



Mittwoch, 06. Mai 2020, 13:00 Uhr
~8 Minuten Lesezeit

Die Aufbruchstimmung

Um politische Bevormundung zu überwinden, haben sich Menschen auf vielen Ebenen gleichzeitig in Bewegung gesetzt.

von Elisa Gratias
Foto: nmedia/Shutterstock.com

Wir befinden uns im Ausnahmezustand. Nicht nur im Außen, sondern auch in unserem Inneren. Die restriktiven grundgesetzwidrigen Maßnahmen der Regierung machen Angst und erinnern an die

dunkelsten Momente der deutschen Geschichte.
Glücklicherweise gibt es Menschen, die bereit sind, sich für ihre Grundrechte, insbesondere ihre körperliche und psychische Unversehrtheit sowie ihre Freiheit, auf vielfältige Weise einzusetzen. Sie stecken immer mehr andere mit ihrem Tatendrang an.

Während ich durch die Kommentare unter dem Video

[\(https://kenfm.de/dr-bodo-schiffmann/\)](https://kenfm.de/dr-bodo-schiffmann/) von Ken Jepsen im Gespräch mit Dr. Bodo Schiffmann scrolle, fällt mir auf, dass einige Kommentatoren es wieder besser wissen, wie man es machen oder nicht machen sollte: Parteien seien doch sinnlos, Demonstrationen bringen nichts, Ken Jepsen müsse dies so oder aber auf jeden Fall anders machen.

Diese Klugscheißerei nervt mich. Wahrscheinlich, weil ich selbst ab und an dazu neige. Es ist menschlich und zeigt vor allem, dass es viele Möglichkeiten gibt, uns gegen eine Politik, die wir ablehnen und nicht gewählt haben, zur Wehr zu setzen.

Und so denke ich mir:

Warum sprechen wir eigentlich immer davon, entweder so oder so aktiv zu werden? Ist es nicht wundervoll festzustellen, dass Menschen sich auf den verschiedensten Ebenen gleichzeitig engagieren? Auf politischer Ebene und im Alltag?

Durch informative Aufklärung *und* Bewusstseinsweiterung für das Leben und uns Menschen in unserer Gesamtheit? Digital *und* analog?

Anstatt einige Initiativen zu kritisieren, kann sich doch jeder da einbringen, wo sein Talent liegt, wo er seine Energie für am sinnvollsten eingesetzt hält. Um mal das blöde Kriegsvokabular zu benutzen, das ich eigentlich nicht mag: Ist es nicht viel schlauer, an mehreren Fronten zugleich anzugreifen?

Genau das geschieht gerade ganz natürlich, wie selbstverständlich – dank unserer Vielfalt. Nachdem ich im Artikel „**Treten wir in Aktion!** (<https://www.rubikon.news/artikel/treten-wir-in-aktion>)“ bereits einige der Handlungsmöglichkeiten zusammenfasste, folgen hier weitere Initiativen und Ideen, wie wir unsere Demokratie so gestalten, wie wir sie uns wünschen:

Die Kraft der stillen Präsenz

Seitdem Kai Stuht und Ken Jepsen zu den **Meditationen für das Grundgesetz** (<https://kenfm.de/ignorance-meditation/>) anstelle von Demonstrationen inspirierten und diese selbst jeden Samstagnachmittag praktizieren, haben sie viele „Nachahmer“ gefunden. Immer mehr Menschen setzen sich in den Zentren verschiedener Städte meditierend auf den Boden und erschaffen somit eine ganz besondere Atmosphäre, die selbst Polizisten zum Lächeln bringt, wie Ken Jepsen im Nachklang der ersten Meditation **erzählt** (<https://www.youtube.com/watch?v=x6FvvNagsLA>).

