



Samstag, 16. April 2022, 13:00 Uhr
~15 Minuten Lesezeit

Die mentale Käseglocke

Nur wenn wir merken, dass wir manipuliert werden, haben wir eine Chance, uns aus dem Bewusstseinsgefängnis zu befreien.

von Kerstin Chavent
Foto: MikyR/Shutterstock.com

„Glauben Sie nicht alles, was Sie denken“, lautet ein geflügeltes Wort des Komikers Heinz Erhard. Wir müssen nicht alles für bare Münze nehmen, was sich in unseren Köpfen abspielt. Unsere Gedanken hängen nicht allein von dem ab, was in unseren Gehirnwindungen produziert wird, sondern auch davon, was von außen in sie hineingelangt. Manipulation, das liegt in der Natur der Sache, wird von dem Betroffenen nicht wahrgenommen. Ihr auf die Spur zu kommen ist der erste Schritt, sich von ihr zu

befreien und in die Eigenverantwortung zu kommen.

Uns geht es gut! Die Menschen leben in Frieden, die Welt ist sicher geworden. Es gibt keine Unruhen, keine Kriege, keinen Hunger, keine Armut, keine ungleiche Verteilung der Güter. Wohlstand und Lebensqualität sind für alle gestiegen. Die Abholzung der Urwälder wurde gestoppt und die Massentierhaltung verboten. Giftstoffe, biologische und chemische Waffen werden nicht mehr produziert. Die Böden sind sauber, und die Luft ist rein. Es gibt kaum noch Krebs- und Herz-Kreislauf-Erkrankungen, Diabetes, Übergewicht, Burn-out und Depressionen.

Wir sind gesund! Die Kriege haben gebracht, was sie versprochen haben: Frieden. Wir wissen jetzt, was Nächstenliebe ist, Solidarität, Sicherheit, Gerechtigkeit, Nachhaltigkeit, Moral. Künstlicher Intelligenz, synthetischer Biologie und Global Governance sei Dank geht es uns heute besser denn je. Es war ein langer Weg. Doch die Anstrengungen haben sich gelohnt! Jahrhundertlang haben wir uns erniedrigen lassen, kleinmachen und unterdrücken, wo wir nur konnten. Nicht mit der Wimper gezuckt haben wir, als man uns abwechselnd zu armen Sündern machte, zu blutrünstigen Wölfen, nutzlosen Essern, defekten Maschinen und schließlich zu Virenschleudern.

Wir haben es geschafft! Ist unser Gang nicht immer aufrechter geworden? Haben wir nicht die Sklaverei überwunden? Die Engstirnigkeit der Kirche? Cholera und Pest? Die Unterdrückung der Frau? Na gut, die Zustände in den Fabriken der Länder, die für uns produzieren, sind noch nicht ideal. Es gibt heute ungleich mehr Krankheiten als früher, und die vielen alleinerziehenden Mütter sind schon ein Problem. Wir verbringen unsere Tage und Nächte über

Smartphones gebeugt, und unsere Wissenschaftsgläubigkeit erinnert an die religiösen Dogmen vergangener Zeiten. Sicher ist hier und da noch ein wenig nachzubessern. Natürlich gibt es immer wieder auch schwarze Schafe. Doch wer wollte ernsthaft daran zweifeln, dass wir auf dem richtigen Weg sind?

Wurzelbehandlung

Der Arzt, Gesundheitslehrer und Geschichtsforscher Raik Garve tut das (1). Was er mit klaren und deutlichen Worten ans Licht bringt, ist nichts für Menschen, die nicht daran gehindert werden wollen, ihr eigenes Weltbild zu polieren. Denn er geht an die Wurzel der Vorstellungen und Gedankenmuster, die dazu geführt haben, dass die Welt heute so ist, wie sie ist. Beim Berühren der grundsätzlichen Fragen des Lebens macht er vor keiner Gewissheit Halt und scheut nicht davor zurück, rutschiges und vermintes Terrain zu betreten.

