

DAS BLATT

N°12

Januar 2022



DIE ZEITUNG
DES BÜROS FÜR
NEUE POLITIK

Büro für neue Politik
www.einestimme.ch

Eine Stimme
Büro für neue Politik

Freiheit – Gibt es sie?

Denis Marcel Bitterli, Redaktor

Mit den politischen Massnahmen, welche im Zuge der Pandemie umgesetzt werden, wird die Frage der Freiheit immer wieder thematisiert? Sind wir freie Menschen, wenn wir etwas tun müssen?

Wir haben Menschen gefragt, was für sie Freiheit ist.

Inhalt

Freiheit – Gibt es sie? <i>mit Denis Marcel Bitterli, Redaktor</i>	Seite 2
Freiheit ist Freiheit von der Angst <i>mit Jiri Rose, Sekundarlehrer</i>	Seite 3
Möge es für alle gut kommen <i>mit Ueli Keller, Bildungs- und Lebensraumkünstler</i>	Seite 5
Meine neue Freiheit <i>mit Markus A. Meyer, Pensionär</i>	Seite 9
Innere Freiheit <i>mit Barbara Wili, Lehrerin</i>	Seite 10
Was bedeutet mir denn Freiheit eigentlich? <i>mit Doris Marti, Rentnerin</i>	Seite 11
Freiheit <i>mit Michael Seefried, Arzt</i>	Seite 13
Die Freiheit ist das grösste Geschenk <i>mit Giulia Pampoukas, Irenologin</i>	Seite 16

Freiheit ist Freiheit von der Angst

Jiri Rose, Sekundarlehrer

Hermann Hesse sagte einmal zur Freiheit: „Freiheit ist Freiheit von der Angst“. Wo ich frei von Angst bin, also kein zurückhalten der Liebe in mir stattfindet, sondern die Liebe sich ungehindert durch mich ausleben kann, dort bin ich frei.

In der Philosophie der Freiheit von Rudolf Steiner wird herausgearbeitet, dass Freiheit ein dualer Begriff ist, dass sie also einen Partner hat, ohne den sie nicht definiert werden kann. Der duale Partner-Begriff der Freiheit ist Liebe.

Ursache und Wirkung ist ein weiterer bekannter dualer Begriff. Ohne den Begriff Ursache lässt sich der Begriff Wirkung nicht definieren – und umgekehrt. Beide machen schlichtweg ohne den dualen Partner keinen Sinn. Duale Begriffe hängen logisch untrennbar miteinander zusammen.

Wie hängen nun Freiheit und Liebe zusammen. Nun, folgende Frage bringt Licht in den Zusammenhang:

Kann man jemanden zur Liebe zwingen? Stelle dir diese Frage einmal selbst, bis du zu einer Antwort in dir gekommen bist, bevor du weiterliest.

Die Antwort, nach inniger Erforschung: *Nein.*

Zur Liebe kann man niemanden zwingen. Liebe geschieht immer aus Freiheit. Also wenn die Ursache, die mich zu einer Handlung veranlasst keine äussere Ursache ist, sondern rein im Inneren liegt, dann ist sie frei. Und die einzige Ursache die wirklich nur aus dem inneren eines Menschen kommt, ist: *Liebe.*

Dort schliesst sich der Kreis. Liebe will nichts als Liebe.

Sie ist sich selbst das Ziel. Liebe kommt aus sich selbst. Man könnte auch sagen Liebe kommt aus dem Nichts. Und wie Hegel aufgezeigt hat; *das Nichts ist identisch mit Alles.* Und ist nicht auch die Quelle unseres eigenen Bewusstseins dieser Raum des Nichts, oder eben des Alles.

Das Alles, das aus dem Nichts kommt, dass Alles potenziell enthält.

Nur wenn ich ungehemmt liebe, erlebe ich mich frei. Und das Hemmnis von Liebe ist die Angst. Angst ist das zurückhalten oder unterdrücken von Liebe. Sozusagen das Gegenteil von Liebe. Eigentlich ist Angst aus dem gleichen Stoff wie die Liebe. Nur ist eben so wenig von diesem Stoff vorhanden, dass es wie die Abwesenheit von Liebe erscheint. Aber in Wahrheit gibt es keine Abwesenheit von Liebe. Alles ist Liebe. Manches ist eben sehr stark zurückgehaltene Liebe. Ein Beispiel als Analogie: *Es verhält sich mit der Liebe in etwa so wie mit der Kälte, die es in Wahrheit nicht gibt. Kälte ist einfach sehr wenig vorhandene Wärme.* Kälte als eine Kraft existiert nicht. Es ist nur ein Gedankenkonzept. Eine weitere Analogie: *Dunkelheit gibt es ebenfalls nicht, sie ist einfach sehr wenig vorhandenes Licht.* Dunkelheit hat keine Realität, existiert nicht als eine Kraft. Und so existiert auch *Angst* nicht.

Angst ist keine Wirklichkeit, sondern eine Illusion. Es erscheint nur so als existierte sie. Angst ist keine Kraft an sich. Angst ist einfach zurückgehaltene Liebe. Alles ist Liebe in mehr oder minderem Ausmass. Folgende Frage verdeutlicht den Zusam-

menhang: *Wie weit muss die Liebe zurückgehalten werden, bis wir sie z.B. als Wut, Verurteilung, Stolz, Hass, Neid, Gier oder eben Angst empfinden?*

Alles besteht aus einer Substanz, der Liebe. So wie alle Temperaturen aus Wärme bestehen und alle Farben und Schatten aus dem gleichen Licht bestehen, so ist alles aus Liebe. Und dort wo ich mein wahres Wesen, das Liebe ist, nicht zurückhalte, dort bin ich frei, frei von allen Emotionen, um genau zu sein.

Wenn die Liebe so wie sie aus mir kommen will ungehindert fließen darf, das ist Freiheit. Andernfalls erlebe ich Emotionen, die mir alle wie die Tankanzeige im Auto etwas mitteilen wollen: *Achtung, hier hast du deine Liebe zurückgehalten. Hier warst du nicht 100% liebend. Hier hast du dein wahres Sein nicht gelebt. Hier hast du dich nicht zu 100% geschenkt. Hier hast du wahres Sein zurückgehalten.*

Wenn wir diese emotionalen Signale als das, was sie in Wahrheit sind, dankbar erkennen und annehmen, finden wir den Weg zu unserem wahren Sein wieder. Dann werden wir Weise und dann sind wir wieder ungehemmte Liebe mit viel dazugewonnener Weisheit. Das ist das Leben. Wir werden wieder das, was wir bereits sind und erlangen dabei Weisheit. Und deshalb ist die einzige Freiheit, die Freiheit von der Angst.