Eine Freundin, die in Berlin vor Ort war, erzählte mir, dass die meditierenden Menschen, selbst wenn sie inmitten anderer Spaziergänger saßen, die gesamte Stimmung beeinflussten und friedlicher machten. Nutzen wir die Energie der stillen Präsenz. Eben *weil* es auf manch einen der Passanten zunächst befremdlich wirkt, ist diese Art des Protests so machtvoll, da sie in keine Links-Rechts-Schublade gedrängt werden kann und vielleicht sogar Neugierde weckt.

Friedliche Demonstrationen und friedlicher Umgang mit der Polizei

Aus verschiedenen Städten Deutschlands – wie zum Beispiel in Stuttgart mit 5.000 Teilnehmern (1) – erreichen uns Augenzeugenberichte und Videos, die zeigen, dass friedlicher Protest möglich ist und die Polizei in den meisten Orten tatsächlich als Beschützer und Freund des Volkes auftritt. Diese Berichte stehen im Kontrast zu einigen Bildern aus Berlin, wo Menschen von vielen Polizisten nicht sehr behutsam abgeführt und sogar verhaftet werden.

Genau deshalb ist es so wichtig, unterscheiden zu können. Auch Polizisten sind Individuen. Einige unter ihnen leben friedlichen Demonstranten gegenüber gewaltbereit und „machtgeil“ ihre Überlegenheit aus, während viele andere einfach versuchen, ihren Job so gut wie möglich zu machen. Wichtig ist, dass erstere wissen, dass sie gefilmt und genau beobachtet werden, wie hier in dem YouTube-Video von der **Verhaftung von Adrian Friebe** (<https://www.youtube.com/watch?v=rWQ31YsTnnc>).

Und genauso wichtig ist, dass alle, die an solchen Demonstrationen teilnehmen, nicht alle Polizisten in denselben Topf werfen.

Erinnern wir uns daran: in den Uniformen stecken Menschen. Und auch wir können darauf achten, wie wir diejenigen begegnen, die während solch eines Einsatzes wahrscheinlich unter höchster Anspannung stehen.

Unsere Friedfertigkeit – auch in herausfordernden Situationen – ist nun wichtiger denn je. Und **friedliche Demonstrationen** (<https://www.youtube.com/watch?v=UAq4mtONv3s>) zu beobachten, beflügelt, berührt und wirkt hoffentlich auf viele

weitere Menschen ansteckend.

Deshalb freut es mich sehr, wenn Menschen im Internet zur Dankbarkeit gegenüber der Polizei **aufrufen** (<http://pdf-ins-internet.de/danke-an-die-polizei/>):

„Lasst uns ihnen grobe Handlungen und Gewalt verzeihen, lasst uns wissen und ihnen zeigen, dass jeder einzelne Teil der Menschheit ist – jeder ist im Grunde ‚WIR‘. Dies wurde schon gesagt, gefühlt und getan, in dem an die Polizei appelliert wurde, darüber hinaus eine friedliche und respektvolle Kommunikation Stärkung fand. Lasst uns noch einen Schritt weiter gehen! Auch wenn es in mancherlei Hinsicht paradox erscheinen mag: Lasst uns ihnen dankbar sein! (...) Sie sind ‚anders‘ informiert, die meisten schenken, allein aus dem Berufsethos heraus, der ‚offiziellen‘ Meinung ihren Glauben. Einige wahrscheinlich nicht – einige andere haben jedoch auch selbst Angst vor einer Ansteckung. Noch nicht jeden hat die Wahrheit über Corona erreicht. Lasst uns also ein Stück weit versuchen, auch Mitgefühl zu leben.“

Das ist gelebter Frieden, wie ihn auch Daniele Ganser an dem Beispiel der im Vietnamkrieg durch Napalm verbrannten Kim Phuc in seinem neuen Buch „Imperium USA“ erwähnt. Sie verzieh den US-Streitkräften und sagte:

„Die Liebe ist stärker als jede Waffe“ (2).

