

## COVID-19-Pandemie Gedanken zum Jahresende 2021

Dr. med. Matthias Gauger, Stand 31.12.2021

Gerne darf dieses Dokument unter korrekter Quellenangabe verlinkt, kopiert, weitergeleitet werden.

Seit bald 2 Jahren ist die Corona-Pandemie unser vorherrschendes Thema. Als Hausarzt werden mir immer wieder spezifische Fragen gestellt, wie «*soll ich mich (weiterhin) impfen lassen?*» Ich bemerke aber auch ein Bedürfnis meiner Patientinnen und Patienten, gerne *allgemeiner* über das Pandemiegeschehen reden zu können, wie «das Ganze» zu verstehen ist. Hierfür bietet der Sprechstundenrahmen natürlich viel zu wenig Zeit.

Mit den hier vorliegenden Texten möchte ich anhand verschiedener pandemiebezogener Aufhänger auf *allgemeine* Aspekte der Informationsverarbeitung in unserem menschlichen Verstand eingehen, mit der Absicht, dass hierdurch neue Lösungsansätze für die zunehmenden Pandemieschwierigkeiten erkennbar werden könnten. Die Leitmedien bieten vor allem rasch wechselnde Tagesinformationen, welche es schwer machen, grundlegende Zusammenhänge und nachhaltigere Lösungswege zu erkennen.

Die Jahreswechselzeit ist eine Einladung zur Reflexion und Wiederausrichtung auf seine innersten Werte, weswegen ich bewusst diesen Zeitraum wähle zum Aufschalten dieser eher besinnlicheren Textsammlung.

Es ist seit Jahren meine Beobachtung als Arzt, dass sich erstaunlich viele unserer gesundheitlichen Probleme auf unpassende Annahmen zurückführen lassen, welche unbemerkt unseren Körper und unser Verhalten steuern. Sich durch die körperlichen Symptome zu seinen verborgenen individuellen Grundannahmen leiten zu lassen, ermöglicht in vielen Fällen heilsame Einsichten. Ich habe diese Methodik der **Mindset-Medizin®** in der Anwendung bei chronischen gesundheitlichen Problemen sehr schätzen gelernt.

Aus meiner Sicht ist es aber dieselbe Schwachstelle in den Bewertungs- und Entscheidungsvorgängen unseres Gehirns wie sie auch *kollektiv* zu Störungserscheinungen führt. So lassen sich viele Schwierigkeiten, welche sich in dieser Pandemie zeigen, gar nicht so sehr auf das Virus selbst, sondern vielmehr auf unsere realitätsentfremdeten Einschätzungen zurückführen.

Auch das Heilmittel ist dasselbe: Bewusstes Anwesend-Sein in den Wahrnehmungs- und Entscheidungsprozessen unseres Gehirns.

Ich möchte Sie also einladen, sich unter dem Leitstern der Pandemieerscheinungen zu unseren menschentypischen Wahrnehmungsprozessen leiten zu lassen, - fast wie die Dreikönige sich zur Krippe führen liessen, - um *dort drinnen* allenfalls ein seit langem bereitliegendes Heilmittel zu finden.

*«Jeder will es richtig machen; aber niemand hält inne, um zu überlegen, ob seine Vorstellung von ‚richtig‘ die richtige ist»* F.M. Alexander (1869–1955),  
Begründer der Alexander-Technik

Ich bitte Sie, diese Essays mehr im Sinne von gemeinsamem Nachdenken zu lesen und weniger als medizinische Sachinformationen. In dieser weihnachtlichen Zeit erlaube ich mir, auch Gedankengut aus unserer christlichen Tradition einfließen zu lassen.

## Wahrnehmung ≈ Wahlnehmung

Etwas vom Auffallendsten an dieser Pandemie ist, wie unterschiedlich bei uns Menschen die Reaktion ausfallen kann auf identische Einflüsse (Reiz) von aussen.

- Kopien von ein und demselben Sars-CoV2-Virus (Reiz), welche auf den Schleimhäuten unserer oberen Luftwege landen, können bei den einen eine Grippeanflug erzeugen (Reaktion A) und bei den anderen zu einem tödlichen Krankheitsverlauf (Reaktion B) führen. Das identische Virus kann nicht die Erklärung sein für diese Verschiedenheit der Reaktion. Es müssen andere Einflussfaktoren sein, welche die unterschiedlich ausfallenden Auswirkungen erklären.
- Ein und dieselben Statistiken, Fakten und Studienresultate (Reiz) erzeugen bei den einen die Aussage: *«die mRNA-Impfstoffe sind sehr wirksam und bringen einen sehr hohen Schutz»* (Reaktion A) und bei den anderen die Warnung: *«Die mRNA-Impfstoffe sind sehr schlecht wirksam und äusserst gefährlich»* (Reaktion B).
- Ein und dieselbe Pandemiesituation (Reiz) führt bei den einen dazu, sich darum zu reissen, so schnell wie möglich geimpft zu werden (Reaktion A) und bei den anderen, dass sie sich mit Händen und Füßen sträuben, um auf keinen Fall geimpft zu werden (Reaktion B).
- Ein und dieselben Nachrichten über die neue Variante Omikron (Reiz) erzeugen bei den einen den Impuls (Reaktion A): *«nun umso mehr Boostern, Grenzen dicht machen, Massnahmen verschärfen»* und bei den anderen (Reaktion B): *«Was für ein Weihnachtsgeschenk der Natur! (ab Min. 21.40). Am besten sollten sich jetzt alle damit anstecken, im Sinne einer natürlichen Impfung, ohne Gefahr eines schweren Verlaufes. Keinesfalls Boostern!»*
- Ein und dieselben Abstimmungstexte (Reiz) führen bei den einen zu einem klaren *«Nein»* (Reaktion A) und bei den anderen zu einem klaren *«Ja»* (Reaktion B).

Etwas Wesentlichen muss mit den identischen Informationen passieren, welche durch unsere Augen und Ohren als Sinnesreize in unser Gehirn eindringen, bevor sie als Reaktion (Emotionen, Muskelaktivierung...) unseren Körper steuern oder zu Worten und Taten führen.

*«Zwischen Reiz und Reaktion liegt ein Raum. In diesem Raum liegt die Macht der Wahl unserer Reaktion.»*

nach Viktor Frankl (1905-1997), bedeutender Psychologe

Die grossen Unterschiede in der Reaktion auf identische Reize erschliessen sich uns erst, wenn wir uns mit den Verarbeitungsprozessen befassen, welche in unserer Steuerung im Gehirn (Mind) stattfinden. Denn irgendwie muss es dort sein, wo die Wahl unserer Reaktion stattfindet. Dies ist auffallend: obwohl das Entscheidende und Beeinflussbare in unserem Kopf stattfindet (Raum), scheint sich kaum jemand dafür zu interessieren,

und alle Welt starrt wie gebannt hinaus auf die äusserlichen Geschehnisse (Reiz), auf welche wir als Einzelne meist wenig Einfluss haben.

Unsere Körpersteuerung (engl. «mind») muss Tag für Tag unablässig Entscheidungen treffen, um den Organismus bestmöglich an die ständig ändernden Bedingungen anzupassen und sein Überleben zu sichern. Da diese Entscheidungen auf Nummer sicher und oft rasch getroffen werden müssen, verlässt sich unser

*«Je besser und dynamischer sich der Mensch an wechselnde Gegebenheiten anpassen kann, desto gesünder ist er.»* Achim Peters, Stressforscher

Mind notgedrungen auf bestmögliche Vermutungen zur Einschätzung der jeweiligen Situation. Wie uns die Pandemiebeispiele zeigen, können diese Interpretationsvorschläge von Mensch zu Mensch sehr verschieden sein. Sie sind davon abhängig, welche abgespeicherten Erfahrungen, Prägungen,

Bewertungsprogramme, Wertvorstellungen, Grundüberzeugungen, Selbstbilder unser Gehirn zur Verfügung hat zur Wahl unserer Reaktion, *und* wie bewusst wir beteiligt sind an der Auswahl unserer Reaktion. Eine Wahl der Reaktion auf sich wechselnde Gegebenheiten findet in unserem Gehirn also permanent statt, - entweder autopilotartig, oder aber indem wir von unserer Fähigkeit Gebrauch machen, uns bewusst an dieser Reaktionswahl zu beteiligen.

Wenn in unserem Gehirn einmal eine Entscheidung getroffen wurde, wie eine Situation zu bewerten ist, – sei diese Bewertung nun richtig oder falsch – so sind die daraus hervorgehenden Steuerungssignale, welche von unserem Gehirn via Nerven und Hormonen auf unseren Körper einwirken, sehr mächtig und werden bedingungslos umgesetzt. Wenn die Bewertung an dieser *Wiege des Handelns* unpassend war, sind demzufolge auch die Auswirkungen in unserem Körper unpassend, und es ist mit Störungssignalen zu rechnen.

Wenn also etwas für uns nicht stimmt, ist das Wichtigste an was wir uns erinnern sollten, dass es *zwei* Orte gibt, an wel-

chen wir nach einer möglichen Ursache nachschauen müssen. Entweder kommen die Schwierigkeiten durch Veränderungen in unserer Umwelt zustande (Reiz), welche unsere Anpassungsfähigkeit überfordern, oder aber es kam zu Bewertungsfehlern in unserer Wahrnehmung (Raum).

Da ein menschlicher Körper und ein Staatskörper steuerungstechnisch sehr ähnlich funktionieren, lässt sich das «Reiz-Raum-Reaktionsmodell» universell anwenden.

**Reiz + Raum = Reaktion**

Sars-CoV2 (Reiz) + Reaktionslage des Körpers (Raum) = Krankheitssymptome

Sars-CoV2 (Reiz) + Bewertungsvorgänge im Gehirn = individuelles Verhalten

Sars-CoV2 (Reiz) + Bewertungsvorgänge in den Regierungsräumen = Pandemieverlauf

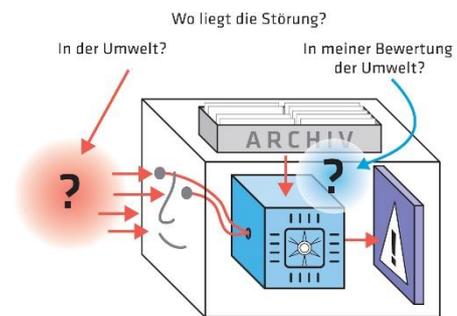


Abbildung 1: Jede auftretende Schwierigkeit dürfte uns Anlass zu der Frage geben: Wo liegt die Ursache: - In der Veränderung in meiner Umwelt oder in meiner Bewertung der Veränderung?

Wichtig: Wenn Probleme auftreten, daran erinnern, dass sich die Störungsursache an *zwei* Orten befinden kann, *draussen* in den Lebensumständen oder *drinnen* in den Bewertungsvorgängen.

## Unsere Achillesferse befindet sich im Gehirn

Wenn Sie mit mir einverstanden sind, dass die Vorgänge in den Regierungsräumen eines Körpers (Gehirn) und eines Landes (Bundeshaus) von höchster Brisanz sind, weil sie sich jeweils an der Spitze der Steuerungshierarchie befinden, dann interessiert Sie nun vermutlich, wie es an dieser sensiblen Stelle zu Fehleinschätzungen kommen kann.

Die Absicht dieses Abschnittes ist es, zu verdeutlichen, dass Fehleinschätzungen in unserer Wahrnehmung an sich nicht das Problem sind und zum normalen Funktionieren eines Steuerungsorganes gehören. Es ist lediglich unsere menschliche Neigung, an Fehleinschätzungen *festzuhalten*, trotz nachteiliger Erfahrungen, die wir mit ihnen machen, welche zu unseren menschentypischen chronischen Problemen führen.

Unsere Steuerung – mit Signalempfang, Entscheidungsraum und Befehlsverteilungssystem – wurde im Laufe der Evolution so konstruiert, dass sie den Organismus bestmöglich am Funktionieren und damit am Leben erhält. Dieses Ziel wird am ehesten erreicht, wenn das Bild, welches sich ein Gehirn von den ständig wechselnden Gegebenheiten macht, einerseits *so zutreffend* wie möglich ist und andererseits aber auch *so rasch* wie möglich zur Verfügung steht. Wir Menschen sind schliesslich schnell unterwegs. Es gibt viele Situationen, wo die Geschwindigkeit der Entscheidung wichtiger ist als die Korrektheit von Details. Unser Gehirn geht darum oft Kompromisse ein zwischen Exaktheit und Geschwindigkeit. Es ist zweitrangig, ob es ein Reh oder eine junge Hirschkuh ist, welche dicht vor mir über die Strasse rennt. Wichtiger ist die *rasche* Entscheidungsfindung und Durchführung einer instinktiven Vollbremsung.

Auf meinem Arbeitsweg stand eines Tages nach einer Kurve plötzlich neu ein kastenförmiges graues Objekt am Strassenrand. – Schlagartig ging ich vom Gas und war hell alarmiert. – Meine Wahrnehmung hat innert Sekundenbruchteilen automatisch die Vermutung entwickelt, es könnte sich um einen Blitzkasten handeln und die entsprechenden Anpassungssignale in meinen Körper gesandt. Für kurze Zeit hat der Wahrnehmungsraum zu meinem Schutz die Cheffunktion übernommen.

Für solche Situationen verfügt unser Gehirn über grossartige Optimierungsvorkehrungen. Die Zeit, um eine Entscheidung zu treffen, wird enorm verkürzt durch die Tatsache, dass dies in über 95 Prozent der Fälle «vollautomatisch» abläuft. Das würde auch gar nicht anders gehen bei 100 Billionen Körperzellen, von welchen jede einzelne Zelle komplizierter funktioniert als eine ganze Stadt. Ein solch komplexes System muss weitgehend selbstorganisierend (= autonom) funktionieren. Von enormem Nutzen ist hierbei der Erfahrungsschatz, welcher bei uns Menschen von Generation zu Generation weitergegeben wird. Blitzschnell lässt sich unsere jetzige Situation mit den eingebauten Bewertungen unserer Vorfahren vergleichen und deren Reaktionsvorschlag instinktiv übernehmen. Die Wahl unserer Reaktion auf einen Reiz ist also sehr oft – zunächst - keine freie und bewusste Wahl unter Abwägung aller uns zugänglichen Informationen, sondern das unreflektierte automatische Abspielen des bewährtesten Programms aus der übernommenen Datenbank, so wie es auf der Basis der *vorläufigen* Analyse am meisten Sinn ergibt. Sicherheit geht vor!

So war es für uns Menschen während Jahrmillionen überlebenswichtig, Gesichter in unserer Umgebung zuverlässig zu erkennen und eine rasche Bewertung zu erhalten, welche Absicht ihnen «ins Gesicht geschrieben» steht. Unser Gesichtserkennungsprogramm (Raum) meint es also gut, wenn es uns da und dort im Gebüsch ein Gesicht erkennen lässt, wo gar keines ist.

Aus diesem Grund erscheint uns auch eine [Charlie-Chaplin-Maske](#) von hinten betrachtet nicht hohl (Reiz), sondern als ob uns das Gesicht entgegenschaut (Reaktion) (Abb. 3). Hohle Gesichter hat es während Jahrmillionen bis vor kurzem nicht gegeben und ergeben deswegen keinen Sinn. Unsere Wahrnehmung (Raum) meint es also gut, wenn sie jedesmal, wenn sich die Maske nach hinten dreht, das hohle Gesicht sicherheitshalber nach aussen stülpt, und uns somit empfiehlt, mal vorsichtshalber besser von dieser *korrigierten* Wirklichkeit auszugehen.