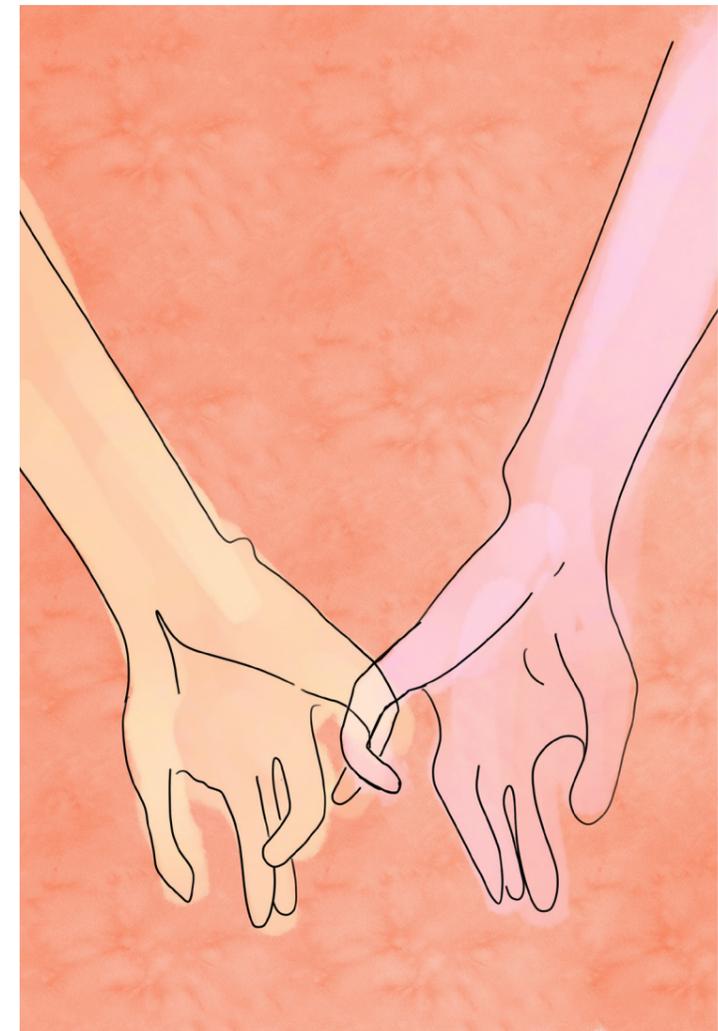
Aber bloss keine Eile bitte die Angst loszuwerden, denn die Weisheit auf dem Weg zurück zur ungehemmten Lieben, die können wir nicht überspringen, sie erlangen wir dank der Angst. Und darum sind wir hier als lebender Mensch. Um Weise zu werden. Das Leben wird zum mühelosen Spiel, wenn wir die Angst vor der Angst überwinden, indem wir die Angst als unseren Lehrer in Weisheit umarmen.

Dann ist Angst da, aber wir haben keine Angst vor ihr, weil wir die Liebe in ihr sehen. Wir durchschauen die Illusion. Was bleibt ist Gnade und Dankbarkeit.

Wir sind frei. Wir sind immer frei.

Danke fürs Lesen.

Bild: Joanna Selinger



Möge es für alle gut kommen

Ueli Keller, Bildungs- und Lebensraumkünstler

Für Freiheit braucht es Wahrheit ...

Für Freiheit braucht es Wahrheit. Was Menschen denken und wie sie handeln, hängt unter anderem mit dem Wahrheitsgehalt der Informationen zusammen, die ihnen dafür als Orientierung dienen: dies vor allem auch im Hinblick auf einen verantwortungsvollen Umgang mit Freiheit.

Was und wie Medien, Politik, Wirtschaft und Wissenschaft berichten, entspricht oft nur einer halben Wahrheit. Noch schwieriger wird es, wenn Tatsachen ganz ignoriert werden: sei es auf Grund von mangelndem Wissen unbewusst – oder gar bewusst, weil die Wahrheit ihnen nicht in den Kram ihrer Interessen passt.

Angesichts der Krisen, die auf diversen Schwellen zittern, scheint weltweit sehr viele Menschen kollektiv in einer Massenpsychose paralytisch. Wirklichkeit kann somit nur noch verzerrt wahrgenommen werden: für Freiheit ein schwerwiegendes Handicap. Was auch insbesondere für die Politik gilt: weil und wenn sie nicht imstande ist, in existenziell wichtigen Fragen für alle freiheits- und wahrheitsgerecht tragfähig begründete Perspektiven zu entwickeln.

Krisen sind mit Herausforderungen und mit Chancen verbunden. Damit sie gemeistert und genutzt werden können, braucht es Medien, die Wirklichkeit wahrhaftig aufklären: für einen evolutionären Humanismus.

Für Freiheit und einen verantwortungsbewussten Umgang damit sind bestmöglich ganze Wahrheiten erforderlich: dafür schreibe im *DAS BLATT*.

In der real existierenden Welt ...

In der real existierenden Welt leben Menschen in oder mit beispielsweise folgenden Gesellschafts- und Staatsformen: Autokratie (wo eine*r alle beherrscht), Bürokratie (wo Administration und Verwaltung herrschen), Demokratie (wo die Mehrheit eines Volkes herrscht) oder Expertokratie (wo diejenigen herrschen, die es besser zu wissen glauben). In jedem Land bestehen andere mögliche Mischformen.

Je mehr Macht und Reichtum Menschen haben, umso mehr Freiheiten können sie sich leisten. Damit schlimm für die Welt kann es werden, wenn sich gross Mächtige und schwer Reiche kollektiv organisiert und toleriert von Verantwortung und Werten befreien können – und wenn sie dies tun.

Der Motor der real existierenden Welt ist Wachstum. Immer noch mehr Wachstum wird aber insbesondere aus ökonomischen und ökologischen Gründen nicht mehr gehen: weil dafür die finanziellen und die natürlichen Ressourcen fehlen.

1. Eine sogenannte grüne Wirtschaft wird das Fehlende nicht kompensieren können.

2. Beispielsweise der Auto- und der Flugverkehr, Profitbanken und berflussum, sowie Prestigeprojekte und Prunkbauten werden keine Zukunft haben.