Seine Beobachtungen verlangen uns neben Offenheit und Unvoreingenommenheit auch Mut ab und sind damit auf der Höhe der Ereignisse unserer Zeit. Große Herausforderungen rufen nach großen Veränderungen auch und vor allem in unserem Denken. Stilles oder lautes Protestieren verändern das System nicht, ebenso wenig wie das Absetzen bestimmter Figuranten. Sofort würden neue nachrücken, die das Begonnene weiterführen. Das Kernproblem ist nicht, dass wir aus dem System herausmüssen. Das Kernproblem ist, dass das System aus uns herausmuss, aus unseren Köpfen, unserem Denken, unserem Bewusstsein.

Wohl die meisten meinen, ihre Glaubensvorstellungen und Gedankenmuster gehören ihnen. Gut, wir greifen beim Einkaufen nach bestimmten Marken, aber wir sind uns ja darüber bewusst, dass wir da der Werbung vielleicht ein klein wenig auf den Leim gehen. Wir richten uns schon ein bisschen nach der Mode. Man

muss ja auch mit der Zeit gehen. Die Meinung des einen oder anderen kann uns schon beeinflussen, vor allem dann, wenn es viele sind, die das Gleiche denken und sagen.

Es fühlt sich schon gut an, das eigene Weltbild bedient zu sehen und zu denken, nicht man selbst ist der Idiot, sondern die anderen.

Doch grundsätzlich haben wir es doch im Griff, was sich in unseren Köpfen abspielt. Sind wir nicht Herr unserer selbst? Das glauben vor allem diejenigen, die sich viel mit Denken beschäftigen. Sie gehen so weit, die eigene Meinung für objektiv zu halten und ihren Hirnsalat für die Wahrheit. So kommt es, dass gerade Akademiker vollkommen versagen, wenn es darum geht, Manipulation zu erkennen. Wir sind doch gebildet! Wir haben doch studiert! Wir trinken doch aus den richtigen Quellen!

Dass es gerade diese Quellen sind, die vergiftet wurden, mag kaum einem in den Sinn kommen. Sie sind ja alles, was den meisten Intellektuellen noch bleibt. Ihr Himmel ist leer, und in ihrer Brust wohnt keine Seele mehr, nichts, was sie an einen höheren Zusammenhang anbindet und ihrem Leben Sinn gibt. Sie haben nichts mehr als ein paar Institutionen, an die sie glauben. Die Vorstellung, dass hier jemand ansetzen könnte, dass also das, was man selber als Fortschritt sieht, als Errungenschaft, als gute Sache, in Wirklichkeit etwas ganz anderes ist, ist so unerträglich, dass die meisten nur die Augen schließen können und Störenfriede, die am etablierten Weltbild kratzen, abwechselnd mit Verachtung und Ignoranz strafen.

Alles nach Plan

Raik Garve hat es sich zur Aufgabe gemacht, das Knäuel des Wahrnehmbaren zu entwirren. Scharfsinnig fühlt er den Ereignissen

auf den Zahn. Den Zensor im eigenen Kopf hat er abgeschaltet. Was er sagt, ist für alle nachvollziehbar, die das ebenfalls tun. Schritt für Schritt entwickelt er, wie seit Jahrzehnten, Jahrhunderten gezielt daran gearbeitet wird, die Quellen zu vergiften und die Gebildeten der Gesellschaft zu Zugpferden eines menschenverachtenden und Leben zerstörenden Systems zu machen und alle Menschen zusammen zu Milchkühen, die mit ihrer Energie eine winzige Elite nähren.

Wir alle können sehen, wie ungleich die Güter verteilt sind und wer von den Kriegen, mit welchen Waffen sie auch ausgefochten werden, am meisten profitiert. Doch kaum jemand mag den Gedanken zulassen, dass es eben kein Zufall ist und ein Plan dahintersteht. Wer es dennoch tut, hat besonders in den letzten zwei Jahren zu spüren bekommen, wie es ist, wegen einer Meinungsäußerung angefeindet und ausgegrenzt zu werden.

