

In Umbruchszeiten sortiert sich vieles neu – Interview mit dem Filmemacher und Internet-TV-Pionier Prof. Dr. Michael Vogt

Michael Friedrich Vogt hat Geschichte und Politische Wissenschaften studiert. Es war als Presse-, Kommunikations- und Marketingchef in mehreren Unternehmen und Verbänden tätig und lehrte an Universitäten im In- und Ausland. Zudem hat sich Michael Vogt als Journalist und Dokumentarfilmer einen Namen gemacht. Da er in seiner journalistischen Arbeit immer wieder »heiße Eisen« angefaßt hat, durfte er am eigenen Leibe erleben, wie es Journalisten ergehen kann, die nicht mit dem Strom schwimmen. Sie werden ausgegrenzt und teilweise medial »hingerichtet«. Heute betreibt Michael Vogt den Internet-Sender »Michael Vogt.TV« (www.m-v.tv) und befaßt sich mit Themen, die im Mainstream keine Lobby haben.



Lieber Michael, es ist einige Jahre her, seit wir uns das letzte Mal getroffen haben. Und in dieser Zeit ist sehr viel Einschneidendes bei dir passiert. Beginnen wir mit deinem Schlaganfall. Kannst du uns aus deiner Sicht erzählen, was damals geschah und warum danach so viel Unruhe in deinem Umfeld herrschte?

Prof. Dr. Michael Vogt
Aus heutiger Sicht kann ich zunächst einmal sagen, daß

ich ausgelöst durch meinen extrem schweren Schlaganfall im Sommer 2017 die gravierendste Zäsur in meinem Leben durchgemacht habe. Mit dem Zusammenbruch meiner kompletten Energie war ich gleichzeitig in einer sehr defensiven Position. Ich war zu 100 Prozent auf Hilfe und Unterstützung angewiesen. In der Situation der eigenen Schwäche konnte ich sehr

schnell erkennen, wer von meinen Freunden, Kollegen und nahestehenden Mitmenschen tatsächlich zu mir hält und wer nicht. Neben Oleg Lohnes, der seit Jahren Tag und Nacht zu mir hält und meiner Frau Sabine, waren es nur sehr wenige Menschen, die sich ähnlich verhielten.

Daß meine klar formulierten Wünsche und Bedürfnisse in dieser Zeit nicht be-

achtet und akzeptiert wurden, war die eine Tatsache. Es wurde nahezu durchgängig das Gegenteil von dem gemacht, was mich während der Zeit meiner Reparatur und Regeneration unterstützt hätte. Was ich on top erleben mußte, waren Psychoterror, Rufmord, Sabotage und Ausgrenzung. Die großangelegte und bewußt organisierte Strategie, mich auf diese Art und Weise mundtot zu machen und zu vernichten, interessierte im Übrigen keinen der Kollegen aus der damaligen alternativen Medienszene. Trotz all meiner Aufforderungen und regelmäßigen Veröffentlichungen hat niemand recherchiert und Fragen gestellt.

Bereits mehrfach berichtete ich darüber, daß es mit Hilfe des Wissens und der exzellenten Arbeit von Oleg Lohnes gelang, daß ich wenige Wochen nach meinem sehr schweren Schlaganfall Ende Juni 2017 bereits im September desselben Jahres wieder vor der Kamera stand. Das war deshalb notwendig geworden, weil ich der gegen mich gerichteten

Rufmordkampagne entgegenzutreten mußte. Ausgerechnet an diesem Wissen, aufgrund dessen ich nachweislich zu 100 Prozent wiederhergestellt und repariert wurde, hat aus der Alternativ-Medien-Szene bis heute niemand Interesse gezeigt. Mit meinen Veröffentlichungen wollte ich neugierig machen. Dabei ging es um das für meine Heilung verantwortliche Wissen, das in der Lage ist, Menschen in ihrer persönlichen und gesellschaftlichen Entwicklung konstruktiv zu unterstützen und unter anderem auch gesund werden zu lassen. Doch ich mußte erleben, daß es keine Bereitschaft gab, auch nur eine einzige Frage zu stellen. Diesem Wissen begegnete man ausschließlich mit Ignoranz. Keine meiner Veröffentlichungen fielen auf fruchtbaren Boden.

Fakt ist: Die mich nach meinem Schlaganfall behandelnden Ärzte haben mehrfach bestätigt, daß sie aufgrund der Schwere des Schlaganfalls mit ihrem Latein am Ende seien. Die gleichwohl sehr schnell eintretenden, unerwarteten Heilungserfolge haben die Schulmediziner dann schlicht sprachlos gemacht. Es ist bemerkenswert, daß in der Alternativszene oft und ausführlich über Dinge berichtet wird, die *nicht* funktionieren. Warum das so ist, sollte man kritisch hinterfragen. Der größte Teil meiner Veröffentlichungen in den beiden Jahren nach meinem Schlaganfall war reine Notwehr. Was ich damit erreichen wollte, war, daß Dritte näher hinschauen und sich Fragen stellen, so wie es in »guten alten Zeiten« in der alternativen Medienszene einmal Usus war. Doch nichts dergleichen geschah.

Die Wahrscheinlichkeit der Unterwanderung der »Alternativen Medienszene« ist hoch. Der Leitgedanke der

Alternativmedien, da hinzuschauen, wo andere wegsehen, wo Terror geschieht und Wissen unterdrückt wird, hat sich durch die Causa Vogt erledigt. Durch mein persönliches Schicksal wurde bewiesen, daß die Alternativmedien massiv im Widerspruch zu ihren eigenen Grundsätzen agieren und nicht mehr das machen, wofür sie sich ausgeben und wofür sie einstmals angetreten sind. Durch ihr eigenes Verhalten haben sie sich selbst disqualifiziert. Eine solche Szene hat sich meines Erachtens ad absurdum geführt.