3. Ohne Wachstum muss der Kapitalismus, den es in Ost und West sowie in Nord und Süd in vielen Formen gibt, zusammenbrechen. Kollapse können Chaos und Krisen bewirken ... Energiekrise, Fi-

nanzkrise, Flüchtlingskrise, Gesundheitskrise, Hungerkrise, Klimakrise, Schuldenkrise, Umweltkrise...

Diese Krisen werden von einer Elite gross Mächtiger und schwer Reicher – etwa 0.1 Prozent der Menschheit (d.h. etwa 8 Millionen Menschen) – mit Ängsten und Panikmache bewirtschaftet, um für sich noch mehr Macht und noch mehr Reichtum zu erlangen. Und dies weltweit und unabhängig von den diversen Gesellschafts- und Staatsformen, an der sich 99.9 Prozent der Menschheit (d.h. gegen 8 Milliarden Menschen) je in ihren Ländern orientieren sollen oder wollen.

Was insbesondere Corona betrifft, so sehe ich dabei ein ähnlich wirksames Muster wie bei der real existierenden Weltwirtschaft: Wachstum dank immer noch mehr Wachstum. Immer noch mehr ... bis zum Geht-nicht-mehr: gierig, verantwortungslos und wertefrei sowie ohne Rücksicht auf Verluste. Überfluss auf Kosten von andern auf dieser Erde und unserer aller Umwelt. Kollektiv organisiert und von der Mehrheit toleriert. Es ist ein Muster, das Armut und Ausbeutung sowie die Zerstörung von Lebensgrundlagen in Kauf nimmt. – Auch wenn es gut gemeint sein mag, scheint mir Impfen in einem solchen Kontext ein Teil des Problems, und nicht die Lösung: weil und wenn es vor allem dem Erhalt dieses Musters dienen soll.

Mehr dazu beispielsweise bei *Servus-TV: Corona – auf der Suche nach der Wahrheit*

(Link: <https://www.servustv.com/aktuelles/a/corona-auf-der-suche-nach-der-wahrheit-teil-3-die-themen/193214/>).

In der Schönen Neuen Welt ...

In der Schönen Neuen Welt werden Krisen für eine totale Herrschaft instrumentalisiert: anstatt sie als Chancen für einen evolutionären und freiheitlichen Humanismus zu nutzen. Menschen sollen wie Roboter werden, die nur noch wollen, was sie sollen: intelligente Maschinen, die immer alles perfekt können und tun. Mit der Technokratie der *Schönen Neuen Welt* soll erreicht werden, dass 99.9 Prozent der Menschen keine Fehler machen können, nie krank sein und ewig leben werden, weil die 0.1 Prozent für sie und mit ihnen immer alles richtig machen.

Zum Jahresübergang beschäftigt mich insbesondere die Frage, wie es weitergehen kann in und mit einer krisenfixierten Welt, wo Milliarden von Menschen in einer Massenpsychose paralytisch scheinen. Werden sie eine Mehrheit, die einerseits nichts mehr Gutes zustande bringt, und die andererseits alle immer noch mehr in ihrer Freiheit einzuschränken droht? Wird diese Mehrheit solche Politiker*innen an der Macht halten, die nicht nur fachlich, sondern vor allem auch menschlich Versager sind?

Dem entgegen halte ich nach wie vor wie die Natur auch uns Menschen im Grunde für gut. Schwierig kann es jedoch werden, wenn Verhältnisse bestehen und akzeptiert sind, wo eine Elite von gross Mächtigen und schwer Reichen global und grenzenlos sowie rücksichts- und schamlos tun und lassen kann, was und wie sie es mit den 99.9 Prozent machen will: dies unter anderem auch, weil Politikerinnen und Politiker in ihrer Mehrheit und von links bis rechts dieser 0.1-Prozent-Elite nicht etwas wirklich Wirksames entgegenzuhalten imstande sind.

Mehr zum Totalitarismus im Text-Beitrag *Die zerriebene Menschlichkeit*

(Link: <https://www.rubikon.news/artikel/die-zerriebene-menschlichkeit>).

Möge es für alle und für alles ganz und gut kommen ...

In der Welt, in der ich leben möchte, besteht verantwortungsbewusst Freiheit. Sie macht es allen möglich, ihr Potenzial von innen heraus zu entfalten, es souverän zu leben und für sich und für andere mit Freude weiter zu entwickeln.

In einer solchen Welt können Menschen kokreativ zusammenarbeiten – in einem Klima, in dem Ideen geteilt werden: wo man voneinander lernen kann und sich gegenseitig unterstützt.

Eine der Grundlagen der Kreativität ist Grosszügigkeit. Konkurrenz ist nicht der richtige Weg. In einer Gesellschaft nach dem Macht-Schach-Konkurrenz-Prinzip beharren oft alle stur auf ihrer eigenen Meinung: bis sie hoffentlich – ähnlich wie bei einem Penaltyschiessen beim Fussball – für ihre Seite gewinnen können. So beispielsweise bei der mit extrem viel Aufwand und wenig günstigen Wirkung praktizierten Parteienpolitik: Eine Form von Demokratie mit mehr Schein als Sein. In der Sache selber ist eine Macht-Schach-entweder/oder-Entscheidung in der Regel nicht viel wert. Und sozial kann sie nicht für eine Gemeinschaftsbildung taugen. In dieser Falle steckt die Gesellschaft jetzt beispielsweise extrem beim Tanz um das goldene Krisen-Kalb Corona, wo eine schlechte Nachricht die andere jagt und die Gesellschaft spaltet: Chaos und Verzweiflung bis zum Gehtnicht-mehr!

Mehr dazu im Beitrag *Leben wir noch in einem Rechtsstaat?*

(Link: <https://kaisertv.de/2021/12/24/leben-wir-noch-in-einem-rechtsstaat-prof-drkatrin-gierhake-im-gesprach/>).

Für einen nachhaltig zukunftsfähigen Wandel braucht es nicht vor allem aufwändige Symptombekämpfungen, sondern grundsätzliche Struktur- und Systemveränderungen. Den Wandel muss und wird es so oder so geben. Er kann kooperativ koordiniert und qualifiziert organisiert sein. Oder er findet chaotisch und für 99.9 Prozent der Menschen destruktiv statt! Medien, Politiker*innen und Wissenschaftler*innen, die dies nicht konstruktiv und pro aktiv zum Thema machen sowie zur Wirkung bringen, haben aus meiner Sicht keine professionelle Existenzberechtigung: fertig und Schluss!

