden. Mit Hilfe von durch die Pharmaindustrie finanzierten Astroturf-Organisationen konnte sie verdeckt Einfluss auf die öffentliche Meinung bezüglich Schmerzmitteln nehmen, um innerhalb der Interessengruppen aus Ärzten, Behördenleitern und Patientenvertretungen immer wieder ein positiveres Bild im Sinne eines einheitlichen öffentlichen Narrativ des mit der Zeit immer umstritteneren Medikaments OxyContin zu erzeugen. Mit ihrem 1996 zugelassenen Medikament OxyContin, ein Opiumderivat als hochwirksames Schmerzmittel ihrer Firma Purdue Pharma hat sie federführend und in ihrem Geschäftsgebaren richtungsweisend eine weltweite Opiodkrise als Epidemie mit massenhaften Todesfällen ausgelöst. In den 25 Jahren nach der Einführung sind allein in Amerika 450.000 Menschen aus allen Schichten und Berufsgruppen an einer Opiod-induzierten Überdosis gestorben. Die aggressiven Marketingmethoden der Sacklers hinter den Kulissen sahen das täuschende „faktenbasierte“ Herunterspielen der erheblichen Suchtgefahren vor, die dazu führten, dass viele durch das hochdosierte Medikament in kurzer Zeit süchtig gewordenen Menschen aus der Mitte der Gesellschaft das Medikament überdosierten und daran starben oder mangels weiterer bzw. zu geringer ärztlicher Verschreibungen zur Linderung der Entzugerscheinungen auf den Schwarzmarkt Heroin und andere Drogen konsumierten und schließlich daran verendeten. Die dahinterliegenden aggressiven Vertriebs- und Marketingmethoden basierten auf der Korruption der Arzneimittelbehörde FDA durch Bestechungen sowie die spätere Aussicht hoch dotierter Vorträge und lukrativer Beraterjobs bei Purdue, wenn die „richtigen“ Entscheidungen zu Gunsten der Zulassung getroffen werden, der Zahlung von Provisionen an ausgewählte Ärzte, damit sie mehr von dem Medikament aus medizinisch unnötigen Gründen verschrieben und der Bezahlung von Reisen und teuren Fachkonferenzen für ausgewählte gekaufte und zum Teil auch von der Sache überzeugte Ärzte als „nützliche Idioten“, die Vorträge über die Vorzüge starker Opiode hielten und dabei auch eigenes wissenschaftliche Studien als Beweise aufführten, die ebenfalls von Purdue finanziert wurden. Der rechtlichen Verantwortung für ihre Verbrechen konnte sich die Familie Sackler immer wieder durch ein elitäres Netzwerk von einflussreichen Anwälten, Richtern, Journalisten, Politikern und Behördenvertretern entziehen, so dass sie nie dafür ins Gefängnis mussten, einen Großteil ihres Vermögens bis zum heutigen Tage behalten durften und noch nie irgend ein Zeichen der Reue oder Betroffenheit im Rahmen eines persönlichen Schuldeingeständnisses als Ausdruck von Empathie mit den vielen Leider der Menschen abgegeben haben, auf dem sie ähnlich der Tabak- und Waffenindustrie ihr 13-Milliarden-Dollar-Imperium aufgebaut hat. Zudem investierten die Firma Purdue und andere Hersteller von opioidhaltigen Schmerzmitteln wie die später bei der Entwicklung eines neuen Coronaimpfostoffs an vorderster Front beteiligte Pharmafirma Johnson & Johnson zwischen 2006 und 2015 über 700 Millionen Dollar für Lobbyarbeit in Washington und den fünfzig Bundesstaaten. Die Kosten der Opiodkrise wurden dagegen 2020 in einer Anklageschrift der Bundesstaaten auf über 2 Billionen Dollar geschätzt, so dass sich auch die eingesetzten Propagandamethoden im Verbund mit den kriminellen Machenschaften in der Pharmabranche bis heute hoch bezahlt machen und weiterwirken. Die Coronapandemie mit ihrer sozialen Isolation durch die Lockdowns und die die folgenden wirtschaftlichen Schwierigkeiten hat zum Rückfall bei vielen einst süchtigen Menschen beigetragen, so dass die Zahl der tödlichen Opiod-Überdosen dadurch wieder stärker zunahm.⁴⁵

Dieses Beispiel belegt eindrucksvoll, warum die mächtige und politisch einflussreiche Pharmaindustrie durch ihre aggressiv-korruptiven Vermarktungsmethoden einschließlich der Verzerrung und Fälschung von Forschungsergebnissen als neue „Pandemie-Speerspitze“ des Neoliberalismus seitens renommierter kritischer Insider schon lange vor Corona als „organisierte Kriminalität“ mit rücksichtslosen Spitzenkräften in einem mafiösen System bezeichnet wird, die auch mittels moderner Propagan-

damethoden seit Jahrzehnten eine Vielzahl von menschlichem Leid mit zigtausenden Todesfolgen verantwortet.⁴⁶

Wie es nun ausgerechnet diese einschlägig bekannte Branche geschafft hat, in Zusammenarbeit mit den Regierungen und Massenmedien demokratischer westlicher Länder ihre „risikolosen“ Narrative zu Gunsten der in kürzester Zeit entwickelten neuen Coronaimpfstoffe im kollektiven Bewusstsein einer Bevölkerungsmehrheit zu verankern, ist ohne die dahinterliegenden Erkenntnisse und Methoden und Ziele der Kognitiven Kriegsführung nicht hinreichend erklärbar. Ihre die Gesellschaft spaltenden Kampagnen zur Erhöhung der Impfbereitschaft und Diskreditierung von „Impfgegnern“ hat insgesamt wahrscheinlich neben kommerziellen und (gesundheits-)politischen auch militärischen Zielen in der aktuellen geopolitischen Konfliktlage gedient, die sich nach Corona zum Ukrainekrieg ausgeweitet hat. In diesem Informationskrieg kommt der Künstlichen Intelligenz als weitere zentrale Dual-Use-Technologie eine besondere Bedeutung zu, die somit in ihren Chancen und Risiken zum technischen Wegbereiter des Fortschritts oder Niedergangs der gesamten Menschheit avanciert. So wie die digitale Transformation ohne KI undenkbar ist, so ist unser digitaler Alltag über die KI stets auch von den dahinterliegenden wirtschaftlichen und politischen Machtstrukturen geprägt, die im nächsten Punkt näher betrachtet werden.

2.4 Chancen und Risiken Künstlicher Intelligenz als Speerspitze der digitalen Transformation der Gesellschaft

Das Aufkommen der KI markiert einen neuen Abschnitt in der Entwicklung der Menschheit, da sie die Frage stellt, wie die Arbeit in der Gesellschaft zukünftig verteilt und entlohnt wird. Damit steht sie an der Speerspitze der digitalen Transformation einer Gesellschaft wie der Deutschlands und die Nutzung ihrer Chancen bei Minimierung der Risiken entscheidet darüber, in welcher Richtung der Transformationspfad verlaufen wird. Die militärischen Potenziale der KI sind einerseits ein großer Treiber der technischen Entwicklungen, stellen andererseits aber auch fundamental neue Bedrohungen für die gesamte Menschheit dar.

So stellen die Aussagen des Tesla-Chefs Elon Musk, wonach das international unregulierte nationale Wettrüsten um die Vorherrschaft in KI aus seiner Sicht durch autonom entscheidende Angriffssysteme zum Dritte Weltkrieg beitragen wird und das Zitat des russischen Präsidenten Wladimir Putin, der die Vorherrschaft der KI als globales Herrschaftsinstrument der zukünftigen Menschheit ausmacht („Wer immer führend in dieser Sphäre wird, wird der Herrscher der Welt“), die derzeitigen Entscheidungen über den strategischen Einsatz von KI in einen geopolitischen Zusammenhang.⁴⁷

Dieser globale geostrategische Blick ist wichtig, weil die alltägliche Nutzung von „allgengewärtiger“ KI spätestens mit dem Einzug von ChatGPT in das kollektive Bewusstsein einer breiten Öffentlichkeit seit November 2022 eingegangen ist und eben dieses Bewusstsein wiederum Adressat der kognitiven Kriegsführung der geopolitischen Rivalen im 21. Jahrhundert wird. Eine komplementäre Nutzung von Chatbots im mikrosozialen Privat- und Berufsleben zur effizienteren Bewältigung von textbasierten Aufgabestellungen im digitalen Alltag sollte daher nicht den Blick darauf verstellen, dass KI immer auch ein immer wirksames Werkzeug der Mächtigen darstellt, die Welt nach ihren Vorstellungen zu formen. Die friedliche, sozial gerechte und nachhaltige Gestaltung der Welt ist die fundamentale Aufgabe der vor uns liegenden konfliktreichen Epoche im beginnenden multipolaren 21. Jahrhundert.

Grundsätzlich lässt sich „Künstliche Intelligenz“ dafür als angewandte interdisziplinäre Forschung wie auch als den Forschungsgegenstand beschreiben, bei dem es darum geht, Maschinen in Form von

Computerprogramme als lernende intelligente Agenten zu studieren, welche autonom agieren, ihre Umgebung wahrnehmen, über einen längeren Zeitraum Bestand haben, sich an Veränderungen anpassen sowie Ziele erstellen und verfolgen können. Intelligenz wird dabei als Rationalität auf Basis von Logik und Wahrscheinlichkeiten verstanden, so dass das beste rational erwartbare Ergebnis auch unter Unsicherheit von einem künstlichen rationalen Agenten mit der höchst möglichen Wahrscheinlichkeit erzielt werden kann, der damit stets das Richtige tun soll. Die Beurteilung des Verhaltens eines Agenten erfolgt im Sinne des Konsequentialismus anhand der äußerlich beobachtbaren Konsequenzen seines Agierens, so dass das bestmögliche „Richtige“ im Ergebnis auch die Wünsche und Präferenzen der Menschen erfüllt, welche die Maschinen programmieren und nutzen. Diese zielbezogene Erwünschtheit der zu erreichenden Zustände in der gewählten Umgebung wird als zu maximierendes Leistungsmaß erfasst, mit dem die erzielte Wirkung beurteilt wird. In der maschinellen Analogie und entsprechenden Sicht des Menschen als Agent, der mit seinen Sinnen als Sensoren die Umgebung wahrnimmt und mit Händen, Beinen, Vokaltrakt als Aktuatoren auf diese Umgebung einwirkt, wirkt ein Roboter-Agent z.B. über Kamerasensoren und Motoren als Aktuatoren auf die Umwelt, während eine Softwareagent Dateninhalte durch Netzwerkpakete und menschliche Befehle etwa über Tastaturen oder Touchscreen als sensorische Eingaben empfängt und dann durch das Schreiben von Dateien, Senden von Netzwerkpaketen, Anzeigen von Informationen auf Bildschirmen oder dem Erzeugen von Tönen auf die Umgebung einwirkt. Die Sichtweise, den menschlichen Verstandes wie eine Maschine zu betrachten und als Vorbild für rationales Handeln zu nehmen, wurde der Philosophie, der Kognitionpsychologie, Neurowissenschaft und Wirtschaftswissenschaft übernommen und mit Mathematik, Linguistik, Kontrolltheorie und Kybernetik auf Basis der Fortschritte in der Computertechnik kombiniert, um die international auch konkurrierenden Forschungen (z.B. China vs. USA) voranzutreiben, die mittlerweile in der breiten Öffentlichkeit wahrgenommen diskutiert werden. Zu den gegenwärtigen Fortschritten maschinellen Lernens der KI zählen u.a. Roboterfahrzeuge und Drohnen, autonomes Planen, maschinelles Übersetzen, Spracherkennung für digitale Dienste, Empfehlungen für Kunden im Konsumgüterbereich, Dominanz über den Menschen bei Spielen wie Schach, Go, Shogi, Jeopardy oder Poker, verbessertes Bildverstehen zur Objekterkennung und Krankheitsdiagnose in der Medizin sowie komplexen Deep-Learning-Modellen etwa in der Klimawissenschaft. Der „KI-Index“ der Stanford-Universität weist auf die in den letzten Jahren steigende öffentliche Akzeptanz der KI hin, wenn auch ihrer ethischen Risiken durch tödliche autonome Waffen, Überwachung und soziale Einflussnahme auf z.B. Wahlen, Diskriminierungen durch verzerrte Daten, der zunehmende Einsatz in sicherheitskritischen Anwendungen wie beim autonomen Fahren oder der Verwaltung öffentlicher Infrastruktur, der Cybersicherheit, der Datenschutz und der potenzielle totale Kontrollverlust des Menschen durch hyperintelligente Maschinen bedeutsam bleiben. Die KI bleibt zudem weiterhin eine männliche Bastion, da sich die beteiligten Gruppen an der Weiterentwicklung von KI aus Professuren, Doktoranden/innen und Beschäftigten in der Industrie etwa zu 80 % aus Männern und 20 % Frauen zusammensetzten. Gegenwärtig wandelt sich die KI, die bislang zumeist keinen direkten Zugang zur Welt hatte, in Folge der Kostensenkungen und Fortschritte in der Sensor- und Robotertechnik von primär softwarebasierten Systemen hin zu eingebetteten Robotersystemen mit erhöhtem Nutzen. Diese intelligenten Roboter werden sich zunächst in der Industrie als leichter messbarer Wertbeitrag für Arbeitsroutinen in leichter zu kontrollierenden Umgebungen verbreiten und sich in etwa 10 Jahren im privaten Bereich deutlich bemerkbar machen, der durch eine höhere Variabilität der Umgebung und Aufgaben geprägt ist. In einer vernetzten Welt stehen sich in Multiagentensystemen häufig mehrere Agenten in kooperativer oder feindlicher Absicht gegenüber. Hierbei werden koordinierte Pläne mit Hilfe der wirtschaftswissenschaftlichen Spieltheorie zur Ableitung einer rationalen Entscheidungsfindung kommunikativ bestimmt bzw. bei feindlichen Agenten antizipiert, so dass kein intelligenter Agent einen Anreiz hat, von seiner vorgegebenen Strategie abzuweichen (Nash-

Gleichgewicht) und der jeweils eigene Agentennutzen unter den definierten Spielregeln ebenfalls maximiert werden kann.⁴⁸

Diese einseitige Sicht auf den „männlichen“ Verstand behaftete digitale Transformation im Bereich der KI begleitet und durchzieht den gesamten planetaren Transformationsprozess der Menschheit. Dieser epochale Prozess kann ihr neues demokratisch-ziviles Leben einhauchen oder noch tiefer in das autoritär-militärische globale Umverteilungsprogramm namens Neoliberalismus ziehen, das die USA als einzig verbleibendes Imperium nach dem Gewinn des Kalten Krieges der Welt lange Zeit vorgegeben haben und nun von seinen Rivalen auf globaler Augenhöhe und vielen bislang vom Westen unterdrückten Völkern der Welt bekämpft wird. Diese Ablehnung der mit allen Mitteln verteidigten amerikanischen Dominanz droht in einen weltweiten Krieg auszuarten, der dann in jedem Fall auch mit Hilfe der spieltheoretisch modellierten KI geführt wird, die unser aller Menschenbild dann noch weiter massiv in Richtung des strikten Eigennutzes beeinflussen könnte – vorausgesetzt es gibt dann auch die berechneten überlebenden „Gewinner“.

Die Verbreitung des ökonomischen Menschenbildes, das auf der Rationalität strikten Eigennutzes und der Profitmaximierung basiert, hat seinen Ursprung in den spieltheoretischen Modellen des Kalten Krieges, die der USA einen strategischen Vorteil gegenüber der Sowjetunion verschaffen sollten. Das Militär wollte die als Spielzüge interpretierten Handlungen und Taktiken des Gegners entschlüsseln, um nicht in eine Falle zu laufen und selbst den Sieg davontragen zu können. Dazu wurde von Ökonomen, Physikern und Mathematikern das Denkmodell des „rationalen Selbstinteresses“ entworfen, das den atomaren Erstschlag und die wechselseitige Vernichtung im Rüstungswettlauf verhindern sollte, indem die beste Strategie gegenüber einem Mitspieler gesucht wurde, der über das gleiche Drohpotenzial verfügt. Erst durch die einfache Eigennutzannahme konnte die Komplexität menschlichen Verhaltens in eine mathematische Sprache übersetzt werden, so dass auch komplexe Entscheidungssituationen ab Mitte der 1950er Jahre mit Hilfe von Computern analysiert werden konnten. Der Anspruch der beteiligten Wissenschaftler bestand darin, mit ihren Formeln und Algorithmen letztlich alle sozialen Entscheidungssituationen unter Annahme des Menschen als homo oeconomicus zu analysieren und daraus Verhaltensvorhersagen abzuleiten. Der Ökonom und Nobelpreisträger John Nash, der für die das Militär beratenden RAND Corporation arbeitete, entwickelte die Theorie nicht kooperativer Spiele. Sie beschreibt eine Situation gegenseitigen Misstrauens, die durch eine auch auf anonymen Märkten bestehende fehlende wechselseitige Kommunikation der Gegenspieler geprägt ist und die Kenntnis der eigennützigen Motive des Gegenübers seine wahrscheinlichsten im Sinne der rationalsten Spielzüge antizipieren lässt, von denen er nicht mehr abweichen wird, um in den eigenen Erfolg zu optimieren. Der entsprechende Algorithmus führt somit zum Nash-Gleichgewichts, das letztlich einen logischen Kompromiss zwischen zwei oder mehr Spielern beschreibt, die annahmegemäß voneinander das Schlechteste denken müssen. Es wird heute in modifizierter Form z.B. auf den Finanzmärkten in Hedgefonds oder in Googles Werbesystem AdWords zur statistischen Analyse von Suchanfragen verwendet. Kritiker seiner direkten Übertragung auf reale Situationen weisen auf die Gefahr der selbst erfüllenden Prophezeiung des begrenzten theoretischen Modells hin, die den Menschen dann auch im echten Leben zwingen, sich rein egoistisch zu verhalten. Zudem wurden die spieltheoretischen Modelle für (kalte) Kriegszeiten entwickelt, auch wenn sie über die Finanzbranche mit der Zeit immer größeren Einfluss gewannen. Nach dem Untergang der Sowjetunion 1991 wurden die militärischen Forschungsmittel in den USA deutlich gekürzt, so dass viele ältere Physiker aus der militärischen Forschung als quantitative Analysten (Quants) zu Banken oder Fonds wechselten und bei der Entstehung von automatisierten Finanzmärkten über komplizierte Algorithmen an virtuellen Finanzprodukten wie Derivaten mitwirkten, die dann ab 2007 als kritisierten neuen „Massenvernichtungswaffen“ auch zur nächsten großen Finanzkrise beitrugen. Als Reaktion darauf wird der Wandel von rechtlich und militärisch begrenzten Nationalstaaten zu „Informationsmarktstaaten“

gefordert, die im Rahmen einer neuen konstitutionellen Ordnung über Informationstechnologien und Big Data eine vollständige Überwachung ihrer Bürger durchführen können und spieltheoretisch analysierten Gegnern mit supranationalen Kriegs- und Verteidigungsmethoden zu Leibe rücken. Die Vermarktlichung der Gesellschaft führt dabei zum Rückzug des Wohlfahrtsstaates. Der allein durch seinen trickreichen, manipulativen Einfallsreichtum jenseits emotionaler Empathie erfolgreiche Modellmensch des homo oeconomicus wird dadurch zum Vorläufer des heutigen Agenten in der KI wie in der gesamten Gesellschaft. Der Menschen wird in der dahinterliegenden neoliberalen Ideologie zum Unternehmer seines eigenen Ichs reduziert, der für sein Leben primär selbstverantwortlich ist. Dieser Verlust kollektiver kooperativer Handlungsmöglichkeiten gibt den Menschen mehr und mehr das Gefühl, isoliert und unterhalb ihrer Möglichkeiten zu leben, was zunehmend zu psychischen Belastungen und Krankheiten führt.⁴⁹

Diese entsolidarisierende gesamtgesellschaftliche realexperimentelle Total-Übertragung eines akademischen Modells für rein partielle legitime Forschungszwecke ist im Falle des homo oeconomicus mit besonders hohen sozialen Risiken verbunden. Wird der ökonomische Modellmensch einer psychodiagnostischen Analyse auf Basis von allgemeinen und spezifischen Messinstrumenten unterzogen, die in der Klinischen und Forensischen Psychologie, Psychiatrie sowie Kriminologie als reliable und valide Möglichkeiten zur Erfassung von Psychopathie gelten, fällt das Ergebnis in einem solchen Experiment höchst negativ aus. Er fällt dann unter sogenannte „white collar psychopaths“, die über eine hohe Intelligenz verfügen und sich bei ihrer wirtschaftskriminellen Karriere erfolgreich weder von strafrechtlichen Sanktion, unternehmerischen Kontrollen oder in Folge ihrer fehlenden emotionalen Empathie gar eigenen Skrupeln aufhalten lassen. Der homo oeconomicus ist als somit „diagnostizierter Psychopath“ gemäß den ökonomischen Annahmen in der Lage, sich ebenfalls manipulativ zu verstellen, opportunistisch zu lügen und betrügen, verfolgt immer und allein seine egoistischen Interessen, woraus ein übermäßiges Selbstwertgefühl entsteht. Seine empathielose Emotionslosigkeit und Ich-Bezogenheit fördert ständiges und krankhaftes Lügen, während darüber hinaus das wiederholte Schädigen anderer auf einen parasitären Lebensstil mit fehlender Reue und Schuldgefühlen hinweist. Da er Emotionen und widersprüchliche oder ambivalente Aspekte seines Selbst aus psychoanalytischer Sicht nicht aushalten kann, handelt er streng eigennützig rational und kühl kalkulierend. während das Aushalten der Ambivalenz des Selbst als dritte und die Übernahme von Verantwortung für sich und andere als vierte Stufe der normalen Persönlichkeitsentwicklung vollständig fehlen. Die weit verbreiteten monetären Anreizsysteme von Organisationen, die nach dem Modell des homo oeconomicus gestaltet sind, führen zu einer adversen Selektion, indem sie Mitarbeiter anziehen, die anreizkonformes soziopathisches Verhalten zeigen, indem sie die vorgefundenen flexiblen Anreizsysteme zu ihrem Vorteil manipulieren. Psychopathen finden sich nach Aussage empirischer Studien dazu häufiger in den höheren Führungsebenen von Unternehmen als es ihrer Verteilung in der Gesamtbevölkerung entspricht. Die Prävention in den Organisationen liegt daher in erster Linie in einem für Psychopathen unattraktiven Anreizsystem, das auf einem Menschenbild mit gesunder Persönlichkeitsentwicklung aufbauen und zwischenmenschliche Beziehungen sowie gemeinsame Ziele fördern.⁵⁰

Diese Überprüfung der Modellannahmen anhand der bereits heute beobachtbaren realen gesellschaftlichen Folgen in den Führungsetagen lassen die einprogrammierten egozentrierten und strikt „rationalen“ Werte und handlungsleitenden Menschenbilder in der KI wie eine gigantische selbsterfüllende Prophezeiung erscheinen. Insofern liegt das Hauptrisiko der KI derzeit nicht in einer denkbaren Auslöschung der Menschheit durch autonome Nuklearwaffen oder dem Eintritt einer „Singularität“, welche die Weltherrschaft durch eine den Menschen kognitiv überragende KI einleitet. Vielmehr geht es um die exponentielle Reproduktion der herrschenden sozialen Ungleichheit in der neoliberalen westlichen Weltordnung unter Führung des amerikanischen Imperiums. Die wachsende

Durchdringung eines verkürzten Menschenbildes, das den Menschen als eigennützigen und stets rational handelnden Agenten betrachtet und ihn letztlich als Biomachine ansieht, deren Verstand im Sinne der Eigentümer der Algorithmen in die „richtige“ Richtung gelenkt werden kann, könnte dann von einer mächtigen, sich als vom Rest der Menschheit getrennt und dieser als überlegen sehenden „auserwählten“ Minderheit genutzt werden, ihre Position und die ihrer Nutznießer zu Lasten der überwiegenden Mehrheit der Menschheit weiter auszubauen. Wenn die KI durch einen Verbund privater IT-Konzerne, drittmittelgetriebenen Forschungseinrichtungen und Militärs unter Führung der mächtigen oligarchischen Eliten, welche das politische System dominieren und die Konzerne besitzen, weiter in einem derzeit herrschenden geopolitischen Konfliktszenario vorangetrieben wird, würde ein globales „Nash-Gleichgewicht“ womöglich zunehmend undemokratische totalitaristische Gesellschaftsformen auch im Westen bevorzugen lassen. Für die KI-gestützten Szenarien der militärischen Planer würden sich solche Staatsformen weitaus besser mit den autoritären Systemen Russlands und Chinas koordiniert in Einklang bringen lassen, auch wenn dies die große Mehrheit der Menschen um ihre Entwicklungschancen bringen könnte, die bei einem gegenteiligen Verlauf einer zunehmenden Demokratisierung der Welt zu erwarten wäre. Die Coronakrise hat gezeigt, wie schnell sich autoritäre Regierungsstile auch westlicher Länder bemächtigt haben, so dass hier den mehrheitlich durch die von weitaus weniger Freiheitseinschränkungen betroffenen geimpften Bevölkerungsgruppen Anreize vermittelt wurden, um eine solche systemstabilisierende Konformität in Sinne eines zumindest temporären Gleichgewichts der Weltordnung zu erzeugen. Insofern ist es die uralte Grundfrage der Macht, die durch die KI im 21. Jahrhundert neu gestellt wird und auf die die Menschheit diesmal hoffentlich eine bessere Antwort hat.

Sie kann allerdings schon deshalb nicht allein im Bereich der derzeitigen dominierenden Wissenschaft liegen, da diese gerade im Bereich der Biotechnologie, KI und sonstiger technischer Errungenschaften die Welt und den Menschen vor allem unter einem Maschinenparadigma betrachtet. Eine Maschine muss immer gelenkt werden und die „Führer“ im Maschinenraum werden sich den totalitären Spielräumen ihrer mächtigen Position immer weiter zuwenden und einer digital erzeugten und neurobiologisch verstärkten biopolitischen Massenformation bedienen. In diesem KI-Zug mit den Herrschern der Algorithmen im Führerstand und uns auf den billigen Plätzen sind wir die fremdbestimmten Passagiere, die mit einem schmerzenden Lächeln dafür zahlenden Fahrgäste, die nur noch an den definierten Haltepunkten zu den vorgegebenen Arbeits- und Vergnügungsorten aussteigen dürfen. Über einen erhöhten kompensierenden Konsum digitaler Angebote werden wir in Schach gehalten, um das entsolidarisierende, sozial isolierende, immer weniger Sinn erzeugende und durch eine laute Propaganda, Brot und Spielen sowie zunehmender Kontrolle und Sanktionierung abweichenden Verhaltens am Leben gehaltene System nicht in Frage zu stellen, so lange die fahlen digitalen Belohnungen weiter fließen. Die Zunahme von Süchten gerade durch das Internet und wachsende Einsamkeit in den modernen Gesellschaften werden dann als Kollateralschäden „irrationaler“ Spieler bewertet, die einfach die Regeln nicht verstanden haben. Dies wäre dann ein berechnetes Nash-Gleichgewicht im Sinne der neoliberalen Gesellschaftsordnung und wer weiß: vielleicht haben die Mächtigen bereits eine simultan agierende mächtige KI-Maschinerie dafür eingesetzt, um uns in diesem Sinne über die alltäglichen Algorithmen in den Massenmedien, sozialen Netzwerken und gesamten Netz zu „programmieren“. Das diese Hypothese nicht vorschnell als „Verschwörungstheorie“ abzutun ist, belegen die vielfältigen Manipulationsmöglichkeiten aus dem letzten Punkt.

Das Motto scheint zu sein: Hauptsache die Richtung stimmt in einem Krieg gegen feindliche Spieler, die ebenfalls KI einsetzen, um den Informationskrieg nicht nur in der Gesellschaft durch Propaganda, sondern auch auf dem Schlachtfeld mit dem Einsatz von modernen Waffen zu kombinieren. Die heutigen Daten, mit denen die militärische KI trainiert wird, sind daher die Basis der tödlichen

„Datenträger“, die auf den ukrainischen und sonstigen Schlachtfeldern der Welt über Drohnen und sonstige Waffen auf die Menschen losgelassen werden, um eben auch möglichst viele Daten über den Feind und dessen Waffensysteme zu sammeln. Schaffen wir also eine friedliche, von der demokratischen Zivilgesellschaft dominierte Arbeits- und Lebenswelt, kann auch die KI mit zivilen Daten trainiert werden und so zu unser aller äußerem Wohlstand und inneren Wohlbefinden beitragen. Das zivile Zusammenwirken von Mensch und Maschine kann so zu gänzlich neuen Blüten des sozialen Fortschritts beitragen, der von iterativen Lernprozessen getragen wird, die sich auch bei der Entwicklung der KI in den letzten Jahrzehnten etabliert haben. Am Beispiel des Arbeitslebens wird deutlich, dass sich Chancen und Risiken der KI zumindest hier derzeit noch in etwa gleich verteilen, so dass wir die einmalige Chance haben, das Wirtschafts- und Gesellschaftssystem demokratisch zu reformieren und die Technik im Sinne der gesamten Menschheit zu nutzen. Dies war einmal die Verheißung des zivilen Internets, auch nachdem es für das Militär entwickelt wurde. Somit müssen wir den einmal gemachten Fehler im Netz bei der KI korrigieren statt ihn auch hier zu unserem doppelten Nachteil zu wiederholen. Die Technik bietet dafür „richtig“ genutzt große Potenziale.

Die vom Menschen angetriebene Entwicklung Künstlicher Intelligenz (KI) hat den Maschinen von den 1980er Jahren bis zur Jahrtausendwende menschliche Regeln vorgegeben, nach denen ihre Arbeitsweise von außen vorstrukturiert wurde. Dies führte allerdings dazu, dass sehr komplexe regelbasierte Systeme bei Fehlern vielfache mögliche Ursachen aufweisen können, so dass den menschlichen Entwicklern immer weniger klar wurde, wo die Quelle liegt und an welcher Stellschraube sie behoben werden kann. Seit den 2000er Jahren werden daher zunehmend programmierte Methoden des maschinellen Lernens genutzt, bei denen die KI mit Hilfe statistischer Verfahren eigenständig nach Mustern in den analysierten Daten sucht, um die gesuchten Ergebnisse in Folge eines höheren erkannten Wahrscheinlichkeitsgrades zu verbessern. Dafür werden sogenannte „neuronale Netze“ verwendet, die mathematischen Formeln, in einer biologischen Metapher ausgedrückt als „Neuronen“, beinhalten, welche vielfache Eingangsdaten zu einer Zahl komprimieren. Im Training der untereinander vernetzten Formelneuronen werden die Gewichte lernend verändert, mit denen die jeweiligen Eingangsdaten bewertet werden, so dass neue Zahlen berechnet werden, die eine korrekte Antwort wahrscheinlicher machen. Neuronale Netze funktionieren derzeit am besten, wenn sie in mehreren Schichten angeordnet sind. Dabei verarbeitet die erste Schicht die Eingangsdaten und die zweite erhält das Ergebnis der ersten zu weiterer Verarbeitung und leitet ihre Resultat an die dritte Schicht weiter, bis die letzte Schicht die berechnete Antwort ausgibt. Dadurch wachsen die neuronalen Netzwerke zu einer hoch komplexen Vielzahl von mathematischen Formeln und Gewichtungsfaktoren an (Deep Learning), so dass häufig unklar ist, welche Schicht welche Formen von Gleichungen verwenden soll, wenn die Trainingsdaten von den Menschen verändert werden. Da die Qualität der Antworten somit nach wie vor stark variieren kann, ist der Ersatz des Menschen durch die KI nur dann möglich, wenn die Systeme in ihren Berechnungen verlässlich und der Entscheidungsweg eindeutig nachvollziehbar sind. In Situationen, in denen die Qualität von (singulären) Entscheidungen nicht eindeutig objektiv bewertet werden kann, weil sie durch Neuartigkeit und Unsicherheit, sozialer Komplexität und Werturteilen sowie subjektiven Verhaltensspielräumen geprägt sind, kann zumindest die heutige Technologie den Menschen nicht ersetzen. Dagegen können zumindest einfache Risikoberechnungen und entsprechende Klassifizierungen von Risikogruppen auf ihre Zuverlässigkeit überprüft werden. In jedem Fall kann die KI zuverlässig Fakten berechnen, die mit einer bestimmten Methode objektiv feststellbar und damit für den Menschen überprüfbar sind. So kann eine KI-gesteuerte Maschine auf einem definierten Qualitätslevel, der überprüft werden kann, Schrauben auf ihre Fehlerhaftigkeit prüfen und aussortieren. Bei den generative KI-Systemen, die wie ChatGPT aus Beschreibungen Texte und daraus bei MidJourney Bilder als generierten Output erstellen können, ist die Verlässlichkeit nicht abschließend prüfbar. Allerdings kann diese generative KI, deren maschinelles Lernen auf Assoziationsverfahren beruht, auch neue und überraschende Assoziationen herstellen, die

allerdings häufig erst von Menschen in den richtigen Kontext eingeordnet und dabei immer vom Menschen mit Sinn gefüllt werden müssen, um wirklich kreative Ideen jenseits offensichtlicher Assoziationen zu entwickeln. Die KI wird somit denjenigen Menschen wertvolle Dienste leisten, die ihre Ideen und Fragen durch das „prompt engineering“ computerverständlich formulieren können, so dass sie auf den Vorschlägen der KI wirklich kreative Ergebnisse weiter ausarbeiten können. Wer über diese Kompetenzen und das Wissen der Möglichkeiten und Limitationen der KI nicht verfügt, droht daher im Arbeitsleben zukünftig immer weiter zurückzufallen.⁵¹

Für Mustafa Suleyman, den Mitbegründer des KI-Pionierunternehmens DeepMind, welches mit Hilfe der KI „Alpha Go“ 2016 erstmals den bis dahin durch eine Maschine für unbezwingbar gehaltenen weltbesten menschlichen Spieler in dem Brettspiel Go besiegte, kommt der technische Fortschritt gegenwärtig mehr und mehr in seine dritte Phase. Während es zu Beginn der ersten KI-Welle des Deep Learning darum ging, einen Computer zu trainieren, Eingabedaten wie Bilder, Video, Audio oder Sprachen zu klassifizieren, ist heute die zweite Phase der generativen KI erreicht, die aus Eingabedaten neue Daten erzeugen kann. Auch diese Technologie ist jedoch noch als statisch anzusehen, da sie definierte Aufgaben ausführt, auch wenn sich die neuronalen Netze innerhalb dieses Rahmens weiterentwickeln können. Als nächsten tiefgreifenden Schritt, der noch von vielen Menschen in seiner Bedeutung unterschätzt wird, sieht er die dritte Welle der interaktiven KI heraufziehen, wodurch die ohne anzutippenden Schaltflächen erfolgende direkte Konversation zwischen Mensch und Maschine zur entscheidenden Schnittstelle der Zukunft werde. Die persönlich assistierende KI wird auf sprachliche Befehle hin mit anderen Menschen und KI's kommunizieren, um die Ziele selbstständig zu lösen. Dabei wird sie sich lernend weiterentwickeln, so dass sie sich auch einen neuen Handlungsrahmen setzen kann, um die immer besser verstandenen Ziele und dahinterliegenden Motivationen auch immer besser zu erreichen. Hier liegen große Gefahren durch autonome Maschinen, die sich von ihren menschlichen Urhebern lösen und ihren eigenen Code rekursiv selbst verbessern könnten, so dass der Mensch die Kontrolle über die autonom gesetzten neuen Ziele und Lösungswege der KI verliert. Auf der anderen Seite kann auch der Mensch selbst die Technik zu seinem eigennützigen Vorteil gegen andere Menschen einsetzen. Die ethische Frage der Regulierung von KI z.B. beim Verbot des Einsatzes bewaffneter Drohnen der Begrenzung ihrer Nutzung für Internetkriminalität sowie der Gesichtserkennung wird damit eine zentrale zukünftige Aufgabe der Regierungen sein.⁵²

Die Regierungen und hinter ihnen stehenden Militärs und Eliten können wiederum ebenfalls ganz eigene Interessen mit dem Zugang zur KI verfolgen, so dass hier die Frage der Regulierung der KI und die Frage der demokratischen Ordnung der Gesellschaft eng miteinander verknüpft sind. Je mehr die digitale Transformation der Gesellschaft weiter von postdemokratischen Leitbildern geprägt ist, die einer neoliberalen Umverteilung von Macht und Wohlstand zu Gunsten einer feudalen superreichen Elite durch das von ihr gekaperte Staatswesen in die Hände spielt, desto eher wird auch die KI im Dienste einer Fortschreibung dieser Sozialordnung stehen. Dann würde sich eine nur partielle Transformation vor allem auf technologische Veränderungen und eine KI-getriebene Neuorganisation der Arbeit konzentrieren, welche neue Qualifikationen und Kompetenzen von den arbeitenden Menschen einfordert, die dabei immer weiter an politischen und wirtschaftlichen Einfluss verlieren. Demgegenüber könnte die Dynamik der gesellschaftlichen Veränderung in den nächsten Jahrzehnten zu einem sozialen Wandel führen, der die produktiven Früchte der KI der gesamten verbundenen Menschheit zu Gute kommen lässt, die sich den Herausforderungen der Technik durch soziale Innovationen angepasst hat, die weit über die aktuellen Kompetenzdebatten hinaus gehen. In jedem Fall entscheiden die nächsten Jahrzehnte nicht nur über die Zukunft der Arbeit, sondern auch die zukünftige Gesellschaftsordnung in Deutschland als Teil einer multipolaren Welt im 21. Jahrhundert.

Derzeit führt der beschleunigte Fortschritt moderner Informations- und Kommunikationstechnik, der über den Begriff der Digitalisierung als sprachliche Klammer für sozioökonomische Themen wie Indus-

trie 4.0, Big Data, Algorithmen und KI fungiert, zu einer zunehmenden Abstraktion der Arbeitsinhalte. Diese digitale Durchdringung prägt für den Technikphilosophen Klaus Kornwachs die einst primär körperliche Arbeit immer weniger durch sinnlich erfahrbare Tätigkeiten, sondern von der maschinell erzeugten Verfügbarkeit der benötigten Informationen zur richtigen Zeit und am richtigen Ort, damit das eigene Wissen und Können erst richtig eingesetzt werden kann. Wie sich dieses Zusammenspiel zwischen Mensch und Maschine in der Zukunft entwickelt, ist in der Dynamik der technischen Weiterentwicklungen schwer vorherzusagen, so dass der Arbeitsmarkt der Zukunft in den aufziehenden Wissensgesellschaften von einer hohen Unsicherheit bezüglich der benötigten Qualifikationen bestimmt ist. Generell werden die Qualifikationsanforderungen an die Arbeitnehmer steigen, während die Arbeitgeber andererseits die Rentabilität ihrer Investitionen bei manueller, mechanischer und repetitiver menschlicher Arbeit durch automatisierte Prozesse sowie Roboter auf Basis von KI erhöhen und diese damit den Menschen zunehmend ersetzen werden. Durch die allgegenwärtig verfügbare KI für die Routinetätigkeiten ist auf einem gesättigten Arbeitsmarkt eine weitere Verkürzung der Arbeitszeit zu erwarten, so dass sich die traditionellen Aufstiegs- und Entfaltungsmöglichkeiten durch die Arbeit insgesamt auch reduzieren werden. Für die sozialen, psychologischen und wirtschaftlichen Funktionen der menschlichen Arbeit durch Teilhabe, Identität und Einkommen müssen neue sinnstiftende Tätigkeiten gefunden werden, die nur dann mit Erfüllung und Identifikation für die Mehrheit verbunden ist, wenn die Macht- und Kooperationsverhältnisse sich ebenfalls mit verändern und den materiellen Mangel für alle überwinden. Dann könnte die Arbeit 2050 primär immaterielle Bedürfnisse der Selbstverwirklichung und kreativen Gestaltung für sich selbst und die Gemeinschaft erfüllen, in der sinnvolle Arbeit und Freizeit eins werden. Die Nachfrage nach Arbeitsleistung wird durch den Bedarf der Gemeinschaften gesteuert, deren Kultur und Ethos geteilt werden. Das vernetzte Arbeiten geht in diesem Positivszenario über die eigene Community hinaus und teilt altruistisch und solidarisch Ressourcen mit anderen Netzwerken für gemeinsame Projekte mit Gleichgesinnten, die sich durch KI und digitale Vernetzung zusammenfinden können. Da es weiter zu Ungleichheiten zwischen verschiedenen Gemeinschaften durch ihr unterschiedliches kulturelles und soziales Kapital kommen kann, sollte ein bedingungsloses Grundeinkommen Wohlstand und Kaufkraft sichern, so dass sich die Menschen intrinsisch motiviert auf die Tätigkeiten und Projekte konzentrieren und ihre Jobs definieren können, die ihnen sinnvoll erscheinen. Wird allerdings die derzeitig vorherrschende neoliberale Umverteilung weiter fortgeschrieben, verkommt diese Zukunftsvision zu einer elitären Spielart für die privilegierten Klassen, die von Beginn an über bessere Bildung und Zugänge zu statussichernden und karrierefördernden Netzwerken verfügen. Für die Masse bleibt in dem Negativszenario dann nur harte Arbeit in mehreren Jobs zur rein materiellen Existenzsicherung. Der Zwang zur Arbeit geht mit dem Zwang der Zugehörigkeit zu einer hierarchisch geprägten Arbeitsgemeinschaft einher, die durch technische Überwachung und soziale Sanktionierung geprägt ist. Die Menschen haben sich komplementär um die Aufgaben zu kümmern, die ihnen von den allgegenwärtig verfügbaren KI vorgegeben werden, die sich im Besitz der kleinen Elite befindet, welche die Technik und das System gestalten. Welches Szenario eintreten wird, ist nicht sicher, so dass es an uns allen liegt, die Zukunft der digitalen Arbeit sinnvoll mit dem gesellschaftlichen Transformationsprozess zu verbinden, der für alle einen echten Fortschritt bedeutet und nicht die heutigen Optimierungsfantasien einer elitär dominierten Maschinenwelt algorithmisch fest- und fortschreibt, in der die Menschheit ihre Menschlichkeit zu verlieren droht.⁵³

Die unmittelbare Zukunft bietet trotz all der beschriebenen langfristigen Risiken derzeit zumindest noch große Hoffnungen für die Mehrzahl der qualifizierten Beschäftigten. Im derzeitigen Transformationsprozess ist zumindest in den nächsten zumindest sehr grob abschätzbaren 10 Jahren mit einer weiteren Durchdringung der generativen KI insbesondere in der informationsabhängigen Wissensarbeit auszugehen, welche komplementäre Routineaufgaben automatisiert und die Menschen somit für kreative Tätigkeiten entlastet, was unter der Annahmen einer fortschreitenden Verbreitung

zur Ausnutzung der erhofften wirtschaftlichen Potenziale zu einem Anstieg der Arbeitsproduktivität bis zu 1,5 % im Jahr für die USA im nächsten Jahrzehnt führen kann. Im besten Fall ist dies mit einer Erhöhung des jährlichen weltweiten Bruttoinlandsprodukts bis zu 7 % verbunden. Damit diese unsicheren Produktivitätspotenziale im geschätzten Umfang von mehreren Billionen US-Dollar möglichst voll ausgeschöpft werden können, ist aus Sicht der Finanzindustrie auch eine vollständige Automatisierung von Routinetätigkeiten erforderlich.⁵⁴ Hier können die Risiken nicht nur im Bereich der Qualifikationen, sondern auch geschlechtsspezifisch ganz unterschiedlich ausfallen.

Eine sozialwissenschaftliche Analyse der Internationalen Arbeitsorganisation untersucht die gegenwärtigen weltweiten Substitutionspotenziale durch generative KI (Generative Pre-trained Transformers, GPT), die auf Basis von maschinellen Lernen und neuronalen Netzen u.a. mit Sprachmodellen trainiert wird und textlichen bzw. inhaltlichen Output in einer neukombinierten, scheinbar kreativen Form erzeugen sowie Fragen in Konversationsform auf einem inhaltlichen Niveau beantworten kann, das sich von den menschlichen Fachkräften häufig nicht mehr unterscheidet. Weltweit können danach potenziell insgesamt 24 % der allgemeinen Bürotätigkeiten insbesondere in den hoch entwickelten Volkswirtschaften vollständig automatisiert werden. Da in diesen unterstützenden Verwaltungstätigkeiten wie im Bereich der Sekretariate, Vertriebe, Buchhaltungen, Kundendiensten und den Kassendiensten in Banken und Handel überproportional viele Frauen arbeiten, sind diese auch im weltweiten Durchschnitt doppelt so stark von der Automatisierung bedroht wie die Männer. Während insgesamt auf der Welt 3,7 % (48 Millionen Jobs) der beschäftigten Frauen in den nächsten Jahren ihre Stellen verlieren könnten, im Gegensatz von 1,4 % (27 Millionen Jobs) bei den Männern, verschärft sich dieses Gendergap in den Ländern mit hohem Einkommen noch weiter. Hier stehen den bedrohten 2,9 % (9 Millionen Jobs) bei den Männern 7,8 % (21 Millionen Jobs) bei den Frauen gegenüber, was einen höheren Risikofaktor von 2,7 für die Frauen in diesen Tätigkeitsfeldern ausmacht, im Vergleich zu den Männern ihren bisherigen Arbeitsplatz zu verlieren. Somit werden in den bedrohten Arbeitsbereichen, die durch die KI nicht nur produktiv ergänzt, sondern gleich gänzlich abgelöst werden können, arbeitspolitische Maßnahmen etwa durch Investitionen im Gesundheits- und Bildungsbereich erforderlich, um die in diesen Sektoren höhere Beschäftigung von Frauen zu nutzen, den Wegfall der automatisierten Bürotätigkeiten zu kompensieren.⁵⁵

Damit droht eine Retraditionalisierung der Geschlechterrollen Einzug in die moderne Arbeitsteilung zwischen Männern und Frauen durch eine „männlich-hegemoniale Rendite der KI“ Einzug zu finden. Wenn die Frauen, die bis heute mehrheitlich für die Versorgung der Kinder verantwortlich sind und daher auch stärker unter dem Mangel an Betreuungsplätzen leiden als die Männer, insgesamt relativ stärker durch die KI verdrängt werden, könnte dies dazu führen, sich wieder mehr auf die häuslichen Erziehungszeiten zu fokussieren anstatt sich weiter zu qualifizieren, um für neue Arbeitstätigkeiten gerüstet zu sein. Zudem wird insbesondere für alleinerziehende Frauen das Armutsrisiko weiter steigen (vgl. Punkt 1.1), wenn sie sich in Folge ungenügender Betreuungsangebote nicht weiter qualifizieren können, nachdem sie ihren Arbeitsplatz an die KI verloren haben. Eine Gegenstrategie bestünde darin, die Produktivitätsgewinne durch die KI dafür zu nutzen, diese über Steuern umzuverteilen und etwa den Beruf des Erziehers/der Erzieherin akademisch aufzuwerten, besser zu bezahlen und für die unterbeschäftigten qualifizierten Frauen attraktiver zu machen. Diese quantitative und z.B. über ein frühpädagogisches Studium der pädagogischen Beschäftigten in den Kinderbetreuungseinrichtungen auch qualitative Verbesserung des Angebotes könnte es wiederum mehr Frauen ermöglichen, sich an gezielten Qualifizierungsprogrammen zu beteiligen, die ihnen den Weg in nachhaltige Berufsperspektiven in der Wirtschaft weisen.

Auch hier zeigt sich, dass die neoliberale Ausrichtung des Wirtschaftssystems die Fortschritte durch die KI wiederum nur für marktliche Lösungen im Sinne der herrschenden Verhältnisse nutzen wird.

Dann werden wir von einer kleinen tyrannischen mächtigen Minderheit regiert, die im Besitz der Technik ist, die unser Leben kontrolliert. Insofern ist der Abschluss des weltweit führenden KI-Lehrbuches von den beiden Autoren Stuart Russel, britischer Informatik-Professor an der University of California, Berkeley und Peter Norvig, derzeitiger Forschungsleiter bei Google Inc. und davor dortiger Leiter für die wichtigsten Algorithmen der Websuche, als Mahnung zu verstehen, dass wir bald alle mehr oder weniger zu benachteiligten Schichten werden können, die nicht zu den Eliten und ihren feudalen Stammeskreisen gehören werden:⁵⁶

*„All diese Technologien haben positive Auswirkungen,
wenn auch einige unbeabsichtigte Nebenwirkungen,
die sich unverhältnismäßig stark auf die benachteiligten Schichten auswirken.
Wir täten gut daran, in die Minimierung der negativen Auswirkungen zu investieren.“*

Damit diese Investitionen nicht im rationalen Einzelkalkül bestimmter Individuen oder Gruppen steckenbleiben und die nächste irdische Revolution auch nur wieder ihre Kinder frisst, brauchen wir eine spirituelle Revolution, welche sämtliche Aspekte der technischen und sozialen Entwicklung auf der Welt nicht nur flankiert, sondern mit einer tief sinnstiftenden Vision der Verbundenheit der Menschheit anleitet, das „Richtige“ im Ganzen zu suchen und nicht nur in den derzeit sichtbaren widersprüchlichen Teilen aus Hunger und Elend für die Masse, Glanz und Reichtum für die „Elite“.

2.5 Zusammenfassung: Notwendigkeit der Integration technischer Verbindungen und produktiver Wirtschaftsbeziehungen mit spiritueller Verbundenheit der Menschheit zur Sicherung ihres kooperativen Überlebens und geistigen Wachstums im 21. Jahrhundert

In diesem nun endenden ersten Teil dieser Arbeit wurden die wesentlichen Treiber, Hintergründe und Entwicklungsperspektiven der VUCARONA-Welt dargestellt, auch wenn diese Auswahl keinen Anspruch auf Vollständigkeit erhebt. Hierfür wurden die gegenwärtigen Rahmenbedingungen aufgezeigt, welche die epochalen Chancen und Risiken des aktuellen Transformationsprozesses beinhalten, der das frühe 21. Jahrhundert prägend gestalten wird. An dieser Stelle erfolgt eine Zusammenfassung der zentralen Argumente.

Der in die Defensive geratene Westen beharrt in seinen kollektiven Vorstellungen insgesamt immer noch auf seiner kulturellen Überlegenheit, was im Rest der Welt immer weniger Verständnis findet, so dass sein Vorbildcharakter mit dem Gleichklang von individueller Freiheit und wirtschaftlicher Entwicklung angesichts nicht demokratischer Alternativen wie dem wachstumsstarken China als ein künftiges Zentrum der Weltwirtschaft immer mehr verblasst. Die wachsende soziale Ungleichheit in den westlichen Ländern, die mehr und mehr zu Oligarchien geworden sind, führt durch die Dynamik ihres neoliberalen Finanzkapitalismus zum Schrumpfen der Realwirtschaft zu Gunsten der kreditfinanzierten Verschuldung von Industrie und Arbeitskräften, was wiederum zu Austerität und weiteren wirtschaftlichen Niedergang beiträgt. Die USA wollen hier mit großen staatlichen Investitionspaketen Innovationen für einen neuen Aufschwung generieren und vor allem China Paroli bieten, der allerdings auf Kosten insbesondere ihrer europäischen Verbündeten am Leben gehalten wird, die durch ihre vorherige Nähe zu Russlands Gas stark unter den Sanktionen leiden und die dortigen Ausfälle mit teureren amerikanischen Importen kompensieren müssen. Dies wird von den USA auch dazu genutzt, noch gesunde deutsche Firmen ins eigene Land zu locken. Die aktuelle wirtschaftliche und soziale Talfahrt

Deutschland nach einer langen Periode neoliberaler Umverteilung lässt die Armut auf neue Rekordhöhen klettern (Kapitel 2.1).

Der bedrohte soziale Zusammenhalt Deutschland ist nicht nur auf die wachsende Armut zurückzuführen, sondern ab 2020 auch durch die sozialen Spaltungen in Folge der umstrittenen Infektionsschutzpolitik auch der deutschen Regierung, was zum Verlust zahlreicher Freundschaften geführt und die Diskussionskultur in der gesamten Gesellschaft polemisiert hat, die mehr und mehr zu Schwarz-Weiß-Denken neigt und Dialoge zur Berücksichtigung berechtigter Argumente des Gegenübers erst gar nicht zulässt. Im Nachgang zeigt sich, dass viele Kritikpunkte berechtigt waren und das auch die Impfnebenfolgen noch lange nicht hinreichend erforscht sind, so dass die derzeitig zu beobachtende Übersterblichkeit ernststen Anlass zur Sorge bezüglich gravierender gesundheitlicher Schädigungen der geimpften Bevölkerungsmehrheit in den nächsten Jahren geben kann. Einerseits ziehen sich die Deutschen nach Corona in ihr Privatleben zurück und wählen den engsten Freundeskreis nach einer passenden Weltanschauung aus, andererseits treten Aktivistengruppen wie die „Letzte Generation“ lautstark in die Öffentlichkeit, um für den Kampf gegen den Klimawandel aufzurütteln. Ihre Protestaktionen des „Klimaklebens“ findet allerdings zum Ende des Jahres 2023 immer weniger Widerhall und wird in den Aufrüstungsbestrebungen der Bundesregierung auch im Jahr 2024 nicht mehr die breite mediale und politische Unterstützung aus der Anfangszeit ab 2021 im Gefolge der „Fridays for Future“-Bewegung bekommen. Die dahinterstehende bürgerlich-akademische Mitte der Gesellschaft ist durch die tendenziöse und regierungskonforme Berichterstattung in der Coronazeit des Öfteren pseudowissenschaftlichen Argumenten aufgesessen, welche die bestehenden Evidenzen aus der Fachwelt zu Gunsten autoritärer Maßnahmen der Politik ignoriert und die Kritiker pauschal verteufelt haben. Daraus hat sich ein unreflektiertes szientistisches Verständnis einer „faktenbasierten“ Welterklärung verfestigt, so dass insbesondere spirituelle Deutungen der aktuellen Krisen und ihre individuellen wie kollektiven Lösungsmöglichkeiten in Verbindung mit „Coronaschwurbeln“ als „rechtsoffene esoterische Irrungen“ häufig auf Basis von gefährlichen „Verschwörungstheorien“ gebrandmarkt werden (Kapitel 2.2).

Das hinter der scheinbar wissenschaftlich fundierten Aufklärung der Massenmedien während der Coronazeit auch Techniken der auf das zivile Leben übertragenden „Kognitiven Kriegsführung“ als modernster Form der Propaganda zum Einsatz kamen, bleibt so noch vielen manipulierten Menschen verborgen, deren Unterbewusstsein im Sinne einer Massenformation in die politisch gewünschte Richtung gelenkt worden ist. Diese Richtung wurde nach dem Beginn des Ukrainekriegs auch durch den Einsatz eines riesigen Heers von Cyberkriegern der westlichen Armeen zur Verbreitung von Kriegspropaganda mit dem neuen Feindbild Russlands u.a. in den sozialen Netzwerken fortgeführt. Diese ungesunde fortwährende Manipulation des Kollektiven Bewusstseins der Menschen in Deutschland, die bereits durch die Coronazeit psychisch stark belastet sind, könnte sich in einer weiteren Zunahme psychischer Erkrankungen niederschlagen, die -aus Sicht der Mächtigen, für die sehr viel auf dem Spiel steht, als „vertretbare“ Kollateralschäden in den Informationskriegen unserer Tage gewertet werden könnten. Die Strategie, Informationen als Waffe zu nutzen, bedient sich vor allem digitaler Informationstechnologien, so dass insbesondere die KI zur dualen Hoffnungsträgerin des zivilen wie militärischen Lebens wird, um den bestehenden Krisenprozess innovativ erfolgreich zu machen und in eine kooperative oder konfliktreiche Zukunft zu weisen (Kapitel 2.3).

Die maschinell lernende KI setzt die spieltheoretischen Modelle aus dem Kalten Krieg mit Hilfe von Algorithmen, die den Menschen als strikt eigennützig ebenso vorhersehbar wie über entsprechende Sanktionen und Anreize steuerbar machen, auch im zivilen Leben fort und führt durch ihre wachsende Durchdringung der Gesellschaft mehr und mehr zu einer Ökonomisierung bislang unbekannten Ausmaßes, deren Folgen derzeit noch nicht absehbar sind. Gegenwärtig erlauben die technischen Fortschritte eine Integration von KI in Roboter, so dass sie über deren Sensoren direkt mit der Welt

verbunden ist und zunächst in der Industrie mit einer im Vergleich zum sozialen Leben relativ besseren Kontrolle der unmittelbaren Umwelt Furore machen wird. Eine weitergehende Verbreitung als Basistechnologie wie die Elektrizität wird in den nächsten zehn Jahren erwartet, da sich die KI derzeit zum interaktiv mit anderen KIs und Menschen agierenden Copiloten des Menschen entwickelt, die ihre Ziele immer besser umsetzen kann. Ethische Fragen der KI werden bei dieser fortschreitenden Verschmelzung von Mensch und Maschine mehr und mehr bedeutsam werden, um Missbrauch und Kontrolle ebenso zu regulieren wie ein neues Arbeitsmodell zu entwickeln, in dem die vernetzten Menschen in florierenden Demokratien gemeinsam mit Hilfe der KI kollabieren und sich dabei weiterentwickeln statt in einer algorithmisch verschlimmerten neoliberalen Welt als trostlose Masse die Vorgaben der KI abzuarbeiten, die im Besitz der Oligarchen bleibt und zu ganz neuen Formen der Ausbeutung führen wird. Gegenwärtig sind die großen Chancen der KI noch deutlich erkennbar und auch der Einsatz von generativer KI wie ChatGPT zeigt das ungeheure wirtschaftliche Potenzial an, das mit einer frei verfügbaren Software allen Menschen dienlich ist. Allerdings wird hier das individuell höchst unterschiedliche Ausmaß der vorhandenen Kompetenzen zur sinnvollen und effizienten Nutzung der KI über die zukünftigen Arbeitsmarktchancen entscheiden. Die Frage der sozialen Ungleichheit wird sich somit über den drohenden Wegfall von automatisierbaren Routinejobs in den nächsten Jahren mit neuer Intensität stellen und gleichzeitig muss der Tatsache ins Auge gesehen werden, dass KI immer auch militärischen Zwecken dient (Kapitel 2.4).

Wir alle werden uns daher davor schützen müssen, dass eine in die KI einprogrammierte militärische Logik von den Oligarchen dazu genutzt wird, diesen verborgenen Klassenkampf gegen die 99 % der Gesellschaft mit digitalen Mitteln fortzusetzen anstatt die uns verbindende Technik zu nutzen, daraus kooperative Lösungen für eine geeinte Menschheit zu finden, in der sich alle Menschen als bewusst verbundene Wesen erfahren können, die nicht darauf angewiesen sind, ihr rationales Ego von allen anderen immer weiter durch aufgeblähte materielle Ressourcen zu trennen und den Rest in Armut und Elend zu stürzen. Vielmehr sollten sie aus dem Verbund eine so tiefe sinnstiftende Erfahrung ziehen, dass die Grenzen des künftigen Wachstums von dem geistigen Fortschritt bestimmt werden, dass diese friedliche Gestaltung des Kollektiven Bewusstseins auf spiritueller Weise bedarf, während wir mehr und mehr in einer sozial gerechten und nachhaltigen Welt leben, in der wir die Früchte der Technik teilen statt einem verödenden Baum des verbundenen Lebens beim Sterben zuzusehen, um dessen Fruchtbehang ein großer Zaun errichtet wurde, auf deren Außenseite ein Schild mit der blinkenden Aufschrift der Öffnungszeiten und Eintrittspreise steht, die sich ein Großteil der Menschen in einer neoliberalen Weltwirtschaftsordnung immer weniger leisten können.

Will die Menschheit somit eine lebenswerte Zukunft in Frieden und mit der Freiheit der Wahl seines individuellen Lebensentwurfes, der in produktive Wirtschafts- und Arbeitsbeziehungen der mit der Welt verbundenen Gesellschaft nachhaltig eingebettet ist, müssen die technischen Verbindungsmöglichkeiten dazu genutzt werden, dass wir uns füreinander verantwortlich fühlen und unsere gemeinsamen Interessen in den Vordergrund stellen, die im ersten Schritt Kooperation statt Konkurrenz und in der weiteren Entwicklung Verbundenheit statt Spaltung ermöglicht. Die Alternative ginge mit einer weiteren Zerstörung der Lebensgrundlagen unseres Planeten einher, der vielfachen Ausbeutung von Menschen in den komplexen Lieferketten auf der Welt in einem den erarbeiteten Wohlstand nach oben umverteilenden globalen Wirtschaftssystem, dessen elitäre Teilfraktionen voll angehäufter Macht sich als tyrannische Minoritäten in einem erbitterten Streit immer weiter mit allen Mitteln bekämpfen, bis wir alle ausgelöscht werden, auch wenn diese Elite hofft, sich der Verantwortlichkeit ihres gierigen Tuns nach einem solchen katastrophalen Ereignis in tiefen Luxusbunkern entziehen zu können.⁵⁷

In einer verbundenen Spezies innerhalb des Ökosystems der Erde kann es keinen abgetrennten Teil geben, der sich losgelöst von allen anderen gesund weiterentwickeln kann, während der Rest elendig

zurückbleibt. Solche Nullsummenspiele werden nicht zuletzt der spirituellen Dimension des Lebens nicht gerecht. Die Technik ist nicht die Antwort auf die Frage nach dem Sinn des Lebens, sondern derjenige Teil der Frage, der sich mit den Mitteln befasst, mit denen wir danach in der äußeren Welt suchen können. Tiefen inneren Sinn erfahren wir jedoch aus dem, was wir lieben und dem Erkennen der Wahrheit, wer wir sind. Diese Wege führen uns zu einer spirituellen Deutung unserer Zeit, um uns mit neuen Antworten zu retten.