Die von dir angesprochene Unruhe ist eine charmante Untertreibung dessen, was tatsächlich stattgefunden hat. Die über Jahre stattgefundenen Versuche, mich mittels Sabotage, Rufmord und Psychoterror mundtot zu machen, endeten erst, als ich 2019 endlich die Kraft hatte, wenigstens ansatzweise öffentlich Klartext zu reden. Die Voraussetzungen, daß bei mir eine vollständige Reparatur und Regeneration würden eintreten können, wären unter den oben beschriebenen sehr schweren Bedingungen und Voraussetzungen die denkbar ungünstigsten. Das es dennoch gelang, zeigt und beweist die überragenden Fähigkeiten von Oleg Lohnes.

Du bist ja einer der Pioniere des Internet-Fernsehens. Wenn ich es richtig weiß, begann alles mit »Alpenparlament-TV«, wo brisante Themen behandelt wurden, die im Mainstream keine Beachtung fanden. Dann folgte der sehr erfolgreiche Sender »Quer-Denken-TV«. Der Begriff »Querdenker« ist ja seit Corona ziemlich verbrannt, wofür die Massenmedien nachhaltig gesorgt haben. Hast du dich deshalb entschieden, das alte Projekt hinter dir zu lassen und komplett neue Wege

zu gehen? Und welche Themen behandelst du auf Michael Vogt.TV?

Prof. Dr. Michael Vogt Noch vor »Alpenparlament-TV« startete ich 2007 mit »secret-TV«, einem der allerersten TV-Sender im deutschsprachigen Internet. In beiden Formaten bin ich insofern ungewöhnliche Wege gegangen, als ich jeweils brisante Themen jenseits des Mainstreams aufgriff und damit für den Zuschauer interessante und spannende Wissenslücken schließen konnte. Um mit QDTV erfolgreich zu sein, bin ich weit über meine Grenzen gegangen. Mein Ziel war es, in einer möglichst kurzen Frist so viele Menschen wie möglich über die Machenschaften der Herrschenden aufzuklären. Ich denke, daß ich einen großen Anteil daran habe, daß heute sehr viele Menschen im deutschsprachigen Raum aufgewacht sind.

Du hast absolut Recht, daß der Name »Querdenker/Querdenken« seit Corona ziemlich verbrannt ist. Ob das plötzlich inflationäre Auftreten von »Querdenker/Querdenken« ein reiner Zufall ist, kann ich nicht sagen. Ich glaube es, ohne es belegen zu können, allerdings nicht. Oleg Lohnes, der seit vielen Jahren auch mein Unternehmensberater ist, empfahl mir lange Zeit, bevor Corona ein Thema wurde, mich von dem Begriff »Querdenken« zu verabschieden und ein komplett neues Format zu etablieren. So entstand »Michael-Vogt.TV«. Den Formatwechsel habe ich zu keinem Zeitpunkt bereut. Viele meiner Themen von »Quer-Denken-TV« habe ich über Jahre ausreichend kommuniziert. Das, was ich mit QDTV erreichen wollte, habe ich erreicht. Ganz bewußt lege ich jetzt den Fokus auf meine neuen Ziele.

Nach meinem Schlaganfall und der damit verbundenen Zäsur, habe ich mir sehr intensiv die Frage gestellt, was mir einen wirklichen Antrieb gibt, gerade jetzt weiterzumachen. Meine Aufgabe sehe ich inzwischen darin, über die Dinge zu berichten, die andere Menschen, die konstruktiv, kritisch, sachlich und nüchtern denken, wirklich weiterbringen. »Michael-Vogt.TV« stellt Themen, Experten und Menschen vor, die sich in ihrem Denken, Wirken und Handeln für eine lebenswerte und menschenfreundliche Zukunft einsetzen. Viele von diesen Spezialisten sind mit ihren Forschungen, Innovationen und Projekten unserer Zeit voraus.

Wir erleben ja derzeit eine nie dagewesene Gleichschaltung der sogenannten »Qualitätsmedien«. Bisweilen hat man den Eindruck, sie schöpfen alle aus derselben Quelle. Doch nicht nur die kolportierten Themen gleichen sich, sondern auch das propagierte Weltbild. Wissenschaft und Big Pharma über alles! Spiritualität, Naturheilkunde oder ganzheitliches Denken scheinen hingegen nicht nur unerwünscht, sondern geradezu subversiv zu sein. Du warst ja selbst lange Teil des Mainstreamjournalismus. Wie erlebst du die aktuelle Medienlandschaft?

Prof. Dr. Michael Vogt Hier will ich zunächst eines klarstellen: Ich war viele Jahre für verschiedene Organisationen und Verbände in der Industrie tätig, aber ich war zu keinem Zeitpunkt ein Mainstreamjournalist. Richtig ist, daß ich mit Wolfgang Venohr und Alfred de Zayas viel beachtete Dokumentarfilme zum Thema Zeitgeschichte gemacht habe. Diese wurden zur besten Sendezeit bei ARD und ZDF ausge-

strahlt, doch die Art, wie diese historischen Themen von uns behandelt wurden, hatte gleichwohl mit dem Mainstream nichts zu tun.

Die Gleichschaltung bei den sogenannten »Qualitätsmedien« ist in der Tat erschreckend, allerdings keine neue Entwicklung. Daß die Mainstreammedien den Eindruck erwecken, sie schöpfen bei den von ihnen behandelten Themen immer aus einer einzigen Quelle, konnte ich genauso beobachten. Der mediale Totalitarismus hat sich inzwischen massiv ausgebreitet. Zusätzlich ist Meinungsmanipulation in den Massenmedien schon lange gang und gäbe.