Die Mehrheit ist auf den Gaul aufgesprungen und schießt blind mit Begriffen des Wortfeldes „Verschwörungstheorie“ um sich. Jedem Zweifel, jeder kritischen Frage wird von einem ganzen Bataillon selbst ernannter Sheriffs kurzer Prozess gemacht. Aufgepeitscht durch immer neue Feindbilder und immer größere Gefahren, die nie so richtig sichtbar werden, zieht die Herde mitsamt ihren Anführern dem Schlachthof entgegen. „Schaut hin!“, rufen die Desperados. „Ihr seid doch kein Vieh! Ihr müsst euch nicht so verhalten! Seht ihr nicht die eigentliche Gefahr?“ Doch die Spritze hat die meisten noch fügsamer gemacht.

Die eigentlichen Treiber lachen sich ins Fäustchen. Sie stehen nicht in den ersten Reihen. Niemand kann sie sehen. Die pyramidale Gesellschaftsordnung verhindert, dass die jeweils Unteren erkennen können, was über ihnen los ist. Jede Schicht wird von den jeweils Oberen angeführt, die ein wenig mehr wissen. Doch keiner hat den Überblick. Blinde werden von Blinden geführt, die sich einbilden, sehen zu können.

Kanalisierte Energie

Jeder Mensch, so Raik Garve, dient im Ausmaß seines Verstehens sich selbst und im Ausmaß seines Nichtverstehens anderen, die wesentlich mehr verstehen. Ohne dass wir es merken, werden unsere guten Absichten instrumentalisiert und von der Spitze der Pyramide förmlich abgesaugt. Die Unumstößlichkeit des Systems beruht genau darauf, dass wir unser Bestes geben und überzeugt davon sind, das Richtige zu tun. Ist es nicht gut, sich mit den Schwächsten der Gesellschaft solidarisch zu zeigen? Retten Ärzte nicht Leben? Garantieren Politiker nicht die Demokratie? Schützen Soldaten nicht unser Land?

Unser Bestes, das, was wir für das allgemeine Wohl zu tun meinen, wird so umgeleitet, dass alle in Abhängigkeit geraten. In diesem System ist niemand frei. Alle Initiativen, uns auf einer Ebene zu treffen und auf Augenhöhe miteinander auszutauschen, werden systematisch erschwert und unterdrückt. Hierarchien basieren auf Konkurrenz und nicht auf Kooperation. Mangel ist der Motor, unsere vermeintliche Ohnmacht der Treibstoff.

Jeder einzelne unserer Lebensbereiche wurde dahingehend gekapert, den Behandelnden alle Macht zu geben und den Behandelten keine.

Bereits vor unserem Eintritt in die Welt geht es los: Künstliche Befruchtung, überwachte Geburt, frühkindliche „Förderung“, Klassendenken, Gefügigmachen durch Benoten, Belohnen und Bestrafen – unsere prägendsten Lebensjahre verbringen wir damit, in zersplitterten, zusammenhangslosen Sequenzen zumeist unnütze Lerninhalte in Schubladen zu sortieren und bei Kontrolle hervorzuholen.

Unsere gesamte Existenz werden wir mit Informationen bombardiert, die uns unsichtbare Fesseln anlegen. So ist der Dritte

Weltkrieg ein Informationskrieg, und er hat längst begonnen. Er liegt allen Kriegen zugrunde, die mit Panzern und Kanonen geführt werden. Das Senfgas des 21. Jahrhunderts sind giftige Gedankenviren. Die Grabenkämpfe erfolgen über ein systematisch installiertes Freund-Feind-Denken und ein ständig neu inszeniertes Teile-Hetze-Herrsche. Die totale Zerstörung erfolgt nicht über Bomben, sondern über die Atomisierung der Gesellschaft.

Zersplittert

Es ist ein wahrhaft teuflisches System, das sich mithilfe unserer Gedankenenergie gebildet hat. Es lebt von Lüge, Verdrehung und Betrug. Über die ursprüngliche Welt, in die wir hineingeboren wurden, hat sich eine Pyramide mit einer breiten Basis und einer kleinen Spitze gestülpt, um die natürliche Ordnung zu zerstören. Alle Verbindungen wurden systematisch gekappt: zur Natur, zu den Elementen, zu Pflanzen und Tieren, zu unseren Mitmenschen, zum Irdischen, zum Göttlichen und schließlich zu uns selbst. Wie in der Kettenreaktion unzähliger Explosionen setzt sich der Urknall, aus dem unser Universum entstanden sein soll, immer weiter fort.