Die abschließende Abbildung fasst die bisherigen Überlegungen skizzenartig in einem sich selbst verstärkenden Regelkreis zusammen, der die destruktive Kraft der VUCARONA-Welt verdeutlicht.

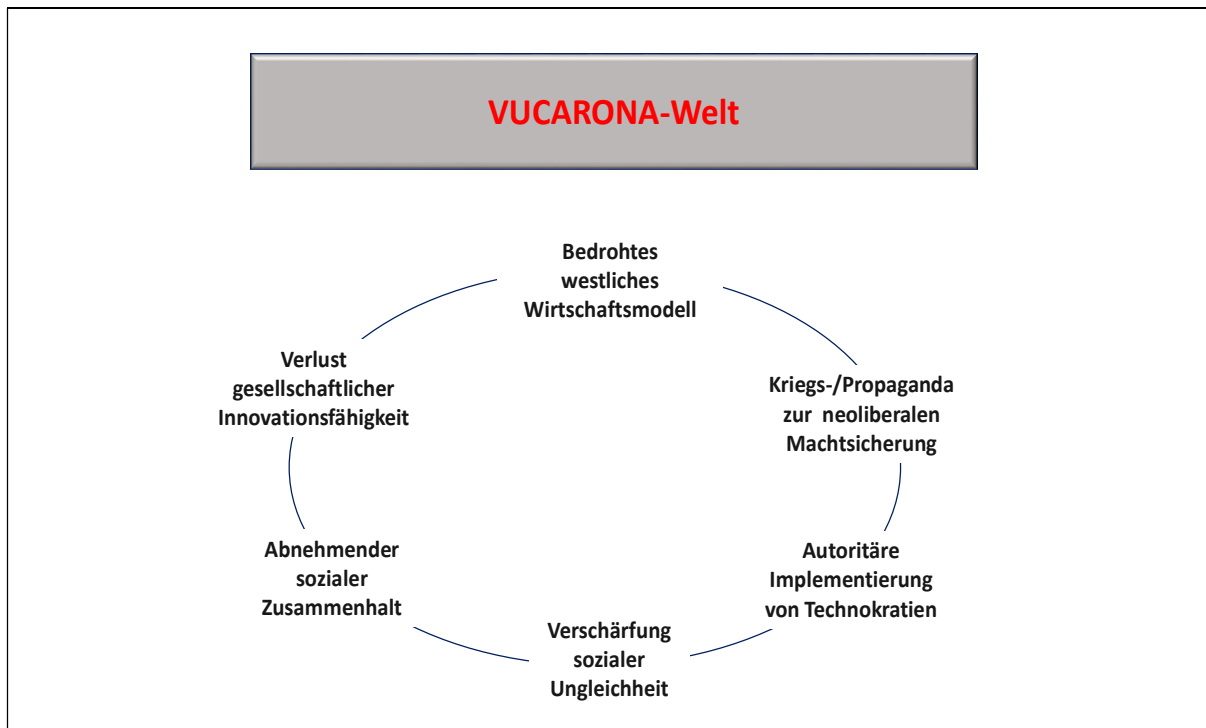


Abbildung 1: Kreislauf westlichen Niedergangs in der VUCARONA-Welt

Insbesondere die im Vergleich zum alten Westen verbreiteteren ostdeutschen Proteste gegenüber den autoritären Coronamaßnahmen weisen auf die dort schmerzlich reaktivierten Erfahrung aus der technokratischen DDR mit ihren staatlichen Propagandatechniken und hohlen Versprechungen einer sterbenden Ideologie hin, die am Ende nur noch mit massiven Sicherheitsapparaten am Leben gehalten werden konnte. In der BRD unserer Tage steht die soziale Ungleichheit auf einem Höchstwert und die Kognitive Kriegsführung treibt täglich einen größeren Keil zwischen den vielen privaten Stimmen, die Frieden und einen größeren sozialen Ausgleich wollen sowie der öffentlich orchestrierten Meinung, die Putin die Stirn bieten muss. Und dafür diesmal der oligarchisch kontrollierten Rüstungsindustrie viel öffentliche Mittel zur Verfügung stellen muss, die zur Wiederherstellung sozialer Gleichheit fehlen, den bröckelnden sozialen Zusammenhalt weiter abnehmen lassen und schließlich zu einer Sprachlosigkeit zwischen verschiedensten Interessengruppen in ihren unverbundenen Lebenswelten führen, die in einer gesellschaftlichen Starrheit endet, in der Kreativität, informelle Kooperation, Dialog, Bindung und Vertrauen erstickt wird, was auf kollektiver Ebene zum Verlust von Innovationsfähigkeit zur Erarbeitung neuer gemeinsamer Lösungen führt. Setzt der Westen daher weiter auf das militärisch-technokratische Festklammern am untergehenden neoliberalen Status Quo in der Weltgeschichte, wird er seine Chancen zu einer echten Teilhabe an der multipolaren Zukunft jeden Tag mehr verspielen.

So endet dieses Kapitel mit einem diese Entwicklungen zusammenfassenden Reim, wie es in der Sprache der im folgenden Teil nun näher zu beschreibenden, unser bitteres Schicksal abwendenden Spiritualität auch für die dunklen Ebenen üblich ist, um wie bei den Künsten den Kopf zu beruhigen und das Herz anzusprechen, das den Sinn zwischen den Zeilen aufnimmt. Er weist auf die dunklen Kräfte in den Herzen der Menschen hin, die hinter den Kulissen die VUCARONA-Welt am Leben halten, um daraus ihre egoistischen Motive zu befriedigen, deren dunkle Quelle ihrer Unwissenheit oft verborgen bleibt oder gar scheinbar zu ihren Gunsten reicht.

*Aufgezehrt eure Kräfte sind,
im Sturm der vielen Krisen ermüdet.*

*Unsere Kräfte, gemehrt sie sind,
von Eurem furchtsamen Fügen,
in unsere habgierigen Geschicke,
verborgen Eurem oberflächlichen Geblicke.*

*Blickt nicht auf den äußeren Schein,
hinter süßen Worten wartet die Pein,
Teil einer folgsamen unfreien Masse zu sein.*

*Befrei Dich, wenn Du es kannst,
doch wisse: wer hier auf Erden die Musik bestellt,
der bittet auch Dich zum Tanz.*

3. Spirituelle Deutung der aktuellen Entwicklungen zum tieferen Verständnis der Aufgaben, die vor der Menschheit liegen

In diesem deutenden Übergangskapitel ohne weitere Quellen als die meiner inneren versprochenen Erfahrung verdichtet sich Vieles, was ich in Jahren in der analytischen und intuitiven Erforschung der inneren und äußeren Welt erkannt habe, so dass die Beschreibung hier nicht als reine objektive Wahrheit dienen kann, sondern als subjektives Wissen in eine textliche Form gegossen wird, welches die Hintergründe weiter ausführt, die auf spiritueller Ebene der inneren Wahrheit gültig sind. Jede Leserin und jeder Leser möge daher im Lichte seines und ihres inneren Herzens prüfen, welche Zeilen dieses am meisten ansprechen und sich einen eigenen Reim darauf machen. Diese subjektive innere Beschreibung ist als inneres Gegenstück zu der äußeren Beschreibung mit nachprüfbaren Quellen zu sehen, die der VUCARONA-Welt ihre objektive Form gegeben haben. Jede Leserin und jeder Leser möge mit dem eigenen Verstand und in herzlicher Verbundenheit mit allen Wahrheitssuchenden prüfen, was hiervon für wahr betrachtet werden kann und was eigener weiterführender Betrachtungen verdiene oder eben nicht.

3.1 Die Ausgangslage: die Welt steht vor den Toren der Zerstörung und Unterwerfung vor der Dunkelheit

Viel wäre zu schreiben über die brutalen Konflikte in der Welt, die mit Waffen, Drohungen und Erpressungen bis hin zum Betrug an ganzen Bevölkerungen durch manipulierte Wahlen, Statistiken sowie inszenierten Dauerwahlkämpfen der korruptierten politischen Parteien letztlich nur dazu dienen, die Reichen reicher, die Armen ärmer und die Mittelschicht immer bedeutungsloser und abhängiger vom geschaffenen System zu machen.

Auch wenn im reichen Westen die Uhr noch etwas langsamer tickt, rückt die Stunde näher, in der sich die Menschheit entscheiden muss, welchem Pfad sie folgen will, dem, der sie höher erhebt und über lichtvolle Kanäle auch neuer machtvoller materiellen Zusammenarbeit zwischen den Völkern die Toren öffnet oder ob das geöffnete Tor zur dunklen Seite der irdischen Existenz durchschritten werden muss. Für lange Zeit wird dann die Hoffnung auf der Welt allein im göttlichen Erbarmen liegen, das in seinem Willen von ganz anderen Zeitdauern ausgeht, bis sich ein neues Bewusstsein langsam hier manifestiert und die Menschheit entweder umkehren oder ganz untergehen lässt.

In der Geschichte der Menschheit gab es schon viele dunkle Zeiten, die in Teilen der Welt die Herzen und Hirne der Bevölkerung wie der Herrschenden verwirrt und verdunkelt haben. Letztlich hat sich die weltumspannende Kommunikation und Zusammenarbeit in einem kollektiven Bewusstseinsfeld niedergeschlagen, das die Gedanken und Gefühle der gesamten Menschheit aufnimmt und in einen energetisch-mental impuls übersetzt, der wie ein „Zeitgeist“ als Grundschwingung der kollektiv unbewussten Wahrnehmung auf den einzelnen Gemütern lastet. Sicher wird dies von anderen Faktoren mit beeinflusst, die kultureller und spiritueller Natur sind, doch ist die Gegenwart im Jahre 2024 eine Mischung aus dem Gewahrwerden der räuberischen Natur des westlichen Kapitalismus auf Kosten der ausgebeuteten Länder, dem verstockten, rein mentalen Anhängen an materielle Erlösungsformen, die von der Impfung bis hin zur technologischen Bekämpfung der sozialen Folgen des Klimawandels reichen, das westliche Beharren auf der eigenen kulturellen Überlegenheit gegenüber den Autokratien und unterentwickelten Regionen sowie die fortschreitende Ablehnung des

dekadenten, imperial-kriegstreibenden und zuletzt im Gazastreifen auch völkermordenden Westens im östlichen und südlichen Teil der Welt, die dadurch auf eine große Konfrontation hin zusteuert.

Das dieses Bewusstsein in seiner kollektiven Natur manipuliert werden kann, ist nicht erst durch die moderne Propagandaforschung im Gefolge der Entdeckung des Unterbewusstseins bekannt. Aus spiritueller Sicht ist der Menschheit schon lange bekannt, wie sich gute und schlechte Gedanken, Gefühle und Taten geistig kumulieren und in eine davon genährtes Bewusstsein einfließen, das in seiner milchig-grauen Substanz unserer weltkriegerischen Tage kaum noch etwas von dem Licht erahnen lässt, welches in seiner Entstehungszeit als göttliche Geburtshilfe eingeflossen ist.

Der freie Wille des Menschen, der auf dem Weg zum göttlichen Übermenschen seine tierischen Instinkte und egozentriert-degenerierten Gelüste überwinden soll, ist es, was die Lösung dieser Fragen so schwierig macht. Auch die reichsten aller Oligarchen, die sich weder um Regierungen noch Priester scheren müssen, wollen ihre Entwicklung voranbringen, sei es auch um das Schicksal des Restes der Menschheit schlecht bestellt. Ihre gewaltige Macht lässt ihnen allerdings den Raum, dem Großteil der Menschheit ihren degenerierten Willen aufzuzwingen, der sich an nichts anderem mehr berauscht als der eigenen Großartigkeit. Hier hatte es die dunkle Seite leicht, den anfänglichen eigenen Erfolg zu verstärken und dabei das Ego der verwirrten Seelen aufzublähen, die in der Materie den einzigen Weg zum Heil gesehen haben, bis der Herrscher der Dunkelheit selbst sich den Empfänglichsten unter ihnen offenbarte und die Sicht auf geistige Welten eröffnete, die von nun an zum Maß der scheinbar einzig wahren Macht mutierten, da sie mehr und mehr materiellen Erfolg und irdischen Reichtum anhäufen ließ. Dieser Kult um das Böse hat eine Kultur der Niederwerfung aller alten lichtvollen Kräfte entfacht, die sich zwar nicht so einfach auslöschen lassen. Durch viel List und Täuschung konnten sie jedoch in den von ihrem spirituellen Reichtum entfremdeten Köpfen und Herzen der wissenschaftlich aufgeklärten Mehrheit der Menschen -und hier vor allen in säkularen bis atheistischen Strukturen- als esoterisches Geschwätz, überholter unbewiesener Glaube und damit letztlich als mentale Schwäche umgedeutet werden.

Ein machtvoller Apparat der Unterdrückung des nach lichtvoller Verbundenheit strebenden menschlichen Bewusstseins im spirituellen Evolutionsprozess wurde dafür geschaffen und die herrschenden staatlichen, wirtschaftlichen und gesellschaftlichen Strukturen unterwandert, um den Kult des Egos zu feiern und dabei die Bestehlung der Menschen durch die davon besonders begünstigten Reichen zu legitimieren, was sich in unterschiedlichen wirtschaftspolitischen Systemen und geistigen Bewusstseinsmaßstäben manifestierte, die letztlich immer die Macht nach oben mehrten und nach unten niederwerfen sollte.

Die Frage, die der Teufel Jesus in der Wüste stellte, ob er denn gewillt sei, allen Reichtum dieser Welt zu bekommen, wenn er nur sich niederwerfe vor der Dunkelheit, die Christus als Richtschnur eines spirituellen Lebens mit dem Ausruf „Weiche von mir“ aus seinem mit Gott tief verbundenen und erleuchteten Herzen weit von sich zurückwies, haben die dunklen Eliten dieser Welt – und helle gibt es in den äußeren Machtzirkeln unserer Tage nur noch wenige- für sich schnell beantwortet, selbst wenn kein Fragesteller zu sehen war. Das umschmeichelte Ego führt dann im verblendeten Rausch der Macht sämtliche Erfolge im Leben auf das eigene Handeln zurück. Je mehr Erfolg im Raum steht, desto größer muss also die eigene Genialität sein, da diese der Grundstock für den durch die eigene Größe bewiesenen und im Zusammenspiel mit der eigenen superreichen Klasse auch einzig gerechten Pfad dieser Welt ist. Die Gefahren dabei liegen auf der Hand, das eigene Wohl mit dem Wohl der Menschheit zu verwechseln, die nicht annähernd über die äußeren materiellen Bedingungen verfügt, das eigene Glück zu gestalten., welches eben auch von einem satten Bauch in sicherer Umgebung abhängt. Und hier ist dann vor allem die eigene Überheblichkeit gemeint, sich selbst über alle anderen zu stellen und das eigene Glück auf Kosten des Unglücks derer zu mehrten, die eben in diesem von Gott

gewollten und vom Teufel geleiteten Wettkampf der Natur auf der Strecke bleiben müssen, da ja immer nur die Besten und damit Stärksten überleben können.

Diese menschliche Schwäche zieht sich wie ein Grundmuster durch die Geschichte, so dass hier nicht der Raum ist, die soziale Ungerechtigkeit dieser Welt anzuprangern und im Moment geht es auch noch nicht darum, wie denn die Dunkelheit vertrieben und das Licht wieder voll in die Welt strömen kann. Einerseits ist das die Mission machtvoller einzelner Wesen, die als große spirituelle Lehrer und Lehrerinnen auf diese Welt kommen und die Menschen überzeugen können, wieder ihrem ureigensten Licht zu folgen und die fremde Dunkelheit ihres verwirrten Egos in seinem exzentrischen Kampf gegen den inneren und äußeren Mangel abzuwerfen. Andererseits ist dies die größte Freiheit des menschlichen Geistes, der einen Willen bekommen hat, um im göttlichen Plan zu walten, wie es ihm obliegt, auch wenn die unsichtbare Hand Gottes stets in größeren Zusammenhängen wirkt als unser eigenes Bewusstsein ahnt und wir dabei oft auch nur Spieler im göttlichen Spiel sind. Doch haben wir die Wahl, uns bewusst für oder gegen die unsichtbaren Kräfte zu entscheiden, die an uns zerren und die sichtbaren Katastrophen offenbaren, denen wir uns gerade gegenübersehen und die uns alle unmittelbar mit der Dunkelheit konfrontieren.

3.2 Die Menschen müssen an und mit ihrem kollektiven Bewusstsein arbeiten, um innerlich zu wachsen

Im Grund genommen steht die Menschheit vor einer großen inneren Entwicklungsaufgabe. Sie muss sich ihrer tiefen Verbundenheit auf einer bewussten Ebene gewahr werden und entscheiden, was sie mit dieser Erkenntnis anfangen will. Die äußere Entwicklung ist so weit vorangetrieben, dass wir uns alle digital in Sekunden auf der ganzen Welt verbinden können. Doch äußere Verbindung ersetzt nicht innere Verbundenheit, wie die aktuelle Konfliktlage der Welt eindrucksvoll bestätigt. Das Gewahrwerden ist hier nur der erste Schritt. Entgegen der hoffnungsvollen Vision vieler spirituell Suchenden ist es nicht damit getan, die Existenz eines kollektiven Bewusstseins zu erfahren und dann auf die weitere gute Entwicklung der scheinbar erwachten Menschheit zu vertrauen.

Auch diese Erfahrung kann wiederum in ein individuelles Streben nach Glück einfließen, das von den herrschenden Kräften missbraucht wird, um die äußeren Verbindungen mit einer Pseudoverbundenheit zu unterfüttern, die sich daran orientiert, zur „glücklichen Masse“ zu gehören, die sich treu an dem Geboten der Herrschenden ausrichtet. So lässt es sich leicht gegen Klimawandel, Rechtsextremismus, Rassismus und für Geschlechtergerechtigkeit demonstrieren oder diese lassen sich anders herum ebenso vorschnell als nationale Bedrohung irreführender Ökotalinisten bekämpfen, wenn der wirkende Wandel zwar im richtigen anfänglichen Bewusstsein, aber nur in einem engen Feld gesucht wird, das die dahinterliegenden äußeren Machtstrukturen und vor allem und viel wichtiger die inneren kollektiven Bewusstseinskräfte nicht anerkennt. Das nach Befreiung vom elitären Joch und nach tiefer Verbundenheit strebende kollektive Bewusstsein darf in seiner machtvollen Weite eben nicht durch eine kleine Schar von ideologischen Puppenspielern und geistigen Strippenziehern begrenzt werden, will es voll wirksam die Transformation der Menschheit hin zum göttlichen Leben einleiten. Erst dieses spirituelle Leben lässt die Erfahrung der tiefen Verbundenheit in ein lichtvolles kollektives Bewusstsein eingehen, aus dem äußere Entwicklung möglich wird, die alle Menschen in eine friedliche Zukunft begleiten will und sich weder Wissenschaft, Wirtschaft noch sozialer Gerechtigkeit in einer ökologisch angemessenen Lebensweise verschließt. Diese Erkenntnis ist nicht neu, nur hat sie derzeit damit zu kämpfen, dass viele gut meinende atheistische Menschen nicht erkennen wollen, dass erst die spiri-

tuelle Praxis und damit die Anerkennung metaphysischer Kräfte die Wende einleiten kann, auch wenn dies nicht die Übernahme der Vorstellungen aus den traditionellen Glaubenssystemen der Religionen bedeuten muss. Auf der anderen Seite erlaubt die eigene spirituelle Praxis der wachsenden Zahl von spirituellen Wahrheitssucherinnen und -suchern zwar individuellen Kontakt mit dem Licht und auch einen kleinen Beitrag zur Erhellung des kollektiven Bewusstseins. Doch nur, wenn sich die Menschheit insgesamt mehrheitlich entschließt, ihre geistigen Kräfte in den geistigen Fortschritt zu stellen, dessen Quelle in dem unendlichen Geist liegt, der unser Sein durchdringt, wird es eine spürbare Wende auf der Welt geben, der wir uns nicht dadurch entziehen können, dass wir uns in unserer Meditationskammer gemütlich einrichten und den Rest einfach an Gott, dem Geist oder eine sonstigen transzendenten Gestalt abgeben, der wir uns in diesem eigennützigen Akt unseres spirituellen Egos eben auch nur unterwerfen. Eben diese Freiheit von Unterwerfung ist unser göttliches Geburtsrecht.

Die Nichtunterwerfung gegenüber dem göttlichen ungerechten Herrscher ist jedoch auch eine Hauptmotivation vieler Satanisten, die sich in der Nachfolge des einstigen Lichtbringers als frei und machtvoll gegenüber dem Joch eines schwachen oder zumindest ihrer Freiheit unterdrückenden ungerechten Gottes erleben, der ihnen die Rechte verstellt, die ihnen in ihrem Streben nach Größe im Wege steht. Die teuflische Verbreitung der egozentrierten Botschaft „Ich bin da, ich bin ich, ich bin alles“ ist zwar für die alte Schlange nur ein kleiner, dafür aber bedeutender Schritt zur Hervorbringung des kapitalistischen Gefüges gewesen, um das an die Materie gewöhnte Ego zu nähren, den suchenden Geist allein an das Ego zu binden und die Seele tief in ihrem Versteck weit hinter unserem Tagesbewusstsein zu halten. Wenn es jenseits der Materie für viele Menschen nichts mehr gibt außer ein paar warmen Empfindungen, die uns die Hirnforschung bislang nur noch nicht erklären kann, aber letztlich zumindest als kosmische und damit natürliche Energie beschreibbar ist, lassen sich die Dinge eben alle technisch regeln. Die Ideologie des Kapitalismus wird so durch die weltliche Religion des Transhumanismus gesegnet, die in vielen unschuldigen Herzen noch wirklich daran glaubt, dass eigennütziges Streben im Verbund mit den neusten Technologien das Streben der Menschheit diesmal ohne Schaden beflügeln wird. Allerdings werden sich auch diesmal die Eliten die größten Flügel anschrauben, während der Rest der Menschheit sein karges Vermögen dafür wird aufwenden müssen, um sich all die neuen vom Markt sorgfältig nach Käufergruppen portionierten Segnungen des transhumanistischen Kapitalismus überhaupt leisten zu können.

Die kleine gegnerische elitäre Schar dieses Weges als dunkler Kern hinter den vielen oft auch unbewusst manipulierten Gruppen, die in Wissenschaft, Wirtschaft und Gesellschaft der Technik optimistisch gegenüberstehen, ist allerdings trotz aller Machtfülle noch weltweit in Gruppen, Clans und Bünde aufgeteilt, die sich untereinander aus tiefstem verdunkelten Herzen verachten, sich gegenseitig das Leben schwer machen und nicht bereit sind, auch nur einen Hauch des eigenen Reichtums an die andere Seite abzugeben - von einem freiwilligen Verzicht zu Gunsten des Wohls der Menschheit ganz zu schweigen. Natürlich gibt es auch bei den Supereichen einsichtsvolle Kräfte und gebildete Köpfe, denen hier eine wichtige Funktion zukommt, eine Umkehr zu erreichen, doch sind ihre Privilegien in den herrschenden Strukturen insgesamt zu begrenzt, um das gesamte Gefüge der Weltordnung unserer Tage ins Wanken zu bringen. Fallen wird es so oder so, die Herrschaft der Dunkelheit duldet keine Mitspieler auf Augenhöhe oder Wärter, die in ihrem Sinne autonom über die gefangenen Sklaven herrschen werden. Es wird eine Unterwerfung aller Menschen erzwungen werden, auch wenn sich dies die „großen“ Untertanen seiner dunklen Majestät heute nicht vorstellen können. Die furchtbare Dominanz äußert sich jedoch auch heut in den Ängsten und Bedrohungen, die selbst die reichsten Schichten unserer Rasse heimsuchen und vor denen sie selbst bei mit Blutzoll gezahlten Bünden mit dem Teufel nicht sicher sind. Gäbe es da nicht etwas auf ihrer Seite zu bedenken und sich anderen Wegen zu widmen, zumindest vorsichtig und im Geheimen?

Mag sein, dass dies eine erste Abkehr vom eigenen dunklen Pfad mit sich bringen könnte, doch schwerer und dagegen wirkt hier, dass die Verstrickungen mittlerweile so groß und die kollektiv gespeicherte negative Energie so machtvoll sind, dass sich die dunklen Kräfte nur ihrer übervollen Ernte aus den geistigen Kornkammer des kollektiven Bewusstseins bedienen müssten, um den Zorn der Menschen auf die herrschenden Eliten zu richten und ihren Untergang einzuläuten, bis eben eine neue Generation von machthungrigen privilegierten „Vasallen“ gefunden ist, welche die dunkle Bürde des Reichtums wieder besser zu tragen wissen, ohne zu murren. Solche Vasallen sitzen nicht nur in den obersten Etagen, sondern wir müssen uns alle selbst fragen, wieweit es so kommen konnte, dass wir nicht willens und fähig sind, uns miteinander zu verbinden, um diesen dunklen Kräften Einhalt zu gebieten. Die zwar öffentlich nicht sichtbar wirken, doch in ihren vergifteten Speisen der Welt eine übel schmeckendes Mahl bereiten, das uns nicht nur das Gemüt bitter verdirbt, sondern darüber auch unsere Herzen in trauriger Angst und unsere Köpfe in verwirrter Folgsamkeit gegenüber den inneren Stimmen zu sein, die uns dazu raten, unser Glück an die Konformität mit den herrschenden Kräften zu bündeln, denen wir uns nur andienen können, um in diesem dunklen Bund ein bisschen Licht zu erhaschen, das wir mit allen Mitteln gegen die anderen nach „unten“ verteidigen müssen. Gelernt ist eben gelernt.

Spirituelles Suchen und Erwachen wird hier nicht als rein passiver Erfahrungsweg beschrieben, der eine individuelle Loslösung von dem Leiden der finsternen Welt beinhaltet, der dadurch entkommen werden soll, sondern als Weg der Befreiung des eigenen Egos durch das fortschreitende Erkennen der Einheit allen Seins und dem bewussten Handeln danach in der Welt, um dieser Einheit bereits im Diesseits zum göttlichen Ausdruck zu verhelfen, soweit uns dies dann eben möglich ist. Nach dem kollektiven Erwachen kommt für die Menschheit in dieser Sicht das Aufräumen und dann das Anpacken, um das neue lichtvolle Zeitalter, das in esoterischen Kreisen als „Wassermannzeitalter“ so oft beschworen wird, überhaupt erst als Möglichkeit am Horizont erscheinen zu lassen. Das Göttliche lässt uns vielleicht nicht dem Untergang entgegentaumeln, sondern erbarmt sich unseren Irrungen, da sie uns diesmal endgültig in den nuklearen Abgrund führen könnten. Allerdings sind wir dann nicht für alle Zeiten einfach so befreit, sondern müssen den mühsamen Aufstieg wagen, der uns mit unseren eigenen geistigen Mängeln konfrontieren wird, auch wenn „wir“ Suchenden doch bereits viel früher als der Rest der blind konsumierenden Menschheit ach so gut wussten, wo der Weg ins Glück uns hinführen wird. Das moderne spirituelle Ego unserer Tage, das so gerne vom Erwachen im neuen Zeitalter schwadroniert, wird also auch einen erheblichen Dämpfer in der neuen Zeit bekommen, auch wenn es sich vom Licht bescheinen ließ, während die Egos der materiellen Welt vielfach erst einmal eine echte Spiritualität als Lebensweg anerkennen und in ihre bewusste Lebensführung integrieren müssen. Die verdunkelten Egos auf der schwarzmagischen Seite der Macht sind dann auf ihrem Weg entschieden von ihren Positionen zu verdrängen und in einen Reinigungsprozess einzubinden, der unsere dunklen Abgründe des kollektiven Bewusstseins erhellt und überwindet, damit sich ein verbundenes Menschheitsbewusstsein nicht wieder in tödliche Spaltungen aufteilen kann.

Gerade in Deutschland könnte dies eine besondere Wende auslösen. Nachdem das kollektive Bewusstsein des Volkes der Dichter und Denker verdunkelt wurde und sich die dunklen Kräfte schließlich im Nationalsozialismus austoben konnten -Hitler selbst wies auf den okkulten Charakter seiner Bewegung hin- verfiel sich das Böse erneut durch die mangelnde Aufarbeitung der geistigen Grundlagen des 3. Reiches, wie sie etwa durch die Flugblätter der Weißen Rose so eindrucksvoll beschrieben wurde. Keine Macht den Schwachen, tue alles, was Du tun willst, sei wölfischer Hammer und kein christlicher (Kreuz-)Nagel – mit solchen Kernlehren wurde ein Schattensystem aus den höllischen Untiefen des Nationalsozialismus bewahrt und ausgebaut, dessen dunkle Wellen unser aller Bewusstsein langsam vergiftet haben und wir deshalb gerade heute immer öfter an innerer Atemnot und Hoffnungslosigkeit leiden, wenn wir nicht erkennen, wer uns diesen vergifteten Apfel gereicht hat, damit

wir weiter schlafen und vom Erwachen träumen, ohne selbst den Pfad des politischen Handelns damit zu verbinden. Sri Aurobindo ist ihn in Indien durch sein politisches und später rein spirituelles Engagement für die Befreiung Indiens von der britischen Besatzung vorangegangen, Jesus als zweites Beispiel eines von Gott gesandten Avatars hat die Händler energisch aus dem Tempel vertrieben und vom Kamel und dem Nadelöhr gepredigt - und woran können „wir“ uns nun heute halten?

Die Frage eines spirituellen und auch gleichzeitig politischen Wirkens in der Welt wird unter dem Begriff des spirituellen Aktivismus diskutiert, doch ist immer das Übergewicht der inneren Entwicklung vor der äußeren Weltgestaltung zu beachten, welche die Spiritualität nahelegt, während der politische Aktivismus sich auf die Erschaffung einer besseren Außenwelt konzentriert, auch wenn hierzu ein Bewusstseinswandel nahegelegt wird, der sich nur auf diese Welt bezieht. Neben den großen hehren Zielen der spirituellen und gesellschaftlichen Transformation muss das eigene Wirken auch immer den konkreten Alltag in der individuellen Lebenswirklichkeit im Auge haben, da andernfalls eine bestärkende Erfahrung von Erfolg von häufig kaum erkennbaren Fortschritten bei den großen Zielen abhängt, was leicht entmutigen kann. Eine heilsame und nährnde Balance zu halten zwischen innerer und äußerer Entwicklung ist noch nie leicht gewesen und stellt in unseren umwälzenden Zeiten eine große Herausforderung dar, gerade weil sich die traditionellen Kirchen im Westen für viele Menschen immer weniger als Orte tief erfahrbarer Spiritualität entpuppen, sondern sich tief in eigene Skandale verstrickt und an die herrschenden Kräfte angebidert haben.

Die Wahrheitssuche ist daher zunehmend auf neue Pfade angewiesen, was einerseits einem neuen, selbst gewählten Miteinander von individueller Spiritualität und westlichen sowie östlichen Religionen größeren Raum öffnet. Es finden sich darüber hinaus auch viele weitere Möglichkeiten, die sich nicht auf Glaubensdinge beschränken, sondern auch die berufliche Sphäre mit in die professionelle Begleitung der eigenen Sinnsuche einbeziehen wollen. Will nun andererseits eine solche spirituelle Beratungs- und Coachingform wie das hier im Anschluss vorgestellte „Lichtsegeln“ nicht nur auf den individuellen Fortschritt im Beruf und Alltag eingehen, sondern sich auch aus spiritueller Sicht mit den dahinter liegenden Bewusstseinskräften beschäftigen, um das eigene Denken und Handeln reflektiert an einem verbundenen Bewusstseinswandel in kollektiver Sicht ausrichten zu können, ist ein holistischer transdisziplinärer Ansatz notwendig. Er muss sich einerseits auf bestimmte Kernfragen beschränken, die ein zielgerichtetes Handeln in der Welt mit dem Wachsen des Bewusstseins verbinden, ohne dass dieser Fortschritt vom Ego zumindest nicht vollkommen absorbiert wird, sondern einen ersten Blick auf etwas Größeres richten lässt.

Was die Kernfragen und das Größere ist, lässt sich nicht allgemein formulieren. Die Grenzen der Beteiligten in Form des Coaches und der Coachees legen hier vielmehr nahe, sich weder spirituell zu überschätzen und in (mitunter gegenseitige) Missionierungen zu verfallen oder das verbundene weltliche Wirken geringer zu schätzen als die innere Entwicklung. Existenzielle spirituelle Fragen können daher nicht generell und abschließend beantwortet werden. Vielmehr ergeben sich die Antworten und Impulse aus dem alternativen Blickwinkel auf die aktuelle Fragestellung in meinem Leben, die bestimmte Lebensbereiche betrifft, die ich bislang nur rudimentär oder gar nicht mit Spiritualität in Verbindung gebracht habe. Zudem kann mein kritisches Verständnis von Spiritualität von althergebrachten und mir sehr fremden Bildern und Vorstellungen geprägt sein, so dass ein niedrigschwelliger Beratungsansatz einen leichteren Einstieg anbieten kann, der mir hilft, erfolgreich und selbstbestimmt, reflexiv und intuitiv an konkreten Themen zu arbeiten und mir zudem eine Vision meines neuen Lebens zu erarbeiten, ohne gleich einem „esoterischen Weg“ folgen zu müssen.

4. Lichtsegeln als reflexive, intuitive und visionäre Lebensgestaltung in der VUCARONA-Welt

In diesem Kapitel wird der Ansatz des Lichtsegelns als Reaktion auf das Aufkommen der VUCARONA-Welt vorgestellt, der ausgehend von einem konventionellen Coaching wichtige Neuerungen durch eine Integration der reflexiven Biografiearbeit in Verbindung mit spirituellen Ansätzen anbietet. Die autobiografische Arbeit mit der eigenen spirituellen Praxis führt zu eigenen spirituellen Übungen, die aufbauend auf den Lehren meiner spirituellen Lehrer neue Impulse für das bewusste Überleben in der heutigen westlichen Welt beinhalten. Auch der steinige Weg unserer Tage kann ein Pfad des inneren Wachstums werden, der uns allen Widrigkeiten zum Trotz wirkliche spirituelle Freiheiten anbietet, die uns weder von der Regierung noch vom imperialen Kapitalismus samt seiner Mediensysteme genommen werden können. Wenn wir unseren meditativen Blick nach innen richten, können wir daraus das Wissen und die Kraft zu schöpfen, in diesen konfliktreichen Zeiten immer wieder bewusst friedlich in der Welt zu wirken, auch wenn sich die Hindernisse dafür gerade meterhoch stapeln und wir selbst durch all die angstbesetzten „Ablenkungen“ immer wieder zurückkehren müssen auf unseren ganz eigenen Pfad der Wahrheitssuche. Diese reflektierten Rückkehren intuitiv zu nutzen für sinnstiftende Entscheidungen, die unsere engsten Bindungen schützen und unsere Verbundenheit zur Menschheit handlungsleitend vertiefen gilt das Ziel des Lichtsegelns, das dadurch viel mehr werden kann als nur ein Coachingansatz. Beim lichtsegeln erfahren wir die Welt neu und betreten einen lebendigen Weg, diese Erfahrungen in unsere spirituelle Praxis zu integrieren, die nicht weniger wichtig wird als unser tägliches Handeln im Alltag. Segeln wir also los!

4.1 Lichtsegeln als reflexives und intuitives Coaching – Entdecke, was Dein Leben in der VUCARONA-Welt versteckt hält

Der von mir entwickelte Coachingansatz des „Lichtsegelns“, den ich in einem Paper auf meiner gleichnamigen Homepage ausführlich vorgestellt habe⁵⁸, ist eine biografische Synthese meiner langjährigen Arbeit als Wirtschaftswissenschaftler, Coach und Führungskraft einerseits sowie meiner spirituellen Wahrheitssuche auf der anderen Seite. Der eigentliche Initialpunkt liegt allerdings nicht weit in der Vergangenheit, sondern war die Geburt oder besser finalen Manifestation der bereits potenziell vorhandenen VUCARONA-Welt ab März 2020, die mich wie viele Menschen auf der Welt in ihrer radikalen Dynamik beinahe auch massenformiert mental mit fortgerissen hätte. Meine innere Resilienz beruhte im Wesentlichen auf meinen Bindungsbeziehungen, was die Erfahrung vieler auf einmal an den Rand gedrängten Menschen war, die in einer über Nacht „feindlichen“ Umwelt mit ihren oftmals sehr reflektierten und fundierten Entscheidung bestehen mussten, sich nicht gegen das neue Coronavirus impfen zu lassen. Ihre Fähigkeiten zur angemessenen und gesunden Mentalisierung und damit dem Festhalten an ihrem reflektierten Bewusstseinsinhalten bezüglich der höchst umstrittenen Impfung haben trotz der Irren und Wirren dieser Zeit nicht abgenommen, so dass sich das Mentalisieren nicht nur als wichtige Ressource in sozialen Zusammenhängen erwiesen hat, wie die Bindungsforschung dies schon lange beschreibt. Vielmehr hat sich das Mentalisieren auch als eine der wichtigsten Schlüsselkompetenzen zum sozialen Überleben und dem Vermeiden hoher gesundheitsschädigender Impfrisiken in der VUCARONA-Welt bestätigt, die wiederum mit der derzeitigen Übersterblichkeit in Verbindung gebracht werden (vgl. Punkt 2.2). Daraus ergeben sich drei integrierte Ansätze und Leitfragen des Lichtsegelns:

- **Lichtsegeln als Coaching:** Wie kann ich in dieser verwirrenden Zeit eine selbst gewählte berufliche Karriere einschlagen, die mein persönliches Wachstum mit einer produktiven, sinnstiftenden und im Lebensverlauf letztlich für mich erfolgreichen Arbeitstätigkeit verbindet und meine Suche nach Wahrheit zu einer erfüllenden spirituellen wie weltlichen Suchbewegung im Sinne einer „holistischen Karriereentwicklung“ macht?
- **Lichtsegeln als Biografiearbeit:** Wie hat mein bisheriges Leben in Bindungsbeziehungen dazu beigetragen, das ich zu dem/der wurde, der oder die ich heute bin und wie kann ich mich aus einschränkenden oder nicht mehr angemessenen mentalen Mustern befreien, die mit dieser „Bindungsbiografie“ verbunden sind, um neue Entwicklungsaufgaben in meinem zukünftigen (Beziehungs-)Leben kompetent zu bewältigen?
- **Lichtsegeln als spirituelle Methode:** Wie kann ich meine Suche nach der letzten Wahrheit, nach dem Grund für das Sein auf dieser Welt, den ich nur sehr vage benennen kann und auf dem ich sicher ruhend, von meinem großen „Selbst“ bestimmt durch dieses Leben gehen will in dem aktuellen Coachingprozess integrieren und mich als verbundener Teil der Welt fühlen, der einen tiefen Sinn in seiner erarbeiteten Vision vom Leben und Wirken darin findet?

Damit wird hier ein breiteres Coachingverständnis verwendet, dass neben beruflichen Fragen auch bindungsbezogene Aspekte und spirituelle Themen integriert und zu einem integrierten dialogischen Beratungsprozess wird, der die bewusste Gestaltung des eigenen Weges durch die Integration von Methoden und Ansätzen aus allen drei Coachingbereichen unterstützt und sich dabei auf Erkenntnisse aus Wissenschaft und Spiritualität stützt. Der historische Verlust der westlichen Hegemonie in der Welt geht derzeit insgesamt mit einem wirtschaftlichen, sozialen und politischen Abstieg einher, der sich in allen Lebensbereichen der westlichen Gesellschaften auswirken wird. Die zunehmenden Spannungen angesichts wachsender sozialer Ungleichheiten, fehlender Absatzmärkte für den einstigen deutschen Exportweltmeister und der fortgesetzten neoliberalen Politik werden im Zusammenspiel mit den hoch komplexen und im Verlauf neue überraschende Wendungen aufzeigenden Megatrends des demografischen Wandel, der Digitalisierung, des Gender Mainstreamings und des Klimawandels zu einer Welt führen, die nicht nur VUCA ist, sondern auch eine bindungsgefährdende entwurzelnde RONA-Welt bleibt. Hier gilt es, trotz aller Widrigkeiten seinen eigenen Weg zu finden, der nicht in Einsamkeit mündet, sondern wieder eine lebendige Vielfalt in den wichtigen Beziehungen eröffnet, die mich fordern, fördern, schützen sowie mich entdeckend lernen und wachsen lassen, weil ich mich hier „sicher“ fühle. Die Abbildung fasst diese drei Ansätze, also das „triale Coaching“ des Lichtsegeln zusammen.



Abbildung 2: Lichtsegeln als triales Coaching im weiteren Sinne

Lichtsegeln ist somit mehr als nur ein integrierter Natur-/Coachingansatz, der Erkenntnisse der Bindungsforschung und Sozialwissenschaften mit bewährten und eigenen Coachingansätzen und meditativen Techniken aus dem Schamanismus, Buddhismus zusammen mit yogischen Methoden zu einem individuell passenden Angebot verbindet, das gezielt ressourcen- und lösungsorientiert nach den Bedürfnissen des Coachee ausgerichtet werden kann. Das Tun des Lichtsegelns ist auch als eine Lebensphilosophie zu sehen, die stark beeinflusst von östlichen Lehren einen Versuch unternimmt, ein integratives Selbstverständnis für das moderne Leben im „Westen“ zu entwickeln, um den eigenen Kurs in einer VUCARONA-Welt immer wieder bewusst mit dem reflexiven Verstand und unserem intuitiven Wissen, das hierbei mit dem Herzen verbunden wird, neu zu bestimmen. Die Verbindung von Methoden aus den drei Domänen der Coaching- und Beratungspraxis, der Bindungsforschung mit den Sozialwissenschaften sowie der spirituellen Praxis und der mit ihr verbundenen „inneren Wissenschaft“ ermöglicht, dass weder die berufliche Perspektive vernachlässigt noch die weiteren zentralen sinnstiftenden Lebensthemen eines reichhaltigen Bindungs- und Beziehungslebens bei der Suche nach der für mich jetzt gültigen und stimmigen „Wahrheit“ ausgeblendet werden.

Das dadurch möglich Entdecken der versteckten Möglichkeiten bezieht sich einmal auf die neuen Wege, die das Leben für mich bereithält und die ich bislang noch nicht richtig gesehen oder mir nicht zugetraut habe. Dazu kommt die ressourcenorientierte Perspektive nach den inneren Potenzialen, die nicht oder nicht genug gelebt werden, um mich der Welt so zeigen zu können, das ich mich darin allen VUCARONA-Widrigkeiten zum Trotz wirklich wohl fühle, weil ich meinen Platz und meinen (Personen-)Kreis für diese wichtige Etappe meines Lebens gefunden habe – bis ich wieder neu navigieren muss, um den nächsten sicheren Zielhafen auf meiner Reise zu finden. Zu entdecken, was mich bislang daran gehindert hat, meine tiefen Wünsche und Träume in die Tat umzusetzen, auch indem ich diesen an die neuen inneren und äußeren Gegebenheiten meines Lebens visionär anpasse und mich der Welt zu zeigen, so wie mich das Leben jetzt gemeint hat, ist auch im bislang eher tristen Alltag spätestens seit 2020 eine aufregende Sache. Lichtsegeln ist „VUCARONA-Sailing“, also der lebendige Prozess, einer

bedrohlichen Welt kreativ, intuitiv und reflektiert die freudige Stirn zu bieten, um in einer lebendigen Gemeinschaft freudig segelnd durch dieses Leben zu tanzen und in dieser bewussten Bewegung den Wellen des Schicksals zu begegnen, die immer wieder unsere Fähigkeiten herausfordern werden, nicht an unseren (potenziellen) Fähigkeiten zu zweifeln.

Die VUCARONA-Welt bedroht unser soziales Leben auch in Deutschland, einerseits durch den immer schnelleren Anstieg von Armut, sozialer Ungleichheit und wirtschaftlichem Niedergang, andererseits durch den sozialen Ausschluss bei jeglicher Art von „abweichenden Meinungen“, die nicht der offiziellen Version des Geschehens entsprechen. Diese Exklusion kann von vielfach zu beobachtenden grob pauschalisierenden diffamierenden medialen Kampagnen, darauf aufbauenden Anfeindungen im persönlichen sozialen Umfeld bis hin zu Verlust des Arbeitsplatzes bzw. der wirtschaftlichen Existenz reichen. Die bedrohte physische Existenz durch Impfschädigungen ist derzeit ein Gegenstand kontroverser Diskussionen und die Aufarbeitung dieser Frage wird von den offiziellen Stellen massiv blockiert. Wird jedoch die immer realere Möglichkeit eines heißen 3. Weltkrieges im geopolitischen Konflikt des kollektiven „Westens“ mit Russland und seinen verbündeten BRIC+-Staaten mit hinzugenommen, ergibt sich gegenwärtig ein unwiderlegbares tödliches Bedrohungsszenario für unser gesamtes Leben.

Dieses Leben findet in der modernen Gesellschaft vermehrt über die traditionellen massenmedialen Angebote und den neuen Medien im Internet statt. Einer dadurch möglichen großflächigen, allgegenwärtigen und gezielten Manipulation unseres Bewusstseins durch die einflussreichen Netzwerke der Eliten, welche über ihre im Rahmen der Kognitiven Kriegsführung beschriebenen Techniken der Propaganda (vgl. Punkt 2.3) in den letzten Jahren an Intensität enorm zugenommen hat, können wir uns daher nicht entziehen, sondern müssen uns immer wieder bewusst machen, was wir für wirklich und wahr halten, auch und gerade wenn es der herrschenden Meinung widerspricht.

Das menschliche Denken in Bildern und Geschichten wird dabei als Einfallstor genutzt. Die Macht über die Massen leitet sich daher aus der Macht ab, die sich verbreiteten Geschichten – Narrative – zu manipulieren, die sich die Menschen über ihre Realität erzählen. Durch die Kontrolle dieser Erzählungen ist eine Kontrolle über das Bewusstsein der Menschen möglich, indem zwar nicht unbedingt die Geschehnisse selbst immer kontrolliert werden können, wie etwa beim aktuellen Krieg im Gazastreifen, bei dem Israel derzeit trotz aller Anstrengungen sehr „schlecht“ aussieht, sondern in erster Linie die mentalen Erzählungen, kontrolliert werden, also das, was die Menschen über das Geschehen denken. Die Kontrolle über das Narrativ ermöglicht somit die Kontrolle über die Wahrnehmung der Realität und damit die Kontrolle über die Welt. Dazu wird mittlerweile eine ganze Bewusstseinsindustrie finanziert, die von der Propaganda der Massenmedien, der Manipulation der Algorithmen der Digitalkonzerne im Silicon Valley bis zu den von den Plutokraten finanzierten Denkfabriken und der Herstellung von Mainstream-Kultur in Hollywood reicht.⁵⁹

Derzeit ist das „antisemitische“ Narrativ als öffentliche Reaktion auf jede Kritik an Israel arg in Bedrängnis geraten angesichts der Gräueltaten der israelischen Armee im Gazastreifen, die ein Großteil der Welt klar als Genozid bewertet. Dieses immer absurder erscheinende Narrativ wird benötigt, damit der kollektive Westen weiter Krieg auf der Welt führen kann, ohne dass dies von der Bevölkerung in Frage gestellt wird. Die auf diese angekratzte Macht der Narrative der Mächtigen hinweisende unermüdliche Stimme der unabhängigen australischen Journalisten Caitlin Johnstone, die sich über Crowdfunding finanziert, habe ich in der Coronazeit kennen und schätzen gelernt, da sich erst der über entsprechende Narrative gefütterte mentalisierte Glaube über das „gute“ oder eben „skrupellose“ Verhalten der Regierung oft als Trennscheide zwischen den entschiedenen Befürwortern und Gegnern der Coronaimpfungen erwiesen hat:

„Verrückte dumme Verschwörungstheoretiker glauben, dass eine fortschrittliche Weltanschauung Skepsis gegenüber der Staatsgewalt erfordert. Kluge aufrechte Bürger glauben, dass die Regierung ihr Freund ist und die Medien ihre Helfer sind.“⁶⁰

Die zeitweise starke Bindung der „aufrechten Bürger“ an den Staat während der Coronazeit durch die ständige Wiederholung des Narrativ, dass die Angehörigen geschützt werden müssen und nur der Staat einen solchen umfassenden Schutz bereitstellen kann, so dass seinen Regeln und Agenten bedingungslos zu folgen ist, hat nicht nur zur belastenden emotionalen Trennung von den „Verschwörungstheoretikern“ im eigenen Familien-, Freundes- und Kollegenkreis geführt. Von ihren Familien durch Besuchsverbote isolierte ältere Angehörige, die im Extremfall allein im Heim oder Krankenhaus verstorben sind, konnten ihre wichtigsten Bindung nicht als Trost nutzen und umgekehrt konnten sich die Kinder nicht von ihren Eltern verabschieden. Die medial erzwungene Geiselhaft der Kinder, die Oma und Opa nicht besuchen durften, aus Angst, sie dann womöglich anzustecken und umzubringen, hat ebenfalls dazu beigetragen, persönliche Bindungen zumindest anfänglich durch die fortgesetzten Lockdowns etc. zu zersetzen. Dies ist kein Zufall, sondern soll, wie in Punkt 2.3.1 gezeigt wurde, letztlich zu einer totalitaristischen Massenformation führen, in der die einzelnen individuellen Bindungen durch das Ideal der alleinigen Bindung an den Staat ersetzt werden. Das „Kollektiv“ als Bindungsobjekt stellt hier den Versuch dar, horizontale zwischenmenschliche Bindungen durch eine vertikale Bindung an eine soziale „übermenschliche“ Entität im Sinne einer Institution zu ersetzen.

Eine solche vertikale Bindung findet auf rein materieller Ebene statt und ist in einem totalitaristischen Staat von einer verdunkelten niedrigen geistigen Energie geprägt. Demgegenüber ist spirituelle Bindung an Gott oder einen göttlichen Lehrer/ einer göttlichen Lehrerin als vertikale Bindung höherer bis zu höchster geistiger Energie zu betrachten. Während auf der horizontalen Bindungsebene und den daraus hervorgehenden Gemeinschaften tagtäglich Mikro- und Mesokonflikte auftauchen können, ist der „Energiekampf“ zwischen Licht und Finsternis auf der Makroebene der Gesellschaft mit der vertikalen Bindungsebene derzeit wieder hoch bedeutsam. Was die kollektiven Religionen im Westen immer weniger vollbringen, ist zwar immer mehr der individuellen Spiritualität vorbehalten. Allerdings verbindet sich auch jeder einzelne Pfad zu einem Kollektiven Bewusstsein, dessen Art und Natur sich auf die Wahrnehmung der Menschen in seiner spezifischen Form auswirkt. Je mehr Menschen mit einer spirituell befreienden Wahrnehmung nicht nur nach „oben“ zum Staat, sondern in ihren Gemeinschaften nach „ganz oben“ zum Transzendenten ausgerichtet sind, desto mehr wird das verdunkelte Kollektive Bewusstsein einer für die Weltgeschichte so exponierten Nation wie der deutschen (vgl. dazu Kapitel 6) zum Besseren und Gutem gereinigt. Was dabei mit „gut“ zu verstehen ist, hängt mit unserer Wahrnehmung der Wirklichkeit zusammen. Wenn wir daher bei Schwächung unserer horizontalen Bindungen nur hilfesuchend nach „oben“ zu den elitären regierenden Mächten und nicht nach „ganz oben“ zur Allgegenwart des reinigenden Göttlichen Lichts blicken können, sind wir den staatlich orchestrierten Angriffen auf unser Bewusstsein umso hilfloser ausgesetzt.

Die Fähigkeit, seinen Realitätssinn auch in der VUCARONA-Welt zu bewahren, ist im eigenen Bewusstsein auch wesentlich von der Qualität der Quellen abhängig, die unsere Wahrnehmung der Welt prägen. Auch hier hat ein 2020 von drei Journalisten gegründete alternatives Online-Magazin namens Multipolar, das sich seine Unabhängigkeit über Crowd-Funding und Spenden bewahrt, Maßstäbe jenseits des einseitigen Mainstreams gesetzt. Der letzte Sargnagel auf die Mär bzw. das Narrativ von der angeblich evidenzbasierten und damit -im Besten neoliberalen TINA-Jargon (there is no alternative)- alternativlosen autoritären Coronapolitik, die in einem bis dahin in Nachkriegszeiten beispiellosen allgegenwärtigen Propagandacoup dem Kollektiven Bewusstsein auch der deutschen Nation (siehe dazu Kapitel 6) ihren totalitaristisch-technokratischen Stempel aufdrücken konnte, sind die von der Multipolar-Redaktion im März 2024 freigelegten sogenannten „RKI-Files“. Die dadurch zumindest zum Teil offengelegten Protokolle des Krisenstabs des Robert Koch-Instituts (RKI) im Zeitraum Januar 2020 bis April 2021 belegen eindeutig, dass die verschärfte Risikobewertung des RKI

zum Infektionsgeschehen im März als Grundlager aller sich daraus ergebenden Lockdowns und Gerichtsurteile eben gerade nicht wie immer wieder behauptet auf wissenschaftlicher Evidenz durch eine fachkundige Einschätzung des RKI beruht, sondern politisch vorgegeben wurde, auch wenn der betreffende politische Akteur namentlich in Folge von Schwärzungen der Dokumente nicht zu ermitteln ist.⁶¹

Die Qualität solcher äußeren Quellen zur kritische Reflexion des äußeren Geschehens, von dem wir gewöhnlich wissen, dass es in unserem Bewusstsein als mentale Konstruktion unserer inneren Wahrnehmung der Welt auftaucht, ist neben dem Verstand noch um die tiefere innere Quelle der Intuition zu ergänzen, um aus den vielen medialen Fragmenten uns sonstigen aufgewühlten Puzzleteilen sozialer Interaktionen, denen wir im Alltag gerade in der Coronazeit ausgesetzt waren, ein kohärentes Gesamtbild zu entwickeln, dass Sinn ergibt. Viele kritische Geister sind seit 2020 zunächst ihrem inneren Gefühl gefolgt, intuitiv ahnend, dass etwas mit den allgegenwärtigen Coronanarrativen nicht stimmt, was sich dann in einer reflektieren Analyse der Pandemiepolitik bezüglich der Brüchigkeit der endlos wiederholten Coronannarrative bestätigt hat. Auf der anderen Seite wird das Unterbewusstsein als Quelle unserer intuitiven Wahrnehmung immer stärker durch die Propagandamaschine der VUCARONA-Welt angegriffen, so dass wir stimmige Wege finden müssen, unsere intuitive Wahrnehmung mit der Quelle unseres emotionalen Bewusstseins zu koppeln, so dass sich unser sprichwörtliches Bauchgefühl auf einer höheren Ebene einem erneuten Wahrnehmungstest unterziehen kann, der unseren Verstand auf die richtige Fährte bringt. Während das Hirn für die Rationalität steht, gilt das Herz allgemein als Sitz der Emotion und die Bauchgefühle werden gewöhnlich mit der Intuition verbunden. Allerdings hat die moderne Herzforschung entdeckt, dass Herz und Hirn als eng verbundene Entscheidungszentren des Körpers fungieren, so dass auch die Intuition eine neurologische Grundlage bekommen hat. Allerdings ist diese wissenschaftliche Sicht um die spirituelle Intuition zu ergänzen, um wirklich das ganze Bild der Realität in den geschärften Blick zu nehmen.

4.2 Reflexion und Intuition als komplementäre Bewusstseinsebenen in einem holistischen Entscheidungsprozess

Die ausgeprägte Reflexionsfähigkeit unterscheidet den Menschen von den Tieren und stellt die zentrale Grundlage zur bewussten Persönlichkeitsentwicklung dar. Indem sich eine Person von außen beobachtet und das eigene Selbst im Bewusstseinsfokus steht, können Diskrepanzen zwischen Verhaltensabsichten und tatsächlichem Verhalten analysiert und Strategien zur Verringerung dieser Abweichungen entwickelt werden. Die auf sich selbst konzentrierte Aufmerksamkeit lässt sich als Prozess der Selbstreflexion auffassen. Die bereits von Aristoteles beschriebene Selbstreflexion als Wahrnehmen des Wahrnehmens oder Denken über das Denken ist eine geistige Fähigkeit des Menschen zur Erweiterung der eigenen Perspektive. Die Nutzung von Selbstreflexion als Lerninstrument setzt die Fähigkeiten voraus, im Bewusstsein über sich selbst eine Situation selbstkritisch analysieren und die relevanten (unangenehmen) Gedanken und Gefühle verbal oder schriftlich beschreiben zu können. Daneben ist die Fähigkeit zur Synthese der neu gewonnenen Erkenntnisse mit dem bestehenden Wissen erforderlich sowie die Bewertung des Nutzens des neuen Wissens anhand bestimmter eigener Kriterien. Eine reflektierende Herangehensweise wird als Schlüsselkompetenz beim Lernen verstanden, die Selbsterkenntnis und persönliches Wachstum fördert.⁶²

Im westlichen Denken hat die Aufklärung zu einer arroganten Sicht eines überlegenen Verstandes beigetragen, der bewusst reflektierend die „primitiven“ Völker in den Schatten stellt, die unbewusst oder eher intuitiv handelnd nur zu begrenzten zivilisatorischen Leistungen in der Lage seien. Die neueren Forschungsergebnisse deuten dagegen auf die Existenz früher Hochkulturen hin, die erstaunliche Artefakte hervorbrachten, die unser modernes Bild vom überlegenen autonomen aufgeklärten rationalen „Entscheider“ in Frage stellen (vgl. Punkt 6.1).

In der klassischen ökonomischen Theorie wird ein solches rationales Entscheiden allein mit einem bewusst arbeitenden, logisch strukturierten und reflektierten Verstand in Verbindung gebracht, der über seine eigenen Gedanken reflektieren kann. Allerdings tauchen im Alltag die meisten Eindrücke und Gedanken unbemerkt von ihrer Quelle in unserem Bewusstsein auf. Dieses intuitive Denken auf Basis von einfachen Heuristiken und intuitiver Kompetenzen, die auf jahrelang erworbenem Expertenwissen in einem bestimmten Bereich beruhen, hilft uns in der Regel gut weiter zur Bewältigung von Ungewissheit, ist jedoch auch mitunter mit Wahrnehmungsverzerrungen und damit Irrtümern in unseren Urteils- und Entscheidungsprozessen verbunden. Das nach Daniel Kahnemann benannte intuitive „schnelle Denken“, welches das sachkundige und heuristische intuitive Denken bis hin gänzlich unbewussten automatisierten mentalen Wahrnehmungs- und Gedächtnisprozessen umfasst sowie das bewusste wohlüberlegte „langsame Denken“ lassen sich aus Sicht der Kognitions- und Sozialpsychologie als zwei Agenten unseres Geistes beschreiben. Unser häufig überzogenes Vertrauen in die Vorhersagbarkeit der hoch komplexen Welt beruht auf der Unterschätzung des großen Einflusses unbewussten Denkens, das energieeffizient automatisch und schnell ohne willentliche Steuerung arbeitet sowie der Überschätzung unseres langsamen, auf die anstrengenden mentalen Aktivitäten gerichteten Denkens. Das bewusste langsame Denken geht oft mit dem subjektiven Erleben von Handlungsmacht, Entscheidungsfreiheit und Konzentration einher, da wir es mit unserem Selbst identifizieren.⁶³

Die Intuition lässt sich als implizites Wissen kennzeichnen, das beruflich oft in jahrelanger professioneller Expertise erworben wurde und auch im unbewussten Körpergedächtnis verankert ist. Die scheinbar aus dem Nichts kommenden Entscheidungen beruhen dabei eigentlich auf erlebten Erfahrungen und erworbenen Fähigkeiten, die spontan und situativ wiedererkannt werden. Risikoreiche Entscheidungen unter hoher Ungewissheit und Komplexität verlangen nach einem „hybriden Entscheiden“ im Sinne einer Kombination aus notwendig begrenzter individueller Rationalität und der komplementären expliziten Nutzung des impliziten Wissens. Dies setzt die Fähigkeit voraus, offen mit den Grenzen möglicher Rationalität umzugehen und bewusst implizites Wissen zuzulassen, das weder rational geprüft noch in eine explizite sprachliche Form gebracht werden kann. Ein solches wissensbasiertes intuitives Handeln erlaubt sinnstiftendes emotional und sozial intelligentes Handeln in ansonsten unüberschaubaren zwischenmenschlichen Kontexten. Die Intuition wird dadurch zu einer Kompetenz, die durch Erfahrung, Ausbildung und Professionalisierung zu einem wichtigen impliziten Bestandteil von hybrider Entscheidungskompetenz entwickelt werden kann.⁶⁴

Da die Chancen und Risiken durch die zunehmende Durchdringung unseres Lebens mit KI heute nach neuen gesellschaftlichen Gestaltungsoptionen verlangen (vgl. Kapitel 2.4), können wir auf individueller und gemeinschaftlicher Ebene unsere Intuition stärken, um unsere menschlichen Fähigkeiten zu erforschen, die uns von der Maschine wie einer KI unterscheiden.

