Freitag, 24. April 2020, 08:00 Uhr
~16 Minuten Lesezeit

Der eigene Standpunkt

Wie bastle ich mir eine eigene Meinung in Zeiten der Corona-Indoktrination?

von Manovas Mut-Redaktion
Foto: wk1003mike/Shutterstock.com

Die Corona-Situation konfrontiert uns mit vielen unterschiedlichen Sichtweisen und Standpunkten. Nur zu einem kleinen Teil werden diese freilassend vorgetragen und zeigen ein Bemühen um gesunde Objektivität in der Darstellung. Häufiger werden diese unterschiedlichen Sichtweisen auch sehr polarisierend – und miteinander konkurrierend – über die verschiedenen Medien an die Menschen herangetragen. Wie kann sich der Einzelne unter diesen Umständen seinen individuellen Standpunkt erarbeiten? Dies soll im Folgenden aufgezeigt werden.

von Erich Decker

Warum ist der individuelle Standpunkt so wichtig?

Die Corona-Situation als solche hat nicht nur einen maßgeblichen Einfluss auf das Wirtschaftsleben, auf das Bildungssystem oder das Rechtsleben in unserem Land. Sie hat die ganze Welt erfasst und wird erst in naher Zukunft ihre tieferen Zusammenhänge und ihre Bedeutung sichtbar werden lassen.

Sie hat aber auch einen bedeutenden Einfluss auf die individuelle Persönlichkeit des einzelnen Menschen. In einem Zitat von Heinz Grill, Geistforscher, Heilpraktiker und spiritueller Lehrer, wird auf die möglichen Folgen hingewiesen, die entstehen können, wenn eine freie und bewusste Auseinandersetzung nicht erfolgen kann:

> ***„Derjenige, der sich vor allen pathologischen Erregern schützen muss, der nicht mehr natürlich in die Begegnung gehen kann, verliert jene innere Kraft des gesunden Verarbeitens von Sinneseindrücken, Wahrnehmungen, empfangenen Gedanken aus den Medien und — wenn man es noch weiter in einem etwas frei gewählten aber doch vorstellbaren Begriff ausdrückt — er verliert sein sogenanntes Selbstgefühl und das Gefühl für den anderen.“***

Es kann darum sehr vorteilhaft für jeden Menschen sein, wenn er sich um einen eigenen individuellen Standpunkt bemüht. Wie dies in der Praxis geschehen kann und welche Aspekte dabei eine Berücksichtigung finden können, soll nachfolgend in die Darstellung gebracht werden.

Freiheit bedingt eine innere Aktivität

Jeder gesunde Mensch möchte sein Leben nach eigenen Vorstellungen gestalten. Dazu bedarf es jedoch einer gewissen Freiheit. Dieser Wunsch nach Freiheit hat sich geradezu aus den Seelen der Menschen besonders stark in der Französischen Revolution im Jahre 1789 nach außen gedrängt. Damals hieß es: „Freiheit, Gleichheit, Brüderlichkeit“. Diese drei Begriffe waren und sind jedoch nicht ohne eine Ordnung und Gliederung in der Welt zu realisieren.

Beansprucht beispielsweise ein Mitglied in einer Gemeinschaft von dem gemeinsamen Gut mehr als den anderen zugestanden wird, ist die Gleichheit nicht mehr gegeben — dies wird auch nicht mehr als brüderlich wahrgenommen. Erhalten alle den gleichen Anteil des vorhandenen Gutes, fühlen sich Einzelne mit dem Ergebnis in ihren freiheitlichen Plänen vielleicht eingeschränkt. Wie auch immer man die Betrachtung fortführt, so wird sich zeigen, dass diese drei hohen Ideale wohl niemals alle gleichzeitig realisiert werden können.

Welche Aktivität ist für die Urteilsbildung wesentlich?

Diesen Sachverhalt löste Rudolf Steiner mit seiner Dreigliederung wunderbar auf. Er brachte diese drei Ideale in eine gewisse Ordnung und stellt jedes an die ihm zugehörige Stelle. Die Freiheit ordnete er dem Geistesleben zu, die Gleichheit dem Rechtsleben und die Brüderlichkeit dem Wirtschaftsleben. Vereinfacht ausgedrückt kann man auch sagen, im Denken ist der Mensch frei, vor dem Recht sind alle Menschen gleich und in der Wirtschaft sollte ein brüderlicher Umgang gepflegt werden.