Was spätestens seit Beginn der Coronakrise immer offensichtlicher wurde, ist, daß ein öffentliches Hinterfragen nicht mehr gewollt ist. So kann man die zunehmende Intoleranz und damit auch den Verfall unserer Gesellschaft belegen. Die Folge ist eine immer schwächer werdende Gesellschaft mit entsprechend schwachem Immunsystem. Daß dann ein Virus einen so verheerenden Schaden anrichtet, wie wir es gerade erleben, ist aus meiner Sicht kein Wunder. Mit der

Instrumentalisierung eines Virus' – egal ob es gefährlich ist oder nicht – hat man in einer Gesellschaft mit geringer Widerstandskraft ein leichtes Spiel. Von daher ist es ebenso kein Wunder, daß vor unser aller Augen und weitestgehend widerspruchlos eine Menge Bürgerrechte abgeschafft wurden.

Das, was hier im Land seit Corona passiert, ist die Folge von Denkweise und Verhalten dieses Volkes. So wurde ein fruchtbarer Boden für eine Diktatur geschaffen. Wir erleben gerade die deutlichen Anzeichen dafür, die Alarmzeichen stehen alle auf Rot. In mehreren meiner Veröffentlichungen habe ich vor den Gefahren einer ignoranten Denkweise gewarnt. Was wir momentan im Großen erfahren, weist in Teilen starke Parallelen zu dem auf, was ich in den vergangenen Jahren mit der Alternativen Medienszene erleben mußte. Nach den von mir gemachten Erfahrungen, kann ich nur empfehlen, auch mit den Alternativmedien äußerst kritisch umzugehen.

Während du mit deinen Internetformaten der Zeit um viele Jahre voraus warst, schießen

pseudojournalistische YouTube-Kanäle inzwischen wie Pilze aus dem Boden. Zahllose »Influencer« ringen um die Gunst ihrer »Follower«. Ein wahres Heer an »Faktencheckern« verteidigt die politischen Narrative und macht – wie einst die katholischen Inquisitoren – Jagd auf »Ungläubige«. So mancher Journalist fürchtet sich davor, exkommuniziert zu werden, wenn er nicht mit dem Strom schwimmt ... Ganz ehrlich, macht dir die Medienarbeit unter diesen Bedingungen noch Spaß? Und wie können Journalisten mit Anspruch in diesem medialen Sodom und Gomorra unabhängig und authentisch bleiben?

Prof. Dr. Michael Vogt

Das, was schon lange in den Mainstreammedien passiert, ist einer der Gründe dafür, warum neugierige und interessierte Menschen immer mehr jenseits des Mainstreams nach Informationen suchen. Ich denke auch, daß viele Menschen über so etwas wie einen inneren Seismographen verfügen, der sie spüren läßt, was der Wahrheit entspricht und was nicht. Jede totalitäre Entwicklung provoziert immer eine entsprechende Gegenentwicklung. Was nicht gleich-

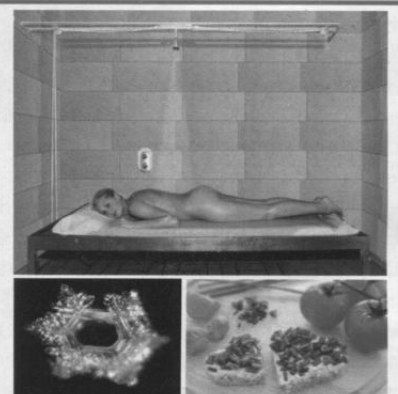
zeitig bedeutet, daß alles, was außerhalb der Mainstreammedien behandelt wird, automatisch eine hohe Qualität haben muß. Hier sollte man sich keinerlei Illusionen hingeben und immer alles kritisch hinterfragen. Nur weil Dinge im Internet publiziert werden, entsprechen sie nicht automatisch der Wahrheit.

Die Medienarbeit macht mir unter diesen Voraussetzungen unverändert Spaß. Für mich bedeutet das unter anderem, daß ich bei der Auswahl der von mir vorgestellten Themen noch mehr auf entsprechende Qualität achte. In der Vergangenheit habe ich durchaus Fehler gemacht: Einiges war zu oberflächlich, und ich habe nicht immer auf die notwendige Qualität geachtet. Glaubwürdigkeit und Authentizität muß man sich immer wieder aufs Neue erkämpfen. Heute ist es mir wichtiger denn je, über die Dinge zu berichten, die Hand und Fuß haben und Menschen tatsächlich weiterbringen. Ich bin zutiefst überzeugt davon, daß genau jetzt der richtige Zeitpunkt dafür ist, Menschen und Projekte vorzustellen, die sich für eine lebenswerte und menschenfreundliche Zukunft einsetzen.



Casa Medica
GESUNDHEITZENTRUM DANTER-QUELLE
CHRISTINA LESER

Obere Augartenstraße 36, 74834 Elztal-Dallau
Telefon 0 62 61 - 8 00 00, Telefax 0 62 61 - 50 40
www.casamedica.de info@casamedica.de



Quellwasser-Dauerbrause und  - Ihr Gesundbrunnen im Odenwald!

Meine Arbeit in dieser neuen Freiheit und Unabhängigkeit erfüllt mich mehr als meine frühere Tätigkeit. Und gerade als ein Journalist, der seinen eigenen Weg geht und ganz bewußt und voller Freude gegen den Strom schwimmt, bin ich froh, in der heutigen Zeit zu leben. Nur mit dieser Haltung kann ich unabhängig und authentisch bleiben.