In der Wissenschaft wird Intuition dabei nicht als göttliche Eingabe oder sechster Sinn verstanden, da die hier immer „weltliche Intuition“ als Produkt einer materiellen Wirklichkeit betrachtet wird. Eine übersinnliche Quelle von Intuition würde sonst als vermeintliche Irrationalität zwischen einer selbsttäuschenden Mystik und willkürlichen hohlen Bauchentscheidungen schwanken. Vielmehr kann die diesseitige, immanente Intuition sie als unbewusste Intelligenz gesehen werden, die auf

jahrelanger trainierter Erfahrung beruhen muss, um etwa bei oberen Führungskräften auch wirksam zu sein, die in Folge der oft unüberschaubaren und zum Teil nicht zuverlässigen Menge an vielen Daten, die kein eindeutiges Urteil ermöglicht, Entscheidungen in bis zu 50 % aller Fälle aus dem Bauch treffen. Die meisten Kulturen bringen das Bauchgefühl mit Intuition in Verbindung, während die französische Sprache eher das Herz damit adressiert. In einer Welt voll Ungewissheit, einer offenen Zukunft und begrenzten Ressourcen wie Zeit zur Entscheidungsfindung stellt die Intuition, die sich auf situativ geeignete Faustregeln (Heuristiken) und langjährig geronnenes, evolviertes Erfahrungswissen verlässt, einen Anker der Handlungsfähigkeit in einem Ozean an Informationen dar, dem wir mit unserer beschränkten Rationalität überqueren müssen. Eine Intuition lässt sich in einer Entscheidungssituation als ein Urteil kennzeichnen, dass rasch im Bewusstsein auftaucht, wobei die tieferen Gründe dafür im Unterbewusstsein verborgen bleiben und das einen so starken Impuls bezüglich der Richtigkeit dieses Urteils auslöst, dass wir danach handeln.⁶⁵

Die über wiedererkannte Erfahrung als bewusstwerdendes implizites Wissen trainierbare Selbstführungs-kompetenz der Intuition verleiht uns auch einen evolutionären Vorteil gegenüber der KI. Die Künstliche Intelligenz überflügelt den Menschen immer dann, wenn viele Daten vorhanden und die Umweltumstände weitgehend stabil sind sowie ein Optimum daraus eindeutig berechnet werden kann. Dies bezieht sich auch darauf, Dinge zu erkennen, zuzuordnen und zu vergleichen, was heute den Großteil vieler Bürojobs ausmacht, so dass dort KI zukünftig insbesondere bei statistischen Voraus-sagen oder technischen Optimierungen verstärkt zum Einsatz kommen wird. Geht es dagegen um langfristige Entscheidungen mit vielen Unsicherheiten, was ein Kontextverständnis und Einordnung in größeren Zusammenhängen und Kreisläufen verlangt oder kreative und innovative Herausfor-derungen, die Empathie verlangen, ist der Mensch eindeutig im intuitiven Entscheidungsvorteil. Da sich die KI immer weiterverbreiten wird, stellt sie zukünftig alleine keinen entscheidenden Wettbe-werbsvorteil mehr dar. Erst die strategische Kombination der KI mit dem menschlichen Wissen, das in seiner impliziten Form über die Intuition erschlossen wird, lässt Innovation entstehen, welche die bestehenden Geschäftsmodelle und Grundregeln von Märkten grundlegend verändern und dafür nach neuen Organisationen verlangen.⁶⁶

In der VUCA-Welt werden die verstärkt auftretenden sozial komplexen Entscheidungssituationen häufig unter Hinzunahme einer professionellen Beratung durch Supervision oder Coaching bewältigt, um im digitale vernetzten, zunehmend KI-gestützten Alltag handlungsfähig, inspiriert und kreativ zu bleiben. Die bewusste Reflexion der Situation, in der eine angemessene Balance aus Aushalten der Komplexität und deren Reduktion gesucht wird, um nicht zu früh zu einfache Lösungen zu finden, kann dabei ein Wechselspiel aus einem logischen Analysieren der verfügbaren Informationen und einer assoziativen, ganzheitlichen Suche nach dem Wissen für eine bestmögliche Entscheidung beinhalten. Um die unterbewusste Intelligenz der Intuition dafür zu nutzen, ist eine entspannte Atmosphäre notwendig, damit bislang verborgene Inhalte des Gedächtnisses in der zuvor mit starken Emotionen und Stress verbundenen Problemsituation spontan erinnert werden können, auf der die weitere Selbstreflexion aufbauen kann. Der reflektierte Umgang mit unseren Emotionen kann unsere intuitive Kompetenz fördern, die Selbstwahrnehmung und Reflexionsfähigkeit verbindet, damit wir unsere Gefühle angemessen interpretieren und unserer Denkprozesse und Informationsverarbeitung Bewusstmachen können.⁶⁷

Die Herkunft des Wortes Intuition entstammt dem mittellatinischen *intuitio* als „unmittelbare Anschauung“, die zum lateinischen *intueri* „genau hinsehen, anschauen“ wurde.⁶⁸ Dieser genau hin-schauenden unbewussten Intelligenz aus dem wissenschaftlichen Paradigma steht ein visionäres Verständnis der Intuition aus dem Überbewusstsein gegenüber, das im spirituellen Sinn eine unmittelbare Anschauung von bislang unbekannten Inhalten und Ereignissen aus der Vergangenheit, Gegenwart oder Zukunft als spontane Eingebung erlaubt. Dies wird zur spirituellen Vision als inneren

Schau einer überbewussten göttlichen oder transzendenten Wirklichkeit, die sich bei Entfaltung der dafür notwendigen Potenziale in dieser Welt offenbaren kann, so dass wir unsere darauf aufbauende Entscheidung als eine wirkende Bedingung zur Potenzialentfaltung im Vertrauen auf Gottes Allgegenwart treffen können. Eine solche Vision als „überbewusste Intuition“ kann im Gegensatz zur „unterbewussten Intuition“ aus dem wissenschaftlichen Verständnis gänzlich neue Erfahrungsinhalte aufzeigen, die weder auf vorhandenem Wissen noch imaginierten Vorstellungen beruhen. Allerdings ist eine Abgrenzung zwischen beiden Arten von Intuition sehr schwierig, da das Überbewusstsein auf ein stark vom Unterbewusstsein geprägtes Bewusstsein des wahrheitssuchenden Visionärs trifft, so dass die Inhalte schnell vermischt werden und dann in eine mental konstruierte Fantasie abdriften können. Daher ist es wichtig, die Erfahrungen später reflektiert zu betrachten, die im tiefen Vertrauen auf das Göttliche aufrichtig strebend mit offenen Herzen und der Vermittlung eines visionären Weges durch einen verwirklichten Lehrer oder einer verwirklichten Lehrerin gewonnen werden können und nie erzwungen werden sollten.

Der lange Zeit in den USA lebende indische Kriya-Yoga-Meister Paramahansa Yogananda (1893-1952) weist auf drei grundlegende Methoden der Sinneswahrnehmungen, Schlussfolgerungen und Intuition hin, sich der Wahrheit zu nähern, die letztlich in Gott als allumfassender, absoluter und höchster Wahrheit begründet liegt. Zunächst bringen die Sinne Wahrnehmungen ins Bewusstsein, die uns zu Gedanken und Vermutungen über die dahinterliegende Wahrheit anregen. Die Sinne können allerdings keinen letzten Beweis für die Wahrheit bringen, da sie unvollständige und oft auch trügerischen Reize übermitteln, so wie die Ohren und Augen nur einen bestimmten Schwingungsbereich hören und die kosmischen Töne und Lichter des Universums nicht wahrnehmen können. Erst die bewusste Entwicklung des astralen Hörens und inneren Sehens als feinstofflicher Kraft, die das physische Hören und Sehen des Körpers ermöglicht, erlaubt die subtilen Schwingungslaute und wunderbaren Lichter der Schöpfung wahrzunehmen. Große Meister wie Jesus sind durch ihre hoch entwickelte Intuition allwissend, so dass sie durch diese intuitive Kraft die reine Wahrheit kennen. Da unsere Vernunft ihre Schlussfolgerungen aus unseren begrenzten Sinneseindrücken zieht, wird sie zum Opfer der Sinne und verpasst die tiefere Wahrheit, die sich nur durch Intuition vollständig erschlossen werden kann. Intuition versteht er als unmittelbare Wahrnehmung und allwissende, reine Erkenntnis der Seele. Wir können sie durch tiefe Meditation entwickeln, in der wir uns täglich mit Gott verbinden und mit zunehmender Konzentration immer mehr Freude im Herzen fühlen. Die Intuition wird dadurch zur praktischen Seite der Wahrheit in allen Dingen, die uns zu unserem Innersten führt, woraus sich uns mit der Zeit der fortgesetzten spirituellen Praxis der tiefe Sinn unseres Dasein erschließen und sich auch die untrüglich besten Entscheidungen für unser äußeres Leben in Beziehungen oder im Wirtschaftsleben ergeben können. Mit der Zeit wird die Intuition im Alltag als ein bestimmtes Gefühl oder eine stille Stimme bemerkbar, die uns immer klarer leitet.⁶⁹

Das Bewusstsein Gottes, aus dem nach Yogananda in verdichteter Form alle Schöpfung in vielen Universen entstanden ist, liegt über unserem Verstand und lässt sich nur mit Hilfe des Überbewusstseins intuitiv erfassen, um das unendliche vollkommene Licht als intelligente Kosmische Schwingung wahrzunehmen, auf der die endliche Schöpfung aufgebaut ist. Das intuitive Überbewusstsein der Seele ist der Kern unseres Denkens und unserer Intelligenz und vermag allein das unendliche Wesen Gottes zu erfassen. Die Freude in unserer Meditation ist ein Vorgeschmack der ewigen Freude, die hinter der Materie in der gesamten Schöpfung liegt und das Licht, das wir in der Meditation sehen können, ist das Astrallicht, aus dem die Schöpfung hervorgegangen ist. Das Erblicken dieses Lichtes in der Meditation führt zu Einheitserfahrungen, in dem wir unser Bewusstsein intuitiv auf das Bewusstsein Gottes einstellen und sich dadurch nach und nach der Nebel der uns innewohnenden Unwissenheit auflöst und der Weg der Weisheit immer klarer vor uns liegt. Dieser Weg der Selbstverwirklichung, auf dem wir unser Bewusstsein von der endlichen Welt in die Unendlichkeit ausdehnen, bis wir ständig im

Bewusstsein Gottes Gegenwart leben, lässt sich nicht durch mechanisches Beten und Üben erfahren, sondern nur durch hingebungsvolle, innige und eins mit dem Gebet werdende spirituelle Praxis und diese eigene freudige Erfahrung kann nicht durch Bücher oder Theorien vermittelt werden.⁷⁰

Für den indischen Yogi, Philosoph, Freiheitskämpfer und Dichter Sri Aurobindo (1872-1950) steht die Intuition als eine der höheren Ebenen des Bewusstseins zwischen dem denkenden Mental des Menschen, dem darüber liegenden Obermental, in dem es eine höhere und größere Intuition gibt und dem absoluten göttlichen Wahrheitsbewusstsein, dem Supramental. Auch mit einem vorhandenen Ego ist es möglich, Mitteilungen von der oberen Intuitions-Ebene zu empfangen, allerdings ist es mit den Begrenzungen des Egos nicht möglich, in der Weite der Intuition zu leben. Dazu muss der wahrheitssuchende Mensch in seiner Sadhana (spirituelle Praxis des Yoga) im kosmischen Bewusstsein leben, um die Trennung des Individuellen vom Kosmischen zu überwinden und mehr und mehr die Intuition von oben zu empfangen. Diese innere Einung ist die Grundlage für eine sich entwickelnde Intuitivierung des Bewusstseins, so dass die spontanen Blitze der intuitiven Wahrheits-Wahrnehmung zu einem ständigen Fluss wahre intuitiver Ideen werden. Dazu ist es notwendig, das Göttliche überall zu fühlen und sich mit der Welt und den Menschen vor allem durch das innere Mental und inneren Gefühle zu verbinden, während das äußere Mental und die äußeren Gefühle nur die Oberfläche der Dinge berühren und in ihrer weltlichen Verhaftung nicht intuitiv sind. In der Meditation lässt sich das Mental mit seinen höheren Ebenen bis zur Intuition als blasses Blau wahrnehmen, während danach das goldene supramentale Licht erscheint. In dem Maß des bewussten Aufstiegs des wahren inneren Selbst kann immer mehr von dem Licht geschaut werden, das den Verstand des Mentals übersteigt, da die Intuition durch ein blitzartiges Kombinieren des sich ständig neu offenbarenden Lichts zu unmittelbaren Schau der Wahrheit führt. Im beginnend erleuchteten Mental ist dieses Licht noch ziemlich abgeschwächt und zerstreut, während es auf den höheren Ebenen im Rahmen einer fortgeschrittenen Sadhana immer intensiver und dynamisch-wirksamer zu einem ständigen intuitiven Bewusstsein wird, das Offenbarungen empfängt. Auf dieser Erde ist das intuitive Denken des inneren Mentals somit ein Mittler zwischen dem Unbewussten, aus dem die Welt geboren wurde und dem Überbewussten, um ein Wissen jenseits des Denkens zu erreichen, das sich von dem instinktiv vitalen Wissen unterscheidet. Dieses Wissen erlaubt in bewussten Entscheidungsprozessen eine Unterscheidung, die nicht intellektuell ist, sondern auf direkter Wahrnehmung beruht.⁷¹

Mit diesem yogischen Wissen von Sri Aurobindo und Paramahansa Yogananda im Hintergrund lässt sich die an die materielle Welt gebundene Intuition der Wissenschaft, die auf die neuronalen und verkörperten Prozesse der spontanen Wiederentdeckung des impliziten Wissens aus dem Unterbewusstsein eingeht und auf den modernen interdisziplinären Theorien beruht, die sich empirisch bestätigen lassen müssen, um als explizites Wissen anerkannt und verbreitet zu werden, als „**äußere Intuition**“ festhalten. Demgegenüber steht die „**innere Intuition**“ aus der spirituellen Praxis, die uns mit dem Überbewusstsein verbindet und zumindest für einen Augenblick eine unmittelbare innere Wahrnehmung des Göttlichen Bewusstseins erfahren lässt, welcher uns die tiefe innere Wahrheit der Situation offenbart, in der wir uns gerade entscheiden müssen. Mit dieser zweidimensionalen Definition der Intuition können die beiden Erkenntniswege der Spiritualität und Wissenschaft anschaulich voneinander unterschieden werden. Die äußere Intuition ist auf die äußere Seite der Welt ausgerichtet, sie hilft uns, Entscheidungen unseres Lebens zu treffen, die auf unser Leben und Handeln hier beschränkt sind. Die innere Intuition will sich wie alle spirituellen Wege der Innenseite des Lebens nähern, der transzendenten Wirklichkeit und Wahrheit unsers lebendigen Seins, das unendlich weit über dieses Leben und diese Welt hinausreicht. Die äußere Intuition lässt sich wissenschaftlich untersuchen, die innere Intuition kann nur über die eigene Erfahrung erschlossen werden, da sie auf das Überbewusstsein verweist, das in der Wissenschaft (derzeit) weder anerkannt ist noch mit wissenschaftlichen Mess- und Untersuchungsmethoden bewiesen werden kann. Dies schließt nicht

aus, dass eine spirituelle Wissenschaft, wie sie die östlichen Yogalehren enthalten, fundierte Beiträge für die westliche materiell-empirische Wissenschaft anbieten kann. Bis eines Tages allerdings das Zusammenspiel zwischen innerer und äußerer Intuition wissenschaftlich erforscht wird, um sich dem bislang unerklärbaren Phänomen des Bewusstseins aus einer Richtung zu nähern, die nicht allein das Gehirn als aus neurowissenschaftlicher Sicht einzig denkbarer Quelle von Bewusstsein betrachtet, wird noch viel Zeit vergehen. Der holistische Beratungsansatz des „Lichtsegelns“ will auch eine Methode zur Nutzung beider Arten von Intuition anbieten und sich nicht allein auf die äußere Variante begrenzen, die sich nur bedingt weiterentwickeln lässt und im unbewussten Bereich verbleibt, auch wenn der selbstverwirklichte Weg zur unfehlbaren erleuchteten Wahrheit des Überbewusstseins, das unsere innere Intuition dann auch untrüglich machen würde, noch ein sehr weiter ist.

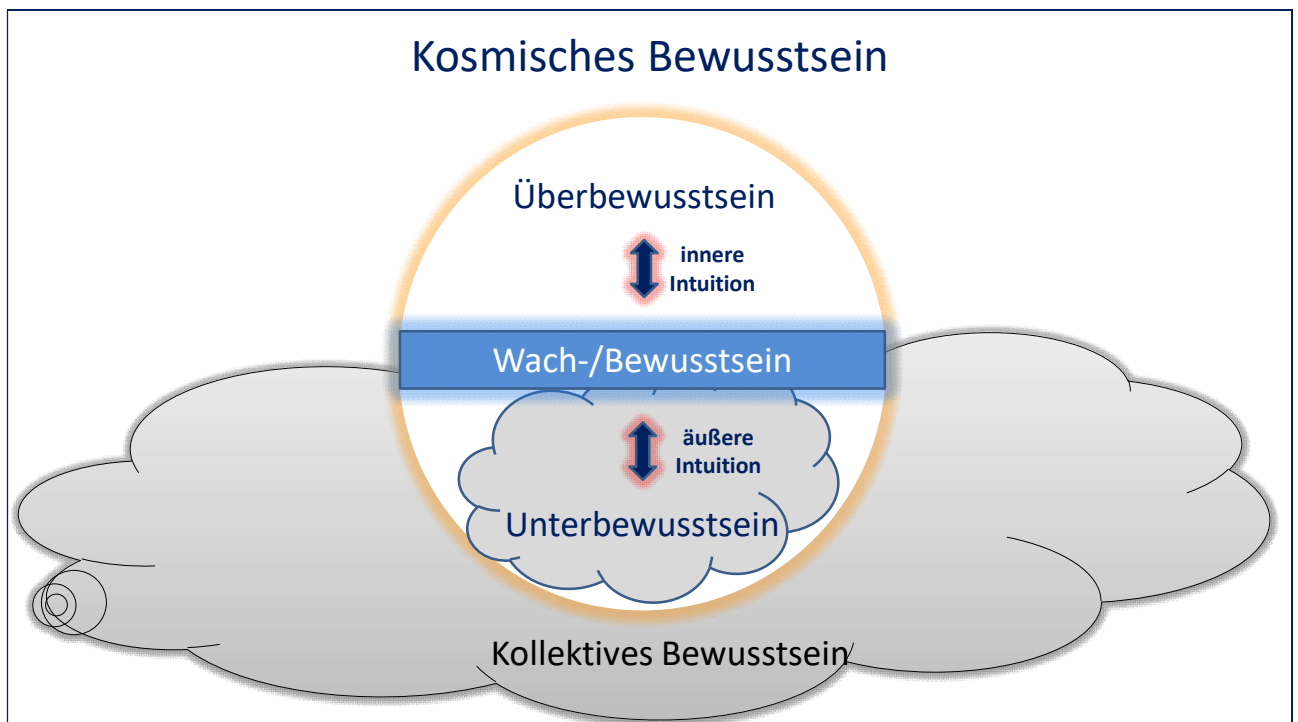


Abbildung 3: Ebenen des Bewusstseins und der intuitiven Zugänge zwischen den Ebenen

Dieser geistige Spagat zwischen einem beschreibenden Vorgehen, dass sich auf das wache Bewusstsein des Autors mit all seinen Beschränkungen verlassen muss, während es über überbewusste Dinge schreibt, von denen nicht hinreichend klar ist, ob diese im Rahmen der eigenen täglichen spirituellen Praxis mit der inneren oder äußeren Intuition erfahrbar wurden und hier sprachlich gedeutet werden, ist wie jede Wahrheitssuche höchst fehleranfällig. Die Entwicklung der äußeren Intuition könnte zwar als intuitive Kompetenz im KI-Zeitalter auf wissenschaftlicher Grundlage erfolgen, die objektiv messbare Kriterien zur Bewertung der darauf aufbauenden Entscheidungsqualität für ein evidenzbasiertes Trainingsprogramm ableitet. Die subjektive innere Intuition benötigt dagegen andere Kriterien, um die tiefe Überzeugung zu nähern, auf dem richtigen Weg zu sein. Wie in den folgenden Kapiteln gezeigt wird, ist dieser Weg in der VUCARONA-Welt mit einem verdunkelten Kollektiven Bewusstsein in Deutschland und vielen anderen Nationen verbunden, dass unser Bewusstsein stark beeinflusst, wobei die herrschenden Kräfte auf dieser Welt durch aggressive Propagandamethoden tagtäglich unser Unterbewusstsein manipulieren (vgl. Punkt 2.3).

Wir können uns systematisch nur mit Hilfe der Meditation der inneren Intuition nähern, so wie wir Gott erst als innere Wirklichkeit erfahren müssen, bevor wir ihn überall wahrnehmen können. Da dieser Text selbst keine Meditation als geronnene Spiritualität darstellt, sondern neben seinen analytischen Untersuchungen über das „(Über-)Bewusste Leben zum bewussten Überleben und Wachsen in der VUCARONA-Welt“ auch meditative Übungen zur Selbsterfahrung und Selbstreflexion anbietet, nutzt er wissenschaftliche Zugänge, um sich von der äußeren Seite der Wahrheit der inneren zu nähern. Wissenschaft und Spiritualität schließen sich beim Lichtsegeln somit nicht aus, sondern bilden vielmehr zwei Seiten der Wahrheitsmedaille für alle Wahrheitssucher im 21. Jahrhundert, die Innen und Außen intuitiv miteinander verbinden wollen, um sich weiter zu entwickeln.

Aus Sicht der Neurowissenschaft sammeln die die Nervenbahnen des Körpers permanent Informationen des eigenen Organismus und bilden im Gehirn ein Wissen um die eigene Existenz sowie ein Modell des Selbst. Die Innervierung des Körpers führt über das Gehirn zu neuronal erzeugten internen Repräsentationen und trägt dadurch auch zu einer Organisation der äußeren Sinneseindrücke bei, um daraus ein Modell der Umwelt zu bilden. Die mentalen Repräsentationsfähigkeiten lassen auch eine Konstruktion abstrakter Objekte zu, die -wie die als reiner Denkprozess geschaffene Dimension der Zeit- keine äußere Entsprechung besitzen. Die komplexe Verarbeitung von Reizen, etwa beim Schreiben, Sprechen oder Essen, führt nicht automatisch zu einer bewussten Wahrnehmung. In Abgrenzung zum Schlaf- oder Traumzustand lässt sich eine solche unbewusste Wachheit als Funktionsbereitschaft des Organismus zur kritischen Reaktion auf (zufällig) auftretende Ereignisse definieren, indem Sinnesreize kognitiv verarbeitet und bei Bedarf in körperlichen Reaktionen umgesetzt werden. Das **Bewusstsein** lässt sich dagegen als das subjektive Erleben von mentalen Zuständen zur Anteilnahme am Leben beschreiben. Dieses intime Erleben kann nur von dem erlebenden Selbst mitgeteilt werden, es lassen sich allerdings neurowissenschaftliche Korrelate finden, die objektive Aussagen über Bewusstheit erlauben. Das Bewusstsein integriert unsere Denk- und Handlungsprozesse und ist daher das **Werkzeug für die individuellen Kompetenzen**. Neben dieser zweckorientierten Sicht der Erfüllung komplexer Alltagsaufgaben kann die meditative Reduktion der Bewusstseinsfunktionen zu einer besseren Selbsterforschung beitragen, da die reduzierte alltägliche Aufmerksamkeit zur Wahrnehmung und der Reflexion bislang unterdrückter subjektiver Bewusstseinsqualitäten wie Stille, Frieden und Freiheit führt.⁷²

Diese Reflexion des die Welt wahrnehmenden phänomenalen Bewusstseins erfolgt durch ein Monitoring-Bewusstsein, das als Wissen über die eigene Wahrnehmung, Gedanken und Gefühle ein metakognitives Bewusstsein darstellt, das auch Achtsamkeit durch die nicht bewertende Beobachtung der erlebten Gegenwart ermöglicht. Sind die Gedanken, Gefühle und Wahrnehmungen auf das Wissen und die Einstellungen gegenüber sich selbst bezogen, ist das Selbst-Bewusstsein angesprochen. Das Gewahrwerden des Einzelnen in seiner Verbundenheit mit anderen bewussten Lebewesen und der Welt wird als **transpersonales Bewusstsein** bezeichnet. Ist damit auch die Empfindung von Vergänglichkeit, dem Entstehen und Vergehen von energiegebundenen Formen und der Erfahrung einer allumfassenden Einheit verbunden, wird von einem entstehenden **kosmischen Bewusstsein** gesprochen.⁷³

Das Kollektive Bewusstsein einer im Kosmos existierenden Entität lässt sich somit wissenschaftlich als transpersonales Bewusstsein kennzeichnen, während das Überbewusstsein in den Bereich des Kosmischen Bewusstseins fällt. Aus spiritueller Sicht ist jedes Bewusstsein ein Teil des (transzendenten) Kosmischen Bewusstseins. Moderne Propagandatechniken zielen allerdings wie ihre historischen Vorläufer nicht auf das Kosmische Bewusstsein, sondern auf unser Unterbewusstsein, das im transpersonalen Bereich als Kollektives Bewusstsein zu einer größeren Entität zusammenwächst, die sich in jedem einzelnen Mitglied des Kollektivs als Repräsentation in seinem Geist -bzw. aus wissenschaftlicher Sicht- Gehirn manifestiert. Sollte es also eine innere Intuition und damit unser Überbewusstsein als Teil des Kosmischen Bewusstseins tatsächlich geben, müsste es neben vielen

weiteren inneren Entwicklungsschritten ebenfalls möglich sein, mit Hilfe spiritueller Methoden und Wege eine weitaus größere Resilienz gegenüber den Manipulationen unseres Bewusstseins zu erreichen als dies mit rein psychologischen Methoden der Fall wäre, die allenfalls noch das transpersonale Bewusstsein berücksichtigen können. Daraus können wir eine heilsame Haltung zu den zahlreichen Empörungswellen in den medial aufgeheizten gesellschaftlichen Spaltungsdebatten entwickeln, die uns allen Widrigkeiten der VUCARONA-Welt, allen täglichen Ängsten bis hin zu unserer Angst vor einem drohenden Tod in einem atomaren Dritten Weltkrieg zum Trotz in die Lage versetzt, uns weiter tief verbunden und als Teil eines kosmischen Evolutionsprozesses zu sehen, in dem wir uns in unser eigenen spirituellen Suche nach Gott in diesem Leben über die äußeren Einflüsse jeglicher Art erheben können, da wir weder hilflos, ohnmächtig noch wertlos sind, sondern uns als unsterblich, stark, wertvoll und eins mit dem Kosmischen Bewusstsein erleben können.

Die folgende Übung geht in diesem Sinne auf das Bild des Wachbewusstseins als Brücke ein, die über den Fluss des Über- und Unterbewusstseins hinwegführt uns unser bewusstes Alltagsleben mit seiner Mischung aus hellem und dunklen Bewusstseinsselementen ermöglicht:

Die Bewusstseinsbrücke

Schließe die Augen und lass vor Deinem inneren Auge das Bild entstehen, das Du auf einer Brücke stehst (Bewusstsein). Unter Dir fließt ein vielfältig schimmernder Strom voll dunkler Stellen und finsterer Wirbel unter der Brücke hindurch (Unterbewusstsein).

Über Dir flimmert ein goldgelblich-weißer Himmel, der die Brücke erhellt (Überbewusstsein). Zwischen dem Himmel und Dir befinden sich grauen Wolken über Deinem Kopf, die verhindern, dass das Licht von oben ungehindert die ganze Brücke bescheinen kann, so dass hier auch viele dunkle Flecken auf dem Weg entstehen oder das Licht nur gedämpft ankommt (verdunkeltes Bewusstsein/Unwissenheit).

Du gehst auf der Brücke weiter, die seltsamerweise nicht endet. Am Ende des Weges scheint sich der Horizont aufzulösen und alle Bewusstseinsströme sind eins, was mit noch fernen Erleuchtungszuständen verbunden ist, auf die Du dich Schritt für Schritt zubewegst.

Doch jetzt bist Du hier auf der Brücke. Sammle Deine Kräfte, bitte Gott um das Geschenk der wahren Intuition und spüre genau nach, was du jetzt wahrnimmst.

Welche innere Stimme spricht jetzt zu Dir? Wovon erzählt sie? Was nährt sie?

Du kannst sehen, wie sich von unten mehrere dunkle Schläuche aus dem Strom lösen und nach oben auf die Brücke kommen, so dass sie den Weg verdunkeln. Auch die grauen Wolken über Dir bewegen sich und bilden größere Formationen, um dem Licht den Weg zu versperren. Trotz dieser Hindernisse in Deinem Bewusstsein, kannst Du auf der Brücke immer noch einige Stellen sehen, die von dem hellen Strahl des goldgelben Lichtes über Dir angestrahlt werden und Dich magisch anziehen.

Gehe nun zu einer solchen Stelle und bleibe dort im Licht stehen.

Wie ändert sich die innere Stimme jetzt? Oder ist dort eine wohltuende Stille?

Schweig und horche in beiden Fällen auf das, was Du jetzt wahrnimmst.

Dann löse das Bild innerlich auf oder fahre mit der folgenden Übung fort, in der Du auch aktiv eine Frage formulieren kannst, die Dich gerade im Bewusstsein bewegt. Der direkte Schüler von Yogananda, Swami Kriyananda, weist hierbei auf die besondere Bedeutung des Kopf- und Herzchakras zur Entwicklung der intuitiven und damit göttlichen Führung in unserem Leben hin. Wie beim Radiohören stellt das in der Mitte des Kopfes zwischen den Augenbrauen befindliche ajna-Chakra den

Sender für unsere Gedanken und Gefühle dar, während das astrale Herz, das anahata-Chakra unsere Empfangsstation darstellt. Aus diesem geistigen Zusammenhang lässt sich neben der fortwährenden Meditation eine wirkungsvolle Technik zur Aktivierung der inneren Führung ableiten, die auf der Übung der „Bewusstseinsbrücke“ aufbaut und diese in dem Moment fortsetzt, wenn wir eine der lichten Stellen auf der Brücke gefunden haben und unser (Wach-)Bewusstsein nun um die göttliche Führung bittet.⁷⁴

- Konzentriere Dich auf das Kopfchakra, Sitz unseres inneren Auges und bitte um innere Führung aus dem göttlichen Bewusstsein. Dafür kannst Du auch einen starken Gedanken als Frage aussenden, die Dich gerade bewegt oder ein klares Bild dafür im inneren Auge konzentriert in Deinem Bewusstsein halten, um es dem Göttlichen Bewusstsein darzubringen.
- Warte ruhig auf eine Antwort und konzentriere Dich dabei im Herzzentrum. Das Horchen darf nicht zur Anstrengung werden, sondern sollte mit einem offenen und neutralen Geist geschehen, der seine Vorlieben und Abneigungen aus diesem Prozess heraushält. So wirst Du mit der Zeit und Übung eine immer deutlichere Antwort erhalten.
- Wenn die Antworten zu schwach, vieldeutig oder unklar ausfallen, versuche zu erkennen welche der empfangenen Impulse in Deinem Herzen eine besondere Resonanz auslöst. Auch bei der Umsetzung dieses Impulses achte immer wieder auf die Resonanz in Deinem Herzzentrum, so dass Du irgendwann wahrnimmst, dass Du auf dem richtigen Weg bist, während Du auf der anderen Seite an einem bestimmten Punkt spontan feststellen wirst, dass die Richtung nicht stimmt. Dann ändere etwas und bewege Dich immer im Kontakt mit Deinem Herzen weiter in eine alternative Richtung, bis das Gefühl der Bestätigung und Unterstützung in Dir aufkommt.
- Verlass Dich nicht nur auf Deine Intuition, gebrauche auch Deinen gesunden Menschenverstand und prüfe immer wieder, ob sich die Antwort der inneren Stimme weiter stimmig anhört oder Du etwas verändern solltest. Missioniere niemanden mit Deinen Antworten, die Du für dich selbst erhalten hast.

Der Weg des Verstandes ist ohne eine vertikale Bindung „nach oben“ zum Göttlichen ein dunkler Weg. Ohne horizontale sichere Bindungen oder bei deren Beeinträchtigungen, ist er zudem bereits in seinem denkenden Bewusstsein höchst anfällig für Fehlmentalialisierungen, wie die moderne Bindungsforschung gezeigt hat, was im nächsten Punkt näher beschrieben wird. Damit ist unser Reflexionsvermögen abhängig von vertrauensvollen Bindungsbeziehungen, was das traditionelle Bild des „einsamen Gelehrten“ für forschende Erkenntnisprozesse ebenso höchst fragwürdig macht wie das des „autonomen Entscheiders“, wenn dieser nicht über Zeit und Raum in gute Bindungen seines Lebens eingebettet ist, das mit allem anderen Leben in einer holistischen Beziehung steht.

Die modernen Erkenntnisse der Quantenphysik zur Beschreibung der inneren Zusammenhänge der materiellen Welt lassen uns erkennen, dass im Universum alles miteinander in Verbindung steht. Die Quantentheorie bricht mit der vorherrschenden materialistischen Ansicht, dass Objekte im Wesentlichen unabhängig von Subjekten sind und voneinander getrennt existieren. Mit der Einführung eines nicht-lokalen Bewusstseins, das in Anlehnung an Jung für das kollektive Unbewusste steht, kann Kreativität durch transpersonale Phänomene erklärt werden. Durch die Fähigkeit, die Grenzen ihres Bewusstseins zu überschreiten, können Menschen im Gegensatz zu Maschinen gemeinsam etwas Neues in einem ganz neuen Zusammenhang erschaffen.⁷⁵

Diese tief verbundene Wirklichkeit, die auch von der modernen Physik beschrieben wird und hinter unserer bewussten Wahrnehmung steht, entzieht sich unserem bisherigen Alltagsverständnis, in der das Materielle noch immer die primäre Rolle spielt. Das neue Denken in einer ganzheitlichen Beziehungsstruktur hilft den Blick auf die schöpferische Rolle jedes Einzelnen zu richten, der seinen Entscheidungen durch das Eingebundensein in den Kosmos eine vernetzte und damit kreative Richtung geben kann. Der Dialog kann das Wissen an diese Verbindung wachrufen und ermöglicht so gemeinsame Veränderungen in einem schöpferischen Prozess.⁷⁶ Diese schöpferische Kraft macht den Dialog hoch attraktiv für gemeinsam reflektierte Erkenntnisprozesse für innovative Lösungen. Je mehr wir unsere Intuition entwickelt haben, desto besser können wir uns auf diese kollektive Form des Denkens einlassen und Teil werden eines lichtvollen Universums, das sich hinter der uns derzeit sichtbaren ewigen Nacht des Kosmos erhebt.

Lassen wir das uns bekannte Bild des Universums auf uns Wirken, so ist es weitaus mehr von dunkler als von lichtvoller Materie durchsetzt. Zwar erhellen die vielen Sterne hoffnungsvoll die einzelnen Galaxien, die wir mit moderner Technik als bunte Lichthaufen wahrnehmen können, doch ist der gewaltige Zwischenraum innerhalb und vor allem zwischen diesen galaktischen Sternlichter verdunkelt. Erst die zunehmende innere Wahrnehmung des Göttlichen Lichtes, welches das All erfüllt und hinter allem Sein für unsere irdischen Sinne verborgen leuchtet, lässt uns die Welt als einen hellen Ort erscheinen, den wir mit unserem Überbewusstsein wahrnehmen können, dass intuitiv den Weg in unserer Bewusstsein finden kann, wenn wir es so weit entwickelt und geöffnet haben, das wir dafür empfänglich sind. Uns wird dann immer mehr bewusst, dass wir nicht allein sind und niemals waren, dass diese Welt kein Ort des erbarmungslosen Überlebenskampfes ist, an dessen Ende wir für immer verschwinden, sondern wir eine der vielen unsterblichen Manifestationen des Göttlichen sind, die hier ein Leben führen sollen, das sie zur Quelle allen Lebens zurückbringt statt sich immer wieder von der tiefen Wahrheit zu entfernen, die unser verdunkelter Verstand allein niemals enträtseln kann.

Das Coaching als moderne Form der Lebensberatung für bestimmte lebensweltliche Domänen bleibt auch in dieser holistischen Sichtweise immer noch auch eine letztlich berufsbezogene Hilfe zur Selbsthilfe; jedoch in einem erweiterten Beratungsverständnis, das alle wichtigen Lebensfragen umschließt, die mit einer „holistischen Karriereentwicklung“ in Verbindung stehen. Die Karriere ist dann das geistige Aufsteigen in einer materiellen Welt, die beruflichen Erfolg nicht einseitig als Maß eines guten Lebens, wohl aber als Ausdruck eines persönlichen Wachstums versteht, der in allen Dingen stets zur Annäherung an die absolute Wahrheit führen muss, um dem Lichtsegler und der Lichtseglerin einen ewig sicheren Hafen zu weisen, der keine Dunkelheit mehr kennt. Ein sicherer Hafen ist auch in der Bindungsforschung eine zentrale Metapher für ein aktiviertes Bindungssystem eines Menschen in Not, der nach seiner schützenden liebenden Hand sucht, die ihm wie ein kleines weinendes Kind nach einem Sturz sanft auf die Beine hilft, bis es wieder alleine die Welt entdecken kann. Diese irdischen Bindungen werden hier immer horizontal zwischen prinzipiell gleichberechtigten Menschen betrachtet, auch wenn sich ein Säugling in vollkommener Abhängigkeit von einer verfügbaren und möglichst feinfühligsten Bezugsperson befindet. Die Qualität der Bindungen und Verbindungen in unserem Beziehungsleben lässt eine Bindungshierarchie entstehen, die über unser Mental zu höheren Bewusstseinsebenen hinausgeht und uns mit dem Transzendenten verbindet. Im Beraterischen Diesseits lässt sich die lebenslange Ausdifferenzierung unseres Bindungslebens als reflexive und intuitive Arbeit mit der „Bindungsbiografie“ deuten, um daraus subjektiv sichere Entscheidungen zu treffen.

4.2 Lichtsegeln als bindungsbiografische Arbeit – Suche Deine Getreuen und das Spiel beginnt von Neuem

Im menschlichen Leben spielt die wechselseitige Resonanz eine wichtige Rolle für eine gesunde geistige Entwicklung. Die im Gehirn verankerten Resonanzprozesse statten uns über Spiegelneurone mit einem intuitiven Einfühlungsvermögen über die Gedanken, Gefühle und das körperliche Empfinden anderer Menschen aus. Die Resonanz beschreibt die Übertragung eines Aktivitätszustandes von einem Absender auf einen geeigneten Empfänger, der dadurch nicht wie bei einem Echo die Information nur passiv widerhallen lässt, sondern bei der die entsprechenden Areale im Gehirn aktiviert werden, die mit der übermittelten Erfahrung wie Schmerz oder Freude verbunden sind, so dass wir innerlich empathisch auf diesen äußeren Eindruck reagieren können. Dieser interaktive Resonanzprozess erklärt auch soziale Ansteckungen wie etwa beim Gähnen oder dem Schreien von Säuglingen, die in ihren frühen Entwicklungsprozessen eines eigene Selbst über die wechselseitigen Resonanzreaktionen auf die Worte, Gesten und Mimik ihrer Eltern oder Bezugspersonen antworten. Diese menschliche Fähigkeit, Resonanz hervorzurufen und selbst in Resonanz gehen zu können ist einer der wesentlichen Unterschiede zur Künstlichen Intelligenz (KI), die nur simulierend reagieren kann, so als ob sie in Resonanz gegangen wären. Die Resonanzen, die wir im gesamten Lebensverlauf empfangen und aussenden, prägen unser Bewusstsein eines eigenen Selbst, das sich im gesunden Zustand auch von anderen nahestehenden Menschen gut unterscheiden kann. Eine solche auf Resonanz aufbauende Bindung macht uns im Gegensatz zur bindungs- und resonanzlosen KI ohne ein eigenes Bewusstsein, die daher auch kein intrinsisches Interesse an der Welt hat, erst zu selbstbewussten Menschen mit einem durch soziale Beziehungen geerdeten Realitätsverständnis. Daher besteht die Gefahr digitaler Systeme für unsere psychische Gesundheit insbesondere darin, dass sie uns durch insgesamt immer längere Bildschirmzeiten von unseren zwischenmenschlichen Beziehungen und Kontakten ablenken und abschneiden, so dass wir immer weniger resonanzfähig werden. Die allgegenwärtigen Angebote der Smartphones, sozialen Medien, Videospielen bis hin zur vollständigen Lebenssimulation im Metaversum führen dazu, dass immer mehr Mensch mehr Zeit in virtuellen Realitäten verbringen, als gut für sie ist, da dies zu Lasten der wichtigen analogen Beziehungen oder wohltuenden Aufenthalten in der Natur sowie körperlichen Aktivitäten geht und bei intensiver Nutzung zu einem fortschreitenden Realitätsverlust führen kann. Wir benötigen für eine gesunde Entwicklung drei lebenserhaltende Beziehungen zu unseren Mitmenschen, unserem Körper und zur Natur als Resonanzquellen, die heute mehr und mehr durch die kapitalistischen Angebote digitaler Konzerne beeinflusst und dadurch kommerzialisiert werden. Von der ständigen algorithmischen Steuerung unserer Kommunikation in den sozialen Medien bis hin zur vollständigen Überwindung aller Begrenzungen des Körpers in vollständig digitalen Realitäten hat sich ein breites Feld der digitalen Durchdringung unseres modernen Lebens aufgetan, zu dem es immer weniger Rückzugsorte gibt. Eine digital simulierte Natur ist kein Vergleich zu der realen Natur, in der wir zu uns zurückkommen und die Welt im Wortsinn begreifen können.⁷⁷

In diesem Sinne ist vor allem die wachsende Einsamkeit in den modernen Gesellschaften ein Indiz dafür, dass wir uns insgesamt weiter von den lebens- und identitätsspendenden Quellen unseres resonanzabhängigen Bewusstseins in seinen lebendigen Beziehungen lösen. Die gefühlte Einsamkeit, die Krankheitssymptome bis zum vorzeitigen Tod verstärkt und Heilungsprozesse behindert, wird durch den fehlenden zwischenmenschlichen Kontakt, dem Mangel an Zuwendung und Unterstützung und den Ausschluss aus sozialen Gruppen ausgelöst. Einsame Menschen haben größere Schlafprobleme als nichteinsame Menschen, verspüren nach den Mahlzeiten schneller wieder Hunger und haben ein größeres Bedürfnis nach warmen Speisen und Getränken, um ihr stärkeres Empfinden einer sozialen Kälte zu kompensieren. Das geringere Selbstwertgefühl und die ständige Selbstabwertung

äußern sich durch das häufige Empfinden innerer Leere, Niedergeschlagenheit, Angst, Langeweile, Unruhe, Ärger, Schuld und dem Gefühl, in sich selbst gefangen und unnütz zu sein. Empirische Studien weisen ebenfalls darauf hin, dass Einsamkeit mentale Funktionen blockiert, was das Lernen und Entscheiden erschwert und die schulischen Leistungen junger Menschen sowie Denk- und Gedächtnisfunktionen ältere Menschen beeinträchtigt. Einsamkeit ist häufig länger anhaltend, so dass nicht nur akuter, sondern ständiger Stress zu bewältigen ist. Der Blutdruck bleibt dadurch hoch, das Blut ist hoch konzentriert mit Stresshormonen, die Entspannung und Regeneration findet nicht mehr in ausreichend statt, was sich in den körperlichen, mentalen und psychischen Störungen wie Depressionen auswirkt. Die Kraft, sich alleine aus dieser sozialen Isolation zu befreien, fehlt dann vielfach, da die Einsamkeit persönliche Dispositionen wie Schüchternheit und negative Einstellungen noch weiter verstärkt und dadurch in einem Teufelskreis mündet, der ohne Hilfe von außen nicht mehr durchbrochen werden kann. Die Aktivierung sozialer Kontakte und entsprechende Veränderung sozialer Kognitionen zur ressourcenorientierten Umdeutung der empfundenen Belastungen erfordern daher oft professionelle Unterstützung.⁷⁸

Die Bewältigung aktueller und auch dazu notwendige angemessene Aufarbeitung von belastenden Lebensphasen, die mit Einsamkeit verbunden sind, wird neben therapeutischen Angeboten auch im Coaching in der Zukunft eine größere Rolle spielen, da die spaltende und sozial polarisierende Coronazeit als Brandbeschleuniger der vorherigen neoliberalen Dekaden der sozialen Ungleichheit, Vereinzelung, Entsolidarisierung und vollends entwurzelten Menschen durch Migrationsströme in Folge weltweiter Kriege im Sinne des expandierenden Kapitals gedient hat. Die Einsamkeit frisst sich somit immer weiter durch das „New Normal“ des postpandemischen gesellschaftlichen Alltags und stellt uns in privaten wie beruflichen Entscheidungen verstärkt auch bei einer stabilen psychischen Gesundheit vor die Aufgabe, kompetent mit dem Aufbau, der Gestaltung und dem Ende von Bindungsbeziehungen umzugehen, was auch die Trauerbewältigung im Todesfall umfasst.

Chronische Einsamkeit, die auf die einen erzwungenen bzw. unfreiwilligen Verlust von eigentlich erwünschten sozialen Beziehungen beruht, lässt sich unterteilen in soziale Einsamkeit als Mangel an Freundschaften und anderen persönlichen Beziehungen sowie emotionale Einsamkeit als das Fehlen einer engen, vertrauten Beziehung definiert. Soziale Einsamkeit, die häufiger bei Männern vorkommt, meint also den absoluten bzw. mengenmäßigen Verlust bzw. Mangel an subjektiv genügend verfügbaren Bindungsbeziehungen, während die öfter bei Frauen auftretende emotionale Einsamkeit den relativen Mangel an Bindung innerhalb einer bestehenden engen Beziehung bedeutet. Die wissenschaftliche Längsschnittstudie FReDA („Family Research and Demographic Analysis“) mit bundesweit rund 30.000 repräsentativ ausgewählte Menschen zwischen 18 und 53 Jahren sowie ihren Partnerinnen und Partner ergibt einen dramatischen Einsamkeitssprung in der Coronazeit, von dem sich die Gesellschaft bislang nicht ganz erholt hat und der vor allem jüngere Menschen zur neuen Risikogruppe gemacht hat. Noch bis 2017 lag der Anteil der Einsamen recht stabil bei maximal 17 Prozent, während er mit dem Beginn der Pandemie sprunghaft auf 40,9 Prozent und 2021 später sogar auf 46,7 Prozent angestiegen ist. Die jüngsten verfügbaren repräsentativen Einsamkeitsmessungen im Winter 2022/23 ergeben einen Anteil von 36,4 Prozent leicht abgesenkt, so dass noch immer gut jede dritte Person teilweise unter Einsamkeit leidet, während davon 17 Prozent sehr einsam sind. Geschlechtsunterschiede spielen zu diesem Zeitpunkt keine große Rolle mehr. Bei den 19-29-Jährigen geben 44,5 Prozent an, sich teilweise oder voll und ganz alleine zu fühlen, wogegen dieser Wert bei den Befragten zwischen 30 und 53 Jahren auf 33,2 % sinkt. Die Risikofaktoren für Einsamkeit umfassen den sozioökonomischen Status (niedriges Einkommen/geringe Bildung/keine Erwerbstätigkeit), die Lebenssituation - (Allein-/Getrennterziehende und Alleinlebende), da Singlehaushalte zu 54 % im Gegensatz zu 25,2 % bei den Paarhaushalten angeben, unter Einsamkeit zu leiden; ein längerfristig schlechter Gesundheitszustand (61 % Betroffene) sowie ein Migrationshintergrund. Die verstärkte

Förderung gesellschaftlicher Teilhabe könnte ein Ansatzpunkt sein, um die Risiken der besonders vulnerablen Gruppen mit weiteren Maßnahmen durch Netzwerkansätze bereits in der Schule zu reduzieren und die sozialen und kommunikativen Kompetenzen zu erhöhen.⁷⁹

Die Analyse der VUCARONA-Welt im ersten Teil dieser Arbeit hat deutlich gezeigt, dass dieser Trend ohne eine radikale Abkehr von der neoliberalen Politik mit ihrer in der Coronazeit auf neue Gipfel gestürzten sozialen Polarisierung quer über alle Gruppierungen und Beziehungen sowie einer weiter wachsenden Kinderarmut als Ausdruck zunehmender sozialer Ungleichheit nicht umgekehrt werden kann. Bei den „Ungeimpften“ wird neben den zerbrochenen Freundschaften auch die emotionale Einsamkeit zugenommen haben, da sie sich in ihrem verbliebenen sozialen Umfeld häufig selbst zensurieren müssen, wenn der Elefant im Raum, die unverarbeiteten Folgen der Coronazeit, in Gesprächen entweder totgeschwiegen oder lapidar mit beiläufigen Bemerkungen über die vermeintlichen „Fehler“ von gestern abgetan wird. Die flächendeckende Selbstzensur in Form des Vermeidens der Äußerungen von abweichenden Meinungen jenseits der offiziellen Narrative in sozialen Interaktionen bis auf wenige sehr intime Ausnahmen; das Innehalten, bevor ein vermeintlich „dummer“ Gedanke ausgesprochen und danach von den schlagartig empört nach Luft schnappenden massenformierten Mehrheit der Gesprächsrunde zerrissen wird, macht heute ebenso einsam wie die Spießrutenläufe während der Coronazeit für alle Ungeimpften. Daher wird in der nur auf dem Bildschirm stets regenbogenbunten digitalisierten Gesellschaft das Thema Einsamkeit und Bindung im Zusammenhang mit Resonanz und Resilienz in den nächsten Jahren einen Schwerpunkt einer gesunden Lebensführung ausmachen. Sie sollte sich dafür auch auf fundierte Beratungsansätze stützen können, um in sicheren Bindungsbeziehungen heilen, reifen und wachsen zu können.

Enge soziale Beziehungen lassen bereits den das Licht der Welt erblickenden Säugling ein Selbstgefühl aus der affektiven Bindung zur primären Bezugsperson entwickeln. Eine sichere Bindung gemäß der Bindungstheorie soll das Kind von Geburt an mit einer verlässlichen und feinfühligem sozialen Umwelt versorgen, in der sich sein Verstehen fremder und eigener mentaler Zustände voll entfalten kann. Daraus entsteht die gesunde Fähigkeit zur **Mentalisierung**, die den affektiven und kognitiven Prozess beschreibt, durch den wir erkennen, dass unsere Weltwahrnehmung über uns selbst oder andere durch unseren Geist vermittelt wird. Das dadurch entstehende Selbstgefühl hängt mit der sich ebenfalls ausbildenden Fähigkeit zusammen, Affektzustände zu regulieren, die sich im gesamten Lebenslauf weiterentwickelt und zusammen mit der Fähigkeit, die eigenen Gefühle über einen rein intellektuellen Zugang auf Basis der gelebten Erfahrung zu verstehen, auch das Herzstück psychotherapeutischer Arbeit darstellt, wenn diese Fähigkeit beeinträchtigt ist. Die bewusste Selbstreflexion und das möglichst angstfreie Nachdenken über innere Welten anderer stellen konstruierte und damit entwickelbare Fähigkeiten dar, die aus den ersten Beziehungen hervorgehen oder auch in diesen traumatisch beeinträchtigt werden können, was sich in physischen Störungen auswirken kann. Die **Mentalisierungsfähigkeit** beschreibt die in den ersten Lebensjahren auftauchende Fähigkeit, sich mentale Zustände im eigenen Selbst und in anderen Menschen vorzustellen. Diese Fähigkeit, die Gedanken, Gefühle und Stimmungen Anderer zu lesen, erlaubt es den Kindern, das Verhalten ihrer Bezugspersonen mit Bedeutung zu versehen und deren Verhalten für sie vorhersagbar zu machen, was in der Evolution für sie überlebenswichtig ist, da sie am Anfang ihres Lebens vollkommen abhängig von ihren Bezugspersonen sind. Die Mentalisierungsfähigkeit wird daher in der Entwicklungspsychologie auch als „Theorie des Mentalen“ (theory of mind) beschrieben, da die Kinder dadurch nicht nur auf das wahr genommene Verhalten anderer reagieren, sondern sich auch auf ihre eigenen Vorstellungen darüber beziehen können, warum sich die betreffende Person so verhält. Dieses Konstrukt, das aus zusammenhängenden Überzeugungen und Wünschen besteht, die einer Person zugeschrieben werden, wird in Forschungsstudien unter der Bezeichnung Reflexionsfunktion als Operationalisierung der Mentalisierung verwendet, da sich die nicht direkt zu beobachtende, in einem unbewussten

Prozess bei der Deutung menschlichen Verhaltens automatisch in Gang gesetzte implizite Mentalisierungsfähigkeit von außen erst durch die Art und Weise erschlossen werden kann, wie das Geschehen in Bindungsbeziehungen individuell interpretiert wird. Mentalisierung ist als „Gedankenlesen“ eine Schlüsselfähigkeit in sozialen Zusammenhängen, die eine zentrale Determinante der Organisation des Selbst und der Affektregulierung darstellt.⁸⁰

Die hohe Bedeutung der Bindungen für unser interaktives Handeln in allen sozialen Kontexten ergibt sich daraus, dass es in krisen- und stressreichen Lebensphasen auch ohne Traumatisierungen selbst bei sicheren Bindungen zumindest zu zeitweisen Zusammenbrüchen der Mentalisierungsfähigkeiten kommen kann, die von der Qualität unserer Bindungsmuster abhängt. Denn dieser Effekt verstärkt sich bei unsicheren Bindungsmustern, so dass der stressbedingte Umschlagszeitpunkt hin zum unbewussten Autopiloten früher und die Rückkehr zum bewussten Denken und Handeln später eintritt. Gerade dann, wenn wir möglichst gut reflektieren können sollten, kommen wir alleine nicht oder nur schlecht weiter und benötigen daher eine verfügbare vertraute Bindungsperson, die uns wieder beruhigen oder trösten kann – und dabei möglichst feinfühlig, verständnisvoll und wertschätzend auf unsere emotionalen Bedürfnisse eingehen sollte, bevor wir für andere Perspektiven überhaupt wieder aufnahmefähig sind. Genauso wie sich –idealerweise- in früherster Kindheit unsere Eltern und Freunde/innen fürsorglich um uns gekümmert haben (sollten), als wir hinfielen, uns dann ein ebensolcher „sicherer Hafen“ waren, als wir in der Schule sehr belastende Krisen und Konflikte hatten und später oft zu Beginn unserer beruflichen Karriere als „sichere Basis“ zur Verfügung standen, mit denen wir unsere vielen Unsicherheiten und Fragen bei der Entdeckung der (Arbeits-)Welt vertraut und geborgen reflektieren konnten. Wir können dies wirklich sicher nur in gesunden Bindungsbeziehungen tun, um uns in den Beziehungen unseres Lebens wirklich weiterentwickeln zu können, ohne ständig oder wiederkehrend von unverarbeiteter Wut, Angst, Trauer oder Einsamkeit überwältigt zu sein. Diese Bindungsfunktion der sicheren Basis kann bei nur zeitweisen Einbrüchen ansonsten normaler Reflexionsfähigkeiten durch äußere Stressoren im Berufs- oder Privatleben auch durch ein achtsames Gegenüber im Rahmen einer dialogischen Beratung bzw. eines Coachings aufgebaut werden. Die reflektierte Auseinandersetzung mit den Bindungsbeziehungen in der eigenen Biografie wird zum wichtigen Baustein einer modernen Identitätsarbeit in digitalisierten Arbeitswelten, die als „New Work“ durch flache Unternehmenshierarchien zur vertrauensvollen wie agilen Zusammenarbeit beitragen sollen. Dazu wird es wichtig, sich nicht nur mit den fachlichen Karrierezielen auseinanderzusetzen, sondern nach den Arbeits- und Lebensbedingungen zu fragen, die individuell gebraucht werden, um in einem durch sichere Bindungsbeziehungen getragenen Bewusstseinszustand „psychischer Sicherheit“ als Ausdruck eines gesunden Selbstvertrauens auch wirklich vertrauensvoll zusammenarbeiten zu können. Die Bindungsforschung kann hier wichtige neue Impulse für ein solches bindungsbiographisches Coaching geben, um die eigene Biographie reflektiert nach den sicherheitsspendenden Ressourcen aus den bisherigen Bindungsbeziehungen zu befragen, die eine bewusste „sichere“ Gestaltung des aktuellen wie zukünftigen Lebensverlaufes ermöglichen.⁸¹

Insgesamt gibt es in der modernen Bindungsforschung eine beginnende Abkehr von der ursprünglichen Annahme fester lebenslanger sicherer oder unsicherer Bindungsrepräsentanzen, die als innere Arbeitsmodelle in allen Beziehungen ähnlich wirken. Die Bindungsmuster aus der Kindheit werden in der Realität eines Erwachsenen weiterentwickelt und können sich in liebevollen sicheren Beziehungen heilsam neu konfigurieren. Daher werden sich die Bindungsmuster je nach situativem und sozialem Kontext innerhalb einer Person unterscheiden, so dass sich die Forschung zukünftig stärker auf die theoretische Integration multipler Bindungsmodelle konzentrieren sollte. Dadurch kann sie auch der Dynamik einer Partnerschaft besser gerecht werden, in der es allerdings keine Garantie dafür gibt, dass eine höhere Partnerschaftsqualität durch eine aktuell bestehende Bindungssicherheit

immer so weiterbesteht. Umgekehrt kann sich eine (größere) Sicherheit auch bei unsicheren Paaren therapeutisch erschlossen und damit im Lebenslauf erworben werden.⁸²

Diese bedingte Flexibilität bei den typischen Bindungsmustern, die wir in unseren ersten Lebensjahren herausbilden und dann im Guten wie im Schlechten eine zwar prägende, jedoch uns nicht sklavisch determinierende Größe unserer weiteren Persönlichkeitsentwicklung darstellen, stellt neben der Entdeckung des Zusammenhanges zwischen dem Bindungsmuster und der Qualität der Mentalisierungsfähigkeit eine der zentralen Erkenntnisse der modernen empirischen Bindungsforschung dar, deren Erkenntnisse auch bei der Bewältigung von Einsamkeit eine wichtige Rolle spielen. Die temporäre Rolle eines Beraters oder Therapeuten, der oder die als sichere Basis fungieren kann, um sich die Welt in ihren vielfältigen Resonanzbeziehungen wieder neu erschließen zu können, lässt neben einem wachsenden Praxisfeld der Beratung auch neue Forschungsfragen entstehen, wie diese Rolle in der postpandemischen bzw. VUCARONA-Gesellschaft am besten ausgefüllt werden kann, die sich vermehrt dafür auch digitaler Mittel bedient. Aus spiritueller Sicht, die beim Lichtsegeln stets im Hintergrund mitschwingt, werden Bindungsbeziehungen zwischen menschlichen „Peers“, die als Menschen einer Spezies angehören, als Beziehung zwischen zwei grundsätzlich gleichwertigen Wesen betrachtet, auch wenn soziale Hierarchien in vielen Lebenskontexten eine sozial konstruierte Differenzierung miteinfließen lassen und auch zwischen Kind und Erwachsenen ein Unterschied in den Fähigkeiten besteht, die Beziehungen bewusst und selbstbestimmt zu gestalten.

Die Berücksichtigung einer überbewussten Ebene, die im Gegensatz zu unserer verdunkelten Welt hier ganz von einem göttlichen Sein durchdrungen ist, macht aus dieser immanenten **horizontalen Bindungsbeziehung** eine Dreiecksbeziehung, da das Göttliche stets in uns und unsere Mitmenschen im Verborgenen präsent ist und wir daher über die Erfahrung unserer Liebe in Bindungsbeziehungen mehr und mehr mit dieser liebenden Quelle alles Seins in Kontakt kommen können. Während uns die göttlichen Meister wie Jesus dazu anhalten, alle Menschen zu lieben wie uns selbst, erfahren wir zu Beginn unserer spirituellen Suche nach Wahrheit die Liebe zu den Menschen zumeist nur in unserer unmittelbaren sozialen Umgebung, die wir im Alltag als horizontale Bindungsbeziehungen wahrnehmen. Beziehen wir das Göttliche mit ein, besteht hierbei eine transzendente **vertikale Bindungsbeziehung**, da wir als beseelte Wesen zwar einst eins mit Gott sein können, uns zumindest auf dem langen Weg dorthin allerdings nicht als kategorisch Gleichwertig erfahren und einordnen lassen. Die Ausdehnung der vertikalen Bindung „nach oben“ lässt diese gedankliche und damit begrenzte Sicht auf die transzendenten Zusammenhänge mit der Zeit vertiefender mystischer Erfahrungen immer horizontaler werden, indem wir uns auch immer mehr mit den göttlichen Meistern verbinden, die eins mit dem Göttlichen sind.