Unser Glaube an den Zufall, die Seelenlosigkeit, die voranschreitende Vereinzelung und Hierarchisierung führten dazu, dass wir das geschehen ließen. Manipulation braucht Isolation. Aus Großfamilien wurden Kernfamilien, aus Kernfamilien alleinerziehende Mütter. Abstand wurde die neue Nähe. Alle Maßnahmen, die uns nach und nach in die totale Überwachung führten, wurden uns als gesellschaftlicher Fortschritt verkauft. Begeistert und bereitwillig liefen wir mit. Ging es nicht um mehr Gerechtigkeit, mehr Freiheit, mehr Bequemlichkeit, mehr Zeit, mehr Gesundheit, mehr Sicherheit? So wurden aus Sklaven Steuerzahler, aus unterdrückten Frauen billige Arbeitskräfte, aus sexueller Prüderie Pornographie und aus Geburtenkontrolle die Erschaffung

eines künstlichen Menschen.

Eingewickelt

Die Manipulation erfolgt auf drei Ebenen. Während wir glauben, die Wahl zu haben, weil wir zwischen fünfzig verschiedenen Joghurtsorten wählen können, werden wir kontinuierlich mit Informationen, Werbung und Filmen abgelenkt, die niedere Emotionen wie Gier, Geiz und Egoismus fördern und uns in Dauerstress versetzen. Die Angst vor Terrorismus, Pandemien, Krieg, Klimawandel, ökologischen Katastrophen, wirtschaftlichen und finanziellen Zusammenbrüchen besetzt unsere Köpfe und lässt kaum noch Platz für Schönheit, Freude, Leichtigkeit, Vertrauen, Zuversicht.

Allen Angstprodukten gemein ist, dass sie nicht zu fassen sind und über sie nur spekuliert werden kann. Der Konjunktiv beherrscht die Schlagzeilen.

Informiert wird zunehmend darüber, was alles passieren kann, und nicht darüber, was tatsächlich geschieht. Die Wahrscheinlichkeit ist hoch, dass es dann wirklich passiert. Der Glaube versetzt Berge.

Bilder schaffen Abbilder. Wem ständig auf jeder Zigarettenpackung suggeriert wird, dass er impotent wird und an Krebs stirbt, der wird unbewusst darauf getrimmt, dass es auch so kommt.

„Nocebo“ heißt der umgekehrte Placebo-Effekt: Ich werde schaden. Was wir uns einbilden, das erscheint uns als Realität. Wer glaubt, die Welt sei ihm feindlich gesonnen, der wird überall Gefahr wittern. Wer sich einbildet, keine Macht zu haben, der hat auch keine. So sind wir förmlich zusammengeschrumpft und zu unausgereiften Wickelkindern geworden, die sich bis über die Nasenspitze

zudecken lassen. Eigenverantwortung ist damit völlig unmöglich geworden. Unzufriedenheit, Frust und der Verlust des eigenen Lebenssinnes sind die Folge.

Verführt

Als Endprodukte einer Affenevolution, gefangen in den Gedanken einer sinnlosen, feindseligen Welt, leben wir zwischen Lethargie und Schockzustand und wissen nicht mehr, wo uns im medialen und politischen Pingpong der Kopf steht. Alles läuft darauf hinaus, unser Leben kompliziert zu machen. Nichts ist mehr einfach. Nichts geht mehr ohne die Technik, die uns das Leben leichter machen soll und es doch nur erschwert.

Unsere Orientierungslosigkeit und unsere Unfähigkeit, Wahrheit und Lüge voneinander zu unterscheiden, manifestieren sich auch in unserem Gesundheitszustand. Verformt durch Erziehung und Massenmedien, Manipulation und Lügen sind wir komplett durcheinandergeraten. Über gesellschaftliche Normen, Regeln, Gesetze, Tabus, Verbote, Ablenkungen, wirtschaftlichen Druck und materiellen Mangel haben wir unsere Fähigkeit, uns aus Altem zu befreien und Neues zu schaffen, verloren. Von uns bleiben nur schlappe, ausgelaugte Hüllen, für die die Veränderung des Erbgutes nichts weiter ist als ein kleiner Pils.

