

Welchen Platz nehmen Krankheiten im Leben ein?

Gedanken von Martin Sinzinger anlässlich, aber nicht ausschließlich zur Corona-Infektionswelle

Krankheiten betreffen primär den Körper, sie können aber auch auf anderen Ebenen des Lebens beurteilt werden

Grundsätzlich wird man natürlich eine Krankheit immer als eine negative Begleiterscheinung des Lebens bezeichnen. Allerdings scheinen Krankheiten dennoch nicht gänzlich vermeidbar und etwas tiefer betrachtet, kann die Erkrankung eines Menschen – sofern sie überwunden wird – durchaus förderlich wirken. Dies ist nun vielleicht nicht unbedingt sogleich sichtbar, sondern bleibt auf einer mehr verborgenen Ebene, wie zum Beispiel durch Schritte zu mehr menschlicher Reife und umfassenderer Erkenntnis zu Werten im Leben.

Geht man von dieser Sichtweise aus, so lässt sich feststellen, dass wohl jede Krankheit eine Bedeutung für die Entwicklung des Menschen hat. Man könnte sagen, bei aller Dramatik hat jede Erkrankung auch eine verborgene, förderliche Mission. Eine Krankheit befällt einen Menschen nicht zufällig, sondern steht immer in Beziehung zu dessen innerer Entwicklung. In diesem Sinne stellt jede Krankheit nicht nur ein körperliches Gebrechen dar, sondern fordert sogar besonders das Bewusstsein auf tiefer, meist unerkannter Ebene.

Die Annahme, dass eine Erkrankung zur Auseinandersetzung mit tieferen Lebensfragen auffordert, die in gesunden Tagen, im gewöhnlichen Alltag, ausgeblendet werden, liegt nahe. Eine Krankheit bedeutet immer einen Einbruch in die Normalität und sie würde unzureichend verstanden, wenn man die Heilung in der möglichst schnellen Rückkehr zu dieser alltäglichen Verfassung suchen würde. Eine Krankheit beinhaltet die Forderung zu einer Überwindung des Gewohnten und einer Neugründung auf einer noch nicht existenten Ebene des Lebens, eine Krankheit kann als ein graduelles Sterben mit der Aufforderung – und mit der Möglichkeit - zu einer Neugeburt verstanden werden.

In jeder Krankheit – und je ernsthafter, desto mehr – spricht eine stille, innere Stimme. Diese Stimme erhebt sich aber nicht erst mit der Krankheit, sie versucht sich wohl vergebens schon längere Zeit Gehör und Aufmerksamkeit zu verschaffen. In einer Krankheit muss nun nicht unbedingt diese Stimme lauter werden, aber sie zwingt den Menschen immerhin zu mehr Ruhe. Sie kann ihn aber nicht dazu zwingen, die auf diese stille Stimme zu hören, sie zu beachten. Aber indem der Mensch mit wesentlicheren Fragen des Daseins konfrontiert wird, Gesundheit und Leben nicht mehr selbstverständlich erscheinen, kann die Frage nach dem Sinn und Wesen des Lebens leichter an die Seele herantreten. Klingt die leise Mahnung: „Werde wesentlich“ mit der Krankheit an den Menschen heran, so eröffnet sich ihm die Gelegenheit zu einer stillen Zwiesprache, er kann seinen Lebensweg, seine – vielleicht – zumindest einmaligen eigentlichen Ziele neu ergründen, bedenken und beleben. Dies nicht im Sinne von guten Vorsätzen wie an Neujahr, sondern tatsächlich als eine Art Besinnung auf die Werte des Lebens, welche möglicherweise zu sehr vernachlässigt wurden.

Eine Krankheit kann als Tor zu einer weiteren Entwicklung gesehen werden

Krankheiten stellen Hürden, aber auch Tore zur Entwicklung dar. Sie können sehr produktive und prägende Phasen des Lebens sein, wenn sie in ihrer Entwicklungsaufforderung erkannt und angenommen werden. Für den Erwachsenen ist dazu meist ein tatsächlich bewussteres Umgehen mit den Anforderungen des Lebens und der eigenen Stellung dazu nötig.

