



Dienstag, 02. Juni 2020, 10:00 Uhr  
~6 Minuten Lesezeit

# Körperliche Unversehrtheit

Zwänge geißeln unsere Psyche und unseren Körper, doch es gibt Wege, die Krise zu meistern.

von Manovas Mut-Redaktion  
Foto: Dmitry Naumov/Shutterstock.com

*Die Autorin engagiert sich als alleinerziehende Mutter und Selbstständige in der politisch ausgelösten Corona-Krise. Mit Reden auf „Grundrechte-Demos“ will sie Menschen auf allen Ebenen Kraft geben: körperlich, seelisch und geistig. Ihr Augenmerk liegt dabei darauf, die Psyche zu stärken, aber ebenso das Herz, dieses empfindsame, intelligente Organ mit einem großen elektromagnetischen Feld. Sie ermutigt dazu, uns auf uns selbst zu besinnen, die eigene Gesundheit und innere Stabilität zu wahren – und*

*eigenverantwortlich zu handeln.*

**von Céline von Knobelsdorff**

Als Autorin, Journalistin und psychologische Beraterin ist es für mich wichtig, gerade jetzt nicht zu schweigen. Wir sprechen über den Schaden und die Folgen von Grippeerkrankungen und wir appellieren an den „gesunden Menschenverstand“. Dabei ist es für mich besonders wichtig, was die fragwürdige Härte der Maßnahmen mit unserer Psyche, mit unseren Emotionen macht. Zwänge in diesem Ausmaß stellen ein bislang völlig unbeleuchtetes Risiko für unsere Gesundheit dar.

Ich stehe hier, weil ich mich auf eines der Grundgesetze berufe, welches ich über Wochen hinweg als massiv beschränkt und nunmehr als bedroht ansehe:

I. Die Grundrechte / Artikel 2 (2):

*„Jeder hat das Recht auf Leben und körperliche Unversehrtheit. Die Freiheit der Person ist unverletzlich. In diese Rechte darf nur auf Grund eines Gesetzes eingegriffen werden.“*

Nicht nur meine Gedanken sind frei, sondern ebenso mein Umgang mit mir selbst: Mein Körper gehört mir, nicht dem Arzt, nicht der Wissenschaft, nicht dem Staat, nicht der Kirche und nicht den Pharmakonzernen.

**Ein naturgegebenes Körpergefühl**

Als freier Mitbestimmer einer demokratischen Gesellschaft möchte ich Gesetze befolgen, weil sie mich überzeugen und nicht, weil ihr Nichtbefolgen bestraft wird. Wer Menschen anleiten möchte, sollte sie als mündige, freie Mitdenker behandeln, der sollte darauf aufbauen, dass jeder für seine Gesundheit mitverantwortlich ist, was voraussetzt, dass er über seinen Körper frei verfügen kann.

Wir alle haben ein angeborenes, ganz natürliches Gefühl für unseren Körper mit auf unsere Lebensreise bekommen. Ich habe viele interessante Gespräche mit Ärzten geführt, die es begrüßen, wenn Menschen zu ihnen kommen, die ein Interesse an den Hintergründen von Symptomen und eine Aufgeschlossenheit an Selbstheilungsoptionen zu Krankheiten mitbringen. Sie begrüßen die Eigenverantwortung und Lernbereitschaft von Menschen, denen sie mit ihrem Spezialwissen gewissermaßen zuarbeiten.

Diese Ärzte möchten nicht als Werkstattmeister für kaputte oder defekte Körperfunktionen angesehen werden, sondern appellieren, dass körperliche Unversehrtheit maßgeblich von jedem Einzelnen mitgestaltet wird. Ich danke diesen Ärzten, dass sie meine Wege bis heute unterstützt haben, meine Gesundheit selbstbestimmt und frei mitzugestalten!

## **Die Eigenverantwortung mündiger Bürger**

Wir werden als unmündige Bürger deklariert, weil sich einige „Besser-Wisser“ massiv über unsere Eigenverantwortung und Mitbestimmung hinwegsetzen. Sie versuchen, uns über Nacht mit Krankheitsempfindungen anzustecken, nur um ihre Maßnahmen glaubwürdig dastehen zu lassen. Ich fühle mich weder jetzt, noch fühlte ich mich während der gesamten Monate, in denen es zu Grippeerkrankungen kommt, besonders krank oder empfänglich für

Ansteckungen. Bei etwaigen Anzeichen dafür habe ich mich, meiner Eigenverantwortung entsprechend, völlig normal zurückgezogen und für eine Verbesserung des Zustands gesorgt. In kritischen Phasen konsultierte ich Ärzte meines Vertrauens, die meinen Umgang damit bestätigten.

***Vielen Dank an dieser Stelle an Sie, liebe Ärzte. Ihre anhaltende Bereitschaft, ein gesundes Körpergefühl und den natürlichen Umgang mit etwaigen Anfälligkeiten zu unterstützen, ist eine unverzichtbare Ermunterung!***

## **Wo bleibt die Seele?**

Zu unserer körperlichen Unversehrtheit gehören die Seele und die Gefühle. Auch ohne eine Pandemie wissen wir um die Auswirkungen von Stress auf uns.