Analoge Widerstandszeitung und gelebte Werte

Anselm Lenz rief die Hygienesdemos am Berliner Rosa-Luxemburg-Platz ins Leben und gründete zusammen mit dem Verein Kommunikationsstelle demokratischer Widerstand e.V. die Printzeitung **Demokratischer Widerstand**

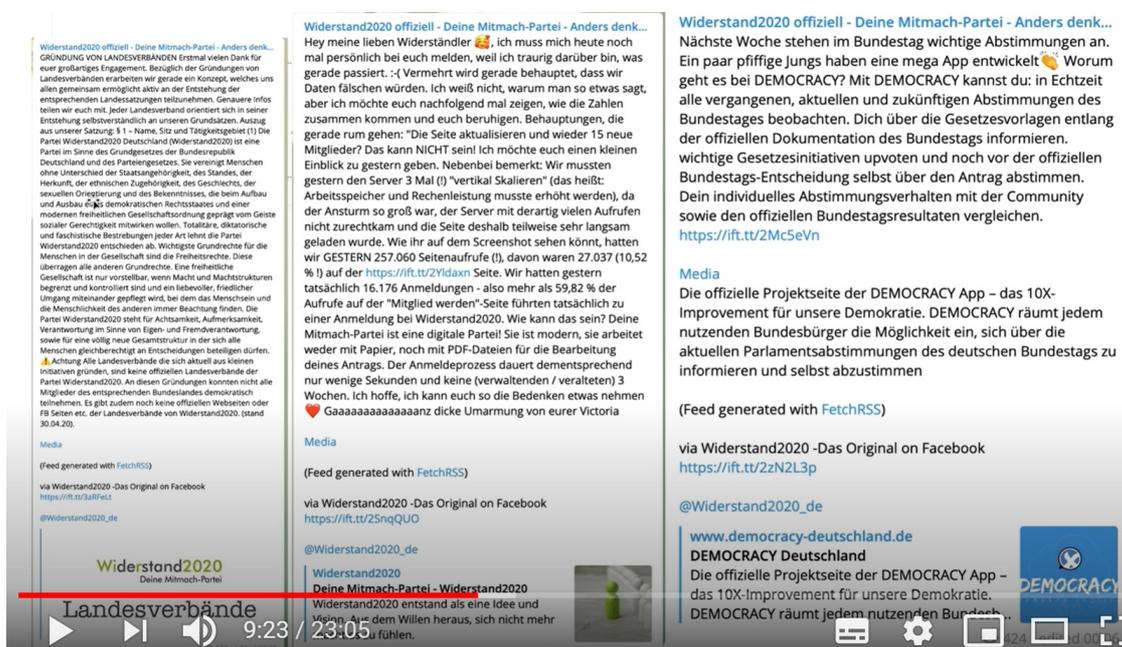
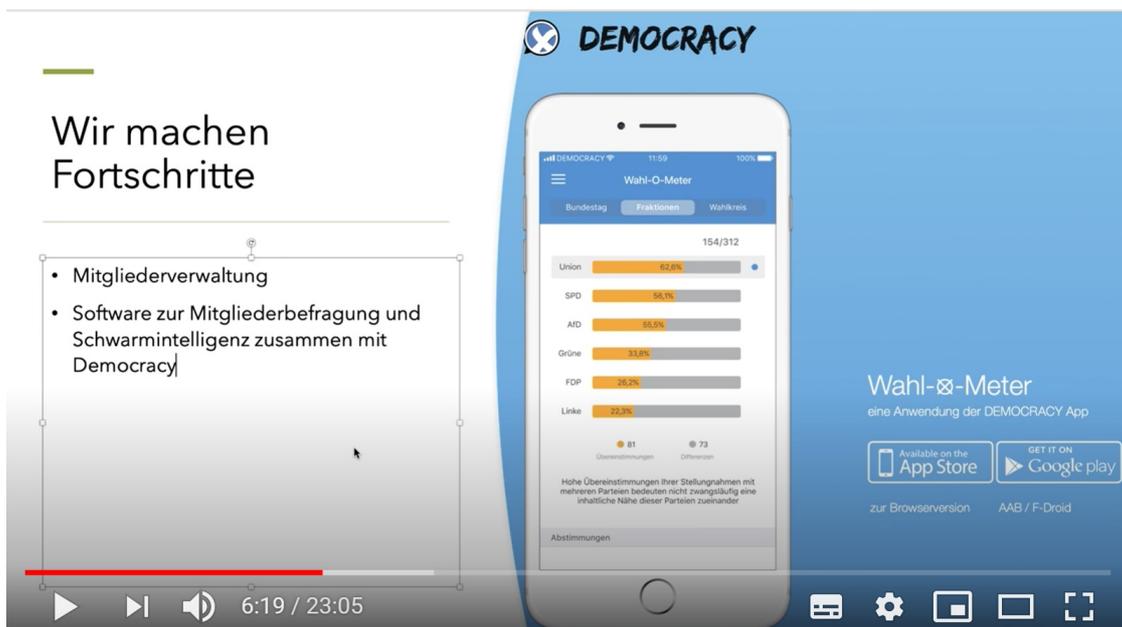
[\(https://www.nichtohneuns.de/\)](https://www.nichtohneuns.de/), deren dritte Auflage von 380.000 Exemplaren deutschlandweit von freiwilligen Helfern kostenlos verteilt wird. Die Zeitung finanziert sich über **Spenden** [\(https://www.nichtohneuns.de/spenden/\)](https://www.nichtohneuns.de/spenden/), sodass jeder, der etwas unternehmen möchte, auch diese mitunterstützen und so seinen Beitrag leisten kann.