Bei der real existierenden Politik drehen sich Parlamente wie auf einem Karussell im Kreis. Sie entwickeln kaum Entscheidungen für Lösungen, die alle und alles bestmöglich umfassen. Wenn sich alles nur noch darum dreht, wer gewinnen wird, verlieren am Ende alle: so geht das bei der alten Politik. Für eine neue Politik startet am Samstag, den 12. Februar 2022 *Das Neue Parlament*. Es wird dabei darum gehen, gemeinsam und miteinander (friedenspolitisch orientiert) in Richtung einer 100-Prozent-Kultur aktiv zu werden. Es ist zugleich auch der Start der Kampagne *We're making history*. Es wird dabei um eine neue Art des politischen Dialogs gehen. Er soll qualifiziert in Richtung von Entscheidungen und Lösungen führen, die alle relevanten Aspekte berücksichtigen, und zu denen alle Beteiligten *Ja* sagen: damit es für alle 100 Prozent gut kommen mag. Die Regie hat dabei das *Büro für eine Neue Politik*, wo ich für *DAS BLATT* auch im 2022 Texte verfasse: mit meinem freien Willen als Juwel.



Bild: Joanna Selinger

In der Silvesternacht habe ich zusammen mit meiner Frau Rosette draussen unter dem freien Sternenhimmel glücklich, hoffnungsfroh und zuversichtlich auf das Neue Jahr angestossen. Wichtig ist es für mich, nicht in alte Geschichten reinzurutschen, die – so wie sie angelegt sind und wie sie mit viel Propaganda empfohlen werden – gemäss meiner Erfahrung und meinem Wissen nicht gut kommen können: und das auch dann nicht, wenn es eine Mehrheit so haben will und so sehen möchte.

Meine Lösung heisst: Sorge tragen. Sowohl zu mir, als so gut wie möglich auch für andere. Aus meiner Sicht benötigen wir Ruhe und Gelassenheit, Musse und Stille, Solidarität und ein Eingebettet-Sein in eine tragende Gemeinschaft sowie in die Kreisläufe des Lebens.

Mehr dazu im Text *Zeit des Innehaltens* von *Kerstin Chavent*

(Link: <https://www.rubikon.news/artikel/zeit-des-innehaltens>).

Mehr Sein als Schein: erkenne dafür das Gute und entwickle es weiter – für und mit andern und für Dich. Dafür bin ich an der Vermittlung von Impulsen beteiligt: sich persönlich und in (politischen) Sachfragen so verhalten, dass es für alle und für alles bestmöglich ganz und gut kommen mag.

Meine neue Freiheit

Markus A. Meyer, Pensionär

Wenn ich heute an Freiheit denke, kommt mir in den Sinn: Freiheit von was oder wem denn? Freiheit braucht ein Gegenüber, um sich zeigen zu können, wie alles auf dieser Welt der Polarität, in der wir leben.

Bin ich nicht frei, dann bin ich unfrei, abhängig, gefangen und so weiter. Und dieses Gegenüber braucht und gilt es anzuschauen – wenn ich über Freiheit nachdenken will. Z.B. Bin ich frei von Zorn, von Groll von Macht oder Manipulation. Macht das, was mich einschränkt, ausgrenzt oder ungerecht scheint, unfrei?

Die meiste Zeit meines Lebens war ich überzeugt davon, Freiheit beginne dort, wo ich mich gegen die Dinge stelle, die mir meine Freiheit nehmen. Wo ich rebelliere oder in den Widerstand gehe gegen das, was mich einschränkt, manipuliert und ohnmächtig werden lässt.

Mit der Zeit begann ich zu merken, dass dies nicht erfolgreich ist und dass es wohl gerade umgekehrt sein könnte. Gemäss dem Satz „Energie folgt der Aufmerksamkeit“ wird die Einschränkung stärker, solange ich meine Aufmerksamkeit auf die Einschränkung richte.

Aber was nun?

Ich begann, meinen Fokus nicht mehr auf das zu richten, was mich einschränkte und ich zu bekämpfen trachtete, sondern auf das, was trotz der Einschränkung möglich ist. Die Einschränkung blieb eine Tatsache, jedoch richtete ich meinen Fokus und mein Handeln nicht mehr darauf.

Das bringt mich heute weg vom Fokus auf die Einschränkung im Aussen zum Fokus auf die Freiheit im Innen, ich kann jetzt viel besser über die Einschränkung hinwegsehen. Der Raum dahinter ist offen und frei für Neues. Ich kann mich entscheiden, mich für die Freiheit einzusetzen und nicht wie früher, gegen etwas zu kämpfen.

Ich fühle mich heute frei trotz Restaurantverbot, Kino- und Kulturverbot. Frei zu schauen, was denn noch anderes möglich ist; Restaurantbesuche draussen, Heimkino privat mit Austausch mit gleichgesinnten Menschen, alternative Projekte, Möglichkeiten und Ansätze für eine bessere Welt.

Das macht mich wirklich frei und unabhängig, öffnet meinen Horizont enorm. Ich erlebe Freiheiten, die ich vorher nicht kannte, sehe Sachen, die ich sonst nicht gesehen hätte, kreierte Dinge, die ich nicht für möglich hielt.

Ich kann frei sein für neue Dinge anstatt gegen das Alte. Das ist die Freiheit, die ich suche – ich finde sie nicht immer, jedoch immer mehr.



Bild: Joanna Selinger

Innere Freiheit

Barbara Wili, Lehrerin

Ja, ich mache mir Druck: 1. Heute ist Abgabetermin, den gestrigen und heutigen Tag war ich mehrheitlich krank im Bett, ich habe noch keine Zeile geschrieben.

2. Was kann ich Neues über dieses grosse Thema schreiben?

Ich schaue genauer hin, ein inneres Zwiegespräch entsteht. Aha, dadurch, dass ich nicht so viel Zeit wie gewohnt habe und ich meine, ich hätte nichts zu diesem grossen, urmenschlichen Thema zu sagen, schwinden meine innere Weite, meine Freude, mich zu diesem Thema zu ussern. Es sieht ganz so aus, als nähme niemand anders als ich mir die Möglichkeit, mich im aktuellen Rahmen zu entfalten.

Ich denke darüber nach und es wandelt sich etwas: Mir wird bewusst, wie viel Freiheit ich immer habe.

In jedem Moment habe ich die Möglichkeit, mich zu entscheiden: Für die Entfaltung, für die Freude, für das Leben, für

den Rückzug, für die Angst, für den Ärger, für die Abwertung. Für welche Möglichkeit entscheide ich mich und warum?

Die innere Freiheit gibt mir niemand, niemand kann sie mir nehmen. Ich habe sie nicht, sondern sie ist mir als menschlichem Wesen eigen. Ich kann sie pflegen oder vernachlässigen.