Du befaßt dich seit vielen Jahren auch mit dem konspirativen Geschehen hinter den Kulissen, was despektierlich oft als »Verschwörungstheorien« bezeichnet wird. Dabei sind Verschwörungen aller Art keine Theorie, sondern gängige Praxis, und das schon seit Menschengedenken. Vieles von dem, was wir heute erleben, war absehbar und wurde von wachen Geistern schon vor vielen Jahren vorausgesagt. Dennoch lehnen viele Menschen die Vorstellung ab, daß nicht der Zufall die Welt regiert, sondern mächtige Menschen mit großen Eigeninteressen. Woran liegt das?

Prof. Dr. Michael Vogt
Es ist immer schon absolut bequem gewesen, ein klar strukturiertes Weltbild zu haben und darin zu leben. Und

was in ein solches Weltbild nicht hineinpaßt, wird oft als eine »Verschwörungstheorie« abgelehnt. Und daß ein solches Weltbild inzwischen um sich gegriffen hat, zeigt, daß viele nicht mehr in der Lage sind, die Dinge zu hinterfragen.

Dazu muß man wissen, daß der Begriff des Verschwörungstheoretikers ursprünglich von Geheimdiensten entwickelt wurde, um kritische Menschen zu diskreditieren. Das, was wir erleben, ist ein Informationskrieg. Dieser basiert auf Lügen, Verdrehungen und Manipulationen. In der Konsequenz fällt es der Masse immer schwerer, die informative Spreu vom Weizen zu trennen. Den entstehenden Ängsten könnte nur durch die jeweils richtigen Fragen der Boden entzogen werden. Wenn Hinterfragen gesellschaftlich nicht mehr erwünscht ist, kann das nicht geschehen.

Natürlich ist wachen Geistern seit vielen Jahren und Jahrzehnten klar, daß die Welt von mächtigen Menschen mit mächtigen Eigeninteressen beherrscht wird. Wie sollte es auch anders sein? Doch in diese Richtung

zu denken und einen wachen und freien Geist zu pflegen, ist extrem unbequem, macht einsam und findet von daher nur selten statt. Ein freies und offenes Denken ist und bleibt die Ausnahme und ist zudem unerwünscht.

Wir befinden uns unübersehbar in einer Zeit des Umbruchs. Und wohin die Reise geht, weiß keiner so richtig. Wir haben ja vorher über deinen Schlaganfall gesprochen und die Tatsache, daß es bisweilen heftige Schicksalsschläge sind, die unserem Leben eine neue Richtung geben – wenn wir den Wink des Schicksals erkennen und nicht in der Opferrolle verweilen. Wenn du all jenen einen Rat geben solltest, die derzeit orientierungslos sind und mit ihrem eigenen Schicksal hadern, wie würde dieser Rat aussehen?

Prof. Dr. Michael Vogt
Wenn man aus der Opferrolle rauskommen will, muß man bereit sein, Verantwortung zu übernehmen. In Umbruchszeiten sortiert sich vieles neu. Von daher ist es gerade in solchen Zeiten wichtig, dauernd auf die eigene Stabilität zu achten. In einer solchen Situation braucht man

Ziele, für die es sich lohnt zu leben. Man sollte wagen zu träumen und sich die Realität vorstellen, die man gerne erleben möchte. Auch wenn die Zeiten gerade kritisch und schwer sind, ist es wichtig, für all das, was dennoch gut funktioniert, dankbar zu sein. Niemals aufgeben! Wenn man noch keine neuen Ziele für sich gefunden hat, kann man sich lieber kleine Ziele setzen, die man dann auch gut erreichen kann. Man kann sich jeden Tag auch mit Kleinigkeiten etwas Gutes tun und somit die eigene Seele stärken. Seelenstärkung ist das Wichtigste.

Lieber Michael, ganz herzlichen Dank für das offene und sehr persönliche Gespräch.

Das Interview führte

Michael Hoppe

Weitere Infos

www.m-v.tv

buero-040
geomantie

Dipl.-Ing. Michael Greiner

Schippertstraße 22

71540 Murrhardt

Tel: 0152 3355 0281

E-Mail: info@buero-040.de

www.buero-geomantie.de

Schule für Geomantie, Radiaesthetie und ganzheitliche Lebensraumgestaltung

EINFÜHRUNGSKURS RUTENGEGEHEN / H3-INTENSIVKURS

02./03. OKTOBER 2021

MENSCH UND RAUM

16./17. OKTOBER 2021

HEILIGE GEOMETRIE

27./28. NOVEMBER 2021



3G, 2G, 1G, nichts Gt mehr ... für Ungeimpfte!

Oder: Warum ein Lockdown auch seine positiven Seiten hat. - Gespräch mit dem Finanzexperten und »Mr. Dax« Dirk Müller

Dirk Müller ist seit vielen Jahren das Gesicht der Börse. Kompetent und charismatisch versteht er es, das Börsenlatein so zu übersetzen, daß es auch Normalsterbliche begreifen. Er nimmt kein Blatt vor den Mund und spricht Klartext. Für den NATURSCHECK beantwortet er regelmäßig Fragen unserer Leser zu den Themen Politik, Wirtschaft und Finanzen.



Lieber Herr Müller, wie geht es Ihnen? Wie haben Sie den Sommer verbracht

Dirk Müller

Den Sommer habe ich wunderbar verbracht. Ich habe versucht, mich so gut als möglich von den negativen Themen fernzuhalten – was natürlich nicht immer möglich ist. Mein Urlaub fand in Deutschland statt mit dem Wohnmobil, auf den Plätzen, wo man sich nicht testen lassen mußte und wo es keine Gulag-ähnliche Situation gab. Ich kam an einem Campingplatz vorbei, der mich an ein russisches Strafgefangenenlager erinnerte. Er war gespickt mit Ver-

bots- und Gebotsschildern und Einbahnstraßenregelungen für Fußgänger etc.

Und nur einhundert Meter entfernt ein anderer offizieller Platz der Stadt ohne die geringsten Vorgaben, 50 Wohnmobile nah nebeneinander. Hier hat Corona gar keine Rolle gespielt. Ja, das sind schon interessante Zeiten...