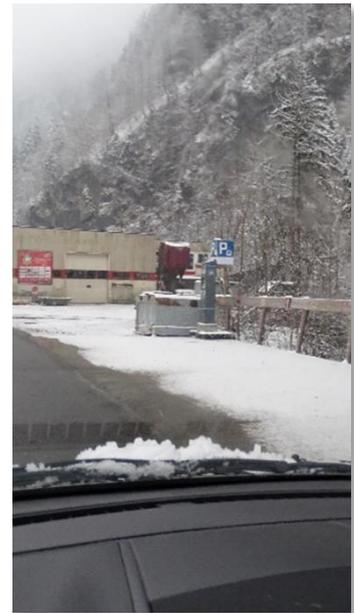


Abbildung 2: ein Blitzkasten rechts voraus?

Wichtig ist hier erstens, sich darüber bewusst zu werden, dass es sich bei dieser «Besserwisserei» um einen gutgemeinten *Vorschlag* handelt, damit wir besser zu recht kommen, aber nicht in der Absicht, dass wir diese optische Illusion um jeden Preis glauben und an ihr festhalten sollen.



Abbildung 3: Hohle-Maske-Illusion

Wir sehen am Beispiel der Hohle-Maske-Illusion aber auch zweitens, wie machtvoll

und selbständig diese Bewertungsvorgänge im Laufe der Evolution geworden sind. Denn die Täuschung löst sich nicht einfach so auf, auch wenn wir wissen, dass die Realität anders ist. Das Abbild, welches unser Gehirn produziert, stellt sich ohne uns zu fragen, vor die physikalische Realität, welche dadurch verdeckt wird. Eine solche *Vorstellung* kann sehr überzeugend sein und rasch zur unhinterfragten Vorlage unseres Denkens, unserer Meinungsbildung, unserer Behauptungen und unserer Handlungen werden. Das Abbild der Wirklichkeit – falsch oder richtig – wird zu unserem Vorbild.

Die Natur nimmt also bei dieser mitdenkenden Arbeitsweise unseres Gehirns bei uns Menschen einen Kompromiss in Kauf: Wir laufen Gefahr, von unserem eigenen Gehirn getäuscht zu werden, wenn wir nicht wachsam bleiben. Das Geschenk der Wirklichkeitsschöpfung und Korrekturmächtigung ist heikel und muss von uns ehrfurchtsvoll und aufmerksam benutzt werden. Wenn wir diese Pforte unbewacht lassen, wird sie zu unserer Achillesferse, durch welche unerkannte Falschbilder in unser System eindringen können, - unser System, welches zum mächtigsten Konstrukteur der Erde geworden ist, und unter anderem in der Lage ist, allerlei **selbsterfüllende Prophezeiungen** zu produzieren.

Es braucht hier unsere aktive Achtsamkeit und den aufrichtigen Wunsch, die Dinge sehen zu wollen wie sie sind, damit wir diesen Interpretationsprogrammen, welche nur ihren Job zu machen haben, den Meister zeigen können und nicht ihren automatischen Meinungsentwürfen zu viel Glauben schenken.

Man kann sich leicht vorstellen, dass es viel bequemer sein könnte, sich einer solchen doch eigentlich recht sinnvollen und vielleicht angenehmen Täuschung einfach hinzugeben, anstatt seinem tieferen Wissen über die dahinterliegende Wirklichkeit, treu zu bleiben. *«Andere Menschen sehen es schliesslich genauso, und die Natur scheint es so zu wollen und richtig zu finden.»*

*«In einem Satz: Welchen Rat geben Sie den Menschen mit? – Sie sollen sich selbst treu bleiben.» Remo H. Largo (1943 – 2020), bekanntester Schweizer Kinderarzt in einem seiner letzten Interviews*

*«Was Sie sehen, wird beeinflusst durch das, was Sie fühlen.» Lisa Feldmann Barrett, Psychologin und Neurowissenschaftlerin*

Besonders wichtig ist drittens, sich klar zu machen, dass optische Täuschungen keine seltenen Fehlleistungen sind zum Zweck unserer Belustigung, sondern dass das Entwerfen von plausiblen Vorschlägen und das Inkaufnehmen von Fehlannahmen zum ganz normalen Alltags-Arbeitsmodus unseres Gehirns gehört. Dies *muss* von uns einkalkuliert werden, sonst sind gravierende Fehlentscheidungen unvermeidlich. Wenn ein Jäger

auf der Jagd eine Hirschkuh wahrnimmt und abschießt, obwohl eine **Lamastute** dort steht, dann demonstriert ein solcher Vorfall, wie rasch es ernst werden kann.

In einer **aufschlussreichen Präsentation** schildert die Wahrnehmungsforscherin Linda Feldmann ein weiteres Beispiel einer Realitätsverkennung während dem rhodesischen Buschkrieg, wo ein Soldat im Begriff war, einen Hirtenjungen zu erschiessen, weil ihm dessen Stab als ein Gewehr und die Kuhherde hinter ihm als eine feindliche Kampftruppe erschien.

Immer mehr Forschungserkenntnisse über die prädiktive (vorhersagende) Arbeitsweise unseres Gehirns zeigen, in welchem enormen Ausmass wir Menschen aufgrund dieses Geschenkes der Evolution die Architekten unserer eigenen Erfahrung sind. Unser Gehirn *konstruiert* geradezu die von uns wahrgenommene Realität, und zwar – und dies ist sehr bedeutsam – ohne dass uns dies überhaupt noch so richtig klar ist. **Angst**, Stress und unsere Erwartungen spielen bei dieser Konstruktion eine grosse Rolle. Tatsächlich ist eine solche Realitätskonstruktion noch viel überzeugender als eine rein optische Täuschung, denn Sie umfasst nicht nur, was wir sehen, sondern auch unsere Gefühle, Gedanken, Körperempfindungen und unsere von unserem Gehirn produzierten Erzählungen und Erklärungen, also einen Grossteil *unserer* Welt.

Eine autonom arbeitende Funktion in unserem Gehirn präsentiert uns eine von ihr konstruierte Realität, welche sie auf der Basis ihrer Erfahrungsdatenbank *vorläufig* für sinnvoll und glaubwürdig hält.

Diese Instanz arbeitet in unserem Auftrag und soll uns helfen, die Welt so zu sehen, dass es dem Leben dient.

Es ist von der Natur vorgesehen, dass wir diese Vorschläge, wie man die Wirklichkeit sehen könnte, versuchsweise anwenden (prädiktive Arbeitsweise unseres Gehirns).

Anhand der Erfahrungen, welche wir damit im wirklichen Leben machen, stellt sich heraus, wie zutreffend diese Annahmen waren. Entsprechend beglaubigen oder verwerfen wir unsere Hypothesen und ersetzen sie durch angepasste Versionen für die nächste Erprobung an der Wirklichkeit.

Auch in der Wissenschaft verwenden wir ganz selbstverständlich diese Erkenntnismethode von Hypothesenbildung – Experiment – Resultat - Hypothesenanpassung – erneutes Experiment usw.

Dass wir uns in diesen Wechselschritten von Vermuten - Überprüfen – Anpassen durchs Leben bewegen, versteht sich von selbst.

So habe ich auf meiner Fahrt ins Muotathal die Arbeitshypothese, dass es sich bei dem grauen Objekt um einen Blitzkasten handelt, ganz selbstverständlich beim Weiterfahren überprüft. Die neuen Sinnessignale aus der Nähe führten zu einer Veränderung meiner Vermutung (doch kein Radargerät), worauf ich mein Fahrverhalten entsprechend der neuen Überzeugung anpasste und wieder auf's Gaspedal drückte.

Niemand käme auf die Idee, weil er nun schon mal gemeint hat, es sei ein Radargerät, dass es darum auch ein Radargerät zu sein hat, – oder doch?



Abbildung 4: Doch kein Blitzkasten

## Die Natur hat immer recht

Beobachtungen über Jahrtausende hinweg von Philosophen, Historikern, religiösen Weisheitslehrern, Heilpersonen und nun auch Neurowissenschaftlern lassen keinen Zweifel daran: Wir Menschen haben eine sehr grosse Neigung, genau dieses Absurde zu versuchen, - aus dem zufälligen Arrangement eines grauen Containers und einer Parkuhr einen Blitzkasten zu machen, - will heissen: Wir versuchen, der Natur unsere Sichtweise aufzudrängen, wie sie zu sein hat. Ohne uns zu hindersinnen, gehen wir davon aus, dass sich die Natur unseren Erwartungen – egal ob falsch oder richtig - gemäss zu verhalten hat, und wenn sie es nicht tut, sind wir «enttäuscht».

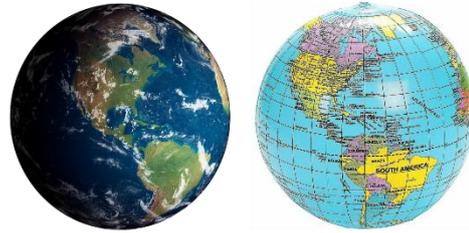


Abbildung 5: Welche Vorstellung beeinflusst unser Denken, unser Handeln und unseren Alltag mehr: Die physikalische Realität (des unteilbaren Ganzen) (links) oder unsere konstruierte Realität (der Abgrenzungen) rechts?

- Die Menschen waren sehr enttäuscht und einzelne fühlten sich buchstäblich zu Tode gekränkt, zu erfahren, dass sich die Erde um die Sonne dreht und nicht umgekehrt.
- Physiker fühlten sich enttäuscht und entwurzelt, dass das mechanistische Weltbild nicht alle physikalischen Beobachtungen erklären kann und dass das quantenphysikalische Weltbild umfassender ist.
- Wir sind enttäuscht, dass das Wuhan-Coronavirus zu Delta und Omikron mutiert, und dadurch die derzeit verfügbaren mRNA-Impfstoffe noch schlechter wirken.
- Die **Mehrheit** ist enttäuscht, dass sich eine Minderheit nicht impfen lassen will.
- Wir sind enttäuscht, dass sich das Coronavirus noch nicht besiegen liess, obwohl wir es ihm doch nun wirklich gezeigt haben, was es zu tun hat.
- Wir sind enttäuscht, dass es heute regnet und nicht die Sonne scheint...

Gewöhnlich, wenn wir solch eine Enttäuschung erleben, sind wir über die anderen oder über die Natur direkt enttäuscht, aber niemals über unsere täuschenden Vorstellungen; das müssen wir wohl zugeben.

Nur schon, wenn ich sage *«Oh nein! Das gibt es doch nicht, - es regnet»*, bedeutet dies im Klartext: Die Natur (die physikalische Realität, dass es regnet) weicht von der von meinem Gehirn erfundenen Realität (die Sonne scheint) ab. *«Oh nein! dies ist inakzeptabel. Du, Natur, machst einen Fehler und meine konstruierte Wirklichkeit ist im Recht; sie ist dafür vorgesehen, zu bestimmen, was gültig ist. Du, Natur bist es, welche sich täuscht, nicht die Konstruktion meines Gehirns. Ich muss dich, Natur, aus der Täuschung befreien, damit die Welt (womit die von meinem Gehirn konstruierte ‚Welt‘ gemeint ist) wieder in Ordnung ist.»*

Meine Umwelt muss ja irgendwie zu meinem inneren Weltbild passen. Das oberste Bestreben eines menschlichen Gehirns ist es schliesslich, Kohärenz herzustellen, **wenn alles optimal zusammenpasst (S.3)**.

Die beiden Realitäten – unsere vorgestellte und darunter die tatsächliche - können gut nebeneinander existieren. Die Natur scheint sich bei uns Menschen das Experiment zu erlauben, was passiert, wenn diese beiden Realitäten miteinander ins Wechselspiel treten und die untergeordnete Realität sogar versucht, die übergeordnete Realität von ihrer Sichtweise zu überzeugen. Dabei ergeben sich wertvolle Effekte, welche das Leben vielfältiger machen.

Doch im Konfliktfall sollten wir uns zu unserem eigenen Wohl daran erinnern, dass der physikalischen Realität das letzte Wort zu steht. Die naturgegebene Wirklichkeit übertrumpft unsere Vorstellungswelt. Zwar können wir sagen, «die Sonne nimmt ihren Lauf», «Die Sonne geht auf», «die Sonne geht unter» und in unserer Vorstellung so tun, als ob dies stimmt, aber natürlich können wir die Sonne nicht wirklich dazu bringen, aufzugehen, sich über den Himmel zu bewegen und am Abend unterzugehen. Im richtigen Moment müssen wir uns daran zurückerinnern, dass es die Erde ist, welche sich dreht, wenn wir Schwierigkeiten vermeiden wollen.



Abbildung 6: Das Wechselspiel der Realitäten bringt oft Wertvolles hervor. Links die physikalische Realität im Wert von wenigen Cents, rechts die von Vincent van Gogh's Gehirn konstruierte Realität mit einem Wert von mehreren Millionen.

Wir können auch einen grauen Container nicht dazu bringen, ein Blitzkasten zu sein und den Himmel nicht dazu, mit regnen aufzuhören, und würden dies schon gar nie versuchen - oder doch?

*«Ich bin wie alle Menschen: Ich sehe die Welt so, wie ich sie gerne hätte, und nicht so wie sie tatsächlich ist»  
Paulo Coelho, im Buch Der Alchemist, S. 47*

Ich möchte Sie bitten, sich mit dieser Frage einmal umzuschauen. Was sind und waren wir nicht alles bereit zu tun, um unsere konstruierten Vorstellungen und Erwartungen (falsch oder richtig) in der physikalischen Realität zu verwirklichen, also der Natur zu zeigen, was richtig ist? Viele Beobachtungen deuten darauf hin, dass

sich unsere Vorstellungswelt (falsch oder richtig) in immer überheblicher werdender Weise eine Auseinandersetzung erlaubt mit der Welt, «wie sie tatsächlich ist». Sich die Erde untertan zu machen, hat für uns die Bedeutung gewonnen, unsere physikalisch-biologisch- soziale Umwelt nach unserem Bilde umzugestalten, - egal, ob diese Vorstellungen Täuschungen beinhalten, oder nicht. In vielen Situationen waren Menschen bereit, lieber alles aufzugeben, sogar ihr Leben, als von ihren falschen Vorstellungen loszulassen.

*«Es ist uns ein Fehler unterlaufen: es muss heißen 'macht euch der Erde untertan!' nicht 'macht euch die Erde untertan!'» nach Papst Franziskus*

Unbestritten, unsere menschliche Willens- und Schaffenskraft ist riesig. In vielen Fällen gelingt es uns, unsere Ideen zu realisieren, selbst gegen den Widerstand der Natur. Wenn wir als Menschheit in den Kampf ziehen, z.B. gegen ein Virus, dann wackelt der Planet, dann lehren wir der Natur das Fürchten, dann Gnade Gott!

Wenn jemand derzeit von aussen auf unseren Planeten schauen würde, könnte er sich wirklich fragen: Wer will hier wen sich unterwerfen und dazu bringen, um Gnade zu bitten? Sind es nicht wir, gefangen in unserer Vorstellungswelt, die wir die scheinbar feindliche Natur zu einer Kursänderung bringen wollen, bis sie um Gnade bittet?

## Wer sollte den Kurs ändern?

Ein Kriegsschiff befand sich auf offener See. Die See war unruhig und Nebelschwaden erschwerten die Sicht. Kurz nach Anbruch der Dunkelheit meldete der Ausguck: *«Licht Steuerbord voraus!»*

*«Bleibt es stehen, oder bewegt es sich achteraus?»* fragte der Kapitän.