Auch wenn wir in einigen Fällen als Menschheitsfamilie von diesen

Idealen noch ein wenig entfernt sind, haben diese dennoch ihre Gültigkeit bis heute erhalten. In der weiteren Betrachtung soll der Fokus jedoch nur auf das erste Ideal gelegt werden. Denn es geht ja darum, wie der freie Mensch seinen Standpunkt finden kann. Dazu muss jedoch auch die Frage beantwortet werden, wann der Mensch frei ist. Er kann sich die Freiheit im Denken erringen, wenn er hinreichend bewusst und aktiv tätig wird. Sie wird ihm jedoch nicht wie ein Gut einfach nur geschenkt.

Welche innere Aktivität ist erforderlich?

Folgen wir der Zuordnung von Rudolf Steiner, so ist der Mensch in seinem Denken frei. Doch welche Aktivität ist erforderlich, um sich zu einem bestimmten Thema in eine freie Beziehung zu setzen? Wie kann sich der Einzelne als freies Individuum einen eigenen Standpunkt zu der aktuellen Corona-Situation erringen?

> ***Es wird deutlich, dass es wohl nur über das Denken gelingen kann, da der Mensch nur im Denken seine Freiheit, ungehindert von allen äußeren und inneren Einflüssen, geltend machen kann. Er muss aktiv werden, um sich seine Freiheit im Denken zu erringen. Er muss sich frei machen von inneren und äußeren Einflüssen.***

Schauen wir zunächst auf die inneren Einflüsse, die ihn beeinträchtigen können. Da haben wir zunächst unser Gefühls- und Empfindungsleben, das sich in tausendfachen Abstufungen zwischen Sympathie und Antipathie bewegt. Bei allen Wahrnehmungen macht sich diese Seelenkraft des Fühlens sofort in uns Menschen geltend. So weckt ein bestimmter Aspekt, der die Corona-Situation betrifft, im Einzelnen eine gewisse Sympathie, während ein anderer Aspekt eher antipathische Gefühle hervorruft. Weder das eine noch das andere sollte sich unmittelbar auf unseren

individuellen Standpunkt auswirken.

Weder das Fühlen noch das Wollen sollen das klare Denken beeinflussen

Damit will ich nicht das Gefühlsleben des Menschen geringschätzen oder herabwürdigen. Es ist ebenso wichtig, wie die Seelenkräfte des Denkens oder des Wollens. Nur hilft uns weder Sympathie noch Antipathie dabei, in einem bestimmten Sachverhalt eine freie individuelle Beziehung zu diesem Sachverhalt zu entwickeln.

Als zweite innere Einflussgröße können wir die Seelenkraft des Wollens benennen. Es ist sicherlich so, dass wir ohne Corona-Situation unser Leben anders ausgestaltet und die Tage wahrscheinlich auch ganz anderes ausgefüllt hätten, als dies jetzt der Fall ist. So trägt jetzt sicher auch jeder, den einen oder anderen Wunsch in sich, wie diese Krise im Sinne seiner Ziele und seiner Zukunftspläne möglichst am Besten ein Ende findet. Genau dieses Wünschen und Hoffen — oder anderes gesagt — diese Wollenskräfte für die Zukunft, können uns auch in unserem freien Denken einschränken.

Wir erkennen also ganz deutlich, dass die Erarbeitung eines individuellen Standpunktes zu der Corona-Situation über ein freies und klares Denken nur dann erfolgen kann, wenn wir uns sowohl unserer Gefühle der Sympathie und Antipathie sowie unserer Wünsche und Sehnsüchte bewusst werden, damit diese Kräfte sich nicht in die freie Urteilsfindung durch unser klares Denken hineinmischen können. Mit anderen Worten, wir müssen uns unserer Kräfte sehr bewusst sein, wenn wir uns als ein freies Individuum einen individuellen Standpunkt zu einem Sachverhalt erringen wollen.

Wie kann man mit den äußeren Einflussgrößen umgehen?

Neben den inneren Einflussgrößen gibt es natürlich auch Einflüsse, die von außen an uns herangetragen werden. Wenn man nicht gerade ein Virologe ist und über eine hohe Fachkompetenz zu dem betreffenden Sachverhalt verfügt, dann ist man auf verschiedene Informationsquellen angewiesen, die zu diesem Sachverhalt verfügbar sind. Doch welcher Meinung soll man sich anschließen? Welche ist richtig, welche falsch oder welche entspricht der Wahrheit?