In der ja enorm entwicklungsintensiven Zeit der Kindheit begleiten Krankheiten wie mit einem Rhythmus des zu scheinbarer Passivität Gezwungen-Seins, die so schnell vergehenden Jahre der ersten Formung der Persönlichkeit. Tatsächlich sind aber diese schmerzreichen Pausen mit größter innerer Aktivität und Formkraft erfüllt. Sie erscheinen wie sich eröffnende Freiräume, in denen das Kind sich zu neuen Beziehungsformen und Einsichten ordnen kann.

Die typischen Kinderkrankheiten, wie Mumps, Masern und Windpocken hatten ihren „festen Platz“ im Heranwachsen und Erleben des Kindes. Sie stellten eine Anforderung nicht nur an das Immunsystem und damit ein Training gegen Krankheitserreger dar. Dieses Immunsystem kann man weiterhin übertragen als einen tiefen Willenspol des Menschen betrachten, der durch diese Krankheiten herausgefordert, gestärkt, ja wohl überhaupt erst in die Geburt gebracht wird.

Die entwicklungsintensive Zeit der Kinder- und Jugendjahre wird von Krankheiten begleitet

Was passiert durch diese in der Entwicklung so normalen Einschnitte, die für das Kind einerseits eine drastische Zäsur, andererseits aber auch einen Entwicklungsschritt bedeuten? Im inneren Erleben findet sicherlich ein Grenzüberschreiten, man könnte sagen, eine graduelle Auseinandersetzung „auf Leben und Tod“ statt. Das Kind erlebt elende Zustände, geht durch ein Schmerzenstal und gründet darin neue Möglichkeiten der Hoffnung und Beziehung. Bevor der Prozess der Genesung beginnt, muss eine existentielle Krise durchgestanden werden. Aus dieser Krise geht das Kind wie in eine neue Entwicklungsepoche geboren hervor, es ist ein Prozess der Ablösung, des Neu- und Reifer-Werdens mit diesen Krankheiten verbunden. Gerade durch das „Durchmachen“ der typischen Kinderkrankheiten findet eine Art Ablösung vom elterlichen Erbe statt und das Kind gebiert sich immer mehr aus sich selbst. Damit erwächst auch immer mehr die Möglichkeit einer tatsächlich tieferen und reifer werdenden Beziehung zu den Eltern, denn diese kann und soll ja nicht auf ewig in den abhängigen Bindungen bestehen, sondern immer mehr von einem getrennten Ich zu einem ebenso eigenständigen Du gestaltet werden. Das Kind kann in der Krankheit sowohl Bemühung, als auch Ohnmacht der Eltern erleben. Es gewinnt die Einsicht, ein tatsächlich eigenes Leben zu besitzen und in diesem eigenen Leben in lebendige, menschliche Bezüge gestellt zu sein.

Das Immunsystem arbeitet dabei ganz auf vegetativer, vitaler Ebene, dieses Ringen der Lebenskräfte findet unter der Schwelle des Bewusstseins statt und gründet ein entsprechend tiefes, vitales Selbstvertrauen. Es wird auf der körperlichen Ebene das Immunsystem gestärkt – auf psychisch unbewusster Ebene reift aber die werdende Persönlichkeit. Durch die durchaus geheimnisvolle Reduzierung der Kräfte auf der einen und die Entwicklung und Expansion der Kapazitäten auf der anderen Seite, was beides mit einer Krankheit einhergeht, findet eine schrittweise Ablösung und Emanzipation, aber idealerweise auch eine freiere Integration in die Familie, statt.

Äußerlich zeigen sich sicherlich Schmerz, vielleicht sogar Verzweiflung und - wie immer im Leben - bleibt zumindest ein Hauch der Unsicherheit ob der damit verbundenen Gefahren und Ängste. Was aber äußerlich als Reduzierung und gerne entbehrliches Leid erscheint, zeitigt – in diesem Zusammenhang meist verborgen - durchaus positive Früchte.

Entwicklung heißt, Hindernisse zu überwinden und Krisen zu bewältigen

Entwicklung steht immer mit der Überwindung von Hindernissen, der Bewältigung von Anforderungen in Verbindung. Es gibt in dieser Hinsicht kaum eine Entwicklung ohne Krisen. Dies eben sowohl auf der Ebene des tiefsten, vitalen Lebens, als auch auf der Ebene von Unbequemlichkeiten und insbesondere beim Erwachsenen im Ringen um Einsichten und Erkenntnisse auf der Ebene von Gedanken und Gefühlen. Weil der Mensch neben seinen Gefühlen – die sehr leicht durch Angstmacherei etc. manipuliert werden können – auch über eine Ratio verfügt, muss er diese gerade in „schwierigen

Zeiten“ auch zu gebrauchen lernen. Er sollte einen gewissen Grad der Selbstständigkeit in der eigenen Anschauung und Beurteilung erringen. Im Grunde wäre in dieser Hinsicht das Gegenteil dessen hilfreich, was gerade propagiert wird.