Der Ausguck antwortete: *«Es bleibt, Kapitän.»*

Da rief der Kapitän dem Signalgast zu: *«Schicken Sie dem Schiff ein Signal: Wir sind auf Kollisionskurs, empfehlen 20 Grad Kursänderung.»*

Zurück kam das Signal: *«Empfehlen Ihnen, den Kurs um 20 Grad zu ändern.»*

Der Kapitän sagte: *«Melden Sie: Ich bin ein Kapitän, Kurs um 20 Grad ändern.»*

*«Ich bin ein Unteroffizier,»* lautete die Antwort. *«Sie sollten Ihren Kurs besser um 20 Grad ändern.»*

Inzwischen war der Kapitän ziemlich wütend. Er schimpfte: *«Signalisieren Sie, dass ich ein Kriegsschiff bin. Er soll den Kurs um 20 Grad ändern.»*

Prompt wurde eine Antwort zurückgeblinkt:

*«Ich bin ein Leuchtturm.»*

(nach einem Text aus dem Internet, Urheber mir unbekannt)

Das Ziel der Kohärenz - alles optimal passend machen, sodass wir uns wohl fühlen - ist in Ordnung. Doch um Schiffbruch zu vermeiden, gilt es penibel darauf achten, an welcher Stelle unsere Anpassungsleistungen schlauer investiert sind (vgl. Abb. 1): - draussen beim scheinbaren Gegner, oder drinnen in unserem Kommandoraum?

Die Natur ist wie ein Leuchtturm. Die Gesetzmässigkeiten, nach welchen sie sich verhalten kann, sind unabänderlich. *Wir* sind es, die sich aktiv bewegen und den Kurs ändern können, die Beschaffenheit der Natur kann sich uns zuliebe nicht einfach so verändern.

Selbst ein Coronavirus, das sich ständig verändert, tut dies nach starren Anpassungsregeln. Es reagiert in unabänderlicher Weise auf die Veränderungen, welche in erster Linie wir Menschen bewirken. Der Kommandoraum unseres Gehirns ist die einzige Stelle, an welcher eine aktive Wahlmöglichkeit besteht. In dieser *«Wiege der Möglichkeiten»* sollten wir nach einer Lösung schauen. Aussagen, wie *«Delta hat die Karten neu gemischt»* zeugen von einer der vielen Realitätsverkennungen, welchen wir in diesem Text auf der Spur sind. Wenn irgendwo *gezielt* die Karten neu gemischt werden können, dann in unserem menschlichen Gehirn.

In der Bibel wird für das Phänomen, dass man das richtige Ziel ansteuert, aber es mit falschen Mitteln zu erreichen versucht, das griechische Wort *ἁμαρτία* (hamartia) verwendet, welches mit «Sünde» übersetzt wird. Hamartia ist ein Begriff aus der Bogenschiesskunde und hat genau diese Bedeutung von «das Ziel verfehlen».

Wenn jemand «sündigt», lässt dies die physikalische Realität unberührt (Der Sonne ist es egal, was wir über sie denken. Ein Leuchtturm auf sicherem Felsen muss und kann nicht eingreifen, wenn ein Kriegsschiff gegen ihn anläuft), aber der Sünder hat naturgegeben die Konsequenzen solcher Aktionen zu tragen, welche ihn vielleicht zur «Busse» bringen.

Im Rahmen der COVID-19-Pandemie wagen wir uns im Namen unserer konstruierten Vorstellungen kreuzzugartig sehr weit in die Tiefen der Natur, um ihr den Meister zu zeigen. Der bisherige Verlauf dieses «Krieges», dürfte nach bald 2 Jahren Anlass geben für eine Besinnungspause.

Es sind nicht nur die aktuellen Beobachtungen und neue wissenschaftliche Erkenntnisse, auch unsere Menschheitsgeschichte steckt voller warnender Beispiele, was passieren kann durch menschliches Handeln auf der Basis unpassender Vorstellungen über die Natur.

Kaiser Napoleon Bonaparte war ein Jahrhundertgenie, unglaublich intelligent, willensstark, gebildet: - vielleicht der grösste Feldherr aller Zeiten. Seine sagenhaften Kriegserfolge veranlassten ihn 1812, mit einer Grande Armée von über 600'000 Soldaten in die Weiten der russischen Natur vorzudringen, wo er eine bittere und unnötige Lehre einstecken musste. Nicht die gegnerische Armee oder Unvorhersehbares führten zu den Hauptverlusten. Es waren die Vorgänge in seinem eigenen Gehirn, nämlich das Gültigerklären seiner unpassenden Vorstellungen über die physika-



Abbildung 7: Rückzug der von Napoleons Vorstellungen ins Elend geführten Grande Armée.

lische Realität des russischen Winters, des vom Regen aufgeweichten Bodens und der endlosen Weite der lebensmittelarmen Landschaft, welche ihn und seine Armee ins Elend führten. All seine ehrfurchterzeugende Feldherrenkunst konnte an den Folgen dieser Fehleinschätzung nichts mehr ändern: Es kam zu unbeschreiblichem Leiden der beteiligten Menschen durch Kälte, Hunger, Krankheiten und feindliche Angriffe. Hätte er dies im Voraus wissen können? – Ich habe es nicht recherchiert, aber ich gehe davon aus, dass ihn besonnene wissenschaftstreue Berater von Anfang an auf die Eigenschaften der Natur in Russlands Weiten aufmerksam gemacht hätten, wenn er sie hätte hören wollen.

Trotz diesem warnenden Beispiel stand 129 Jahre später die deutsche Wehrmacht genauso unvorbereitet in der Kälte und Weite Russlands, aufgrund derselben Realitätsverkennung in den Gehirnen der Regierenden.

Wo stehen wir 209 Jahre nach Napoleon im zweiten Winter des globalen Feldzuges gegen das Coronavirus? Stimmen die Vorstellungen über die Natur des Virus auf deren Basis wir den Krieg planen? Stimmt unsere Vorstellung von Feind und Krieg und Besiegen überhaupt? Was will der scheinbare Feind von uns? Hat man die Bedrohung durch den Feind richtig eingeschätzt? Hat man die diplomatischen Mittel ausgeschöpft? Sehen unsere Massnahmen nach einem gut überlegten nachhaltigen Vorgehen aus, in welchem alles nach Plan läuft? Waren sich die Entscheidungsträger der unendlichen Weite und Komplexität der Natur gebührend bewusst, bevor sie zum unverzüglichen Aufbruch aufgerufen haben? Hat man in Anbetracht der Tragweite der Entscheidung in ausgewogenem Masse sachkundige, weitblickende, neutrale und wissenschaftsloyale Berater zu Wort

kommen lassen? Finden und fanden die Entscheidungen im reinen Interesse des Volkes und der Bundesverfassung und ohne Einfluss von Kriegsprofiteuren und Waffenlieferanten statt? – Wurde das Ausmass der unvermeidlichen Wirtschafts-, Flur-, Kollateral-, Folgeschäden und der Aufräumarbeiten gebührend berücksichtigt? Wird zu den Verwundeten und Geschädigten des Feldzuges gut geschaut, oder werden sie links und rechts im Strassengraben liegen gelassen (diesbezügliche Erfahrungen eines Impfgeschädigten [hier](#))? Ist die Berichterstattung von der Front transparent und sachlich, oder zeigen sich Anzeichen von Schönrederei, Vertuschung, Kriegspropaganda, Zensur, Unterdrückung, Medienkontrolle, Uminterpretation, Zielneudefinierung, Sündenbocksuche?

Napoleon wurde in Russland von der Unausgewogenheit seiner Planung eingeholt. Die Schwierigkeiten wurden immer grösser. Was tun? «*Augen zu, und durch?*» - Manchmal ist dieser Slogan hilfreich, doch in diesem Fall hätte kein einziger Soldat den Feldzug überlebt, geschweige denn einen Sieg davongetragen.

Napoleon hatte die Grösse, sich zu besinnen, sich von der physikalischen Wirklichkeit des bitterkalten Winters belehren zu lassen, umzukehren, und damit einen kleinen Teil seiner Armee zu retten.

Auch unser «Krieg» läuft nicht gut. Er hat uns schon unverhältnismässig viel gekostet, und trotzdem gibt es mehr und mehr Schwierigkeiten, und das ursprüngliche Ziel rückt weiter weg. Immer weniger lässt sich ignorieren, dass die biologische Realität viel komplexer ist, als unsere naive Vorstellung von «*Viren totschießen und fertig*» begreifen kann. Was tun? – Die [Hal-](#)

[tung der Mehrheit](#) ist tatsächlich weiterhin: «*Augen zu und durch! Wir haben schon so viel reingebuttert, da kann man doch nicht einfach aufhören. Jetzt erst recht. Vereint in den Kampf. Die Virusbekämpfung zur wichtigsten Sache des Lebens machen. Noch mehr Munition, noch mehr Impfschüsse, noch härtere Massnahmen. 1G, und dies nur noch für Geboosterte! Nur weil wir nicht alle konsequent genug mitgemacht haben, konnten wir der Natur noch nicht ganz den Meister zeigen.*»

Wird diese Strategie doch noch zum Sieg führen?

Einen Sieg zu welchem Preis? Einen Sieg unter Opferung von was allem? Einen Sieg für wen: - für uns Menschen, oder für die unpassenden Vorstellungen von uns Menschen?

*«Die Natur hat immer recht. Und die Irrtümer und Fehler sind immer des Menschen.» Johann Wolfgang von Goethe (1749-1832)*

Einen Sieg oder auch eine Niederlage wird es ohnehin nur in der Welt unserer Vorstellungen geben. Die zugrunde liegende Beschaffenheit des Universums als Einheit<sup>1</sup> kennt die Kategorien von Sieg oder Niederlage gar nicht. Dort geht es nicht um Siegen, sondern um Wechselspiele in der Totalität des Ganzen zum Zweck des Lebens-Erlebens.

Napoleon wurde 1812 nicht von der Natur «besiegt». Die Natur war einfach wie sie war und bleiben wird – absichtslos und unparteiisch, wie ein Leuchtturm. Sie bietet das Spielfeld, auf welchem wir Menschen unsere verschiedenen Vorstellungskonstruktionen ausleben und gegeneinander antreten dürfen, aber unsere Kriegsspiele sind nicht ihre Liga. Napoleon war vermutlich so in die Planung

<sup>1</sup> Universum ≈ «in eins gekehrt» von lat. unus = «ein Einziger» und versus = «gewendet»

von Taktiken verstrickt, in welcher man in der von uns Menschen erschaffenen «sozialen Realität» Siege erringen kann, dass er ganz vergessen hat, dass er auf dem Boden von «Mutter Erde» steht, welche sich zu seiner Überraschung nicht nach seinen Befehlen richtet.

*«Wer nur einen Hammer hat, für den sieht alles aus wie ein Nagel.»*

*Wer nur «Sieg» im Kopf hat, für den sieht alles aus wie Freund oder Feind.*

Nach meinem Verständnis, behandeln wir Sars-CoV2, als ob es wie ein Mensch tickt und sind genauso **überrascht**, wie Napoleon, wenn Natur sich unerwartet wie Natur verhält.

Die Natur lässt vieles mit sich machen. Das Potential des Lebens für Veränderung ist uferlos. Insofern wird auch der Impf- und Massnahmenweg ein Weg sein, auf welchem es weitergeht. Wichtig ist, zu berücksichtigen, dass die Natur nur das Spielfeld und die unabänderlichen Spielregeln zur Verfügung stellt. Aktive Spielentscheidungen treffen, wenn schon, dann wir. Wenn wir spielen, spielen wir letztendlich mit uns selbst. Massnahmen, welche das Virus treffen, treffen uns. Unsere Einflussnahme auf die Umwelt, beeinflusst uns. Dem, was wir der Natur befehlen, werden auch wir gehorchen. Indem wir der Natur gehorchen, können wir ihr befehlen. Entdecken wir einen Irrtum, ist er immer auf den Menschen zurückzuführen.

## Der Griff nach dem verbotenen Apfel

Das vorherige Kapitel endete mit der Frage: Können wir als Menschen mit vereinten Kräften doch noch das erreichen, was wir uns in den Kopf gesetzt haben – **«das Virus besiegen»** - selbst wenn wir dabei von irrtümlichen menschlichen Vorstellungen ausgehen?

Obwohl ich dieses Vorhaben für einen Ausdruck grosser Überheblichkeit halte, habe ich diese Frage unbeantwortet gelassen. Denn die Natur lässt uns tatsächlich sehr viel Spielraum im Ausleben von Ansichten, welche eigentlich unphysiologisch<sup>2</sup>, d.h. gegen die Natur gerichtet sind.

Auch Charles Darwin, der vielleicht berühmteste Naturbeobachter, hat sich abwägend ausgedrückt, wenn er sagte: *«Alles was gegen die Natur ist, hat auf Dauer keinen Bestand,»* ohne sich festzulegen, wie lange diese «Dauer» sein kann.

Denn in vielen – aber eben lange nicht in allen - Fällen, kann sich das, was wir Menschen irrtümlich glauben, tatsächlich bewahrheiten, dank unserem grossen Realisierungspotential.

Wenn solche Bewahrheiten von erfundenen Erwartungen unsere soziale Realität betreffen, sprechen wir manchmal von selbst erfüllenden Prophezeiungen, wenn sie unseren Körper betreffen, sprechen wir oftmals vom Placeboeffekt.

Beides sind faszinierende und respekteinflössend machtvolle Phänomene, welche in allen Bereichen auftreten können, auf welche unser Mind Einfluss hat.

Bei einer **selbsterfüllenden Prophezeiung** hat eine konstruierte Vorhersage einen entscheidenden Einfluss darauf, dass diese Zukunft eintritt, sogar wenn die Vorhersage anfänglich gar nicht zutreffend war. Dies ist dann möglich, wenn Menschen an eine solche Erwartung glauben und sich entsprechend verhalten. Das trickreiche an diesem Mechanismus besteht darin, dass sich der anfängliche Irrtum dadurch verfestigen und weitere Kreise ziehen kann. Denn der «Prophet» (Wissenschaftler, Politiker, religiöser Anführer...) wird den Gang der Dinge als Beweis dafür anführen, dass er von

<sup>2</sup> *physiologisch* von altgriech. physis «Natur»

Anfang an recht hatte. Die Menschen, welche zuvor schon die falsche Prophezeiung glaubten, neigen dann oft dazu, auch die falsche Argumentation zu glauben, besonders wenn Angst mit im Spiel ist oder Schamgefühle, dass man hereingelegt wurde.

Wenn Vorhersagen oder Warnhinweise in den Medien selektiv verbreitet werden, kann dies zu erheblichen Änderungen in den Verhaltensweisen der Empfänger dieser Informationen führen, wodurch das Eintreffen dieser Prognosen begünstigt wird. Am bekanntesten ist diese Erscheinung bei Wahlprognosen, weshalb die Veröffentlichung der Ergebnisse von Wahlumfragen kurz vor dem Wahltermin in vielen Staaten gesetzlich untersagt ist.

*«Wenn du mich einmal betrügst - deine Schande. Wenn du mich zweimal betrügst - meine Schande.» Sprichwort*

Einige Beispiele selbsterfüllender Prophezeiungen in Zusammenhang mit COVID-19:

- Eine Coronaviruserkrankung kann von Experten als so gefährlich eingestuft werden, dass es zur Spitalbettenüberlastung führen wird. Als Folge dieser Einschätzung werden die Menschen zuhause isoliert und sich selbst überlassen, ohne menschliche Nähe, ohne angemessenes Hilfsangebot und ohne wirksames Frühbehandlungskonzept. Aufgrund dieser angst- und stressauslösenden Atmosphäre (Noceboeffekt) werden die Menschen vermehrt tatsächlich schwer krank und müssen hospitalisiert werden. Die angstgetriebenen Berater haben guten Weitblick bewiesen und bekommen weitere Entscheidungsbefugnisse.
- Während der COVID-19-Pandemie wird prophezeit, dass es zu einer Lebensmittel- und Alltagsgüterknappheit kommt. In der Folge kommt es zu Hamsterkäufen. Damit beginnt ein Dominoeffekt. Die Nachfrage übersteigt die Leistungsfähigkeit der Lieferketten, was den Eindruck einer tatsächlichen Knappheit erzeugt. Dies wiederum bestärkt diejenigen, welche dies ursprünglich «vorausgesehen» haben.
- Besorgte «Experten» befürchten, dass Sars-CoV2 zu aggressiveren Varianten mutieren könnte. In der Folge werden grosse Bevölkerungsgruppen mit schwach wirkenden Impfstoffen geimpft, welche einen Selektionsdruck auf das Virus ausüben, sodass tatsächlich eine ansteckendere Variante (Delta) überhandnimmt. *Diese* «Experten» erhalten dadurch recht. Andere Experten hingegen, welche von Anfang an darauf hinweisen, dass Impfungen die Entstehung aggressiverer Virusvarianten begünstigen, werden zensuriert.
- Befürchtungen vor einer Zunahme der COVID-19-Inzidenzrate bringen Politiker dazu, Impfstofffreien und Nichtgenesenen massive Einschränkungen aufzuerlegen (2G-Regeln). Derart in die Enge getrieben, könnten Menschen auf die Idee kommen, sich **absichtlich anstecken** zu lassen, damit sie hinterher die Definition von «Genesen» und damit die 2G-Regel erfüllen. Falls dies der Fall ist, könnte dadurch die Inzidenzrate tatsächlich ansteigen, wodurch sich die Politiker wiederum in ihren Befürchtungen und Massnahmenverschärfungen bestätigt fühlen.