Auch hier wird deutlich: Es ist wieder eine eigene individuelle Aktivität erforderlich, um in dieser Sache voranzukommen. Grundsätzlich kann gesagt werden, dass es bei der Bildung eines eigenen Standpunktes niemals darum geht, einfach eine Meinung zu übernehmen. Denn dann schließen wir uns nur einer von anderen dargestellten Meinung an. Wir bilden dann aber nicht durch eigene Denkbewegungen in uns ein individuelles Bild aus. Dieses Bild oder dieses Vorstellungsgebilde soll sich aus vielen einzelnen eigenen Überlegungen ganz individuell zusammensetzen.

Die freie Urteilsbildung ist herausfordernd

Nun könnte der Kritiker einwenden, dass dies ja doch eine große Anforderung darstellt. Dem kann ohne Widerspruch zugestimmt werden. Es ist eine Anforderung und abhängig von dem Sachverhalt auch eine durchaus große Anforderung, das eigene klare Denken so zu bewegen, um am Ende zu einem eigenen individuellen Standpunkt zu gelangen. Es ist gleichzeitig auch ein sicherer Weg, sich seinen Standpunkt zu erarbeiten, um dem Wahrheitsgehalt, der

dem Sachverhalt zugrunde liegt, durchaus näher zu kommen.

Wie kann man nun vorgehen? Hier sei zunächst erwähnt, dass die nachfolgende Vorgehensweise keinen Anspruch erhebt, die absolute Wahrheit zu finden, noch dass es die einzige Art des Vorgehens ist, sich als freier Mensch seinen individuellen Standpunkt zu einem Sachverhalt zu erarbeiten. Es ist lediglich ein Weg von vielen Wegen, der hier aufgezeigt wird.

Es bedarf immer mehrerer Quellen über den Sachverhalt

Fehlt uns die nötige Fachkompetenz zu einem Sachverhalt, sind wir auf die Ergebnisse von sachkundigen Menschen angewiesen. Dies trifft auch dann zu, wenn wir selbst nicht einschätzen können, ob die betreffenden Personen auch tatsächlich eine Fachkompetenz besitzen. Wir sind also auf die Informationen und Darstellungen von unterschiedlichen Quellen angewiesen. Um hier nicht Gefahr zu laufen, uns nur einseitig zu informieren, müssen wir uns wohl mit mehreren Quellen zu dem entsprechenden Sachverhalt — in unserem Falle der Corona-Situation — auseinandersetzen. Damit erarbeiten wir uns gleichzeitig ein gewisses Grundverständnis zum Sachverhalt.

Berücksichtigen wir eine angemessene Zahl an Informationen von unterschiedlichen Quellen, gewinnen wir mit einer hohen Wahrscheinlichkeit eine gute Übersicht über die bestehende Meinungsvielfalt zu der Sache, zu der wir uns eine gesunde Anschauung bilden wollen. Es zeigt sich dann in der Regel eine gewisse Spannbreite oder anders ausgedrückt ein polares Verhältnis in Bezug auf die Anschauungen der Menschen, die über die Sache informieren. Die eine Seite wird die Situation eher befürworten und die andere Seite vielleicht eher ablehnen. Eine Seite vertritt

möglicherweise eine konservative Sichtweise, während die andere Seite vielleicht mehr eine progressive Sicht bevorzugt. Es kann sich also ein mehr oder weniger großes Spannungsverhältnis zeigen.

Wer verfügt über die nötige Kompetenz zum Sachverhalt?

Wie kann ich nun zu einer ersten eigenen Einschätzung kommen? Eine Möglichkeit besteht darin zu prüfen, wer über die nötige Kompetenz zu dem Sachverhalt verfügt. Man kann prüfen, welcher Autor mit dem Sachverhalt vertraut sein könnte, da er den passenden Beruf dazu erlernt hat, ein Experte auf diesem Gebiet ist, oder in dieser Thematik aktiv tätig ist. Je klarer erkennbar ist, wie tief der Informant mit dem Sachgebiet selbst vertraut ist, umso klarer kann er über dieses auch eine Auskunft erteilen.

Bezieht sich der Autor oder der Berichtende auf Aussagen von kompetenten Personen oder bestimmten Informationsquellen, so kann man prüfen, ob diese Quellen auch entsprechend angegeben sind. Sind sie angegeben, kann dies durch uns selbst überprüft werden. Sind aber keine Quellen angegeben, hat es wahrscheinlich Gründe, warum dies unterlassen wurde. Damit will ich nicht sagen, dass bei fehlenden Quellenangaben die Informationen falsch sein müssen, es bedeutet lediglich, dass ich sie selbst nicht wirklich prüfen kann und dass der Autor Gründe hat, warum der Informationsempfänger die Quellen nicht prüfen kann oder soll. Wie der Einzelne diese oder jene Situation dann beurteilt, muss ihm selbst überlassen bleiben, wenn er sich seinen Standpunkt frei erarbeiten will.

