

## **Ohnmächtig sind wir, wenn wir uns selber die Macht entziehen**

Die Entdeckung des neuen Corona Sars-CoV-2 Virus und die behördlich durchgeführten Massnahmen bedeuten für viele Menschen einen sehr grossen Einschnitt in ihrem Leben. Alle Gesellschaftsschichten sind davon betroffen. Jede und jeder Einzelne ist herausgefordert, genau hinzuschauen und sich differenzierte, eigenständige Gedanken zu machen. Es ist mir ein tiefes Bedürfnis, meine Überlegungen mit Euch zu teilen:

Es steht ausser Frage, dass durch den Corona Sars CoV 2 Virus viel Leid entsteht. Viele Menschen wurden bis jetzt infiziert und sterben an dem Corona-Virus oder an einer Kombination verschiedener Vorerkrankungen. Dass mir das Leben eines jeden Menschen unaussprechlich wertvoll ist, gehört zu meiner Grundhaltung. Dass Schutzmassnahmen eingeleitet wurden, um das jeweilige Gesundheitssystem aufrechtzuerhalten, halte ich daher für absolut berechtigt. Aber überschreiten die behördlichen Massnahmen nicht das richtige Mass?

Mit grossem Interesse und viel Anteilnahme verfolge ich die vielfältigen thematischen Publikationen und Video-Beiträge verschiedener Fachpersonen und stelle fest: Je nach Betrachtungswinkel und Interessenszugehörigkeit (Fachlich, politisch, wirtschaftlich) wird die Sachlage von den Fachpersonen und den Medien unterschiedlich interpretiert. Täglich werden Zahlen und Fakten herumjongliert. Die Bevölkerung wird durch eine gewaltige mediale Informations-überreizung der Gehirne in einen Trancezustand versetzt. Interessanterweise versetzen zwei Zustände, nämlich eine tiefe Entspannung wie auch eine Überreizung des Gehirns den Menschen in einen hypnotischen Zustand. Das Bewusstseins-Kontrollzentrum, der Neokortex, die gesamte Hirnrinde, das Frontalhirn (Kontrollfunktion der Persönlichkeit) werden heruntergefahren und der Verstand wird ausgeschaltet. Menschen in Angst und Panik verlieren ihre Klarheit und ihre Vernunft. Ein grosser Kraftakt ist nötig, um sich dieser Atmosphäre der Angst zu entziehen.

In der Schweiz sterben gemäss NZZ Artikel (24.2.2020) jährlich 2'500 Personen an Influenza und die WHO spricht weltweit jährlich von 650'000 Todesfällen. Gemäss dem Robert Koch Institut (RKI Berlin-Meldung «Tagesschau ARD» 30.9.2019) starben in Deutschland im Winter 17/18, trotz Impfungen, gegen 25'000 Menschen an Influenza. Dies sind erschütternde Zahlen. Was werden die Zahlen bezüglich Corona Virustote Ende Jahr offenbaren? Was die prognostizierten Todesraten angeht, sind bis jetzt unterschiedliche Szenarien im Umlauf. Ich hoffe von ganzem Herzen, dass sich diese Prognosen nicht verwirklichen werden. Bedeuten diese Zahlen nicht, dass wir früher auch schon diese zutiefst einschneidenden Massnahmen hätten durchführen müssen? Sollten wir diese Massnahmen nicht für jedes kommende Jahr in die Wege leiten? Was veranlasst uns in diesem Jahr, diese extremen Einschnitte durchzuführen?

Die durch die chinesische Regierung eingeführten Massnahmen, die als Reaktion auf den Ausbruch der Coronavirusepidemie folgten, wirkten auf die Menschen weltweit wie ein grosser Schock. Ein Dominosystem wurde angestossen, angefeuert durch eine rund um die Uhr laufende Medienberichterstattung, einem Kommunikations-Tsunami ungeheuren Ausmasses. Virtuoso wurde und wird immer noch auf der Klaviatur der Informationen (den Ansichten, die den Medien genehm erscheinen) und den Emotionen gespielt, mit den

bekannten Auswirkungen auf die Menschen. Die Meinungsvielfalt wird in diesen Zeiten extrem ausgehebelt.