Der Placeboeffekt demonstriert eindrücklich, wie stark Vorstellungen unseren Körper verändern können. Denn Placebos sind Scheinmedikamente, also Pillen, welche gar keine Wirksubstanz enthalten. Wenn also nach der Verabreichung einer solchen Scheinpille dennoch eine Wirkung auftritt, muss es die von unserem Gehirn korrigierte Wirklichkeit sein, welche in der Lage ist, physikalische Veränderungen zu bewirken.

Kann der von meinem Gehirn frei erfundene Effekt einer Scheinpille, tatsächlich handfeste körperliche Auswirkungen haben? O ja, und zwar sehr heftige und sehr vielseitige. Wir verfügen zu diesem Thema – ungewollt – über eine riesige wissenschaftliche Datenlage, welche strengen Forschungs-

kriterien entspricht. Denn seit Jahrzehnten muss jeder neue Medikamentenanwärter vor seiner Zulassung in seiner Wirkung mit einem Placebo verglichen werden. Regelmässig finden sich in solchen placebokontrollierten Studien recht ausgeprägte Wirkungen auch in der Placebogruppe, oft so ausgeprägt, dass kein signifikanter Unterschied nachweisbar ist zur Probandengruppe, welche das tatsächliche Medikament erhalten haben. Diese Wirkung betrifft nicht nur die angestrebte Medikamentenwirkung, sondern auch deren Nebenwirkungen. Diesen negativen Placeboeffekt nennt man Noceboeffekt, für welchen es in der medizinischen Literatur viele verblüffende Beispiele gibt.

- Im Jahre 2007 wurde der Fall [eines 26-jährigen Mannes](#) publiziert, welcher an einer Studie über ein Medikament gegen Depressionen teilnahm. Er sprach zunächst sehr gut auf die Behandlung an. Doch nach einer Auseinandersetzung mit seiner Freundin nahm er eine Überdosis des Medikaments, kollabierte und erlebte ausgeprägte Intoxikationssymptome mit Herzrasen und einem beängstigend tiefen Blutdruck. Er erhielt während der Notfallbehandlung im Spital sechs Liter Infusionen, bevor sich herausstellte, dass er zur Placebogruppe gehörte. Als auch er von der Verwechslung erfuhr, verschwanden seine Symptome innerhalb von fünfzehn Minuten.
- Stress, soziale Isolation und Angst z.B. vor einer Corona-Infektion haben [stark immunsupprimierende Wirkungen](#), was die Gefahr des tatsächlichen Erkrankens erheblich erhöht.

Placebowirkungen liefern uns wertvollen Anschauungsunterricht, wie unsere Wahrnehmung funktioniert. Die Wirkung vieler unserer etablierten und teuer verkauften Medikamente, sogar die Wirkung mancher etablierten Operationen und weiterer Behandlungsmethoden beruhen allein auf dem Placeboeffekt.

Und dennoch haben diese Effekte dort ihre Grenzen, wo der Widerspruch zwischen unseren Vorstellungen und den physikalischen Gesetzmässigkeiten zu gross wird, bzw. dort wo der Einfluss unseres menschlichen Verstandes nicht mehr hinreicht. Für mich scheint es, als ob wir Menschen unbewusst auszuloten versuchen, wo sich diese Grenzlinie befindet. Bis zu welchem Punkt können wir die Natur - gegen ihre Natur - dazu bringen, uns zu gehorchen?

Im Laufe der Evolution haben wir Menschen wohl die Erfahrung gemacht, dass wir in der Lage sind, die Natur sehr stark zu verändern, so dass sich die Überzeugung in unserem Gehirn festgesetzt haben mag: *«Wir Menschen sind dazu auserwählt, die Natur nach unseren Vorstellungen zu verändern. Und wenn es Schwierigkeiten gibt infolge dieser Überzeugung, dann ist nicht das Überprüfen dieser Annahme auf seine Gültigkeit hin gefordert, sondern [das Erzwingen](#) von noch mehr Anpassungen der Natur.»*

Viele menschlichen Mythen (z.B. die biblische Schöpfungsgeschichte) und auch Spielfilme (z.B. Avatar) bringen ein tief in uns verankertes Wissen zum Ausdruck, dass es bei diesem Ausloten eine Art innerstes Heiligtum gibt, welches mit einem Tabu behaftet ist und welches unser menschlicher Verstand nicht sich zu unterwerfen versuchen sollte. Denn dieser Griff nach dem verbotenen Apfel würde zwangsläufig Selbstzerstörungsmechanismen aktivieren und den Menschen aus dem Paradies vertreiben. Der menschliche Verstand darf von vielen Früchten essen und vieles umgestalten im Paradiesgarten der Natur, aber das Heiligste, den Baum in der Mitte (1. Mose 2.9), sollte er zu seinem eigenen Schutz nicht antasten.

Für was steht dieser Baum in der Mitte des Gartens. Für mich steht er für die Grundprinzipien, nach welchen Natur funktioniert, sozusagen die «Natur der Natur». Denn den Begriff «Natur» verwenden wir in zwei Hinsichten, einerseits für die Gesamtheit der verschiedenen Formen, welche die Natur annehmen kann. Diese Formen verändern sich ständig durch die Einflüsse, welchen sie ausgesetzt sind. Wir Menschen können und sollen auf diese Veränderungen besonders viel Einfluss nehmen.

Dies ist so vorgesehen. Mit «Natur» meinen wir aber auch die Grundbeschaffenheit der Natur, ihr Wesen, ihre Gesetzmässigkeiten. Diese grundlegende Beschaffenheit der Natur ist wohl unveränderlich und deswegen unantastbar, - nichts zum Abpflücken und einverleiben, wie einen Apfel. Ihr ist alles unterworfen. Alle Ausformungen der Natur gehorchen dieser alles durchdringenden Beschaffenheit der Natur. Die Natur der Natur ist, dass sich alle an den Veränderungen beteiligen und alle die Auswirkungen dieser Veränderungen erfahren. Da auch wir Menschen durch und durch Natur sind, sind wir nicht nur in der Lage, an den Veränderungen innerhalb der Natur mitzuwirken, wir haben gar keine andere Wahl, als an diesem Wandel beteiligt zu sein.

Es ist dieses Grundprinzip, welches wir akzeptieren und nicht herausfordern sollten. Es nützt niemanden, wenn wir uns selbst in die Entfremdung verirren, in welcher wir uns ausserhalb unseres heimatlichen Gartens wahrnehmen *aus* und *in* welchem wir entstanden sind und *durch* welchen wir in jeder Sekunde am Leben erhalten werden.

Wir sollten uns nicht *über* die «Natur der Natur» stellen wollen, sondern uns *in* der Natur und *mit* der Natur sehen.

## Der verlorene Sohn

Viele Beispiele im Zusammenhang mit der Pandemie lassen aus meiner Sicht erkennen, dass wir Menschen uns gewohnt sind, uns automatisch *ausserhalb* der fehlergespickten Natur und immer ganz selbstverständlich *oben* am Schaltpult sehen. Die Welt scheint nur darauf gewartet zu haben, bis endlich der rechtmässige Boss auftritt und ihr gnädigerweise sagt, wie sie sich zu verhalten hat. Es erscheint mir so, als ob jemand in einen seit Jahrmilliarden perfekt funktionierenden Betrieb reinstürmt, mit einem Blick – wie James Bond – alles durchschaut und sofort die für ihn bereitgehaltenen Hebel übernimmt, als ob alles willfährig seit Beginn der Evolution nur auf diesen erlösenden Moment gewartet hat.

Und obwohl diese draufgängerische, respektlose unvernünftige Art uns Menschen schon so oft in die Misere geführt hat, lassen wir uns trotzdem immer wieder erneut irreführen und in grosse Schwierigkeiten bringen.

Nach dem schmerzlichen Verlust der Grande Armée im Russlandfeldzug von 1812, begann Napoleon sofort mit dem Aufbau einer neuen Grande Armée. Es scheint, dass im Gehirn des grössten Feldherrn aller Zeiten ein noch mächtigerer Feldherr das Zepter in der Hand hatte, welcher die Figur Napoleon wie einen Besessenen benutzte ohne Rücksicht auf dessen Wohlergehen. Am Schluss wurde Napoleon von dieser Antriebskraft weggeworfen wie ein ausgedientes Werkzeug und landete auf der Insel St. Helena mitten im Südatlantik in der Verbannung.

Wer oder was in unserem eigenen Gehirn bringt uns dazu, Verhalten an den Tag zu legen, mit welchem wir uns selbst schädigen, ohne dass wir dies erkennen und korrigieren? Wer oder was ist dieser James Bond in unserem Gehirn, dessen Fähigkeiten für hochstaplerisches Auftreten zwar beeindruckend sind, dessen Skrupellosigkeit, Primitivität, Kurzsichtigkeit, Egoismus und Inkompetenz für komplexe Entscheidungen aber offensichtlich ist?

Was trieb uns Menschen schon vor 150 Jahren an, sich für sich selbst derart schädigende Lebensumstände zu erschaffen (Sonnenmangel), dass sich schon damals bei den Kleinkindern die Knochen

verbogen haben (ab min 13.43) aufgrund des fehlenden Vitamin D? Und trotzdem marschieren wir buchstäblich «auf Biegen und Brechen» unentwegt weiter in die Entfremdung von unseren natürlichen biopsychosozialen Grundlagen, ohne diesen Antreiber in Frage zu stellen.

Für wen – in unserem eigenen Gehirn – sind wir in dieser Pandemie bereit, alles - inklusive uns selbst – aufzuopfern, die Geldreserven künftiger Generationen auszurauben, viele Kleinunternehmen zu ruinieren, durch unsere Massnahmen Millionen von Menschen weltweit in Armut und Hunger zu treiben, unsere Grundrechte einzuschränken, Fakten zu manipulieren, Impfrisiken kleinzureden, Impfschutzwirkungen hochzujubeln, zur Besinnung und zum Dialog aufrufende Stimmen zum Schweigen zu bringen...?

Jedesmal, wenn ich über diese Fragen nachdenke, komme ich neu zu der Überzeugung, dass die kollektiven Probleme von uns modernen Menschen mit den beiden verschiedenen Prozessortypen zu tun haben, mit welchen unser Gehirn Daten verarbeitet und insbesondere damit, dass der eine Prozessortyp (analytischer Verstand) in pathologischer Weise die Oberhand übernommen hat über die andere Funktion (intuitiver Verstand), welcher diese Führungsposition physiologischerweise zustehen würde.

Gemäss dem englischen Psychiater, Neuro- und Literaturwissenschaftler, Iain McGilchrist, benehmen wir modernen Menschen uns geradezu, als ob wir einen [Gehirnschaden im Bereich dieser übergeordneten Hirnfunktion](#) (Min 1.10) haben.

*«Obschon sie sich ihrer Abhängigkeit selbst nicht bewusst ist, kann man sich die linke Hemisphäre als eine Art «Abgesandten» der rechten Hemisphäre vorstellen, welcher eine sehr wertvolle Rolle einnimmt, die sich die rechte Hemisphäre – der «Meister» – selbst nicht leisten kann. Es stellt sich jedoch heraus, dass der Abgesandte seinen eigenen Willen hat und sich insgeheim dem Meister überlegen fühlt. Und er hat die Mittel, ihn zu betrügen. Was er jedoch nicht erkennt, ist, dass er sich damit selbst betrügt.» Iain McGilchrist, zeitgenössischer britischer Psychiater und Neurowissenschaftler*

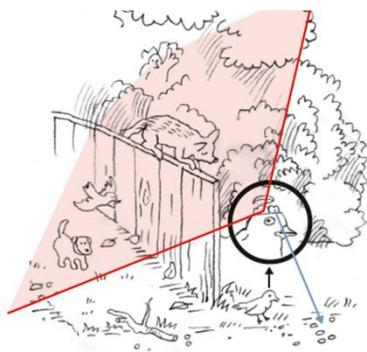


Abbildung 8: ungerichtete und gezielte Aufmerksamkeit sind für viele Organismen gleichermaßen wichtig.

Was steckt hinter dieser Behauptung, welche nicht vom Stammtisch, sondern aus dem Munde eines angesehenen Gelehrten kommt, welcher 20 Jahre(!) akribische Forschung zu diesem Thema betrieben hat, bevor er damit 2009 in einem 500 Seiten starken Buch mit dem Titel [«The Master and his Emissary»](#) an die Öffentlichkeit ging?

Gemäss Prof. McGilchrist und anderen Wissenschaftlern (z.B. [hier](#)), hat es sich im Laufe der Evolution immer mehr bewährt, dass Lebewesen Informationen aus der Umgebung auf zwei verschiedene Arten verarbeiten können. Stellen wir uns einen Vogel vor, welcher in der Nähe eines Busches am Boden Körner aufpickt.

Er braucht einen sehr eng fokussierten scharfen Geist, der in der Lage ist, die kleinen Samenkörnerchen, welche er schon kennt und von denen er weiss, dass sie wichtig sind für ihn, von anderen Körnerchen abzugrenzen. Gleichzeitig ist es aber überlebenswichtig, eine weite, wachsame, ungerichtete Aufmerksamkeit Richtung Gebüsch aufrechtzuerhalten darauf, *was auch immer* sich dort zeigen könnte und dessen Bedeutung zunächst noch unklar ist. Es könnten Fressfeinde auftauchen oder auch Fortpflanzungspartner oder Futter, man kann es nicht wissen...

Mit beiden Prozessortypen in gleichzeitiger Zusammenarbeit die Umgebungssignale auszuwerten, ist für einen Vogel von grossem Vorteil. Die beiden Funktionsweisen bieten zwei konstruierte Versionen der Welt, welche in einem Vogelleben gleichermaßen wichtig sind. Der kontextorientierte parallel arbeitende Prozessortyp scheint mehr in der rechten und der detailorientierte seriell arbeitende mehr in der linken Hirnhälfte lokalisiert zu sein (sehr gute Darstellung [hier](#)).