Mit der Krankheit tritt etwas Fremdes, etwas Äußeres und im individuellen Erleben etwas Negatives an und in den Menschen. Die Genesung steht mit der intensiven Auseinandersetzung und schließlich der Erkenntnis dieses Fremden, Negativen - und damit der besseren Selbstfindung - in engstem Zusammenhang. Erst durch diesen Bewusstseinsprozess gelingt die Überwindung und Ausgliederung negativer Einflüsse. Gleichwohl könnte sich das „Eigene“ ohne den An- und Übergriff wohl nur schwer auf sinnvolle Weise zentrieren und kräftigen. Gerade das scheinbar Negative ist – wird es erkannt und überwunden - oftmals der wesentliche Geburtshelfer einer immer besseren persönlichen Integrität.

Das Überschreiten von Grenzen – auch der Erkenntnis und der Anschauung - fordert den Willen zu unmöglich Erscheinendem auf. Durch die dem Menschen eigene Bequemlichkeit und den Hang zur „Normalität“ werden unsere Grenzen meist immer enger gezogen. Diese eigentlich bereits bestehende Reduzierung erleben wir mit der Zeit als unsere Individualität. Einstige Ziele und Ideale entschwinden, sie erscheinen vielleicht als törichte Ideen der Jugendzeit, die nun einer sogenannten tiefen Realität gewichen sind. Tatsächlich aber liegt das wirkliche eigene Erleben und Sein immer in der „Grenzfläche“ einer zumindest geringen Selbstüberwindung. Das nur „Eigene“ hüllt uns immer mehr ein und grenzt uns wie die Schalen einer Zwiebel von der Umwelt, in der wir uns erfahren und erleben, immer mehr ab.

Wir müssen also, um im Bild zu bleiben, und in dem Maß, wie uns Gewohnheit zur Hülle wird, uns wieder nach „außen“, an die Grenzfläche, in die Zone des „Werdenden“ begeben.

Überwinden von Krankheiten heißt auch, Fremdes und Negatives auszugliedern – und Fortschritte zu machen

Um hier wieder zur Krankheit und deren Überwindung als Erkennen und Ausgliedern von Fremdem, Negativem zu kommen: Die Krankheit lebt immer in dieser tieferen Zone des „Gewordenen“ und zeigt auf, dass etwas in uns eingegliedert wurde, das im Widerspruch zu unseren eigentlichen Lebenszielen steht. Die Krankheit ist sicherlich negativ, aber sie stellt in dieser Hinsicht eben ein Korrektiv dar, denn sie hindert uns daran, gänzlich unbewusst fremde Impulse als eigenes zu integrieren und uns damit zunehmend selbst fremd zu werden.

Wenn nun eine Krankheit von epidemischen Ausmaß ausbricht – und sowohl Krebs, als auch Herz-Kreislauf-Erkrankungen nehmen zumindest in den westlichen Gesellschaften längst diesen Rang ein – so zeigen diese an, dass ein grundsätzliches Missverhältnis zwischen inneren Lebenswünschen und äußeren Wirklichkeiten besteht. Die Ursachen mögen dabei „direkt“ von außen, z.B. durch „Umweltgifte“ oder verinnerlicht, z.B. in ständiger Überforderung, bestehen.

Tatsächlich beruht – äußerlich gesehen - ein guter Teil der krankmachenden Tendenzen der „Wohlstandsgesellschaft“ auf kompensatorischem Überkonsum, auf Stress wie Langeweile und anderen, scheinbar unvermeidlichen gesellschaftlichen Bedingungen. Sosehr wir in einer freiheitlich-demokratischen Ordnung leben, sosehr sind wir dennoch allein schon durch wirtschaftliche und weltanschauliche Zwänge und Prämissen Teil eines Kollektives. Die Frage was denn „Freiheit“ auf den verschiedenen Ebenen des Lebens bedeuten kann und wie sie sich erringen und ausdrücken lässt, ist ja durchaus wesentlich und dennoch wohl nur wenig konkret bedacht.