Beginnen wir mit dem Thema »Bundestagswahlen«. Hier muß vorausgeschickt werden, daß wir dieses Interview am 24.8.2021 führen und bekanntermaßen noch vieles geschehen kann, das den Wahlausgang beeinflusst. Drei Fragen

auf einmal: Wie geht die Wahl aus? Wer wird neuer Kanzler bzw. Kanzlerin? Und warum?

Dirk Müller

Ehrliche Antwort: Das spielt für mich überhaupt keine Rolle! Wir haben in der Politik momentan keine Alternativen. Die Parteien sind mit winzigen Unterschieden alle deckungsgleich. Wir haben auch keine echte Opposition mehr. Wenn es einmal Widersprüche gibt, dann nur aus politischem Kalkül, damit man sich etwas profilieren kann. Aber inhaltlich ist man quasi identisch.

Ich beschreibe es einmal so: Wenn Sie einem Veganer drei verschiedene Steaksor-

ten vorsetzen, dann ist das in etwa so, wie ich es momentan in der Politik erlebe. Ich habe nur die Wahl zwischen Dingen, die ich nicht will. Und wer da am Ende der Vorturner ist, ist mir dann egal. Mehr dennje gilt der Spruch von Horst Seehofer aus dem Jahre 2010: »Diejenigen, die entscheiden, sind meist nicht gewählt, und diejenigen, die gewählt werden, haben meist nichts zu entscheiden.«

Gemäß meiner Lebensphilosophie als ganzheitlich und ökologisch denkender Mensch, müßte ich eigentlich zwingend eine grüne Partei wählen. Doch ganz ehrlich: wenn ich mir die Prot-

agonisten und auch die aktuelle Ausrichtung der Grünen betrachte, finde ich mich dort kaum noch wieder. Umweltschutz durch Preiserhöhungen, unbegrenzte Zuwanderung, Impfpflicht, Gendersprache ... Was mir aber vor allem fehlt, ist der spirituelle Aspekt - sind es doch die grünen »Realos«, die sich gegen Homöopathie, Naturheilkunde, Heilpraktiker etc. aussprechen, die Spiritualität als Esoterik bezeichnen und die oft naturferne Wissenschaft zum Maß aller Dinge verklären. Wie erleben Sie dieses »grüne Paradoxon«?

Dirk Müller

Das sehe ich ganz genauso. Was ursprünglich einmal die Gründungsgedanken zumindest der Basis der Grünen waren, hat absolut nichts mehr mit dem zu tun, was die grüne Politik heute darstellt. Wenn man sieht, daß die Grünen inzwischen Vorreiter bei der Unterstützung internationaler Waffengänge sind und ganz vorne dabei, wenn die Amerikaner wieder irgendwo in der Welt mit ihrem Militär einmarschieren, oder eine Frau Baerbock, die derzeit wieder Waffenlieferungen an die Ukraine fordert, hat das nichts mehr mit der ehemaligen Partei des

Spirituellen, des Naturverbundenen, des Pazifistischen, aus der Friedensbewegung Hervorgegangenen zu tun. Da ist vielleicht ein grüner Anstrich, das war's aber auch schon.

Und was die aktuellen Polit-Protagonisten angeht, da möchte ich einen Freund zitieren, ohne einen Namen zu nennen, der für viele tausende Mitarbeiter in einem großen Konzern zuständig ist. Der sagte: Eigentlich hätte ich ja die Grünen wählen wollen. Aber dann habe ich mir überlegt: Würde ich der Baerbock einen Job geben, wenn die sich bei mir bewerben würde? Nein, auf gar keinen Fall! Und dem Lachet würde ich ein Vorruhestandsangebot machen. Ich kann die nicht wählen! (lacht)

Das ist ein guter Übergang. Kanzlerkandidatin Annalena Baerbock hat ja mit Angela Merkel etwas gemeinsam: Sie wurde 2020 vom Weltwirtschaftsforum in das Young Global Leader Programm aufgenommen. Für alle, die es nicht wissen: Der von Klaus Schwab gegründete »Club der größten Konzerne« kümmert sich um zukünftige politische Führungskräfte. Sie bekommen von der Konzernlobby eine ent-

sprechende Ausbildung. Angela Merkel gehörte 1992 zur ersten Runde des Eliten-Programms, ebenso wie der spätere spanische Ministerpräsident Aznar, der EU-Kommissionschef Barroso, der britische Regierungschef Blair, sowie der französische Regierungschef Sarkozy. Auch Emmanuel Macron und unser lieber Jens Spahn haben das Programm erfolgreich durchlaufen. Ein Schalk, der Konspiratives dabei denkt. Entweder hat das Forum ein gutes Händchen für Politiktalente, oder die Unterstützung des Großkapitals hilft, um die Auserwählten in die höchsten Etagen zu manövrieren. Wie sehen Sie diesen Club der elitären Talentförderer? Und welche Gegenleistung müssen Geförderte erbringen?

Dirk Müller

Ich sehe – um nochmal auf Seehofer zurückzukommen –, daß die, die nicht zur Wahl stehen, im Hintergrund inzwischen mehrheitlich die Entscheidungen treffen. Daß sie sich ihre Politiker heranzüchten und ins Amt bringen. Und idealerweise solche Politiker, die so wenig Eigengestaltungsspielraum wie möglich einfordern, sondern in der Regel das durchsetzen, was man ihnen souffliert. Und

wenn man aktuell sieht, daß der ehemalige Siemens-Industrievorstand Joe Kaeser, der ja ein ganz wesentlicher Protagonist der internationalen Konzernszene ist, sich für eine Kanzlerin Baerbock ausspricht, dann kann man leicht ermessen, daß die Konzerne Frau Annalena »Ich-komme-eher-vom-Völkerrecht« Baerbock sicher nicht wegen ihrer überragenden Kenntnisse der Industriepolitik bevorzugen.