Tabelle 1: Gegenüberstellung rechte und linke Gehirnhemisphäre

Rechte Hemisphäre	Linke Hemisphäre
funktioniert wie ein paralleler Prozessor	funktioniert wie ein serieller Prozessor
weit, achtsam, wachsam, aufgeweckt, offen, ungerichtet, unverbindlich, nicht wissend	eng, scharf, eingeschränkt, fokussiert, punktgenau
Weitblick, Umsicht	Scharfblick
Kontext	Details
Zusammenhänge wahrnehmen, Collage	Dinge begreifen, auf den Punkt bringen, festnageln
Denken in Bildern, weitreichendes Bedeutungsgewebe	lineares, methodisches Denken
individuell	Denken in Kategorien
lebendig	mechanisch, Werkzeuge, Maschinen
intuitiv	rational
Wechsel, Evolution, Wechselbeziehung	fixiert, isoliert, statisch
hineinverkörpert	fragmentiert, konkret
Körper ist Gesamtorganismus	Körper ist Ansammlung von Teilen
Problemlösung durch Erfassen der Zusammenhänge	Problemlösung durch Handeln
Gefahr: zu weit weg, « <i>die Bäume nicht mehr sehen</i> »	Gefahr: zu nah dran, « <i>vor lauter Bäumen den Wald nicht mehr sehen</i> »

In unserem modernen Leben scheint es jedoch mehr und mehr darum zu gehen, Dinge auf die Reihe zu bekommen, Probleme zu lösen, etwas zu machen. Dies ist nicht erst seit der Pandemie so. Albert Einstein hat dies bereits in den 50er

Jahren des letzten Jahrhunderts so wahrgenommen. In unserer Welt sind die Funktionen der linken Hemisphäre besonders gefragt. Es geht um Teile, Bausteine, Werkzeuge, klare Ursache-Wirkung-

*«Der intuitive Geist ist ein heiliges Geschenk und der rationale Verstand ein treu ergebener Diener. Wir haben eine Gesellschaft erschaffen, welche dem Diener huldigt und das Geschenk vergessen hat.»* Albert Einstein (1879–1955), weltbekannter Physiker und Nobelpreisträger

Zusammenhänge: *ein Problem – eine Lösung, ein Virus – ein Antikörper, «daran gedacht, schon gemacht!»* Das, was die rechte Hirnhälfte liefern kann – abwägen, bedenken, spüren, reflektieren, in der Schwebel halten, – ist in dieser Lebenswelt nur ein Störfaktor. Sie, die physiologischerweise übergeordnete Funktion wird mehr und mehr zum vergessenen Geschenk, währenddessen der linken Hemisphäre gehuldigt wird.

Was wir aber einmal mehr übersehen, ist wiederum die Mechanik der selbsterfüllenden Prophezeiung: Die Welt, welche wir bewohnen, ist bereits ein von der linken Hemisphäre konstruiertes Produkt, was Prof. McGilchrist in einer online verfügbaren Präsentation sehr eindrücklich erläutert (deutsche Untertitel einstellbar). In der Vorstellung, sie sei das Wichtigste, hat sich die linke Hemisphäre eine Welt erschaffen, in welcher sie sich selbst tatsächlich sehr wichtig gemacht hat. Wir unterliegen einer Art «optischer Täuschung», aus welcher es dringend Zeit wäre, zu erwachen.

Sind dies alles nur Hirngespinnste eines skurrilen britischen Gelehrten, welche von einem weltfremden Bergtal-Arzt falsch verstanden und hier weiterverbreitet werden? Gehört auch dieser vorliegende Text zensuriert, wie so viele andere in dieser Zeit?

Eine Hypothese gewinnt dann an Glaubwürdigkeit, wenn damit treffsichere Vorhersagen gemacht werden können. In seinen Publikationen äusserte McGilchrist lange vor der Pandemie Vermutungen, in welcher Weise sich die Welt unter der Dominanz der linken Hirnhälfte entwickeln wird. Ich finde es erschreckend, in welcher krasser Weise genau diese von ihm vorhergesagten Veränderungen nun zu beobachten sind: Zunahme von Handlungstempo, gewaltsamem Eingreifen, Passendmachen, Zunahme von Angst, Spaltung, Argwohn, Regulierung, Vorschriften, Kontrolle, Zentralisierung, Vereinheitlichung, Zwang, Willkür, Amtsmissbrauch, Zensurierung, Uminterpretierung, Wortbruch, Verlust von Freiheit, Selbstverantwortung, Individualität, Vielfalt, Diskussionsbedürfnis, Auftreten von Ungereimtheiten, Verstrickungen, Inkonsequenzen, Konflikten trotz allen Verwaltungsanstrengungen und dem minutiösen Ausarbeiten von Verordnungen, Huldigung von Zahlen, Statistiken, Algorithmen usw.

McGilchrists Vorhersagen sind gut 10 Jahre alt. Sein [Interview mit der Morning Post vom 11.11.2010](#) hat mich aber daran erinnert, dass Seher bereits vor 2000 Jahren im neutestamentlichen Gleichnis vom «verlorenen Sohn» eine in den Ruin führende Entwicklung beschrieben haben, welche sich daraus ergibt, dass eine untergeordnete Funktion ihre Herkunft vergisst und sich unrechtmässig zum Herrn aufspielt. Dieses Gleichnis weist so viele Ähnlichkeiten mit den Aussagen von McGilchrist auf, dass sich ein direkter Vergleich anbietet.

## Der verlorene Sohn

Ein Mann hatte zwei Söhne. Der jüngere von ihnen sagte zu seinem Vater: *«Vater, gib mir das Erbteil, das mir zusteht.»* Da teilte der Vater das Vermögen auf. Nach wenigen Tagen packte der jüngere Sohn alles zusammen und zog in ein fernes Land. Dort führte er ein zügelloses Leben und verschleuderte sein Vermögen. Als er alles durchgebracht hatte, kam eine grosse Hungersnot über das Land, und es ging ihm sehr schlecht.

Da ging er zu einem Bürger des Landes und drängte sich ihm auf; der schickte ihn aufs Feld zum Schweinehüten. Er hätte gern seinen Hunger mit den Futterschoten gestillt, die die Schweine fressen; aber niemand gab ihm davon.

Da ging er in sich und sagte: *«Wie viele Tagelöhner meines Vaters haben mehr als genug zu essen, und ich komme hier vor Hunger um.»*

*Ich will aufbrechen und zu meinem Vater gehen und zu ihm sagen: «Vater, ich habe mich gegen den Himmel und gegen dich versündigt. Ich bin nicht mehr wert, dein Sohn zu sein; mach mich zu einem deiner Tagelöhner.»* Dann brach er auf und ging zu seinem Vater.

Der Vater sah ihn schon von weitem kommen und er hatte Mitleid mit ihm. Er lief dem Sohn entgegen, fiel ihm um den Hals und küsste ihn. Da sagte der Sohn: *«Vater, ich habe mich gegen den Himmel und gegen dich versündigt; ich bin nicht mehr wert, dein Sohn zu sein.»* Der Vater aber sagte zu seinen Knechten: *«Holt schnell das beste Gewand und zieht es ihm an, steckt ihm einen Ring an die Hand und zieht ihm Schuhe an. Bringt das Mastkalb her und schlachtet es; wir wollen essen und fröhlich sein. Denn mein Sohn war tot und lebt wieder; er war verloren und ist wiedergefunden worden.»* Und sie begannen, ein fröhliches Fest zu feiern.

Sein älterer Sohn war unterdessen auf dem Feld. Als er heimging und in die Nähe des Hauses kam, hörte er Musik und Tanz. Da rief er einen der Knechte und fragte, was das bedeuten solle. Der Knecht antwortete: *«Dein Bruder ist gekommen, und dein Vater hat das Mastkalb schlachten lassen, weil er ihn heil und gesund wiederbekommen hat.»* Da wurde er zornig und wollte nicht hineingehen. Sein Vater aber kam heraus und redete ihm gut zu. Doch er erwiderte dem Vater: *«So viele Jahre schon diene ich dir, und nie habe ich gegen deinen Willen gehandelt; mir aber hast du nie auch nur einen Ziegenbock geschenkt, damit ich mit meinen Freunden ein Fest feiern konnte. Kaum aber ist der hier gekommen, dein Sohn, der dein Vermögen mit Dirnen durchgebracht hat, da hast du für ihn das Mastkalb geschlachtet.»*

Der Vater antwortete ihm: *«Mein Kind, du bist immer bei mir, und alles, was mein ist, ist auch dein. Aber jetzt müssen wir uns doch freuen und ein Fest feiern; denn dein Bruder war tot und lebt wieder; er war verloren und ist wiedergefunden worden.»* Bibel, Lukas 15,11-32

Die Bibel beschreibt eine Geschichte, in welcher zwei «Typen» zunächst miteinander den Betrieb führten. Die jüngere Form, der Sohn, entstand aus der älteren, dem Vater. Dann trennte sich die jüngere Form ab und ging in die Fremde, wohl in der Meinung, sie könne auf eigenständige Art besser ihre Ziele erreichen. Sie übersah jedoch, dass sie ausschliesslich vom «Erbe» des Vaters lebte.

Sie schien zunächst sehr erfolgreich zu sein, machte viele Erfahrungen und sorgte für Furore. Sie umgab sich mit einem Umfeld, welches ihren Lebensstil zu bestätigen schien (selbsterfüllende Prophezeiung) und die Illusion eine schöne Zeit lang aufrechterhalten konnte. Die ältere, umfassendere, heimatliche Form schien in dieser Phase völlig unnötig, überholt und zurückgeblieben zu sein, und die jüngere Form vergass längere Zeit, dass sie komplett von ihr am Leben erhalten wurde. Sie wurde sehr selbstherrlich, und belächelte wohl auch den zurückgebliebenen Alten.

Doch mit der Zeit häuften sich die Indizien, dass diese Lebensform in ihrer Abgetrenntheit nicht ausgewogen war. Je länger sie andauerte, desto unübersehbarer waren die leidvollen Auswirkungen, welche schliesslich zu einem Erwachen aus der Illusion, zur Rückkehr und zur Wiederherstellung einer ordnungsgemässen Zusammenarbeit zwischen den beiden Funktionen führte. Die Erfahrungen der ganzen Exkursion führten zu einer Vertiefung der Beziehung.

Der Vater symbolisiert die rechtshemisphärische Hirnfunktion: das Stille, Raum gebende, Nachhaltige, Umfassende, Weitblickende, Bedächtige, Ahnen- und Heimatverbundene.

Der Sohn hingegen ist der «Macher»; er bewegt sich in der Welt, als sei sie ein Ding, welches man nutzen kann. Er sieht sie als einen fremden Ort, mit dem er nicht wirklich verbunden ist und wo ihn dementsprechend die Konsequenzen seines Verhaltens nicht gross kümmern. Er verkörpert den linkshemisphärischen analytischen Verstand, welcher sehr eng mit dem Tun-Modus verknüpft ist. Die linke Hemisphäre ist tatsächlich mit der rechten Körperhälfte und damit mit unserer rechten, dominanten Hand verknüpft. Und sie beherbergt den Teil der Sprachfunktion, mit welcher wir die Welt begreifen. Mit Sprache und «Handeln» machen wir uns die Welt untertan. Das Gleichnis beschreibt eine Phase, in welcher der in (vermeintlicher) Trennung lebende Sohn, sehr selbstherrlich wird, weil er – oberflächlich betrachtet – sehr erfolgreich ist.

In dieser Phase lässt sich die Nichtnachhaltigkeit seiner Weltsicht der Abgetrenntheit noch irgendwie übertünchen, obwohl das selbst erzeugte Leid immer grösser wird. Der zu Hause im Hintergrund arbeitende Alte (rechte Hirnfunktion) wird gar nicht wahrgenommen oder zumindest nicht für wichtig gehalten. «Auf Dauer» ist aber nach Ansicht dieses 2000 Jahre alten Gleichnisses das durch die Entfremdung angerichtete Leid nicht mehr zu verbergen.

Das Gesamtbild, welches das Gleichnis entwirft, legt nahe, dass es – genau wie es auch McGilchrist formuliert, - nicht darum geht, den Sohn (analytischer Verstand) in Ketten zu legen, um fortan dem Vater reuig und sklavisch zu dienen. Es braucht beide, und der Betrieb, das Leben, kann nur florieren, wenn der Sohn weiterhin seine eigenständige Funktion und seine Beziehungen zur Umwelt und seine Sichtweise auf diese aufrechterhält. Das Einzige, was es braucht, ist *die Re-Integration* der Rolle des Sohnes. Er soll seine Funktion wieder in den Dienst des Gemeinschaftsbetriebes stellen, wenn er doch sowieso zu jedem Zeitpunkt – egal, ob es ihm bewusst ist oder nicht – voll aus der Tasche des heimatlichen Betriebes lebt. Würde er in diese Position zurückfinden, könnten paradiesische Verhältnisse herrschen.

«*In sich zu gehen*», wie es im biblischen Gleichnis heisst, ist alles, was es braucht.

**Interview von Prof. Iain McGilchrist in der Morning Post vom 11.11.2010**

*«Ich glaube, dass die beiden Gehirnhemisphären zwei völlig verschiedenen Sichtweisen auf die Welt dienen – zwei <Zugriffen>, wenn Sie so wollen. Es braucht beide, aber die eine ist von fundamentalerer Bedeutung als die andere. Sie sieht mehr als die andere, auch wenn es einige Dinge gibt, in welche sie sich nicht verwickeln sollte, damit sie ihre weiträumigere, vollständigere – im Grunde wahrheitsgemässere – Sicht erhalten kann. Dies ist die rechte Hemisphäre, welche, wie ich anhand der neuropsychologischen Literatur gezeigt habe, buchstäblich mehr sieht und den Grund legt für das Begreifen der linken Hemisphäre, ein Verständnis, welches letztendlich durch das Verstehen der rechten Hemisphäre reintegriert werden muss, wenn es nicht zu Fehlern führen soll.*

*Die linke Hemisphäre ist von ausserordentlichem Wert als zwischengeschaltete, aber nicht als ultimative Autorität. Die eingeschränkte Sichtweise und begrenzte Fähigkeit zur Selbstkritik macht die linke Hemisphäre unglücklicherweise glauben, sie wisse viel mehr, als in Wirklichkeit der Fall ist. Sie ist ein Optimist, viel zu leicht von ihrem eigenen Rechthaben überzeugt und ignorant gegenüber ihren Beschränkungen.*

*Ich glaube, sie hat mittlerweile komplett unser Selbstverständnis in Beschlag genommen, was verschiedene Gründe hat, und führt uns nun geradewegs in den Ruin.»*

Tabelle 2: Vergleichende Darstellung der Evolution der beiden Gehirnfunktionen: Wissenschafts- und Gleichnissprache

Interview von McGilchrist (2010)	Gleichnis vom verlorenen Sohn
«Ich glaube, dass die beiden Gehirnhemisphären zwei völlig verschiedenen Sichtweisen auf die Welt dienen – zwei <Zugriffen>, wenn Sie so wollen.	Vater und Sohn
Es braucht beide,	Der Betrieb läuft nur, wenn beide zusammenarbeiten.
aber die eine ist von fundamentalerer Bedeutung als die andere.	Der Vater ist die «Voraussetzung» für den Sohn. Der Sohn lebt vom Erbe des Vaters. Ohne den Vater gäbe es den Sohn nicht.
Sie sieht mehr als die andere,	Der Vater hat den Weitblick.
auch wenn es einige Dinge gibt, in welche sie sich nicht verwickeln sollte, damit sie ihre weiträumigere, vollständigere – im Grunde wahrheitsgemässere – Sicht erhalten kann.	Es bleibt dem Sohn vorbehalten, gewisse Erfahrungen draussen in der Welt zu machen.