Ein Bindeglied dieses gegenwärtigen Kollektives, zu dem wir uns meist nicht bewusst entscheiden, sondern ungesehen „hineinwachsen“, ist die Leugnung einer seelisch-geistigen Dimension des Menschseins.

Es wird wohl kaum so formuliert, aber es ist durchaus eine Realität, dass wir als Mitglied unserer Gesellschaft einer Art des soziologischen und ökonomischen „survival oft he fittest“ unterliegen. Der Beruf als Ausdruck der Berufung und der sozialen Förderung und Anteilnahme an und in der Gesellschaft ist dem „Job“ gewichen. Und für die Kinder, die sich vorrangig in seelisch-moralischen Bezügen beheimaten sollten, gilt mit der Wahl der Schullaufbahn oft schon in der frühen Kindheit ein Prozess der „Auslese“. Die Grundsteine zum „Erfolg“ zu legen, wird immer früher als notwendig erachtet und doch ist die Motivation dazu im Grunde aus Ängsten gespeist. Eine große Angst ist wohl die, nicht als der Mensch geachtet zu werden, der man ist. Denn man weiß, dass weniger das Sein als vielmehr der Schein zählt.

In diesem Sinn zeigen auch die medizinischen Bemühungen, welche sehr stark auf der Bekämpfung von Symptomen beruhen, sich zumeist weit mehr als Teil eines Krankenwesens und weniger eines wirklichen Gesundheitssystems. Sie sollen den Menschen „wieder herstellen“, ohne dass der Patient auf Lebensfragen oder tatsächliche Alternativen zu den zahlreichen krankmachenden Zeitbedingungen überhaupt aufmerksam wird. Denn diese Bedingungen scheinen ohnehin „alternativlos“ und finanzieren überdies durch die durch sie verursachten Schäden eine ganze Krankenindustrie.

Die Fragen nach einem Lebenssinn auf seelisch-geistiger Ebene entschwinden in den Anforderungen des Alltags

Formuliert man die Gesundheits- und Lebensfrage in dieser Hinsicht konsequent und radikal, so könnte man sie sehr ungewöhnlich ansetzen. Man kann sich fragen, ob man im Leben das höhere, seelisch-geistige Ziel erfüllt, für das man in das Leben eingetreten ist. Das Leben und die Gesundheit umfassen damit nicht nur das vitale, organische Prinzip, sondern tatsächlich eine jeweils individuelle Leistung, einen persönlichen Beitrag zu einem höheren, ethischen Ziel des Menschseins, zu seelischen Werten, welche in unserer Kultur kaum auch nur gedacht werden. Diese sind so unbewusst wie dringend benötigt.

Unsere Gesellschaft ist damit bis ins Individuum hinein – oder umgekehrt aus dem Individuum heraus - höchst paradox. Indem das zu Erreichende nicht erreicht wird, scheinen die Trauben zu sauer und gerade das, was Ideal und Inhalt sein könnte, gerät in die Gefahr höchster Kritik. Gleichzeitig werden offensichtliche Lügen und Missstände kollektiv ignoriert. Der „goldene Mittelweg“ besteht daher immer mehr in einer mehr lähmend und zerstörend wirkenden Zerstreung in banalen Oberflächlichkeiten, ja sogar dreisten Lügen, die als Rettung erscheinen. Warum sollte zum Beispiel ein ernsthafter Umweltschutz oder eine wirkliche Friedenspolitik nicht möglich sein? Warum können Berufe nicht im Sinne einer „Berufung“, d.h. von Fähigkeiten und Neigungen gestaltet werden, sondern unterliegen einem – so geschaffenen - wirtschaftlichen Diktat?

Sobald man diese Frage formuliert, bemerkt man, dass diese Fragestellung in unserer Kultur und Gesellschaft tatsächlich eine Art Fremdkörper darstellt, jedenfalls nicht unbedingt der primäre Inhalt von Bildung, von Diskussionen und Prämissen darstellt. Das seelisch-geistige Leben erscheint gegenüber dem „gediegenen“ Alltag sehr leicht als abgehobene, ja sogar verrückte, irrationale Idee. Tatsächlich ist aber sogar der Kern unseres Grundgesetzes und der Menschenrechte ohne diese Dimension undenkbar, denn was sollte mit der „Würde“ des Menschen gemeint sein, wenn nicht der innerste, individuelle und integre Kern einer selbstgewählten Lebenserfüllung, welche über rein selbstbezogene, und um es etwas pathetisch zu formulieren, so vergängliche Ziele hinausreicht und eben primär die seelisch-geistige Dimension des Menschseins beschreibt. Und diese gründet unabdingbar im Individuum und reicht im Sinn allgemein menschlicher Werte dennoch darüber hinaus. Sie kann nur in einer – beide Pole des Seins umfassenden - Beziehung sowohl zu den Bedürfnissen der Welt, als auch einer transzendenten Seins-Existenz gedacht werden.