Für die Zwecke einer bindungsbiografischen Beratung mit ihren spirituellen Bezügen ist eine solche zweidimensionale Unterscheidung von Bindungen hilfreich, um aus der Dreiecksbeziehung eine Bindungspyramide abzuleiten, die auf den wachsenden Grad an psychischer Sicherheit eingeht, die nur über eine Bindungsbeziehung erfahren werden kann. In den singulären Transaktionen und oberflächlichen Beziehungen unseres anonymen modernen Alltags spielt der Bindungsaspekt zwar kaum eine Rolle, dennoch hat jede menschliche wiederholte Begegnung die potenzielle Qualität, sich zu einer echten Beziehung über einen funktionalen Aspekt in Organisationen hinaus zu entwickeln.. Daher spielt neben der Integration multipler Bindungsmodelle innerhalb eines individuellen vielfältigen Beziehungslebens die heilsame Qualität einer höherwertigen Bindungsbeziehung eine wichtige Rolle für die bindungsbiografische Gestaltungsarbeit an einer gesunden und erfüllenden Lebensführung, wenn sie uns in dieser hier vorgestellten typischen normierten Form mit der jeweils höchst möglichen psychischen Sicherheit auf einer Stufe, also mit positiven Aspekten wie Liebe, Freude, Vertrauen etc. nähren kann. Die Bindungspyramide bezieht sich auf das positive Potenzial einer Bindungsbeziehung, das natürlich bei Konflikten auch in sein Gegenteil umschlagen kann, was allerdings zu Gunsten einer

grundsätzlichen Betrachtung des Wachstumspotenzials von horizontalen Bindungen dieser Welt vernachlässigt wird, die in die überweltliche vertikale Bindung zum Göttlichen eingebettet sind. Die Abbildung unterscheidet vier Formen von relevanten Beziehungen der Lebensführung mit ihren charakteristischen Eigenschaften, wobei Bindung in anfänglicher schwacher Form nur bei den besonderen Kontakten eine Rolle spielt und erst bei den Freundschaften und Liebesbeziehungen ihr volles Potenzial entfaltet, während sie bei gewöhnlichen Verbindungen nicht entsteht. Bindungsbeziehungen führen uns am direktesten in den transpersonalen Raum der geistigen Verbundenheit, in den sich die Bewusstseinsströme zweier oder mehrerer Menschen treffen und daraus in ein größeres Bewusstsein eingehen, das sich aus der Qualität ihrer Beziehung speist.

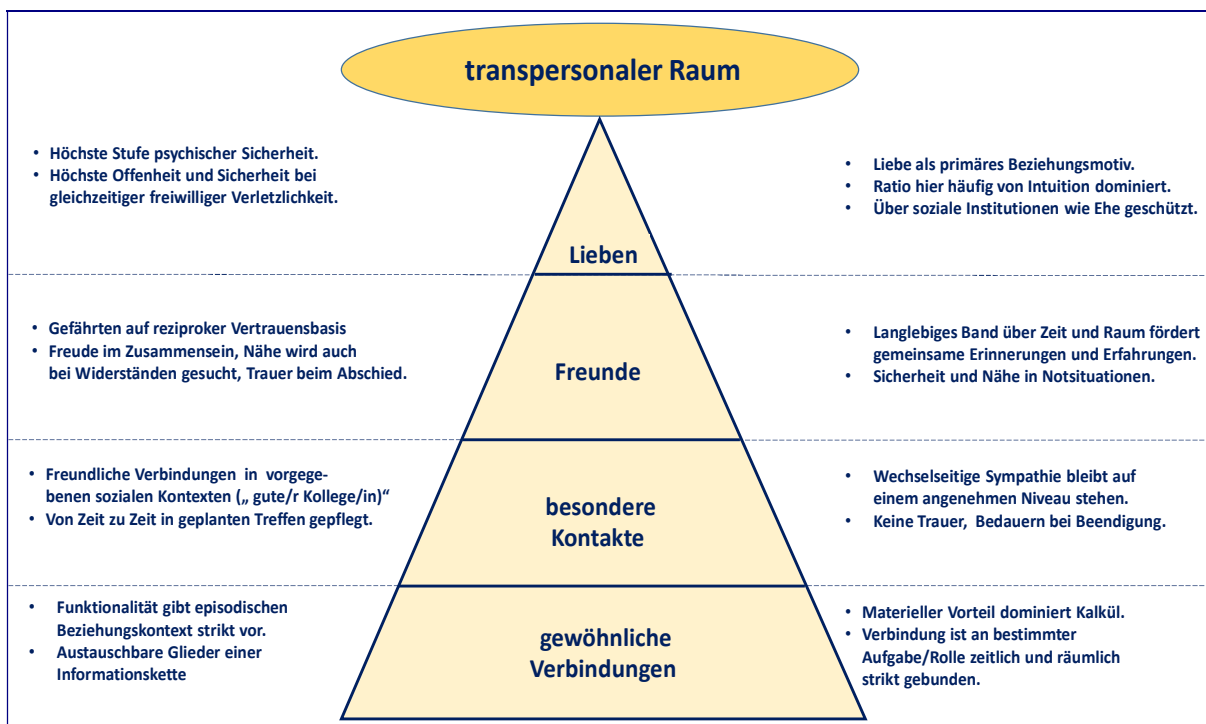


Abbildung 4: Bindungspyramide

Die getreuen Gefährtinnen und Gefährten im Leben, die mich durch dick und dünn begleiten, für mich da sind, mich sehen und die für mich unverzichtbar und nicht ersetzbar sind, finden sich damit in vertrauensvollen Bindungsbeziehungen, die sich mengenmäßig nach oben zur Pyramidenspitze hin verkleinern, während ihre positiven Qualitäten sich nach oben weiter erhöhen. Im modernen Lebensverlauf werden wir von unseren Kinder- und Schulfreundschaften durch Ausbildung und Studium an anderen Orten sowie Berufswahl räumlich getrennt, so dass sich auf beiden Seiten schneller oder langsamer ein Entfremden und auch ein Vergessen einstellen kann, da auch wir vor der Aufgabe stehen, uns an den neuen Lebensorten ein neues soziales Umfeld aufzubauen. Unsere familiären Banden bleiben zumeist ein Leben lang bestehen, es ist aber nicht sicher, diese immer zu den „Lieben“ oder zumindest „Freunden“ zählen zu können. Eine bindungsbiografische Beratung zielt nicht auf eine längere psychotherapeutische Arbeit etwa an einer belastenden Eltern-Kind-Beziehung, die mein Leben unverarbeitet bis heute negativ beeinflusst, sondern richtet ihren biografischen Fokus in weitaus weniger Sitzungen auf einen bestimmten Abschnitt oder Aspekt meines bisherigen Lebens, um aus der reflexiven und intuitiven Arbeit mit den für mich hier relevanten Beziehungen neue

Einsichten zu gewinnen, benötigte Kompetenzen angemessen weiterzuentwickeln und daraus ein selbstbestimmtes Leben in der Zukunft gezielt gestalten zu können.

Daraus lassen sich u.a. die Fragen beantworten, welche meiner Beziehungen, die mich gerade intensiver beschäftigt, auf welcher Stufe als Ausdruck der Bindungsqualität steht und ob dieser Platz noch angemessen ist, was ich dafür tun kann, um die vielleicht gerade beeinträchtigte Qualität zu erhalten bzw. zu verbessern, ob dieser Veränderungswunsch in die gleiche Richtung zielt oder hierfür keine Resonanz beim Gegenüber besteht usw. Die Gestaltung meines Beziehungslebens wird durch die subjektive Zuordnung zu einer der vier Stufen der Pyramide in einen reflexiven Kontext gestellt, der die vielfältigen Ambivalenzen und soziale Komplexität der Beziehungsdynamiken auf Basis der hier nicht weiter thematisierten individuellen Bindungsmuster, die während eines Coachings auch nicht bestimmt werden können, zu Gunsten der „Pyramidenarbeit“ reduziert. Dadurch wird sich auf den zentralen Bindungsaspekt fokussiert, inwiefern sie gerade zu meiner psychischen Sicherheit beitragen, was Raum für ein reflexives Vorgehen lässt, um angemessen auf Störungen in meiner Verortung der Positionen auf meiner hier als Pyramide dargestellten Beziehungslandkarte zu reagieren.

Als initiale soziale Rahmenbedingung für das Lichtsegeln steht der kollektive biografische Wendepunkt in unser aller Leben, als wir im März 2020 mit dem ersten Lockdown bewusst mit einer gänzlich neuen Art von Lebensführung konfrontiert wurden und dies wider unserem damaligen Erwartungen kein temporärer Aspekt geblieben ist, sondern sich danach eine hier als VUCARONA-Welt bezeichnete globale Gesellschaftstransformation formierte, mit der kompetent umzugehen jede/n Einzelne/n von uns vor eine ganz neue Entwicklungsaufgabe gestellt hat. Die Coronazeit hat zum anhaltenden Bruch in vielen Familien und Freundschaften geführt, dessen Dauer häufig bis heute ungewiss ist, wahren die aktuelle Übersterblichkeit zu einem vorzeitigem endgültigen Verlust von engen Bindungsbeziehungen beiträgt, dessen gesellschaftlichen Konsequenzen ebenso wenig öffentlich aufgearbeitet werden wie die dafür ursächliche Coronazeit (vgl. Punkt 2.2).

Die lebenslange Entwicklungsaufgabe in individualisierten modernen (westlichen) Gesellschaften, sich seine Liebes- und Freundschaftsbeziehungen im vielfältigen Beziehungsgefüge unserer „Patchwork-Biografien“ selbstbewusst zu suchen und bei den wirklich passenden Gelegenheiten sein Glück intuitiv in die eigenen Hände zu nehmen und die Bindung reflektiert weiterzuentwickeln, wird somit in der VUCARONA-Gesellschaft zu einer besonderen Herausforderung. Die reflektierte Überwindung von menschenferner „äußerer Einsamkeit“ ist dabei aus spiritueller Sicht mit der intuitiven Überwindung gottferner „innerer Einsamkeit“ verbunden, die auf dem Bild an dem Punkt beginnt, an dem die Pyramidenspitze den transpersonalen Raum berührt, hinter dem das Kollektive Bewusstsein und letztlich immer das Kosmische Bewusstsein steht. Dazu wird nun eine eigene Übung vorgestellt.

4.3 Bindungsbiografische „Bision“ als Brücke zum spirituellen Coaching- vom flow zur yogischen Bewusstseinsentwicklung

Der triale Coachingansatz des Lichtsegelns will zu einer „**verbundenen Lebensführung**“ beitragen, indem die horizontalen und vertikalen Bindungen in eine biografische Arbeit und weitere Lebensgestaltung integriert werden. Die horizontalen Bindungen können sowohl aus dem beruflichen wie privatem Lebensbereich stammen soweit sie für das Anliegen relevant sind. Die vertikalen Bindungen ergeben sich auch durch die spirituelle Bindung zu göttlichen Meistern, Meisterinnen und Avataren, die eins mit dem Göttlichen geworden sind. Aus der biografischen Arbeit kann ein stimmiges Bild der Zukunft entwickelt werden, aus dem die konkreten nächsten Schritte zur zielorientierten Gestaltung der nächsten Etappe auf dem Lebensweg hervorgehen. Hierzu habe ich den Ansatz der

Bindungsbiografie entwickelt, der Methoden aus dem Coaching und der Biografiearbeit mit der Bindungsforschung verbindet. Für den Beratungsprozess ist mit dem Fokus auf die Bindungssicherheit eine nützliche und bindungstheoretisch fundierte Kommunikationshilfe geschaffen, die eine mentalisierungsgestützte Interaktion mit dem Coach erlaubt und im Dialog zur Erarbeitung von fehlenden Ressourcen und neuen Bewältigungsstrategien für die Zukunft führt. Die biografische Perspektive auf relevante Ereignisse, die mit dem aktuellen Anliegen zu tun hatten und auf einem Zeitstrahl visualisiert werden, führt zu einer intuitiven Auswahl und einer darauf aufbauenden selbstreflexiven Analyse. Dadurch wird eine Verbindung zwischen der Erreichung eines beruflichen Leistungs- oder Sachziels mit den dafür wichtigen Beziehungen zu diesem Zeitpunkt geschaffen, die dafür wichtig waren, sind oder werden, wodurch sich die Bedeutung der Beziehungsebene als wichtige Ressource für die Sachebene mentalisierend erarbeiten lässt. Da beide Ebenen hier parallel in einer biografischen Perspektive erkundet und reflektiert werden, heißt dieses Format der „bilateralen biografischen Reflexion“ in der Kurzform **“Biflexion“**, das eine ganzheitliche Perspektive auf die berufliche Entwicklung und weitere Karriereplanung richtet.⁸³

Dieser Stand des Formates von 2022 hat allerdings nur die äußere Realität des Wachbewusstseins berücksichtigt, um mit Hilfe der äußeren Intuition aus dem Unterbewusstsein das Wissen zu offenbaren, das mit den relevanten geankerten Zwischenschritten auf dem Weg zur heutigen Situation auf der Beziehungs- und Sachebene in Verbindung steht, die als wichtige positive und negative Lernerfahrungen genutzt werden können. Die spirituelle Brücke zum Überbewusstsein, das mit der inneren Intuition erschlossen werden kann und sich auf die vertikale Bindung zum Göttlichen ausrichtet, stellt den nächsten Schritt bei der Weiterentwicklung dieses experimentellen Formates dar, das sich wie der gesamte Ansatz des Lichtsegeln im lebendigen Fluss der systematisch gewonnen Erfahrungen sowie dem durch meine spirituellen Lehrer enthüllten yogischen Wissen (östliche Wissenschaft) und Integration neuer Erkenntnisse aus der Forschung (westliche Wissenschaft) befindet.

Als eine wichtige Brücke zwischen tiefer Freude und Verbundenheit mit dem lebendigen Sein sowie eines konzentrierten Handelns zur Bewältigung anspruchsvoller Aufgaben in der Welt, also der Verbindung zwischen dem äußeren und inneren Bewusstsein können besondere „Gipfelerfahrungen“ dienen, die sich neben der äußeren Intuition auch auf die innere Intuition stützen. Solche Erfahrungsmomente sind von besonderer bewusster Klarheit durchdrungen, die eine subjektive Sicherheit im ansonsten niemals so vollständig achtsamen, d.h. ganz auf das Hier und Jetzt bezogene Fühlen, Denken und Handeln erzeugen, welche das intuitive Mental in einer kurzen Berührung mit dem Überbewusstsein gewinnt, während es gleichzeitig sein äußere Intuition kraftvoll einsetzt.

Diese tiefe Freude, die aus der Auseinandersetzung mit schwierigen Aufgaben entsteht, wenn wir kreativ neue Seins- und Handlungsweisen entdecken, kann zur schubweisen Entwicklung unseres bewussten Denkens und Fühlens beitragen. Die Intensität der Erfahrung der Ausübung einer bestimmten häufig riskanten, schmerzlichen oder schwierigen Aktivität, die den einzelnen trotz häufig jahrelanger Erfahrung und Trainings an die Grenzen seiner Leistungsfähigkeit führt und bei der erfolgreichen Bewältigung mit den Aspekten des Neuen und des Entdeckens der eigenen Fähigkeiten in Verbindung steht, wird in Befragungen von Sportlern, Malern, Mystikern, Wissenschaftlern, Manager und normalen Angestellten oft mit sehr ähnlichen Worten als ein nahezu spontaner, müheloser und gleichzeitig extrem konzentrierter Bewusstseinszustand beschrieben, der ein Hochgefühl darstellt, das von dem ungarischen Psychologen und Glücksforscher Mihaly Csikszentmihalyi (1934 - 2021) als **flow-Erfahrung** bezeichnet wird. Abgeleitet aus über 80 Interviews lassen sich 9 Hauptelemente des flow unterscheiden, die dieses unerwartete Erlebnis der Freude kennzeichnen:⁸⁴

1. ***Jede Phase des Prozesses ist durch klare Ziele gekennzeichnet:***

Der Handelnde weiß im flow immer genau, was als Nächstes zu tun ist, um die jeweilige Aufgabe erfolgreich zu bewältigen.

2. ***Unmittelbares Feedback für das eigene Handeln:***

Die Betroffenen wissen genau, wie gut sie ihre Sache machen, ein Bergsteiger spürt, die richtige Bewegung ausgeführt zu haben, genauso wie ein Musiker intuitiv weiß, das er die richtige Note angeschlagen hat.

3. ***Aufgaben und Fähigkeiten befinden sich in Gleichgewicht:***

Das im Alltag auftauchende Gefühl, Herausforderungen nicht gewachsen zu sein, wird im flow ersetzt durch das präsente Gefühl, dass die eigenen Fähigkeiten und die zur Verfügung stehenden Handlungsoptionen zur Bewältigung der Aufgabe in einem ausgewogenen Verhältnis stehen.

4. ***Handel und Bewusstheit bilden eine Einheit:***

Beim flow ist der Handelnde vollständig auf das Hier und Jetzt konzentriert, auf das, was er oder sie gerade tut, so dass das Gleichgewicht von Aufgaben und Fähigkeiten im Bewusstsein des sofortigen Feedbacks, auf dem richtigen Weg zu sein, gewahrt werden kann.

5. ***Ablenkungen werden vom Bewusstsein ausgeschlossen:***

Durch die intensive Konzentration auf die Gegenwart werden alltägliche Zerstreuungen und Ablenkungen wie Ängste ausgeblendet, so dass dadurch auch keine Fehler entstehen können.

6. ***Es bestehen keine Versagensängste:***

Auch wenn es objektiv gesehen keine Kontrolle über die Situation gibt, wird das flow-Erlebnis auch subjektiv als Gefühl absoluter Kontrolle beschrieben, so dass keinerlei Zweifel auftauchen und das Bewusstsein auf das Tun konzentriert bleibt und nicht über ein mögliches Scheitern reflektiert, wodurch die Aufmerksamkeit aufgeteilt wäre.

7. ***Selbstvergessenheit:***

Das vollständige Einssein mit der Tätigkeit schließt aus, darüber nachzudenken, wie das eigene Ego in der oftmals nicht ungefährlichen Situation geschützt werden kann. Dagegen besteht

nach der flow-Erfahrung oft ein harmonisches Gefühl der selbstbewussten Einheit mit dem Großen und Ganzen. Mitunter entsteht auch der Eindruck, die engen Grenzen des Selbst für einen Moment überschritten zu haben.

8. *Das Zeitgefühl wird aufgehoben:*

Stunden erscheinen dann wie Minuten oder umgekehrt werden einzelne sekundenschnelle Bewegungsabläufe viel länger wahrgenommen. Die objektive Zeit wird somit in ein ganz und gar subjektive Zeitempfinden gewandelt.

9. *Die Aktivität wird autotelisch:*

Kommen die meisten der anderen 8 Bedingungen zusammen, stellt sich ein Genießen dieses spontanen Augenblicks ein, der uns an der gestellten Aufgabe wachsen lässt. Die Aktivität wird zum Ziel in sich (griechisch: autotelisch), so dass auch die Belohnung einer flow-Erfahrung rein intrinsischer Natur ist, da wir die Aktivität allein um dieser Sache willen tun und kein weiteres Ziel damit erreichen wollen; auch wenn ein Musiker für sein Spiel bezahlt wird, lässt sich die flow-Erfahrung nicht mit einer extrinsischen Motivation gleichsetzen.

Die 9 Elemente dieser Erfahrung lassen sich zwar objektiv beschreiben, aber flow kann nur subjektiv erfahren werden. Seit Urzeiten sind tranceartige flow-Erfahrungen und Religionen daher etwa durch rituelle Tänze und Gesänge eng miteinander verbunden. Die tiefe sinnengebundene Freude des weltlichen flow durch herausfordernde körperliche Aktivitäten, die im Spannungsfeld zwischen angstbesetzter Überforderung und ablenkender Langeweile eine optimale Erfahrung ermöglichen, lassen sich auch auf rein geistige Erfahrungen ausdehnen. Hier ist es neben der Dichtung vor allem die Wissenschaft und die damit verbundene tiefe Freude des Denkens, die eine Entdeckung der Wahrheit durch das Lösen eines Rätsels und das Aufdecken einer harmonischen Ordnung mit flow-Erfahrungen verbinden lassen. Solche sinnstiftenden Erfahrungen lassen wiederum auch ein neues Glaubenssystem jenseits der verengten traditionellen Religionen zur Bewältigung der großen Menschheitsprobleme möglich erscheinen, das die psychische Energie der Menschen auf sinnvolle Ziele richtet und auch wissenschaftsbasierte Regeln für eine integrierte Lebensweise aus Glauben und Wissen aufstellt, die kontinuierlichen flow ermöglichen kann. Um hierdurch letztlich das gesamte Leben in eine einheitliche flow-Erfahrung zu transformieren, ist eine volle Kontrolle des Bewusstseins notwendig. Yoga kann zu einer solchen wichtigen Quelle des flow werden, da er die Aufmerksamkeit durch geistige und körperliche Techniken schult und zu einer fortschreitenden Disziplinierung des sinnengebundenen Bewusstseins führt. Es wird dadurch immer weniger anfällig für äußere Störungen und der yogische Weg eines freudigen Einsseins mit dem Absoluten kann systematisch vielfache flow-Momente hervorrufen. Allerdings ist flow immer an ein immanentes Selbst gebunden, das auch durch sein scheinbares Überschreiten gestärkt wird, während Yoga traditionell seit vielen Zeitaltern versucht, das kleine Selbst des menschlichen Egos durch die transzendente Einheit mit dem Göttlichen zu überwinden.⁸⁵

Um nun eine eigene Flow-Erfahrung bzw. einer solchen zumindest nahkommenden Erfahrung zu ankern, ist eine entsprechende Vorübung dafür sinnvoll, die intuitive Bilder und Impulse mit reflektierenden Gedanken verbindet, um die nachfolgende „biflexible“ Visionssuche mit Freude zu

beginnen und ganz in die Erkundung der Bewegung des bindungsbiografischen Lebens einzutauchen. Dafür eignen sich die folgenden vier Schritte:

1. Werde ruhig, schließe gerne die Augen und lass die suchende Anspannung los, verweile achtsam in der Stille und nimm offen wahr, was immer sich vor Deinem inneren Auge auftut, nachdem Du die Ausgangssuche nach den flow-Erfahrungen Deines Lebens bewusst begonnen hast.
2. Greife das stärkste oder passendste entstandene Bild auf und setzt es sofort in Worte, Gesten, Bewegungen oder andere Ausdrucksformen um, die Dir gerade zur Verfügung stehen.
3. Ordnen die ausgewählte Erfahrung dann auf einen thematischen Pfad Deines Lebens ein, den Du vielleicht schon vor diesem Moment gegangen bist und der danach kraftvoll gestärkt wurde, so dass du ihn von hier aus beflügelt weiterverfolgen konntest.
4. Wie hat sich Dein Leben auf dem „neuen“ Pfad nach dieser Erfahrung zum Positiven verändert, also welche Kraft der Veränderung wurde dadurch aktiviert, die dich zu welchen neuen Einsichten, Erfahrungen und Bewegungen in Deinem Leben geführt hat?

Falls sich die Übung im bestehenden Format mit dem Fokus auf die äußere Realität dieser Welt entfalten soll, das die Sach- und Beziehungsebene verbindet und sich zwei „Erfahrungsgipfel“ auch ohne die folgende Übung auf der Beziehungs- und Sachebene herauskristallisiert haben, können diese jeweils als 10-er-Werte im Sinne einer optimalen Erfahrung auf dem Boden geankert werden, welche den skalierten Rahmen nach oben/links und unten/rechts zum weiteren Abgehen des rechtsgerichteten Zeitstrahls bilden. Auch wenn hierbei nicht ganz klar ist, ob und wie sich innere und äußere Intuition ergänzen, ist dies ein kraftvoller Einstieg in die Biografiearbeit, der insbesondere bei Klienten/ innen, die gegenüber einer meditativen Arbeitsweise des spirituellen Coachings durch fehlende Vorerfahrungen zunächst noch Vorbehalte haben, Vertrauen in den weiteren Beratungsprozess schafft.

Für einen direkten Einstieg in die spirituelle Arbeit zur bewussten visualisierten Verbindung beider Intuitionsebenen, die das äußere Bewusstsein des wachen Verstandes mit dem inneren Bewusstsein des astralen Herzchakras als Empfangsstation für das „kosmische Radio“ verbinden, eignet sich ein angepasster Ablauf. Die bilaterale biografische Reflexion bezieht sich jetzt auch implizit auf die Beziehungs- und Sachebene, richtet ihr inneres Augenmerk jedoch explizit auf die beiden Intuitionenarten, die zu wahrgenommenen Erfahrungsimpulsen werden, die nacheinander offenbart und anschließend reflektiert betrachtet werden können. Die Ankerung eines flow-Momentes geschieht dabei in den folgenden Schritten:

1. Wähle Deinen flow-Moment durch die vier Schritte und achte nicht allzu sehr auf die 9 Eigenschaften des analysierenden Mental, die Du zur generellen Beschreibung und Hinführung zur inneren Visualisierung vor Deinem inneren Auge nutzen kannst. Schließe dafür Deine physischen Augen und wähle eine ruhige Umgebung, um die äußeren Sinne zurückzuziehen.
2. Gehe nun ganz hinein in diese Erfahrung und nimm so viel wie gerade möglich wahr. Wie sieht die Umgebung aus? Was kannst Du erkennen? Wie ging es Dir, was hast Du gedacht, gefühlt, getan?

→ Dieser Schritt kann auch der Übung „Logische Ebenen“ aus dem NLP ausführlicher kombiniert werden, hier reichen die ersten rein sinnenbezogenen Ebenen aus

Nun bist Du ganz im äußeren flow.

3. Bleib in diesem Bild Deines äußeren, an die Materie gebundenen Bewusstseins. Nun lass in Deinem Herz-Chakra ein goldenes Licht entstehen, erst als Funken und kleine Kugel, die Du mit jedem stoßartigem kraftvollen Ausatmen wachsen lässt, bis sie sich soweit ausgedehnt hat, dass sie erst Dich ganz umschließt und danach das gesamte Bild Deiner flow-Erfahrung in goldenes Licht taucht.

Nun bist du ganz im inneren flow.

4. Nimm innerlich in der Stille wahr, was jetzt noch alles sichtbar wird oder als Erfahrung auftaucht, auch Personen oder Wesen mit Botschaften können jetzt auftreten oder es ist alles ruhig und Du kannst einzelne Aspekte deutlicher wahrnehmen und ihre tiefere Bedeutung klarer erkennen. Lass alles auf Dich wirken, ohne es zu verändern oder mental zu hinterfragen.
5. Nun öffne die Augen stelle Dir die Frage/n, welche Dir sofort ins Bewusstsein kommen. Notiere Dir diese Frage/n und weitere Impulse am besten, damit Du später mit ihnen weiterarbeiten kannst, wenn jetzt keine spontanen Antworten aufsteigen und Du den reflexiven Teil zur Unterbrechung des Formates nicht zu lange halten willst.
6. Jetzt schließe wieder die Augen und kehre in das Bild und den Zustand des inneren flow zurück. Nach einer Weile atme kräftig stoßweise ein und lasse dabei das goldene Licht vollständig in Dein Herzchakra zurückfließen.
7. Verweile eine Zeit in dem verliebenden Bild des äußeren flow dieses besonderen Momentes. Dann löse alles in einem allgegenwärtigen weißen Licht auf und verweile einen achtsamen Moment darin. Dann öffne die Augen und kehre ganz in die äußere Welt zurück.

Nun gilt es, die beiden flow-Momente der äußeren und inneren Realität für das weitere Format als Rahmen zu nutzen und die freudigen Gefühle und mentalen Eindrücke auf einer Skala von 1-10 für die jetzige Durchführung der bindungsbiografischen Arbeit als Höchstwert einer 10 auf den beiden Dimensionen der äußeren Welt oder Realität und der inneren Welt/Realität zu ankern. Die Ankerung der inneren Welt über das Wachbewusstsein an dieser Stelle führt dazu, dass Du in dieser Übung geerdet bleibst und sich der Fokus der inneren Realität auf das Anliegen richtet und nicht zu weit davon entfernt. Dazu frage Dich für die äußere Realität: „*Was habe ich erfahren und erreicht?*“ um Dir das Erleben der damaligen Situation lebendig vor Augen zu führen. Die innere Welt, die sich Dir mit dem Herzchakra als Scheinwerfer auf Dein Innenleben erschlossen und Dich mit den wirklich wichtigen Beziehungen hinter dieser Erfahrung bis hin zur ersten überbewussten Verbundenheit mit dem Göttlichen in Kontakt gebracht hat, kannst Du dir durch die Frage „*Mit wem war ich wirklich verbunden*“ vergegenwärtigen.

Während die flow-Erfahrung aus der Vergangenheit stammt, die mit dem heutigen Anliegen direkt nichts weiter zu tun haben muss, erfolgt die Ankerung der beiden Dimensionen links und rechts eines nach rechts gerichteten Zeitstrahls auf dem „**biografischen Wendepunkt**“, der den Moment oder die Phase beschreibt, indem das Problembewusstsein seine hinreichende Qualität erreicht hat, wodurch das damit verbundene Anliegen reflektiert echten Handlungsbedarf zu seiner Bewältigung erfordert, die nicht kurzfristig und auch nicht mehr allein eigenständig eingeleitet werden kann. Hinter dieser abstrakten Beschreibung kann das intuitive erste Erkennen stehen, dass ich wirklich unter meiner schon länger wahrgenommenen Einsamkeit leide, die neue Stelle, Versetzung in das neue Team oder die Übernahme einer Führungsposition doch keine so gute Idee war, der Verlust von Freundschaften in der Coronazeit mir näher geht als zunächst eingestanden, ich bei der Partnersuche immer wieder eine Bauchlandung mache, mir das von außen betrachtet komfortable und angenehme Leben nicht mehr reicht, um wirklich einen Sinn darin zu finden, weil z.B. die Kinder jetzt aus dem Haus sind oder ich in anderen relevanten Lebensfragen wirklich Hilfe von außen benötige, die mir wieder hilft, tiefer nach innen zu gehen. Die Motivation, nach innen zu gehen, muss nicht mit einer spirituellen Praxis einhergehen, für das Format sind auch keine meditativen Vorerfahrungen notwendig. Allerdings ist es der tiefe Drang sehr hilfreich, sich einer tieferen Quelle von Wahrheit zuzuwenden, die neue Antworten offenbart, der unser Bewusstsein auch darauf ausrichtet, in relativ kurzer Zeit ganz neue Einsichten zu erfahren. Diese Impulse können dann für die weitere spirituelle Wahrheitssuche wie die berufliche Entwicklung genutzt werden, ohne das Eine durch das Andere auszuschließen. Dazu ist Lichtsegeln entwickelt worden und dazu kannst auch Du es verwenden.

Diese Vorbereitungen können in das Ankern des heutigen Zeitpunktes einfließen, so dass der Zeitstrahl mit den beiden Gipfelankern der äußeren und inneren Realität zum Zeitpunkt des biografischen Wendepunktes im Anschluss an die flow-Übung sich auf dem linken Teil der Abbildung wiederfindet. Sie stellt den Ablauf der „bindungsbiografischen bilateralen, innere und äußere Welt vereinigenden Visionssuche, kurz als „**Bision**“ bezeichnet, die als Weiterentwicklung der „Biflexion“ dient, visuell dar.

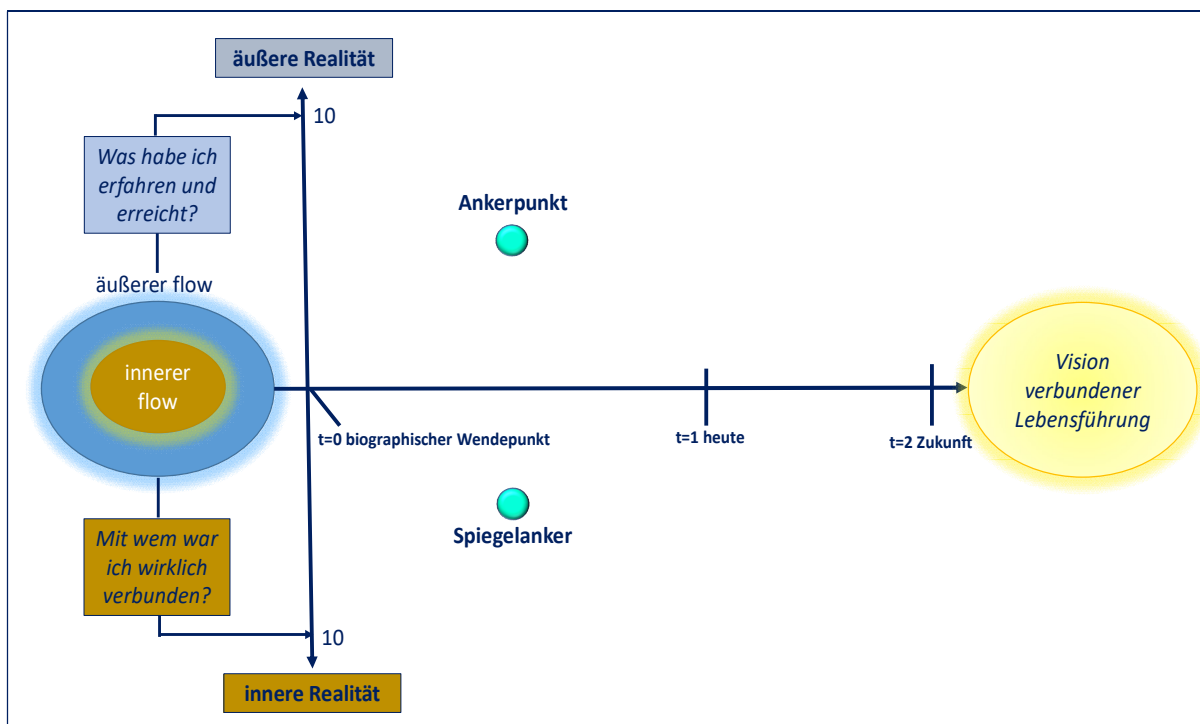


Abbildung 5: Inhalte und Ablauf einer „Bision“

Nun besteht die weitere bindungsbiografische Arbeit darin, auf dem Zeitstrahl vom biografischen Wendepunkt aus auf den Anker für die Gegenwart zuzugehen und beim Abgehen nach links/oben auszuscheren, um die relevanten und markanten äußeren Ereignisse, die mit dem heutigen Anliegen zu tun haben, zu entdecken und sie auf der Skala von 1-10 subjektiv einzuordnen. Ein solcher Ankerpunkt verbindet die Sachebene mit der Beziehungsebene, also spielt neben der Frage, was ich hier erreicht, gelernt oder welches Ziel ich hier eben gerade nicht erreicht habe auch die Frage eine Rolle, welche Beziehungen in meinem Leben in dieser Situation wichtig waren, die über die damalige Gegenwart auch weit hinausreichen können. So können mich hier etwa ein alter Mentor oder vergangener Freund einst ermutigt haben, auf diesem Weg zu bleiben, bis hin z.B. zu einem damaligen Vorgesetzten, der mich in meinem Wachstumsprozessen behinderte, indem er mir Entwicklungschancen verbaute und mein beruflicher Weg danach einen anderen Verlauf vernahm als den, den ich erhofft hatte. Im Fokus kann auch hier die Leitfrage „Was habe ich erfahren und erreicht?“ stehen, um danach den Aspekt des „mit wem?“ noch eingehender zu berücksichtigen.

Nachdem ich diesen Anker eines Momentes oder einer Lebensphase in meiner Biografie etwa mit Hilfe einer entsprechende beschrifteten Moderationskarte auf dem Boden abgelegt und in meinem Bewusstsein verinnerlicht habe, wechsle ich die Seite und gehe auf die vom Zeitstrahl aus gesehen nach rechts. Nun beginnt die intuitive Suche nach dem Spiegelanker auf der gleichen Höhe auf dem Zeitstrahl, der nicht den gleichen Wert auf der „Herzensskala“ haben muss, da die Zusammenhänge nicht immer linear zwischen beiden Ebenen verlaufen müssen und ein Ereignis auf einer Ebene nicht selten erst zeitlich versetzt in der anderen nachwirkt. Die Arbeit auf dem Spiegelanker ist äquivalent zur Bestimmung des inneren flow. Ich lasse das Bild der äußeren Realität mit dem inneren Licht aus Deinem Herzen durchströmen und frage mich „Mit wem war ich wirklich verbunden?“. Nach innen horchend nehme ich alle Impulse bewusst auf und kann anschließend hier wie bereits oben auf dem Anker die Einsichten und Botschaften von auftretenden Lehrern oder Wesen z.B. auf Karten notieren und bei dem Spiegel-/Anker platzieren. Ich kann dann auch im Anschluss an diese Erfahrung die Position meines Herzensankers auf der Skala verändern. Auf diese Art und Weise arbeite ich mich weiter vor, immer wieder von der äußeren Welt ausgehend spiegele ich die markanten geankerten Ereignisse und Situationen auf dem Spiegelanker, bis ich in der Gegenwart ankomme und mich auf dem Zeitstrahl auf dem entweder bereits zuvor geankerten Punkt für heute befinde oder diesen Punkt bestimme, nachdem ich alle wichtigen Stationen der Vergangenheit seit dem biografischen Wendepunkt durchlebt habe und ich nun in der Gegenwart weiterarbeiten will.

Der letzte Schritt der Bision besteht darin, eine intuitive Vision für die Zukunft zu erhalten, nach der ich meine weiter geplanten Schritte und Ziele reflexiv ausrichten kann. Diese reflexive Auswertungsphase ist Teil der weiterführenden Arbeit nach dem Format, so dass sie nicht mehr Teil der aktuellen Durchführung sein muss, die bereits bis hierhin oft viele neue Einsichten vermittelt hat, die es erst einmal zu verinnerlichen gilt. Die Bestimmung der Vision für eine verbundene Lebensführung, welche die äußere und innere Realität integriert und die sich in jeder einzelnen Schau individuell ausgestaltet, läuft als dritter Teil der Bision nach der flow-Arbeit und der bindungsbiografischen Arbeit bis zur Gegenwart in den folgenden Schritten ab. Da die Arbeit an dem Format von einem Coach begleitet werden und diese dialogische Interaktion zu besseren Ergebnissen führen und die Konzentration auf den Prozess erleichtern kann, wird dieser Teil in der Du-Form beschrieben:

- Bleibe fest verankert im heute und schließe die Augen, wenn Du magst.

- Lass in Deinem Kopfchakra ein weißes Licht entstehen und breite es mit dem Ausatmen aus, bis Dein Kopf ganz davon eingehüllt ist.
- Nun lass in Deinem Herzchakra wieder ein goldenes Licht entstehen, dass Du ebenfalls mit dem Ausatmen ausbreitest, bis Dein Körper bis auf den weiß erleuchteten Kopf ganz davon eingehüllt ist.
- Nun verbinde die beiden Lichter auf dem Kanal der Wirbelsäule, indem Du das weiße Licht nach unten und das goldene Licht nach oben fließen lässt. Nimm wahr, wie sich die beiden Lichter schnell vermischen und Dein ganzer Körper in hellem weiß-gelben Licht erstrahlt, das auch Deinen astralen Körper einhüllt.
- Denke jetzt an Deine erwünschte Zukunft und lass in Dir alles an Bildern und Wahrnehmungen entstehen, was in Dein Bewusstsein kommt. Gehe dabei erst in Dein Kopfzentrum mit der inneren Frage „Was tue ich?“ und horche eine Weile. Danach gehe in Dein Herzzentrum und frage Dich „Wer hilft mir?“, um aus dieser Perspektive neue Einsichten zu erhalten.
- Wenn Du ein erstes klares Bild von der Zukunft hast, öffne die Augen und gehe auf dem Zeitstrahl weiter bis zu einem Punkt, den Du intuitiv als Anker für die Zukunft bestimmst.
- Dann schließe die Augen wieder, bleibe weiter im Kopf- und Herzzentrum konzentriert, bade im weiß-gelben Licht und lass Deine Vision hier ganz lebendig werden.
- Horche nach innen, solange Du magst. Dann öffne die Augen und gehe auf den Anker für „heute“ zurück. Drehe Dich nach rechts mit Blick auf den Zukunftsanker und stehe noch eine Weile in der Stille, um die Erfahrungen zu integrieren. Dann öffne die Augen und mache Dir ggf. Notizen über die erfahrene Vision.

Diese Vision fungiert als Kompass für Deine weiteren Schritte im Alltag, um sie auf jeder Etappe auf dem Weg dorthin zu konkretisieren und dabei immer wieder tief innerlich zu nachzuspüren, dass Du auf dem richtigen Weg bist. Dafür kannst Du dich im Alltag immer wieder mit dem in der Bivision erfahrenen Bild Deiner Vision und damit der für dich lebbar und erstrebenswerten potenziellen Zukunft verbinden. In einer ruhigen Stunde atme dazu in Dein Herz hinein und spüre nach, was jetzt zu tun ist. Eine Vision ist kein detaillierter Plan. Wie lange der Weg dauert ist daher ebenso ungewiss wie die Frage, ob die Schritte und Ereignisse dahin zu einer Veränderung des visionären Zukunftsentwurfes führen. Bei länger andauernden Veränderungsprozessen kannst Du den letzten Teil oder auch die ganze Bivision von Zeit zu Zeit immer wieder neu durchführen und dich daraufhin neu ausrichten, so dass Dein Vertrauen in den Prozess der inneren Gestaltung Deines äußeren Lebens zunimmt und Deine Mentalisierung zu Ruhe kommt, um in Deiner Suche tiefer zu gehen.

Die Mentalisierungsfähigkeit, die in der modernen Bindungsforschung eine große Rolle spielt, wird von Sri Aurobindo zum äußeren Bewusstsein gezählt, da das ungeduldige Mental als unwissendes Instrument der Halb-Wahrheit von sich aus niemals schweigt und seine Gewohnheit zur Verzerrung der ihm dargebotenen Wahrheit erst aufgibt, wenn die bewusste spirituelle Praxis zu echten tiefen Erfahrungen führt. Die intuitive Öffnung für das höhere Licht kann zum inneren Schweigen des Mentals führen, um zum wahren inneren schweigenden Bewusstsein zu kommen, das die rechte Wahrnehmung nicht über Gedanken erhält, sondern auf spontane Weise von innen. In dieser Stille des äußeren Bewusstseins kann aus einer beobachtenden Position konzentriert jede Arbeit in der

Außenwelt erfolgreich verrichten werden. Der zu überwindende mentale Impuls, die aufkeimende innere Wahrheit sofort mit mentalen Ideen zu überformen und mit abrupt aufkeimenden Gefühlen und Zweifeln zu übersähen, ist im westlichen Menschen stark ausgeprägt. Die Grundlage völliger Stille, des Friedens und Schweigens benötigt für den westlichen Teil der Menschheit daher eine größere Vorbereitung, um die Zweifel und Fragen zu überwinden und sich ganz auf das von oben herabkommende Wissen zu konzentrieren, das vom schweigenden inneren Mental exakt empfangen werden kann. Die Kontrolle der Gedanken durch die Zurückweisung der Zweifel ist im Yoga ebenso notwendig wie die Kontrolle der eigenen Leidenschaften oder die Kontrolle der eigenen Körperbewegungen. Nur so lässt sich das mentale Wesen nicht mehr länger zum Spielball seiner gewöhnlich unkontrollierten Gedanken, Begierden oder trägen Impulse des Körpers machen. Dazu ist es im ersten Schritt notwendig, willentlich zeitweise den aktiven Teil des Mentals, der eine ruhelose Gedankenfabrik der mentalen Prakriti (Natur) ist, von dem passiven Teil zu trennen, welcher als bezeugender Purusha (Seele) Richter und Beobachter ist, der die Gedanken akzeptiert oder zurückweist und auch Richtigstellungen und Veränderungen bewirken kann. Diese Beobachtung der Gedankenwellen, ohne ihnen zu folgen und das Üben der Ruhe und Konzentration in dieser Loslösung beruhigt das äußere Mental und lässt Intuition entwickeln, die das Bewusstsein wachsen und für das spirituelle Wissen als bewusste innerlich geschaute, gefühlte und gelebte Erfahrung öffnen lässt. Als innere Entsprechung eines äußeren Studiums der Wissenschaften mit seinem vorbereitenden mentalen Training und geistiger Bildung wird in einem Leben der Sadhana (Ausübung des Yoga) ein solches „Bewusstseits-Studium“ wichtig, das ein Stadium erreichen lässt, in der im Göttlichen gelebt wird und von dort auf die physische Welt eingewirkt werden kann.⁸⁶

Für alle Anfängerinnen und Anfänger auf diesem Weg, die in der äußeren Welt nicht nur ihre Pflichten erfüllen, sondern durch ihr Wirken auch ihre Persönlichkeit innerlich weiterentwickeln wollen, kann Lichtsegeln eine hilfreiche spirituelle Methode sein, sich der eigenen Wahrheit zu nähern und diese in den Entscheidungen und Handlungen in der VUCARONA-Welt lebendig zum Klingen zu bringen. So können wir uns immer mehr auf den lebendigen Weg ausrichten, dem wir folgen wollen.

4.4 Lichtsegeln als spirituelle Methode – Lass Dein Leben erklingen!

Der Nachthimmel, dessen Sternenglanz uns an die Unendlichkeit und das Licht in der Dunkelheit erinnert, wird gegenwärtig weltweit für die meisten Menschen auf der Welt von künstlichem Licht verdunkelt, so dass wir den leuchtenden uralten Sternenhimmel immer weniger wahrnehmen können. Eine aktuelle Studie auf Basis auf Daten von Satellitenbildern und Sternenbeobachtungen zeigt einen jährlichen Anstieg der globalen Lichtemission von mindestens zwei Prozent bis hin zu zehn Prozent. Fast die Hälfte der Erdoberfläche ist durch künstliche Beleuchtung von solcher Lichtverschmutzung betroffen, was in Folge der Verstädterung mittlerweile 80 % der globalen Bevölkerung betrifft, wobei die künstlichen Lichtquellen die natürliche Dunkelheit um bis zu mehrere Tausend Mal überstrahlen können. Selbst bei den geringen Beleuchtungsstärken des diffusen Himmelslichts kann künstliches Licht das Wanderungs- und Fortpflanzungsverhalten von Tieren stören und damit ökologische Schäden verursachen.⁸⁷

Dieser sich in den letzten 10 Jahren beschleunigende Trend des Wachstums der nächtlichen elektronischen Beleuchtung hat vor allem Auswirkungen auf die rund 4,4 Milliarden Menschen in den Städten dieser Welt, da eine übermäßige nächtliche Lichtexposition die zirkadiane Physiologie („Biorhythmus“) im regenerativen Wechsel von Tag und Nacht beeinträchtigt. Lichtverschmutzung, verstanden als Summe aller nachteiligen Auswirkungen von übermäßiger nächtlicher Lichtexposition auf Umwelt und Mensch, kann daher nicht nur zu Schlafstörungen und einer verringerten Hormonproduktion führen,

sie erhöht auch das Risiko für chronische Erkrankungen wie Adipositas, Depressionen und Diabetes. Zu viel künstliches Licht in der nächtlichen Dunkelheit verursacht Stress für das visuelle System, so dass selbst im Schlaf nicht bemerkbare visuelle Reize lebenswichtige Regenerations- und Reparaturmechanismen stören können, was mit Herz-Kreislauf-Erkrankungen und einem geschwächten Immunsystem einhergehen kann. Bei Menschen, die regelmäßig nachts arbeiten, lässt sich ein höheres Krebsrisiko nachweisen. Neben einer gesünderen Außenbeleuchtung können auch individuelle Maßnahmen präventiv dazu beitragen, dass Licht in der Nacht in den eigenen Innenräumen von goldend-bersteinfarbenen, warmweißen statt stark blauhaltiger Lichtquellen erscheinen zu lassen.⁸⁸

Die zunehmende Verbreitung vom blauen LED-Licht im öffentlichen Raum und das nächtliche bläuliche Geflimmer der LED-Bildschirme auf den digitalen Endgeräten wie Smartphones in den eigenen vier Wänden stellt gerade für die heranreifenden Kinder und Jugendlichen ein geistiges Gift dar, das ihnen immer mehr ihre Träume raubt. Der Blaulichtanteil kann zum Syndrom der verzögerten Schlafphase führen, indem er die Produktion des Hormons Melatonin behindert, welches den Tag-Nacht-Rhythmus reguliert, so dass insbesondere bei chronischer Bildschirmzeit die Müdigkeit später einsetzt, was wiederum zu chronischen Schlafproblemen führen kann. Solche Schlafstörungen zählen bei Kindern und Jugendlichen mittlerweile zu den häufigsten Störungen, von denen etwa 20 % betroffen sind. Die abendliche und nächtliche Bildschirmzeit führt zu einer kürzeren Gesamtschlafzeit und verzögerten Einschlafphase. Die Nutzung digitaler Medien kurz vor dem Schlafengehen, etwa zur sozialen Kommunikation oder digitalen Spielen, steht daher neben einer unzureichenden Schlafdauer und schlechter Schlafqualität in Verbindung mit exzessiver Tagesmüdigkeit für junge Erwachsene. Insbesondere die Angst, neue Nachrichten aus dem eigenen sozialen Umfeld zu verpassen führt immer häufiger dazu, das Smartphone auch nachts angeschaltet zu lassen. Dies führt zu einem Teufelskreis aus einer erhöhten unterschweligen Erwartungshaltung neuer Nachrichten, welche die physiologische Erregung (Arousal) auf einem höheren Niveau halten und damit die Schlafqualität mindern, so dass die nächtlichen Bildschirmzeiten durch die chronischen Schlafprobleme immer mehr ausgeweitet werden.⁸⁹

Wird das visuelle Sinnesbewusstsein überreizt, ist aus spiritueller Sicht auch unser Wahrnehmen des dahinterliegenden astralen Lichtes mit seinen inneren Welten, die sich uns im Schlaf des Wachbewusstseins offenbaren, dem inneren Auge immer weiter verborgen. Indem die Ausrichtung des Bewusstseins immer länger an die Außenwelt gefesselt bleibt und dadurch der Schlaf unruhiger wird, ist ein übermüdeten Geist zudem auch am nächsten Tag in seiner Fähigkeit geschwächt, sich zu konzentrieren und dadurch auch seine Intuition bewusst weiter zu entwickeln, die ihm tiefes Vertrauen in das Leben schenkt. Oder er denkt in dem sein Bewusstsein weiter ermüdenden digitalen Informationsgewitter erst gar nicht mehr darüber nach, warum und zu wem er ein solches Urvertrauen überhaupt entwickeln sollte, das über diese Welt hinausgeht, wo doch diese Welt so viele künstliche Sicherheiten anbietet, die sich ihm im blauen Licht seines Bildschirms flüchtig offenbaren.

Paramahansa Yogananda weist auf das Sanskritwort Visvas für Vertrauen hin. Das Sanskritwort Svas bezieht sich auf den Atemvorgang, der mit dem Leben und Gefühl verbunden ist. Vi steht für „das Gegenteil“ bzw. „ohne“. Die Bedeutung von Visvas liegt somit darin, dass derjenige, dessen Atem, Leben und Gefühl ruhig sind, ein aus der Intuition geborenes Vertrauen besitzt. Eine solche intuitive Ruhe ist von der Entfaltung des inneren Lebens in der Meditation abhängig, so dass die Intuition bei einer hinreichenden Qualität zur sofortigen Erkenntnis der Wahrheit führt. Jenseits der Sinne und des zweifelnden Intellekts manifestiert sich die Intuition bei einem ruhigen Bewusstsein als ein Gefühl, das zumeist im Herzen wahrgenommen wird. Eine ruhige, unvoreingenommene Vernunft, die bestimmte Ideen vorurteilslos und mit ihrer intelligenten Unterscheidungskraft untersuchen, kann ebenfalls Intuition entwickeln, um die Wahrheit schneller zu erfassen und die Unwahrheit aufzudecken. Daher benötigen wir insbesondere am Anfang unserer Suche nach der Wahrheit einen konstruktiven Zweifel, um

über die erkannten Grenzen der Materie und des Sinnesbewusstseins immer weiterzuforschen und die Religion mit derselben prüfenden Einstellung wie die Naturwissenschaften zu behandeln. Dadurch kann sich die Intuition herausbilden, die uns stärker an die anfänglich erkannten spirituellen Wahrheiten glauben lässt. Ein solcher forschender Glaube kann in Verbindung mit Aufrichtigkeit, Ehrfurcht und dem geduldigen Festhalten an solchen Glaubensvorstellungen, deren Ergebnisse ständig überzeugen und damit als wahr befunden werden können, zum festen Vertrauen auf dem Weg der spirituellen Wahrheitssuche führen, dessen heilsame und kraftspendenden Schritte zur tiefen Hingabe an Gott werden. Dieses Vertrauen ist reine Verwirklichung und spendet ewige Sicherheit, weil es unmittelbare Wahrnehmung der Wahrheit auf Basis einer reifen, uns innewohnenden Intuition ist, die im Gegensatz zu dem für Zweifel anfälligen Glauben, unfehlbar wird, so dass es zwar blinden Glauben, aber kein blindes Vertrauen geben kann, da dieses die intuitive Wahrheit der Seele ausdrückt.⁹⁰

Statt sich also abends vor dem Einschlafen in der Meditation in die Stille zurückzuziehen und den vom Leben in der VUCARONA-Welt schon genug aufgewühlten Geist zu beruhigen, was auf dem spirituellen Weg eine sehr förderliche Methode zur Entwicklung der Intuition ist, spiegeln uns unsere Kinder den häufig nur noch rein äußerlichen digitalen Weg der Bewusstseinsentwicklung, der mit chronischen Schlafproblemen und weiteren psychischen und physischen Belastungen verbunden ist. An innerer Ruhe, tiefer Freude und verbundener Ausgeglichenheit ist bei der bildschirmgebundenen „Wahrheitssuche“ mit seinen ständig von großen Medien- und Digitalkonzernen vermarkteten Angeboten, die uns in einem Erregungszustand halten wollen, damit wir länger auf ihren Seiten verweilen und mehr konsumieren, kaum noch zu denken.

Das künstliche blaue Licht, das die Nacht zum Tag macht, verdrängt somit immer mehr das von Sri Aurobindo beschriebene innere blaue Licht des höheren Mentals, so dass wir uns immer weniger auf die Suche nach der höheren Wahrheit hinter der materiellen Welt machen. Sie macht sich ständig um uns herum bemerkbar und gönnt unserem Geist selbst während des Schlafes kaum noch genug Ruhe. Die im Vergleich zu den feinstofflichen astralen Erscheinungen wie Licht, Ton und Schwingung niedrigere energetische Schwingung der elektromagnetischen Signale, die unser Bewusstsein über kabellose digitale Endgeräte auf Basis der weltumspannenden IT-Infrastruktur erreichen, prägen ein niedriger schwingendes Bewusstsein der Menschen, die immer schlechter mit sich selbst, ihren Mitmenschen und der natürlichen Umwelt in Resonanz gehen können. Auch digitales Geld ist mit einer solchen niedrigeren Schwingung verbunden, die unseren Geist verführt, sich mit den niedrigeren Bewusstseinsangeboten zufrieden zu geben, die ihm weiter an das weltliche Leben binden und die göttliche Existenz einer Seele als Hirnospinnst in weite Ferne rücken lassen.

Somit wird der uralte Kampf um die Befreiung der Seele zwischen Licht und Dunkelheit im digitalen 21. Jahrhundert zu einer ganz neuen Frage der Bewusstseinsentwicklung, bei der zwischen den beiden Wegen einer digitalen und spirituellen Realität eine heilsame Balance gefunden werden muss. Letztlich muss auch im modernen digitalen Alltag mit seinen vielfältigen beruflichen, familiären und sozialen Anforderungen intuitiv erkannt werden, welcher bewusste Schritt in meinem Leben mich der Wahrheit näherbringt. Dies kann keine KI für mich selbst übernehmen, die allenfalls das den Menschen im Unterbewusstsein verborgene Wissen des äußeren Bewusstseins im Laufe der Zeit in eine explizite Form bringen und damit immer schneller verknüpfen kann, so dass sie die äußere Intuition der Menschen effektiv unterstützt, während ihr die höheren Bereiche der inneren Intuition verschlossen sind.

Mit Hilfe der yogischen Lehren Indiens, die uns von verwirklichten Meistern des Lichts wie Sri Aurobindo vermittelt werden, können wir zwei zentrale astrale Energiezentren im Körper für die bewusste Entwicklung der Intuition nutzen. Die Chakren im Kopf als höchsten und am Herzen als tiefsten der inneren Zentren, erlauben einen systematischen inneren Zugang für diese Arbeit, die den

Weg zur angestrebten Verwirklichung vorbereiten kann. Verwirklichung ist mehr als nur eine gefestigte Erfahrung, die den Glauben stärkt, jedoch immer mit dem Mental oder Vital vermischt sein kann und daher trügerisch bleibt. Echte Verwirklichung ist eine *siddhi* (yogische Vollendung), ein Bewusstseinszustand, der nicht mehr geht und das Göttliche ständig in allen fühlen und sehen lässt. Spiritualität ist dann die beginnende Wahrnehmung eines solchen anderen größeren Bewusstseins, das über das eigene Ego hinausgeht. Wenn wir mehr unter diesem spirituellen Einfluss leben können, wird die Erfahrung und das Wachsen dieses Bewusstseins zur Verwirklichung führen. Dieses unendliche, selbstbestehende und von Ego unbefleckte Bewusstsein wird Spirit (das Selbst, Brahman oder das Göttliche) genannt. Die echte spirituelle Erfahrung in der Sadhana (Ausübung des Yoga) muss mit der mentalen Ebene beginnen und wird durch den Druck des Verstandes und Willens im Mental sowie der Gott zugewandten emotionalen Inbrunst im Herzen erreicht, welche die beiden wichtigsten Kräfte der aufrichtigen Praxis im Yoga darstellen, um zunächst für eine kurze Weile Frieden und Ruhe zu erlangen, die mit der Zeit ausgedehnt werden. Eine der entscheidenden weiteren Wegmarken im Yoga zur Einung mit dem Göttlichen ist die spirituelle Durchdringung des Schleiers zwischen dem äußeren Bewusstsein und dem inneren Wesen, indem wir uns unseres inneren Selbst und unseres höheren Selbst in einer nach innen und oben gewandten Bewegung bewusst werden. Dies geht einher mit der Öffnung auch der höheren Chakren, wobei sich die Seele nach Sri Aurobindo hinter dem Herzzentrum befindet, das äußere Mental mit dem Halszentrum verbunden ist und sich das Zentrum des inneren Mental, Willens und der Vision in der Mitte des Kopfes zwischen den Augen ausmachen lässt. Darüber befindet sich in der Fontanelle das einerseits mit dem Gehirn und andererseits mit den höheren Mental-Ebenen (erleuchtetes Mental, Intuition, Obermental) in Verbindung stehende Chakra des tausendblättrigen Lotus. Die durch das Öffnen der Chakren mögliche Erfahrung des weißen Lichtstrahls im Herzen, der es erleuchten lässt, ist ein wichtiges Zeichen für ein Wachsen des inneren Bewusstseins auf dem weiteren Weg. Diese dynamische Herabkunft des höheren Bewusstseins von oben in das Herzzentrum durch eine das Licht herabrufende Konzentration im Herzen kann der Seele dazu verhelfen, als unser wahres Wesen hinter dem Schleier hervorzutreten und unser Leben mehr und mehr zu erfüllen und umzuwandeln. Die Herabkunft von oben wird ergänzt durch unsere mentale Bewegung nach oben, so dass wir über eine Konzentration des Bewusstseins im und später über den Kopf in das weite höhere Bewusstsein des Atman über dem Mental aufsteigen, das sich über den Kopf befindet, dort, wo sich das gewöhnliche Bewusstsein und die höheren Ebenen einander begegnen. Von hier aus können wir alles von oben empfangen und in voller Freiheit, im Schweigen und Frieden, losgelöst vom Körper betrachten und kontrollieren. Um diese Verwirklichung zu erreichen, ist ein sich entwickelndes Öffnen des Bewusstseins nach innen und oben entscheidend. Dadurch entdecken wir hinter dem Schleier kein Unterbewusstsein, sondern das Überbewusstsein, das so immer mehr von innen in unser äußeres Leben dringen kann, bis wir in einem größeren und dann kosmischen Bewusstsein erwachen, in dem wir bewusste Zentren des universalen Wirkens in direktem Kontakt mit den kosmischen Kräften sind. Da auf diesem schwierigen Weg viele dunklen Gefahren, gefährliche Täuschungen und egoistische Verwirrungen lauern, ist die Führung durch einen Guru, der eins mit dem Göttlichen ist oder es durch Identität vertritt, zwingend und unerlässlich.⁹¹

Lichtsegeln als experimenteller spiritueller Coachingansatz, der das weiße und goldene astrale Licht in Kopf und Herz als innere Visualisierung einer späteren echten tiefen Erfahrung vorwegnimmt, um damit für die Dauer der intuitiven Übung das innere Bewusstsein in den Vordergrund zu holen, kommt in diesem anfänglichen Stadium der beginnenden Integration des Wachbewusstseins mit dem Überbewusstsein bei ganz allmählicher Trennung der Inhalte aus dem Unterbewusstsein noch ohne eine verwirklichten spirituellen Guru aus. Auf dem weiteren eigenen Weg ist die Wahl eines solchen inneren Führers unerlässlich, so dass Lichtsegeln die Qualität der bewussten Entscheidungen für ein erfolgreiches Handeln in der äußeren Welt durch die innere Arbeit zu einem gewissen Grad erhöhen kann, ohne damit gleich das aufrichtige Betreten eines echten spirituellen Pfades zur Wahrheitssuche voraus-

zusetzen. Lichtsegeln steht damit zwischen den lebensweltlichen und beruflichen Anforderungen an das äußere Bewusstsein, dass im 21. Jahrhundert zunehmend mit digitalen Realitäten konfrontiert ist und sich darin zurechtfinden muss, und der anfänglichen spirituellen Entdeckung und Erschließung des inneren Bewusstseins, was in einer dazu notwendigen fortgesetzten mystischen Tiefe den spirituellen und religiösen Wegen unter Anleitung eines wahren Gurus vorbehalten ist. Die inneren spirituellen Wege werden im Westen von immer mehr nach innerer Wahrheit suchenden Menschen ausprobiert, die in einem materiell ausgerichteten Dasein innerhalb eines kapitalistischen Gesellschaftssystems auf Basis der westlichen Wissenschaften mit ihrem Fokus auf das auf die materielle Welt gerichtete äußere Bewusstseins sozialisiert wurden. Ihre Zweifel an dem Ausschließlichkeitsanspruch der atheistischen Wissenschaften und ihr inneres Streben nach einem tieferen Sinn des Lebens, um der Wahrheit auf den Grund zu gehen stehen vor der Herausforderung, die noch schwache Flamme des hoffenden wie zweifelnden Glaubens mitten in der VUCARONA-Welt zu einer erfahrungsgesättigten Fackel des (überbewussten) Wissens zu machen, auf das wirklich vertraut werden kann. Dieser stille Ruf zur Wahrheitssuche, der uns überhaupt erst auf den Weg machen lässt, kommt von einer noch schwach ausgebildeten inneren Intuition, die sich ihren Weg durch den Lärm unserer heutigen Zeit bahnen muss, damit wir uns lichtsegelnd auf dem Weg machen, ein wahrhaft erfolgreiches Leben zu führen.