Im Hamsterrad der alltäglichen Beschäftigungen, geknebelt von einem parasitären Geldsystem, werden wir immer müder, immer ausgebrannter, frustrierter und leerer, während uns das globale Kontrollsystem weiter die Verantwortung abnimmt und unablässig zu immer mehr Abhängigkeit, Bewegungslosigkeit, Faulheit, Egoismus und falschem Stolz verführt.

Gelenkt und verwaltet werden die Hamsterräder von denen, die

genau diese Eigenschaften besonders in sich entwickelt haben. Es sind die Korruptesten, Fügsamsten und Machtgeilsten, die in unserer Gesellschaft die höchsten Posten besetzen. Sie lassen sich in der Kaderschmiede der „Young Global Leaders“ des *World Economic Forums* fördern, um Transhumanismus, Nanotechnologie, Gentechnik, künstliche Intelligenz und Energieparasitismus weiter voranzutreiben und die Welt immer mehr zu spalten und zu verdrehen.

Dass hier wahrhaft diabolische Kräfte – im Sinne von verleumderisch, spaltend, durcheinanderwerfend – wirken, wird von den meisten nicht gesehen. Unsere Zeit fürchtet weder Gott noch Teufel. Bei uns ist alles relativ. So kann das Spaltende ungestört wirken. An den Pranger gestellt wird der, der davor warnt. Ist er gar mit dem Bösen im Bunde? Wie stets ist es der Bote, der das Unbequeme ausspricht, dem die Schmach gebührt. Doch mit dem Finger auf andere zu zeigen, läuft immer darauf hinaus, dass drei Finger dann auf uns selbst weisen. Wie wir es auch drehen und wenden – es führt kein Weg daran vorbei, dort zu schauen, wo wir etwas verändern können: bei uns.

Die Geister, die ich rief

Um den Programmierern der schönen neuen Weltordnung die Macht zu nehmen, muss der Papst aus unseren Köpfen ausziehen. Das, was in uns hineinprogrammiert und uns eingepflegt wurde und uns zu funktionierenden Rädchen im Getriebe macht, können wir selbst nicht wieder ausbauen. Wir haben die Codes nicht. Wir müssen mit dem leben, was einmal in uns angelegt wurde. Was wir jedoch tun können, ist, die Programme zu deaktivieren. Hierzu ist es notwendig zu wissen, dass sie existieren. Wenn wir das nicht wahrhaben wollen, laufen sie unterschwellig weiter.

Wenn wir keine Marionetten sein wollen, müssen wir die Fäden durchtrennen. Das können wir nur, wenn wir sie sehen.

Von dieser Bereitschaft hängt es ab, wie es mit uns weitergeht. Um an dem Narrativ, das für uns vorgesehen ist (2), etwas zu ändern, können wir eine Geschichte entwickeln, in der nicht die Technologie, sondern der sich aus seiner Ohnmacht befreite Mensch die Hauptrolle spielt. Wenn er die Prüfung besteht, die ihm hier geboten wird, wird er erwachsen. Er hat erkannt, dass er seine Probleme nicht im Außen lösen kann, und er nährt nicht mehr das Energiefeld der Versklavung, sondern das der Souveränität.

Nur so kann die Maschinerie der Zerstörung gestoppt werden. Nur wir haben diese Macht. Denjenigen, die sie programmiert haben, ist sie längst entglitten. Wie Stanley Kubricks Doktor Seltsam können sie nur noch Beobachter des Chaos sein, das sie angerichtet haben. Die Zauberlehrlinge haben sich für größer gehalten, als sie sind, und einen Raum eröffnet, zu dem sie den Schlüssel verloren haben. Der Frankenstein, das kinderfressende Monster, der Egregor, den sie geschaffen haben, das kollektive Energiefeld, zu dem ihre Kreatur geworden ist, ist ihnen längst über die Köpfe gewachsen.

Auf Adlers Schwingen

Die eigentliche Macht, so Raik Garve, liegt nicht bei den globalen Institutionen, den exklusiven Absprachegesellschaften in der Hochfinanz, den Logen und Thinktanks, den Denkfabriken des *Social Engeneering* wie *Club of Rome*, *Tavistock Institute*, *Council on Foreign Relations*, *World Economic Forum*, Tritaterale Kommission oder Bilderberger. Die wirkliche Macht sitzt zwischen unseren Ohren und hängt von der Entscheidung jedes Einzelnen ab, an welches Energiefeld er andockt und was er groß werden lässt.