Am 1. Mai 2020 wurde Anselm Lenz **verhaftet** [\(<https://www.youtube.com/watch?v=PhumdATON-o>\)](https://www.youtube.com/watch?v=PhumdATON-o), nachdem er Zeitungen auf eine Gruppe Polizisten warf. Obwohl die Polizisten ihn daraufhin ziemlich brutal aus dem Taxi zerrten, in dem er zu der Zeit saß, blieben er und seine Mitstreiter friedlich und forderten weiterhin zu „absoluter Friedfertigkeit“ auf!

Widerstand 2020 und die Querdenker-Bommel

Nachdem ich in meinem Artikel „**Treten wir in Aktion!**“ [\(<https://www.rubikon.news/artikel/treten-wir-in-aktion>\)](https://www.rubikon.news/artikel/treten-wir-in-aktion)“ die Idee einer eventuellen Parteigründung durch **Lothar Hirneise** [\(<https://ichbinanderermeinung.de/>\)](https://ichbinanderermeinung.de/) vorstellte, erreichten uns viele Zuschriften, die mich auf **Widerstand 2020** [\(<https://widerstand2020.de/>\)](https://widerstand2020.de/) aufmerksam machten.

Die Gründung dieser neuen und etwas anderen „Partei zum Mitmachen“ durch Dr. Bodo Schiffmann darf in meiner Aufzählung von Menschen, die aktiv werden, natürlich nicht unerwähnt bleiben. Nach eigenen Angaben hat sie bereits mehr als 106.000 Mitglieder (3). Die Partei arbeitet bereits mit der **Democracy App** [\(<https://www.democracy-deutschland.de/>\)](https://www.democracy-deutschland.de/) zusammen, um direkte Demokratie zu leben:



Screenshots des Videos „Corona 40“ von Dr. Bodo Schiffmann

In seinen **YouTube-Videos**

(<https://www.youtube.com/channel/UCfPidT5vkOwQyDATyhxaFzw>) und auch bei **KenFM im Gespräch** (<https://kenfm.de/dr-bodo-schiffmann/>) stellt Schiffmann außerdem die Querdenker-Bommel

vor: Jeder, der eine von der Mainstream-Propaganda abweichende Meinung vertritt, kann sich einfach selbst eine aus Alufolie, Geschenkband oder anderen kreativen, vor allem auffälligen Materialien basteln und umhängen. Das stärkt die Verbindung und Sichtbarkeit aller Andersdenkenden in der Bevölkerung, im Alltag.