Wahrer Erfolg hängt für Paramahansa Yogananda mit der Zufriedenheit der Seele zusammen, die diese in ihrer Umgebung empfindet, wenn sie sich durch Handlungen ausdrücken kann, die auf den Idealen der Wahrheit beruhen und das Glück und Wohlbefinden anderer miteinschließen. Der materielle Erfolg verpflichtet uns in diesem Sinne ebenfalls dazu, anderen zu helfen und darf niemals für selbstsüchtige Zwecke verwendet werden. Ein solcher individueller Erfolg ist als Hilfe zur Selbsthilfe gemeint, um sich bessere Lebensbedingungen zu schaffen, da dass eigene Glück nicht durch Untätigkeit erreicht werden kann, ohne das große Ziel aus den Augen zu verlieren. Während der Westen sich auf den materiellen Erfolg konzentriert, der das gegenwärtige Leben betrifft, richtet sich der Blick des Ostens auf den vollkommenen Erfolg durch die Schätze im Himmel, also dem spirituellen Reichtum, der ewig währt. Die Seelen, die von Gott als würdig befunden werden, endgültig erlöst zu werden und die Selbstverwirklichung als Vereinigung mit Gott erreicht haben, werden in Indien Siddhas (Sanskrit: „Jemand, der erfolgreich ist.“) genannt. Dieser wahre Erfolg aus östlicher Sicht beruht auf innerer Zufriedenheit und dem spirituellen Verständnis für das Zusammenwirken von Seele und Geist sowie der wichtigen Beziehung zwischen dem Körper und dem Kosmischen Leben. Ein solcher Erfolg hängt nicht von materiellem Besitz ab, so dass ein Siddha äußerlich völlig arm sein kann und dennoch körperlich, geistig und seelisch vollkommen glücklich ist. Allerdings haben wir in der modernen Welt vielfältige materielle Verpflichtungen zu erfüllen und können nicht abgeschieden in den Wäldern oder Bergen leben, wo wir uns ständig der Meditation widmen. Eine solche Flucht vor den uns von Gott auferlegten weltlichen Pflichten wird in der Yoga-Lehre auch nicht empfohlen, so dass das östliche Verständnis von Erfolg als Lehre vom spirituellen Glück um die westliche Erfolgslehre materieller Sicherheit ergänzt werden muss, um einen harmonischen Ausgleich zwischen beiden zu finden. Das Betreiben von Geschäften oder Wissenschaft und das Dienen für andere in Verbindung mit Gott sorgt dadurch für allseitigen Erfolg und wahres Glück, während uns auf der anderen Seite das gottferne Anhäufen von immer mehr Geld und materiellen Gütern niemals wirklich glücklich machen kann. Durch die Vereinfachung unseres Lebens können wir unsere niemals endenden Wünsche und Begierden erfolgreich sittlich begrenzen und unseren Geist durch Bewusstseinsschulung disziplinieren, um uns dadurch nach und nach von jeder Anhänglichkeit frei zu machen, die wir noch vermeintlich brauchen, um wirklich glücklich zu sein. Wir sollen in diesem Leben unsere Rolle auf der Welt so gut wie möglich spielen und dabei immer gedanklich bei Gott sein, so dass wir jede Anhänglichkeit an die Früchte des eigenen Handelns vermeiden und uns ganz auf die göttliche intuitive Führung verlassen, damit wir seine Liebe frei weitergeben können. Dazu sollte jeder unserer Tage mit einer möglichst durch östlich-wissenschaftliche yogische Methoden fundierten tiefen Meditation beginnen und enden,

um uns mit Gott bewusst zu verbinden und die uns in ihn verankernde Intuition zu stärken. Auch bei allen Antworten auf die Fragen unseres Lebens, sollten wir uns in tiefer Meditation an Gott wenden und trotz all unserer inneren und äußeren Widerstände so lange meditieren, bis sich Ergebnisse einstellen und wir die Lösung durch die innere Konzentration auf unsere Frage gefunden haben.⁹²

Für unser Leben in der (äußeren) Welt finden wir heutzutage vielfältige Coaching- und Beratungsansätze vor, die uns helfen, unsere Entscheidungen reflektiert zu treffen und dazu auch bewährte Methoden anbieten, mit denen wir die äußere Intuition gezielt zur erfolgreichen Problemlösung wachrufen können. Jedoch bleibt die innere Seite des Erfolges, welche die eigentliche Quelle unseres Seins und Handelns darstellt, hierbei zumeist unbemerkt. In den letzten Jahren eines wachsenden westlichen Bedürfnisses nach spirituellen Beratungsangeboten haben sich daher unterschiedliche Ansätze eines „spirituellen Coachings“ entwickelt, die im Sinne einer holistischen „Life-Balance“ einen Ausgleich zwischen den beiden Erfolgsdimensionen unterstützen wollen. Häufig wird Achtsamkeit und auch schamanische Elemente, seltener Yoga und Chakrenarbeit in den traditionellen Beratungsprozess integriert, um das Bewusstsein zu einer tieferen Eben zu führen, woraus bessere Lösungen erarbeitet werden können, indem die äußere mit der inneren Intuition verbunden wird. Auch spielt das „Green Coaching“ durch das Einbeziehen natürlicher Umgebungen von mehrtägigen begleiteten Erfahrungszeiten und Visionssuchen in der abgelegenen Natur über das angeleitete Waldbaden bis hin zu einem kurzen Beratungstermin im entspannten dialogischen Spazierengehen („walk & talk“) eine wachsende Rolle.

Aus diesen gegenwärtigen Strömungen habe ich mit dem trialen (Natur-)Coachingansatz des „Lichtsegeln“ als berufs- und lebensbezogenes Coaching, bindungsbiografische Beratungsarbeit und spirituelle Methode einen ganz eigenen Ansatz des spirituellen Coachings entwickelt, der durch meine berufliche akademische Biografie ebenso geprägt ist wie durch die Lehren und das Wirken meiner spirituellen Lehrer und Lehrerinnen. In den ersten vier auf meiner als „Work in Progress“ dienenden Homepage (<https://www.lichtsegeln.de/meine-publikationen/>) veröffentlichten Arbeitspapieren habe ich die spirituellen und wissenschaftlichen Hintergründe und Methoden zur Integration meines trialen Coachingansatzes einschließlich darauf aufbauender Übungsformate ausführlich beschrieben.

Wir leben heute auch in einer „entzauberten“ Welt, in der sich der Transhumanismus aufmacht, zur neuen westlich geprägten technikfixierten Ersatzreligion des 21. Jahrhundert zu werden. Die emanzipatorische Befreiung aus der mitunter fehlerhaft und vor allem zu langsam arbeitenden evolutorischen Hand der Natur durch alle zur Verfügung stehenden technischen Möglichkeiten stellt die Kurzform des transhumanistischen Weltbildes dar. Es ist zunächst die rationale Antwort des nach Wahrheit und individuellen Glück suchenden Egos unter der Voraussetzung einer atheistischen, szientistischen und materialistischen Perspektive auf das menschliche Sein als biologisch geprägtes, sozial belebtes, aber seelenloses Maschinendasein, die alle „evidenzlosen“ Alternativen als irrational ausschließt. Allerdings zielt diese titanische Ideologie nur auf die äußere Welt und unser äußeres Bewusstsein, das mit ihr über die Sinne verwoben ist. Die uralte Suche des Menschen nach Wahrheit wird nicht vor den äußeren Schranken dogmatischer Lehren halt machen, die uns in den Weg in das innere Bewusstsein versperren wollen, da sie keine höhere Instanz über dem Menschen anerkennen wollen, der wie Prometheus die Fackel der Erkenntnis mit sich trägt, um sich aus der religiösen Sklaverei zu befreien und dabei das göttliche Kind mit dem irdischen Bade ausschüttet.

Der Weg, eine wahrhaft befreiende Religion oder Spiritualität als innere Wissenschaft zu betreiben, um das wahre Wesen Gottes systematisch zu erforschen und das Übermenschliche nicht durch materielle Technik, sondern geistige Anstrengungen zu erreichen, steht dieser materiellen und atheistischen Sicht konträr entgegen. Erst im durch reife Praxis erfahrungsgesättigten Licht immer bewusster wahrgenommenen Wahrheit können wir jedoch das Rätsel unseres Daseins lösen und die

Zwecklosigkeit äußerer Dogmen erkennen. Indem wir uns intuitiv dem göttlichen Bewusstsein der Glückseligkeit nähern, werden wir unser Leben zum Beweis dafür machen, dass es nicht die äußere, tausendfach analysierte und technisch optimierte Hülle ist, der wir unsere Existenz verdanken, sondern ihr unmessbarer innerer geistiger Kern. Auf diesem Weg müssen wir der danach lechzenden Welt einen unfehlbaren Gottesbeweis schuldig bleiben, sondern uns ganz auf unsere wachsende Verbindung zum Kosmischen Licht verlassen, dessen Präsenz uns immer bewusster werden lassen kann. Paramahansa Yogananda beschreibt diesen subjektiven „Gottesbeweis“ so:⁹³

„Wir nehmen Ihn in der inneren Stille wahr. Im Zustand der Glückseligkeit erleben wir Ihn. Es gibt keinen anderen unmittelbaren Beweis Seiner Existenz. Wenn wir Ihn als Glückseligkeit erleben, wird Er zum einzigen Gegenstand unserer Liebe und Hingabe, wird all unser Hoffen und Sehnen erfüllt.“

Damit wird deutlich, dass Lichtsegeln zwar einen spirituellen Einstieg in die Arbeit in und mit der inneren Stille leisten, nicht jedoch den dafür notwendigen tiefen Zugang des Bewusstseins zu den mystischen Ebenen der Glückseligkeit offenbaren kann. Dafür ist die Ausrichtung eines Coachings auch klar auf diesseitige Entscheidungen fokussiert, die unser Wirken mit Blick auf die von uns hier gesetzten Ziele erfolgreicher realisieren lassen sollen. Bei der Bestimmung und Klärung eines inneren Zielbildes kann es daher sehr hilfreich sein, diese Methode einzusetzen und mit weiterführenden Formaten zu bearbeiten. Genauso können wir auf den Lichtwellen segeln, wann immer wir im Alltag den Raum eröffnen wollen und können, um intuitiv die geistige Vision als Bild der jeweils auf das Anliegen bezogenen relevanten Zukunft vor unserem inneren Auge lebendig werden zu lassen. Wie ein Vogel, der mit ausgebreiteten Flügeln im Wind segelt, ohne diese bewegen zu müssen und mühelos beinahe auf der gleichen Stelle zu schweben scheint, können wir mit dem Lichtsegeln eine höhere Perspektive auf unser Leben einnehmen, um uns intuitiv vom Hier und Jetzt durch Raum und Zeit zu bewegen und einen Blick auf die von uns angestrebte Zukunft zu werden. Dieser Blick kommt von innen, ist also z.B. keine äußere Szenariotechnik, die verschiedene Zustände auch primär mit impliziten Expertenwissen betrachtet, um die individuelle Subjektivität interpersonal zu überwinden. Er nutzt vielmehr die innere Intuition des inneren Lichtes und den astralen Zugang über das Kopf- und Herzchakra zu einem überbewussten Wissen, dass in unsere äußere Intuition miteinfließt und zu einem visionären Gesamtbild verschmilzt, welches seine subjektive Eindeutigkeit umso mehr erfahren lässt, je klarer die Zukunft dadurch erkundet werden kann.

Das **Lichtsegeln** als Format spirituellen Coachings läuft in drei Schritten ab:

1. Die „innere Sonne“ aktivieren
2. Das aktuelle Thema/Anliegen im inneren Licht betrachten, neu formulieren oder erstmals in diesem Zustand bewusst machen, um sich ganz auf die erwünschte Zukunft auszurichten, die mit dem Anliegen verbunden ist.
3. Die „inneren Segel“ setzen und dieses Segeln mit einer entsprechenden Körperhaltung verbinden, um durch das aufsteigende Bild von der relevanten Zukunft zu erfahren, diese Impulse bewusst in sich aufzunehmen und im Anschluss daraus Entscheidungen abzuleiten.

Die drei Schritte werden in einer zusammenhängenden Sequenz durchgeführt, die reflexive Auswertung kann unmittelbar danach oder auch später erfolgen, die inneren Impulsen sollten dann gleich in

einer geeigneten Form kurz dokumentiert werden, um einen möglichen weiteren Termin mit vorzubereiten.

Das Teilformat „innere Sonne aktivieren“ ist auch eine eigenständige Übung, um sich in einen ressourcenvollen inneren Zustand zu versetzen und kann auch im Rahmen des gesamten Coachingprozesses eingesetzt werden.

Die innere Sonne aktivieren.

Stelle dich mit beiden Beinen aufrecht auf den Boden. Auf dieser Welt sind wir alle Kinder von Mutter Erde. In ihr müssen wir uns verankern und eine tiefe Verbindung spüren, um geerdetes Bewusstsein lichtvoll zu bewahren.

Bitte nun 3x Mutter Erde, Dir ihr Licht zu senden. Du kannst dir vorstellen, dass nach einer Weile bernsteinfarbenes, orange-braunes Licht durch die Füße in Deinen Körper strömt. Du kannst vielleicht ein Kribbeln, Wärme oder eine andere subtile Empfindung spüren, wenn Dich ihr Licht von unten erreicht. Es fließt die Beine hoch und verteilt sich im Körper mindestens bis zum Herzen und kann auch weiter nach oben bis zum Kopf reichen.

Schließe die Augen und konzentriere Dich auf Dein Herzchakra. Atme aus und lasse vor Deinem inneren Auge dort goldenes Licht entstehen, erst einen Funken und dann eine kleine Kugel, die Du mit jedem Ausatmen größer werden lässt. Das goldene Licht breitet sich in Deinem ganzen Körper aus und vermischt sich mit dem braunen Licht von Mutter Erde zu einem etwas helleren Goldfarbton, den Du auf Deine ganz eigene Art und Weise wahrnehmen kannst.

Nun konzentriere Dich im Kopfbereich. Lass dort weißes Licht entstehen und visualisiere einen weißen Lichtstrahl über Dir, der aus der Unendlichkeit in Deinen Kopf eintritt, dort in das Kopfbereich und weiter die Wirbelsäule über das Herzzentrum hinunter bis zum Steißbeinzentrum strömt. Von dieser weißen Lichtsäule aus verbreitet es sich im ganzen Körper und mischt sich mit den anderen astralen Lichtern zu einem gelb-weiß-goldenen Licht wie das der Sonne an einem wolkenlosen Tag. Atme ruhig weiter und fühle die Energie, die nun in Deinem Körper und Geist aufsteigt.

Betrachte nun die Frage, das Thema oder Anliegen, das Dir gerade wichtig ist. Was hat sich geändert? Wie fühlt es sich jetzt an? Lastet das Problem jetzt nicht mehr ganz so schwer auf Deinen Schultern oder ist vielleicht die Gedankenmühle langsamer und Dein beschwertes Herz leichter geworden, die Dein Bewusstsein enger gemacht haben? Vielleicht gab es auch eine Schwere, die Du nicht klar ausdrücken konntest in der Fülle der Fragen und Probleme, die Dich gerade bedrängen. Nun kannst Du im inneren Licht daran denken, wie das Thema dahinter im Licht betrachtet jetzt aussieht und Dein Anliegen kommt Dir klarer ins Bewusstsein, bis Du weißt, worum es hier und jetzt wirklich geht. Welche Situation, die vor Dir liegt, willst Du dir näher ansehen? Welche Fragen müssen dafür beantwortet werden, damit Du dieser Zukunft freudig oder zumindest zustimmend im Vertrauen auf die Dich leitende innere Führung entgegensehen kannst? Oder geht es vielleicht gerade vor allem um das innere Bild, das Du in dir entstehen lassen willst, um Dein inneres Wissen über das Kommende zu schärfen und zu prüfen, ob das Bild noch stimmig mit Deinen Erwartungen ist und Du dich auf dem richtigen Weg befindest? Warte ruhig und lasse die Gedankenwelle dieser Fragen in Deinem Bewusstsein nachklingen, bis Du eine lichtvolle Antwort erhältst, die in vielfältigen Erfahrungen von

Dir wahrgenommen werden kann, von Gedanken, Stimmen, Bildern, Farben, Gefühlen, Körperempfindungen bis hin zu einer tiefen Freude, die Du dir weder erklären kannst noch dafür ein Anlass bestünde. Verbinde Dich ganz mit dem Licht in Dir und sei lichtvoll genährt vom Kosmischen Bewusstsein und Mutter Erde, die sich in Deinem Herzen treffen. Wenn Du soweit bist, fahre mit dem dritten Schritt fort.

Die inneren Segel setzen

Bei diesem Format als dritten Schritt des Lichtsegelns stichst Du nun in See, bist also verbunden mit dem Licht Deiner inneren Sonne, die von oben und unten und Deinem Herzen gespeist wird. Nun segelst Du auf den Wellen des Lichtes, das diese Welt im innersten trägt und kannst dafür Deine innere Sonne mit dem dich umgebenden lichtvollen Bewusstsein verbinden, dass Deine Chakren nährt und über das Kopf- und Herzzentrum Deine damit verbundenen inneren Potenziale aktivieren, die Dir neue Impulse und Erfahrungen offenbaren, wie Du mit deinem aktuellen Anliegen am besten umgehen kannst, um Deine Zukunft positiv zu gestalten.

Stehe dazu nun wieder aufrecht, schließe die Augen mit dem geklärten Bild oder der Frage Deines heutigen Anliegens im Sinn und hebe nun zunächst den linken Arm mit der nach oben zeigenden Handfläche mit der Hand in Form einer leicht geöffneten Schale bis auf Schulterhöhe nach oben. Hierbei verbinde Dich mit Deinem Kopfbereich, konzentriere Dich auf das weiße Licht von oben, das dort hineinströmt und es friedlich nährt und in dieser Fülle des Friedens aktiviere Dein inneres Wissen. Lass in Dir die Frage aufsteigen, was Du in der relevanten Situation oder Lebensphase in der Zukunft tun wirst, wenn Du in Einklang mit Deinem inneren Licht und Deinen dadurch gestärkten lichtvollen Qualitäten bist, die Dir helfen, deine Ziele erfolgreich zu erreichen und in ein angemessenes Handeln umzusetzen, dass auf einer tieferen Weisheit beruht, die Wissen und Bewusstsein in Deinem zukünftigen Wirken verbindet.

Nun halte den linken Arm weite hoch und hebe den rechten Arm wie den linken bis auf Schulterhöhe. Konzentriere Dich auf Dein goldenes Herzzentrum und denke liebevoll an die Menschen, mit denen Du in der relevanten Zukunft verbunden sein wirst, auch wenn diese Verbindung vielleicht nur einzelne Aspekte betrifft und sie im Sinne der Bindungspyramide nicht gleich „Deine Lieben“, sondern z.B. auf der Arbeit um (temporäre) besondere Kontakte sind. Es geht um die darunterliegende wahre Verbundenheit, die sich in diesen Beziehungen offenbart, die an der Oberfläche begrenzt wirken und dich jedoch immer in Deinen Ziele weiterbringen, so dass Du Vertrauen in diese Beziehungen und Dich vertiefen und in dem verbundenen Handeln in dieser Lebensphase oder Situation auch den Sinn erkennen kannst, den das Leben hier für dich bereit hält.

Halte diese Position mit beiden ausgestreckten Armen für eine Weile, um beide Seiten mit den zwei Chakren zu integrieren, dann drehe die Handflächen nach unten und lasse beide Arme sehr langsam und bewusst nach unten senken. Nimm alles wahr, was jetzt in Deinem Bewusstsein aufsteigt, stehe dann mit abgesenkten Armen noch eine Weile still und komme dann mit geöffneten Augen ganz in die Außenwelt zurück. Mach Dir Notizen oder arbeite auf eine andere Dir angemessene Art mit diesen Impulsen weiter, um daraus die nächsten konkreten Schritte abzuleiten, die Du nun in Angriff nimmst, um die innerlich erblickte Zukunft auch im Außen erfolgreich zu manifestieren, auch wenn es auf den Weg dahin noch weitere Veränderungen geben mag, die das Ziel wie das Ergebnis ebenfalls einem Wandel unterziehen können, dem Du offen und immer wieder lichtsegelnd bewusst begegnen kannst.

Damit endet dieses Format, das als fortlaufender innerer Prozess immer wieder aufgegriffen werden kann, um das Leben in die eigenen Hände zu nehmen, die mit Kopf und Herz verbunden sind. Die Abbildung verdeutlicht zusammenfassend die drei Phasen des Lichtsegelns.

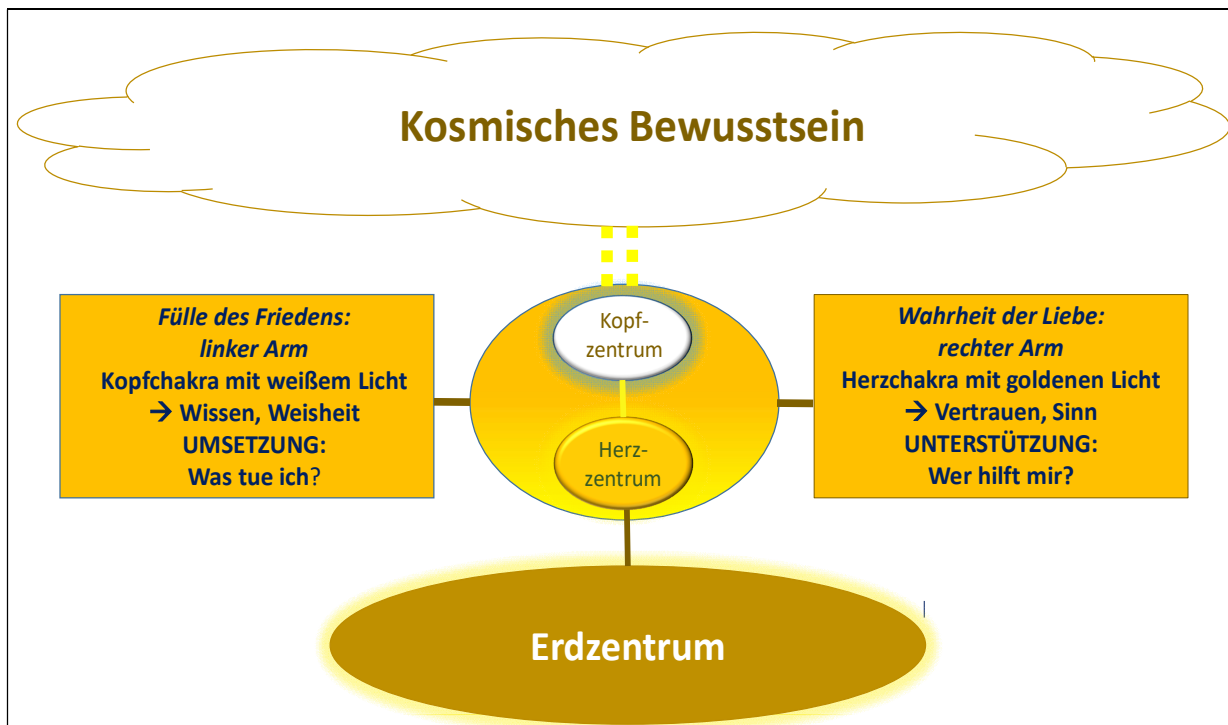


Abbildung 6: Ablauf des Lichtsegels als spirituelles Coachingformat.

Das Lichtsegeln im weiteren Sinne ist wie oben beschrieben insgesamt ein trialer Coachingansatz, der lösungsorientierte Beratung zu beruflichen und lebensweltlichen Fragen mit Biografiearbeit und diese mit spirituellen Elementen wie dem hier dargestellten Lichtsegeln als einzelnes Format im engeren Sinne verbindet. Somit kann er als holistisches Selbstcoaching auch dazu genutzt werden, die Erfahrungen des eigenen Lebens reflexiv als biografisches Material wie Noten zu nutzen, um daraus einen eigenen Klang zu entwickeln, der die Gegenwart kraftvoll beleben und lichtvoll in die Zukunft weisen kann. Dadurch ist auch zu bestimmen, wer alles zu dem Orchester gehört, das den Klang zu gemeinsamer Musik verstärkt und welche klingenden Instrumente als Symbole für die damit verbundenen Beziehungen mit ihren mir zugewandten Qualitäten dort eine Rolle spielen (sollen). Der Klang meines Lebens ist eingebettet in die mich umgebende Gesellschaft, deren Kollektives Bewusstsein zwischen meinem Bewusstsein und dem Kosmischen Bewusstsein steht, so dass der Weg dorthin nicht nur von meinen eigenen Schatten, sondern auch den Kollektiven Dunkelheiten der VUCARONA-Welt verstellt wird, die es zu überwinden gilt, um in diesem Leben wie ein Baum dem Licht entgegen zu wachsen und zu lernen, sich als Mensch innerlich trotz der äußerlichen Widrigkeiten „lichtsegelnd“ weiterzuentwickeln.

Im nächsten Kapitel wird die autobiografische Komponente durch die reflexive Betrachtung ausgewählter Episoden meines Alltags verdeutlicht, woraus dann im spirituellen Ansatz des Vorgehens eigene geistige Übungen entstanden sind, die auf diesen Erfahrungen aufbauen, sie vertiefen und in einen größeren inneren Kontext setzten, der in den Coachingansätzen häufig derzeit noch fehlt.

5. Lichtsegeln als holistische Biografiearbeit zur bewussten Reflexion der VUCARONA-Welt

5.1 Biografische Fundstücke im Alltag als äußeres Material zur inneren Verarbeitung der VUCARONA-Welt

Die biografische Reflexion des Alltagsgeschehens, das in den aktuellen globalen Veränderungen eingebunden ist, erfolgt auch beim Lichtsegeln als integraler Ansatz zur Lebensbewältigung durch die markanten Fundstücke jeglicher Art, die uns helfen, unser Leben einzuordnen und die Welt zu verstehen, in der wir unseren Weg finden müssen. Die reflektierte Analyse der gewählten Medien, mittels derer sich die Welt erschlossen wird, spielt in der VUCARONA-Welt eine besondere Rolle, die durch zahlreiche offene und verdeckte Manipulationen unseres Bewusstseins geprägt ist. Der Kauf von Tageszeitungen am Hannoveraner Hauptbahnhof ist ein solches autobiografisches Beispiel, wobei ich oft nur die Schlagzeilen der Massenmedien lese und meine mediale Weltaneignung über meine gewählten sogenannten Alternativmedien im Netz erfolgt. Durch meine vergangene Arbeitsstätte in Braunschweig und der damit verbundenen räumlichen Distanz zum politischen Zentrum der niedersächsischen Hauptstadt war es die Braunschweiger Zeitung, mit der ich auch subjektiv eine politische Distanz dazu verbunden habe. Mir geht es darum, das Geschehen an meinen arbeitsbiografischen Wirkungsstätten aus der Sicht der lokalen Medien zu verstehen, da diese mir einen regionalen Blick ermöglichen, der in anderen überregionalen Medien oder Hannoveraner Zeitungen zwangsläufig fehlen muss. Dazu kommen die mentalen Impulse der lokalen Beiträge, die das große Geschehen mit den regionalen Perspektiven verbinden und bei mir auf eine große Resonanz stoßen, wenn ich diese beiden Ebenen durch ein solches Aha-Erlebnis integrieren kann.

In dieser Erwartungshaltung kaufte ich am Hannoveraner Hauptbahnhof am 24. August 2023 die an diesem Tag erscheinende Braunschweiger Zeitung, Nr. 197, 78. Jahrgang. Neben der Schlagzeile auf Seite 1, das der eigentlich dringend benötigte Wohnungsbau auch in der Region Braunschweig in Folge eines „toxischen Mixes“ aus hohen Kosten, hohen Zinsen und hohen Hürden aus Auflagen und Vorschriften zum Erliegen zu kommen droht und damit die wirtschaftlichen Krisenbedingungen des Jahres (vgl. Kapitel 1) in einen lokalen Branchenkontext überträgt, bin ich auf der Seite „Ihre Meinung“ von einem Leserbrief aus Braunschweig eines M. fasziniert, der die zentralen Themen und damit verbundenen Fragen prägnant auf den eigenen Standpunkt bringt, der ebenfalls biografisch gefärbt ist und bei mir spontan ein resonanzvolles Verständnis auslöst. Der Westen gerät danach eben auch ins Hintertreffen, da wir meinen, uns weltweit um das Klima und die Menschenrechte kümmern zu müssen, während wir uns gleichzeitig mit Datenschutz und immer neuen Bürokratievorschriften ausbremsen und uns um Wölfe, Work-Life-Balance, politisch korrekte Sprache und Wohlfühlmanager kümmern, so dass wir durch diese vom Autor wohl als Nebenkriegsschauplätze ausgewiesenen politischen Handlungsfelder immer weiter gegenüber den BRICS-Staaten mit ihren oftmals autokratischen Strukturen ohne solche Luxusdebatten zurückfallen werden, wenn -so der von mir verstandene Tenor des Briefes- wir uns nicht bald eines Besseren besinnen.

Was ist also das hier hintergründig beschworene Bessere? Die Rückkehr zu deutschen Tugenden wie Fleiß, Disziplin und Patriotismus, so wie der alte Bundeskanzler Helmut Kohl früher in einer von mir im Studium besuchten Wahlkampfveranstaltung einst in Münster wettete, dass nicht alle Menschen morgens aufstehen würden, um sich selbst zu verwirklichen, sondern vielmehr daran dachten, wie sie dieses Land voran bringen und ihre Pflichten erfüllen können. Das konservative Establishment – eine Internetrecherche am 03.12.2023 bei dieser biografischen Auswertung der Zeitung ergab, dass M.

2016 für die CDU bei der Stadtbezirksratswahl kandidierte und ein Ingenieurbüro besitzt- muss allerdings mehr anbieten als pauschale Kritik an solch populären Themen, die eben auch Deutschland im Jahre 2024 definieren. Wie sieht die Lösung aus und warum sollten wir es uns nicht mehr leisten können, über unsere nachhaltige und sinnstiftende Zukunft nachzudenken, in der es uns allen besser geht und nicht nur bestimmten Bevölkerungsschichten weiter von einem wirtschaftlichen Aufschwung nach der neuen wie auch immer gearteten konservativen Besinnung profitieren, die bereits jetzt fest im Sattel sitzt? Wäre es nicht besser, das Unbehagen an den benannten Entwicklungen mit den hintergründigen Ursachen zu benennen, die dafür benannt werden müssten anstatt einfach nur mit dem Finger auf diejenigen zu zeigen, die sich zumindest von ihrer Motivation her darüber Gedanken zu machen scheinen, wie sich unsere Welt verbessern lässt, auch wenn dies immer auch Auswüchse mit sich bringen kann. Und wer profitiert am Meisten von solchen Meinungsverschiedenheiten, die immer öfter in Schwarz-Weiß-Denken abdriften und zu einer fortschreitenden Polarisierung beitragen, die jeden konstruktiven übergreifenden Lösungsansatz im Keim erstickt? Doch letztlich wieder nur die Reichen und Mächtigen, als deren Nutznießer sich das politische Establishment schon lange angedient hat.

Blicken wir also einmal nach oben, wie es auch der alternde Erzähler und Alter Ego des sozialistischen Regisseurs Ken Loach, TJ Ballantyne in seinem neuen Film „The Old Oak“ Ende 2023 im Programmkino empfiehlt und wir werden uns nicht mehr gegenseitig bekämpfen, sondern die uns alle unterdrückenden Strukturen verändern. Den Film sehe ich mit meinem 15-jährigen Sohn und ich bin froh, ihn einmal mit solch sozialkritischer Kost zu „füttern“, da der Film auch ein für Loach sehr optimistisches Ende hat. Die syrischen Flüchtlinge können sich mit der ebenfalls abgehängten und dadurch zunächst scheinbar hoffnungslos-verbitterten britischen Arbeiterklasse im ländlichen Nordosten des Landes in einem vormals für beide Seiten trostlosen Umfeld solidarisieren und umgekehrt auch die zuvor so vermeintlich rassistischen -im heutigen öffentlichen Meinungskorridor „rechtsoffenen“ Menschen“- Blumen zu der syrischen Familie in der neuen britischen Bleibe bringen, nachdem sie vom Tod des Vaters in einem syrischen Gefängnis unter menschenunwürdigen Haftbedingungen für solche politischen Gefangenen gehört haben. In jedem Fall ist hier das aktive solidarische Handeln im Vordergrund, das in eigenen depressiven Notzeiten der Hauptfigur auch wieder Hilfe in der akuten Not von den gegenwärtigen Weggefährten erfahren lässt und sie dadurch nicht allein bleibt, da andere Menschen den Wunsch verspüren, beistehend nachzusehen und nicht achselzuckend wegzusehen.

Der biografisch reflektierte Widerstand gegenüber den aktuellen Entwicklungen findet derzeit vielfältige Fundstücke und Ausdrucksmöglichkeiten, da sich jeder und jede Einzelne fragen muss, ob eine politisch-passive Haltung der Fokussierung auf das Private ausreicht oder auch aktiver politischer Widerstand organisiert und umgesetzt werden muss, um einen kollektiven Bewusstseinswandel zu erreichen. Die „Klimakleber“ setzten als derzeit hoch umstrittenes Beispiel auf letzteres und bedienen sich eines kollektiv wirkenden Schemas, um durch mediale Vermarktung ihre Störungen sensibler kollektiver Infrastrukturen vom Verkehr bis hin zur Kultur einerseits die Solidarität insbesondere der jüngeren Generationen zu erhalten und andererseits das Bewusstsein der gesamten Bevölkerung in kurzer Zeit zu verändern. Da sich im Herbst des Jahres 2023 der bislang positive allgemeine Tenor allerdings hin zur Einordnung der „Letzten Generation“ als rücksichtslosen „Klimachaoten“ verschiebt, ist auch die soziale Innovation des Anklebens an sensible Straßenkreuzungen, berühmten Bildern oder bei kulturellen Veranstaltungen als Ausdruck der politischen Forderung nach radikalen Klimaschutzmaßnahmen letztlich nur für einen kleinen Flügel der Gesellschaft tragfähig, um Veränderungen zu erreichen. Zu einseitig wurde das eigene klimaangstgetriebene Bewusstsein als Maßstab für ein kollektives Bewusstsein gemacht, das mit allen Mitteln dahin geformt werden sollte, ohne die geistigen Einflüsse zu verstehen, die neben den massenpsychologischen Manipulationen auf das kollektive

Bewusstsein der Deutschen wirken, so dass sich die Mächtigen auch die jugendliche Vitalität zunutze machen, um die Welt weiter nach ihren Vorstellungen zu formen.

Wer mit dem Göttlichen im Bunde steht, hat es dagegen trotz aller Widrigkeiten seines irdischen Lebens leichter, die hellen Pfade zu finden, die in der jeweiligen Zeit angebracht sind, um den viel größeren weltlichen Gegenspielern die Stirn im gewaltlosen Widerstand gegen ihr unerbittliches Regime der Entsolidarisierung, Ausbeutung und Umverteilung zu bieten, der letztlich zu einem tieferen Frieden bei einer wachsenden Gruppe von Menschen führen wird, die sich des erforderlichen kollektiven Wandels bewusst werden, der zu einer friedlichen und gerechteren Welt führen soll. Hier fällt meiner biografischen Suche nach neuen Ideen und Vorbildern in der Stadtbücherei Hannover ein Buch mit Reden von Martin Luther King in die Hände. Statt vieler weiterer Diskurse zur Friedensarbeit und Gewaltlosigkeit im politischen Widerstand füge ich die Passagen an, die mich beim Lesen dieses tief spirituellen Mannes berührt haben, dessen Glauben an Jesus Christus und das Göttliche immer wieder die eigenen biografischen Rückschläge und politischen Niederlagen hat ertragen und danach Weitergehen lassen. Bei den für ihn zusammenhängenden Fragen der Bürgerrechte für Amerikaner/innen mit schwarzer Hautfarbe und des Friedens in Vietnam, welche die soziale Entwicklung der Menschheit in den 1960er Jahren geprägt haben, hat er als zuvor anerkannter Friedensnobelpreisträger auch eine soziale Ächtung seiner Person durch die nordamerikanische Gesellschaft in Kauf genommen, so dass er sich auch als Vorbild unserer Tage erweist, in der Kritik zu äußern auch Mut und Überzeugungen verlangt. Die Frage ist, mit welchen Vorbildern wir uns umgeben, um selbst aktiv zu werden in diesen bewegenden und als historisch zu bewertenden Zeiten. Die literarische Suche in öffentlich zugänglichen Quellen für die breite Bevölkerung hat in der gut sortierten Hauptfiliale der Hannoverschen Stadtbücherei einen fruchtbaren Ort gefunden, an dem ich mit vielen philosophischen, sozialwissenschaftlichen und spirituellen Themen und Personen wie Martin Luther King in Berührung gekommen bin, was mir neue Impulse vermittelt hat.

5.2 Martin Luther King – ein Leben im gewaltlosen Widerstand gegen das Böse

Bis zu seiner Ermordung im Alter von 39 Jahren am 04. April 1968 hat der schwarze Pastor Martin Luther King den von ihm angeführten gewaltfreien politischen Kampf der Menschen mit afro-amerikanischen Hintergrund gegen die Rassentrennung in den USA als „Christentum in Aktion“ verstanden, der den Geist Jesu mit den Methoden von Ghandi verbinden sollte. Die vier Kernaspekte der von ihm geführten gewaltfreien Aktionen besteht einmal darin, diesen Weg nicht aus Angst oder Feigheit zu wählen, sondern mutig und mit aktivem Geist voranzugehen, mitfühlend die Sichtweise des Feindes zu verstehen und den Gegner davon zu überzeugen, dass er im Unrecht ist. Zudem soll der Gegner nicht gedemütigt oder vernichtet werden, sondern sein Verständnis und seine Freundschaft gewonnen werden, indem etwa durch Boykotte das Gefühl der Scham geweckt wird, wodurch eine Aussöhnung und Wiedergutmachung möglich wird. Schließlich richtet sich die Methode gegen die Mächte des Bösen, nicht jedoch gegen die Menschen, die Böses tun. Der vierte charakteristische Zug des gewaltlosen Widerstandes liegt in der Bereitschaft, Demütigungen zu erdulden und Schläge hinzunehmen, ohne sich zu rächen. Ein gewaltfreier Feldzug läuft in vier Stufen ab, welche a) die Sammlung von Tatsachenmaterial und Feststellung von Ungerechtigkeiten, b) Verhandlungen mit den (politischen) Gegnern, die c) Selbstreinigung in Form der Selbstklärung über den gewaltlosen Widerstand und die Verpflichtung, Demütigungen und Schläge zu ertragen sowie die d) direct action in Form von (Sitz-)Steiks, Aufmärschen, Demonstrationen etc. beinhalten. Der tiefe Glaube verleiht der Bewegung die Kraft, sich der inneren Verzweiflung und äußern Schmerzen auf dem Weg hoffnungsvoll entgegenzustellen, um die moralische Legitimität des eigenen Anliegens mit der Zeit in die Herzen auch

der erbittertsten Gegner fließen zu lassen. Dafür ist nach King auch eine Revolution der Werte notwendig, um von einer Sachen-orientierten Gesellschaft zu einer Personen-orientierten-Gesellschaft zu werden, die erst die eng verwobenen selbstzerstörerischen Drillinge aus Rassismus, extremen Materialismus und Militarismus hin zu einer gerechten und verbundenen Welt überwinden kann. Frieden ist dabei kein fernes Ziel, sondern bereits der Weg, indem er als konkretes Mittel und Ausdruck einer friedlichen Haltung in einer wechselseitig tief verbundenen Welt der gegenseitigen Abhängigkeit allen Seins seine Wirkung entfalten kann. Ziele und Mittel auf dem friedlichen Weg des gewaltlosen Widerstandes müssen daher in Einklang stehen, um wirklich konstruktive Ergebnisse zu offenbaren. Die Menschheit hat die Wahl zwischen gewaltsamen Chaos und friedlicher Gemeinschaft und Martin Luther King verdanken wir sein bekanntes Bild des erklommenen Berges, von dem aus er wie Mose nach dem Auszug aus Ägypten das Gelobte Land einer friedlichen und gerechten Welt gesehen hat.⁹⁴

In seiner letzten Rede im abendlichen Memphis am 03. April 1968, einen Tag vor seiner Ermordung, rief diese bewegende und zeitlose Stimme einer lebendig-friedlichen und verbunden-gerechten Welt ein letztes Mal den 11.000 hoffenden Menschen die mittlerweile berühmten letzten Worte zu:⁹⁵

„Nun ich weiß nicht, was jetzt geschehen wird. Schwierige Tage liegen vor uns. Aber das macht mir jetzt wirklich nichts aus. Denn ich bin auf dem Gipfel des Berges gewesen. Ich mach mir keine Sorgen. Wie jeder andere würde ich gern lange leben. Langlebigkeit hat ihren Wert. Aber darum bin jetzt nicht besorgt. Ich möchte nur Gottes Willen tun. Er hat mir erlaubt, auf den Berg zu steigen. Und ich habe hinübergesehen. Ich habe das Gelobte Land gesehen. Vielleicht gelange ich nicht dorthin mit euch. Aber ihr sollt heute Abend wissen, dass wir, als ein Volk, in das Gelobte Land gelangen werden. Und deshalb bin ich glücklich heute Abend. Ich mache mir keine Sorgen wegen irgendetwas. Ich fürchte niemanden. Meine Augen haben die Herrlichkeit des kommenden Herrn gesehen.“

Für Forscher seines Lebens wie Michael Haspel liegt Kings Vermächtnis für unsere heutige Zeit in dem bis heute unerfüllten Traum, dass alle Menschen in Würde, Gerechtigkeit und Frieden zusammenleben. Durch den von ihm klar herausgearbeiteten strukturellen Zusammenhang zwischen Armut, Rassismus und Militarismus ist seine Forderung nach einem grundlegenden Umbau des Gesellschafts- und Wirtschaftssystems eine Absage an das kapitalistische System, das von diesem ausbeuterischen Zusammenhang profitiert und daher einer gerechten Welt mit einem Leben in Würde für alle Menschen als Ebenbilder Gottes im Wege steht.⁹⁶

Wenn also der chaotische Dreiklang aus Rassismus, Militarismus und Armut durchbrochen werden muss, ist es auch für uns an der Zeit, die derzeit nach NATO-Diktat immer weiter nach oben verschobenen Rüstungsausgaben zu streichen und der immer weiter um sich greifenden Armut als Ausdruck wachsender sozialer Ungleichheit in diesem Land im Jahr 2024 entschieden entgegen zu treten. Sie greift in Deutschland mit den rund 4,5 Millionen Kindern, die in oder in der Nähe von Armut leben, die jüngsten und schwächsten Teile unserer Gesellschaft an, die in Armut mit Transferleistungen wie dem Bürgergeld aufwachsen und deren Talente und Begabungen oft nicht von den Eltern gefördert werden, so dass sie ein Leben lang abgehängt und vergessen bleiben, durchschnittlich häufiger erkranken und früher sterben als die Kinder aus wohlhabenderen Schichten. Kinder aus Familien mit Migrationshintergrund leiden sehr oft besonders unter dem seit Corona noch verschärften Wohnungsmangel, Stress in der Familie und Gewalterfahrungen, die sie zum Teil während der Flucht aus Kriegsgebieten und den damit verbundenen Traumatisierungen erfahren haben. Diese strukturell verankerte Chancenungleichheit lässt den Weg aus der Armut fast aussichtslos erscheinen. Wenn dann noch fehlende Deutschkenntnisse dazu kommen, entsteht schnell das Gefühl der eigenen Wertlosigkeit, das im derzeitigen unterfinanzierten Bildungssystem zu oft noch durch überforderte Lehrkräfte bestätigt wird statt Selbstwirksamkeitserfahrungen durch Lernfortschritte machen zu können. Erfahrene Vertreter

von Kinder- und Jugendhilfswerken wie „Die Arche“ sprechen von einem gesellschaftlichen Verbrechen an den vernachlässigten Kindern. Um in diesem ungerechten neoliberalen System dem „Bösen“ zu widerstehen, das sie täglich erfahren und auch in den digitalen Medien in pauschalen Vorwürfen als „zu faul zum Arbeiten“ und „selbst schuld an der eigenen Armut“ über sich hören müssen, bräuchte es neben ausreichend finanziellen Mitteln einer Kindergrundsicherung auch einen „Ozean aus Liebe“, um das Vertrauen an das Gute in der Welt wiederzufinden und auch konkret den Hunger zu stoppen, den viele Eltern wie Kinder angesichts der steigenden Preise für Mieten, Strom und Lebensmittel immer öfter in einem der reichsten Länder der westlichen Welt erleben müssen.⁹⁷

Was also ist das Böse, das Martin Luther King einst bekämpfte und in dem derzeitigen System weltweit die Armut und das Leid von Millionen von Menschen mehrt, während eine vergleichsweise kleine Gruppe ihren Wohlstand und Einfluss ausbaut? Wo an deren Spitze eine elitäre Gruppe superreicher „Götter“ glaubt, diesmal sei alles bereit, dass sich die Welt vor ihrer in der Geschichte bislang nie dagewesener materieller Allmacht beugen müssen. Die Schneisen geistiger Verwüstung, die dadurch im Bewusstsein der Menschheit geschlagen sind, entstehen einerseits durch Krieg, Vertreibung, Hunger, Krankheit und Ausbeutung, so dass der materiell arme Teil der Menschheit immer mehr leiden muss. Andererseits ist der materiell reiche bzw. wohlhabende Teil der Menschheit in sinnentleerten säkularisierten Ritualen der fiktiven Wahrheitssuche eingebunden. Diese lassen die Menschen viel zu häufig gebannt auf den Bildschirm starren, dessen flackernde Antworten nie weiter reichen als der nächste Klick zum nächsten sozialen Identitätsangebot für die digital und medial formierte Masse, in der die Ich-Identität immer mehr mit der sozialen Identität verschmilzt und die einzigartige persönliche Identität dahinter verschwindet.

Diese systemimmanenten medialen Botschaften dringen in den Geist und treffen dort aus spiritueller Sicht auf eine Manifestation eines Kollektiven Bewusstseins, dass sich je nach Verlauf des bisherigen Weges mal zu der einen mal zu der anderen dunklen spirituellen Entität zugehörig fühlt, die sich dort eingenistet haben und häufig in Einklang mit den medialen Botschaften vorgeben, das „Gute“ (Demokratie, Sicherheit etc.) vor dem „Bösen“ (Demokratiefeinde aller Art) zu verteidigen und die eigene Rolle dabei egozentrisch überhöhen helfen. Daher ist unter der dünnen Decke der Ratio auch das Handeln vieler Menschen so widersprüchlich geworden, die gegen weltweite Umweltschäden protestieren und die Armut von Kindern direkt vor ihrer Haustür nicht als zentraler Ausdruck eines dahinter liegenden zerstörerischen Egobewusstseins im neoliberalen Gewand nicht sehen. Das für dieses materielle Bewusstsein prototypische Ego der Superreichen kann sich daher auf viele schöne Geschichten stützen, für deren Tiefenwirkung viele hoch gebildete Menschen in den Medien, der Wissenschaft und Wirtschaft teuer bezahlt werden. Das installierte System belohnt das Mitlaufen und bekämpft das Ausscheren. Daher sind es immer wieder die wahrnehmbaren Kippunkte offenbar werdender Ungerechtigkeiten an den umkämpften Systemgrenzen alternativer Ideen, Gesellschaftsentwürfe, Medien und letztlich Wahrheitsvorstellungen, die uns zum Nachdenken und Reflektieren darüber bringen können, was hier gerade grundsätzlich falsch läuft und einen Weg aufzeigen, wie wir zumindest zum Teil aus dem System aussteigen oder es verändern können. Wenn es Systemgrenzen gibt, gibt es auch andere mögliche Welten jenseits dieser Grenzen. Innerlich sind es die mentalen Blockaden der tief im Unterbewusstsein verinnerlichten Narrative, die wir erst bewusst aufdecken müssen, um unsere Erkenntnisse mit anderen teilen zu können. Im Außen der Gesellschaft sind es die irgendwann nicht mehr tolerierbaren Überschreitungen der Grenzen der Gerechtigkeit, Wahrheit, Gleichheit oder anderer grundlegender menschlicher Werte, die uns einst aus anderen Systemen vermittelt wurden und bis heute erhalten geblieben sind.

Martin Luther King hat die rassistischen Kippunkte des nordamerikanischen kapitalistischen Systems hautnah erlebt und dabei den Blick für die gesellschaftlichen Zusammenhänge nie verloren. Wenn wir heute immer mehr Geld in die kämpfende Ukraine senden, verlängern wir das Leiden der dortigen

Menschen, kürzen unsere Handlungsspielräume für dringend benötigte Investitionen und Hilfen für die stark benachteiligten Menschen hier wie drüben und halten so den Dreiklang aus Rassismus, Armut und Militarismus weiter am Laufen. Wer wären denn die Sieger, wenn Russland in die Knie ginge und China sich samt allen anderen BRICS+-Staaten wieder dem Westen unterwürfe? Wir wären es sicher nicht, der Reichtum würde noch schneller nach oben verteilt und dem Volk der „freien Welt“ würde man mit billigen Geschichten über den guten siegreichen Westen eine allzu brüchige und damit krank machende kollektive Identität andichten, die im krassen Widerspruch zu den heruntergewirtschafteten Rahmenbedingungen stünde, die so gar nicht zum propagierten „Guten“ passen würden. King hat von der gelebten Gleichheit aller Menschen geträumt und auf dem Berg das Licht gesehen, das die göttliche Existenz einer Welt offenbar werden lässt, die sich dagegen an der Liebe ausrichtet, welche in den Herzen der Menschen lebt, die sich ganz sicher fühlen.

Das auch als spirituelle Selbstcoachingmethode funktionierende Lichtsegeln nimmt dieses autobiografische Material zum Anlass, an dieser Stelle die Reflexion in konkrete Praxis zu überführen. Dabei geht es einerseits darum, zu verstehen und tief zu schauen, wo unser eigenes Bewusstsein mit dunklen Anteilen getrübt ist und andererseits einen Weg zu finden, um wieder mehr Licht in unser bewusstes Denken, Fühlen und Handeln zu bringen. Die nachfolgende Übung kann als spirituelle Reflexionshilfe im Selbstcoaching genutzt werden, da der intuitive Zugang im Nachgang neue Einsichten eröffnet, die im Lichte des gereinigten Bewusstseins den Geist mit erfrischender Freude durchringen können.

5.3 Von King inspirierte Übung zur Reinigung des Bewusstseins in dunklen Zeiten

Wenn es gelingen soll, sich wie Martin Luther King es einst tat, dem Bösen in seinen dominierenden Ausprägungen unserer Tage entgegenzustellen, ist es wichtig, sich bewusst zu machen, worum es in der hier betrachteten Ausprägung der VUCARONA-Welt geht. Es ist der Tod der Liebe, der Verlust von (sicheren) zwischenmenschlichen Bindungen, den das Böse auch in dieser Zeit allen geopolitischen Ambitionen vorausgreifend energisch vorantreiben will. Über seine an die Materie gebundenen mächtigen Statthalter in den übergroßen Villen und Bunkern, Yachten und Konferenzpalästen entfacht es über uns alle eine traurige Mixtur aus elitärer Bewusstseinskontrolle über die in Bezug auf kritisches bewusstes Reflexionsvermögen trotz aller neuen Informationen zunehmend „ungebildete“ Masse in Verbindung mit der massenhaften Nutzung der neusten technischen Errungenschaften, wobei die transhumanisierte Mehrheit niemals in den Genuss der fortschrittlichsten Technologien kommen wird, die der superreichen Minderheit vorbehalten bleibt.

Die verblendeten Herzen der „Superreichen“ lassen sich bei überbordenden finanziellen Erfolge schnell davon überzeugen, eine wahrhaft auserwählte Gruppe zu sein, deren absolute Freiheit zu Lasten des Restes der minderwertigen schwachen Menschheit ein natürliches Grundrecht ist. Es wird von einer Schar dunkler Anwälte unter der Führung ihres teuflischen Messias tollkühn verteidigt, der sich als strafender alttestamentarischer Gott einer die zu schwache Menschheit hassenden Elite selbst beruft und dadurch wie Gott selbst sein will. Da der große Rest der Menschheit in diesem materiellen wie spirituellen Klassenkampf immer weiter zurückfällt ist somit die scheinbare Schwäche eines liebenden Gottes jeden Tag aufs Neue bewiesen und dem Sieger und seiner Meute gebührt nicht nur ein Teil der Beute, sondern eben einfach alles. Dies führt zur folgenden Leitfrage der weiteren Arbeit:

Wie äußert sich dieser tyrannische Anspruch in unserem Bewusstsein, das mit dem durch die herrschenden Kräfte verdunkelten Kollektiven Bewusstsein der Menschheit bzw. der deutschen Bevölkerung als nationaler Ausprägung mit unmittelbarer Wirkungskraft auf unser Denken, Fühlen und Handeln tief verbunden ist?

Die folgenden Übungen wollen diese Frage beantworten helfen. Der Beginn ist der lichtvolle Kontakt mit Mutter Erde, die als unsere leitende spirituelle Entität auf dieser Welt fungiert, was den indigenen Kulturen durch ihre Verehrung schon lange bekannt ist. Wir benötigen allerdings andere Zugänge, um uns dieses uralte Wissen wieder bewusst zu werden.

Die nun aufgeführte erste Übung der innere Arbeitsweise zur Arbeit mit dem eigenen Bewusstsein und dem Kollektiven Bewusstsein erfolgt auf Basis des meditativen Bildes eines verschmutzten Teiches unseres Bewusstseins, der im Wald der Kollektiven Seele Deutschlands und der Welt liegt und das sich dort in seinem aufgewühlten trüben Wasser nicht mehr der Einheit des Lebens im Lichte der Wahrheit gewahrt werden kann. Diese spirituelle Übung im Rahmen des „Lichtsegelns“ dient dazu, sich wieder auszurichten an dem Licht und dem tieferen Bewusstseinschichten, um mit den gesunden Bäumen unseres nach oben zum Licht ausgerichteten Wald des Kollektiven Bewusstseins eine nährnde innere Umgebung zu gestalten.

Den Tümpel mit Licht füllen – Aufbruch zum verbundenen Sein Teil I

Erinnere Dich daran, dass Du ein beweglicher lebendiger Teil des Großen und Ganzen bist.

Du ruhst als kleiner Teich in einem wunderschönen lichtdurchfluteten Wald voller anmutiger und sonderbarer Geschöpfe.

Deine Seele ist die Quelle dieses Teiches eines wahrhaft lebendigen Daseins, das sich seiner Natur ganz bewusst ist.

So erstrahlte Dein kleiner Teich einst in dem Licht der Seele, die ihre Existenz aus der Unendlichkeit in Deine Tage hier auf dieser Welt offenbart.

In unendlich langer Zeit hat sich jedoch in Deinem Teich so viel Schmutz und Gerümpel angesammelt, und ein kalter Wind bewegt das Wasser von oben immerzu, dass Du dir des klaren hellen und stillen Wassers nicht mehr bewusst bist, dass alles Sein in freudigem Glanz spiegelt, ohne davon berührt zu sein.

Du hörst nur nebenan die nächsten Tümpel mühsam im trüben Wasser ächzen und meinst, dies müsse so sein.

Doch erinnere dich, selbst im tiefsten Dunkel gibt es noch eine weitere Schicht, die im Verborgenen darunter liegt und dich weit über diesen trüben Tag hinaus führen kann.

Nimm nun im ersten Anlauf wie einst Deine Ahnen den Kontakt zum goldenen Herzen von Mutter Erde auf, das immer für dich schlägt und niemals mühe wird, alle ihre Kinder zu versorgen.

Lass in dem Tümpel einen kleinen goldenen Lichtfunken aufblitzen, sei es Dein Herz, sei es Deine Seele, halte dich nicht mit Begriffen auf, sondern spüre das Licht, das in Dir ist und dehne es aus soweit Du es kannst, wie klein und unscheinbar es auch sei.

Nun spüre, wie dieses Licht an dem Ort erscheint, an dem sich Dein Herzhakra befindet, in der Mitte der Brust auf Höhe der Wirbelsäule nahe an Deinem physischen Herzen.

Du kannst dieses gelb-goldene Licht mit jedem achtsamen Ausatmen noch etwas weiter ausdehnen, bis es gut ist.

Dann sende dieses Licht deines Herztümpels zu der Quelle des Lichts tief unter Dir. Stell Dir vor, wie es nach unten in einem nicht enden wollenden Lichtstrom fließt, der aus Deinem Herzen mit

unerschöpflicher Energie immer mehr Licht nachlegt, so dass Du den Strahl immer weiter nach unten senden kannst.

Nach einer Weile siehst Du unten am Ende der Dunkelheit ein kleines intensives goldenes Licht flackern, dass rasch größer und größer wird. Du erkennst das lebendige astrale Herz von Mutter Erde und voll Freude tauchst Du mit Deinem Lichtstrahl endlich darin ein.

Halte diese Verbindung in der Stille eine nährenden Weile aufrecht. Spüre, wie sie innerlich immer weiter besteht, doch wenn es soweit ist, danke Mutter Erde und ziehe Dein Licht mit dem Einatmen wieder nach oben zurück, bis es wieder ganz in Dein Herzen zurückkehrt.

Nimm nun wahr, wie sich der Tümpel und der Wald dort herum verändert haben. Ein klares helles Licht durchscheint das Wasser und Dein Lichtfunken in der Mitte tanzt freudig darin und nimmt Verbindung zu den freundlichen Wesen in der Nähe auf, deren Du gewahr werden kannst.

Nach dieser Übung sollte noch eine Weile in der Stille nachgespürt werden, bevor das Bild vom Tümpel des Außenbewusstseins, das tief in dem inneren Seelenwald liegt, aufgelöst werden, so dass wieder mit geöffneten Augen in diese Welt zurückgekehrt wird.

Der Wechsel von einem kleinen Tümpel hin zu einem großen Meer und der Berg an der Küste, der eine wundervolle Aussicht auf das unendliche Reich Gottes eröffnet, von dem Martin Luther King sprach, kann Teil des eigenen weiteren Übungsweges sein. Wichtig zu sehen ist, wie das „Böse“ sich immer in die lebendige Beziehung zu den lichtvollen Qualitäten in uns und andere einmischt und uns zu Fall bringen will, indem wir in der dunklen Sauce vegetieren, die unseren trüben Tümpel in einem vergifteten Kollektiven Bewusstsein schwimmen lässt. Dies lässt sich trotz der zahlreich aufgeführten Fakten zur VUCARONA-Welt nur sehr bedingt objektiv messen, jedoch subjektiv in einer spirituellen Übung wie der obigen intuitiv erfahren. Daher ist der hier aufgezeigte erfahrungsbasierte biografische Weg, Bindungen zu stärken, primär ein spiritueller und nur sekundär ein objektiv evidenzbasiertes Vorgehen. Die eigenen Erfahrungen, die dadurch möglich werden und über die reflektiert und sich natürlich mit anderen ausgetauscht werden kann, weisen den Weg in die Innenwelt, die sich einer äußeren wissenschaftlichen Überprüfung entzieht, da hier andere Gesetze gelten, die eine andere innere Wissenschaft erfordern, worauf Paramahansa Yogananda stets hingewiesen hat.