Kommen wir zum unvermeidlichen »C-Thema«. Während immer mehr Länder aus der Pandemie aussteigen und die fragwürdigen Maßnahmen aufheben, bleibt die Politik hierzulande auf Kurs. Dabei zeigt sich immer mehr, daß die vielgescholtenen »Querdenker« und »Verschwörungstheoretiker« in fast allen Kritikpunkten rechthatten: Wir erleben nun eine Zweiklassengesellschaft aus Geimpften und Ungeimpften und die Impfpflicht durch die Hintertür. Dabei ist die Impfung nicht der versprochene Heilsbringer. Selbst dreifach Geimpfte erkranken, übertragen Viren und erleben teilweise heftige Impf-Nebenwirkungen. Dennoch erhalten sie Privilegien gegenüber gesunden Menschen. Statt

APOTHEKER BERND KLEINHANS

- » HOMÖOPATHIE
- » SCHÜSSLER-SALZE
- » BACH-BLÜTEN
- » NATURKOSMETIK
- » EIGENE TEEMISCHUNGEN
- » ETHERISCHE ÖLE
- » HILDEGARD MEDIZIN
- » ALLES FÜR MUTTER & KIND
- » ANTHROPOSOPHISCHE ARZNEIMITTEL

IHRE APOTHEKE FÜR
NATURHEILMITTEL



KAISERSTR. 32 · HEILBRONN
TEL. 07131-89071 · FAX 89073
NATUR@SICHERERSCHHE.DE
WWW.SICHERERSCHHE.DE

sicherer'sche
APOTHEKE



3G fordert man nun 2G und in Österreich bereits 1G, also Freiheiten nur noch für Geimpfte. Diskriminierung für Gesunde auf allerhöchstem Niveau! Wie sehen Sie die aktuelle Lage? Und wohin wird die Reise gehen?

Dirk Müller
Das ist exakt das, was ich bereits vor über einem Jahr angekündigt habe. Das wird kommen. Der Weg ist vorgepflastert. Es geht dahin, daß man ohne Impfung am öffentlichen Leben nicht mehr teilnehmen kann. Es wird einen Impfpfaß geben, und an den Impfpfaß werden in einer späteren Phase alle weiteren persönlichen Informationen geknüpft werden, so daß man dann ein internationales und individuelles Dokument hat zur Kontrolle jedes Einzelnen.

Die Wenigsten werden sich dem entziehen können, sei es auf Druck der Familie, der Gesellschaft, der Teilhabe am öffentlichen Leben oder einfach der Notwendigkeit, Geld zu verdienen. Der überwiegende Teil der Bevölkerung wird sich fügen. Und wer sich fügt, wird es spätestens mit einigem zeitlichen Abstand gut und richtig finden und große Abneigung gegen »die Anderen« empfinden.

Das ist das, was wir erleben werden ... und zwar international. Es ist das Perfide und Faszinierende, daß es hier offenkundig gelungen ist, dies international durchzuziehen. Es gibt kein Land, in das man sich zurückziehen und dem ganzen Wahnsinn aus dem Weg gehen könnte. Wir erleben ein seit vielen, vielen Jahren geplantes Szenario, das jetzt generalstabsmäßig abgespult wird.

Ich war kürzlich in Frankreich, wo gerade Geimpfte landesweit gefragt wurden, »warum« sie sich haben impfen lassen. Nur sage und schreibe acht Prozent (!) gaben an: aus gesundheitlichen Gründen! Dem Rest ging es tatsächlich um Reisendürfen, Re-

staurantbesuche, Zwang durch den Arbeitgeber etc. Anscheinend liegen die Umfragewerte hierzulande in einem ähnlichen Bereich ...

Dirk Müller
Ja, das ist schon sehr paradox. Aber es zeigt auch die Grundproblematik: Die meisten, die sich derzeit nicht impfen lassen wollen, haben ja kein grundsätzliches Problem mit Impfungen. Das Hauptargument nahezu aller Skeptiker, die sich gegen die Impfung aussprechen, ist, daß sie mit der Art der Impfstoffe nicht einverstanden sind. Denn es ist ja im Grunde gar keine Impfung, sondern eine gentechnische Behandlungsmethode, für die es – logischerweise – noch keinerlei langfristige Erfahrungswerte und Studien gibt über die gesundheitlichen Folgen etc. Was ja auch aus den Verträgen der Pharmahersteller mit der Bundesregierung hervorgeht, die kürzlich »geleakt« wurden. Wir wissen nicht, was da in Zukunft passiert. Kosten für Impfschäden müssen die Pharmaunternehmen auch nicht tragen.

Würde man den Skeptikern sogenannte Totimpfstoffe anbieten, wie sie beispielsweise in Asien eingesetzt werden und die von der WHO zugelassen sind, hätten wir vielleicht ein anderes Bild. Stattdessen zwingt man den Menschen diese neue, wenig geprüfte Behandlungsmethode auf ... Warum? Was ist der Hintergrund?

Das ist eine gute Frage, die sich jeder mündige Bürger stellen sollte ... Themenwechsel: Mitte August haben die Taliban »völlig überraschend« Kabul eingenommen und die gewählte afghanische Regierung gestürzt. Ex-Präsident Ghani flüchtete angeblich mit 169 Millionen US-Dollar Bargeld im Gepäck nach Abu Dhabi. Nun fragen sich Militär-Experten, wie dieser Taliban-Sieg möglich war. Denn die afghanische Armee bestand aus 300.000 Soldaten, vom Westen gut ausgebil-

det und mit Hightech-Ausrüstung ausgestattet. Zudem mit einer intakten Luftwaffe. Die 100.000 Taliban hingegen seien »Bettler in Sandalen, mit Kalaschnikows«. Doch hat sich die hochgerüstete Staatsarmee anscheinend gar nicht gewehrt, und es ist kaum zu Kämpfen gekommen. Wie haben Sie dieses seltsame Spektakel wahrgenommen?