Sie bringt Menschen zum Lächeln und ins Gespräch: Kreativität, die ansteckt!

Werbung für alternative Medien in der Mainstream-Presse

Rubikon-Leser und -Autor Michael Bubendorf hatte die geniale Idee, in einer Regionalzeitung „Guerilla-Inserate“ für alternative Medien und eine andere Berichterstattung zu schalten. Dazu schrieb er uns:

„Es ist in der heutigen Großauflage erschienen und wurde an 30.000 Haushalte in der Region ausgeliefert. Es bereitete mir ein geradezu diebisches Vergnügen, die Konkurrenz bei den Massenmedien direkt zu bewerben. (...) Der Schlüssel zu einer besseren Zukunft liegt für mich bei den Medien. Wenn es gelingt, dass sich mehr Menschen über die alternativen Medien informieren, dann sind wir schon einen riesigen Schritt weiter.“

Sein „diebisches Vergnügen“ steckt vielleicht ebenfalls den ein oder anderen unserer Leser an.

Die Massnahmen der Regierung verursachen mehr Schaden, als das Coronavirus es könnte.

Die Massenmedien zeigen Ihnen nur eine Perspektive. Ein ganzheitliches Bild ergibt sich aber erst aus verschiedenen Blickwinkeln. www.rubikon.news, www.kenfm.de oder www.zeitpunkt.ch bieten hervorragend recherchierten Journalismus – nicht nur zum Coronavirus.

2 ELEKTRO-Installationsfirmen

mit oder ohne Ladungen hilft, sowie Kontrollarbeiten. Wir sind schon über 70 Jahre erfolgreich am Markt, mit einem gut eingesetzten Ser-Team und sind gut positioniert (Arbeitsvorrat > Fr. 250'000.-).

«Nicht das Rad neu erfinden, einfach die Äpfel kaufen und los geht es.»

Notfallservice und Ferienabholung können noch geleistet werden!

Sind Sie interessiert? Dann senden Sie Ihre Bewerbung unter Chiffre 5566 an: Frickhofer Maschinen AG | Basenstrasse 10 | 4310 Rheinfelden

Schützen Sie, was Ihnen lieb ist. Insektenschutzgitter nach Mass.

Sie haben die freie Wahl. Und wir die passende Lösung.

G & H Insekten Schutzgitter

Herzlichen Glückwunsch zum Geburtstag!

Die Teichsaison zu Schnäppchenpreisen!

• Filter, Pumpen und Zubehör
• Preise ab Lager alfauna Zeiningen

Alle AKTIONEN auf www.alfauna.ch

PRODOBA

Als erfolgreiches, innovatives Schweizer Unternehmen mit rund 300 Mitarbeitenden sind wir in der professionellen Hauswartung, in der Reinigung und im Unterhalt von Liegenschaften und Hotels sowie in der umfassenden Betreuung von Gartenanlagen in der Nordwestschweiz tätig.

Zur Verstärkung unseres Garten-Teams suchen wir kompetente

Gärtner

Ihre Herausforderung

- Gartengänge
- Hecken-, Sträucher- und Baumschnitt

Ihr Profil

- Erfahrung in Gartenpflege
- Multilingualer Deutsch

printwirkt.ch

HEILPÄDAGOGISCHES ZENTRUM BASELSTADT

Wir suchen zur Mithilfe im Schulunterricht per August 2020

Wir suchen **Stellvertreter/ Stellvertreterin**

Die Massnahmen der Regierung verursachen mehr Schaden, als das Coronavirus es könnte.

Die Massenmedien zeigen Ihnen nur eine Perspektive. Ein ganzheitliches Bild ergibt sich aber erst aus verschiedenen Blickwinkeln. www.rubikon.news, www.kenfm.de oder www.zeitpunkt.ch bieten hervorragend recherchierten Journalismus – nicht nur zum Coronavirus.