Aus diesem ganzheitlichen Menschenbild gestalten sich soziale und gesunde Bezüge, welche auch die materiellen und emotionalen Bedürfnisse des Individuums sinnvoll befriedigen können. Wenn der Mensch diese Freiheit zu einer sehr viel wesentlicheren Lebensauffassung erringt, so ordnen sich sowohl die individuellen, als auch die gesellschaftlichen Bezüge wie selbstverständlich und damit reduzieren sich ebenfalls sehr viele Krankheitsdispositionen.

Was unsere Gesellschaft also als Schattenseite des relativ hohen materiellen Wohlstandes auszeichnet, ist letztlich oftmals ein fehlender, tieferer Lebenssinn. Dieser kann aber nicht verordnet werden, sondern muss von jedem selbst geschaffen werden. Dabei darf der Einzelne aber Übergriffe auf seine Autonomie nicht akzeptieren.

Gesundheit benötigt individuelle Integrität bei lebendigen Beziehungen

Diese Integrität ist nicht statisch, sondern dynamisch, sie drückt sich in der Fähigkeit zur Bildung von Anschauungen auf der einen Seite und der Ableitung von Idealen auf der anderen Seite aus. Ich erkenne etwas Positives und beteilige mich an dessen Förderung oder sehe im Gegenteil etwas, das ich ablehne und entwickle daran Ideen, welche mir sinnvoller erscheinen. Dies sinnvollerweise sehr konkret und persönlich in unmittelbaren Bezügen.

Aus einer mehr ganzheitlichen Sicht wäre die beste Krankheitsvorsorge ein Leben, das Krankheiten als Korrektiv zu Entwicklungsdefiziten entbehrlich machen würde. In tieferem Sinn würden daher die Bedürfnisse des Bewusstseins, des transzendenten Lebensanteils des Menschen im Mittelpunkt der Lebensplanung und Lebensgestaltung stehen. Um diese Ebene kurz zu umreißen, ließe sie sich mit den Idealen des „Schönen, Wahren und Guten“ umschreiben. Diese mehr philosophischen Gebiete des Seins scheinen heute z.B. gegenüber ökonomischen Interessen und einem darwinistischen Sozial- und Menschenverständnis fast als Phantasterei.

Tatsächlich beschreiben sie aber sehr konkrete menschliche Bezüge, die sich aus der Gliederung des Bewusstseins und der Veredelung der menschlichen Fähigkeiten, der Entwicklung von Kapazitäten sehr logisch und folgerichtig erklären lassen. Gliedert man das Bewusstsein des Menschen in drei „Seelenkräfte“ auf, so lassen sich dabei das Fühlen, das Denken und das Wollen als sehr spezifische Bereiche sowohl der Wahrnehmung, als auch der Gestaltung benennen. Das Bewusstsein hat sowohl die Fähigkeit, reflektiv zu erkennen, als auch aktiv zu erschaffen. Es kann auf allen drei Ebenen sowohl Analysen zur Wirklichkeit eines Umstandes anstellen und sich auf diese Weise Erkenntnisse erringen, als auch aus einer durch den Menschen selbst geprägten Motivation, durch gestaltete Gedanken, Veränderungen bewirken.

Mit der Seele ist der Mensch auch mit Seelenkräften, namentlich mit dem Denken, Fühlen und Wollen, ausgestattet

Die Kräfte des Bewusstseins sind übersinnlicher Art, sie lassen sich weder messen noch wiegen. Natürlich aber bedingen sie Wirkungen, welche als Ausdruck des seelisch-geistigen Prinzips von Gefühlen, Gedanken und Willensimpulsen wahrnehmbar sind. Diese nicht materielle Dimension des inneren, zentralen Menschseins möchte ich daher betonen, um verständlich zu machen, dass materielle Ableitungen und damit die meisten der sogenannten Naturgesetze dafür *nicht* gelten. Die Seele und damit das Menschsein unterliegen *eigenen*, ebenfalls logischen und nachvollziehbaren Gesetzen.