Beinhalten die Informationen

Suggestionen in Wort oder Bild?

Ein weiterer wichtiger Aspekt ist die Frage, ob die Darstellung Suggestionen beinhaltet. Dies ist vor allem dann der Fall, wenn der Text der Information so gestaltet ist, dass er direkt die Gefühlsebene der Empfänger anspricht.

Dies kann mit Text oder auch ganz besonders eindrücklich mit Bildern geschehen, seien es Bilder in Printmedien oder in Filmen. Hier kann sich der Einzelne fragen, welche Gefühle sollen damit in ihm geweckt werden? Arbeitet man beispielsweise mit Informationen oder Bildern, die Ängste wecken, soll unsere freie Urteilsfindung sehr stark durch die in uns ausgelösten Gefühle beeinflusst werden. Hier bedarf es einer großen Aufmerksamkeit bei jedem Einzelnen, damit diese gezielte Einflussnahme über unsere Gefühle, unser freies und klares Urteilsvermögen nicht einseitig beeinflusst.

> ***Wer zu Suggestionen greifen muss, um seine Darstellung zu vermitteln, verfolgt in der Regel immer Absichten, die dem zu Informierenden auf jeden Fall verborgen bleiben sollen. Er soll also nicht erkennen, was die tatsächliche Absicht hinter der suggestiven Einflussnahme ist.***

Somit sollen also unsere Gedanken in eine Richtung gelenkt werden, die der Autor anstrebt. Damit wird gezielt die Absicht verfolgt, eine freie individuelle Vorstellungsbildung zu dem Sachverhalt zu verhindern.

Suggestionen liegen vielfach verdeckte Motive zugrunde

Gerade die suggestive Einflussnahme ist heute in vielen Medien

wahrzunehmen. Das kann viele Gründe haben. Hier sollen nur einige wenige genannt werden. Man will eine bestimmte Meinung zum Allgemeingut machen, man will die Auflage oder im Netz die Anzahl der Klicks erhöhen, man will möglichst viele Menschen von seiner Sicht überzeugen oder man will einfach den Profit erhöhen, der mit dem Sachverhalt in Zusammenhang steht. Darüber hinaus gibt es auch noch viele andere verdeckte Gründe, die nicht sichtbar werden sollen.

Behauptet also jemand zum Beispiel, dass eine Sache „alternativlos" sei, so ist dahinter das Motiv zu vermuten, dass der Autor oder die Autorin bezweckt, dass der Konsument zu dem Ergebnis kommt, dass es nur diese eine und einzige Möglichkeit im Sachverhalt gibt. Sieht man genauer auf die Dinge in dieser Welt, dann gibt es für uns Menschen wohl nur eine einzige Sache, die wirklich „alternativlos“ ist, und das ist die Tatsache, dass wir uns einmal aus diesem Leben verabschieden müssen. Bei allen anderen Zusammenhängen kann man immer Alternativen finden, wenn man diese auch finden will.

Jede entdeckte Suggestion macht den Menschen freier in seiner Urteilsbildung

Der Kritiker könnte hier auch wieder einwenden, dass es doch recht schwer ist, jede Suggestion in einem Beitrag zu erkennen, geschweige denn in mehreren Beiträgen. Dem ist absolut zuzustimmen. Ganz besonders dann, wenn man sich bisher noch nicht darum bemüht hat. Auch wenn man damit erst beginnt und nur eine oder zwei Suggestionen wahrnehmen kann, ist man diesen erkannten Suggestionen nicht mehr ausgeliefert.

Es ist auch eine Tatsache, dass jeder, der eine Tätigkeit über längere Zeit erübt, darin immer größere Fähigkeiten entwickeln kann.

Bemüht sich also jemand darum, Suggestionen zu erkennen, wird er mit jedem Übungsschritt gleichzeitig auch immer einen weiteren Schritt in eine freiere Urteilsfindung vollziehen. Und das könnte ihm die Mühe wert sein.

Erfolgt ein fairer, achtsamer Umgang mit der Meinung anderer?