<p>Dies ist die rechte Hemisphäre, welche, wie ich anhand der neuropsychologischen Literatur gezeigt habe, buchstäblich mehr sieht und den Grund legt für das Begreifen der linken Hemisphäre,</p>	<p>Vater = rechte Hemisphäre, Sohn = linke Hemisphäre Der Vater ist die «Grundlage» für den Sohn.</p>
<p>ein Verständnis, welches letztendlich durch das Verstehen der rechten Hemisphäre reintegriert werden muss, wenn es nicht zu Fehlern führen soll.</p>	<p>Reintegration = Rückkehr des Sohnes. Der Sohn muss seine Funktion wieder in Kontakt mit dem heimatischen Betrieb stehend ausüben, wenn es nicht schiefgehen soll.</p>
<p>Die linke Hemisphäre ist von ausserordentlichem Wert als zwischengeschaltete, aber nicht als ultimative Autorität.</p>	<p>Den in die Welt hinausgehenden Sohn braucht es. Er ist «gesund und heil». Er ist nicht ein Taugenichts und hat keine Tagelöhnerfunktion verdient. Das Leben feiert ihn, aber erst in seinem integrierten Modus. <i>«Aber jetzt müssen wir uns doch freuen und ein Fest feiern; denn dein Bruder war tot und lebt wieder; er war verloren und ist wiedergefunden worden.»</i></p>
<p>Die eingeschränkte Sichtweise und begrenzte Fähigkeit zur Selbstkritik macht die linke Hemisphäre unglücklicherweise glauben, sie wisse viel mehr, als in Wirklichkeit der Fall ist. Sie ist ein Optimist, viel zu leicht von ihrem eigenen Rechthaben überzeugt und ignorant gegenüber ihren Beschränkungen.</p>	<p><i>«Dort führte er ein zügelloses Leben und verschleuderte sein Vermögen.»</i></p>
<p>Ich glaube, sie hat mittlerweile komplett unser Selbstverständnis in Beschlag genommen, was verschiedene Gründe hat, und führt uns nun geradewegs in den Ruin.»</p>	<p><i>«... es ging ihm sehr schlecht. Da ging er zu einem Bürger des Landes und drängte sich ihm auf; der schickte ihn aufs Feld zum Schweinehüten.»</i></p>

## Surfen lernen

McGilchrist benutzt in seinem Interview ein tiefsinniges Wort: Re-Integration<sup>3</sup>. Wenn die Wiederherstellung der physiologischen Ordnung zwischen den beiden Hirnfunktionen stattfindet, hat dies fehlerreduzierende Auswirkungen und fördert unsere gemeinsame nachhaltige Wohlfahrt.

Die Bibel gibt uns in ihrer Sprache denselben Rat: *«Trachtet am ersten nach dem Reich Gottes und nach seiner Gerechtigkeit, so wird euch das andere alles zuteil (Mt. 6.33).»*

Die Grundregeln des Naturreichs, in welchem wir uns befinden, respektieren, dann ergibt sich der Rest von selbst.

Wie könnte ein solches physiologisches Zusammenspiel der beiden Hemisphären aussehen, bezogen auf die Pandemie? Wie könnte es laufen auf der Hofgemeinschaft, nachdem der verlorene Sohn wieder nachhause gekommen ist und sich reintegriert hat? Wie könnten wir das Wissen um die beiden Hirnfunktionen anwenden in konkretem Bezug auf die Pandemie?

<sup>3</sup> Re-Integration, von lat. re = «wieder» und lat. integrare = «in die Ordnung zurückführen, wiederherstellen, erneuern»

«*Du kannst die Wellen nicht stoppen, aber du kannst lernen, auf ihnen zu surfen.*» Jon Kabat-Zinn (\* 1944), Molekularbiologie, bekannt als Pionier der Mindfulness-Bewegung

Die beiden Hirnfunktionen wollen das Gleiche: Im Wellenspiel des Lebens Kohärenz, Zufriedenheit, erreichen, wenn alle Bedürfnisse gedeckt sind.

Doch die linke Hemisphäre will hoch hinaus, *über* der Natur stehen, und Kohärenz auf ihre macherische Art erreichen. Wenn man sie machen liesse, würde sie am liebsten versuchen, die Wellen zu stoppen. – Ähm, versuchen wir das nicht gerade seit 2 Jahren mit aller Macht, weltweit die Pan-

demiewellen zum Stoppen zu bringen?

Die rechte Hemisphäre will Kohärenz erreichen durch Verständnis der Zusammenhänge. Ihre Lösung findet sich *in* und *mit* der Natur. Sie braucht etwas Zeit und Besinnung, dafür ist ihr Lösungsvorschlag meistens ausgewogener, harmonischer und macht auf Dauer mehr Spass.

So lautet der unspektakuläre Vorschlag der rechten Hirnhälfte bezogen auf die Pandemiewellen: Surfen lernen! – Nicht hypnotisiert hinaus auf das Wellenspiel starren, die Wellen nicht unbesehen kategorisch abwehren, ihnen beim Heranrollen nicht aus Angst den Rücken kehren, sondern ihre Eigenheiten studieren, ein kurzzeitiges Überspültwerden in Kauf nehmen ohne in Panik zu geraten, sich gegenseitig wieder aus dem Wasser helfen, neugierig bleiben, was man mit den Wellen machen kann, sich an seine eigenen natürlichen Fähigkeiten erinnern (Surfbrett) und dieses einsatzfähig halten und trainieren.

Wenn wir den Wellen mit dieser offenen neugierigen Haltung des Lernenden entgegenschauen, könnte es sogar sein, dass wir in der jetzigen Omikron-Welle das Geschenk erkennen und entgegennehmen, welches uns die Natur gnädigerweise zu machen scheint. Gemäss dem südafrikanischen Arzt, [Dr. Shankara Chetty](#), welcher grosse Erfahrung in der Behandlung der verschiedenen COVID-19-Mutationen hat, ist Omikron eine Variante, welche zu sehr milden Verläufen führt, im Sinne einer Verkältung. Die Omikron-Welle ist aus seiner Sicht perfekt geeignet, sie ungehindert anrollen und sich damit immunisieren zu lassen, als würde es sich um einen natürlichen ungefährlichen Impfstoff handeln.

Beim Surfen müssen wir uns auf den Moment einlassen und die Veränderungen von Moment zu Moment ohne Widerstände in unser Handeln einfliessen lassen, ohne am vorherigen festzuhalten und ohne das Kommende bereits im Griff zu haben, bevor es da ist.

*Sokrates galt als der Weiseste unter den Weisen, - weil er wusste, dass er nichts weiss.*

Im weiteren Sinne bedeutet «Surfen» für mich deswegen, gar nicht erst versuchen, sich an etwas Festem halten zu wollen, was ja beim Surfen (und sonst im Leben) nicht möglich ist, sondern sich «*an einer Haltung halten*», nämlich der Haltung des Bereitseins, des Nichtwissens und der fortlaufenden Integration.

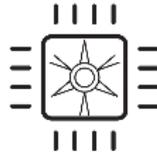
*Integration ist die Verknüpfung von verschiedenartigen Teilen eines Systems unter Würdigung ihrer Verschiedenheit.*

Im wiederhergestellten physiologischen Integrationsmodus unseres Gehirns soll der Sohn Informationen draussen von der Welt nach Hause bringen, und der Vater soll unterdessen das Wissen der Ahnen und der Naturgesetze aus der Bibliothek holen. Dann lassen beide ihre Funde los, legen sie auf den Küchentisch und lassen alle vier Komponenten (Informationen von ausserhalb, Weitblick, Scharfblick, Archiv)

in gegenseitiger Achtung und auf Augenhöhe zu Wort kommen in einer Atmosphäre, des Nichtwissens, der Neugier, der Offenheit, des Wohlwollens und der Verbundenheit. Dank [der Selbstorgani-](#)

sationsfähigkeit unseres Minds (ab Min. 20.50) ergibt sich der weitere Verlauf des Integrationsprozesses wie beim Surfen dann von selbst. Wir dürfen den Genuss erleben, welcher dieser Prozess abstrahlt *und* wir dürfen mit ausgewogenen kreativen Vorschlägen rechnen, welcher einer solchen Beratung am runden Tisch der Hofgemeinschaft oft entspringen.

Die Möglichkeit, solche nährenden Teamsitzungen in seinem eigenen Gehirn abzuhalten, ist jedem von uns *in die Wiege gelegt* und kann von wiederentdeckt, geübt und zur Gewohnheit gemacht werden.



## Angst macht weiche Knie

Die COVID-Pandemie ist in vielerlei Hinsicht geprägt von einem unangemessenen oder gar missbräuchlichen Umgang mit der an sich sinnvollen Emotion Angst.

Die Bedeutung des Fremdwortes Emotion hat etwas mit «emporwühlen, erregen» zu tun<sup>4</sup>. Und tatsächlich *erregen* Emotionen eine Verfassung in meinem Körper, welche in der gegebenen Situation meinem Überleben dienen soll. Dasselbe System<sup>5</sup>, welches mich instinktiv vom Gas gehen liess, als ich den grauen Kasten am Strassenrand sah, bringt das Kunstwerk zustande, meinen Körper in Windeseile in jede andere Verfassung zu bringen, welche meine Steuerung in diesem Moment für die angemessenste hält (Neugier, Trauer, Reue, Scham, Verzweiflung, Wut, Angst...).

- So ist «*in Rage bringen*» das Beste, in was mich meine Steuerung versetzen kann, wenn mir jemand unangemessen nahekommt. Zorn verleiht mir ungeahnte Kräfte und zeigt gleichzeitig mir und meinem Gegenüber, was los ist.
- Die Emotion *Scham* sichert das Einhalten sozialer Regeln und schützt mich somit vor dem Ausschluss aus der Gruppe.
- *Depressiv* zu sein hilft mir, in einer hoffnungslosen Situation, in welcher ich dauerhaft keine Chance sehe, mit eigenen Anstrengungen herauszukommen, Kräfte zu sparen. Mein Körperausdruck überbringt gleichzeitig meinen Mitmenschen die Botschaft, dass ich Hilfe brauche.



Abbildung 9: Eine Glucke, welche von ihrer Steuerung in Rage versetzt wird, ist bestens gegen Grenzüberschreitungen gewappnet.

Der Situation angemessen umgesetzte Emotionen helfen mir, zu überleben. Aus biologischer Sicht gibt es keine positiven oder negativen Emotionen. Emotionen spiegeln einfach eins zu eins die Verfassung wider, in welche mein Körper von meiner Steuerung versetzt wird. **Das Reiz-Raum-Reaktionsmodell** lässt sich auch bei Emotionen anwenden. Emotionen sind so verstanden eine ehrliche Repräsentation (Reaktion), wie meine Situation (Reiz) von meiner Wahrnehmungsinstanz (Raum) im Moment eingeschätzt wird. Es ist Absicht von der Natur, meinen Körper in die zum Überleben

<sup>4</sup> Emotion von lat. emovere = «herausbewegen, erschüttern, aufwühlen»

<sup>5</sup> Dieses System nennt man **Psychoneuroendokrinoimmunologisches System**, oder kurz PNEI-System

aussichtsreichste Verfassung zu bringen *und* gleichzeitig meiner Umgebung und mir selbst bewusst zu machen, wie meine Steuerung die Sache – falsch oder richtig – einschätzt.

Für einen angemessenen Umgang mit Emotionen ist es unerlässlich, dass wir uns an die prädiktive Arbeitsweise unseres Gehirns erinnern und an die Tatsache, dass unser Gehirn die von uns erlebte Realität *konstruiert*. Nach einer raschen Analyse bringt uns unsere Steuerung versuchsweise in eine emotionale Verfassung, mit der Absicht, dass wir diesen Interpretationsvorschlag durch praktische Anwendung auf seine Gültigkeit hin prüfen sollen. Denn der Vorschlag meiner Steuerung kann falsch oder richtig, angemessen oder unangemessen sein. Es ist unsere Aufgabe als Chef, uns durch bewusste Anwesenheit lenkend in diese Vorgänge einzubringen.

*«Ein Freund ist ein Mensch, der die Melodie deines Herzens kennt und sie dir vorspielt, wenn du sie vergessen hast.»* Albert Einstein

*«In meinem Leben habe ich unvorstellbar viele Katastrophen erlitten. Die meisten davon sind nie eingetreten.»* Mark Twain (1835–1910), amerikanischer Schriftsteller

Uns immer wieder neu auf diese natürliche Funktionsweise unseres Gehirns zurückzubesinnen, ist etwas vom Wertvollsten, das ich mir als Arzt vorstellen kann, gerade beim Erlernen eines heilsamen Umgangs mit der Angst. Und gerade bei der Angst geht dieses Erkenntnis im Ernstfall sehr schnell vergessen. Schön, wenn Sie dann jemand haben, der sie wieder dran erinnert.

Angst ist dafür vorgesehen, mich bei einer möglichen Gefahr, besonders vorsichtig sein zu lassen. Unsere Steuerung wählt die Emotion Angst dann, wenn die Gefahr nach ihrer vorläufigen Einschätzung zu gross ist, als dass wir sie im Alleingang durch Angriff bewältigen könnten. Andernfalls würde uns unsere Steuerung das Programm «Zorn und Mut» vorschlagen.

Angst hat die Absicht, dass wir Zuflucht suchen oder uns durch andere Schutzmassnahmen in vorläufige Sicherheit bringen, bis klar ist, worum es geht. Angst hat auch die Absicht, dass wir in Anbetracht einer «Übermacht» diplomatische Lösungen in Erwägung ziehen, uns bittstellerisch geben und/oder bei uns wohlgesinnten Autoritäten um Hilfe flehen und bereit sind, dafür fast jeden Preis zu bezahlen.

Zu diesem gnaDESuchenden Zweck ist es sehr sinnvoll, wenn uns unsere Steuerung in einen erbärmlichen Zustand versetzt, uns eng<sup>6</sup>, klein, kindlich und schwächig werden und uns «weiche Knie» bekommen lässt. Dieser Zustand ist so unangenehm, dass er selbst den aufrechtsten Menschen dazu bringt, buchstäblich auf die Knie zu gehen, was wahrscheinlich schon vielen das Leben gerettet hat.



Abbildung 10: Angst kann dem Schutzsuchenden nützen, aber auch dem Beschützer.

<sup>6</sup> Angst ist verwandt mit lateinisch angustus für «Enge, Beengung, Bedrängnis» und angor für «Würgen».

Weiche Knie der Untergebenen können aber auch den Beschützern Vorteile bringen. Stellen Sie sich ein eigenständig, selbstbewusst und mündig werdendes Kind vor, welches in den Augen seiner Eltern dadurch vielleicht etwas frech und trotzig geworden ist. Eine Angstsituation kann da sehr gelegen kommen, dass das Kind wieder gefügiger wird.

*Angst macht weiche Knie -  
Wem nützen sie?*

Seit jeher wird daher der «Weichmacher» Angst von Autoritäten jeglicher Hierarchiestufe bis hin zum Diktator gezielt dazu benützt, einen Menschen wieder zum kleinen willenlosen, schutzbedürftigen, unterwürfigen Untergebenen werden zu lassen, welcher in dieser Verfassung fast alles mit sich machen lässt und dafür noch

Dank zeigt. Angst ist deswegen ein beliebtes Manipulationsmittel. Und die Verhaltenspsychologie hat ein grosses Repertoire zur dosierten Erzeugung von Angst entwickelt, welches Machthabern zur Verfügung steht.

Ich möchte es Ihrer eigenen Beobachtungsfähigkeit überlassen, herauszufinden, ob in dieser Pandemie von Behörden- und Medienseite angemessen mit der Erzeugung von Angst und Panik umgegangen wird.

Von was Sie jedoch garantiert ausgehen können, ist

- dass die Regierungen dieser Welt sehr gut hinsichtlich der [Möglichkeiten der Verhaltenssteuerung](#) beraten sind.
- dass die linkshemisphärische Denkfunktion [keine Skrupel](#) kennt, ihre Ansichten mit jedem Mittel durchzusetzen.
- dass das primäre Interesse grosser Pharmafirmen, welche Impfstoffe herstellen, nicht darin besteht, den Menschen die Angst zu nehmen, sondern die Gewinne zu maximieren.

*«Der erste Schritt besteht darin, sich von der Illusion zu verabschieden, dass das Hauptziel der modernen medizinischen Forschung darin besteht, die Gesundheit der Amerikaner möglichst effektiv und effizient zu verbessern. Unserer Meinung nach ist der Hauptzweck der kommerziell finanzierten klinischen Forschung die Maximierung der finanziellen Rendite, nicht die Gesundheit.» John Abramson, US-amerikanischer Arzt, Harvard-Dozent, Buchautor*

Sich diesen Autoritäten an den Hals zu werfen, hat etwas vom Verhalten einer Schafherde, welche aus Angst vor dem bösen Wolf dem Schäfer alles erlaubt. Angst hat leider das Potential, nicht nur unsere Knie weich werden zu lassen, sondern auch unsere mentale Widerstandskraft.