„Guerilla-Inserat“ für alternative Medien in der Regionalzeitung Volksstimme, Fotos: Michael Bubendorf

Verbindung zu unseren Mitmenschen stärken & das Lächeln im Alltag

Die Lage ist angespannt. Jeden Tag ändert sich meine Wahrnehmung. Ich höre Unterschiedliches von Menschen: Die einen berichten von Denunzianten und Schlägereien im Supermarkt, von brutalen Polizisten, andere von freundlichen Polizeibeamten und einem friedlichen Miteinander ihrer

Mitmenschen. Das zeigt, dass wir nicht wirklich einschätzen können, was gerade überall und insgesamt geschieht. Je nachdem, welchen Wahrnehmungen wir folgen, ändert sich unsere eigene.

Im Umkehrschluss heißt das: Es ist wichtig, dass wir uns immer wieder auf unser direktes Umfeld und nicht auf das von den Medien gespeiste Weltbild besinnen. Bisher hat mich auf meinen Spaziergängen und bei „verbotenen“ Besuchen bei Freunden niemand denunziert, eher im Gegenteil. Wir kamen mit Nachbarn ins Gespräch, lachten miteinander.

Gerade deshalb liegt für mich unsere größte Macht noch immer in unserem eigenen Verhalten im Alltag: Lächeln wir unsere Mitmenschen an (natürlich nur, wenn es ernst gemeint und nicht erzwungen ist), sehen wir einander in die Augen, üben wir uns in Empathie und Verständnis mit anderen, deren Ansichten und Verhalten wir nicht nachvollziehen können.

Eine Querdenker-Bommel oder ein schräges Outfit, wie Kai Stuht und Ken Jeben sie bei ihrer Meditation für das Grundgesetz am 2. Mai 2020 in Berlin **trugen** (<https://kenfm.de/meditation-fuer-das-grundgesetz-teil-2/>), zeigen, wie wir als kreative Schöpfer unseres Lebens und Gestalter unserer Gesellschaft freudvoll zum Wandel beitragen, den wir uns wünschen.

So beängstigend die aktuelle Situation auch ist, so sehr hat sie Menschen wachgerüttelt und Bewegung in die Masse der „schweigenden Lämmer“ gebracht.

Nutzen wir diese Aufbruchstimmung und erweitern unsere Aktivitäten für eine demokratischere Gesellschaft und ein artgerechtes Leben für uns Menschen und alle anderen Lebewesen. „Wann, wenn nicht wir?“ (4).

<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) **zeit.de** (<https://www.zeit.de/gesellschaft/zeitgeschehen/2020-05/demonstration-stuttgart-tausende-teilnehmer-corona-einschraenkungen>), zuletzt aufgerufen am 5. Mai 2020, 13.14 Uhr.

(2) Daniele Ganser, „Imperium USA: Die skrupellose Weltmacht“, Seite 218.

(3) **widerstand2020.de** (<https://widerstand2020.de/>), zuletzt aufgerufen am 5. Mai 2020, 12.53 Uhr.

(4) Der inspirierende Titel des **Extinction Rebellion Handbuchs** (https://www.fischerverlage.de/buch/extinction_rebellion_wann_wenn_nicht_wir/9783103970036), das dazu inspiriert, uns zu erheben und gegen das ausbeuterische System zu rebellieren.

Dieser Artikel erschien bereits auf www.rubikon.news.



Elisa Gratias, Jahrgang 1983, studierte Übersetzen und Journalismus. 2005 wanderte sie nach Frankreich aus. 2014 zog sie nach Mallorca und arbeitet dort seitdem als freiberufliche Autorin, Übersetzerin und Künstlerin. Von 2018 bis 2023 leitete sie als freie Mitarbeiterin die Rubikon-Mutmach-Redaktion. Zum Thema Glück, Erfüllung und Gesellschaft schreibt sie auf ihrem Blog **flohbair.com** (<http://www.flohbair.com>). Ihre Kunst zeigt sie auf **elisagrantias.com** (<https://elisagrantias.com/>).

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