Dirk Müller
Es ist etwas, das wir seit Jahrzehnten immer wieder erleben, wie etwa in Vietnam oder anderen Ländern: Immer war es ein Kampf gegen die Bevölkerung, ein Versuch, die westlichen Ideale, Werte und Wertvorstellungen anderen Völkern überzustülpen. Nach dem Motto: Das müssen die doch auch alle toll finden – tun sie aber nicht! Zumindest nicht in der großen Mehrzahl. Darum fragten sich auch viele Afghanen: Warum sollen wir für die Werte anderer kämpfen? Wenn die als Machthaber weg sind, müssen wir denen auch nicht mehr nach dem Mund reden.

Viele Afghanen, die damals zum Militär gegangen sind oder sich auf die amerikanische Seite geschlagen haben, haben es getan, weil sie dafür bezahlt wurden. Man ist es gewohnt, immer denen zu dienen, die gerade an der Macht sind. Das hat man über Jahrhunderte gelernt. Und als klar war, die lassen uns im Stich, von denen ist nichts mehr zu erwarten, da wechselte man eben die Seiten.

Zudem haben es die Taliban sehr geschickt gemacht. Sie waren ja schon in den Städten überall präsent. Sie sind nicht von außen auf die Städte zugestürmt, sondern haben über Jahre ihre Schlafzellen mit jeweils hundert von Kämpfern in den einzelnen Städten platziert, die dort undercover gelebt haben und dann – als es Zeit war – bewaffnet aus ihren Wohnungen gekommen sind. Die Taliban mußten nicht von außen die Städte einnehmen, die wa-

ren schon drin. Und man kann ja nicht die eigene Stadt bombardieren.

Während die Taliban alles von langer Hand vorbereitet haben, wurde vom Westen her absolut dilettantisch agiert. Anscheinend war die mächtigste Militärmacht der Welt nicht in der Lage, einen geordneten Rückzug zu organisieren. Und die politische Aussage, das Ganze sei überraschend passiert, ist ein Witz!

Aber eine Frage muß man sich schon stellen: Was bedeutet diese Situation für den amerikanischen Staat? Wir haben ja in jeder Regierungsform eine ähnliche Aufteilung. Wir haben einen Präsidenten oder einen König, der erklärt, wie er sich das Land vorstellt. Dann gibt es eine Regierungselite, die beauftragt ist, diese Vorstellungen umzusetzen und den Staat zu organisieren. Dazu das Volk, das individuelle Bedürfnisse hat.

Das heißt, der Vertrag zwischen der regierenden Elite und dem Volk, also der breiten Masse, ist: Wir garantieren euch innere und äußere Sicherheit, stellen den Ordnungsrahmen dar, damit ihr euch um nichts kümmern müßt. Als Gegenleistung bringt das Volk Loyalität gegenüber dem Staatswesen und bezahlt seine Steuern. Das ist der Vertrag, der seit Jahrtausenden in fast allen Regierungsformen gilt. Und jetzt haben wir in den USA die Situation, daß der Staat, daß die Regierungselite diesen Vertrag – offenkundig und für jeden sichtbar – zunehmend nicht mehr erfüllt. Man baut landesweit Polizeistationen ab, was zu Unruhen auf den Straßen führt. Nun ist man auch nicht mehr in der Lage, außenpolitisch Sicherheit zu gewährleisten, sondern läßt sich durch eine Horde mittelalterlich ausgerüsteter Paschtunen über den Haufen rennen.

Je mehr der Staat seine Aufgaben nicht mehr erfüllt,

desto größer ist die Gefahr, daß das Volk seinerseits seine Loyalität aufkündigt. Die herrschende Elite verliert so ihre Machtposition. Aber irgendwann wird die dann wieder übernehmen. Während das in Afghanistan die Taliban sind, sind es im Westen dann vielleicht Konzernstrukturen, die sich als Lösung anbieten und das Machtvakuum füllen ...

Das ist ein interessanter Gedanke. Es sind ja wohl schon jetzt mehr von Konzernen finanzierte Söldner in den Krisengebieten als staatliche Militärs.

Dirk Müller

Das ist zunehmend der Fall, ja. Schauen wir nur auf die Opiumproduktion in Afghanistan: die hat sich vervierfacht, nachdem die Amerikaner ins Land gekommen sind. Diese Plantagen werden teilweise von Söldnern geschützt. Ich bin gespannt, wie sich das unter den Taliban entwickelt.

Hier noch etwas für all jene, die gerne auf Zeichen achten: Das Bild eines US-Militär-Flugzeugs, umringt von hunderten flüchtenden Afghanen, ging millionenfach geteilt um die Welt. Es ist leicht im Internet zu finden und quasi das Symbol für die Invasion der Taliban und die Flucht der Amerikaner nebst Kollaborateuren. Wer genau hinschaut, sieht, daß die Flugzeugnummer 1109 ist, was stark an den 11. September erinnert, der sich gerade zum 20. Mal jährt und angeblich der Grund für die Besetzung Afghanistans war. Alles Zufall oder ein Signal? Und an wen ist es gerichtet?

Dirk Müller

Zum einen bestätigt dieses Bild das, was ich gerade gesagt. Der amerikanische Staat wird zunehmend vorgeführt oder zeigt sich selbst als »nicht Herr der Lage«. Und das ist eine sehr gefährliche Situation. Was die Flugnummer 1109 angeht, da bin ich überfragt. Vielleicht ist es tatsächlich ein Zufall ...