Ein weiteres Kriterium, das hilfreich sein kann, ist die Art uns Weise, wie einzelne Autoren mit den Menschen umgehen, die den Sachverhalt anders darstellen. Bleibt man dabei auf einer menschenwürdigen Ebene oder begibt man sich auf die Ebene der Herabsetzung und Entwürdigung der anderen Meinung. Wer pflegt welchen Umgang mit der Meinung von anderen? Dies kann zum Nachdenken anregen, und dies ganz besonders, wenn ein destruktiver Umgang mit der Meinung anderer vorliegt, ohne diese durch prüfbare Fakten oder Tatsachen widerlegen zu können.

Hier möchte ich auf einen Spruch von Mahatma Gandhi hinweisen, der einmal gesagt hatte:

„*Wenn du im Recht bist, kannst du es dir erlauben, die Ruhe zu bewahren. Und wenn du im Unrecht bist, kannst du es dir nicht leisten, sie zu verlieren.*“

Auch wenn andere eine Sichtweise vertreten, die weit von der eigenen entfernt ist, kann es erstrebenswert sein, mit diesen Mitmenschen einen achtsamen und menschenwürdigen Umgang zu pflegen.

Stehen Maßnahmen oder

Konsequenzen mit dem genannten Motiv in Einklang?

Ein weiteres Kriterium zur freien Urteilsfindung ist die Beleuchtung der Konsequenzen oder Maßnahmen, die auf einen Sachverhalt folgen. Diese sollten auch mit dem genannten Motiv in Einklang stehen. Hierzu soll ein einfaches Beispiel den Zusammenhang erläutern: Nehmen wir an, es wird einem Volk verkündet, es lebe in einem Rechtsstaat. Nun macht ein Rechtsanwalt oder eine Rechtsanwältin von Ihrem Recht Gebrauch, eine Beschwerde vor ein Gericht zu bringen, die gegen einen Regierungsbeschluss gerichtet ist. Dann sollte diese Beschwerde in einem ordentlichen Rechtsstaat gemäß dem Gesetz bearbeitet und verhandelt werden.

Wird nun auf ganz normale Art und Weise diese Sache bearbeitet, kann man sicher von einem Rechtsstaat sprechen. Wird der Anwalt oder die Anwältin jedoch kurz darauf ohne richterliche Anordnung in eine Psychiatrie gebracht, ist dies wahrscheinlich nicht mehr der Fall. Dann stehen die ergriffenen Maßnahmen nicht mehr im Einklang mit dem verkündeten Motiv, dass ein Rechtsstaat besteht. So kann man dann auch an den Maßnahmen erkennen, ob es um das genannte Motiv geht oder ob es vielleicht doch um ein verdecktes Motiv geht, das nicht genannt wurde. Das verkündete Motiv war dann nur ein vorgeschobenes Motiv und nicht das wahre Motiv.

Mit dem Bemühen um eine freie Urteilsbildung nähert man sich der Wahrheit

Berücksichtigt man einzelne oder auch mehrere dieser Möglichkeiten, um sich ein möglichst freies Urteil zu einem Sachverhalt zu bilden, dann kann man sich dem wesentlichen Inhalt

oder dem wahren Gehalt sicher besser annähern, als derjenige, der einfach nur die eine oder andere Meinung übernimmt. Hier ist auch zu erwähnen, dass die Wahrheit Bestand hat. Das, was unwahr ist, wird mit der Zeit aus der Welt verschwinden und das, was wahr ist, wird weiter bestehen bleiben.

> ***So gab es eine Zeit, in der die große Mehrheit der Menschheit glaubte, dass sich die Sonne um die Erde drehe. Dies hat weder die Erde noch die Sonne besonders beeindruckt.***

Als dann jemand behauptete, die Erde drehe sich um die Sonne, wurde dies von der Mehrheit der Menschheit als Lüge bezeichnet. Heute wissen wir, dass es die Wahrheit ist, denn die Wahrheit hat Bestand. Dies zeigt auch, dass die Wahrheit nicht immer bei der Mehrheit der Menschen zu finden ist. Darum ist das Bemühen um eine freie Urteilsbildung besonders wertvoll, wenn man sich dem wahren Gehalt eines Sachverhaltes annähern will.

Welche Vor- und Nachteile ergeben sich aus der Vorgehensweise?

Beginnen wir zunächst mit den von einigen Menschen sicher angeführten Nachteilen. Diese sind:

- Man muss sich aktiv mit dem Sachverhalt auseinandersetzen.
- Diese Auseinandersetzung erfordert Einsicht in mehrere Quellen und ist zeitaufwendig.
- Es ist eine große Aufmerksamkeit notwendig, um sich auch von Einflüssen freizuhalten.