In einem [Video vom April 2020](#) schildert der französische Youtuber, Xavier-Louis de Izarra, wie er sich die Entstehung dieses schafherdenartige Verhalten erklärt (deutsche Untertitel unter Einstellungen anwählbar).

Egal ob durch das Virus selbst oder durch die Gegenmassnahmen verursacht: - Im Umgang mit Angstwellen jeglicher Herkunft möchte ich Ihnen empfehlen, sich wiederum auf das Allerweltsheilmittel «Surfenlernen» zu fokussieren.

Werden Sie geübt in der Fähigkeit, mit Emotionen in einen Dialog zu treten, als wären es Vorschläge ihrer Sicherheitsabteilung, welche nun am [runden Tisch](#) diskutiert gehören.

Wenn es um eine akute angsterzeugende Situation geht, sollten Sie sich selbstverständlich instinktiv in eine sichere Position bringen. Aber dann hat Angst ihre biologische Funktion erfüllt und sollte der Haltung des Nichtwissens- und der Integrationsbereitschaft den Platz freigeben.

Angst fordert uns auf, nachzuschauen, was los ist, und zwar *an beiden Orten*. Angst ist nicht dazu da, uns längere Zeit blindlings von ihr einnehmen zu lassen.

*«Wenn sich etwas an der Situation ändern lässt, warum dann niedergeschlagen sein? Und wenn sich nichts daran ändern lässt, was nützt es, wenn man niedergeschlagen ist?»*

*Shantideva, buddhistischer Mönch im 8. Jhrdt.*

Sollte unangemessene Angst ein wiederkehrendes Thema in unserem Leben sein, sind wir eingeladen, uns vertiefter mit unseren Mindsets und der Wechselwirkung unserer beiden Denkfunktionen zu befassen. Auch in realen Bedrohungssituationen, in welchen wir aufgrund der Umstände keine Möglichkeit haben, uns physikalisch in Sicherheit zu bringen, ist es heilsam und angstbefreiend, zu erkennen, wer wir sind, und dass wir – immer und überall - die Möglichkeit haben, in unserem Mind einen sicheren und angstfreien Ort aufzusuchen, als ob wir aus einem mit lautem Stimmengewirr gefüllten stickigen Raum (linke Hirnhälfte) hinaus in die Weite und Stille (rechte Hirnhälfte) treten.

*«Erkenne dich selbst so, wie du bist! – Gegen Angst gibt es kein anderes Mittel.»*

*Nisargadatta Maharaj (1897 – 1981),  
indischer Weisheitslehrer*

Von dem indischen homöopathischen Arzt und Mediationslehrer, Dr. Rajan Sankaran, finden sich im Internet diesbezügliche Instruktionen und Mediationsanleitungen (englisch), z.B. [hier](#) oder [hier](#).

Sogar Emotionen wie Angst sind von meinem Gehirn immer nur als *Vorschläge* gedacht, über deren Angemessenheit ich in mir selbst diskutieren kann, darf und soll.

## Heiligt der Zweck die Mittel? - Ja, solange der Zweck «heilig» bleibt

Der Ruf nach einem Impfwang wird immer lauter, selbst im Kanton Schwyz, in welchem am Volksabstimmungstag des 28.11.21 das COVID-19-Gesetz mehrheitlich abgelehnt wurde. Ein Rechtsanwalt argumentierte in einem am 04.12.21 im «Bote der Urschweiz» abgedruckten Leserbrief:

*«Eine Mehrheit unserer Bevölkerung will endlich raus aus der Pandemie, und es darf nicht sein, dass sich eine solidarisch handelnde Mehrheit einer renitenten Minderheit beugen muss. Daher also: Und bist du nicht willig, so zwing ich dich halt.»*

Dieser Leserbrief hat mich zum Nachdenken angeregt, besonders weil er aus der Feder eines Rechtskenners kommt.

Auch dieser Brief führt uns schnurstracks in die Thematik der Wahrnehmungsvorgänge in unserem Gehirn. Denn im Rechtsverständnis dieses Anwaltes geht es darum, dass die eine Sichtweise die andere Sichtweise notfalls gewaltsam zu bezwingen hat. *«Nur so lassen sich halt manche Probleme lösen. Die Mehrheit darf zu Recht der Minderheit ihre Ansichten aufzwingen, bzw. einimpfen.»*

Damit bringt der Schreiber zum Ausdruck, was wohl viele denken. Die Vertreter der beiden Sichtweisen – so scheint es für viele - haben sich nun lange genug ihre Argumente hin und hergespielt: *«die mRNA-Impfstoffe sind sehr wirksam und bringen einen sehr hohen Schutz»* (BAG) versus *«die mRNA-Impfstoffe sind schlecht wirksam und sehr gefährlich.»* Doch wir kommen nicht weiter. Jeder bleibt aus Sicht des Anderen renitent auf seinem Standpunkt beharren. Die Pandemie zieht sich in die Länge, die Spitalbettensituation wird immer angespannter. Da bleibt im Repertoire selbst eines

modernen Rechtsstaates halt keine andere Option mehr übrig, als die plumpe Anwendung vom Recht des Stärkeren. - Wirklich glücklich ist wohl auch der Leserbriefschreiber nicht über diese Lösung.

Könnten wir unser gemeinsames Problem würdiger lösen? Zeigen sich für uns gemeinsam – Mehrheit und Minderheit - weitere Optionen, wenn wir das Wissen über die Vorgänge in unserer Wahrnehmung berücksichtigen?

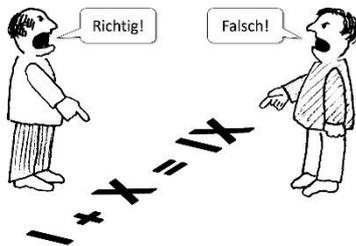


Abbildung 11: verschiedene Ansichten

Wie die nebenstehende Abbildung veranschaulicht, kann es sich nur schon lohnen, versuchsweise vorübergehend seinen Standpunkt zu verlassen und sich auf den Standpunkt des anderen einzulassen: sich in seine Schuhe stellen, wirklich hinhören, sich ehrlich dafür interessieren, wie sich die Situa-

*«Urteile nie über einen Menschen, bevor du nicht 1000 Schritte in seinen Schuhen gegangen bist»*  
Indianische Weisheit

tion für ihn darstellt, ihn aufrichtig verstehen wollen, seiner Sichtweise eine Chance geben... Oft wird es viel nachvollziehbarer, warum die Gegenseite dieselben Fakten «verkehrt» und doch auch richtig sieht.

Im konkreten Fall sollten also Personen, welche die Impfung für sicher und wirksam halten und Personen, welche die Impfung für gefährlich und unwirksam halten in einen echten Dialog treten, mit der Absicht, Verständnis füreinander zu entwickeln. Gerne stehe ich für einen solchen Dialog dem Leserbriefschreiber und ihm Gleichgesinnten zur Verfügung.

Oft reichen die «renitenten» Meinungsverschiedenheiten jedoch tiefer und spielen sich gar nicht wirklich zwischen zwei Personengruppen, sondern zwischen den zwei verschiedenen Denkfunktionen in unserem eigenen Gehirn ab. Statt uns in Wortgefechten zu verausgaben, wäre es dementsprechend hilfreicher, wenn wir alle mehr Interesse und Achtsamkeit in das Verständnis dieser dualen Funktionsweise unseres Minds und dessen zentraler Störung investieren würden. Dies ist mein Ceterum censeo.

*Sich in seinem eigenen Gehirn «in die Schuhe» der anderen Denkfunktion zu stellen, welche in der Minderheit ist: - auch das ist möglich, braucht aber etwas Übung.*

Auf gehirnfunktioneller Ebene entsteht der Eindruck von Richtig oder Falsch nicht durch gegensätzliche Argumente auf der *gleichen* Ebene – «die Impfung ist sicher und wirksam» versus «die Impfung ist gefährlich und unwirksam», sondern die Argumente, welche auf der engen Ebene des analytischen Verstandes (derzeitige «Mehrheit»)

in sich zwar richtig sind, sind auf der umfassenderen Ebene des intuitiven Verstandes (derzeitige «Minderheit») unvollständig, oberflächlich und weiter entfernt von der tatsächlichen Grundbeschaffenheit der Natur und dadurch unwahr. In sich richtig und insgesamt trotzdem falsch: dies macht das Erkennen des Problems und das Loslassen des einesteils richtigen Standpunktes etwas kniffliger.

- Auf einem Schiff kann für die emsig beschäftigte Crew («die Mehrheit») alles normal und richtig erscheinen, und dennoch kann es auf gefährlichem Kurs sein, welchen der scheinbar überflüssig in die Weite sehende Nichtsnutz («die Minderheit») eher erkennt. Eine solche Crew wird sich begreiflicherweise nicht gerne ihre «heile Welt» nehmen lassen, - es macht ja auch Angst und verdirbt das Spiel, wenn jemand behauptet, man sei auf falschem Kurs. Die Crewmitglieder werden jede Menge einleuchtende Argumente liefern, dass doch alles reibungslos läuft und alles

logisch durchdacht ist. - «*Wo ist das Problem?*» - Und dennoch hat ein umsichtiger Kapitän diesem einzelnen Weitblicker («Minderheit», intuitive Verstandesfunktion) den Vorrang zu geben, bevor er mit den Scharfsichtigen («Mehrheit», analytische Verstandesfunktion) die Details der Umsetzung bespricht. Die Verlockung ist gross, dass sich ein Kapitän, der seine Ruhe haben oder gut dastehen will, mit der Crew zusammentut und sich gegen die zur Weitsicht mahnende Stimme stellt. Er wird leichtes Spiel haben, Lob ernten und vielleicht zunächst tatsächlich eine unbeschwerte Fahrt haben. – Der kurzzeitige Erfolg wird ihm Recht geben, und doch ist er im Unrecht. Bald wird er damit beschäftigt sein, die zunehmenden Störungsmeldungen kleinzureden und Erklärungen zu basteln, wer oder was daran schuld ist, dass immer mehr Schwierigkeiten auftauchen, Versprechungen nicht eingehalten werden können und der eingeschlagene Kurs immer aufwendiger und teurer wird.

- Eine Operation kann nach den Regeln der Kunst richtig durchgeführt werden, und der Operateur kann hoch angesehen sein, ob seines Könnens, und dennoch kann sie als Ganzes fehl am Platz sein: «*Operation gelungen, Patient tot!*»
- Eine mRNA-Impfung mag kurzfristig einige Risikopersonen vor einem schweren COVID-Verlauf schützen (die **Nebenwirkungen** nicht berücksichtigt), weshalb «die Mehrheit» dafür ist, und dennoch kann uns eine globale Impfkampagne mit diesen Impfstoffen in grosse Schwierigkeiten bringen, weil wir damit die feinetunten Vorgänge in unserem Immunsystem und die hochkomplexen Wechselwirkungen zwischen den verschiedenen Lebensformen durcheinanderbringen, was eine «Minderheit» von Anfang zu bedenken gab.

Der analytische Verstand ist in den meisten menschlichen Gehirnen stark «in der Mehrheit». Diese Denkfunktion ist wortgewaltig, selbstherrlich und erfolgreich im oberflächlichen Lösen von Problemen (welche sie sich zuvor selbst erzeugt hat). Deswegen ist sie der derzeitige *Fürst dieser Welt*, wie es in der Bibel schon vor 2000 Jahren formuliert wurde. Von der Natur wäre sie aber als Diener oder «Abgesandter» vorgesehen, nicht als Herrscher und Meister, wie Prof. Iain McGilchrist bereits im Titel seines bereits erwähnten Buches aufzeigt (The Master and its Emissary - Der Meister und sein Abgesandter). Es ist vorprogrammiert, dass wir unter der Dominanz des Dieners, welcher sich als Herr im Haus aufspielt, falsch liegen und uns als Menschheit auf gefährlichen Kurs bringen. Deswegen konnten schon vor 2000 Jahren Prognosen gemacht werden, welche Auswirkungen zu erwarten sind und wie das zeitlose Heilmittel dagegen lautet.

Da diese Denkfunktion zu Unrecht zur Dominanz («Mehrheit») gelangt ist, muss eine Bereitschaft reifen, die Hierarchie der Funktionen im eigenen Gehirn wieder richtigstellen zu lassen, zugunsten der unscheinbaren rechtshemisphärischen Funktion. Eine «Sinnesänderung» tut not. Das im neuen Testament verwendete griechische Wort für Sinnesänderung heisst *Metanoia* und wird manchmal mit «Busse tun» übersetzt, hat aber mit Aufwachen, mit Sich-Erinnern oder Heimkehren in ein grösseres Verständnis der Zusammenhänge zu tun.

Die Methode, welche ich als Arzt vorschlage zur «Sinnesänderung», ist die Beschäftigung mit unseren Mindsets. Früher oder später wird uns nichts anderes übrigbleiben, als gemeinsam unsere Aufmerksamkeit diesen potenten aber störungsanfälligen Eigenarten unserer menschlichen Gehirnmechanik zuzuwenden.

Gelegenheiten hierzu bieten sich in dieser Pandemie viele, z.B. das Reflektieren über diesen Leserbrief. Zwischen dessen Zeilen verstecken sich stark wirksame Ansichten, welche alle aus der Perspektive der linken Hemisphäre stammen.

Schritt 1 zur Sinnesänderung besteht darin, die versteckt aktiven Mindsets, welche unsere Entscheidungen leiten, ans Licht zu bringen. Wenn wir sie in Reinform anschauen, können wir erkennen (Schritt 2), dass sie aus der Denkwelt einer Gehirnfunktion stammen, welche nicht dafür geeignet

ist, unser Meister zu sein. Dies gibt uns in einem dritten Schritt die Möglichkeit, die Hierarchie in unserem Gehirn wieder in Ordnung zu bringen (Sinnesänderung), womit sich der «Rest» oft von selbst erledigt. Zumindest wird klar, was zu tun ist.

Hier einige der Grundüberzeugungen und unhinterfragten Wertvorstellungen (Schritt 1), welche bereits aus den wenigen zitierten Leserbriefsätzen zu entnehmen und natürlich nicht nur im Gehirn des Schreibers sondern im Gehirn der meisten von uns dominant sind.

**Mindset 1: Die Mehrheit darf das Ziel bestimmen.** In diesem Fall will die Mehrheit *«endlich raus aus der Pandemie»*, was an sich ein berechtigtes und intelligentes Ziel ist. Probleme gibt es erst, wenn ein solcher Mindset ungeprüft als *das oberste* Ziel gesetzt wird, nur weil es die Mehrheit so sieht. Ein *relativ* wichtiges Ziel darf nicht zum *absoluten* Ziel erhoben werden (siehe auch hier, Seite 4). Ein Teilziel muss im Einklang sein mit dem obersten Ziel. Wir dürfen uns nicht darin verbeissen, eine ungewinnbare Schlacht gewinnen zu wollen («das Virus besiegen»), nur um durch diesen teuer erkaufte scheinbaren Sieg den Krieg zu verlieren. Derzeit hat «die Mehrheit» leider unser oberstes Ziel (siehe Mindset 4) vergessen, und nur noch eine «Minderheit» erinnert sich daran.