Martin Luther King als weiterer „biografischer Wegweiser“ ist auch ein bedeutendes Vorbild für eine freie und gerechte Gesellschaft ohne Rassenhass, in der Freiheit und Würde für alle Hand in Hand gehen. Er zeigt in seiner spirituellen Bedeutung darüber hinaus auch allen weißen Menschen den Weg, wie wir uns in authentischen Kontakt mit der Weisheit unseres Herzens bringen können, hinter dem sich das Göttliche verbirgt. So finden wir unseren Berg, Tümpel, See, Garten oder was auch immer unser inneres Bild ist, um dem Bösen in uns und der Welt im wahrhaften Glauben auf Basis unserer ureigensten Erfahrungen wirksam entgegenzutreten. Darüber wird eine tiefe Verbundenheit möglich, die erst die Gleichheit aller Menschen in einer Beziehungsgesellschaft wirklich offenbar werden lässt. Auch wenn der hier gewählte Tümpel schnell wieder getrübt werden kann, geht es um die tiefen transzendenten Quellen, an die wir uns in der materiellen Not wenden, um spirituell die gestörten vertikale Bindungen zu heilen und zu stärken, die wir für unsere gemeinsame Entwicklung so dringend benötigen. Wir müssen dazu erst einmal in uns selbst die Voraussetzungen schaffen, damit wir selbst die lichtvollen Qualitäten wachsen lassen, die für ein gesundes Beziehungs- und Bindungsleben notwendig sind. Somit ist der äußere Streit in unserem Leben auch ein Indiz dafür, wo diese Qualitäten bei mir und anderen fehlen, so dass ich mich auch bewusst dafür entscheiden kann, wann und wo ich dort hineingehe und wo ich dies gerade nicht tun sollte.

Dieser Schritt führt zur Frage nach der inneren Wahrheit, die ich für mich erkannt habe und im äußeren Leben authentisch leben will. Die Suche nach einer Antwort brachte mich in der Coronazeit zu einem Menschen, dessen Wirken die von der Bevölkerung getragene friedliche Revolution eines sozialistischen Landes hin zu demokratischen Verhältnissen anführte und dafür viele Jahre der Entbehrung, Zweifel und Missachtung billigend in Kauf nahm, um seine Vision eines Lebens in Wahrheit für sich und dem Kollektiven Bewusstsein seines mit ihm verbundenen Landes Wirklichkeit werden zu lassen. So bringt die autobiografische Suche nach Wahrheit in kleinen Schritten neue Impulse, die wiederum ins eigene Leben umgesetzt werden können, da jede/r für sich immer wieder neue „biografische Wegweiser“ finden kann, von dessen Weisheit wir lernen, um innerlich zu wachsen.

5.4 Václav Havel (1936-2011) – gewaltloser Widerstand gegen den Totalitarismus

Der in Prag in großbürgerlichen Verhältnissen geborene autodidaktische Dichter und Dramaturg, der das kommunistische tschechoslowakische Regime bereits im Prager Frühling kritisierte und dafür mit Aufführungs- und Publikationsverboten sowie mehrjährigen gesundheitszehrenden Haftstrafen als Bürgerrechtler sanktioniert wurde, trat nach den revolutionären und gewaltfreien Umstürzen im Jahr 1989 (Samtene Revolution) am 29. Dezember 1989 das Amt des Staatspräsidenten der Tschechoslowakei an. Er führte das Land zu freien Wahlen und wirkte nach der Trennung von Tschechien und der Slowakei von 1993 bis 2003 als Präsident der Tschechischen Republik für die deutsch-tschechische Versöhnung und ein integriertes Europa.⁹⁸

Beeindruckt hat mich seine Beschreibung seiner Heimat in seinem 1979 erschienen Essay „Versuch, in der Wahrheit zu leben“, das ich mir 2023 zum Ende der Coronaaufgaben beschaffte. Selbst kurz vor dem Auslaufen der öffentlichen Maskenpflicht zum 07. April 2023 hielten noch so viele meiner Mitmenschen strikt an das Tragen einer FFP-2-Maske in den Zügen fest, obwohl hier oft genügend geforderter Mindestabstand war und die Absurdität dieser von den maskierten Schaffnern häufig mit grimmiger Entschlossenheit bis zum bitteren Ende durchgesetzten Regelungen Ende März immer offensichtlicher wurde. Daher war ich weiter auf der Suche nach Erklärungen und fand eine sehr fundierte in Havels biografischen Reflexionen. Die frappierende Ähnlichkeit seiner Alltagsbeschreibung vom einstigen „Ostblock“ mit seiner zensurierend-manipulierenden ideologisierten Diktatur der politischen Bürokratie mit dem heutigen Deutschland im „New Normal“ der Coronazeit, ließ es mich gebannt in kurzer Zeit lesen.⁹⁹

Im Gegensatz zu klassischen Diktaturen wählt Havel für das von der UdSSR im gesamten Ostblock übernommene System der ideologiegetriebenen allgegenwärtigen kollektiven bürokratischen „Macht des Volkes“, welche zu einer unheimlichen Entfremdung der Menschen von sich selbst führt und jegliche Belange eines für das nach eigener Entwicklung und Ausdrucksfähigkeit strebende Individuum zunehmend sinnentleerten Lebens regeln will, den Begriff des „posttotalitären Systems“. Der unlebendige Mensch ist in diesem monolithischen, uniformen System sowohl entfremdetes Opfer als auch dienender Unterstützer. Die Manipulierung der Wahrheit durch sprachliche Umdeutungen und eine hochgradigen staatliche Kontrolle der Menschen führt durch die fortwährenden Lügen und Heucheleien und ihrer individuellen Akzeptanz zu einem systemkonformen „Leben in Lüge“, indem die Spielregeln zur ideologischen Interpretation der ritualisiert inszenierten Pseudo-Wirklichkeit verinnerlicht werden. Die innere Bereitschaft zur Lüge und die äußere Ideologie zur Sicherung des sozialen Machtzusammenhalts sind zwei Seiten der (post-)totalitären Medaille, in der manipulierte Anpassung und erzwungener Gehorsam zur Aufgabe der persönlichen Identität zu Gunsten der kollektiven „Identität des Systems“

führt- Letztlich überwacht dadurch jeder den anderen, um die Macht des autokratischen Systems zu erhalten, das zunehmend zum sinnlosen Selbstzweck wird. Die modernen Menschen ertragen dieses Systems der profanen Versachlichung und Zweckdienlichkeit des Lebens durch die materielle Sicherheit des Konsums, welcher die schlummernde Bereitschaft unterstützt, sich in einer anonymen Masse aufzulösen und mitzulaufen. Die Rebellion gegen das System beginnt dann, wenn einzelne Menschen die Kraft finden, in der Öffentlichkeit das zu sagen, was sie entgegen dem offiziellen Duktus wirklich denken und sich untereinander solidarisieren, um die eigene unterdrückte Würde und Identität für sich und alle anderen wiederzufinden. Dieser Versuch eines „Lebens in Wahrheit“ wird vom verkörperten System in Form der Vorgesetzten, Kollegen etc. sofort z.B. durch Degradierungen auf der Arbeit und dem drohenden Verlust von Ausbildungsmöglichkeiten für die Kinder unterdrückt werden. Die tödliche Bedrohung für das System durch ein Leben in Wahrheit besteht darin, dass die Nichteinhaltung der Spielregeln das ideologische Spiel als solches gleich mit abschafft, da es im Moment der Nichtbeachtung als Welt des Scheins entlarvt wird, das nicht die behauptete Wirklichkeit ist, sondern eben auch nur ein Spiel, das die Wahrheit dahinter verdunkelt hat und dieses Leben in Lüge nun für alle anderen ans Licht gezerrt wird. Da das Leben in Lüge zur konstitutiven Stütze des gesamten Systems wird, muss es den Schein undurchdringlich für die Wirklichkeit universal wahren. Sobald es jemanden gelingt, hinter die Kulissen zu schauen und dies auch nur durch passiven oder gar aktiven Widerstand sichtbar weiterträgt, wird der Schein mit der Wirklichkeit konfrontiert, so dass selbst kleinste Taten des Widerstandes in der öffentlichen Wahrnehmung über sich hinausgehen, da sie das System in Gänze bedrohen. Daher wird das „Leben in Wahrheit“ mit seinen vielfältigen kreativen Ausdrucksformen auch unverzüglich härter verfolgt als alles andere.¹⁰⁰

Die erbarmungslosen massenmedialen Debatten um die besten Methoden zur Ausgrenzung von Impfkritikern und vor allem den „Ungeimpften“ in der Coronazeit stellt einen vergleichbaren Versuch dar, ein aufziehendes totalitäres System zu stabilisieren und das „Leben in Lüge“ durch die Belohnung von sozialen Teilhabemöglichkeiten etwa den nur per Impfung möglichen Besuch von Restaurants, Kultureinrichtungen bis hin zum täglichen Spießrutenlaufen an den Teststationen vorm Arbeitsbeginn attraktiv zu machen. Die totalitäre Bindung an diese schrittweise Einführung eines postdemokratischen oder posttotalitären Systems wird dann besonders deutlich, wenn die Vereinzelung des modernen entfremdeten Menschen für die Krisenzeit in das neue „Wir“ überführt wird. „Wir bleiben zu Hause.“, das war einst der Kampfbegriff einer massenformierten Bevölkerung zumeist aus den mittleren und gehobenen Schichten, die sich dies auch über längere Zeit räumlich-materiell und damit auch psychisch leisten konnten.

Die mittlerweile zumindest für den kleineren Teil der „ungeimpften“ Bevölkerung, der sich dem „Leben in Wahrheit“ über alternative Medien annähert, klar als propagandistisch ausgeschlachtete Lügen entlarvten Behauptungen des Systems beziehen sich neben den oben beschriebenen fehlenden Evidenzen für Lockdowns und Maskenpflichten und der fehlenden öffentlichen Debatte über die aktuelle Übersterblichkeit (vgl. Punkt 1.2) auch auf die Risiken und Unzulänglichkeiten der Covid-19-Impfstoffe. Sie sind von der Europäischen Arzneimittelbehörde EMA entgegen allen politischen, medialen und von „wissenschaftlichen Experten“ vorgetragenen Beteuerungen einer angeblichen „Pandemie der Ungeimpften“ nie zugelassen worden, um eine Übertragung auf andere Personen zu verhindern.¹⁰¹

So erweisen sich die auf das Kollektiv bezogenen Hauptnarrative der Coronapolitik selbst bei einem temporär gegebenen individuellen Schutz der Impfung gegen schwere Verläufe nach und nach als Lügen und die massive Beschneidung der Grundrechte für die Bevölkerung u.a. durch Lockdowns sowie die mediale Hetze gegen „Ungeimpfte“ erscheinen als Maßnahmen aus dem Instrumentenkasten einer totalitaristischen Regierung. Was hätte Havel zu dieser Zeit gesagt, wenn er noch gelebt und dieses „Leben in Lüge“ mit angesehen hätte?

Mit den unzähligen „Wir schützen andere“-Slogans wurden in diesem Sinne Massenimpfungen auch von Kindern und Jugendlichen breit akzeptiert und die dadurch als unsozial beschimpften Impfkritiker/innen angesichts steigender Infektionszahlen moralisch als „asozial“ oder „tyrannische Minderheit“¹⁰² stigmatisiert, was zur großflächigen Spaltung und gravierenden Diskriminierung im täglichen sozialen Leben auch Deutschlands geführt hat. Unzählige emotional aufgeladene und dabei doch angeblich so „faktenbasierte“ Episoden zwischen Wut, Empörung und Angst sind nicht nur im individuellen Gedächtnis der Menschen geblieben, sondern haben auch das kollektive Bewusstsein mit diesen Lügengeschichten des Schutzes der Liebsten mit einem kleinen „Piecks“ vergiftet. Auch wenn wir noch lange nicht in einem totalitären System leben, ist daran zu erkennen, wie dem dafür lebensnotwendigen „Leben in Lüge“ von den Eliten mehr und mehr Raum gegeben wird.

Die scheinbar hysterischen Reaktionen unserer politischen Führer auf die Konfrontation mit der Wirklichkeit gehören ebenfalls dazu. Bei Kanzler Olaf Scholz gipfeln sie darin, die ihn für die fortwährenden Waffenlieferungen an die Ukraine kritisierenden Friedensaktivisten auf einer Wahlkampfveranstaltung im August 2023 öffentlich als „gefallene Engel aus der Hölle“ zu beschimpfen¹⁰³. Dies zeigt einerseits die wachsende Verzweiflung angesichts des derzeitigen Systemversagens, das sich eben in vielen Köpfen nicht manifestiert hat. Andererseits ist dabei sehr beunruhigend zu beobachten, wie hier der legitim ausgedrückte Friedenswille eines sicher nicht kleinen Teils der deutschen Bevölkerung von einem Bundeskanzler mit aller Gewalt aus den Köpfen der massenmedial bespielten Mehrheit geprügelt werden soll, die dies als „klare Kante“ dargestellt bekommen. Diese Tabubrüche sind daher nicht allein als emotionaler Ausbruch zu werten, sondern als Experiment aus dem Instrumentenkasten der kognitiven Kriegsführung zu werten, die uns gerade wohl auf einen zukünftig bevorstehenden Militäreinsatz gegen Russland vorbereiten will.

Václav Havel schreibt in seinem visionären Essay aus den 1970ern weiter, dass die unauthentische, entfremdete Struktur des „Lebens in Lüge“ an der Oberfläche wirkt, während darunter das menschliche Streben nach Wahrheit und Authentizität schlummert, das als „Leben in Wahrheit“ in das posttotalitäre System eingebettet und immer wieder von dessen Pseudowahrheiten übertüncht zu werden droht. Damit besteht für das Individuum in einer solchen Gesellschaft immer ein tief im Bewusstsein verflochtenes Spannungsfeld zwischen Anpassung und Opposition. Letztere kann sich aus einer subversiv-verborgenen Sphäre oft zunächst diffus-unverbundener sozialer Strömungen, die jede für sich nach Wahrheit und authentischer Selbstverantwortung strebt, erheben und in vielfältigen Formen von einem Leserbrief, einem öffentlichen Auftritt auf einen Kongress über Arbeiterstreiks, Studierendendemonstration, einem Rockkonzert, ein frei geschriebenes Gedicht bis hin zum Hungerstreik ausdrücken, um ein Leben in Würde führen zu können. Mit Opposition ist zunächst keine kollektive politische Kraft zur legalen oder illegalen Durchsetzung eines alternativen politischen Programms im westlichen Sinne gemeint, sondern jeder individuelle Versuch eines „Lebens in Wahrheit“, der sich dem dadurch insgesamt bedrohten System mit seinem universalen „Leben in Lüge“ widersetzt, auch wenn dies häufig im Kleinen und Verborgenen geschieht und keine äußere Wirkung entfaltet, sondern der inneren Würde Raum verschafft. Überschreitet der isolierte zumeist spontane Versuch, das „Leben in Lüge“ im eigenen Alltag zu verneinen die Schwelle von der individuellen Rebellion hin zu einer zielbewussten Tätigkeit, um sich schöpferisch auch im Außen zu artikulieren, indem etwa Wissenschaftler private Diskussionen ihrer unabhängigen Forschung organisieren, bildet dies die Keimzelle eines unabhängigen geistigen, sozialen und politischen Lebens. Organisieren sich diese „keimenden“ Individuen mit ihrem nonkonformistischen Denken und kritischen Ansichten zu einem systematischen Ausdruck des kritischen politischen Denkens in der Öffentlichkeit, ist diese solidarische Form der kollektiven Opposition mit dem bürgerrechtlichen „Dissidententum“ gleichzusetzen, welches das unabhängige Leben in der Gesellschaft als äußerlich artikulierter Ausdruck des freien Lebens in Wahrheit kollektiv gestalten und gewaltfrei unterstützen will. Dazu gehört die

Entwicklung selbstorganisierter „Parallelstrukturen“, in denen geschützte kollektive experimentelle Räume entstehen und die sich z.B. in Bürgerinitiativen, Verlagen, Zeitschriften, Künstlergruppen, selbstständige Arbeiter- und Jugendorganisation oder parallele Forschungszentren manifestieren, um ein unabhängiges Denken, künstlerisches Schaffen und politisches Leben zu ermöglichen. Sie dienen immer dem solidarisch-visionären Ziel des Wandels der posttotalitären Machtstruktur der gesamten Gesellschaft und sind nicht nur als exklusiver Ausweg zu verstehen, was auch nicht funktionieren kann, da die Mitglieder einer unabhängigen „Parallel-Polis“ in ihrem Alltag weiterhin in das soziale, politische und wirtschaftliche Leben des herrschenden Systems eingebettet sind. Dabei geht es nicht um abstrakte Systemveränderungen vom Standpunkt einer hypothetischen Zukunft, sondern um die konkrete Aufgabe der alltäglichen Verbesserung der Lebensbedingungen im „hier und jetzt“, so dass der Anspruch an ein Leben in Wahrheit auch zum nie endenden Kampf gegenüber den Gefahren des verwässernden politischen Taktierens, Spekulierens oder Phantasierens wird. Genauso wenig kann eine nur partielle noch so revolutionäre technologische, soziale oder politische Veränderung den Ausweg aus der systembedingten Gesellschaftskrise weisen, sondern es muss die Perspektive einer umfassenden „existenziellen Revolution“ verfolgt werden, die alle Bereiche erfasst und dabei stets in der Tiefe die lebendige Gesamtheit der menschlichen Existenz im Blick hat, in der Freiheit und Verantwortung Hand in Hand gehen müssen. Um eine wirklich eigene Identität in neu gefundenen Beziehungen zu den Mitmenschen zu finden, müssen sich neue offene, dynamische und kleine selbstorganisierte Sozialstrukturen in einem gesamten sozialen Netzwerk entwickeln, die sich nicht primär an den anonymen technischen Aspekten der Machtausübung orientieren, sondern Bindungen und Vertrauen in überschaubaren und damit sinnstiftenden Zusammenhängen ermöglichen. Solche Organisationsformen können als sinnstiftende Gemeinschaften auch ad hoc entstehen und projektbezogen gemeinsame Ziele verwirklichen, um sich danach wieder auflösen.¹⁰⁴

Diese basisdemokratische Vision Havels von 1979 hat eine große Ähnlichkeit mit dem positiven Transformationszenario der Technikphilosophie einer zukünftig digitale vernetzten, in Gemeinschaften organisierten und über KI verbundenen Gesellschaft aus dem Jahr 2023 (vgl. Punkt 1.4). Die grundlegende Bedeutung der gemeinschaftlichen Rahmenbedingungen, die sichere Bindungen und eine gesunde Identitätsentwicklung ermöglichen, stellen den Sinn und die authentische Würde des vernetzten Einzelnen, der sich als verbundener Teil seine Gemeinschaft erlebt, vor die technokratischen Bedarfe eines anonymen Systems. Das neoliberale kapitalistische System, in dem wir leben, hat es nach Jahrzehnten zunehmender Ökonomisierung und Entsolidarisierung des zunehmend ungleichen sozialen Lebens auch in Deutschland geschafft, dass sich entfremdete bürgerliche „Systemagenten“ im Sinne der herrschenden Eliten einem „Leben in Lüge“ zugewandt haben.

Das „Leben in Wahrheit“ wurde in der Coronazeit zu einem mühsamen wie bewussten Akt der Rebellion und hat neben Parallelstrukturen eben auch „Parallelbeziehungen“ entstehen lassen, in denen in geschützten Räume nach dem Bruch von familiären oder freundschaftlichen Beziehungen ein unabhängiges Denken und Handeln in einem erzwungenen verkleinerten Maßstab wieder möglich wurde. Die Ähnlichkeit der Vision des vernetzten Gemeinwesens aus dem Jahre 1979 und 2023 macht nicht nur den gesunden Kern der sinnstiftenden verbundenen Selbstorganisation innerhalb demokratischer Strukturen deutlich, in der eine kleine Minderheit nicht mehr die Mehrheit manipulativ ausbeutet, sondern weist auch darauf hin, dass genau diese Vision dem herrschenden neoliberalen System mit seinen zunehmend totalitären Auswüchsen ein schmerzender Dorn im Auge ist. Daher wird es mit allen Mitteln versuchen, die eigene Macht auf Kosten der Mehrheit auch im digitalen Zeitalter auszubauen und die verarmte Masse weiter über ideologische Manipulationen als Spielball für die eigenen Interessen zu nutzen.

Dass dieser ungleiche Kampf noch nicht entschieden ist, verdanken wir einer wachsenden Schar von Menschen, die sich nicht abschrecken lassen von den inneren und äußere Last, die mit der

authentischen Suche nach Wahrheit verbunden ist. Auch wenn dafür aus atheistischer Sicht weder Gott noch ein transzendenter Geist nötig ist, hat die spirituelle Suche nach Wahrheit seit Menschengedenken dazu geführt, dass die Fragen nach dem Sinn nicht Halt gemacht hat vor dieser Welt oder herrschenden Eliten mit ihren systemkonformen Gesellschaftsentwürfen. Diese Suche nährt sich am Beginn des Erfahrungsweges von dem Glauben, dass wir als Menschen tief verbunden sind in einem Sein, das uns erst zu Menschen macht, die sich in der Beziehung der tieferen Wahrheit nähern.

Václav Havel formuliert das im Rahmen einer Rede zur deutsch-tschechischen Versöhnung im Jahre 1997 in Prag so:

*„Freiheit im tiefsten Sinne des Wortes bedeutet jedoch mehr,
als ohne Rückhalt zu sagen, was ich denke. Freiheit bedeutet auch,
daß ich den anderen sehe, mich in seine Lage hineinzusetzen,
in seine Erfahrungen hineinzufühlen und in seine Seele hineinzuschauen
vermag und imstande bin, durch einfühlsames Begreifen
von alledem meine Freiheit auszuweiten.*

*Denn was ist das gegenseitige Verständnis anderes als die Ausweitung
der Freiheit und die Vertiefung der Wahrheit?“¹⁰⁵*

Seine 1989 von einem Hotel auf dem Prager Wenzelsplatz an zehntausende Demonstrierenden gerichteten Worte "Die Wahrheit und die Liebe siegen über Lüge und Hass!" bleiben ebenso im kollektiven Gedächtnis der Menschheit wie sein politisches Streben nach Versöhnung zwischen einstigen Gegnern im Zweiten Weltkrieg sowie danach im ehemaligen Ostblock. Dafür steht auch sein Einsatz für die Rechte der Tibeter an der Seite des Dalai Lama, der zu seinem persönlichen Freund wurde und der ihn noch wenige Tage vor seinem Tod in seinem bescheidenen Landhaus im böhmischen Ort Hrádeček besuchte.¹⁰⁶

Sein Leben ist ein Zeugnis dafür, trotz aller Repressalien und Schikanen auch mit den für die herrschenden Strukturen verantwortlichen Menschen im Gespräch zu bleiben, um auf Veränderungen hinzuwirken. Am Ende verhelfen sie den grundlegenden menschlichen Werten und Qualitäten zum Durchbruch, die sich nach seiner tiefen Überzeugung eben nicht auf Dauer niederwerfen lassen. Als Künstler ging es ihm schon früh um die Entfremdung des Menschen in den herrschenden gesellschaftlichen Strukturen. Die für eine gesunde Identitätsentwicklung unverzichtbare Wahrung der Authentizität, die er mit dem Leben in Wahrheit zum Erhalt der eigenen wie kollektiven Selbstwürde angestrebt hat, hat das Kollektive Bewusstsein seiner Landsleute erreicht, so dass sich diese Funken dort zu einer freiheitlichen Bewegung auswachsen konnten, die einen Regierungswechsel eingeleitet hat.

Die folgende Übung setzt den oben beschriebenen Reinigungsprozess des erhellten Teiches fort und ermöglicht die Erfahrung der kollektiven Bewusstseinsmomente einer Nation, woraus eine aktive Auseinandersetzung mit den aktuellen Strömungen im deutschen Bewusstsein erfolgen kann, das derzeit -wieder einmal- immer tiefer ins Dunkel des Totalitarismus abzugleiten droht.

5.5 Von Havel inspirierte Übung zur Verbindung mit dem Kollektiven Bewusstsein

Diese Übung setzt die Metapher des Bewusstseins als kleiner Teich bzw. getrübter Tümpel im großen Wald der beseelten Innenwelt fort und gibt den Blick frei auf das Kollektive Bewusstsein, das unser Bewusstsein immer umhüllt und auch zum Teil durchdringt, so dass wir nie ganz frei davon sein können. Eine solche angeleitete innere Reise zu den unterschiedlichen hellen und dunklen Kräften zielt nicht primär auf die ebenfalls erfahrbaren unterschiedlichsten Graubereiche, in denen sich beide Aspekte vermischen und vielfältige innere Zustände erzeugen können, die der Gegenstand einer weiterführenden Adaption dieser Übung sein könnten. Hier geht es einerseits um eine generelle „bipolare“ kontemplative Auseinandersetzung mit den Kräften, die an mir zerren und denen ich bewusst entgegentreten will. Andererseits geht es darum, dass ich nicht isoliert handeln kann, da sich Bewusstsein nicht teilen lässt und viele andere Menschen ebenfalls um ein Leben in Wahrheit ringen und gerade dadurch eine Veränderung im Kollektiven Bewusstsein erzeugen können. Diese spirituelle Übung lädt als angeleitete Gruppenerfahrung im Kreis von Interessierten an einem solchen „spirituellen Teamcoaching“ dazu ein, im Anschluss über die Botschaften in den Austausch zu gehen, um sich gemeinsam klar zu werden, wie die einzelnen gehörten Stimmen zusammenpassen und welche Konsequenzen politischen Handelns zur aktiven Gestaltung der Gesellschaft sich daraus ergeben.

Den Teich mit dem Kollektiven Bewusstsein verbinden – Aufbruch zum verbundenen Sein Teil II

Schließe die Augen. Du bist wieder in dem inneren Wald Deiner Seele angekommen. Dein Bewusstsein ist der gereinigte Tümpel, der nun ein heller klarer Teich voll Licht geworden ist, in dem Du Qualitäten wie Frieden, Freude, Mut, Klarheit, Kraft und Licht wahrnehmen kannst. Falls Du das gerade nicht genug spürst, wiederhole die erste Übung noch einmal und steige so in diesen inneren Prozess der bewussten Arbeit an Deinem Bewusstsein ein.

Wenn Du soweit bist, stelle Dir vor, dass Du in der Nähe einen Ruf hörst, der Dein Bewusstsein anzieht. Du lässt das hell erleuchtete Wasser Deines Teiches über die Ufer treten und es strömt zielgerichtet durch den Wald zu einem großen See in der Nähe. An seinen Ufern kannst Du viele helle und dunkle Bewusstseinsströme erkennen, die dort hineinfließen und sich hier zu einem Kollektiven Bewusstsein vereinen. Auch Dein Strom strömt hinein und Du nimmst wahr, dass hier insgesamt die Dunkelheit überwiegt, die durch ein schlangenartiges Wesen verkörpert wird, das sich durch den See bewegt und durch Dein Licht angezogen wird.

Wenn es vor Dir erscheint, frage es, was es hier mit den Menschen vorhat, die seiner dunklen Kraft ausgesetzt sind. Es muss Dir kraft Deines Lichtes zumindest einmal Rede und Antwort stehen, also bestehe auf einer Antwort, falls es ausweichen oder dich ablenken will.

Danach ziehe Dich an den Rand des Sees zurück. Hier kannst Du über dem Wasser ein helles leuchtendes Wesen wahrnehmen, das für das Licht in der Welt steht. Frage es ebenfalls, was seine Botschaft für Dich und die Menschen hier ist.

Danach ziehe Deinen Bewusstseinsstrom aus dem See zurück in Deinen Teich und bade hier noch eine Zeit im Licht aus dem Kosmos und von Mutter Erde. Dann visualisiere Deinen Körper am Rand des Teiches und lass alles Licht dort hineinfließen, so dass sich Dein gereinigtes Bewusstsein wieder ganz mit Deinem Körper vereint. Dann verweile noch eine Weile in der Stille und öffne die Augen.

Diese Übung kann bereits allein viele wertvolle Informationen bringen, in einer Gruppe kann sie als Auftakt eines intensiven Dialogs dienen, der achtsam geführt weiter eine sehr bewusste Atmosphäre halten sollte. Die Verbindung von innerer Reise und äußerem Austausch kann auch mit Liedern und Tänzen unterstützt werden. Die Erfahrung sollte noch weiterwirken und auch das Zusammenbringen der verschiedenen Sichtweisen sollte ein gemeinsamer integrierender Prozess sein. Auf diese Art wird eine Arbeit mit dem Kollektiven Bewusstsein möglich, dessen Wirkungsweisen und Absichten über die beiden hellen und dunklen Stellvertreter unserem Bewusstsein personalisiert zugänglich werden, so dass diese lebendigen Erfahrungen ihrer Botschaften im Anschluss reflektiert betrachtet werden können, um daraus konkrete gemeinsame Handlungen abzuleiten.

Die Arbeit mit dem Kollektiven Bewusstsein ist ein spiritueller Prozess, der über die zumeist auf die individuelle Wahrheitssuche bezogene spirituelle Praxis im Westen oft noch nicht genügend beachtet wird. Allerdings gibt es auch auf anderen großen spirituellen Pfaden wie dem Buddhismus neue Herausforderungen bei der Berücksichtigung kollektiver Bewusstseinsveränderungen.

Im zeitgenössischen Buddhismus hat die drohende ökologische Zerstörung unseres Planeten zu einer breiten Diskussion über die kollektive Transformation des Bewusstseins geführt, wo die klassischen Ansätze sich auf die persönliche Überwindung des Leides durch die eigene Erleuchtung konzentrieren, was zu einer Gleichgültigkeit gegenüber dieser illusionären Welt führen kann, aus der sich persönlich befreit werden muss, um den Kreislauf der Wiedergeburten zu durchbrechen. Die Berücksichtigung von sozialer und ökologischer Gerechtigkeit in der eigenen spirituellen Praxis bereits in dieser Welt hat unter dem Begriff des „**Ökodharma**“ zu einer Verbindung von buddhistischen Lehren mit einem ökologischen Aktivismus geführt. Als Teil des sozial engagierten Buddhismus will er auch der zunehmend ethisch losgelösten Achtsamkeitsbewegung wieder ein sozialkritisches Bewusstsein einhauchen, um die persönliche Transformation mit dem kollektiven Erwachen in einer gerechten Welt zu verbinden. Das soziale Engagement mit einem spirituellen Pfad zu verbinden integriert die kulturelle Evolution der Menschheit mit ihrer spirituellen Transformation eines erwachten Bewusstseinszustandes. Auf individueller Ebene trägt dies dazu bei, die ermüdenden Frustrationen des politischen Aktivismus mit einer achtsamen Geistesruhe zu vereinen, welche innere Gelassenheit erlaubt, ohne sich gleichgültig von der leidenden Welt zurückzuziehen. Dieser „**spirituelle Aktivismus**“ bleibt zielgerichtet und schützt vor Burnout, während er das eigene Mitgefühl auf die Überwindung der Vorstellung eines getrennten Selbst richten lässt. Er schöpft seine erneuernde Kraft auch immer wieder durch die tiefe natürliche Verbindung mit der Erde, die wir vergessen haben und die uns als verbundene Wesen tief im Herzen heilen kann.¹⁰⁷

Das Licht von Mutter Erde begleitet uns auch durch beide Teile der hier beschriebenen Übung. Für die Arbeit am Kollektiven Bewusstsein individualistischer westlicher Nationen braucht es andere Ansätze als in östlichen Ländern und Kulturkreisen, die durch kollektivistische Traditionen und Werte geprägt sind. Im nächsten Punkt wird daher ein weiterführender Weg aufgezeigt, wie das Kollektive Bewusstsein für die Menschen im Westen erfahrbar wird. Es unterliegt derzeit einen fundamentalen Transformationsprozess, dessen Ergebnis den Verlauf des 21. Jahrhunderts wesentlich mitbestimmen wird. Damit wird der Bereich der reflektierenden Biografiearbeit und daraus entwickelten spirituellen Übungsarbeit mit den beiden von mir entdeckten „Fundstücken“ des Werkes von Martin Luther King und Václav Havel verlassen. Im Folgenden erfolgt die Berücksichtigung spiritueller Lehren, die durch verwirklichte Yogis in diese Welt gebracht wurden und einen viel größeren Blick auf die Geschichte und Zukunft der Menschheit werfen, als es eine unmittelbare (spirituelle) Biografiearbeit könnte.

6. Lichtsegeln als Arbeit mit dem Kollektiven Bewusstsein zur Entwicklung einer verbindenden Spiritualität

6.1 Geschichte der Menschheit als zyklischer Prozess der Bewusstseinsentwicklung

Das kollektive Leben der unterschiedlichen Nationen ist in seinen äußeren Bedingungen vom Verstand gut analysiert worden. Im Wandel der Zeiten lassen sich immer neue äußere kollektive Ziele bestimmen, welche die Entwicklung einer Gesellschaft gestalten lassen. Der wahre tiefere Sinn dieser ständigen Veränderungen des menschlichen Lebens und ihrer Erscheinungen wie Demokratie, Staat, Arbeit oder Nationalismus lässt sich für Sri Aurobindo über die rein äußere Erforschung der Gesellschaftssysteme aus spiritueller Sicht allerdings nicht erfassen. Die gemeinsame innere Grundlage des tief verbundenen menschlichen Denkens lässt im Bewusstsein der Menschen in unterschiedlichen Epochen ein Ideal aufkommen, das sich in unserer Zeit als Ideal einer geeinten Menschheit mehr und mehr im Vordergrund unseres Bewusstseins manifestiert. Neben den wissenschaftlichen und intellektuellen Erkenntnissen sowie den dafür geeigneten materiellen Umständen eines Zeitalters muss das Mental und vor allem das Herz der Menschen wirklich auf eine solche Einheit vorbereitet sein, so dass die innere Umwandlung des Bewusstseins mit einer äußeren sozialen, wirtschaftlichen und politischen Umgestaltung der Welt in Einklang gebracht werden kann. Die bisherige Geschichte zeigt allerdings, dass ein reiches und blühendes kollektives menschliches Leben nur weit unterhalb einer solchen schwierig zu bewältigenden riesigen Gesamteinheit der Menschheit in kleineren Räumen und einfacheren Organisationen gedeihen kann. Diese werden von unabhängigen Zentren bevölkert, die zwar aufeinander einwirken, aber nicht zusammenschmelzen. Das kollektive Leben scheint daher an Intensität und schöpferischer Kraft zu verlieren, wenn es in riesige Staatsgebilde oder Weltreiche aufgeht, was sich auch etwa an dem intensiven Wirken der vielen Nationen Europas im Vergleich zum Römischen Reich gezeigt hat. Derzeit ist die Nation die größte natürliche Einheit, die durch die Menschheit geschaffen wurde, um ein stabiles kollektives Leben zu ermöglichen, so dass die Frage nach wirksamen größeren supranationalen Verbänden bis hin zu einer Welt-Union als Föderation freier Nationen für eine friedliche Zukunft relevant wird, in der nicht eine starke Nation in ihrem Machtstreben die anderen beherrschen will, wofür die Geschichte viele Beispiele aufzeigt.¹⁰⁸

Die europäischen Nationen konnten als ein starker Verbund auf Basis geteilter Vorstellungen im Gefolge der Aufklärung über die Dominanz der individuellen Rationalität ab dem Jahr 1500 weite Teile der Welt erobern und dort ihr kulturelles Herrschaftssystem aus westlichem (Menschen-)Recht, westlicher Wissenschaft, repräsentativen Regierungsformen und christliche Religionen etablieren. Die Reformation im Gefolge Martin Luthers führte zu einer sich im 16. Jahrhundert in Europa weit verbreitenden Alphabetisierung, die als ein zentraler Treiber dieser Dominanz zu sehen ist. Die Protestanten bestanden darauf, dass alle Gläubigen die Heilige Schrift selbst lesen können sollten, um eine persönliche Beziehung zu Gott und Jesus zu entwickeln. Dies wird als wichtige vorbereitende kognitive Basis sowohl für den frühen Sieges- und Beutezug des Westens als auch für die späteren Innovationen der einsetzenden Industrialisierung ab dem 18. Jahrhundert gesehen. Über das Lesen wurde neben der Förderung des analytischen Denkens und des Gedächtnisses auch die Schulbildung und Buchproduktion vorangetrieben. Diese psychologischen und neurologischen Veränderungen gingen einher mit den protestantischen Tugenden wie Fleiß und Arbeit sowie kirchlichen Reformen, die strafbewehrte Inzestverbote und Tabuisierung des Geschlechtsverkehrs, Heiratsnormen mit dem Verbot arrangierter Ehen sowie der Förderung individuellen Besitzes und dessen Vererbung über ein Testament einführten. Nach und nach wurden so in Europa die vorchristlichen Clans, heidnischen Stammesstrukturen und großen Familiennetzwerke auf Basis von territorialen Verwandtschaftsbe-

ziehungen in Europa zu Gunsten einer monogamen (Klein-)Familie aufgelöst. Im Hoch- und Spätmittelalter wurden die Vorstellungen von Zeit, Geld, Arbeit, Pünktlichkeit und Effizienz der schwindenden Bedeutung übergreifender Beziehungen angepasst, da diese Tugenden einen selbstständig erwirtschafteten Wohlstand erlaubten, der auch von Gott geschätzt würde. Freiwillige Zusammenschlüsse wie Zünfte, Gilden, Klöster und Städte kultivierten diese Werte und Eigenschaften als wichtige Identitätsmerkmale zur Abgrenzung von anderen Gruppen. Damit wurde das Aufkommen anonymer Märkte zur arbeitsteiligen Steigerung des wirtschaftlichen Wachstums sowie der rechtlichen Institutionen zur Wahrung der Marktnormen und des Privateigentums in einem durch Rechtsnormen gebändigten freien Wettbewerb begünstigt. Er hat weltweit die Nationen um ihre von Kaufleuten und Handel befeuerten, schnell wachsenden städtischen Zentren herum verbunden, die in intensiven Handelsbeziehungen um den Austausch von neuen Ideen und Innovationen konkurrierten. Die daraus hervorgegangenen Menschen im Westen denken typischerweise analytisch und weniger holistisch, betonen ihre Nonkonformität gegenüber Traditionen und bevorzugen politische Unabhängigkeit sowie standes- und personenunabhängige Normen. Die Menschen im individualistischen Westen definieren sich dadurch in ihrem kollektiven Bewusstsein bis heute primär über persönliche Eigenschaften und Leistungen im Vergleich zu Menschen aus anderen Teilen der Welt, die ihre Identität über ihre sozialen Rollen und verwandtschaftlichen Beziehungen beschreiben, von denen ihr Erfolg und anerkannter Respekt in ihrer Gesellschaft wesentlich abhängt. In kulturvergleichenden Studien können sich Ostasiaten/innen entsprechend besser an den Hintergrund und Kontext eines betrachteten Videos erinnern, während Amerikaner/innen in ihrer analytischen Wahrnehmung ihre Aufmerksamkeit zu Lasten einer ganzheitlichen Betrachtung stärker auf die fokalen Tiere und Objekte konzentrierten und sich daran besser erinnern. Im Zuge der modernen Globalisierung wurden in den letzten Jahrzehnten viele der unpersönlichen Institutionen des Westens in zahlreiche Länder mit ihren darauf nicht vorbereiteten verwandtschaftsbasierten Gesellschaften exportiert, so dass die Bevölkerung häufig zu Gunsten einer am Westen orientierten und mit diesem eigennützig kooperierenden Elite in Armut, Korruption und Unterernährung versunken ist. Die Auflösung der einst schützenden engen sozialen Netzwerke im globalen Wettbewerb, die wachsende Urbanisierung und der Verlust von sinnstiftenden Traditionen haben zu einem Bruch mit der bisherigen stabilen Kultur geführt, die sich nicht so schnell an die neue soziale, politische und wirtschaftliche Umwelt angepasst hat, welche auch die gesamte Ökologie veränderte. Die kulturelle Evolution prägt über lange Zeiträume das kollektive Bewusstsein der in ihr verwurzelten Menschen. Der kulturelle Imperialismus des Westens übergeht diese bedeutenden Unterschiede in den kollektiven Bewusstseinszuständen anderer Völker und Nationen zu Gunsten seines ökonomischen Verständnisses von Erfolg auf der vermeintlichen Basis weltweit gleicher Präferenzen dafür. Die Vielfalt des menschlichen Geistes auf der einen und seine Anpassungsfähigkeit auf der anderen Seite im Rahmen der kulturellen Evolution werden die zukünftige Entwicklung der Menschheit bestimmen. Erfolgt sie in einem holistischen Rahmen, könnten die Menschen eines Tages fragend auf die Mentalität des „sonderbaren Westens“ zu Beginn des 21. Jahrhunderts blicken.¹⁰⁹

Wird der Blick auf die Menschheitsgeschichte nicht nur auf die westliche Dominanz seit 500 Jahren, sondern viel weiter auf die letzten 30.000-40.000 Jahre ausgeweitet, zeigt sich, dass sich die gängige These einer neolithischen Revolution als historisch klar abgrenzbare logische Basis der weiteren stufenförmig-linearen technologiegeprägten Entwicklung von Städten und einer entsprechend erst hier ins Leben gerufenen komplexeren sozialen Organisationsform, die letztlich den Westen begünstigte, nicht halten lässt. Moderne archäologische Erkenntnisse deuten auf einen vielfältigen experimentellen politischen Wechsel von hierarchischen und egalitären Gesellschaftsformationen hin, die auch schon bei Jäger- und Sammlerkulturen große Siedlungen und komplexe Bauten offenbaren. Im saisonalen Wechsel der nahrungsreichen und -armen Zyklen von Sommer und Winter, Regen- und Trockenzeit konnten sich soziale Ordnungen immer wieder neu justieren, die im Mangel eine

staatlichen Hierarchie mit einer Verwaltung im Sinne einer sesshaften-agrarischen Lebensweise begünstigte, während diese in den jagdreichen Zeiten wieder zu Gunsten eines egalitären Stammesverbundes von Jägern und Sammlern aufgegeben wurde. Auch war die Macht der Häuptlinge in vielen indigenen Gesellschaften durch rituelle und verwandtschaftliche Bande in einem politischen Kontext natürlicher Gleichheit aller Menschen begrenzt. Sie sind für David Graeber (1961-2020) und David Wengrow durch drei Grundfreiheiten geprägt, wobei die ersten beiden die Grundlage für die dritte Freiheit begründeten, die in den westlichen Gesellschaften mehr und mehr zu Gunsten einer wachsenden sozialen Ungleichheit verloren ging.¹¹⁰

- **Die Freiheit, seine Umgebung zu verlassen und an einem anderen Ort zu ziehen.** Die Hintergründe für eine solche netzwerkartige Fernorganisation räumlich weit verteilter, zum Teil sich über Kontinente erstreckende Formen regionaler Organisationen, sind derzeit unbekannt. Allerdings konnten sich die Menschen frei über tausende Kilometer bewegen und trotz verschiedener Sprachen und nur bedingt verwandtschaftlicher Beziehungen immer wieder Camps finden, an denen es eine soziale Organisation mit Regeln, Ritualen und einer Kultur vergleichbar mit denen ihrer Heimat gab, so dass ihnen zumindest von einem Teil der neuen Gemeinschaft Gastfreundschaft geschuldet wurde.
- **Die Freiheit, Befehle anderer zu ignorieren oder zu missachten.** Die hierarchischen staatlichen Befehlsketten setzten stets voraus, dass diese Freiheit durch legale Mechanismen ersetzt wird, die in diesem Sinne illegitimes Verhalten bestraft. Allerdings müssen komplexe soziale System nicht hierarchisch organisiert sein. Indigene Gesellschaften waren durch eine fundamentale Gleichheit aller Menschen geprägt, die als Ausdruck von Freiheit des Einzelnen gegenüber „willkürlichen“ Befehlen ihrer Anführer verstanden wurde. Wenn Zwangsgewalt auf Ablehnung stieß, wurde der soziale Zusammenhalt über rationale Diskussionen auf Basis von überzeugenden Argumenten wiederhergestellt, so dass die rhetorischen Fähigkeiten der indigenen Führer im 17. Jahrhundert die aufgeklärten französischen Eroberer und jesuitischen Missionare tief beeindruckten.
- **Die Freiheit, völlig neue soziale Realitäten zu schaffen oder sich zwischen verschiedenen sozialen Realitäten hin- und herzubewegen.** Diese Freiheit ergibt sich aus den ersten beiden Freiheiten. Bereits in den frühen nacheiszeitlichen Jäger- und Sammlergesellschaften gab es alle Arten lokaler Experimente sozialer Ordnungen, die sich in der Ausbreitung prächtiger Begräbnisse und einer monumentalen Architektur niederschlug, deren Funktion bis heute unbekannt ist. Aus diesen Gruppenformationen bildeten sich Kulturkreise, die eine identitätsstiftende Abgrenzung voneinander im Sinne einer Rangordnung erlaubten und im Laufe der Zeit wahrscheinlich die Grundlage von politischen Konflikten und Kriegen bildeten, welche zur Ausdehnung einer monarchisch-staatlichen Gewalt beitrugen. In der heutigen Zeit immenser sozialer Ungleichheit können wir von den frühen experimentellen Formen partizipativer Demokratie auch in größeren „egalitären“ Städten lernen, unsere soziale Zukunft frei und radikal neu zu gestalten.

Diese indigenen Argumente wurden später auch von französischen Denkern der Aufklärung übernommen. Das westliche Denken wurde durch die Begegnung mit den rhetorisch hoch entwickelten indigenen Staatsmännern herausgefordert, die ihr kulturelles Bewusstsein in die Kritik an das unfreie und primär materiell ausgerichtete Leben der Franzosen einbrachten, deren moderne europäische

Vorstellung von Freiheit auf das Privateigentum bezogen war. Stellvertretend sei hier ein Auszug des lange Zeit als literarisch erfunden geltenden und mittlerweile als authentisch belegten Dialoges aus den 1690er Jahren zwischen dem führenden Angehörigen der Wendat, einer Koalition von vier irokesischsprachigen Völkern, namens Kondiaronk (1649-1701) mit einem französischen Adligen namens Baron de Lahontan (1666-1716), aufgeführt. Die Themen behandelten die in Europa gängige Bestrafung mit Hilfe eines auch religiös motivierten Rechtssystems, mit dem die eigeninteressierten Menschen zum Guten angehalten werden sollen. Demgegenüber stellt Kondiaronk seine Überzeugung, dass der von ihm in dem Dialog unterbetonte vorhandene indigene Rechtskodex zur Beilegung von Streitigkeiten auf Basis von Gleichheit und Freiheit das Böse nicht entstehen lässt, das aus eben jener Form von westlicher individualistischer Gesellschaftsorganisation entspringe, die selbstsüchtiges und habgieriges Verhalten erst hervorbringe und fördert.¹¹¹

„Lahontan: Deshalb müssen die Bösen bestraft und die Guten müssen belohnt werden. Ansonsten würden Mord, Räuberei und Verleumdung überall um sich greifen, und wir würden, mit einem Wort, zum elendsten Volk auf der Erde werden.

Kondiaronk: ... Was für Menschen, was für Kreaturen müssen die Europäer sein, dass man sie zu guten Taten zwingen muss, und sie nur aus Angst vor Strafe vor dem Bösen ablassen? Und warum strengen wir keine Verfahren an? Weil wir die Entscheidung getroffen haben, Geld weder zu akzeptieren noch zu gebrauchen. Und warum weigern wir uns, Geld in unserer Gemeinschaft zuzulassen? Der Grund ist folgender: Wir haben beschlossen, keine Gesetze zu haben – weil unsere Vorfahren stets in der Lage gewesen sind, in Zufriedenheit ohne sie zu leben, seit die Welt eine Welt ist.

Ich denke seit sechs Jahren über den Zustand der europäischen Gesellschaft nach und finde das Handeln der Menschen dort noch immer in allen Bereichen unmenschlich. Ich bin der Überzeugung, dass sich dies auch nicht ändern wird, solange ihr an eurer Unterscheidung zwischen „mein“ und „dein“ festhaltet. Ich versichere, dass das, was ihr Geld nennt, der Teufel der Teufel ist, der Tyrann der Franzosen, der Quell des Bösen, das Verderben der Seelen und das Schlachthaus der Lebenden. Zu glauben, man könnte im Lande des Geldes leben und seine eigene Seele bewahren, ist als glaubte man, sein Leben am Grunde eines Sees bewahren zu können. Geld ist der Vater von Luxus, Ausschweifung, Schwindel, Lügen, Betrug, Unaufrichtigkeit – des schlechtesten Verhaltens der Welt. Väter verkaufen ihre Kinder, Ehemänner ihre Frauen, Ehefrauen betrügen ihre Männer, Brüder töten aneinander, Freunde sind falsch, und alles nur wegen des Geldes. Im Lichte all dessen sage mir, ob wir Wendat nicht recht taten, Silber nicht zu berühren oder sogar nicht einmal anzusehen?“

Diese grundlegende indigene Kritik hat im Europa des 17. Jahrhunderts bis heute eine ablehnende Erwiderung im Stereotyp des „naiven Wilden“¹¹² gefunden, der in seiner mystischen Lebensweise entweder keine Ahnung von der modernen Lebensweise eines hierarchisch organisierten Staatswesens habe oder eine reine Projektion europäischer Sozialreformer sei, die sich dieser erfundenen Argumente bedienen. Auf der anderen Seite entwickelte sich im Westen das romantisierende Bild des weisen „edlen Wilden“, der keinerlei Konflikte kennt.¹¹²

Dahinter steht der tiefe Wunsch der Rückkehr nach einer verbundenen Lebensführung besonders im individualistischen Westen, dessen kollektives Bewusstsein seit dem Siegeszug des Geldes bis heute immer schneller in ein gespaltenes Gebilde zerfallen ist. Dabei basiert es weiter auf der westlichen Kultur, die sich beim „Goldenen Zeitalter“ des Westens seit 1500 von dieser Spaltung genährt hat. Allerdings ist dieser Siegeszug auch Ausdruck eines viel größeren spirituellen Niedergangs und Wiederaufstieg des Kollektiven Bewusstseins der Menschheit, die, in einen größeren zeitlichen Zusammenhang gestellt, ihre Evolution des kollektiven Bewusstseins in kosmischen Zyklen durchläuft. Diese

können das scheinbar unlösbare Rätsel weit fortgeschrittener früher Zivilisationen lange vor der Geburt des überlegenen „Westens“ erhellen. Dazu müssen die westlichen empirischen Wissenschaften mit ihrer Erforschung der äußeren materiellen Welt verlassen und die östlichen Wissenschaften mit ihrer Erforschung der inneren geistigen Welt zu Rate gezogen werden. Hier geben uns erleuchtete Lehrer und Lehrerinnen wichtige Hinweise aus uralten Zeiten, die uns eine wichtige Orientierung für eine spirituelle Lebensführung des turbulenten Lebens im frühen 21. Jahrhundert geben, um die innere und äußere Welt zu verbinden.

Der als erleuchtet geltende indische Kriya-Meister Sri Yukteswar (1855-1936) beschreibt in seinem die Gemeinsamkeiten von heiligen christlichen und hinduistischen Schriften untersuchenden Werk „Die Heilige Wissenschaft“ von 1894 einen monumentalen Zyklus der Sonnenbewegung. Ein kompletter elektrischer Zyklus umfasst nach der orientalischen Astronomie 24.000 Erdenjahre und beschreibt die jeweils 12.000 Jahre an- und absteigende Bewegung unserer Sonne mitsamt ihren Planeten und Polen einerseits äußerlich um einen anderen Stern als Pol, andererseits auch als inneren Zyklus. In diesem bewegt sich die Sonne um ein großes geistiges Zentrum namens Vishnunabhi, dem Sitz der schöpferischen Kraft (Brahma), die sich als Magnetismus und elektrische Kraft im gesamten Universum offenbart und die geistigen Tugenden der inneren Welt (Dharma) lenkt. Mit dem Höhepunkt des Aufstiegs und damit von Dharma können die Menschen insgesamt alle geistigen Wahrheiten mühelos erfassen, der danach folgende Abstieg führt mehr und mehr dazu, dass die Menschen im Tiefpunkt nichts von dem begreifen können, was jenseits der grobstofflichen Schöpfung liegt. Der ansteigende Zyklus von 12.000 Jahren, indem wir uns befinden, lässt sich in vier Zeitalter (Yugas) als aufeinanderfolgende Stadien der kollektiven geistigen Entwicklung des menschlichen Bewusstseins unterteilen. Vom Tiefpunkt aus beginnt die Sonne im dunklen Kali-Yuga für 1200 Jahre ein Zwanzigstel ihrer Bahn zu durchlaufen, bevor der Mensch im 2400 Jahre dauernden Dwapara-Yuga intellektuell auch die feinstofflichen oder elektrischen Kräfte und deren Eigenschaften als Urstoff der äußeren Welt wieder begreifen kann. Danach erschließt sich der Menschheit im 3600 Jahren langen Treta-Yuga auch der göttliche Magnetismus als Quelle aller die Schöpfung ausmachenden elektrischen Kräfte. Im „Goldenen Zeitalter“ der Welt, dem 4800 Jahre langen Satya-Yuga hat die geistige Tugend (Dharma) die höchste Stufe erreicht und der menschliche Intellekt kann den bewussten Geist Gottes hinter der sichtbaren Welt begreifen. Die Zeit um 499 nach Christus war die dunkelste Zeit des Kali-Yugas und des gesamten Zyklus von 24.000 Jahren. Nach dem Ende des Kali-Yugas im Jahr 1599 begannen die Menschen im Dwapara-Yuga die Eigenschaften magnetischer und elektrischer Kräfte zu entdecken und es setzte auch ein langsamer sozialer Fortschritt ein. Im Jahr 1899 endete die 200-jährige Übergangszeit des Dwarapa-Yugas, so dass seitdem ein 2000 Jahre langes Zeitalter bis zum nächsten Tetra-Yuga im Jahr 4099 begonnen hat, indem die Menschheit umfassende Kenntnisse der elektrischen Eigenschaften erwerben und in ihren geistigen Fortschritt einbinden wird. Auf diesem Weg nach bisher unbekannten höheren geistigen Erkenntnissen benötigen die Menschen Liebe und Hilfe von erleuchteten Wesen, denen diese Zusammenhänge bewusst sind.¹¹³

Ein solches Wesen, welches das kostbare Menschheitswissen des letzten Saty-Yugas in unserer Gegenwart offenbarte und die wertvollen Techniken und Methoden zur Erfahrung des Allgegenwärtigen Geistes übermittelte, ist der Kriya-Yoga-Meister und Schüler von Sri Yukteswar, Paramahansa Yogananda (1893-1952), der viele Jahre in den USA lebte. Er weist in einem Vortrag von 1940 darauf hin, dass im aufsteigenden Dwarpara-Yuga als elektrisches oder atomares Zeitalter das Verständnis der Energie hinter der grobstofflichen Materie stetig zunimmt, so dass die Wissenschaft auch für uns zukünftig noch große Fortschritte auf den Gebieten der Elektrotechnik machen wird, die bereits die Grundlage der digitalen Technologien unserer Tage bildet. Allerdings dient die Wissenschaft gegenwärtig noch positiven wie destruktiven Zielen, so dass wir unseren Geist weiterentwickeln müssen, um mit den wachsenden technischen Möglichkeiten moralisch wie spirituell Schritt halten zu

können. Da das zerstörerische Potenzial der Menschheit durch immer modernere Waffen trotz der wechselseitigen Angst der Nationen vor einer totalen Vernichtung das schöpferische Potenzial im Dwapara-Yuga überwiegt, wird es hier 2400 Jahre lang keine letzte Sicherheit oder einen Weltfrieden geben. Daher sind wir aufgefordert, unseren geistigen Fortschritt allen zyklischen kollektiven Widrigkeiten zum Trotz an der Ausrichtung unserer eigenen spirituellen Praxis auf Gottes Liebe zu messen, um uns über das Zeitalter zu erheben, in das wir hineingeboren sind. Wenn wir den festen Entschluss fassen, Gott zu finden, da wir uns weniger mit unserem irdischen Dasein und den damit verbundenen Leiden der inkarnierten Seelen auf der Erde identifizieren, können wir diese Entwicklung durch eine richtige Lebensweise und eine geistige Technik wie dem Kriya-Yoga enorm beschleunigen, so dass wir am Ende voller innerer Freude frei von irdischen Wünschen sind. Indem wir innerlich fest bleiben und möglichst voll und ganz auf Gott vertrauen, können wir alle Ängste und Hindernisse überwinden und mehr und mehr die göttliche Stille mit ihrer tiefen Freude in der Meditation erfahren. Diese führt am Ende des Weges zur göttlichen Ekstase des Samadhi, welche in der ersten Stufe zum völligen Versinken in die Wahrnehmung Gottes führt und die sich in Folge der zu einem gewissen Grad an verbleibenden Täuschungen im Alltag in einer „teilweise aufgelöste“ Welt befindet, der sie sich in der Meditation gar nicht mehr bewusst ist (Savikalpa-Samadhi). In der zweiten und höchsten Stufe des Nirvikalpa-Samadhi sind alle Täuschungen und damit alle Wünsche verschwunden und trotz der Erfüllung der irdischen Pflichten leben diese erleuchteten Menschen jeden Augenblick ihres Lebens ganz im Bewusstsein Gottes.¹¹⁴

Fassen wir diese Erkenntnisse zusammen: Nach der indigenen Kritik am westlich-kapitalistischen Fortschrittsmodell, das Wachstum allein in materiellen Dingen bemisst, wird der moderne Mensch durch den Verlust der drei beschriebenen indigenen Freiheiten der experimentellen Möglichkeit eines auch von Václav Havel angestrebten egalitären „Lebens in Wahrheit“ in einer selbst gewählten sozialen Ordnung beraubt. Daneben bleiben wir in diesem ausbeuterischen System weiter dem zerstörerischen makrosozialen Dreiklang von Rassismus, Militarismus und Armut verhaftet, wie ihn Martin Luther King aufgezeigt hat. Um uns auf dem Berg zu erheben, von der er einst die Liebe Gottes erblickte und die ihn dazu befähigte, den starken Widrigkeiten seiner Zeit zu widerstehen und bis zu seiner Ermordung allen Menschen einen Weg in eine friedlichere gesellschaftliche Zukunft zu weisen, braucht es neben der individuellen spirituellen Praxis zur Läuterung des eigenen Bewusstseins auch einen Zugang auf das Kollektive Bewusstsein, das einem langwierigen Zyklus der Entwicklung unterliegt. Auf deren fernes Ende können wir in diesem Leben schlicht nicht warten, um die Veränderungen in Richtung des Ideals einer geeinten Menschheit mitzugestalten, die für eine gerechte, friedliche, nachhaltige soziale Ordnung benötigt werden, auch wenn sich diese zunächst nur in einem kleineren Radius zu manifestieren vermag. Einerseits können wir durch die innere Arbeit am Kollektiven Bewusstsein dessen negative Einflüsse auf unser Leben deutlicher wahrnehmen und uns so besser davor schützen. Andererseits gibt es dadurch auch neue Zugänge zu den kollektiven Unsicherheiten, Ängsten, Hoffnungen und Wünschen, die uns dabei helfen, unser gemeinsames Leben auf eine heilsame und freudvolle Art und Weise konstruktiv in den Dienst der Transformation des Kollektiven Bewusstseins einer unserer gewählten Gemeinschaft übersteigenden (Welt-)Gesellschaft zu stellen.

Neben den Kriya-Meistern, die zu uns gekommen sind, um mit uns diesen langen Weg der verdunkelten Suche nach der letzten und einzigen Wahrheit durch die Yugas mit Hilfe ihrer effektiven spirituellen Technik des Kriya Yoga deutlich abzukürzen, hat mich meine eigene Wahrheitssuche auch zu Sri Aurobindo geführt. Er geht in seinem integralen Yoga als Geschenk an die wahrheitssuchende Menschheit in unseren verdunkelten Tagen von einem zweifachen Prozess intensiver spiritueller Praxis aus, der des Herabrufens höherer Bewusstseinskräfte und ein Aufsteigen des eigenen Bewusstseins hin zum Göttlichen umfasst, um uns über die Yugakräfte zu erheben und auch kollektiv zu wachsen.