Diesen Nachteilen stehen auch gewisse Vorteile gegenüber, die hier ebenfalls genannt werden sollen:

- Der Einzelne macht sich umfänglich mit dem Sachverhalt vertraut und erwirbt Kompetenz.
- Unsicherheiten, Ängste oder Risiken, die der Sachverhalt erzeugt, werden aufgeklärt.
- Gleichzeitig erwirbt er durch die Tätigkeit ein größeres Bewusstsein über sich selbst.
- Immer besser erkennt er, wenn bestimmte Medien mit Suggestionen arbeiten.
- Dadurch gelangt er auch immer besser zu einer freieren Urteilsbildung.
- Bei Quellenangaben kann er die Fakten oder Tatsachen eigenständig prüfen.
- Im Umgang mit anderen Meinungen erkennt er, wer Werte pflegt und wer nicht.
- Er weiß, wie er für sich und seine Urteilsbildung einzelne Kriterien anwenden kann.

Dies sind sicher nicht alle Vor- und Nachteile, die man zu dieser Betrachtung anführen kann.

Ein wesentlicher Vorteil, der sich auch ganz speziell auf das Thema Corona-Situation bezieht, besteht jedoch auch darin, dass diese Art der Vorgehensweise die Immunkräfte des Menschen in besonderem Maße stärken. So gewinnt der „Freie Meinungsbildner“ nicht nur seinen individuellen Standpunkt, den er dann auch überzeugend darlegen kann, er stärkt bei dieser Vorgehensweise auch gleichzeitig seine Lebenskräfte und sein Immunsystem. Dies ist im Fall der Corona-Situation doch auch ein sehr willkommener Nebeneffekt.

Wer die Zusammenhänge zwischen einer freien Urteilsbildung und dem Immunsystem weiter vertiefen möchte, dem sei die Seite von Heinz Grill empfohlen (1, 2, 3).

Erich Decker, Jahrgang 1953, war nach dem Studium zum Dipl.-Wirtsch.-Ing. viele Jahre in leitenden Funktionen in der Computerindustrie tätig. Seit 1992 arbeitet er als freiberuflicher Berater und Trainer und gründete 2001 das „**IZP-NET Impulse zur Persönlichkeit** (https://www.izp-net.de/home.html)“. Seine Schwerpunkte: Führung, Teamentwicklung, Mediation und Coaching. Sein Ziel: Neben fachlichen Impulsen auch spirituelle Inhalte zu vermitteln, damit sich der Mensch im Arbeits-umfeld nicht nur fachlich, sondern auch seelisch und geistig entwickeln kann. Derzeit arbeitet er an einem neuen **Konzept** (https://www.arbeitskultur-zukunft.de/) für ei-ne zukünftige Arbeitskultur.

(https://www.buchkomplizen.de/Alle-Buecher/Nur-Mut.html)

(https://www.buchkomplizen.de/Alle-Buecher/Nur-Mut.html)

Hier können Sie das Buch bestellen: als **Taschenbuch** (https://www.buchkomplizen.de/Alle-Buecher/Nur-Mut.html) oder **E-Book** (https://www.buchkomplizen.de/Alle-Buecher/Nur-Mut-oxid.html).

Quellen und Anmerkungen:

(1) Heinz Grill: **Die Steigerung der Immunkompetenz durch bewusstseinsbildende Übungen** (https://heinz-grill.de/corona-geistige-verantwortung/%22), 16. März 2020.
(2) Heinz Grill: **Die geistige Ursache des Coronavirus** (https://heinz-grill.de/geistige-ursache-corona/%22), 31. März 2020.
(3) Heinz Grill: **Coronavirus — Was kann man weiterhin tun?** (https://heinz-grill.de/coronavirus-prophylaxe/%22), 5. April 2020.

Dieser Artikel erschien bereits auf www.rubikon.news.

Wir erleben in der heutigen Zeit einen Paradigmenwechsel. Die Welt, so wie wir sie kennen, wird es nicht mehr lange geben. Zerstörung und Orientierungslosigkeit greifen mitten in unseren Alltag hinein. Wie können wir uns in ihm zurechtfinden? Wie nicht den Mut verlieren und Zugang bekommen zu dem, was im Dunkel hell und unbeschwert ist? Um diese

Fragen und Antworten hierauf geht es der von **Elisa Gratias** geleiteten Mut-Redaktion.

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