Ein grösseres Lehrstück ist es, diese Freiheit auch dann wahrzunehmen, wenn die Freiheit von aussen stark eingeschränkt wird.

Ich wünsche uns allen, dass in uns das Bewusstsein für die innere Freiheit wächst, wir diese Freiheit pflegen und erstärken lassen, so dass sie stabiler und tiefer sowie reicher an Farben und Facetten wird.

Was bedeutet mir denn Freiheit eigentlich?

Doris Marti, Rentnerin

Zu diesem Thema muss ich ehrlich gesagt im Moment tief durchatmen. Eben erlebte ich ein Gespräch mit einem aufgewühlten Mitmenschen. „Was die da tun mit dieser ganzen Impfkampagne ist rein kriminell!“ Es folgte eine lange Reihe von Anschuldigungen an die Verantwortlichen der gültigen Massnahmen.

Die Gedanken sind frei. Die Worte sind frei. Jeder, jede kann sagen, was sie denkt – fühle ich in mir als Stütze!

„Wenn sie uns vorschreiben, was wir zu tun haben, ist das Freiheitseinschränkung, ja Diktatur!“
Da bin ich mittendrin, in der Herausforderung zu ergründen: *Was bedeutet mir Freiheit?*

Mein aufgewühlter Mitmensch katapultiert mich schonungslos mitten in eine Kampfzone, die nicht mein Terrain ist. Da wächst mein Respekt vor dem Versuch, zu diesem Thema überhaupt etwas zu schreiben. Das Ganze ist so komplex. Es beginnt in der persönlichen Wahrnehmung, was ich individuell unter Freiheit verstehe, in meiner Geschichte, in meinen Grundüberzeugungen, meinen Erfahrungen. Und es führt in die Situation vieler Völker und Kulturen. In ihr gegenwärtiges Ringen um menschenwürdige Lebensumstände mancher Staaten bis zum heutigen Tag. Siehe Belarus und Kasachstan und viele andere. Wo Menschen sich Freiheit ersehnen im alltäglichen Leben, gerechte Umstände im öffentlichen Leben, Pressefreiheit, Bildungschancen und gerechte Löhne,

wie Redefreiheit und das Recht auf Nahrung und möglichst auch Gesundheit. Machtausübende verhindern das vielerorts.

All diese Privilegien geniessen wir grossenteils seit Jahren. Sind wir uns all dieser Chancen überhaupt bewusst? Seit zwei Jahren hat uns ein Thema eingeholt und Raum eingenommen, ja Dominanz erreicht, wie wir es lange nicht gewohnt waren. So schnell verändert sich im Umfeld einiges und es ist, als würden sich viele Menschen neu positionieren. Nicht mehr politisch links-rechts, Arbeitnehmer und Arbeitgeber, Einheimische und Zugezogene, sondern Geimpfte und Ungeimpfte. Ja, eigentlich sind doch alle frei, so zu handeln wie es ihrer Meinung nach für sie selber als sinnvoll empfunden wird. Doch wir erleben ein Phänomen. Unwillkürlich ist da etwas als richtig und das andere als falsch deklariert, und zwar von beiden Seiten gesehen. *Was ist da geschehen?* Gibt es in dieser Sache ein Richtig und ein Falsch? Da scheint es wichtig zu unterscheiden zwischen der individuellen Sicht und der gemeinschaftlichen Ausrichtung. Was ist Verantwortung der Gemeinschaft gegenüber? Wir leben in einer Demokratie. Da sollte die Haltung und Entscheidung des einzelnen Mitmenschen Gültigkeit haben und respektiert werden. Still und leise hat sich unter weiten Kreisen eine wertende Haltung eingenistet, die wiederum andere Mitmenschen als einschränkend, diktiert einstufen und eben freiheitsraubend.

Da spüre ich einen Aspekt: *Kann mir in Wirklichkeit jemand im Aussen meine Freiheit durch etwas rauben?*

Da ist Selbstreflektion gefragt.

Wenn mir andere sagen, was ich zu tun habe, das nicht meiner Überzeugung entspricht, und ich nicht dazu stehe, gebe ich meine Haltung auf. Dies kommt mir vor, wie der erste Schritt in eine Opferhaltung. Ich lasse über mich bestimmen. Da komme ich dem auf die Spur, dass es eine innere und eine unsere Freiheit gibt. Für ein freiheitliches Zusammenleben einer Gesellschaft bedingt es Absprachen und Regeln die beachtet und respektiert werden. Jeder und Jede trägt ihren Teil bei. Dies wiederum gewährt Raum, Klarheit, Sicherheit, ja ein Stück Freiheit im Miteinander. Und da ist meine innere Freiheit, die zusammenspielt mit Körper-Seele und Geist. Meine zutiefst innere Welt, meine Erfahrungen, inneren Werte, Visionen, geschenkte zwischenmenschliche Erlebnisse, Erkenntnisse, die in der Stille, in Meditationen mir neue geistige Welten eröffneten, Kontakte mit Verstorbenen, meinem Lebensgefährten, mit Kindern, mit besonderer Literatur, mit Musik, mit Erlebnissen auf Reisen, die lange zurückliegen und mich reich beschenkten und meine Sensibilität verfeinerten zu anderen Bereichen unserer Welt.

All diese Schätze meiner Lebensgeschichte befähigten mich, in jedem anderen Menschen seine Geschichte wahrzunehmen als Schatzkiste, ohne sie zu kennen. Das fördert den Respekt vor dem Anderen. Bei all unseren unterschiedlichen Anschauungen in diversen Lebensbereichen gilt es auch immer wieder das Verbindende zu suchen, gerade auch bei sehr kontroversen Positionen. Friedensarbeit führt ja letztlich zum sich freier fühlen, auch mitten in herausfordernden Prozessen.

In diesem Sinn habe ich reiche Erfahrungen machen dürfen, was an Freiheit mir

begegnete. Nicht unterlassen will ich den Aspekt, dass zu meiner eigenen Selbstfindung über viele Jahre eine reiche Palette an Durchgängen gehört, die mich aus Kinder- und Jugendzeitprägungen, zu denen auch Ängste, Unsicherheiten und Abhängigkeiten gehörten, die zu überwinden waren. Zur eigenen Entwicklung gehört manchmal auch entwirren und entflechten von erlebten, angeeigneten Altlasten.