Aber auf dieser Ebene gelten weder die Schwerkraft, noch das materielle Prinzip, dass etwas nicht zur gleichen Zeit sowohl hier, als auch woanders sein kann. Die Befähigung zu Fühlen, zu Denken und zu Wollen liegt in jedem Menschen begründet und kann und muss im Laufe des Lebens immer weiter entwickelt werden. Das höhere Prinzip des Fühlens korreliert dabei mit der Schönheit. Mit dem Gefühl

nehmen wir wahr, ob etwas schön oder hässlich ist und durch das Gefühl drücken wir uns auf dieser Ebene aus. Die Wahrheit ergründen wir denkend und das Motiv für Gutes oder Schlechtes liegt in der tiefsten und geheimnisvollsten Seelenkraft des Willens veranlagt.

Wahrnehmung und Ausdruck, Erkenntnis und Gestaltung sind immer die beiden Pole jeder Bewusstseinskraft, wobei uns lediglich das Denken bewusst zugänglich ist. Daher kann das als Denken das primäre Werkzeug zum Lebensverständnis und zur Lebenslenkung gelten. Die Kräfte des Bewusstseins kann man als individuell und persönlich bezeichnen. Die Gefühle, die Gedanken und Willensimpulse aber leben in einer weiten Sphäre, man kann tatsächlich sagen, sie leben in der Atmosphäre und prägen diese.

Das spezifische „Gemisch“, das Konglomerat aus Gefühlen, Denkinhalten und Motiven zu Taten innerhalb einer Gesellschaft oder bildet das, was man als „Zeitgeist“ bezeichnen kann. Dieser Zeitgeist verbindet die Menschen, darin gründen sich die übereinstimmenden Meinungen, die Hoffnungen und Ängste, die Ziele und vordergründigen Lebensinhalte und –richtungen ganzer Kollektive.

Zentral scheint es mir, originär eigene, authentische Gefühle und Lebensziele von diffus kollektiver Übereinstimmung zu unterscheiden

Im Gegensatz zur Materie, die nur hier oder dort sein kann, kann ein Gefühl, ein Gedanke oder Willensimpuls zeitgleich viele Menschen durchdringen und es ist alles andere als trivial, z.B. die Ursache und den Ausgang eines Gefühls zu erkennen. Es erfordert sehr viel Übung und Aufmerksamkeit, z.B. den Ursprung einer eigenen Überzeugung und Meinung wirklich nachzuvollziehen. Es erfordert tatsächliche Auseinandersetzung sowohl mit Inhalten, als auch mit sich, um unterscheiden zu können, ob man einen Zusammenhang wirklich denkt, oder aus einem unbewussten Gefühl mehr übernimmt als beurteilt. Ist aber ein Urteil, eine Schlussfolgerung nicht tatsächlich solide aus einer eigenen Anschauung und Auseinandersetzung abgeleitet, so zieht damit eigentlich immer ein fremdes Motiv in das eigene Leben und dessen Zielsetzung ein. Wir können und wir müssen sowohl eigene Überzeugungen als auch fremde Aussagen im Hinblick auf ihre „Schönheit“, ihre „Wahrheit“ und ihre Motivation hinterfragen und ergründen. Konkrete Punkte dabei können sein: wird meine Autonomie geachtet, lebt in einer Aussage eine Erniedrigung eines anderen Standpunktes, sind überhaupt reale Tatsachen und diese in richtigen Zusammenhängen dargestellt? Findet ein z.B. „framing“ statt? Und schließlich: Was will der andere erreichen, wem dient das Ziel? Die Auseinandersetzung mit dem Leben und seinen Aspekten wird dadurch sehr aktiv, sehr fordernd aber auch sehr förderlich.

Man glaubt, aufgrund rationaler Abwägungen zu einer Meinung, einer Einschätzung, einem Entschluss gelangt zu sein. Tatsächlich ist es aber oftmals so, dass das, was wir als authentischen Ausdruck unserer eigenen Persönlichkeit sehen, uns aus der „Atmosphäre“ heraus wie unbemerkt durchdrungen hat. Damit dringt eigentlich etwas Fremdes in uns ein und beginnt, uns unbemerkt zu bestimmen.