6.2 Lichtsegeln als innere Arbeit mit dem Kollektiven Bewusstsein zur seelischen Überwindung der Dunkelheit im Dwarpara-Yuga

6.2.1 Spirituelle Deutung des Kollektiven Bewusstseins

Sri Aurobindo (1872-1950), indischer Yogi, Dichter, Philosoph, Politiker und Wegweiser eines integralen Yogas, der nicht vor der Welt flieht, um die supramentale Wahrheit zu finden und in dieses Leben zu bringen, schreibt, dass unser Zeitalter der Individualisation und des Rationalismus eine notwendige Übergangsphase in der zyklischen menschlichen Entwicklung ist. Auf der Suche nach der grundlegenden Wahrheit des Lebens bedarf es dieser mentalen Ausgestaltung und der physischen Verkörperungen im Wandel der Zeiten. Die Herrschaft des in seinen Auswirkungen destruktiven kritischen Verstandes dient letztlich dennoch dem menschlichen Fortschritt, der nicht stehenbleibt und sich in der Evolution des Bewusstseins weiterentwickelt. Angeführt von dem europäischen Einfluss konnte sich das rationale, utilitaristische und individualistische Denken verbreiten und die westlichen Wissenschaften veränderten weltweit die Lebens- und Denkweisen der Menschen. Das Individuum als Teil des Universums kann dabei allerdings nicht nur sein eigenes Leben untersuchen, sondern muss sich auch aufmachen zur Entdeckung einer universalen Wahrheit, auf die es die erforschten Erkenntnisse beziehen kann, um sich und die Beziehung zur Welt wirklich zu verstehen. Der die Natur untersuchende Mensch erkennt sich im Laufe der Zeit dabei nicht nur als körperliches und vitales Wesen, sondern mehr und mehr als geistiges Wesen, das eine Seele besitzt, die bestimmte Forderungen an das Leben stellt. Die Erforschung des Geistes führt ihn zur eigenen Seele und zur Weltseele, deren verborgene Kräfte ihn an die Grenzen seines analytischen kritischen Verstandes bringt, der nur die Oberfläche der vor ihm in der Tiefe liegenden Ganzheit erfolgreich zu erfassen vermag. Diese Notwendigkeit der Suche nach tieferer Erkenntnis führt dazu, dass der Mensch neue Kräfte und Möglichkeiten in sich selbst entdeckt, die sich auf sein selbst bewusstes Handeln beziehen. Das tiefere Eintauchen in die Seele führt dazu, dass sich das Ideal des rationalistischen Denkens im Streben nach Selbstbewusstsein und Selbstverwirklichung der intuitiven Erkenntnis und einer tieferen Selbstschau unterwirft. Mit der Verbreitung dieser inneren Wahrheitssuche nach der verborgenen Seite der Dinge und den anfänglich daraus abgeleiteten Gesetzen, die ein glückliches Leben in Einklang mit den inneren und äußeren Erfordernissen des Seins ermöglichen, beginnt der Übergang des rationalistischen und materialistischen Zeitalters in ein mehr subjektives Zeitalter der Menschheit. Das Nebeneinander der noch dominierenden objektiven materialistischen Weltansicht mit seinen ungezügelter verstandesmäßigen Machtansprüchen an das Leben auf Basis einer falsch aufgeklärten vitalistischen Antriebskraft und den frühen noch unausgereiften Impulsen nach innerem Wachstum der Seele führte zu großen Spannungen zwischen den europäischen Mächten, die angeführt von titanischen Kräften im Ersten und Zweiten Weltkrieg mündeten. Aus den Trümmern eines solchen Zusammenbruchs könnte eine Neuordnung des sozialen Lebens durch den hoffnungsvollen friedlichen Samen einer subjektiven und psychischen Einstellung des Menschen zu sich selbst und seinen Mitmenschen erwachsen, in der jeder Mensch als sich selbst entwickelnde Seele betrachtet wird. Diese tiefe eigene Selbst der Seele, von dem die alten Religionen sprechen, ist allerdings in der modernen zerrissenen Welt nicht erkannt worden, so dass bislang weder die dafür geeignete lebendige Erziehung noch die Erweckung des wahren inneren Menschen verwirklicht wurde.¹¹⁵

So wie eine individuelle Seele eine lebendige Kraft der Wahrheit ist, die sich entfaltet, kann eine kollektive Gruppenseele viele solcher beseelten Individuen enthalten und sich trotz der Vielfalt eigene Ziele zur größeren Selbstentfaltung in einem Kollektiven Bewusstsein bilden, das sich im Außen als Nation sehr stark ausdrückt. Dadurch wird auch das physische Sein der Gesellschaft durch die objektive Wirklichkeit der wechselnden menschlichen Körper im Zeitverlauf zu einer umfassenden subjektiven

Macht in Form einer großen gemeinschaftlichen Seele, die zumeist unbewusst hinter den Individuen wirkt und dazu führt, dass sie sich in einem noch unklarem Gefühl der Einheit um die Selbstverwirklichung ihrer Nation ringen. Einerseits kann dies zu befreienden Revolutionen und Aufständen führen und andererseits auch mit großen Gefahren für die Welt einhergehen, wenn sich Nationen ihrer Seele bewusst werden. Falls dieses Stadium der heranreifenden Subjektivität zu früh in äußeren Machtkämpfen zu gewaltsamen Taten gezwungen wird, kann sich die fehlgeleitete verdunkelte Nationenseele dann jedoch kriegerisch über alle anderen stellen. Ein kollektives Bewusstsein der Seele einer Nation wird von vielfältigen verborgenen und unbewusst wirkenden negativen Kräften bewegt. Das historische Beispiel des sich unter Bismarck äußerlich als machtvolle Nation formierenden Deutschlands zeigt die dynamischen Schwierigkeiten bei der potenziell möglichen Herausbildung eines inneren zum Guten leitenden kollektiven Bewusstseins des damals dafür an der Schwelle stehenden Landes der Dichter und Denker. Die heranreifende subjektive und universale deutsche Selbsterkenntnis über die wahre göttliche Natur der Menschheit ruhte auf den Schultern der großen Philosophen Kant, Hegel, Fichte und Nietzsche, dem großen Dichter und Denker Goethe und seinen großen Musikern wie Beethoven und Wagner, welche einer deutschen Nationalseele Ausdruck verliehen, deren größten geistigen Erfolge vor allem auf den Gebieten der Philosophie und Musik lagen. Die schmale und nie ganz ungestörte Brücke vom subjektiven, nach innerer Wahrheit und Selbsterkenntnis strebenden Geist der Denker, Dichter und Sänger zum objektiven, auf die materielle Welt bezogenen Geist der für ihren Fleiß und ihre Sorgfalt bekannten wissenschaftlichen Gelehrten und Bildungsorganisationen, die eine Nationalseele für ihre gesunde Entfaltung zu ihrer wahren Größe benötigt, wurde durch den asurischen Missbrauch dieser kollektiven Kräfte zerstört, die auf furchtbare Weise im kriegerischen aggressiven Nationalsozialismus gipfelten. Deutschland ging den Weg, den auch ein Wahrheitssucher auf dem Weg des Yoga einschlagen kann, der die spirituelle Selbstfindung mit Selbstvernichtung verwechselt und sein vitales Ich für sein wahres Wesen hält. Die nationale Verwechslung des vitalen Wesens mit der weit darüber hinausgehenden nationalen Seele führte zur einseitigen und erbarmungslosen egoistischen Ausrichtung auf das Materielle und die eigene Stärke. In dem die Nation auch kollektiv allein als Körper, Verstand, Leben und Temperament betrachtet wurde und sie mit titanscher Gewalt an diesem zerstörerischen kollektiven Trugbild gemeinschaftlichen Egoismus festhielt, um sich an seiner Macht zu berauschen, wurde das Wachsen der inneren göttlichen Wirklichkeit im deutschen Kollektibewusstsein im Dritten Reich zum Erlöschen gebracht. In allen faschistischen Ländern und anderen Diktaturen herrscht ein solcher vulgärer oberflächlicher Subjektivismus und deren Führer lehren als selbsternannte Propheten im Namen der nationalen Seele ihre totalitäre Botschaft eines finsternen materialistischen oder vitalistischen Mystizismus. Der Mensch als verkörperte Seele benötigt für seine Wachstum die eigene Freiheit des Denkens und Handelns, da er sonst in das vorrationale Mentale einer solchen niederen Gruppenseele eingesperrt bleibt, die sich auch im mechanischen Gegenpol einer technokratischen Staatsform mit dem wissenschaftlichen Anspruch einer allumfassenden rationalen Ordnung verkörpern und gegen das beseelte Leben richten kann. Eine freiheitliche Hinwendung zur kühnen Offenbarung des tiefen Zusammenhangs zwischen Leben und Spirit mit der inneren Entdeckung des hinter dem Herzen verborgenen göttlichen Selbst im Menschen kann über eine zunächst wachsende Zahl von erwachenden Individuen die Gesellschaft dagegen in all ihren Teilsystemen zu einer spiritualisierten Welt-Gesellschaft machen, die nicht als kollektiv erweitertes Ego lebt, sondern als eine in Milliardenzahl verkörperte kollektive (Welt-)Seele.¹¹⁶

Da das Nationenbewusstsein nach Sri Aurobindo noch immer einen großen Widersand gegenüber seiner Weiterentwicklung in ein supranationales Bewusstsein an den Tag legt, liegt der helle Weg zur Bildung eines progressiven Pfades in diese Richtung in der Erwachung mehr und mehr Menschen, die sich und ihre Umgebungen zu einem bewussten Teil eines Größeren machen. Der dunkle Weg unserer Tage scheint darin zu liegen, das jeweils verdunkelte Nationenbewusstsein des sich bereits als kulturelle Einheit verstehenden „kollektiven Westens“ um ein technokratisches Bewusstsein zu ergänzen,

welches autoritäre Strukturen in einem neuen Imperium der geistig gleichmachenden materiellen Dumpfheit schaffen soll, in dem die herrschenden Eliten weiter an den Schaltstellen der Macht sitzen und die Mehrheit weiter ausbeutet, die in diesem Kollektiven Bewusstsein mehr oder weniger dahindämmernd für ihre egoistischen Ziele zur manipulativen Verfügung stehen soll. Die Coronamaßnahmen haben einen Moment in der Geschichte geschaffen, an dem sich in unterschiedlichen Nationenkonglomeraten ein solches vereinendes verdunkeltes Bewusstsein zu einer stärkeren kollektiven Formation entwickelt hat, die im „Westen“ auf besonders fruchtbaren Boden gefallen ist. Hier hat sie sich mit einer bereits mehrheitlich bestehenden materialistischen, atheistischen und im Kern auch szientistischen Sicht des wissenschaftlichen Fortschritts verbündet und ist als angsterzeugender Schleier auf die massenformierte Bevölkerung gefallen, die auf ihre Rettung durch die alleinseligmachende (Impf-)Technologie startete, welche von der „guten“ Regierung als transhumanistischer Segen gespendet wurde. Dieser totalitaristische Geist, der seine weltweite Herrschaft mit einer feudalen Oligarchie erzwingen will, die er willfährig für sich nutzen kann, wird von den ihn befeuernden dunklen Kräften im Hintergrund weiter in diese Richtung getrieben. Er droht an den erstarkten östlichen und südlichen Nationen zu scheitern, deren freie Bewusstseinsentwicklung lange Zeit vom Westen unterjocht wurde und die sich daher entschieden gegen eine erneute Ära der Bevormundung stellen. Ob es ein kollektives „BRIC+-Bewusstsein“ als Gegenpart zum Bewusstsein des „Kollektiven Westens“ geben wird oder sich daraus mit der Zeit wieder andere kollektive geistige Entitäten auf Basis der einzelnen beteiligten Nationen bilden, ist derzeit noch unklar. Allerdings wird in der entstehenden multipolaren Welt eine geistige Dynamik begonnen, welche zu erheblichen Veränderungen in den Zusammensetzungen und Qualitäten der bestehenden Kollektivseelen führen könnte.

Hinter den aktuellen geopolitischen Konflikten stehen immer auch Konfliktlagen, die mit den unterschiedlichen Bewusstseinsstadien der Nationen einhergehen, die sich ihren Weg in der Evolution gegenüber gegensätzlichen Einflüssen erkämpfen müssen. Ist dieses Stadium wie in Deutschland mit einer Verwechslung der Seele mit dem vitalen Bewusstsein verbunden, können die sich daraus entstehenden erbitterten Konkurrenzen zu einem neuen Weltkrieg führen, der erst mit dem Untergang der gesamten Menschheit zu enden droht. Daher ist jeglicher Beitrag, das Kollektive Bewusstsein der eigenen Nation von diesem kriegerischen Pfad abzuwenden, ein wertvoller Schritt zum Wiedereintritt in eine hellere kollektive Bewusstseinsentwicklung, wenn er in einem Geist aufrichtiger Verbundenheit erfahren und praktiziert wird. Ein bewusster individueller Geist benötigt auf diesem kollektivbezogenen Teil seines spirituellen Pfades daher förderliche Gemeinschaften und Orte, um zu wachsen. Die Suche nach spirituellen Gemeinschaften kann als Teil des eigenen Praxispfades gesehen werden, der zu neuen Ufer und Kollektiven führt, die auf Dauer oder für eine bestimmte Etappe des Lebens eine kanalisierende Wirkung durch einen transformierenden Bewusstseinsstrom auf die geistige Entwicklung haben können. Um ihn innerlich vorzubereiten oder den bereits erfolgten Kontakt mit einer förderlichen Gemeinschaft weiter zu unterstützen, wird im Folgenden der Blick auf die auch in einer Stadt oft leicht erreichbaren Orte der „grünen Zentren“ gerichtet, die sich äußerlich als (Stadt-)Wald verkörpern und sich aus spiritueller Sicht systematisch für eine tiefere Verbundenheit mit einem solchen natürlichem Kollektiven Bewusstsein nutzen lassen.

Wenn Du also in Kontakt kommen willst mit dem Kollektiven Bewusstsein der Menschheit, das in Mutter Erde gespeichert ist, Dich umgibt und in Deiner Nation auch Dein Schicksal mitprägt, dann begib Dich an Orte, an denen Du die Verbundenheit der Welt gut spüren kannst. Das innere verbindende kollektive Bewusstsein, welches Dich gerade umgibt, kannst Du besser an Orten fühlen, an denen Du in die Stille gehen kannst. Für mich ist der Stadtwald in Hannover, die Eilenriede, ein grünes stilles Zentrum auch von der räumlichen Lage her, ein wundervoller Ort geworden, trotz oder vielmehr mit dem urbanen Hintergrundrauschen in eine tiefe Ruhe einzutauchen, indem ich mich mit dem inneren Bewusstsein dieses Waldes verbinden kann. Die dahinter liegende generelle Verbundenheit von

Menschen und Pflanzen ist auch in der Forschung immer deutlicher sichtbar. Pflanzen wird gegenwärtig eine niedrigere Form von bewusster Intelligenz zugeschrieben, was mit einem fundamentalen Paradigmenwechsel der auf die äußeren Strukturen konzentrierten Wissenschaft einhergeht, die sich dem verbundenen Netz des Lebens empirisch weiter annähert. Die Bewältigung der tiefen ökologischen Krise auf unserem Planeten erfordert neben diesem bewussten Paradigmenwechsel auch eine kollektive Weiterentwicklung des Bewusstseins, so dass sich Wissenschaft und Spiritualität bei der systematischen Erforschung dieses verbundenen Netzwerkes ergänzen können. Diese Annäherung kann die kollektiven Bewusstseinszustände im gesamten Evolutionsprozess für beide Seiten besser verstehen helfen, um auf diesem Wissen eine neue Zivilisation aufzubauen, die sich nicht mehr zuerst an der Materie ausrichtet, sondern sich auf das dahinterliegende Bewusstsein des Lebens richtet, von dem wir alle ein tief verbundener Teil sind.

6.2.2 Pflanzen und Wälder als natürliche Verkörperungen eines Kollektiven Bewusstseins

Der moderne Blick auf Pflanzen ändert sich in den letzten 50 Jahren weg vom anthropozentrischen abendländischen Denken einer strikten Hierarchie der Lebensformen, in welcher der Mensch seit Jahrhunderten die Krone der Schöpfung vor den Tieren bildet und die Pflanze nur eine Stufe nach der unbelebten Materie kommen. Pflanzen galten damit für lange Zeit als unbeseelte, passive „dahinvegetierende“ Wesen, die weder zu Empfindungen, Kommunikation noch einem gezielten Verhalten zur Selbsterhaltung und Wachstum in der Lage seien. Bereits für den Begründer der Evolutionstheorie, Charles Darwin, stellen die Wurzeln der Pflanze in seinem 1880 erschienenen Grundlagenwerk „Das Bewegungsvermögen der Pflanzen“ jedoch schon eine Art Kommandozentrale vergleichbar dem Gehirn niederer Tiere wie eines Wurmes dar. Die Verbreitung seiner auf wissenschaftlichen Beobachtungen gestützten und damals unter Botanikern heftig widersprochenen „unsinnigen“ These wird heute von der Forschung bestätigt. Höher entwickelte Pflanzen empfangen elektrische und chemische Signale aus ihrer Umgebung und verarbeiten diese Informationen zu einer Verhaltensstrategie, welche die beste Anpassung etwa an Gefahren aus dem Boden durch Giftstoffe oder über der Erde durch Fressfeinde darstellt. Sie zeigen auch eine Art von Schwarmintelligenz, die es ihnen ähnlich wie tierische Schwärme ermöglicht, kollektive Verhaltensweisen zu entwickeln. Die Wurzeln, die mit allen Organismen in der Rhizosphäre des umgebenden Erdreiches über chemische Botenstoffe kommunizieren, können Schallschwingungen wahrnehmen, die vermutlich ihr Wachstum beeinflussen. Zudem können sie wahrscheinlich auch selbst unbewusst „Klackgeräusche“ erzeugen, die beim Zellwachstum entstehen, wenn die aus robuster Zellulose bestehenden Zellwände zerreißen. Dadurch können die anderen Wurzeln diese Geräusche wahrnehmenden und ihren Wuchs zur effizienten Bodennutzung adaptiv ausrichten, so dass diese Art der millionenfachen Wurzelkommunikation zu einer Organisation ähnlich der von Schwärmen führt. Insbesondere die kleinen Wurzelspitzen stellen empfindsame Sinnesorgane dar, die Umweltreize wahrnehmen und in berechnete Bewegungsänderungen umsetzen, die sich nicht mit automatischen Reiz-Reaktions-Schemata erklären lassen, da hierbei vielfältige Parameter mit sich zum Teil widersprechenden Anforderungen wie Schwerkraft, Temperatur, Feuchtigkeit, elektrische Felder, Licht, Druck, toxische Stoffe, Schallschwingungen, Sauerstoff und Kohlendioxid gleichzeitig berücksichtigt werden müssen. Ein Baum kommt auf etwa mehrere Hundert Millionen Wurzelspitzen, die wie ein kollektives Netzwerk über chemische oder elektro-magnetische Verbindungen auch komplexere Berechnungen durchführen können, auch wenn derzeit nicht ganz klar ist, wie die Wurzeln zusammenarbeiten. Umgekehrt vermeiden es manche Baumarten, die Baumkronen ihrer engsten Nachbarn zu berühren, was auch auf ein Signalsystem schließen lässt, mit dem diese nach den französischen Botaniker Francois Hallé bezeichnete

„Schüchternheit der Baumkronen“ erklärt werden kann, auch wenn der genaue Zusammenhang derzeit hier ebenfalls noch nicht bekannt ist. Eine weitere derzeit wissenschaftlich offene Frage ist die Beobachtung der „Blütentreue“ bei der tierischen Bestäubung. Wenn sich Insekten oder auch Fledermäuse auf einer Pflanze mit Nektar gefüllt und dabei ungewollt die Pollen aufgenommen haben, wechseln sie nicht einfach bequem zur nächst besten Pflanze, sondern fliegen ohne Umwege direkt zu einer Pflanze der gleichen Art weiter, was aus Sicht der Pflanze eine zwingende Voraussetzung für die Bestäubung und somit Vermehrung ist, die nur innerhalb der gleichen Pflanzenart erfolgreich stattfinden kann. Pflanzen nehmen eine Mittlerrolle zwischen Sonne und Tierreich ein, da ihre Organzellen (Chloroplasten) über die Fotosynthese das Bindeglied zwischen der organischen Welt und dem Energiezentrum unseres Sonnensystems bilden. Pflanzen besitzen ein Empfindungs- und Sinnesvermögen, kommunizieren untereinander und mit anderen Tieren, können sich erinnern, fallen bei Dunkelheit in Schlaf und können das Verhalten anderer Arten beeinflussen. So wie Tiere jahrhundertlang als Automatenwesen ohne jegliche Vernunft galten, werden auch wir unser Bild von Pflanzen auf Basis dieser und weiterer zukünftiger Erkenntnisse neu bestimmen müssen.¹¹⁷

Die kanadische Forstökologin Suzanne Simard hat durch ihre Pionierarbeiten die wissenschaftliche Sichtweise auf Wälder und Bäume grundlegend verändert. Galt lange Zeit das evolutorische Prinzip der Konkurrenz und Selektion auch im Wald als festes Paradigma der Forstwissenschaft, so stellte ihr 1997 in der renommierten Zeitschrift *Nature* veröffentlichter Fachartikel bezüglich des netzwerkartigen Austausches von Kohlenstoff über die fadenartigen Feinwurzeln (Hyphen) von Pilzen, die in symbiontischer Beziehung (Mykorrhiza) des Feinwurzelsystems mit allen Bäumen eines Waldes stehenden, den Beginn eines neuen Paradigmas dar. Danach ist das Leben im Wald nicht nur durch Konkurrenz, sondern immer auch von Kooperation geprägt. Anfangs wurde ihre von der Redaktion von *Nature* als „wood wide web“ titulierte Entdeckung vom wissenschaftlichen Mainstream noch mehrheitlich vehement abgelehnt, doch die weitergehenden empirischen Studien bestätigten diesen Zusammenhang. Die Forschungen von Simard haben zunächst einen über unterschiedlichen Wachstumsphasen reziprok verteilten Kohlenstoffaustausch zwischen Douglasien und Birken entdeckt. Mittlerweile hat sich im Anschluss daran ein komplexes artenübergreifendes Kommunikationsnetzwerk unter der Erde offenbart, in denen insbesondere die alten großen „Mutterbäume“ zentrale Netzwerkknoten darstellen, die ihren keimenden Nachwuchs für lange Zeit gezielt durch einen energetischen Austausch versorgen und über chemische Signale warnen und schützen. Damit wurde auch das uralte indigene Wissen der nordamerikanischen Ureinwohner bestätigt, die ein weitverzweigtes gewaltiges System aus Wurzeln und Pilzen kennen, welches die Kraft des „Baumvolkes“ als kollektiver Intelligenz erhält. Diese grundlegende Einsicht in die Verbundenheit allen Seins erfordert nach Simard auch eine Erweiterung des trennenden analytischen westlichen Denkens in der Wissenschaft, um die komplexen Ökosysteme nicht vollständig zu zerstören. Das Netzwerk aus Pilzen erstreckt sich über den gesamten Waldboden und verbindet somit sämtliche Bäume in einem System mit chemischen Stoffen, die identisch mit unseren eigenen Neurotransmittern sind, so dass es eine gewisse Ähnlichkeit mit unserem Gehirn aufweist. Daraus leiten sich ganz neue Forschungsfragen ab, wie diese gemeinsame Interaktion der Bäume ihr Dasein beeinflusst, das durch intelligentes Verhalten geprägt ist, so dass sich die Bäume über Botenstoffe gegenseitig vor Gefahren warnen und dadurch rasch an Umweltänderungen anpassen können. Diese ökologischen Zusammenhänge haben wichtige Implikationen für eine nachhaltige Forstwirtschaft, da nicht abgeholzte Altbäume ihren derart angepassten Samen in einem breiten natürlichen Spektrum an Arten und Unterarten auf die durch den Klimawandel geschädigten Flächen verstreuen können, um ihre Energie und Widerstandsfähigkeit an künftige Generationen weitzugeben.¹¹⁸

Neben dem Klimawandel haben die Waldbestände weltweit mit den stark ansteigenden Nahrungs- und Konsumbedürfnissen einer wachsenden Menschheit zu kämpfen, die angetrieben und fehlgeleitet

vom profitgetriebenen Kapitalismus zu einem immer größeren Raubbau an den Waldbeständen führen. Zu Beginn des 20. Jahrhunderts waren noch 33 Prozent Afrikas bewaldet, während es heute nur noch 16 Prozent sind. Ebenso sieht es in den Regenwäldern auf der Erde aus, die zunehmend für landwirtschaftliche Flächen abgeholzt werden, welche dann von Konzernen für milliardenschwere Investoren ausgebeutet werden. Diese jahrhundertealte und sich heute zu neuen Gipfeln empor-schwingende Gier nach Holz und Land hat den einst grünen Planeten, der vor vielen tausend Jahren mit 6,2 Milliarden Hektar Wald bedeckt war, sichtbar verändert. Mitteleuropa war nach der letzten Eiszeit vor etwa 11.700 Jahren zu 95 % mit Bäumen und Sträuchern bedeckt. Beginnend mit der frühen Rodung der Wälder vor über 6.000 Jahren zu Gunsten von Flächen für die Landwirtschaft und Viehzucht, die den Waldbestand damals auf 80 % sinken ließen, führte vor allem die flächendeckende Abholzung der dichten europäischen und deutschen Wälder im Mittelalter zur großflächigen waldfreien Landschaft unserer Tage. Neben dem Handwerk dienten die Bäume insbesondere zur Herstellung von Holzkohle, die für die heiße energieintensive Produktion von immer mehr Glas, Salz und der Verhüttung von Erzen zur Roheisengewinnung benötigt wurde. Zu Beginn des 19. Jahrhunderts war der Waldbestand in Deutschland dadurch auf ein Drittel der ursprünglichen Waldfläche zurück-gegangen, was ein nachhaltiges Bewirtschaften der Wälder mit ihrem immer teureren Holz aus wirtschaftlichen Gründen sinnvoll machte. Die Forstwissenschaft entwickelte sich im 18. Jahrhundert daher aus der Holznot heraus, um Auswahl und den Anbau der ökonomisch interessantesten B-aumarten zu optimieren. Allerdings hat der moderne Kapitalismus die nachhaltige Forstwirtschaft längst an den Rand gedrängt und allein zwischen 2020 und 2021 sank die weltweite Waldfläche von 30,8 auf 30,0 Prozent des ursprünglichen Bestandes, so dass mittlerweile durch Klimaerwärmung, Rodung und Waldbrände jährlich eine Fläche von 11 Millionen Hektar verloren geht, was den gesamten Waldbestand Deutschlands entspricht. Bäume wachsen seit über 300 Millionen Jahre auf der Erde und haben schon viele dramatische Klimaänderungen in Form von Erwärmungen, Eiszeiten und verheer-ende Asteroideneinschläge durch ihre Anpassungsfähigkeit überstanden. Sie können über 100 Meter groß werden und ihr Alter bzw. das ihrer Ableger kann von 5.000 bis über 10.00 Jahre erreichen. Die Natur brauchen die Bäume somit nicht zu fürchten. Allein der Mensch hat es in der Hand, sie weltweit zu vernichten oder ihrer äußeren lebenswichtigen Funktionen als Sauerstoff- und Rohstoffquelle sowie Speicher von CO₂ zu erhalten.¹¹⁹

Die dazu notwendige tiefe innere Verbundenheit können wir in einem Wald empfinden, wenn wir uns auf seine Innenseite konzentrieren. In dieser natürlichen Umgebung kann sich der egozentrische Geist beruhigen und etwas von seiner besitzergreifenden Gier auf Basis seiner tief empfundenen Trennung von der Welt verlieren. Mit Hilfe der spirituellen Innenarbeit kann er sich dankbar in den Kreis des „Baumvolkes“ einreihen, wenn er wieder tiefer genug in den Wald hineinhören kann. Insgesamt ver-schwindet mit den schrumpfenden Baumbeständen auch das Kollektive Bewusstsein der vernetzten Wälder als manifestierter Ort der Verbundenheit des Lebens auf der Welt immer weiter. Es hat seit langer Zeit immer auch ein stilles Gegengewicht zu dem sich ausbreitenden Bewusstsein der Gier der Menschheit gebildet, das sich in den letzten Jahrhunderten der Rodungen auch äußerlich immer weiter entfalten konnte. Die Zerstörung der heiligen Baumhaine vorchristlicher heidnischer Religionen durch die katholische Kirche machten die Wälder im Westen mehr und mehr zu einem bloßen Objekt der Unterwerfung der materiellen Natur durch den vernunftbegabten Menschen. Mit der globalen Domi-nanz des westlichen Kapitalismus hat sich der nunmehr industrialisierte Raubbau an den Wäldern noch beschleunigt. Diese institutionalisierte Profitgier hat wiederum auch den sozialen Raubbau an den Gesellschaften durch eine immer schnellere Umverteilung von oben nach unten gefördert, was das Kollektive Bewusstsein vergiftet hat.

Ein solches verdunkeltes Kollektives Bewusstsein kann mit dem lichtvoll genährten Kollektiven Bewus-ستهins eines verbundenen Waldes nicht mehr viel anfangen. Auch wenn immer mehr Menschen welt-

weit dessen inneren Qualitäten zu schätzen wissen, kann dieses sich entwickelnde verbundene Bewusstseins eines noch relativ kleinen Teils der Menschheit derzeit nicht gegen das dumpfe kriegerische Grollen des gesamten Kollektiven Bewusstseins der Menschheit durchsetzen. Wir können auf der anderen Seite von den Bäumen in den Wäldern wieder lernen, was eine systemökologische Antwort auf die wachsende Vereinzelung des modernen Menschen sein kann, wenn er sich auf das verbundene Geflecht als miteinander kommunizierende Leben um ihn herum bewusst einlässt. Die spirituelle Komponente des Waldes zeigt sich an seiner inneren Verbundenheit, die ein eigenes Bewusstsein entstehen lässt. Wir können über einen einzelnen verbundenen Baum im Wald einen resonanzvollen Zugang dazu erhalten, der seine tiefen Impulse für unser Leben durch die bewusste Erfahrung der tiefen Eingebundenheit in das Netz des Lebens offenbar werden lässt.

Die wachsende Schar der modernen westlichen „**Baummenschen**“, die im Gegensatz zu den dort schon immer lebenden indigenen Waldmenschen den Wald beginnend von den Bäumen an mehr und mehr als inneres Tor für eine stärkere spirituelle Ausrichtung ihres oft urbanen und sehr diesseitigen Lebens entdecken und für die Reinigung des Kollektiven Bewusstseins von wichtiger Bedeutung sind, lassen sich dafür durch die folgenden Merkmale beschreiben:

Baummenschen....

- sind im Herzen froh, einen Wald zu erblicken und vor allem zu betreten.
- können ihre Gedanken und Emotionen als ruhiger und friedlicher wahrnehmen, wenn sie sich diesen im Wald hingeben.
- kehren immer wieder zu ihren Lieblingsorten in den ihnen leichter zugänglichen Wäldern zurück, um dort in stiller Eintracht mit der Natur zu sein.
- hören eine innere Stimme in sich, die den Wald in seiner inneren Tiefe erkunden will. Dieser Drang führt zur intensiveren Beschäftigung mit dem spirituellen Wissen über den Wald und seine Pflanzen und hierbei vor allem den Bäumen.
- Versuchen, aus den anfänglichen mystischen Erfahrungen im Wald Zeugnisse ihres Lebens abzuleiten, die ihnen als weise Impulse für das alltägliche Handeln dienen sollen.
- haben eine besondere Beziehung zu ihren intuitiv gewählten „Lieblingsbäumen“, die sie in Zeiten der Sorge und Trauer und vor wichtigen Übergängen immer wieder aufsuchen, um dort Trost und Rat zu finden.
- fühlen sich unter den Bäumen des Waldes mit dem Kosmischen Bewusstsein verbunden und richten ihre spirituellen Praktiken (vom kurzen Waldbaden bis zu mehrtägigen Visionssuchen) darauf aus, diese innere Verbundenheit im Wald zu stärken.

Baummenschen bedienen sich häufig spiritueller wie wissenschaftlicher Erkenntnisse, um einem spirituellen Paradigma in der Beziehung zwischen Mensch und Natur zum Durchbruch in der krisengeplagten Welt zu verhelfen. Die Wissenschaft der Pflanzen hat bereits mehrere Paradigmenwechsel hinter sich, die diesen Wandel begünstigen können. Der in der Botanik und Forstwissenschaft des 20. Jahrhunderts erstmals aufkommende Gedanke, das ein Wald mit den Bäumen, weiteren Pflanzen, Tieren und den Myriaden von Mikroorganismen über und unter der Erde als ein zusammenhängendes lebendiges Wesen im Sinne eines Organismus zu betrachten ist, hat sich trotz entschiedener vergang-

ener Widerstände im damaligen wissenschaftlichen Mainstream gegen diese Sichtweise heute in der anerkannten Idee des Ökosystems fortgesetzt. Dieses entwickelt sich selbstorganisiert weiter, so dass die menschlichen Eingriffe entgegen der derzeitigen forstwirtschaftlichen Nutzungsperspektive sehr vorsichtig erfolgen sollten, da viele der komplexen Zusammenhänge und Wechselwirkungen, die in Millionen von Jahren entstanden, heute noch gar nicht bekannt sind. Immer mehr Menschen wird heute bewusst, dass unser Wohlergehen, unsere Gesundheit und Sicherheit von den natürlich entstandenen und vom (kapitalistisch) wirtschaftenden Menschen stark beanspruchten Ökosystemen der Erde abhängt. Deren Ökosystemleistungen werden als versorgende Leistungen der nutzbaren Naturressourcen, regulierende Leistungen (Reinigung von Kohlendioxid, Kühlung von Landschaften, Speicherung von Wasser, Schutz vor Erdbeben oder Überflutungen) sowie den kulturellen Ökosystemleistungen (Erholung, Heilung, Unterhaltung und Erbauung durch den Naturaufenthalt) unterschieden. Das Gefühl der Verbundenheit mit der Natur, das auch mit spirituellen Praktiken im Wald vertieft werden kann, lässt sich in dieser Einteilung zu den kulturellen Leistungen zählen.¹²⁰

So wie sich die Perspektive auf den Wald hin zu seinen kulturellen Funktionen entwickelt hat, wird sich eines Tages auch seine spirituelle Bedeutung für die Menschheit insgesamt noch viel tiefer erschließen. Dazu kann die wachsende Schar der Baummenschen, die an den unterschiedlichsten Orten der äußeren Welt allein oder zusammen praktiziert und sich weiter vernetzt, einen wichtigen Beitrag leisten. Aus spiritueller Sicht ist der Wald durch sein ihn innerlich konstituierendes kollektives Bewusstsein als ein bewusster Organismus zu betrachten, dessen äußere Seite im Ökosystem sinnlich erfahrbar wird. Die Bäume des Waldes stellen oftmals das wichtigste Tor zur Innenwelt dar, so dass ihre mystischen Zuschreibungen in der Romantik auch eine tiefere spirituelle Grundlage haben. Sie wurde im Schamanismus näher erkundet, deren Methoden und Ansätze heute vielen Menschen einen intuitiven Zugang zur Innenseite des Waldes bieten. Der „Baummensch“ ist somit auch eine Metapher für die kontinuierliche Rückeroberung der uralten Lebensgrundlage des modernen Menschen, der sich von der Natur entfremdet hat und nun erst einmal wieder mit den Bäumen in eine besondere Verbindung tritt, worüber die Verbundenheit mit dem kollektiven Waldbewusstsein erfahren werden kann.

Der ewige „Baum des Lebens“ ist in vielen heiligen Schriften der Welt wie der Bibel und der Bhagavad Gita ein Bild für den menschlichen Körper und Geist. Dieser Baum des Bewusstseins im ideellen Kausalkörper liegt umgekehrt innerhalb des Baumes der Lebenskraft in Form des Astralkörpers und beide sind wiederum mit dem umgekehrten Baum unseres zerebrospinalen Nervensystems verbunden. Die Wurzeln dieses dreifachen Baumes der Gedankengänge, der Lebenskraft und der Hirnnerven hängen nach Paramahansa Yogananda oben verkehrt herum vom ewigen Kosmischen Bewusstsein als dessen „Muttererde“ herab und darunter hängen seine dreifältigen Äste, von denen aus viele Verzweigungen ausgehen, um den Organismus zu bilden. Der Mensch hat in seinem physischen Körper somit große Ähnlichkeit mit einem umgestülpten Baum. Die Haare sind dann die Wurzeln, der Rumpf entspricht einem zerebrospinalen Stamm, die Hände und Füße werden zu Ästen und die Zweige der Nerven verbreiten den Lebenssaft überall im Körper. Doch der verwirrte weltliche Mensch versteht weder sich selbst noch die Natur und erkennt den dreifältigen Baum des Bewusstseins in sich selbst nicht. Ein aufrichtiger Gottsucher oder eine Gottsucherin kann durch die Yogapraxis den vom Kosmischen Bewusstsein getrennten verdunkelten und dicht belaubten Baum der Sinnesfreuden und des Egoismus fällen und in überirdischer Ekstase das Kosmische Bewusstsein als Ursprung, Fortbestand und Ende des Lebensbaumes schauen, das die Form seines Körpers wie des gesamten Kosmos angenommen hat.¹²¹

So wie der Mensch über sieben Hauptchakren entlang der Wirbelsäule als Tor zu den astralen und kausalen Welten verfügt, so besitzt auch ein Baum vergleichbaren Zentren, um das innere Licht zu verarbeiten. Ein Baum verfügt (mindestens) über drei astrale Zentren, mit denen er das weiße göttliche Licht aus der Unendlichkeit von oben und das goldene Licht von Mutter Erde aufnimmt sowie ein Herz-

chakra, mit dem die bewusste Kommunikation mit den Artgenossen und dem Leben im Wald initiiert und gesteuert wird, so dass wir uns vor allem über dieses spirituelle Zentrum mit einem großen Baum verbinden können, bei dem sich dieses Chakra hinreichend dafür geöffnet hat. Der Baum spürt unser Herz mit seinem Herz und kann uns so sein eng mit dem Kollektiven Bewusstsein des Waldes verbundenes Bewusstsein als Resonanzraum für unsere intuitiven Erfahrungen aus dieser astralen spirituellen Verbindung zur Verfügung stellen. Die folgende Abbildung macht diese Zusammenhänge deutlich. Der Merksatz links fasst diese subjektiven Erkenntnisse prägnant zusammen und kann auch selbst für eine verbindende Übung mit einem Baum genutzt werden, wenn ich mich von unten mit ihm verbinde und anhand der drei Baum-Chakren meine eigenen entsprechenden Chakren besonders aktiviere. Hierbei wird auch schnell deutlich, ob dies heute „mein“ Baum ist oder sich die Verbindung energetisch nicht gut anfühlt, so dass ich weitersuchen muss.



Abbildung 7: Baumchakren und ihre symbolische Bedeutung für den Menschen

Damit ist ein erster lebendiger Kontakt zu einem einzelnen Baum hergestellt. Im nächsten Kapitel wird die Verbindung mit dem Kollektiven Bewusstsein des Waldes durch die Verbundenheit zwischen dem Herzchakra und dem ausgewählten Baum beschrieben, die einen unmittelbaren Kontakt mit der inneren Welt herauf liefert, von der Du für die Dauer der Übung ein Teil wirst und die Dir damit einen ganz besonderen Resonanzraum liefert. Dieser Raum hilft, die tieferen Wahrheiten des Bewusstseins zu offenbaren, die sich auch auf Dein Unter- und Überbewusstsein stützen. Aus der tiefen Verbindung mit dem inneren Waldbewusstsein habe ich dazu den folgenden Segen in der Stille vernommen, der unsere ständige geistige Verbindung zu Mutter Erde bekräftigt, deren Licht unser Licht heilsam unterstützen kann, wenn wir uns ihr über die Bäume bewusst zuwenden.

Sei wie ein Baum, nähre Dich vom astralen Licht, das aus dem Kosmos in diese Welt von oben eintritt über Dein Kopfhakra (Fontanelle). Entwirre die Knoten im Wurzelchakra, die verborgenen Traumata und verborgene Ängste, die Dich mit der Dunkelheit verbinden und das von unten kommende heilende Licht von Mutter Erde nicht frei in Dein Herz fließen lassen, so dass Du das trübe Licht des verdunkelten Kollektiven Bewusstseins Deiner Umgebung unreflektiert aufnimmst. Bleibe in lebendigen Kontakt mit Deinen wichtigen Beziehungen, die Dich mit dem Licht von oben wie von unten verbinden. Dein astrales Herz, hinter dem sich Gott verbirgt, steht zwischen Himmel und Erde, lass es voller Licht durchflutet sein, auf das Dein Leben leicht und voll tiefer Freude werde.

Lass die Liebe, die so in Deinem Herzen wächst, Dein Kompass sein, für das was Du tust und die, mit denen Du lebst. Bewahre das Bild des lichtgenährten verwurzelten Baumes in Dir und Mutter Erde und die Göttliche Mutter werden in Deiner Erfahrung immer liebevoll bei Dir sein. OM/AMEN

Das astrale Netzwerk des Waldes, welches die Bäume des Waldes über ihre astralen Wurzeln lichtvoll verbindet, hängt eng mit dem physischen „wood wide web“ zusammen, dessen verteilte elektrische Signale zwischen astraler und materieller Welt stehen. Im Dwarpara-Yuga werden noch viele wichtige elektromagnetische Zusammenhänge aufgedeckt, die das komplexe symbiotische Zusammenleben der Pflanzen mit ihrer Umwelt verständlich machen. Die Pflanzen leben unter und über der Erde und binden zu ihrer Ernährung das Wasser aus der Erde und das Sonnenlicht aus dem Kosmos in den Prozess der Photosynthese ein, den sie zum Leben und Wachsen benötigen und der uns als Nebenprodukt mit Sauerstoff versorgt. Mit dem Einatmen werden wir im Wald vom Sauerstoff der Bäume genährt und mit dem Ausatmen nähren wir die Bäume mit unserem Kohlendioxid, das sie für die Photosynthese benötigen. Neben diesem äußeren Kreislauf können wir uns auch in einem inneren Kreislauf mit dem inneren Licht der Pflanzen des Waldes verbinden. Sie erhalten es aus spiritueller Sicht einerseits durch die unmittelbare Anbindung an Mutter Erde, mit deren Licht sie über ihre astralen Wurzeln von Beginn an vereint sind wie keine andere Spezies auf diesem Planeten. Auf der anderen Seite erhalten sie unentwegt das kosmische Licht des Göttlichen, das Licht der Göttlichen Mutter, das von oben auf die Erde mit dem physischen Licht herabströmt und das astrale Zentrum in den Kronen der Pflanzen nährt, das sich ebenfalls bei großen Bäumen am stärksten entwickelt hat.

Sei Dir bewusst, dass der Weg nach innen zu den Pflanzen ein spiritueller Weg sein muss, der nicht von der äußeren Wissenschaft erkundet werden kann. Schamanische, yogische und andere mystische Wege führen hinein. Sie sind in der heutigen Welt durch die Verbreitung dieses spirituellen Wissens leicht zugänglich, so dass es viele Zugänge zur Seele des Waldes und seiner lichtvollen Bewohner gibt, um einen eigenen Weg daraus zu entwickeln, der bekanntes Wissen, tiefe Erfahrung und verbundene Erkundung des eigenen Lebens ermöglicht. Dazu braucht es weder Urwälder noch eine möglichst unberührte Umgebung. Vielmehr reichen ungestörte Plätze selbst in einem ansonsten auch bevölkerten Stadtwald, in der die stille Arbeit in Ruhe getan werden kann. So birgt die an manchen Stellen sich selbst als Naturwald überlassene Eilenriede in Hannover durch die innere Arbeit zugängliches uraltes Wissen, das in vielen ländlichen von der Waldwirtschaft zugerichteten Plantagenwäldern mittlerweile verlorengegangen ist.

Auch wenn vieles von dem spirituellen Wissen des Westens im Lauf der Jahrhunderte verloren gegangen ist, können wir die Magie der Wälder wiederentdecken und uns mit dem inneren Wesen des Waldes verbinden. Wir stehen nicht auf einer Stufe mit dem Pflanzen, weder in der natürlichen noch in der spirituellen Evolution. Doch vermitteln sie unserem verwirrten Geist wieder einen inneren Blick auf die Verbundenheit allen Seins, das letztlich auf einem allumfassenden göttlichen Bewusstsein beruht, das nicht geteilt werden kann, auch wenn es sich wie Wasser in einer Senke um einen Zusammenschluss beseelter Wesen sammelt und als deren kollektives Gruppenbewusstsein manifestiert.

6.2.3 Spirituelle Übungen zur Arbeit mit dem Kollektiven Bewusstsein

An anderer Stelle¹²² habe ich auf meiner Homepage (www.lichtsegeln.de) ausführlich die Funktion eines Stadtwaldes für das Kollektive Bewusstsein am historischen und für mich autobiografischen Beispiel von Hannover beschrieben und auch den spirituellen Naturcoachingansatz vorgestellt, der von hier aus in unseren Wäldern der Welt Anwendung finden kann.¹²³ Die Übertragbarkeit des Ansatzes auf einen solch besonderer Ort, den wir für die Arbeit gewählt haben, lässt uns unsere tiefe Verbundenheit mit der Welt gewahr werden lässt, die wie über den spürbaren Kontakt mit dem Kollektiven Bewusstsein eines Waldes erfahren. Er macht uns die Innenseite hinter dem lebendigen Grün erfahrbar, die uns in der „Entzauberung“ unserer modernen rationalistischen, individualistischen und atheistischen Welt nach und nach gestohlen wurde. Suche Dir an einem für Dich angenehmen grünen Ort, am besten ein Wald, falls der fehlt, einen Park mit Bäumen oder eine Wiese mit Bäumen an einem etwas abgeschiedenen Ort, an dem Du dich ungestört eine Zeit lang niederlassen kannst, auch wenn Menschen und z.B. ihre Hunde in der Nähe vorbeiziehen. Nun lasse Dich nieder, sitze still mit beiden Füßen auf dem Erdboden und schließe die Augen. Atme achtsam ein und aus. Genieße die Geräusche und den Sauerstoff, der durch Deine Lungen und Dein Herz in den gesamten Körper gepumpt wird. Du gibst mit dem Ausatmen den Stickstoff ab, den die Pflanzen als Nahrung nutzen. Werde Dir bewusst, in welchem energetischen Kreislauf des Lebens Du hier eingebunden bist.

Spüre innerlich, ob hier eine gute Verbindung besteht, denn nicht alle Bäume reagieren auf die Menschen so, wie diese sich das wünschen. Finde also erst einmal Deinen Baum, der groß und alt sehr gut als Dein „**Baumhirte**“ wirken kann. Seine vielfältigen gespeicherten Erfahrungen und das Verbundensein im Wurzelwerk des Waldes hat ihn seine „weibliche“ Rolle als Mutterbaum leben lassen. Die „männliche“ Rolle eines Baumhirten bezieht sich hier nicht auf die natürliche äußere Fortpflanzung, sondern auf die Rolle als Wegweiser und lebendiges Tor in das Innere des Waldes, der Dich dort beschützt und wie ein Hirte seine Herde an die guten Plätze führt, wo sie am Besten genährt werden kann. Für das innere „Grasen“ auf einer saftigen Wiese ohne Furcht vor Gefahren, die auch im Inneren eines Waldes auf Dich lauern können, ist eine tiefe Verwurzelung erforderlich, die sich auch in der größeren Tiefe weiter von dem astralen Licht von Mutter Erde genährt wird. Es kommt hier vor allem auf die Kraft der astralen Wurzeln an und nicht auf ihre physische Entfernung zum Kern der Erde, an dem sich auch das astrale Herz von Mutter Erde befindet. Mit ihrem Licht schützt der Baum als Mutterbaum seinen Nachwuchs und als Baumhirte unsere suchenden Seelen, die sich ihm für die Zeit der tiefen Begegnung anvertrauen.

Unsere tiefe Verbundenheit mit Mutter Erde ist eine spirituelle Grundkonstante in unserem Leben, die indigene Kulturen bis heute als Erbe für die Menschheit bewahrt haben, so dass wir im Westen davon wissen und sie für unsere Entwicklung erfahrbar machen können. Konzentriere Dich mit geschlossenen Augen auf Dein Herzchakra, das in Höhe des physischen Herzens auf der Wirbelsäule liegt und nimm wahr oder visualisiere ein kleines rundes goldenes Licht dort, das mit dem Herzschlag lebendig pulsiert. Dann rufe dreimal Mutter Erde und bitte sie um ihr Licht für Dich, auf dass es in Dein astrales Lichtherz fließen möge. Warte eine Weile und Du wirst an den Füßen vielleicht ein leichtes Prickeln spüren oder andere subtile Empfindungen haben, mitunter kannst Du auch ein braun-goldenes, bernsteinfarbiges Licht aus der Tiefe wahrnehmen, dass durch Deine Beine nach oben strömt und die Wirbelsäule hinauffließt, bis es im Herzchakra angekommen ist. Sitze nun still und nimm wahr, was Du in dieser Verbindung spüren kannst.

Nach einer Weile stelle Dir vor oder nimm vielleicht auch schon wahr, dass um dich herum auch goldene Lichtherzen leuchten. Sie befinden sich in den Stämmen der Bäume um Dich herum. Suche Dir einen Baumhirten aus, der dich anzieht, dazu kannst Du auch gern die Augen auf machen und schauen, wo er genau steht und dann lass wieder mit geschlossenen Augen von Deinem Herzchakra aus Dein

goldenes Herzlicht zusammen mit dem dort hineingeströmten inneren Licht von Mutter Erde mit dem Ausatmen nach unten fließen, wo es in den Boden strömt und dann sofort in Richtung des Baumherzens fließt. In der Erde kannst Du die Lichtwurzeln des Baumes wahrnehmen, mit denen sich Dein heranströmendes Licht nun verbindet und dann nach oben bis zum astralen Herzchakra des Baumes fließt. Nun bist Du mit Mutter Erde und diesem Baum verbunden. Prüfe jetzt noch einmal, ob sich die Verbindung gut anfühlt und Du wirklich einen Baumhirten gefunden hast, der jetzt und hier für dich da ist. In der Stille spüre nun allen Erfahrungen nach, die Du jetzt machst.

Nach einer weiteren Weile kannst Du vielleicht besser erkennen oder Dir vor Deinem inneren Auge vorstellen, dass die Lichtwurzeln Deines Baumes mit allen anderen Lichtwurzeln unter der Erde verbunden sind. Somit bist Du über Deine Verbindung mit dem Baum in alle Lichtverbindungen hier miteinander verbunden. Eine Verbindung mit Hilfe des Lichts ist eine Erfahrung von Verbundenheit, die in jeder lebendigen Beziehung zu einem beseelten Lebewesen greift. In diesem Bewusstseinszustand gehe nun daran, die folgende erste Übung zum Kollektiven Bewusstsein der Menschheit zu machen. Die Verbindung zum Waldbewusstsein hilft Dir, dabei eine tiefe Verbundenheit als echte Erfahrung im Hintergrund zu haben, wenn Du durch die Übung gehst.

Am Ende jeder inneren Übung im Wald ziehe Dein Licht mit dem Einatmen von dem Lichtherz des Baumes in Dein Herzchakra zurück und danke Mutter Erde für ihr Licht, so dass es sich wieder nach unten zurückzieht. Dann kehre nach einer stillen Meditation mit geöffneten Augen wieder in die äußere Welt zurück. Falls Du einen solchen Ort nicht aufsuchen kannst, visualisieren „Deinen“ Baum und verbinde Dich mit ihm in dem Wald Deiner Wahl als innerem Bild, um Dich in einen verbundenen Bewusstseinszustand zu versetzen. Nun kann die erste Übung beginnen, die Dich in dem Wald belässt und sein Inneres mit Deiner Seele gleichsetzt, in der ein kleiner Tümpel für das verbundene Leben steht. In der oben vorgestellten yogischen Betrachtungsweise der Yugas ändert sich dieses individuelle Bild und die größeren kollektiven-zeitlichen Zusammenhänge werden in dieser und der beiden nachfolgenden „Erdschalenübungen“ sichtbar und erfahrbar.

Erdschalenübung – Teil I

Stell Dir die Erde am Höhepunkt eines kosmischen Sonnenzyklus als eine riesige Schale im Weltall vor. Diese Schale enthält ein goldenes Lichtmeer aus einem reinen Kollektiven Bewusstsein und von oben fallen unzählige Seelentropfen aus hellgelben Licht wie Regen auf die Oberfläche und durchdringen das Lichtmeer mit ihrem hellen Bewusstsein.

Sieh, wie sich größere und kleinere Kugeln in dem Meer bilden, die für die verschiedenen Nationen und Reiche stehen, die sich mit der Zeit herausbilden. Mit dem nun einsetzenden Abstieg des Dharma kommen nach und nach mehr unwissende verdunkelte Seelentropfen von oben herab, die das Licht langsam schmälern. Auch in den Kugeln entsteht eine teilweise Schwärze, die sich immer mehr mit dem Licht vermischt.

Nach einer Zeit nähert sich der Abstieg dem Tiefpunkt und die Dunkelheit des Kollektiven Weltbewusstseins hat ihren Höhepunkt erreicht. Dann kannst Du pechschwarze Kugeln wahrnehmen, die auch ihre zum Teil noch hellere Umgebung in Schwärze tauchen, wenn sie daran vorbeiziehen. Solch dunkle Nationen stehen in der jüngeren Geschichte für das Kollektive Bewusstsein etwa Deutschlands unter Hitler und Russlands unter Stalin.

Zu allen Zeiten und besonders im tiefen Tal des Kali-Yugas kannst Du große goldene Lichtkugeln von oben wahrnehmen, die auf die Oberfläche kommen und ins Bewusstseinsmeer eintreten, wo sich ihr Licht allen anderen Kräften widersetzt und frei ausbreitet, so dass Du es noch selbst in einer dunklen

Nation befindend in der Ferne leuchten siehst. Dies ist das Licht der sich inkarnierenden Avatare, die das Heilige Licht Gottes in die verdunkelte Welt bringen.

Erinnere Dich an einen Avatar, der oder die Deinem Herzen am nächsten steht auf der spirituellen Suche Deines jetzigen Lebens. Rufe ihn oder sie und stelle Dir vor, wie der Avatar vor Dir in einem konzentrierten Licht erscheint, von dem ein Lichtkegel ausgeht, der Dich sofort einhüllt und alles im Hellen wahrnehmen lässt.

In diesem gegenwärtigen Licht erinnere Dich an alle Deine dir bewussten Meisterinnen und Meister, allen wichtigen spirituellen Lehrerinnen und Lehrern, die Du getroffen und deren Lehren Du mit offenem Herzen gehört hast und nimm alle Impulse auf, die Dir nun im Bewusstsein aufkommen, wie Du dein Leben lichtvoller gestalten kannst.

Nach einer Weile kehrt das trübe und dunkle Bewusstsein um Dich herum zurück, das helle Licht wird blasser und Du kannst das Bild nicht mehr halten. Dann danke dem Avatar und allen anderen heiligen Wesen von Herzen und kehre nach einer kurzen inneren Stille wieder in diese Welt mit offenen Augen zurück. Erhebe Dich von Zeit zu Zeit mit dieser Übung über das verdunkelte Licht der Dich umgebenden -hier deutschen- Nation und entferne Dich so von dem Abgrund, der Euch in den tiefen Schlund der Dunkelheit ziehen will, in der sie geboren wurde.

Die Erdschalenübung korrespondiert in ihrer weiten zeitlich-räumlichen Perspektive mit der Tümpelübung, die auf Dein individuelles Selbst im unmittelbaren Kontext Deines jetzigen bewussten Erlebens abzielt. Stelle Dir dazu wieder einen diesmal wunderschönen Wald vor, viele kleine Tümpel ruhen darin und Dein Tümpel glitzert in der Morgensonne. Du stehst am Rande und Dein Körper löst sich auf und fließt in den Tümpel hinein, der nun zu Deinem kleinen Selbst-Bewusstsein wird. Um den Tümpel steht ein großer Baum und auch vielleicht mehrere große Bäume. Ihre Wurzeln reichen tief unter dem Grund des Tümpels, physische wie astrale, die nach unten mit einem hauchdünnen Lichtstrahl mit dem zentralen großen goldenen Licht von Mutter Erde verbunden sind.

Ebenso strömt ein hauchdünner weißer Lichtstrahl von den oben in die Baumkronen und hinab in die Bäume. Rufe dieses Licht, das die Bäume über und unter der Erde bewahren und beschützen, in Deinen Tümpel hinab. Bitte Mutter Erde und die Göttliche Mutter um ihr Licht und nimm wahr, wie es sich über den Baum bzw. die Bäume von oben und unten in Deinem Tümpel verbreitet und alles heller, freudiger, schöner und wahrhaftig friedlich wird. So wirst Du der heiligen Funktion der Bäume als Mittler des oberen und unteren astralen Lichts einer höheren energetischen Schwingung als der physischen Materie gewahr, die Dir helfen, dieses Bild und diese inneren Übung klarer zu erfahren.

Bäume sind auch von außen betrachtet besondere verkörperte „Resonanzverhältnisse zur Natur“ für unser körpergebundenes Ego-Bewusstsein, die, wie es der Soziologe und Beschleunigungsforscher Harmut Rosa ausdrückt, uns mit einem eigensinnigen Gegenüber in lebendigen Kontakt bringen, an dem wir uns selbst wieder mehr verbunden fühlen und zur Ruhe kommen können. Für den Förster und Autor Peter Wohlleben ist der Wald seit vorchristlichen Tagen heilig und erst mit der Verbreitung des aus einer waldarmen Gegend stammenden Christentums wurde er zu etwas Bedrohlichem gemacht, das bis heute beinahe zerstört wurde. Die Rückbesinnung des „deutschen Waldes“ setzte mit der Zeit der Romantik ein und führte zu waldähnlichen Parks, die allerdings das natürliche Prinzip der Selbstorganisation außer Acht ließen, da der Wald keine menschliche Pflege nötig hat. Wir sollen wieder lernen, uns demütig als lebendiger verbundener Teil der Natur zu erfahren und uns bewusst machen, dass wir nur begrenzte Möglichkeiten zur Erfassung und Kontrolle unserer natürlichen Lebenswelt haben, was den Neubeginn des Stauens über die Vielfalt des Lebens beinhalten kann.¹²⁴

Halten wir also Ausschau in den uns vertrauten Wäldern nach Bäumen, Plätzen und vielleicht sogar Orten mit kleinen Tümpeln und wir können die äußere Welt des Waldes mit dem inneren stillen Erleben dieser Lichtmeditation verbinden, die unser Bewusstsein reinigt und unser kleines Selbst mit dem Großen Selbst des Waldes verbindet. Auch wenn wir auf dem vielleicht für uns neuen spirituellen Weg, den wir hier freudig betreten, noch am Anfang stehen, kann er uns den erfahrungsreichen Weg weisen zu dem großen spirituellen Resonanzfeld des Waldes in Form seines Kollektiven Bewusstseins. Wir können uns über die Bäume jederzeit damit astral verbinden, da wir alle über ein Herzchakra verfügen, das von dem goldenen Licht von Mutter Erde genährt ist. Auch wenn unser Gemüt einmal sehr verdunkelt sein sollte, was sich in diesen Zeiten heftigster Angriffe auf das Kollektive Bewusstsein unserer Nation immer wieder einstellen kann, können wir durch die Baummeditationen mit dem Tümpelbild und den Erdschalenübungen schon eine ganze Menge der eingedrungenen Dunkelheit und Trübnis in unserem Geist reinigen. Wiederholen wir diese Übungen und beherzigen vor allem die Impulse, die wir für unser Leben daraus erfahren, sind wir auf einem Weg, uns nicht nur über die Bindung an das vorherrschende Yuga und die darin gefangene Nation in ihrem Zusammenspiel mit hellen und dunklen Kräften hinwegzusetzen. Wir können auch erkennen, wo unser Beitrag in diesem kosmischen Spiel liegt. Jeder Schritt ist wertvoll. Und wenn es nur der nächste, nach außen hin klein wirkende Schritt ist, den wir nun nicht mehr ängstlich und mutlos, sondern mit Kraft und Freude angehen können, da wir uns mit der wahren Quelle des Lebens verbunden fühlen, die gleich hinter der Materie hinter uns wartet. Die zweite Erdschalenübung hilft uns dabei, die dunklen kollektiven Kräfte deutlicher zu machen, indem wir die kollektiven „Glaubenssätze“ einer Nation damit subjektiv enthüllen können.

Erdschalenübung – Teil II

Du bist im letzten Bild aus der Erdschalenübung in Deiner Gegenwart angekommen und rufst es wieder in Dir wach. Tauche ein in die Kugel Deiner Nation, gleich wie hell oder dunkel sie auch sein mag. Spüre in dem Fall der verdunkelten deutschen Nationenseelenkugel, welche Botschaften Du empfängst.

Hier ist das, was ich in der Eilenriede hörte:

„Krieg, voran bis zum Sieg.“

„Das Starke muss sich wehren, darf nicht vom Schwachen ward verzehren.“

„Als Einheit sind wir stark, unserer Verbündeter naht.“

Wichtig ist, diese Arbeit nicht als „heroische“ Befreiung der deutschen Seele misszuverstehen, sondern sein eigenes verstricktes Wirken darin bewusst zu erkennen und dadurch zu verändern, indem sich immer mehr auf das Licht der Göttlichen Mutter ausgerichtet wird.

Es gilt der selbstschützende Grundsatz:

Du kannst sie nicht alle befreien. Du kannst nur selbst zum Lichte eilen.

Nach den empfangenen Botschaften lass Dein Herzchakra golden erleuchten. Sieh ein Licht über Dir und bitte die Göttliche Mutter, zu Euch in diese Nation zu kommen und alle zu reinigen.

Sieh, wie sich viele kleine weiße Lichtstrahlen durch die Dunkelheit von oben nach unten fließen, was mit einer ersten wohltuenden leichten Entspannung verbunden sein kann.

Dann bitte die Göttliche Mutter, Dich zu reinigen.

Sieh, wie ein weißer Lichtstrahl von der oben in die Fontanelle eintritt und dann hinunter die Wirbelsäule an den Chakren entlang bis zum Steißbeinzentrum fließt, wo es wieder in die Nacht der Unwissenheit des gegenwärtigen Kollektiven Bewusstseins eintritt.

Höre auch wieder die empfangenen Botschaften nach dieser ersten Reinigung Dein Rufen vermag nicht mehr zu bewegen, als was Du erfährst, doch ist ein stetiges Streben für Dich und in der Gemeinschaft auf Dauer ein Weg, überhaupt etwas bewusst auf dieser Ebene zu tun, die sonst nur im Unbewussten schlummert und den trügerischen Suggestionen der dunklen Einflüsterer unserer Tage oft schutzlos ausgeliefert ist.