So denke ich, dass wir in unserer aktuellen Zeitsituation auch immer neu eingeladen sind, eigene Anschauungen und gesellschaftliche momentane Gültigkeiten zu reflektieren. Immer wieder Raum schaffen und finden, Gräben überwinden, Brücken bauen, Mauern niederreissen und dem heilenden Miteinander Chancen geben, dass freies Sein in immer mehr Menschen lebbar wird.

Individuelles bewusstes Freifühlen und gemeinschaftliches Verbundensein in Verantwortung wirkt zusammen.

Das erwähnte Zeitthema zeigt sich nicht nur regional und national. Es ist eine globale Thematik, die uns fordert und vielleicht auch fördert.

Unvergessen bleiben mir mehrere Vorbilder, die ihrer äusseren Freiheit beraubt wurden. Im Inneren ungeahnte Freiheiten behielten, aus der heraus sie in die Geschichte eingegangene Texte und Manifeste verfassten zur Stärkung grosser Menschengruppen. Ich denke stellvertretend für viele an *Mandela* und *Bonhöffer*.

„Von guten Mächten wunderbar geborgen, erwarten wir getrost, was kommen mag. Gott ist mit uns am Abend und am Morgen, und ganz gewiss an jedem neuen Tag“

Heute sind es *Assange* und *Andere*.

Unsere Zeit des Wandels birgt Vieles in sich, das sich freimachen möchte zu neuen Wirklichkeiten.

Freiheit

Michael Seefried, Arzt

Wie ist sie zu verstehen und wie zu leben?

Gerade die Coronazeiten führen uns vor, welch kostbares Gut unsere Freiheit ist und wie rasch sich dies verändern kann. Freiheit, ein Gut, welches immer wieder zu kriegerischen Auseinandersetzungen geführt hat, führt und führen wird. Denkt an die Französische Revolution. (Freiheit, Gleichheit, Brüderlichkeit), die Freiheitskriege 1814, alle Religionskriege, auch die heutigen, sowie die aktuellen Auseinandersetzungen in der Pandemie.

13 „Je n'ai jamais cru que la liberté de l'homme consistât à faire ce qu'il veut, mais bien à ne jamais faire ce qu'il ne veut pas“

Was soviel heisst wie:

„Ich habe nie geglaubt, dass die Freiheit des Menschen darin besteht zu tun, was man will, sondern niemals zu tun, was man nicht will“

Jean-Jacques Rousseau: Schweizer Philosoph, Schriftsteller und Pädagoge des 18. Jahrhunderts.

So wurde es im 18. Jahrhundert gesehen und war Impuls für die Französische Revolution.

Freiheit ist ein Gut und ein Gut braucht Pflege und Verantwortung. Freiheit eines Volkes kann nur dann existieren, wenn Freiheit in jedem von uns sich entwickeln und entfalten kann. Beim Thema Frieden

ist es ähnlich (siehe Oktoberausgabe 21).

Freiheit bedeutet, dass ich zu bestimmten Dingen eine Wahlmöglichkeit habe – es bedeutet nicht Narrenfreiheit, dass ich tun und lassen kann, was ich will.

Dieses Gut wurde zunehmend kultiviert und von immer grösserer Wichtigkeit, seitdem der Mensch sich in seinem Bewusstsein sehr weiter entwickelt hat. Ich würde sagen, dass dies seit der Reformation ungefähr der Fall ist (Entwicklung der Bewusstseinsseele).

Die Menschen vor tausenden von Jahren waren in ihrer Entwicklung noch auf einer Stufe, bei der mehr die Verbundenheit in der Gruppe von wesentlicher Bedeutung war und weniger die individuelle Entwicklung. Gesellschaftliche und familiäre Normen haben wichtige Meilensteine festgelegt, ohne dass der einzelne Mensch die Möglichkeit hatte, anders zu entscheiden. In der Regel war die berufliche und private Laufbahn vorbestimmt, die Ehefrau/der Ehemann wurden oft schon frühzeitig festgelegt. Da galten in der Regel keine individuellen Gründe oder gar Liebe sondern es waren familiäre Kriterien oder die des Stammes.

Dies löste sich erst nach dem Ende des Mittelalters (Reformation) auf (s. diese Zeitschrift 12.21, *Die Welt ist im Chaos*), also zu einer Zeit in der die Menschheit zumindest in Europa eine gewisse Bewusstseinsstufe erreicht hat, und das Bedürfnis geweckt war, die eigene Individualität zu erringen und zu kultivieren. Es gibt heute noch Kulturen, wo diese Traditionen noch gelebt werden.

Heute durchleben wir eine Zeit der Prüfung und der Transformation, wie ernst wir es mit der Freiheit meinen.

Wir Menschen der Industrienationen haben in den letzten 200 Jahren eine gigantische moderne Welt geschaffen, die jedoch auch einen enormen Raubbau getrieben hat, teilweise auf Kosten anderer Menschen, Völker, Tiere und der Natur. Diese Ausbeutung auch der sogenannten Dritten Welt, der Raubbau der Natur und die Klimakrise – davor kann niemand heute mehr wegschauen.

Das bedeutet – *Freiheit des Einzelnen* – schadete oftmals anderen Menschen, Tieren oder der Umwelt! Das muss sich ändern, denn die Welt wird das nicht überleben können.

Wir haben in unserem Land und in Europa so viele Freiheiten wie selten auf der Welt. Wir können letztendlich unser Leben nahezu selbständig gestalten, können entscheiden, welchen Beruf wir ergreifen wollen, mit welchen Menschen wir uns auseinandersetzen wollen, mit wem eine Partnerschaft eingehen, wir können in fast alle Teile der Welt verreisen, können eine Sprache erlernen usw.

Wir haben auch die Freiheit mit dem Flugzeug dreissig mal pro Jahr zu verreisen, ein Auto zu kaufen, welches viel Sprit verbraucht oder eben bei diesen Fragen umweltbewusster zu entscheiden etc.

Jedoch haben wir heute mehr denn je die Pflicht und die Verantwortung, unsere Freiheit so einzusetzen und zu leben, dass niemand daran Schaden nimmt.

„Frei zu sein bedeutet nicht nur, seine eigenen Fesseln zu lösen, sondern ein Leben zu führen, dass die Freiheit anderer respektiert und fördert“

Nelson Mandela

Das heisst, meine individuelle Freiheit sollte ich der Welt, in der ich lebe anpassen. Ich kann nicht so tun, als sei ich alleine auf der Welt.

Freiheit bedeutet daher eine Pflicht für mein Gegenüber, meine Umwelt, diese zu respektieren und mitzugestalten.