Ängste und Hoffnungen stehen in enger Beziehung zu bestimmten Krankheitstypen

Ängste und Hoffnungen, diese inneren Regungen des Menschen scheinen uns selbst als das autonome, eigene Wesen. Man kann tatsächlich sagen, Meinungen, Ängste, Hoffnungen, ja ganze gesellschaftliche Paradigmen erscheinen bei genauer Analyse als virulent. Wenn durch manipulative Darstellungen oder gar Lügen Ängste oder Hoffnungen geschürt werden, so sind diese Gefühle echt – sie stimmen aber nicht mit der Wirklichkeit überein. Wenn Informationen falsch sind, so bilden sich Meinungen, die zwar gedankliche Realität, aber ebenfalls irrig sind. Wir nehmen daher etwas in uns auf, das im Sinne unserer Integrität tatsächlich schädlich ist, als solches aber nicht bewusst erkannt wird. Und weil das Bewusstsein immer sowohl aufnehmend, rezipierend, als auch ausstrahlend ist, geben wir diese unrichtigen Gefühle und Gedanken auch wieder ab, wir verstärken sie also.

Damit werden tatsächlich Realitäten geschaffen, die ohne eine zentrale Suggestion oder Manipulation nicht in die Existenz gekommen wären – und die auch nicht entstehen würden, wenn das unlautere Moment durchschaut werden würde.

In der Analogie zu einer Erkrankung sind wir also Wirt eines Keimes, dessen negative Wirkung wir nicht bemerken, ihn in uns beherbergen, vermehren und weitergeben. In diesem Sinne sind unerkannte Lügen und Manipulationen tatsächlich viral. Sie machen auch tatsächlich krank, denn selbstverständlich wird damit unsere Autonomie ausgehöhlt. Es beginnt etwas in uns zu leben, was nicht wir sind und was in keinem wahrhaftigen Zusammenhang mit den Realitäten steht.

Lügen und Manipulation untergraben die Würde des Menschen

Es gibt wohl wenig, was die Würde des Menschen so sehr untergräbt, als bewusste Manipulation mit Lügen. Denn damit wird das Opfer dieser Fehlinformationen in das Motiv der Lüge eingegliedert und ersetzt dessen eigene Lebenszielsetzung durch die Ziele derer, die manipulieren und falsche Tatsachen suggerieren.

Ebenso „tarnt“ sich ein Virus und verändert den Zellstoffwechsel und die ureigene, jeweils individuelle Eiweiß-Bildung. Er stellt einen vom Immunsystem nur sehr schwer erkennbaren Fremdkörper dar, der jedoch unbedingt überwunden werden muss. Auf dieser Ebene allerdings arbeitet der Körper autonom und im Akutfall ist natürlich ein Eingreifen durch Notfallmedizin etc. nötig.

Wenn aber z.B. ein amerikanischer Korrespondent für die faz schreibt, dass Panik ob der bedrohlichen Umstände gegenwärtig gesellschaftliche Pflicht sein würde – so plädiert sie dafür, das eigene Denken und das eigene Urteil zu unterlassen. Folge den Manipulationen, die in die Atmosphäre „geimpft“ werden und werde ganz zum Schaf – die Herde wird Dich mitreißen. So ist es gut und richtig.

Einen Bergführer würde man ob der Verantwortungslosigkeit einer solchen Aussage wohl die Lizenz entziehen – „Katastrophenmanagement“ erscheint aber auf dieser Ebene sinnvoll und man schafft ein soziales Regulativ durch Gefährdungängste, welches primär Ängste und Vermeidungsstrategien bedient.

Schützen durch Vermeiden – Stärken durch Konfrontation

Natürlich kann man sich durch Kontaktvermeidung zu einem gewissen Grad schützen und für manche – gerade Risikogruppen - mag das durchaus geboten sein. Allerdings sind die weiteren Folgen, die damit unweigerlich verbunden sind, auf allen Ebenen mit zu berücksichtigen. Eine Reduzierung des Aufenthalts an Sonne und Licht ist in der Abwägung zu den Gefahren z.B. des Arbeitsweges in öffentlichen Verkehrsmitteln durchaus als kontraproduktiv anzusehen.