Was machen nun die anhaltenden Maßnahmen – deren Sinn wir zwar hinterfragen dürfen, dafür aber nahezu mittelalterlich an den Pranger gestellt werden – mit uns? Was machen der Maskenzwang, die Androhung von ebenfalls unverhältnismäßig hohen Strafen bei Nichttragen mit uns? Was macht es mit unserem natürlichen Empfinden, dies alles als unsinnig bis krankhaft einzustufen, und es dennoch tun zu müssen – und zwar auf unabsehbare Zeit? Oder wie von dem CDU-Bundestagsabgeordneten Axel Müller in Weingarten gegenüber dem *Südfinder* geäußert wurde: „Maskenpflicht vermutlich bis Ende des Jahres!“

Es ist eine subtil wirkende und zugleich grausame Verletzung unseres Rechts auf körperliche Unversehrtheit und Freiheit:

- Verunsicherung zu säen,
- Angst zu schüren und diese mit Strafen zu untermauern,
- ein Bollwerk rund um die Obrigkeiten zu ziehen, die all dies zu verantworten haben und sich keiner öffentlichen Diskussion stellen,
- Informationshäppchen für scheinbare Verbesserungen zu streuen, die ob ihrer Widersprüchlichkeiten ebenfalls erneut willkürlich erscheinen,
- und im gleichen Atemzug weitere Konsequenzen anzukündigen, die noch viel stärkere Schrecken verbreiten, wie zum Beispiel die Zwangsimpfung mit einem RNA-Impfstoff, einen Gesundheitspass, ohne den wir nicht einmal mehr andere EU Länder bereisen dürfen, und die Propaganda für Chipimplantate in prominenten Kinderkanälen wie dem KiKa!!

Dies alles erzeugt einen dauerhaften schädlichen Stresspegel in unserem Körper, hinter dem sich mancher bisheriger Burn-out verstecken kann. Und das ist fremdgesteuerter Missbrauch an unserem psychisch-physischen Selbsterhaltungstrieb und dessen Ressourcen.

## **Eigenverantwortung umsetzen: mutig sein**

Ich könnte heulen, wenn ich in die verunsicherten Augen blicke, hektisch oder traurig. Meine Wut über mich selbst, mitzumachen, wurde immer größer und vergiftete meine Stimmungen und die Atmosphäre zuhause. Deshalb mache ich nicht mehr einfach mit. Ich zeige alle Symptome von Stressreaktionen bis hin zu Beklemmungen und Rauschen im Kopf, wenn ich eine Maske trage. Mein Körper spricht mit mir: Er will kein schädliches CO<sub>2</sub> zurückhaben, dessen Ausscheiden existenziell ist. Mal abgesehen von den chemischen Inhaltsstoffen in den verwendeten Textilien, die aus welchen Ländern stammen?

Und wer ist nun verantwortlich dafür, dass ich innerhalb einer Krise gesundheitlich stabil bleibe? An erster Stelle ich, weil meine körperliche Unversehrtheit ein naturgegebenes Grundbedürfnis ist, weil daran meine wirtschaftliche Existenz hängt und meine Verantwortung als alleinerziehende Mutter!

***Ich trage daher keine Maske – mehr – und finde überall und immer häufiger Menschen, die ebenfalls keine tragen: Rentner, Väter mit Kindern, Männer, Frauen unterschiedlicher Herkunft und Altersgruppen.***

Wo ich glaubte, meine Welt zerfällt, finde ich so neue Brücken von Gleichgesinnten. Ich bin so mit völlig fremden Menschen ins Gespräch gekommen, habe ihnen von den Möglichkeiten Widerstand zu leisten berichtet und sie eingeladen, sich zu informieren und zu Veranstaltungen zu kommen.

## **Jeder hat einen Grund: Jeder ist wichtig**

Ich hatte und habe immer wieder Gänsehaut, so schön sind solche Erlebnisse, gerade weil wir sie im Wissen um Geldstrafen eingegangen sind! Ich leiste auf diese Weise meinen Beitrag, Gesicht zu zeigen, ein friedvoller Mensch mit Herz und Hirn zu sein, der vor allem andere ermutigen möchte, auf seine Rechte zu achten, der Menschen ihre persönliche Wichtigkeit und Rolle in dieser Zeit aufzeigen möchte.

Für jeden gibt es mindestens einen Grund, seine Freiheit auf Würde, auf Mitspracherecht, auf Andersartigkeit, auf Individualität, auf körperliche Unversehrtheit zu vertreten. Meiner ist: Ich möchte meinem Sohn – und der ist erst 4 Jahre – keine Welt hinterlassen, die ich aufgegeben habe, weil ich mich zu unbedeutend gefühlt

habe, etwas daran zu ändern oder sie aktiv als demokratischer Bürger mitzugestalten.

Ich danke Euch!

---

**Céline von Knobelsdorff** arbeitet als psychologische Beraterin/Coach, als Autorin und Journalistin. Sie hat Theaterwissenschaften, Musikwissenschaften und Philosophie in Mainz studiert und parallel beim öffentlich-rechtlichen Fernsehen in verschiedenen Kulturredaktionen gearbeitet. Als Querdenkerin hatte sie oft den Eindruck, in der Milchstraße versehentlich Richtung Erde abgebogen zu sein. Heute verknüpft sich vieles und sie schöpft aus ihren verschiedenen Berufungen. Sie lebt und arbeitet seit 2017 in Waldburg/Ravensburg.

---

### **Quellen und Anmerkungen:**

Ausführungen auf der Basis einer Rede auf der 5. Demo in Ravensburg zur „Wahrung der Grundrechte und für freie Impfscheidung“ am 16. Mai 2020 in Ravensburg.

Wer sich die Rede anhören möchte, der kann dies unter diesem

**Link** (<https://www.youtube.com/watch?v=9eRVodOqnHY&feature=share#t=61m59s>) ab 1:01:45.

Dieser Artikel erschien bereits auf [www.rubikon.news](http://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))** (<https://creativecommons.org/licenses/by-nc-nd/4.0/deed.de>) lizenziert. Unter Einhaltung der Lizenzbedingungen dürfen Sie es verbreiten und vervielfältigen.