Ohne aktive Teilnahme und Wahrhaftigkeit in meinem Tun ist Freiheit nicht möglich.

Ich unterscheide eine äussere und eine innere Freiheit. Die o.g. Bereiche sind überwiegend einer äusseren Freiheit zuzuordnen.

Wie steht es dann mit der inneren Freiheit? Kann ich äussere Freiheit leben, kultivieren und gestalten ohne innere Freiheit entwickelt zu haben? Ich denke, alle Freiheitsbestrebungen sind wahrhaftiger, wenn jede Person ihre innere Freiheit entwickelt. Was bedeutet das?

Wie kann ich innere Freiheit erlangen? Und was ist innere Freiheit?

Ich denke, dies hat sehr mit meiner Haltung und meiner inneren Einstellung zu tun. Eine grosse Hilfe für mich ist, im Zwiegespräch mit mir selbst zu sein. Dazu gehört, dass ich immer wieder nach innen schaue und innehalte:

Was ist für mich wichtig?

Bin ich noch auf meinem Weg?

Gibt es Anzeichen, dass ich dabei bin, meinen Weg zu verlassen?

Bei welchen Umständen des Alltags reagiere ich über die Massen emotional oder über die Massen zu wenig?

Was fühlt sich da nicht (mehr) stimmig an?

Gibt es Dinge, die mir Angst einflössen?

Gibt es Hürden oder Baustellen in meinem Leben, die ich überwinden sollte, mich aber vielleicht davor fürchte, es anzugehen?

In der Regel kennen wir unsere Baustellen bzw. Verstrickungen sehr gut. Damit meine ich Reaktionsweisen, Verhaltensmuster, bei denen ich mich nicht wohlfühle, bei denen ich auch spüre, dass ich nicht bei mir bin. Also dass ich nach einem Reiz eine Reaktion zeige, die ich eigentlich für mich nicht gut heisse:

Reiz < – > Reaktion.

Hier kann es sehr tiefsitzende Verstrickungen geben, die ich ohne äussere Hilfe nicht überwinden kann bzw. deren Ursache ich ohne äussere Hilfe nicht erkennen werde. Dies ist jedoch nicht massgeblich. Für mein eigenes Wohl ist es wichtig, dass ich dies erkenne: *was kann ich selbstständig ohne äussere Hilfe überwinden und was nicht?*

Je mehr ich auf diese Weise in meinem eigenen Haus aufräume, desto mehr komme ich bei mir selber an, desto mehr gelingt es mir, mein Potential zu erkennen und zu leben, desto mehr wird sich eine innere Ruhe und Ausgeglichenheit in mir breit machen, desto weniger werden unerwartete Geschehnisse von aussen mich emotional zu sehr irritieren oder gar aus der Bahn werfen.

Das Leben nehmen wie es ist

Um so mehr kann ich die Worte von *Krishnamurti*: „*Ich habe nichts gegen das, was geschieht*“, in mein Dasein integrieren und zwar nicht aus einer Gleichgültigkeit heraus sondern aus einer Haltung der inneren Ruhe und Authentizität heraus, mein Schicksal anzunehmen und die Verantwortung für mein Leben selbst zu übernehmen.

Dabei kann ich sehr wohl mit Ereignissen nicht einverstanden sein. Ich bleibe aber mit meiner Haltung oder Meinung bei mir und verliere mich nicht emotional in Wut, Angst oder Frust. Auf diese Weise wird mir eine vollständigere Wahrnehmungsfähigkeit gelingen, als wenn ich diese durch eine emotional gefärbte Haltung einschränke.

Die Situation, die durch Corona entstanden ist, sollte uns zum Innehalten bewegen, was sie zu bedeuten hat für die Welt und für jeden einzelnen.

Dringend sind wir aufgerufen, zu reflektieren, welche Gegebenheiten des modernen Lebens zu schädlich für die Zukunft der Erde sind und daher verwandelt und weiter entwickelt werden müssen. Jeder von uns kann einen Beitrag leisten.

Fangen wir damit an, dann schaffen wir es.

Die Freiheit ist das grösste Geschenk

Giulia Pampoukas, Irenologin

Die Freiheit ist das grösste Geschenk, das eine Seele sich wünschen kann. Die Freiheit zu lieben.

Ein grosses Vorbild für mich in gelebter Freiheit ist *Nelson Mandela*. In seinem Einsatz für einen gleichwertigen ethnischen Umgang während der Apartheid, wurde er verfolgt und über 27 Jahre in Gefängnissen eingesperrt. 18 Jahre lang war er in der gleichen Zelle eingesperrt. Einmal äusserte er dazu:

„Man kann in der Zelle bemerken, dass sie ein guter Platz ist, sich selbst kennenzulernen, gründlich und immer wieder die Prozesse deines eigenen Geistes und deiner Gefühle zu untersuchen. Innere Faktoren für unsere menschliche Entwicklung, wie Ehrlichkeit, Aufrichtigkeit, Demut, Grosszügigkeit, die Bereitschaft, anderen zu dienen, sind für jede Seele erreichbar und die Grundlage des eigenen spirituellen Lebens. Zumindest gibt dir die Gefängniszelle die Möglichkeit, dich täglich ehrlich zu betrachten, um das Schlechte zu überwinden und das Gute in dir zu entwickeln. Regelmässige Meditation kann hier viel bewirken.“

<https://www.thomas-steining.de/progressive-spiritualitaet-politik-und-dasbeispiel-nelson-mandela/>

Wer es schafft, sich wirklich von allen dualen Bewertungsmechanismen in jegliche Richtung zu lösen, bzw. sie hinzunehmen als das, was sie sind, hat es in meinen Augen geschafft, frei zu sein. Frei, zu lie-

ben. Die Seele wird leichter, unser Zugang zu alltäglichen Fragestellungen einfacher und gelöster. Die Freiheit kann Einzug halten.

In meiner Arbeit mit Kindern erlebe ich die freisten Kinder, die ein gewisses Grad an Selbstwirksamkeit entdeckt haben und sich nicht mehr gegen jegliche Aufträge wehren müssen oder alles per se hinnehmen. Kinder, die kreative Wege finden, mit ihrer Unlust umzugehen. Die aber auch gemerkt haben, dass sie ihre Wünsche miteinbringen können und auch ihre Stimmen mitaufgenommen werden. Und wenn nicht, Wege finden, wie sie die Rahmenbedingungen kreativ und konstruktiv gestalten können.