Eine bedenkenswerte Tatsache ist auch, dass in den westlichen Industrienationen die Spitäler immer mehr aus einem Ökonomiedenken heraus gesteuert wurden. Die Rentabilität ist von zentraler Bedeutung und somit wurden unter anderem nicht rentable Sektionen geschlossen, Betten und Personal wurden massiv eingespart. Es kann nicht verwundern, dass diese jahrelange Praxis in Krisenzeiten unwillkürlich zu schnellen Kapazitätsengpässen und zu Überforderungen des Personals führen.

Eine entlastende Nachricht gibt es auch bezüglich der Coronadunkelziffer: Professor Pietro Vernazza zitiert eine Studie der Fachzeitschrift «Science» ([science.sciencemag.org](http://science.sciencemag.org)) vom 16. März 2020 (auf der Website der Klinik für Infektiologie des Kantonsspitals St. Gallen). Epidemiologen untersuchten die Ausbreitung von Covid-19 in China und gingen der Frage nach, wie oft die neue Infektion überhaupt entdeckt wurde. Das Ergebnis: Rund 85% (82-90%) aller Infektionen sind erfolgt, ohne dass jemand die Infektion bemerkt hat, weil nur milde oder gar keine Symptome auftraten. Etwa 55 % der unbemerkt Infizierten haben weitere Personen angesteckt. Prof. Vernazza äussert sich dazu folgendermassen:

«Eigentlich vermuten wir dies schon lange. Anders wäre es gar nicht erklärbar gewesen, dass die Infektionszahlen in China nach einigen Wochen gegen null gesunken sind. Mit einer Immunitätsrate von weniger als 1% der Bevölkerung kann man das nicht erklären. Das heisst, dass jetzt viele immun sind. Es würde nicht mal verwundern, wenn weitere Untersuchungen die Rate von stummen Infektionen noch höher beziffern werden.» Aus diesem Grund sei es richtig, erklärt Vernazza, die breite Testaktivität zu stoppen und auf Patienten mit schweren Infektionen in Spitälern zu beschränken. Weiter kommentiert er: «Informiert endlich die Bevölkerung und redet Klartext! Diese Infektion ist für junge Menschen mild. Angst ist kein guter Ratgeber. Die meisten Menschen sehen eine schreckliche Krankheit vor sich. Ja, es ist wahr. In Italien stirbt etwa eine von zehn diagnostizierten Personen. Doch wie wir jetzt nach dieser Science Arbeit wissen, dürfte das eher eine von 1'000 angesteckten Personen sein. Und was wir auch aus Italien und China wissen: Rund 50 % der verstorbenen Patienten sind über 80 Jahre alt, fast 90% sind über 70 Jahre alt. Das heisst nicht, dass hinter diesen Zahlen nicht auch tragische Einzelschicksale stecken. Doch oft trifft es - ähnlich wie wir das von der Grippezeit kennen - Personen, die am Ende ihres Lebens stehen. An einem Punkt, an dem sie sich vielleicht selbst auf den Tod vorbereiten oder aufgrund ihres Zustands immer damit rechnen, dass es passieren könnte. Das Leben ist endlich. Auch das müssen wir den Menschen wieder in Erinnerung rufen».

Leben und Sterben sind nah beieinander und bilden eine Einheit, nicht nur in der Gegenwart, sondern seit Urzeiten. Wie gehen wir mit Leben und Sterben um? Leben und Sterben der eigenen Körperlichkeit, Lebens- und Sterbensprozesse in der Natur, Lebens- und Sterbensprozesse der eigenen Vorstellungen und Gewohnheiten. Halt-Haltlosigkeit, Orientierung-Orientierungslosigkeit. Auch diese Zustände beinhalten Lebens- und Sterbensprozesse. Hört das Leben auf, wenn etwas stirbt, oder offenbaren sich neue Räume? Wir werden wahrlich in unseren Grundfesten erschüttert, eine Chance!

Ich setze mich jetzt in einen bequemen Sessel und träume in die Zukunft hinein...