Selbst der zu betonte Aufenthalt in den eigenen vier Wänden – und dass „Corona“ der einzige Denkinhalt und das Zentrum des Daseins ist, bzw. dazu gemacht wird - ist weder aus psychischen noch aus Gründen der Immunabwehr sinnvoll. Wenn damit Irrationalitäten oder Ängste einhergehen, wenn soziale Kontakte und eine notwendige, individuelle ökonomische Sicherheit dafür geopfert werden müssen, so zeitigt das unmittelbar auch negative gesundheitliche Folgen, die berücksichtigt werden müssten. Überdies ist ein solches Vorgehen mit einer demokratisch-freiheitlichen Grundordnung unvereinbar. Ein Staat, der in der Gefahrenabwendung in so vielen Bereichen sowohl der Volksgesundheit, als auch der sozialen Gerechtigkeit derartig versagt, kann nicht plötzlich eine sehr fragwürdige „Solidarität“ einfordern und die Persönlichkeitsrechte so drastisch beschneiden.

Neben dem Prinzip der Vermeidung, das immer konservativ und tendenziell rückwärtsgewandt ist, gibt es zudem die Möglichkeit der Konfrontation, bzw. der Auseinandersetzung, die zu einer Stärkung führt.

Dies kann sowohl die Immunabwehr durch eine gewisse „Abhärtung“, als auch insbesondere das Bewusstsein betreffen.

Die Abwehr von Fremdkräften kann durch Bewusstseinsarbeit unterstützt werden

Auf der Ebene des Bewusstseins ist es durchaus möglich und sinnvoll, die eigene Autonomie und damit auch die Abwehr von schädlichen Fremdkräften zu unterstützen. Wir benötigen dazu die Einkehr, uns tatsächlich über unsere Lebensziele klar zu werden und wir müssen Kräfte, die manipulativ auf uns einwirken und uns damit von uns selbst entfremden, erkennen lernen.

Aus dieser Sicht trägt das Corona-Virus wohl eine Art gesellschaftliche und natürlich individuelle Aufforderung in sich, zu lernen, sich eigene Anschauungen zu bilden. Wir benötigen es doch sehr dringlich, von der beständigen Beeinflussung insbesondere durch die Medien freier zu werden. Wir müssen uns selbst bei uns klarwerden, dass das meiste von dem, was uns an Wissen über Zusammenhänge, über Personen, über Gut und Böse in der Welt nicht auf unserer eigenen Auseinandersetzung und Anschauung beruhen, sondern uns beständig als fremdes, oftmals wie schmarotzendes Wesen „eingepft“ wird. Wir leben damit in fremden Überzeugungen, die eine epidemische, virulente Welt- und Menschensicht besitzen.

Tatsächlich sind wir aber jederzeit frei, uns zu befähigen, tatsächlich selbst zu denken und selbst zu fühlen, einen eigenen Willen auszudrücken. Diese Krankheit erfordert daher keinen Rückzug, keine Isolation, sondern zunehmende Erkenntnis, tiefere Weisheit und vernünftige, soziale Bezüge. Damit möchte ich nicht aussagen, dass es – eigentlich sogar immer - sinnvoll sein kann, Menschensammlungen zu meiden – aber man kann diese Zeit tatsächlich als Zeit der Ruhe, der mehr kontemplativen Betrachtung und der Formung von Anschauungen und Idealen nutzen. Und man benötigt eine Art sozialer „Einkehr“ in guten, gesellschaftlichen Bezügen, um neue und förderliche Perspektiven zu entwickeln. Man braucht auch und sogar insbesondere im Hinblick auf die freie Gedankenentwicklung „coronafreie Räume“, das heißt zwischenmenschliche Bezüge ohne ein Übermaß an Ängsten und Rückzug.

Üben wir uns in der bewussten, anschauenden und wertschätzenden Begegnung unmittelbar von Mensch zu Mensch und distanzieren wir uns dabei von den geschürten Ängsten, so weichen damit die Viren von Meinungen und Manipulationen, von überbordenden Materialismus und Sinnleere schon etwas mehr zurück. Wir können eine gesunde Gegenwart und eine hoffnungsfrohe Zukunft schaffen, denn wir als Menschen sind dazu begabt, gerade in trüben Zeiten lichte Gedanken zu bilden.

Gedanken entstehen dann, wenn sie gedacht werden. Und denken kann nur der Mensch – und der Mensch ist immer das konkrete Individuum, der Mensch bin ich und der Mensch sind Sie.