Während meinen Jugendjahren hatte ich mich sehr oft unfrei und eingesperrt gefühlt in den Dogmen meins Umfeldes. Mein Fokus war für lange Zeit darauf ausgelegt, wie ich mich befreien konnte. Dies half mir sehr, mich zu reflektieren und neue Räume in mir zu entdecken, doch es erfüllte mich noch nicht. Erst als ich begann, wahrlich hinzuhören, was mein Herz bewegte und es mir ganz zugestand, begann mein Gefühl für Freiheit zu wachsen. Im Grunde genommen waren nicht die Dogmen um mich herum der Freiheitsberaub, sondern mein Gefühl, dass ich nicht Ich sein durfte mit all meinen Wünschen, Träumen und Eigenheiten – ein Gefühl, das ich mir lange auferlegt und mitschleppte. Als ich nach und nach lernte, meine Wünsche wahrzunehmen und

sie in alltäglichem Rahmen einzubringen, fühlte ich mich immer wie leichter und freier.

Am Schluss waren die Dogmen nicht mehr so schwer für mich, denn ich konnte sie lediglich als Vorschlag, wie die Welt noch gesehen werden kann, aufnehmen und erst dann wirklich frei entscheiden, ob der Kern dessen dienlich für mich war oder nicht. Und vor allem stieg auch mein Respekt gegenüber meinem Umfeld und anderen Lebensstilen und Sichtweisen deutlich.

Das Schwierigste für mich ist nach wie vor, innerlich frei und gelassen zu bleiben, wenn etwas in mir drückt, das anders ist als bei Menschen, die mir nah stehen. Es hilft mir dann, zu wissen, dass ich und andere Menschen anders sein dürfen und es total *ok* ist. Das Bewusstsein zum Raum zwischen mir und anderen Menschen hilft mir sehr, mich frei zu fühlen.

Ist absolute Freiheit in allen Bereichen möglich? Ja, wenn man bereit ist, den Weg der inneren Liebe zu gehen.

Es ist ein Weg, der Hingabe braucht, manchmal auch Mut, anders dazustehen, als unser gewohntes Umfeld oder Strukturen. Auch ist es für jeden Menschen unterschiedlich, was ihm/ihr gut tut, um frei zu sein und ein Leben in Würde, Respekt und Demut zu gehen. Menschen, die schnell sind im Bewerten, können frei sein, wenn sie mehr Raum zwischen ihren Eindrücken und ihrem Categoriesystem zulassen. Eher ängstliche Menschen lernen frei zu sein, wenn sie das Leben mit all ihren Risiken und Chancen vollständig annehmen können.

Menschen, die sich eher von dominanten Mechanismen in ihrem Umfeld unterdrückt wiederfinden, hilft es, mutig und selbstbewusst für ihre Stimmen, für die Liebe einzustehen.

Freiheit ist für alle möglich.

Äusserlich ist mein Bild für gemeinsam gelebte Freiheit so, dass alle ihrer Kompetenzen bewusst sind, ihrer Aufgabe im Leben und ihre Beengungsängste transformiert haben, im Zusammenleben gemeinsame Wege gehen können und alle für das Allgemeinwohl denken und handeln können.

Menschen, die anständig und respektvoll mit Mensch und Tier/ Natur umgehen und ressourcenbewusst handeln können.

Politisch sind wir dann frei, wenn wir alle miteinander denken und wirken und bewusst sind, dass es nur miteinander geht, Freiheit zu verwirklichen mit allen Unterschiedlichkeiten der Bedürfnisse inbegriffen. Und auch einen tiefen Respekt zu allen Mitmenschen hat und zuhören kann. Zuhören, was andere für ein freies Leben im Herzen brauchen.

Momentan sind wir als Menschheit auf dem Weg dorthin und dies entlädt sich manchmal in Spannungen. Ich hoffe, dass sie als kleines Glied verstanden werden, alte Fesseln zu lösen. Spannungen sind definitiv noch nicht die Freiheit.

Wir sind erst frei als Gemeinschaft, wenn alle frei sind. Es ist eine grosse Aufgabe, die Freiheit verantwortungsbewusst zu nutzen. Ich denke, je mitfühlender wir sind, desto freier können wir sein. Jedes fortschrittliche System kann nur gelingen, wenn die Menschen es auch nutzen können.

Was sind politische Strukturen, die dies widerspiegeln?

Was braucht unsere Gesellschaft, um zu reifen?

Ansatzweise finde ich die Entkoppelung von Einnahmen/Existenzsicherheit und Tätigkeit hilfreich. Permakulturelles, ressourcenbewusstes Handeln und Firmen, die sich immer für das Allgemeinwohl (das Eigenwohl darin inbegriffen) einsetzen.



Bild: Joanna Selinger

Aber in der Basis müssen alle zuerst ihre Macht entdecken, bis wir eine Gemeinschaft mit entsprechenden Strukturen aufbauen und leben können.

Vieles ist ja bereits im Gang.

Aus meiner Primarschulzeit erinnere ich mich an eine Zeichnungsaufgabe, die unser Lehrer uns basierend auf einer Geschichte gab. Wir sollten ein Himmelsbild und ein Höllensbild malen, bei dem alle die gleichen Voraussetzungen hatten zum Essen: einen meterlangen Löffel pro Person, der sich nur zuhinterst am Stiel halten liess und einen grossen Eintopf für alle in der Mitte. Die Menschen in der Hölle litten unter Abmagerung, da alle krampfhaft versuchten, alleine mit dem Löffel Nahrung zu schöpfen.

Durch den langen Stiel erreichte niemand den eigenen Mund. Im Himmel reichte jeder in – einem Kreis sitzend – seinem Nächsten seinen vollen Löffel in den Mund und bekam die Nahrung selber wiederum von seinem anderen Nachbarn. Alle genossen freie Nahrungsaufnahme, weil sie bezogen miteinander umgingen.

In diesem Sinn schliesse ich meinen Artikel und wünsche allen freie Fahrt für die Liebe in Respekt und Würde für alle.

Impressum

Herausgeberin und Redaktionsleitung

Eine Stimme – Büro für Neue Politik
Röschenzerstrasse 8
4053 Basel

Telefon: +41 079 824 00 94
info@einestimme.ch
www.einestimme.ch

Mitwirkende Autor / innen dieser Ausgabe

Denis Marcel Bitterli, Jiri Rose, Ueli Keller, Markus A. Meyer, Barbara Wili, Doris Marti, Michael Seefried und Giulia Pampoukas

Gestaltung/ Layout & Bilder

joanna.r.s
joanna.selinger@hotmail.com
joannaselinger.wixsite.com/joannars