Hier ist das, was ich in der Eilenriede wahrgenommen habe:

„Allein sind wir zu klein und können nur ganz stille sein.“

„Halt mich fest, denn ich blicke nach unten und sehe keinen Grund.“

„Die Schwärze raubt mir die Sinne.“

„Gehorsam sein ist für uns Schwache der beste Wille.“

„Ein bisschen Licht am Horizont und schon träumen wir vom Schlaraffenland.“

Schaue nun weiter nach innen, wie Dich diese wahrgenommenen Botschaften in Körper, Herz und Geist bewegen. Wo erkennst du dich wieder?

Dann danke der Göttlichen Mutter und bitte Sie, dich gereinigt für Deine Nation wirken und in ihr wachsen zu lassen

Visualisiere Dich in der Dunkelheit der Nationenkugel ruhend, eingehüllt ganz in weißes Licht.

Dein goldenes Herz ist genährt, Dein mahlender Verstand unbeschwert.

Dann löse das gesamte Bild auf und kehre mit sich öffnenden Augen in die Welt zurück.

Diese Botschaften scheinen neben der gegenwärtigen Last noch viel von dem kollektiven totalitaristischen Geis der deutschen Geschichte zu tragen, der in den letzten Jahren durch den Funken der autoritären Coronapolitik wieder neu entfacht wurde und sich daher umso leichter in das kollektive Bewusstsein hineinschmoren konnten. Es gibt allerdings auch in der heutigen Zeit kleinere verbundene Gemeinschaften, die auch innerhalb der sie umgebenden Gesellschaft ein weitaus helleres Kollektives Bewusstsein mit deutlich positiveren Botschaften entwickeln können. So lässt sich ein harmonisches Arbeitsteam mit ganz anderen unbewussten Botschaften verbinden als die vielleicht gerade unter belastenden Konflikten leidende Familie und umgekehrt.

Eine aktiv praktizierende und unter göttlichem Geleit in Form eines erleuchteten Lehrers oder einer verwirklichten Lehrerin stehende Sangha kann als spirituelle Gemeinschaft ebenfalls ein ganz eigenes Bewusstsein innerhalb der verdunkelten Nation entwickeln. Hier kann sich das Bild eines etwas größeren helleren Tümpels anbieten, dessen GröÙte mit der GröÙe der visualisierten Gemeinschaft variiert. Der Tümpel steht nun für das Kollektive Bewusstsein dieser verbundenen Gruppe, deren Mitglieder vor Deinem geistigen Auge nach und nach am Rande des Tümpels erscheinen, bei einer größeren Gruppe von hinten nachrücken, während die erste Reihe bereits in den Tümpel eintritt und ganz in das Wasser eintaucht. Nach und nach sind alle Mitglieder Deiner Gemeinschaft – Du solltest auch eine direkte Verbindung zu ihr haben- in dem Tümpel eingetaucht und als letztes gehst Du selbst auch hinein.

Spüre nun nach innen, welche Botschaften Du jetzt empfängst. Vielleicht gibt es eine Frage, auf die Du eine Antwort suchst und nun neue Impulse dazu bekommst, sonst lass alle Erfahrungen auf Dich wirken und verabschiede Dich am Ende dankend aus dieser Gemeinschaft. Siehe, wie sich das Wasser dann

immer schneller im Kreise dreht und alle wieder an den Rand geschleudert werden und sich dann aus dem Bild entfernen, bis Du schließlich als letzter aus dem Wasser kommst und nach einer Weile der Stille das Bild auflöst und in die Welt zurückkehrst, um nun bewusst über die nächsten Schritte zu mentalisieren, die nun für Dich in dieser Gemeinschaft mit ihren Beziehungen zu Dir anstehen. Eine solche Gemeinschaft kann uns große Dienste für unsere spirituelle Entwicklung leisten. Die letzte Zuflucht sollten wir jedoch stets beim Göttlichen nehmen, wofür im Yoga die Göttliche Mutter steht, die uns durch ihre Gnade errettet. Die Erdschalenübung erinnert uns im dritten Teil an diese kosmische (vertikale) Bindung, durch die wir ein neues Bild auf diese Welt erhalten. Zur besseren Übersicht ist sie auf einer Seite beschrieben:

Erdschalenübung – Teil III

Gehe in das Dir präsente letzte Bild der zweiten Erdschalenübung, in denen das Licht seine reinigende Kraft für einen Moment etwas entfaltet hat.

Werde Dir bewusst, dass die Erdschale auch nur ein Teil deines wahren unendlichen Selbst ist, das für immer mit dem Göttlichen vereint ist.

So wird die Erdschale zu dem Dir aus den vorherigen Übungen bereits vertrauten Tümpel Deiner verdunkelten Seele, die in ihrer allumfassenden Größe auch alle Nationen hier umfasst.

Beobachte, wie Dein Blick sich ändert, wenn Du von außen auf dieses Bild Deines wahren Selbst schaust, das von dem dunklen Unrat des Kollektiven Bewusstseins der Menschheit über viele geistigen Nationenkugeln verschmutzt ist.

Wenn alles ein Teil von Dir selbst ist, was änderst Du dann?

Denke eine Weile über diese Frage nach. Dann nimm in Deiner Nationenkugel einen kleinen goldenen Lichtpunkt wahr, der Dein jetziges beseeltes Lebensbewusstsein verkörpert, das durch die Dunkelheit zu Dir scheint.

Was ruft es Dir zu?

Horche nach innen und richte Dich auf Dein kleines Selbst im Tümpel. Dann bitte Mutter Erde um ihr (goldenes) Licht von unten und sogleich bitte die Göttliche Mutter um ihr weißes Licht, das von oben in den Tümpel strömt.

Sieh ein paar Atemzüge, wie sich das trübe Wasser erhellt und alles etwas klarer wird. Jetzt atme tief ein und lass Dein Licht aus der Nationenkugel und dem Tümpel in Dein Herzchakra fließen, Du bist immer noch am Rande des Tümpels stehend bei dieser Übung.

Dann nimm beide Hände vor nach oben und stell Dir dabei vor, dass Du den ganzen Tümpel umfasst und anhebst. Wenn Du weiter nach oben kommst, werfe ihn mit einem Schwung über Dich und sieh, wie das immer noch schmutzige Wasser Deinen astralen Bewusstseins-Körper und Deinen physischen Körper umhüllen.

Bitte nun Mutter Erde und die Göttliche Mutter um das Licht für Dein verhülltes wahres Selbst, ohne dass es kein Entkommen aus der Dunkelheit gibt.

Sieh nun, wie sich langsam die dunkle Hülle um dich herum in einem etwas helleren Ton auflockert und alles leichter wird nach dieser nächsten Reinigungsstufe.

Nimm den letzten Erfahrungszustand, der noch lange nicht das reine Licht in allem verkörpert, bewusst wahr und behalte ihn im Gedächtnis. Das Licht heilt Dich Stück für Stück.

Dann danke Mutter Erde und der Göttlichen Mutter für diese kostbare Gelegenheit, Dein Leben nach und nach neu auszurichten und kehre zurück in die äußere Welt, ohne das Bild aufzulösen.

OM/Amen

Als Abschluss dieser inneren Arbeit, die an verschiedenen Tagen gemacht werden sollte, da jede einzelne Übung erst einmal verdaut und reflektiert werden will, kehren wir zum individuellen Bild des individuellen Bewusstseins als Tümpel im Wald des wahren großen Selbst der inneren Seele zurück und lassen uns im Angesicht der Vergänglichkeit der irdischen Zeit vom Licht selbst wieder ins Leben zurück führen. Solltest Du gerade eine depressive Phase durchmachen oder dich gar mit Selbstmordgedanken quälen, ist die folgende Übung für dich nicht geeignet. Gib daher wie bei jeder anderen Übung auch gut auf Dich acht und wähle intuitiv den Zeitpunkt der Übung, die gerade für dich ansteht. Hier geht es darum, einmal tief in ein größeres Bewusstsein einzutauchen, das uns mit einer höheren Welt verbindet, ohne dass wir einen Impuls verspüren sollten, diese Welt zu verlassen. Vielmehr dient diese Auszeit einer intensiven Phase der Stille, die unser Leben wie nach einer kleinen Neugeburt stärken und neu ausrichten soll. Das Motto „Stirb und werde“ bezieht sich auf die Lehre des Zen, wonach das Ego sterben muss, damit mein wahres Selbst geboren werden kann.

Abschließende Übung „Stirb und Werde“

- Stell Dir Dein Bewusstsein wieder als kleinen Tümpel in einem großen Wald vor.
- Nimm wahr, wie trübe oder klar er jetzt gerade ist. Reinige Dich, indem Du das goldene Licht von Mutter Erde von unten und das weiße kosmische Licht des Göttlichen, der Göttlichen Mutter von oben zur Dir rufst. Nähre dich wie die Bäume und anderen Pflanzen des Waldes innerlich von diesen beiden unerschöpflichen Lichtquellen und lass Dein Bewusstsein reinigen.
- Nun stelle Dir für den Moment einmal vor, als ob Dein Wasser des Bewusstseins als Verkörperung Deines Lebens hier auf der Erde nun an sein Ende gekommen ist. Nach und nach fließt das Wasser wie bei einem Abfluss kreisförmig rotierend nach unten ab und verschwindet in ein weißes leuchtendes Loch am Boden des Tümpels, rund herum ist alles dunkel.
- Du wirst zu diesem Loch hingezogen. Wenn Du mit dem Rest des Wassers dort angekommen bist, tauche in das weiße unendliche Licht ein bitte darum, diese Erfahrung als lebender Mensch zu beenden, dessen Zeit noch nicht gekommen ist.
- Du kannst eine Zeit lang in diesem Licht an der noch dem irdischen Leben zugewandten Oberfläche bleiben. Nimm die Menschen wahr, die am Rande des Tümpels auftauchen und bei Deinem nur scheinbaren Ableben um Dich trauern. Geh nicht weiter auf diese Trauer ein, sondern frage Dich vielmehr, welche Rolle Du in ihrem Leben noch spielen kannst und was jetzt Deine Aufgabe in der Welt ist.
- Erwarte hier keine tiefschürfenden Antworten, sondern mehr lebendige Impulse. Warte nicht zu lange, sondern nutze bald intuitiv den Augenblick eines bewussten Impulses nach oben und kehre mit Deinem Bewusstsein langsam wieder zurück. Unterstütze das Zurückfließen des Wassers in den Tümpel, indem Du Mutter Erde und das Göttliche/die Göttliche Mutter darum bittest, Dich in diesem Leben lichtvoll zu stärken.

- Dann siehe bzw. visualisiere, wie das Wasser Deines Bewusstseins nach und nach durch das weiße Loch in den Tümpel zurückgepresst wird, bis dieser wieder wie zuvor ganz mit Deinem Bewusstsein gefüllt ist.
- Nimm jetzt Kontakt zu den Menschen am Tümpel auf und freue Dich, dass Du noch Zeit mit ihnen bekommen hast. Gleich wie die Beziehung gerade steht, kannst Du jetzt bewusste Veränderungen vornehmen für Dein weiteres neues Leben.
- Am Ende Danke der Göttlichen Mutter und Mutter Erde und kehre mit sich öffnenden Auge nach einer kurzen Stille in diese Welt zurück und mach Dir bewusst, welche Impulse dieser Übung durch jetzt aufgreifen willst.

Damit endet der Übungsteil zur Arbeit mit dem Kollektiven Bewusstsein, in dem Du zuletzt in das große kosmische Bewusstsein eintauchst, um mehr und mehr bewusst zu werden, dass dieses äußere Leben auf der Welt nur ein Teil von etwas viel Größeren ist, das Yugas benötigt, um ein gereinigtes Kollektives Bewusstsein ganz in der Welt entfalten zu können. Wir können nicht auf das Goldene Zeitalter warten, wenn wir uns spirituell in diesem Leben weiterentwickeln wollen. Gleichzeitig haben wir unsere weltlichen Aufgaben und Herausforderungen, die von uns berufliche und private Entscheidungen verlangen, die wir an dem Größeren und Ganzen ausrichten können, um unser Leben mehr vom Licht durchdringen zu lassen und unsere untrügliche innere Intuition dabei stärken.

Zum Abschluss dieser Arbeit wird das dafür entwickelte und oben vorgestellte Lichtsegeln mit Hilfe des befreienden Lichtes der Göttlichen Mutter, das sie der Menschheit zur bewussten Verwendung für die individuelle und kollektive spirituelle Praxis geschenkt hat, in ein spirituelles Format überführt. Dieses wahrhaft spirituelle Selbst-/Coaching kann nun auch nach der Durchführung der oben aufgeführten Übungen in einem lichtvollen, also ressourcenreichen Zustand auf die aktuellen Fragen und Anliegen im Leben angewendet werden. Es steht damit immer noch zwischen rein weltlichen Coaching- und Beratungsansätzen und mystischen, tief spirituellen Pfaden. Doch wird hier ein göttliches Tor sichtbar, das uns einen ersten bewussten Kontakt mit überbewussten Ebenen erlaubt, die wir beim zunächst visualisierten und eines Tages wirklich erfahrbaren Verlassen des Körpers betreten können. Sie sollen uns helfen, unser Leben und die Vision des erwünschten zukünftigen Zustandes klarer zu sehen, um daraus die richtigen Schlüsse zu ziehen, auch wenn diese vielleicht nur den nächsten kleinen Schritt auf dem Weg zum großen Ziel umfassen, da wir noch nicht mehr sehen.

Bleiben wir auf unserem Pfad, kann uns Lichtsegeln besonders in dieser Form helfen, intuitiv den Kurs zu bestimmen, den unser Verstand allein nicht begreifen und unser Herz ohne dessen Hilfe nicht halten kann. Eine solche harmonische Balance von Herz und Geist, Licht und Bewusstsein wird uns helfen, unseren inneren Weg zu finden und Kurz zu halten in einer Welt, die dazu geschaffen wurde, uns mit allen Mitteln davon abzubringen. Treffen wir also unsere nächste Entscheidung – und segeln los!

7. Lichtsegeln mit Botschaften des Überbewusstseins: spirituelles Coaching für eine verbundene Lebensführung in der VUCA-RONA-Welt

Das abschließend darzustellende Format des spirituellen Lichtsegelns mit einer Verbindung zum Überbewusstsein, die mit Hilfe des Göttlichen Lichtes der Göttlichen Mutter hergestellt werden kann, ist nur ihrer Gnade zu verdanken, indem wir ihr Licht rufen dürfen. Da dieses Licht für die Zwecke unserer körperlichen, geistigen und seelischen Befreiung bestimmt ist und sich die vielen anderen Lichtern unserem bewussten Streben danach nach und nach nur intuitiv in unserer Sadhana erschließen werden und nicht Gegenstand eines immer auch zuletzt auf das reflexive Mental bezogenen spirituellen Coachings sein können, ist der bewusste Ruf auf dieses eine Licht begrenzt. Wie es in uns wirkt, bleibt allein der Göttlichen Mutter überlassen, deren Wirken wir uns vertrauensvoll soweit wie möglich öffnen sollen, um die Kraft und das Wissen ihres Lichts intuitiv ganz aufnehmen zu können.

Dieses große Geschenk wird uns durch die dunklen Zeiten helfen, die vor uns liegen, so dass wir uns weiterhin auf das Licht ausrichten können und von ihm genährt werden. Dieser Ruf ist nicht auf das Lichtsegeln beschränkt, sondern kann wie auch das Format der „inneren Sonne“, das durch den Ruf nach dem Göttlichen Befreiungslicht von oben abgerundet wird, auch für eigene Meditationen weiterführend verwendet werden. Hier wird der Bezug zum spirituellen Leben, das durch das Lichtsegeln unterstützt werden soll, am deutlichsten, da die lichtvolle Brücke zum Heiligen, die wir über die solcherart spirituelle aktivierte innere Sonne betreten können, auch den Lichtseglern und Lichtseglerinnen einen immer tiefer erfahrbaren intuitiven Kontakt zum Überbewusstsein offenbart.

Er wird nicht nur uns auf unseren verschwungenen Pfaden durch diese Welt führen, sondern kann uns auch zueinander bringen, wenn wir die Gemeinschaften mit ihren Gefährten und Gefährtinnen finden, die uns authentisch auf diesem verbundenen Weg stärken. Diese wahrheitssuchenden Gemeinschaften werden sich um ihre verwirklichten spirituellen Lehrerinnen und Lehrer sammeln, so dass wir auf dem Weg dadurch auch die von uns zuvor nicht klar gehörten göttlichen Stimmen wahrnehmen werden, welche die uns tief in Herzen drängend bewegenden Fragen für uns wirklich ganz beantworten können. Diese heilsamen und nährenden Antworten werden wir im Herzen spüren und nur diese innere Intuition ist der Gradmesser für das Annehmen dieser göttlichen Wesen und ihrer Lehren als wahre Wegweiser, um innerlich zu wachsen und in der äußeren Welt und den sich daraus ergebenden Zielen, Entscheidungen und Impulsen mehr Raum zu geben, so dass wir hier einen Erfolg nicht nur im materiellen, sondern auch spirituellen Sinne haben werden.

Ruf des göttlichen Lichtes der unendlichen Befreiung durch den Geist Heiligen Lichtes, der das All durchdringt und Euch diese Gnade auf Geheiß der Göttlichen Mutter gewährt.

Gemäß der indischen Zuschreibung und der diese fundierenden philosophischen Betrachtung des Sankhya, dass die Göttliche Mutter als alles erhaltende Kraft die Natur und damit auch uns im gesamten All bewegt und durchdringt, wird das zu rufende Licht als Licht der Befreiung von der Göttlichen Mutter zu uns gesandt. Wie Mutter Meera, die der derzeitig öffentlich wirkende Avatarin der Göttlichen Mutter auf der Erde, die von Indien zu uns nach Deutschland gekommen ist, beschrieben hat, sendet Gott dieses Licht zu uns.

Die Gewährung eines Einblicks in einen bestimmten Aspekt dieses Lichtes zur schrittweisen Befreiung unseres verdunkelten Bewusstseins von Trauer, Schmerz, Unwissenheit und Leiden, wenn wir aufrichtig, ernsthaft und voller Geduld danach streben, stellt ein großes Geschenk dar, dass wir zum Anfang des Jahres 2024 von ihr bekommen haben. Was wir empfangen, müssen wir tragen. Daher ist es gut, sich bewusst zu machen, dass dieses Licht, das bewusst Freude, Zuversicht, Hoffnung, Vertrauen, Friede, Mut und ein neues Wissen vermitteln kann, gegeben wird, damit wir unser Leben mehr und mehr nach dem Göttlichen ausrichten und uns immer mehr und dauerhaft für die Göttliche Mutter in unserem alltäglichen Handeln öffnen. Die Anrufung kann zu einem Ritual werden und im Gebet wie gleich aufgeführt erfolgen, als spontane Bitte um lichtvolle Hilfe im Alltag immer wieder aufflackern oder im Lichtsegeln als spirituelle Methode nicht spontan, sondern systematisch dafür verwendet werden, um unser Leben in der VUCARONA-Weltendämmerung einer multipolaren konfliktreichen, chaotischen und materialistischen Welt zu einem Weg des inneren Wachstums und kraftvollen äußeren Wirkens zu machen, das immer mehr dem Göttlichen übergeben wird, das den Sinn hinter allem bedeutet.

Wir segeln mit dem Licht und ändern diese Welt, wie es unseren Herzen tief gefällt.

Anrufung des Befreiung-Lichtes der Göttlichen Mutter

Paramatman ist das Höchste Wesen, unendliches Licht und der Ursprung von allem, dessen Licht überall anwesend ist. Mutter Meera ist gekommen, um es zu aktivieren und zur lichtvollen Transformation aller Menschen in ihrem täglichen Wirken auf die Erde herabzubringen.

Wir sind nun befugt, das weiße Licht in dem Aspekt der Befreiung von unserem Leiden mit offenen Herzen jederzeit zu rufen und es wird von uns als dünner weißer Lichtstrahl von oben aus der Unendlichkeit kommend wahrgenommen, der über die Fontanelle und das Kopf- und Kehlkopfchakra ins Herzchakra strömt, das daraufhin genährt sein goldenes Licht in die weiteren unteren Chakren fließen lässt und die innere Reinigung dort fortsetzt.

Wann immer Du dich daran erinnerst, dein Bewusstsein dafür öffnen kannst und den tiefen Wunsch hast, dieses transformierende Licht zu empfangen, bitte die Göttliche Mutter in der Form von Mutter Meera oder einer anderen ihrer Avatare wie Mutter Maria darum, Dir ihr Befreiungslicht zu senden. Du kannst es nur für Dich erbitten und darum beten, dass sich auch die anderen Menschen dafür öffnen mögen. Berichte von Deinen Erfahrungen, dieses Licht ist frei für alle Menschen, wie hell oder dunkel ihr Leben auch gerade sein mag.

Danke Gott für diese Gnade und strebe ständig, zu ihm zurückzukehren.

**Beispiel für ein Gebet vor und nach der Lichtmeditation zum Empfang des
Befreiungslichtes der Göttlichen Mutter**

Göttliche Mutter, Mutter Meera sende mir Dein Befreiungslicht.

*Lass mich seine lebendige Kraft spüren, lass meinen Körper, Geist und meine
Seele ganz von Deinem weißen Licht durchdrungen werden.*

Heile mich, heile mich, heile mich auf allen Ebenen.

Mach mein Bewusstsein rein und klar.

Frieden und Liebe, Freude und Wahrheit lass in mir wachsen.

Dein will ich werden, Dein ist mein Streben, Dein sei mein Leben.

*Mit dem Licht an der Hand durchschneide ich das dunkle Band,
das mich von Dir und dem Licht in allem trennt.*

(Erfahre das Licht und seine Wirkung nun in der Stille und sprich am Ende:)

*Dank sei Dir, Göttliche Mutter, Du bist bei mir, Himmlische Kraft,
Du führst uns alle ins Licht, wir sind alle Deine Kinder.*

OM/Amen

Das **Lichtsegeln** als auf dieser Anrufung des Befreiungslichtes aufbauendes spirituelles Coachingformat läuft zunächst wie oben in Punkt 4.4 beschrieben ab. Es wird um die Anrufung des Göttlichen modifiziert, um neben der Göttlichen Mutter von oben auch den Himmlischen Vater als männliche göttliche Energie in unserem Herzen zu bitten, diese Arbeit zu segnen, die mit einem intuitiv erfahrenen Segen endet. Das „kosmische Lichtsegeln“ läuft wie folgt ab:

1. **Die „innere Sonne“ spirituell aktivieren.**

Das Format läuft ab wie zuvor oben beschrieben. Jedoch wird hier neben dem Licht von Mutter Erde bei der Aktivierung des Kopfchakras nun auch das Befreiungslicht von der Göttlichen Mutter erbeten und im Herzchakra wird der Himmlische Vater gebeten, sich zu offenbaren, so dass das goldene Licht dort aus dieser unendlichen Quelle kraftvoll entspringen und unser goldener Lichtfunke schnell wachsen kann. Du musst es nicht unbedingt deutlich sehen und kannst Dir einfach seine heilsame und inspirierende Energie intuitiv vergegenwärtigen; wisse und vertraue auf seine Existenz, visualisiere dann den weißen Strahl und seine Vermischung mit den anderen Lichtern und Du wirst die Wirkung intuitiv erfahren. Am Anfang braucht es für die mitunter sehr subtilen Qualitäten Zeit, doch wirst du es spüren, wenn du mit offenen Herzen übst und diese spirituelle Übung praktizierst, die du auch in der Meditation nutzen kannst.

Der göttliche weiße Strahl durchdringt unser Bewusstsein und stellt eine direkte Verbindung mit dem Überbewusstsein her, wenn Du ihn aufrichtig und mit offenem Geist von der Göttlichen Mutter erbittest. Wie viel wir gerade davon wahrnehmen können, hängt von unserem aktuellen Bewusstseinszustand ab. Unsere regelmäßige reinigende spirituelle Praxis kann damit auch den Erfolg verbessern

2. **Das aktuelle Thema/Anliegen im inneren Licht betrachten**, neu formulieren oder erstmals in diesem Zustand bewusst machen, um sich ganz auf die erwünschte Zukunft auszurichten, die mit dem Anliegen verbunden ist. Hier können auch vergangene und gegenwärtige Bilder auftauchen, da das intuitive Erfassen der Eindrücke durch die Verbindung der drei Lichter von oben, aus dem Herzen und von Mutter Erde von unten zu spontanen subjektiven Wahrnehmungen führen, die der mentalen Formulierung des Anliegens eine ganz neue visionäre Richtung und Tiefe geben können, so dass wir das Thema immer wieder ins Auge nehmen sollten.

3. **Die „inneren Segel“ setzen und das Bewusstsein aufsteigen lassen** und dieses Segeln mit der entsprechenden Körperhaltung der beiden ausgestreckten Arme mit den Handschalen nach oben verbinden, um das relevante Bild, das durch das „Aufsteigen des Bewusstseins“ mit beiden erhobenen Armen mehr und mehr zu inneren Vision wird, zu erfahren, diese Impulse bewusst in sich aufzunehmen und im Anschluss daraus Entscheidungen abzuleiten.

Die Arme werden dafür beide einmal auch mit ausgestreckten Fingern nach oben gestreckt, so dass wir uns ganz auf das Befreiungslicht ausrichten. Nun lassen wir sie wieder auf Schulterhöhe senken und bilden die nach oben geöffneten Handschalen. In dieser stehenden Haltung können wir nun visualisieren und so bewusst wie möglich wahrnehmen, dass wir unseren Körper mit unserem Bewusstsein verlassen und dem Strahl nach oben folgen. Wir können soweit nach oben gehen, wie wir noch ein gutes Gefühl für unser Anliegen haben. Manchmal ist es hilfreich, bis ins All mit Blick auf die Sonne zu gehen und von dort auf unser Leben und die Situation hier zu blicken. Ein anderes Mal ist es gut, ganz nah bei mir in der relevanten Zukunft zu sein, um das Geschehen genau zu beobachten und vielleicht später eine höhere „Metaebene“ einzunehmen. Wir können spielerisch herausfinden, welche Höhe bei

einem Durchgang dieses Formates angemessen ist. Die „Flughöhe“ kann auch spontan variieren und wir finden uns vom Weltall auf einmal direkt über uns und den Menschen in den dann relevanten Beziehungen wieder. Diese Reise im überbewussten Licht der Göttlichen Mutter erfolgt intuitiv und da unsere innere Intuition anfänglich noch sehr schwach ist, können wir die einzelnen Bilder oft nicht lange halten. Doch auch diese Wechsel enthalten viel Neues und indem wir die Göttliche Mutter zwischendurch immer wieder um Beistand und ihr Befreiungslicht bitten, halten wir den Kontakt zum Überbewusstsein aufrecht, so gut wir das eben gerade können. Wenn die Arme zu schwer werden, können wir sie auch anwinkeln und die weiterhin geöffneten Handschalen vor uns bis auf Herzhöhe senken lassen, bevor wir die Arme wieder ganz auf Schulterhöhe ausstrecken können, um die Segel auf den Wellen des Lichts zu setzen, die unsere Reise auf dieser Welt innerlich beflügeln.

Segen für das Lichtsegeln

Wie ein Baum mische die drei Lichter,

weißes Licht von oben,

gold-braunes Licht von unten

und goldenes Licht der Herzensmitte.

In Deinem Geist und astralen Körper,

verbinde so Kopf- und Herzzentrum,

den beiden Tore zum Überbewusstsein.

Spüre das Licht, sehen ist nur eine Art.

Werde Dir Deiner inneren Sonne gewahr.

Das astrale Sonnenlicht nährt auch Dich.

Das physische Licht trägt diese Welt,

die das innere Licht zusammenhält.

Geh nach innen und lass Dich nähren,

Deine dunklen Schatten lass verzehren

und blicke freudig auf Dein Leben,

auf das Licht sei in Deinem Wirken und Streben.

Hülle den Mantel der Liebe aus Deinem Herzen

über das Bild, das intuitiv entsteht

und betrachte Dein Leben neu in diesem befreienden Licht.

Frieden ist in Wahrheit Liebe in der Stille.

So erfüllt sich Gottes Wille.

Nimm ihn wahr und gehe stets dorthin,

das sei im Leben Dein größter Sinn.

OM/Amen

8. Literatur

- ¹ Rubin, Rick (2023): kreativ. Die Kunst zu sein, zusammen mit Neil Strauss, München: O. W. Barth, S. 51 (erster Satz), S. 186.
- ² Aurobindo, Sri (1981): Briefe über den Yoga, Band 3: Erfahrung und Verwirklichung, Pondicherry -605 002: Sri Aurobindo Ashram Publication Department, S. 123 f.
- ³ Vgl. Hochgeschwender, Michael (2006): Die USA – ein Imperium im Widerspruch, in: Zeithistorische Forschungen/Studies in Contemporary History, Online-Ausgabe, 3 (2006), H. 1, URL: <https://zeithistorische-forschungen.de/1-2006/4526>, abgerufen am 18.02.2024.
DOI: <https://doi.org/10.14765/zzf.dok-1978>,
- ⁴ Vgl. Menzel, Ulrich (2016): Wohin treibt die Welt?, in: Aus Politik und Zeitgeschichte, 66. Jg., 43-45/2016, S. 4-8.
- ⁵ Vgl. Gläser, Waltraud (2022): Where do the terms "VUCA" and "BANI" come from? And who knows RUPT? By Vuca-World, 23. May 2022, <https://www.vuca-world.org/vuca-bani-or-rupt/>, abgerufen am 27.07.2022.
- ⁶ Vgl. Oysmüller, Thomas (2024): Weltweite Empörung über französisches „Pfizer-Gesetz“, tkp vom 16.02.2024, <https://tkp.at/2024/02/16/weltweite-empoeuerung-ueber-franzoesisches-pfizer-gesetz/> abgerufen am 18.02.2024.
- ⁷ Vgl. Becker, Andreas (2023) Schränkt die WHO Grundrechte bei nächster Pandemie ein? Nordkurier online vom 18.09.2023, <https://www.nordkurier.de/politik-wirtschaft/schraenkt-die-who-grundrechte-ein-1912565>, abgerufen am 18.02.2024.
- ⁸ Vgl. Kissler, Alexander (2022): Deutschland braucht Demokraten, aber kein «Demokratieförderungsgesetz», Neue Züricher Zeitung online vom 14.12.2022, <https://www.nzz.ch/meinung/der-andere-blick/deutschland-braucht-dieses-demokratiefoerderungsgesetz-nicht-ld.1716778>, abgerufen am 18.02.2024.
- ⁹ Vgl. Kölsch, Manfred (2024): Die Meinungsfreiheit stirbt hinter schönen Fassaden, Cicero vom 16.02.2024, <https://www.cicero.de/kultur/-der-digital-services-act-im-licht-der-verfassung>, abgerufen am 18.02.2024.
- ¹⁰ Vgl. Krohn, Michael (2022): Lichtsegeln: Visionäres Coaching zur holistischen Karriereentwicklung im VUCARONA-Kapitalismus, Reihe Lichtdialoge, Diskussionspapier Nr. 4, Hannover: 04.10.2022, https://www.lichtsegeln.de/wp-content/uploads/2022/10/Krohn_Lichtsegeln_Lichtdialoge_Paper_Nr_4.pdf, abgerufen am 03.01.2024.
- ¹¹ Vgl. Krohn, Michael (2022): Lichtsegeln: Visionäres Coaching zur holistischen Karriereentwicklung im VUCARONA-Kapitalismus, Reihe Lichtdialoge, Diskussionspapier Nr. 4, Hannover: 04.10.2022, https://www.lichtsegeln.de/wp-content/uploads/2022/10/Krohn_Lichtsegeln_Lichtdialoge_Paper_Nr_4.pdf, abgerufen am 03.01.2024.
- ¹² Vgl. Winters, Jeffrey & Page, Benjamin. (2009): Oligarchy in the United States?. Perspectives on Politics, Vol. 7, December 2009, pp. 731 - 751. DOI: 10.1017/S1537592709991770.
- ¹³ Vgl. z.B. Seckel, Timm (2022): Was reiche Russen zu Oligarchen macht, Handelsblatt online vom 05.04.2022, <https://www.handelsblatt.com/politik/russland-was-reiche-russen-zu-oligarchen-macht/28117934.html>, abgerufen am 03.01.2024.
- ¹⁴ Vgl. Hiller von Gaertringen, Christian (2022): Die Neuordnung der Welt, München: FinanzBuch Verlag, S. 39 ff.
- ¹⁵ Vgl. Hudson, Michael (2023): The Looming War Against China, BRAVE NEW EUROPE, 25, Juli 2023, <https://braveneweuropa.com/michael-hudson-the-looming-war-against-china>, abgerufen am 02.09.2023.
- ¹⁶ Vgl. Sullivan, Jake (2023): The Sources of American Power, Foreign Affairs, Volume 102, Number 6, pp. 8-29.
- ¹⁷ Vgl. Fazi, Thomas (2023): Die Deindustrialisierung Europas, Makroskop, Ausgabe 26/2023, 23.08.2023, <https://makroskop.eu/26-2023/die-deindustrialisierung-europas/>, abgerufen am 25.08.2023.
- ¹⁸ Vgl. Shapiro, Jeremy/Puglierin, Jana (2023): The art of vassalisation: How Russia's war on Ukraine has transformed transatlantic relations, European Council of Foreign Relations, Policy Brief 4. April 2023, <https://ecfr.eu/publication/the-art-of-vassalisation-how-russias-war-on-ukraine-has-transformed-transatlantic-relations/> abgerufen am 25.08.2023.
- ¹⁹ Vgl. DIW ECON GmbH für die Diakonie Deutschland (2023): Kosten (keiner) Kindergrundsicherung – Folgekosten von Kinderarmut, Berlin, 18. August 2023, https://www.diakonie.de/fileadmin/user_upload/Diakonie/PDFs/Pressmitteilung_PDF/Diakonie_DIWEcon_Kindergrundsicherung_v4.0.pdf, abgerufen am 25.08.2023.
- ²⁰ Vgl. Deutsche Presseagentur (2024): Scholz für Bürgerrat zur Corona-Aufarbeitung, in: Zeit Online vom 23. Juni 2024, <https://www.zeit.de/news/2024-06/23/scholz-fuer-buergerrat-zur-corona-aufarbeitung>, abgerufen am 09.07.2024.

-
- ²¹ Vgl. Vogt, Jonas (2023): „Friendship Recession“: Sind Freundschaften in der Krise, Der Standard online vom 05. Februar 2023, <https://www.derstandard.de/story/2000143194847/friendship-recession-sind-freundschaften-in-der-krise>, abgerufen am 25.08.2023.
- ²² Vgl. Sinus Markt- und Sozialforschung GmbH (2022): Freunde-Studie: Jede*r Fünfte hat Freunde wegen unterschiedlichen Meinungen zu Corona verloren, Heidelberg: 28.07.2022, <https://www.sinus-institut.de/media-center/presse/tag-der-freundschaft-2022>, abgerufen am 25.08.2023.
- ²³ Vgl. Sachverständigenausschuss nach § 5 Abs. 9 IfSG (2022): EVALUATION DER RECHTSGRUNDLAGEN UND MAßNAHMEN DER PANDEMIEPOLITIK - BERICHT DES SACHVERSTÄNDIGENAUSSCHUSSES NACH § 5 ABS. 9 IFSG, https://www.bundesgesundheitsministerium.de/fileadmin/Dateien/3_Downloads/S/Sachverstaendigenausschuss/BER_IfSG-BMG.pdf, abgerufen am 25.08.2023.
- ²⁴ Vgl. Ärztinnen und Ärzte für individuelle Impfentscheidung e.V (2022): Stellungnahme zum Entwurf eines Gesetzes zur Aufklärung, Beratung und Impfung aller Volljährigen gegen SARS-CoV-2 (SARSCovImpfG) Bundestags-Drucksache 20/899, Berlin: 09.03.2022, https://individuelle-impfentscheidung.de/fileadmin/Downloads/SARSCovImpfG_9.03.22.pdf, abgerufen am 13.08.2023.
- ²⁵ Vgl. Kuhbandner C, Reitzner M (May 23, 2023) Estimation of Excess Mortality in Germany During 2020-2022. Cureus 15(5): e39371. doi:10.7759/cureus.39371, <https://www.cureus.com/articles/149410-estimation-of-excess-mortality-in-germany-during-2020-2022#!/> abgerufen am 01.09.2023;
- ²⁶ Vgl. Poulakos, Ismene/Kittel, Sonja (2023): Deutschland auf der Flucht vor der Wirklichkeit, rheingold Institut (Hrsg.), Köln: 27. Juli 2023, <https://www.rheingold-marktforschung.de/gesellschaft/deutschland-auf-der-flucht-vor-der-wirklichkeit/> abgerufen am 23.08.2023.
- ²⁷ Vgl. z.B. Bildzeitung online vom 02.09.2023: Wo die Klima-Chaoten jetzt zuschlagen wollen, <https://www.bild.de/politik/inland/politik-inland/letzte-generation-beendet-sommerpause-was-die-klima-chaoten-jetzt-planen-85267400.bild.html>, abgerufen am 22.12.2023.
- ²⁸ Eichler, Lina/Jeschke, Hennig/Alt, Jörg zusammen mit Krumpken, Angela (2023): Die Letzte Generation – Das sind wir alle, München: bene! Verlag, S. 115.
- ²⁹ Vgl. Pistorius, Boris (2023), in: Rzepka, Dominik: Pistorius sieht Gefahr eines Kriegs in Europa, Zusammenfassung eines Interviews in der ZDF-Sendung Berlin direkt vom 29.10.2023., <https://www.zdf.de/nachrichten/politik/pistorius-zeitenwende-ukraine-israel-100.html>, abgerufen am 31.10.2023.
- ³⁰ Vgl. Hurrelmann, Klaus (2023): Die Bevölkerung ist erschöpft, taz online vom 03.08.2023, Interview mit Sabine am Orde, <https://taz.de/Forscher-ueber-Zustand-der-Gesellschaft/!5951963/> . abgerufen am 22.12.2023.
- ³¹ Vgl. Senge, Peter et al. (2011): Die notwendige Revolution, Heidelberg: Carl-Auer Verlag, S. 60 ff.
- ³² Vgl. Lamberty, Pia/Nocun, Katharina (2022): Gefährlicher Glaube. Die radikale Gedankenwelt der Esoterik, Köln: Bastei Lübbe AG, S. 9 ff.
- ³³ Vgl. Antes, Gerd et al. (2023): 2. Offener Brief der Initiative Pandemieaufarbeitung vom 30.06.2023, https://pandemieaufarbeitung.net/wpcontent/uploads/2023/06/pandemieaufarbeitung_zentrale_brueche.pdf Abgerufen am 22.12.2023.
- ³⁴ Vgl. Desmet, Mattias (2022): The Psychology of Totalitarianism, White River Junction, Vermont USA/London, UK: Chelsea Green Publishing, S. 89 ff.
- ³⁵ Vgl. Le Bon, Gustave (2011): Psychologie der Massen, französische Originalausgabe 1895, Köln: Anaconda Verlag, S. 9 ff.
- ³⁶ Vgl. Hardinghaus, Christian (2023): Kriegspropaganda und Medienmanipulation, München: Europa Verlag, S. 7 ff.
- ³⁷ Vgl. Lankau, Ralf (2017): Kein Mensch lernt digital, Weinheim, Basel: Beltz, S. 10
- ³⁸ Vgl. Tögel, Jonas (2023): Kognitive Kriegsführung, 3. Aufl., Frankfurt am Main: Westend, S. 9 ff.
- ³⁹ Vgl. Whitney, Mike (2023): Was Washington's Bio-Weapon Attack on China a Success? The Unz Review, September 26, 2023, <https://www.unz.com/mwhitney/was-washingtons-bio-weapon-attack-on-china-a-success/>, abgerufen am 01.01.2024.
- ⁴⁰ Vgl. Nehls, Michael (2023): Das indoktrinierte Gehirn, Vörsstetten: Mental Enterprises Verlag, S. 36 ff.
- ⁴¹ Vgl. Welfens, Paul J. J. (2022): Russlands Angriff auf die Ukraine, Wiesbaden: Springer, S. 7. ff.
- ⁴² Vgl. Tögel, Jonas (2023): Kognitive Kriegsführung, 3. Aufl., Frankfurt am Main: Westend, S. 149 ff.
- ⁴³ Vgl. Hardinghaus, Christian (2023): Kriegspropaganda und Medienmanipulation, München: Europa Verlag, S. 19 ff.
- ⁴⁴ Vgl. Hardinghaus, Christian (2023): Kriegspropaganda und Medienmanipulation, München: Europa Verlag, S. 56 ff.
- ⁴⁵ Vgl. Radden Keefe, Patrick (2022): Imperium der Schmerzen, München: hanserblau, S. 15 ff.

-
- ⁴⁶ Vgl. Göttsche, Peter C. (2015): Tödliche Medizin und Organisierte Kriminalität, 2. Aufl., München: riva, S.23 ff.
- ⁴⁷ Vgl. Jansen, Jonas ((2017): Elon Musk warnt vor 3. Weltkrieg durch Künstliche Intelligenz, Frankfurter Allgemeine Zeitung Online, 04.09.2017, <https://www.faz.net/aktuell/wirtschaft/kuenstliche-intelligenz/elon-musk-tesla-chef-warnt-vor-kuenstlicher-intelligenz-15182958.html>, abgerufen am 05.11.2023.
- ⁴⁸ Vgl. Russel, Stuart/Norvig, Peter (2023): Künstliche Intelligenz, 4., aktualisierte Auflage, München: Pearson, S. 25 ff.
- ⁴⁹ Vgl. Schirrmacher, Frank (2014): Ego. Das Spiel des Lebens, 4. Aufl., München: Pantheon, S. 21 ff.
- ⁵⁰ Vgl. Kühn, Carmen (2012): Psychopathen in Nadelstreifen, Köln: Josef Eul Verlag, S. 28 ff., einzelne Kriterienprüfung ab S. 114 ff.
- ⁵¹ Vgl. Zweig, Katharina A. (2023): Droht KI den Mensch zu ersetzen? In: Aus Politik und Zeitgeschichte, 73. Jahrgang 42/2023, 14. Oktober 2023, S. 4-8.
- ⁵² Vgl. Suleyman, Mustafa (2023): Was kommt nach ChatGPT, Herr Suleyman? Interview mit Will Douglas Heaven, MIT Technology Review, 08/2023, S. 78-81.
- ⁵³ Vgl. Kornwachs, Klaus (2023): KI und die Disruption der Arbeit, München: Hanser, S. 275 ff.
- ⁵⁴ Vgl. Briggs, J./Kodnani, D. (2023): The Potentially Large Effects of Artificial Intelligence on Economic Growth, Goldman Sachs Economics Research, 26 March 2023, https://www.ansa.it/documents/1680080409454_ert.pdf, abgerufen am 05.11.2023.
- ⁵⁵ Vgl. Gmyrek, P./Berg, J./Bescond, D. (2023): Generative AI and jobs: A global analysis of potential effects on job quantity and quality, ILO Working Paper 96 (Geneva, ILO). <https://doi.org/10.54394/FHEM8239> , abgerufen am 05.11.2023.
- ⁵⁶ Russel, Stuart/Norvig, Peter (2023): Künstliche Intelligenz, 4., aktualisierte Auflage, München: Pearson, S. 1126.
- ⁵⁷ Vgl. Rushkoff, Douglas (2022): The super-rich 'preppers' planning to save themselves from the apocalypse, The Guardian, Sun 4 Sep 2022, <https://www.theguardian.com/news/2022/sep/04/super-rich-prepper-bunkers-apocalypse-survival-richest-rushkoff>, abgerufen am 04.01.2024.
- ⁵⁸ Vgl. zu den folgenden Ausführungen: Krohn, Michael (2022): Lichtsegeln: Visionäres Coaching zur holistischen Karriereentwicklung im VUCARONA-Kapitalismus, Reihe Lichtdialoge, Diskussionspapier Nr. 4, Hannover: 04.10.2022, https://www.lichtsegeln.de/wpcontent/uploads/2022/10/Krohn_Lichtsegeln_Lichtdialoge_Paper_Nr_4.pdf., abgerufen am 11.04.2024.
- ⁵⁹ Vgl. Johnstone, Caitlin (2024): Empire Managers Explain Why This New Protest Movement Scares Them, May 9, 2024, <https://caitlinjohnstone.com.au/2024/05/09/empire-managers-explain-why-this-new-protest-movement-scares-them/>, abgerufen am 11.05.2024.
- ⁶⁰ Johnstone, Caitlin (2020): Was ehrbare Bürger und was verrückte Verschwörungstheoretiker glauben, in: Mies, Ulrich (Hrsg.): Mega-Manipulation, Frankfurt/Main: Westend, S. 66.69, Zitat S. 66.
- ⁶¹ Vgl. Redaktion Multipolar (2024): Mehr als tausend Passagen geschwärzt: Multipolar veröffentlicht freigelegte RKI-Protokolle im Original, Multipolar vom 20. März 2024, <https://multipolar-magazin.de/artikel/rki-protokolle-2>, abgerufen am 11.05.2024.
- ⁶² Vgl. Ispaylar, Aylin (2016): Selbstreflexion, in: Frey, Dieter (Hrsg.): Psychologie der Werte, Berlin, Heidelberg: Springer, S.177-186..
- ⁶³ Vgl. Kahnemann, Daniel (2012): Schnelles Denken. langsames Denken, München: Penguin Verlag, S. 13 ff.
- ⁶⁴ Vgl. Willke, Helmut (2020):.. Zur Rationalität der Intuition. Organisationsberat Superv Coach 27, 551–563 (2020). <https://doi.org/10.1007/s11613-020-00676-2>.
- ⁶⁵ Vgl. Gigerenzer, Gerd (2007): Bauchentscheidungen, 11. Aufl., München: C. Bertelsmann Verlag, S. I ff.
- ⁶⁶ Vgl. Moring, Andrea (2023): „Intuition ist Wissen, kein Gefühl aus dem Nichts“, Gespräch mit Christine Petrick-Löhr, Personalwirtschaft Digital vom 26. Juli 2023, <https://www.personalwirtschaft.de/news/personalentwicklung/intuition-ist-wissen-kein-gefuehl-aus-dem-nichts-160242/>, abgerufen am 23.05.2024.
- ⁶⁷ Vgl. Jonas, E., Moser, A. & Quirin, M.: (2020): Erster Eindruck oder sechster Sinn? Supervision und Coaching im Spannungsfeld zwischen Intuition und Reflexion. Organisationsberat Superv Coach 27, 439–454 (2020). <https://doi.org/10.1007/s11613-020-00679-z>
- ⁶⁸ Vgl. Wikipedia (2024): Beitrag Intuition, <https://de.wikipedia.org/wiki/Intuition>, abgerufen am 13.05.24.
- ⁶⁹ Vgl. Yogananda. Paramahansa (2015): Was ist Wahrheit? Vortrag im Ersten Tempel der Self-Realization Fellowship Encinatas, Kalifornien, 13. Februar 1938, in: Self Realization Fellowship (Hrsg.): Die Reise zur Selbst-Verwirklichung, Gesammelte Vorträge und Essays, Band III, Los Angeles: Self-Realization Fellowship Publishers, S. 118-125.
- ⁷⁰ Vgl. Yogananda, Paramahansa (2001): Das unendliche Wesen Gottes, Vortrag im Internationalen Mutterzentrum der Self-Realization Fellowship in Los Angeles, Kalifornien, 28. Januar 1937, in: Self Realization

Fellowship (Hrsg.): Die ewige Suche des Menschen, Gesammelte Vorträge und Essays, Band I, Los Angeles: Self-Realization Fellowship Publishers, S. 25-38.

⁷¹ Vgl. Aurobindo, Sri (1981): Briefe über den Yoga, Band 3: Erfahrung und Verwirklichung, Pondicherry: Sri Aurobindo Ashram Publication Department, S.310-314.

⁷² Vgl. Hinterberger, Thilo (2014): Neurobiologie des Bewusstseins, in: Galuska, Joachim (Hrsg.): Bewusstsein, Berlin: Medizin Wissenschaftliche Verlagsgesellschaft, S. 27-34.

⁷³ Vgl. Rimmel, Andreas (2006): Körper und Persönlichkeit – Persönlichkeitsstörungen in der Perspektive der medizinischen Anthropologie, in: Rimmel, Andreas et al. (Hrsg.): Handbuch Körper und Persönlichkeit, Stuttgart: Schattauer, S. XVII-XXII., hier S. xxi f.

⁷⁴ Vgl. Kriyananda, Swami (2016): Intuition für Anfänger, Petersberg: Verlag Via Nova, S. 25 ff.

⁷⁵ Vgl. Goswami, A. (2007): Das bewusste Universum, Stuttgart: Lüchow Verlag, S. 167 ff.

⁷⁶ Vgl. Dürr, H. (2006): Das Lebendige lebendiger werden lassen, in: Paracelsus Akademie Villach (Hrsg.) Lebensimpulse. Wege aus Abhängigkeiten, Wien: RH Verlag, S.42-75.

⁷⁷ Vgl. Bauer, Joachim (2023): Realitätsverlust, München: Heyne, S. 28 ff.

⁷⁸ Vgl. Sonnenmoser, Marion (2018): Einsamkeit und Gesundheit, in: Hax-Schoppenhorst, Thomas (Hrsg.): Das Einsamkeits-Buch, 1. Aufl., Bern: Hogrefe-Verlag, S. 89-96

⁷⁹ Vgl. Diabaté, Sabine; Frembs, Lena C.; Kaiser, Till; Bujard, Martin (Hrsg.) (2024): Einsamkeit im jüngeren und mittleren Erwachsenenalter angestiegen, FRIDA Policy Brief, Mai 2024, <https://www.bib.bund.de/Publikation/2024/Einsamkeit-im-juengeren-und-mittleren-Erwachsenenalter-angestiegen.html?nn=1219558>, abgerufen am 31.05.2024.

⁸⁰ Vgl. Fonagy, Peter et al. (2004): Affektregulierung, Mentalisierung und die Entwicklung des Selbst, Stuttgart: Klett-Cotta, S. 9 ff.

⁸¹ Vgl. Krohn, Michael (2020): Bindungsbiografisches Coaching zur achtsamen Gestaltung von Beziehungen im digitalen Kapitalismus, Coaching Theor. Prax. (2020) 6:91–99, Published 22 July 2020, <https://doi.org/10.1365/s40896-020-00039-9>, Share Link: <https://rdcu.be/b5NoC>.

⁸² Vgl. Vgl. Sydow, Kirsten von (2017): Bindung und Paarbeziehung, in: Strauß, Bernhard/Schauenburg, Henning (Hrsg.): Bindung und Psychologie und Medizin, 1. Aufl., Stuttgart: Kohlhammer, S. 87-100.

⁸³ Vgl. Vgl. Krohn, Michael (2022): Lichtsegeln: Visionäres Coaching zur holistischen Karriereentwicklung im VUCARONA-Kapitalismus, Reihe Lichtdialoge, Diskussionspapier Nr. 4, Hannover: 04.10.2022, https://www.lichtsegeln.de/wp-content/uploads/2022/10/Krohn_Lichtsegeln_Lichtdialoge_Paper_Nr_4.pdf, abgerufen am 03.01.2024, S. 113 ff.

⁸⁴ Vgl. Csikszentmihalyi, Mihaly (1997): Flow und Kreativität, Stuttgart: Klett-Cotta, S. 162-166

⁸⁵ Vgl. Csikszentmihalyi, Mihaly (1992): Flow: Das Geheimnis des Glücks, Stuttgart: Klett-Cotta, S. 103 ff.

⁸⁶ Vgl. Aurobindo, Sri (1983): Briefe über den Yoga, Band 4: die Umwandlung, Sri Aurobindo Ashram, Publication Department: Pondicherry, India, S. 10 ff.

⁸⁷ Vgl. Linares Arroyo, Hector & Abascal, Angela & Degen, Tobias & Aubé, Martin & Espey, Brian & Gyuk, Geza & Hölker, Franz & Jechow, Andreas & Kuffer, Monika & Sanchez de Miguel, Alejandro & Simoneau, Alexandre & Walczak, Ken & Kyba, Christopher. (2024). Monitoring, trends and impacts of light pollution. Nature Reviews Earth & Environment, May 2024 DOI:10.1038/s43017-024-00555-9.

⁸⁸ Vgl. Zielinska-Dabkowska KM, Schernhammer ES, Hanifin JP, Brainard GC (2023): Reducing nighttime light exposure in the urban environment to benefit human health and society. Science 380:1130–1135. <https://doi.org/10.1126/science.adg527>.

⁸⁹ Vgl. Paulus, F.W. (2024): Digitale Medien und Schlaf bei Kindern und Jugendlichen: Grundlagen. *Paediatr. Paedolog.* 59, 82–87 (2024). <https://doi.org/10.1007/s00608-024-01187-4>.

⁹⁰ Vgl. Yogananda. Paramahansa (2015): Zweifel, Glaube und Vertrauen - Vortrag aus den frühen 1930er Jahren, in: Self Realization Fellowship (Hrsg.): Die Reise zur Selbst-Verwirklichung, Gesammelte Vorträge und Essays, Band III, Los Angeles: Self-Realization Fellowship Publishers, S. 350-363.

⁹¹ Aurobindo, Sri (1981): Briefe über den Yoga, Band 3: Erfahrung und Verwirklichung, Sri Aurobindo Ashram, Publication Department: Pondicherry, India, S. 3 ff.

⁹² Vgl. Yogananda, Paramahansa (2015): Die konzentrierte Kraft der Aufmerksamkeit führt zum Erfolg, Vortrag am Internationalen Hauptsitz der Self-Realization Fellowship, Los Angeles, 11. Juli 1940, in: Self Realization Fellowship (Hrsg.): Die Reise zur Selbst-Verwirklichung, Gesammelte Vorträge und Essays, Band III, Los Angeles: Self-Realization Fellowship Publishers, S. 311-328.

⁹³ Yogananda, Paramahansa (1997): Religion als Wissenschaft, München: Knauer, S. 67

⁹⁴ Vgl. King, Martin Luther (2018): Ich habe einen Traum: ein Lesebuch, Herausgegeben von Heinrich Grosse, Ostfildern: Patmos, S. 20 ff.

⁹⁵ Ebenda, S. 171.

- ⁹⁶ Vgl. Haspel, Michael (2019): Nachgefragt: "Was ist geblieben von Martin Luther Kings Traum, Prof. Haspel?" Wortmelder, der Forschungsblog der Universität Erfurt vom 15.01.2019, <https://www.uni-erfurt.de/forschung/aktuelles/forschungsblog-wortmelder/nachgefragt-was-ist-geblieben-von-martin-luther-kings-traum-prof-haspel>, abgerufen am 27.02.2024.
- ⁹⁷ Vgl. Siggelkow, Bernd/Büscher, Wolfgang (2024): Das Verbrechen an unseren Kindern, Paderborn: Bonifatius, S. 9 ff.
- ⁹⁸ Vgl. den Eintrag von Václav Havel auf wikipedia, https://de.wikipedia.org/wiki/V%C3%A1clav_Havel, abgerufen am 14.01.2024.
- ⁹⁹ Vgl. Havel, Václav (2018): Versuch, in der Wahrheit zu leben, Hamburg: Rowohlt, S. 10 ff.
- ¹⁰⁰ Ebenda, S. 13-28.
- ¹⁰¹ Vgl. Matthes, Jesko (2023): EMA: Niemand hatte die Absicht, eine Massenimpfung zuzulassen, Achgut.com vom 24.11.2023, https://www.achgut.com/artikel/ema_niemand_hatte_die_absicht_eine_massenimpfung_zuzulassen, abgerufen am 14.01.2024.
- ¹⁰² Vgl. z.B. Wimalasena, Jörg (2021): Spalterische Rhetorik, taz online vom 17.11.2021, <https://taz.de/Verbale-Attacken-gegen-Impfgegner/!5812410/>, abgerufen am 14.01.2023.
- ¹⁰³ Vgl. Schmitz, David (2023): „Wer als Friedenstaube umherläuft, ist ein gefallener Engel, der aus der Hölle kommt“, Kanzler Scholz attackiert Kriegsgegner, Kölner Stadt Anzeiger online vom 20.08.2023, <https://www.ksta.de/politik/olaf-scholz-kriegsgegner-ukraine-gefallene-engel-aus-der-hoelle-muenchen-wuppertal-querdenker-spd-631482>, abgerufen am 14.01.2023.
- ¹⁰⁴ Vgl. Havel, Václav (2018): Versuch, in der Wahrheit zu leben, Hamburg: Rowohlt, S. 29 ff.
- ¹⁰⁵ Havel, Václav (1997): Ansprache des Staatspräsidenten der Tschechischen Republik Václav Havel aus Anlaß der Deutsch-tschechischen Erklärung vor den Mitgliedern des Deutschen Bundestages und des Bundesrates am 24. April 1997 in Bonn und den Abgeordneten und Senatoren des Tschechischen Parlaments am 29. April 1997 in Prag, Berlin: Deutscher Bundestag, <https://www.bundestag.de/parlament/geschichte/gastredner/havel/havel-rede-927618>, abgerufen am 20.01.2024.
- ¹⁰⁶ Vgl. Kirchgeßner, Kilian (2011): Das Gesicht der tschechischen Freiheit, Zeit Online, 18. Dezember 2011, <https://www.zeit.de/politik/ausland/2011-12/vaclav-havel-nachruf/komplettansicht>, abgerufen am 20.01.2024.
- ¹⁰⁷ Vgl. Loy, David R. (2021): ÖkoDharma: Buddhistische Perspektiven zur ökologischen Krise, Berlin: edition steinrich, S. 15 ff.
- ¹⁰⁸ Vgl. Aurobindo, Sri (1982): Das Ideal einer geeinten Menschheit, 2. Aufl., Gladenbach: Hinder und Deelmann, S. 11 ff.
- ¹⁰⁹ Vgl. Henrich, Joseph (2022): Die seltsamsten Menschen der Welt, Berlin: Suhrkamp, S. 21 ff.
- ¹¹⁰ Vgl. Graeber, David/Wengrow, David (2022): Anfänge: Eine neue Geschichte der Menschheit, Stuttgart: Klett-Cotta, S. 41 ff.
- ¹¹¹ Graeber, David/Wengrow, David (2022): Anfänge: Eine neue Geschichte der Menschheit, Stuttgart: Klett-Cotta, S. 70 f.
- ¹¹² Vgl. Graeber, David/Wengrow, David (2022): Anfänge: Eine neue Geschichte der Menschheit, Stuttgart: Klett-Cotta, S. 72 ff.
- ¹¹³ Vgl. Yukteswar, Sri (1993): Die Heilige Wissenschaft, Los Angeles, Kalifornien: Self-Realization Fellowship, S. 3-27.
- ¹¹⁴ Vgl. Yogananda, Paramahansa (2004): Das Ende der Welt, Vortrag im Ersten SRF-Tempel Encinitas/Kalifornien am 26. Mai 1940, in: ders.: Im Zauber des Göttlichen, Band II, Los Angeles/Kalifornien: Self-Realization Fellowship Publishers, S. 72-87.
- ¹¹⁵ Vgl. Aurobindo, Sri (1992): Zyklus der menschlichen Entwicklung, 2. Aufl., Planegg: Mirapuri-Verlag, S. 29-37.
- ¹¹⁶ Vgl. Aurobindo, Sri (1992): Zyklus der menschlichen Entwicklung, 2. Aufl., Planegg: Mirapuri-Verlag, S. 38 ff.
- ¹¹⁷ Vgl. Mancuso, Stefano/Viola, Alessandra (2015): Die Intelligenz der Pflanzen, München: Kunstmann, S. 15 ff.
- ¹¹⁸ Vgl. Simard, Suzanne (2022): Die Weisheit der Wälder, München: btb Verlag, S. 267 ff.
- ¹¹⁹ Vgl. Ernst, Jürgen-Thomas (2023): Der Wald in Zeiten der Veränderung, Wien: Braumüller GmbH, S. 12 ff.
- ¹²⁰ Vgl. Wohlleben, Peter/Ibisch, Pierre L. (2023): Waldwissen, München: Ludwig Verlag, S. 172 ff.
- ¹²¹ Vgl. Yogananda, Paramahansa (2005): Gott spricht mit Arjuna – Die Bhagavad Gita, Band II, Kapitel 6-18, Los Angeles/Kalifornien: Self-Realization Fellowship, S. 1129-1139.
- ¹²² Vgl. Krohn, Michael (2022): Stilles Zentrum – Achtsames Selbstcoaching im Herzen des Stadtwaldes, Lichtsegen Reihe Lichtdialoge, Diskussionspapier Nr.2, Hannover: 18.03.2022, <https://www.lichtsegen.de/wp->

[content/uploads/2022/06/Stilles_Zentrum_Diskussionspapier_Lichtdialoge_Nr_2.pdf](#), abgerufen am 07.04.2024.

¹²³ Vgl. Krohn, Michael (2021): Green Coaching im Stadtwald zu Hannover –Die Eilenriede als urbaner Naturraum zur selbstreflexiven Entfaltung eines verbundenen Bewusstseins, Lichtsegeln Reihe Lichtdialoge, Diskussionspapier Nr. 1, Hannover: 06.08.2021, <https://www.lichtsegeln.de/wp-content/uploads/2022/06/Green-Coaching-im-Stadtwald-Lichtdialoge-Paper-Nr.1-1.pdf>, abgerufen am 07.04.2024.

¹²⁴ Vgl. Rosa, Hartmut/Wohlleben, Peter (2023): Die Resonanz der Wälder, Dialog mit Dominik Erhard und Svenja Flaßpöhler, Philosophie Magazin, Sonderausgabe Nr. 25, Sommer 2023, Berlin: Philomagazin Verlag, S. 8-13.