**Mindset 2: Die Mehrheit legt fest, was wahr zu sein hat.** *«Allein die Impfung hat der Weg zu sein, welcher aus der Pandemie führt. Es hat wahr zu sein, dass die Impfung sehr sicher und sehr wirksam ist.»* *«Wahrheit definiert sich dadurch, was die Mehrheit für wahr haben will. Je grösser die Menge, desto lauter darf sie den Ton angeben und sagen, was gültig ist. Wer die Mehrheit hat, hat die Wahrheit.»* Mein Vorschlag für einen zutreffenderen Mindset: Nicht die Mehrheit soll die Wahrheit definieren, sondern die Wahrheit soll definieren, was wir mehrheitlich tun sollen. Wer mit seiner Sichtweise am nächsten bei der umfassendsten Wahrheit ist, soll die Mehrheit bekommen.

**Mindset 3: Andersheit gefährdet die Existenz der Mehrheit.** *«Die renitenten verbissenen Impfgegner machen alles kaputt. Sicherheit gibt es nur, wenn vollständige Gleichheit erreicht ist, wenn alle durchgeimpft sind.»* Aber: Gleichheit bedeutet Stillstand und ist somit tödlich. Leben kann es nur geben durch Vielfalt, Verschiedenheit, Abgrenzung und Austausch. Leben kann es nur geben als *Lebensfluss*. Fluss kann es nur geben durch Andersheit. Gerade die Verschiedenheit stabilisiert die Ganzheit, und zwar auf allen Lebensebenen und auch, was einen Staat betrifft. Nicht von ungefähr erwähnt unsere Bundesverfassung bereits in der Präambel unsere Absicht, in gegenseitiger Rücksichtnahme und Achtung unsere *«Vielfalt in der Einheit zu leben.»*

**Mindset 4: Survival of the fittest.** *«Als Mensch bin ich in eine feindlich gesinnte Umgebung hineingesetzt und muss mich dort permanent gegen Konkurrenz behaupten und vor Bedrohungen schützen. Hier geht es um einen Überlebenskampf der voneinander getrennten Einzelemente - Mensch versus Virus, und Mensch versus Mensch - welcher mit Taktik und Gewalt geführt werden muss. Angriff ist die beste Verteidigung. Oberstes Ziel ist es, diesen Kampf zu gewinnen und als Einzelner zu bestehen.»* Ein tieferer Blick in die «naturbelassene Natur» zeigt jedoch, dass dort Überlebenskämpfe letztlich nicht geführt werden, um zu gewinnen, sondern um der Erhaltung und Entfaltung des Universums, des ungeteilten Ganzen, zu dienen.

**Mindset 5: Je schneller, desto besser.** *«act first, think later!»*

*«So schnell wie möglich raus! – alles andere später.»* Keine Zeit mehr für Diskussionen, Diplomatie, Demokratie. Die «Mehrheit» hat keine Geduld mehr; ihr Zustand gleicht geradezu einem Panikmodus. Das kopflose Losstürmen ist nur in einer extremen akuten Notsituation die richtige Strategie. Ich möchte «die Mehrheit» darauf hinweisen, dass es an *rasch* und auf Nummer Sicher getroffenen Massnahmen in dieser Pandemie nicht gefehlt hat. Kosten habe keine Rolle gespielt, und trotzdem dauert die Pandemie nun bald zwei

*«Der Mensch hat nie Zeit, es richtig zu machen, aber immer Zeit, es ein zweites Mal zu machen.»*

Jahre an und gestaltet sich je länger je verflinker. Lässt uns das Corona-Virus mit einer Sterblichkeit in der Grössenordnung einer schweren Grippe und einem Durchschnittsalter der Verstorbenen um 85 Jahre wirklich seit zwei Jahren keine Sekunde Zeit zum Nachdenken? Zwingt uns wirklich das Virus diese Eile auf, oder ist es das Naturell unseres Verstandes und der sogenannte «Zeitgeist», was uns im Modus dieser atemlosen Getriebenheit hält?

**Mindset 6: Der Zweck heiligt die Mittel!** *«Ich – die Mehrheit – weiss, was gut für dich und die Welt ist. Wenn du – Minderheit - den Zweck nicht siehst und dich deshalb wehrst, dann zwing ich dich halt. Früher oder später wirst du mir noch dankbar sein. In Notlagen muss man halt manchmal hart durchgreifen für den guten Zweck,- ohne Rücksicht auf Verluste.»*

Das oberste Ziel, welches sich die Mehrheit gesetzt hat, - als ob sie das Sagen hätte (Mindset 1) - lautet «raus aus der Pandemie». Selbst wenn ein Impfzwang ein geeignetes Mittel wäre zu *diesem* Zweck, dann ist dennoch der oberste **Verfassungszweck** in der Schweiz ein anderer. Das damals von einer weitblickenderen Intelligenz (mittlerweile «die Minderheit») gesetzte Ziel lautet nicht, einen erstbesten hektischen angstgetriebenen und möglicherweise sehr gefährlichen Ausweg aus einer Gefahrensituation zu wählen, sondern die *Wahrung des Zusammenhalts und der Freiheit und der Rechte des Volkes, die Förderung der gemeinsamen nachhaltigen Wohlfahrt und die Erhaltung der natürlichen Lebensgrundlagen für uns und künftige Generationen, sowie der Schutz unserer höchsten Werte wie Menschenwürde, Entfaltung, Vielfalt in der Einheit, Wissenschafts- und Meinungsfreiheit, Ehrfurcht vor dem Leben*. Diese Werte werden von einem Impfzwang nicht geheiligt, sondern vergessen und mit Füßen getreten.

Vergesslichkeit ist weit verbreitet in dieser Pandemie. Viele Politiker vergessen innert Monatsfrist, was sie zuvor hoch und heilig versprochen haben, z.B. dass es **keine Impfpflicht** (Min. 0.12 – 0.56) geben wird. Selbst Rechtskenner, wie dieser Leserbriefschreiber haben vergessen, dass der Europäische Gerichtshof erst noch am 27.01.2021 in seiner *Resolution 2361/2021* beschlossen hat, dass niemand politisch, sozial oder anderweitig unter Druck gesetzt werden darf, sich impfen zu lassen, wenn er dies nicht selbst möchte (Absatz 7.3.1), und dass niemand diskriminiert werden darf, weil er nicht geimpft wurde, weil dies möglicherweise ein Gesundheitsrisiko für ihn darstellt, oder weil er nicht geimpft werden möchte (Abs. 7.3.2).

*«Der Zweck heiligt die Mittel!»* ist ein Meta-Mindset, welcher den anderen Mindsets übergeordnet ist. Er ist göltig, wertvoll, überlebenswichtig und für das Zusammenspiel in der Natur unentbehrlich..., - und er ist überaus machtvoll: so etwas wie der Haupthebel in der obersten Schaltzentrale der Macht. Der Zweck legt die Mittel fest, und die Mittel sorgen in aller Konsequenz für die Umsetzung des Zwecks. Überall in der belebten Natur ist dies so und funktioniert solange gut... – solange der Zweck «heilig» bleibt. *Heilig* hat viele Bedeutungen. Für mich hat «heilig» etwas von «das Untastbare respektierend». Zu seinem eigenen Wohl sollte niemals jemand ohne Überblick, - selbst wenn es «die Mehrheit» ist, nach dem obersten Zweck greifen und ihn «vergessen» oder gar absichtlich verändern wollen. Mich erinnert, **wie beschrieben**, dieser selbtherrliche Übergriff des menschlichen Verstandes nach dem «heiligen» Masterset des Lebens an das Greifen des Menschen nach dem verbotenen Apfel in der biblischen Schöpfungsgeschichte. In dieses Vorhaben sind selbstzerstörerische Konsequenzen eingebaut.

Der Mindset *«Der Zweck heiligt die Mittel!»* wird zur grossen Gefahr, wenn wir ihn anwenden, nachdem wir es geschehen liessen, dass wir den Zweck vergessen oder abgeändert haben. Denn die «Mehrheit» hat nicht nur eine Neigung dies tatsächlich zu tun – den Zweck zu «entheiligen», - sondern sie hat auch eine Neigung *das Mittel zum Zweck zu machen*, und an diesem Irrtum festzuhalten,

selbst wenn sich daraus immer mehr Schwierigkeiten, Ungereimtheiten, Rechtsverletzungen, Spaltungen und Zerstörung ergeben. Wenn wir festsetzen, dass das Mittel der Impfung, den Zweck erfüllen *muss*, und es zeigen sich Schwierigkeiten in der Umsetzung, so wie wir es jetzt erleben (viele Nebenwirkungen, schlechte Wirksamkeit, kein Impfbedürfnis in Teilen der Bevölkerung...), dann neigen wir Menschen dazu, nicht das Mittel zu ändern (den Impfwang aufgeben), sondern Zweck um Zweck zu opfern. Zuerst opfern wir die Einhaltung von Verfassung, Menschenrechten und medizinethischen Grundprinzipien und ersetzen sie durch einen zu unserem Mittel (Impfung) passenden Ziel (Herdenimmunität, Verhinderung von Infektionen) bis hin zur kurzfristigen Senkung der Intensivbettenbelegung. Wenn selbst dieses Ersatzziel nicht erreichbar ist, impfen wir weiter zum Zweck des..., - ja zu welchem Zweck eigentlich? - nur noch zum Zweck des Rechtbehaltens um jeden Preis. Wenn wir zulassen, dass ein untergeordneter Zweck die Mittel heiligt, spielen wir damit, dass das Mittel einen Zweck um den anderen kippt. Wir spielen damit, dass wir den Zweck vergessen und dem Mittel huldigen, - ein Phänomen, vor welchem wir seit Jahrtausenden gewarnt werden; - ein Phänomen, wie es typisch ist für die Dominanz der linkshemisphärischen Denkfunktion.

*Ja, «der Zweck heiligt das Mittel.»  
Doch der Zweck muss stimmen. Nur wenn das Mittel den Zweck heiligt, heiligt der Zweck das Mittel. Nur wenn der Impfwang unserem obersten Verfassungszweck dient, darf er heiliggesprochen werden.*

Wohl alle Regierungen der Welt, welche sich auf Zwangsmassnahmen einliessen für einen untergeordneten Zweck, taten dies mit der Rechtfertigung, vorübergehender Zwang sei unumgänglich für das nachhaltige Wohl der Gesamtheit. Mag sein, dass es Geschichtsbeispiele gibt mit glimpflichem Ende. Persönlich haben sich bei mir vor allem diese Geschichtsbeispiele des letzten Jahrhunderts eingepägt, welche zu verheerendem Leid, zu langanhaltenden Menschenrechtsverletzungen und zum ungerechtfertigten Tod von Millionen von Menschen führte.

Alle diese im Leserbrief erkennbaren Mindsets lassen sich direkt auf die Dominanz der linkshemisphärischen Denkfunktion zurückführen. Doch die linkshemisphärische Denkfunktion ist blind für ihren blinden Fleck. Sie braucht die Hilfe unserer übergeordneten rechtshemisphärischen Denkfunktion (die Minderheit).

«Die Mehrheit» hat eine Neigung, leicht verstehbare Teilziele als Endziele zu setzen und das tiefgründigere Endziel zu vergessen. «Die Mehrheit» hat eine Neigung, Wahrheit umzuinterpretieren. «Die Mehrheit» ist angstempfindlich und fühlt sich permanent bedroht. «Die Mehrheit» hat eine Neigung, sich breit zu machen, gleichzuschalten und rigoros zu kontrollieren. «Die Mehrheit» steht unter der herrischen Überzeugung, dass sich nicht nur die Erscheinungen in der Natur kontrollieren kann und darf, sondern dass sich sogar die Grundbeschaffenheit der Natur nach ihr zu richten hat. «Die Mehrheit» hat eine Neigung, den Zweck zu entheiligen und dafür die Mittel für unantastbar zu erklären.

Als Übung möchte ich Sie bitten, sich nochmals [die Eigenschaften der linkshemisphärischen Denkfunktion](#) zu vergegenwärtigen und daraufhin den obenstehenden Text ein zweites Mal zu lesen und statt «die Mehrheit» nun «die analytische Denkfunktion» einzusetzen.

Ergibt es einen Sinn?

Können Sie das Wirken dieser Gehirnfunktion erkennen und dass ihre Dominanz zu Unrecht zur Selbstverständlichkeit für uns geworden ist? Können Sie die Gefahren erkennen, wenn wir diese clevere aber für übergeordnete Lebensprinzipien blinde Funktion weiterhin einfach wuchern und uns zu ihrem willenlosen Instrument machen lassen?

Finden Sie, ich gehe zu weit, all diese Rückschlüsse zu ziehen aus ein paar Leserbriefzeilen?

Dann möchte ich zum Abschluss noch diese Information mit Ihnen teilen.

– Das Zitat *«und bist du nicht willig...»*, welches im Leserbrief verwendet wird, stammt aus dem Erlkönig von J.W. von Goethe:

*Wer reitet so spät durch Nacht und Wind?  
Es ist der Vater mit seinem Kind;  
Er hat den Knaben wohl in dem Arm,  
Er fasst ihn sicher, er hält ihn warm.*

*Mein Sohn, was birgst du so bang dein Gesicht? –  
Siehst, Vater, du den Erlkönig nicht?  
Den Erlenkönig mit Kron' und Schweif? –  
Mein Sohn, es ist ein Nebelstreif. –*

*«Du liebes Kind, komm, geh mit mir!  
Gar schöne Spiele spiel' ich mit dir;  
Manch' bunte Blumen sind an dem Strand,  
Meine Mutter hat manch gülden Gewand.» –*

*Mein Vater, mein Vater, und hörest du nicht,  
Was Erlenkönig mir leise verspricht? –  
Sei ruhig, bleibe ruhig, mein Kind;  
In dürren Blättern säuselt der Wind. –*

*«Willst, feiner Knabe, du mit mir gehn?  
Meine Töchter sollen dich warten schön;  
Meine Töchter führen den nächtlichen Reihn  
Und wiegen und tanzen und singen dich ein.» –*

*Mein Vater, mein Vater, und siehst du nicht dort  
Erlkönigs Töchter am düstern Ort? –  
Mein Sohn, mein Sohn, ich seh' es genau:  
Es scheinen die alten Weiden so grau. –*

*«Ich liebe dich, mich reizt deine schöne Gestalt;  
Und bist du nicht willig, so brauch' ich Gewalt.» –  
Mein Vater, mein Vater, jetzt fasst er mich an!  
Erlkönig hat mir ein Leids getan! –*

*Dem Vater grauset's; er reitet geschwind,  
Er hält in Armen das ächzende Kind,  
Erreicht den Hof mit Mühe und Not;  
In seinen Armen das Kind war tot.*

Es ist der «Erlkönig», also eine verdeckt wirkende betörende mentale Kraft, welche in diesem Gedicht den Satz *«Und bist du nicht willig, so brauch' ich Gewalt»* ausspricht. Diese Kraft wird übergriffig auf das Kind - Symbol der naturnahen Denkfunktion und des sich natürlich entfaltenden zukünftigen Lebens, - ohne dass es der Vater – unsere Achtsamkeit - realisiert. Erst als es zu spät ist, hört der Vater auf, zu bagatellisieren, und es graust ihm – zu spät, - als er feststellt, dass seine Unachtsamkeit die Zukunft unwiderbringlich diesem Reich überlassen hat.

Wollte sich der Leserbriefschreiber, welcher dieses Zitat *«Und bist du nicht willig, so brauch' ich Gewalt»* aus dem Mund des Erlkönigs verwendete, wirklich absichtlich mit dieser zerstörerischen Macht identifizieren? – Niemand kann so etwas bewusst wollen.

Doch ein wenig Unbewusstheit und schon hat der analytische Verstand unsere Finger zum Schreiben benutzt, als ob dieses Dienstprogramm unseres Gehirns der Herr des Hauses wäre.

Ich empfehle, die Thematik der unbeaufsichtigten Wahrnehmungsvorgänge ernst zu nehmen.

Bewusst anwesend zu sein in den Entscheidungsprozessen unseres Gehirns, hat für jeden einzelnen aber auch für uns als Menschheit eine überlebenswichtige Bedeutung gewonnen. Die Pandemie führt uns dies auf vielfältige Weise vor Augen.