So ist die Lösung ebenso einfach wie komplex. Sie ist von dem abhängig, womit wir in Resonanz gehen und wofür wir uns halten: Suppenhuhn oder Adler? Uns erheben können wir nur, wenn wir eine gewisse Leichtigkeit haben, beweglich sind und uns in einer dynamischen Stabilität zwischen unseren Schwächen und unseren Stärken befinden. Fliegen ist nur mit zwei Schwingen möglich. Das kann nur, wer mit sich selbst in Frieden ist, bereit für Reue und Verzeihen, wer sich selber achtet und offen ist für die höchste Macht des Universums: die Liebe.

Zusammen haben wir die Macht, eine grundsätzliche Veränderung herbeizuführen. Wenn wir nicht mit dem in Resonanz gehen, was wir fürchten, sondern die Visionen nähren, wie wir leben wollen, können wir so viel bewirken! Es muss nicht erst die halbe Menschheit aufwachen. Es reicht ein winziger Stein, um den Riesen zu Fall zu bringen (3). Malen wir sie uns aus, die Welt, wie wir sie uns wünschen. Stellen wir uns vor, wie wir zusammen ein neues Bildungssystem erfinden, eine Ökonomie, die auf Schenken und Tauschen basiert, Familienstrukturen, in denen für alle gesorgt ist.

Entwickeln wir Visionen, wie wir uns aus der Lügen-Matrix befreien und zur Wahrheit zurückkehren, wie aus Sinnlosigkeit Sinnhaftigkeit wird, aus Künstlichem Natürliches, aus einem eindimensionalen ein multidimensionales Weltbild, aus Energie-Parasitismus ein natürlicher Energie-Kreislauf. Stellen wir uns vor, wie aus dem Ego das Selbst erwächst, wie aus Angst Liebe wird, aus Mangel Fülle, aus Rationalität Herzqualität. Verwandeln wir uns selbst vom ohnmächtigen Konsumenten zum selbstbewussten Souverän, der, anstatt von anderen Rechte einzufordern, seine eigenen Pflichten erfüllt und im Bewusstsein der Einheit und der Verbindung mit allem seine Unabhängigkeit lebt.

Das Training, um aus der Kinderwelt in eine Erwachsenenwelt zu treten, ist hart. Wir kommen kräftig aus der Puste. Der Schweiß bricht uns aus, und die Muskeln schmerzen, bevor sie immer

kräftiger werden. Ziel der Übung ist es nicht, die anderen abzuhängen, sondern mit möglichst vielen durch das Nadelöhr zu kommen, das die „neue Normalität“ von einem neuen Bewusstsein trennt. Niemand kann dazu gezwungen werden, dieses Training mitzumachen. Doch alle haben die Möglichkeit, es zu tun.

<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) <https://www.youtube.com/watch?v=sk8wYTf7hv8>

<https://www.youtube.com/watch?v=sk8wYTf7hv8>

(2) Klaus Schwab: Das große Narrativ: Für eine bessere Zukunft, Forum Publishing 2022

(3) <https://www.youtube.com/watch?v=Gw9uIGkKOew>

<https://www.youtube.com/watch?v=Gw9uIGkKOew>

Dieser Artikel erschien bereits auf www.rubikon.news.



Kerstin Chavent lebt in Südfrankreich. Sie schreibt Artikel, Essays und autobiographische Erzählungen. Auf Deutsch erschienen sind bisher unter anderem **Die Enthüllung, In guter Gesellschaft, Die Waffen niederlegen, Das Licht fließt dahin, wo es dunkel ist, Krankheit heilt** und **Was wachsen will muss Schalen abwerfen**. Ihre Schwerpunkte sind der Umgang mit Krisensituationen und Krankheit und die Sensibilisierung für das schöpferische Potential im Menschen. Ihr Blog **„Bewusst: Sein im Wandel“** (<https://bewusstseinimwandel.blogspot.fr>).

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.