- Ich träume von einer Zukunft in der wir mit einem geschärften und wachen Bewusstsein die Folgen unseres Handelns auf gesellschaftlicher-, ökonomischer-, medialer-, und politischer Ebene zur Bewältigung der Corona-Krise von verschiedenen Seiten aus betrachten können. In der wir dafür ein erweitertes, bewegliches Denken einsetzen, das nicht nur in Kategorien von schwarz / weiss, gut / böse, Ja / Nein funktioniert, sondern der Komplexität der Ereignisse mit übergreifenden, offenen Lösungen für die Zukunft Hand bietet. Ein Denken, das die Gegensätze verbindet und dadurch zu neuen Erkenntnissen vorstossen kann. Das wäre für die Weltentwicklung der Menschheit ein grosser Fortschritt. Dies bedeutet aber, dass alte Denk-, Gewohnheits- und Machtstrukturen in Gesellschaft, Politik und Wirtschaft sich verändern müssen. Grosse Veränderungen bringen Ängste mit sich: Wenn ich meine inneren Vorstellungen und Gewohnheiten loslasse, die meine ganze Lebensrealität prägen (das kann den Menschen, Unternehmen, Institutionen, ein Volk betreffen), was bleibt dann noch von mir übrig? Höre ich dann auf zu existieren? Verliere ich mein Leben, meinen Wert und treibe orientierungslos im leeren Raum herum?

Wenn ich aber diese Leere für einen gewissen Moment aushalte und in eine innere Ruhe komme: Taucht da nicht etwas Neues auf? Entstehen dann nicht Antworten, die uns zutiefst überraschen können? Antworten, die nicht die Qualität von Konformität und Angelerntem in sich tragen und nur dazu verwendet werden, um Risse in der eigenen, alten Realitäts-Fassade zu flicken? Sind es nicht neue, aus dem eigenen lebendigen Kreativitätsfeld geborene Impulse, die uns neue Wege aufzeigen?

Ein Weg in tiefer Angst bedeutet in Zukunft noch mehr Kontrolle, noch mehr Isolation, noch weniger Eigenständigkeit und noch mehr Machtausübung im Namen der «Sicherheit, Transparenz und Prävention». Ich wünsche mir von ganzem Herzen, dass wir nicht an der eigenen Selbstbezogenheit im negativen Sinne und an unseren Ängsten ersticken, sondern in gefühlter Verbundenheit mit allen Menschen und der Natur neue Wege gehen. Wäre es nicht an der Zeit, mit «HerzMut» neue Spiel- und Handlungsfelder zu eröffnen, die der unermesslichen Kreativität der Menschen freien Lauf lassen?

- Ich träume von einer Zukunft, in der die Menschen aufhören, ihre Ängste fortlaufend zu ernähren, denn auch der Kampf gegen den eigenen «Angst-Schatten» bedeutet, ihn mit weiterer Energie zu füttern und ihm zu Dienste zu sein. Haben wir es denn nicht selbst in der Hand, wohin wir unsere Aufmerksamkeit lenken? Sind wir wirklich so kraftlos und ohnmächtig gegenüber Veränderungen, wie wir es manchmal meinen? Ohnmächtig sind wir, wenn wir uns die Macht selber entziehen! Wie viele Male erlebte ich in meiner Praxis, dass Menschen, die sich auf neue Prozesse einliessen, ein neues körperliches und seelisches Gleichgewicht fanden? Wie erlebte ich dann diese Menschen? In Freude über das Geschaffene, ich erlebte ihre innere Kraft, ihre Zentriertheit und Eigenständigkeit und... .

- Ich träume von einer Zukunft, in der sich die Menschen in «Eigen-Behördlichkeit» den Freipass geben, ihr unendlich grosses inneres Potential vollumfänglich zu nutzen. Zum Wohle des Einzelnen und der Gesamtheit, zum Aufbau einer humanistischen Wirtschaft und eines fruchtbaren «Zusammen-Klangs» mit der Natur.
- Ich träume von einer Zukunft, in der der Corona (Kronen)-Virus dazu beitragen wird, dass sich die Menschen eine Krone des Erkennens aufsetzen und in der der jeweilige Angst-Schatten sich zu einem leichten Königsmantel umwandelt, die Menschen darin unterstützend, dass sie in Eigen-Verantwortlichkeit, mit ausgeglichener Herz-und Kopf-Verbundenheit das Unmögliche möglich machen und Berge versetzen, zum Wohle aller und zum Wohle der Natur.
- **An dieser Zukunft arbeite ich!**

**Dinu Manoliu, Basel 30.03.2020**