Ja, wer weiß? Um an Ihren Gedanken, anzuknüpfen: Ein US-Präsident Biden erscheint tatsächlich alles andere als Herr der Lage oder gar als mächtigster Mann der Welt ...

Dirk Müller

Und das ist definitiv kein Zufall! Wenn ich einen solchen Mann in Position bringe, von dem jeder weiß, daß er nicht mehr selbständig gerade sprechen kann, dann habe ich einen Grund, dies zu tun. Jetzt könnte man sich wieder fragen: Wer hat ein Interesse daran, einen solch schwachen Präsidenten aufzustellen, der seine Aufgabe gar nicht erfüllen kann?

Auch diese Frage lassen wir offen. Es kann sich jeder seine eigenen Gedanken machen. Laut Innenminister Seehofer werden sich nun geschätzte fünf Millionen Afghanen auf den Weg nach Deutschland machen. Einige Politiker fordern bereits, zumindest all jene aufzunehmen, die mit dem Westen kooperiert haben. Auch diese Diskussion trägt sehr viel Zündstoff in sich, da bereits heute ca. 270.000 afghanische Asylbewerber in Deutschland leben, größtenteils ohne Einkommen. Die Kriminalitätsstatistik 2020 zeigt zudem, daß über 18 Prozent aller Sexualstraftaten und auch viele Drogendelikte von dieser Minderheit ausgehen. Gefolgt von syrischen Straftätern. In Berlin führt die Polizei einen fast aussichtslosen Kampf gegen arabische Clans mit teilweise tausenden von Mitgliedern. Anstatt die bösen »Querdenker« zu kriminalisieren, wäre es sicher an der Zeit, unsere Zuwanderungspolitik zu überdenken. Eine weitere von vielen Baustellen hierzulande kommen wir zum Thema Börse. Hier habe ich – ehrlich gesagt – etwas den Überblick verloren. Was hat sich in Sachen Weltfinanz in den letzten drei Monaten getan? Und was erwartet uns in den nächsten drei Monaten?

Dirk Müller

Wir haben nach wie vor Riesenprobleme, was die Versorgungslage der Industrie angeht. Und wir wissen nicht, was über das Winterhalbjahr an wirtschaftlichen Entwicklungen kommt. Der Wahnsinn und die Geldorgien an den Börsen gehen weiter. Das Narrenschiff fährt mit immer höherem Tempo voraus. Ein Narrenschiff, bei dem die Narren oben auf der Brücke sitzen und die verrücktesten Dinge tun und sich dabei totlachen. Und dabei im Moment auch eine Party feiern und Erfolg haben. Wer nicht mitspielt, wird belächelt und als unwissend bezeichnet.

Für uns »Alt-Börsianer«, die wir seit 20 oder 30 Jahren an den Börsen aktiv sind, ist das wirklich eine Situation, die sich mit allem, was wir einmal gelernt haben, nicht mehr vernünftig erklären läßt. Es fehlt komplett die Logik. Daher ist es ratsam, sich etwas zurückziehen und die Wahnsinnigen machen zu lassen. Irgendwann ist die Party dann urplötzlich zu Ende ...

Wie immer zum Schluß die Frage: Was stimmt sie zuversichtlich in diesen schwierigen Zeiten?

Dirk Müller

Meine Zuversicht kommt aus der Erkenntnis, daß sich alles in Wellen bewegt und das Pendel einmal in die eine, dann auch wieder in die andere Richtung ausschlägt. So haben wir in der Vergangenheit großen Raubbau an der Natur betrieben, nun dreht sich das Thema in das extreme Gegenteil bis zum Verbot der Strohhalme. Zuerst einmal jedoch ist es richtig und wichtig, daß wir umdenken, auch wenn es anfänglich über das Ziel hinausschießt. Irgendwann pendelt es sich ein.

Ich für meinen Teil versuche, das Beste aus der Situation zu machen und neue Prioritäten zu setzen. Von den Verücktheiten halte ich mich so gut es geht fern. Ich mache der-

zeit auch keine Vorträge mehr, da ich unter 3G- oder künftig 2G- oder gar 1G-Bedingungen keine Veranstaltungen durchführen oder daran teilnehmen.

Das führt dazu, daß ich viel mehr Zeit habe als früher. Zeit für die wichtigen Dinge, Zeit, um sie auf dem Fahrrad zu verbringen, Zeit, ein Buch zu lesen, etc. Mein Leben war viel zu vollgestopft mit Aktivitäten, die teilweise oberflächlich waren. Nun habe ich mehr Zeit für das Wesentliche und Tiefgründige. So ist das aktuelle Geschehen also auch ein Geschenk für mich, und ich sage manchmal schmunzelnd und mit etwas Galgenhumor: So ein Lockdown hat auch seine positiven Seiten. (lacht)

Lieber Herr Müller, ganz herzlichen Dank für das interessante und wieder sehr offene Gespräch. Wir freuen uns schon auf das nächste Mal!



Das Gespräch führte

Michael Hoppe

Buchtipps

Machtbeben

Heyne Verlag

ISBN: 978-3-453-20489-8

Weitere Informationen

Zum Dirk Müller Premium Aktien Fonds unter www.dirk-mueller-fonds.de

Zum Thema Wirtschaft unter www.cashkurs.com

Bringen Sie sich und andere in Sicherheit! – Interview mit der Gesundheitsexpertin Christina Leser

Christina Leser ist seit 2006 Leiterin und Inhaberin des Casa Medica Gesundheitszentrums in Elztal-Dallau. Dort wird neben Anwendungen wie der Quellwasser-Dauerbrause und vegetarischer Heilernährung auch großen Wert auf die Bewußtseinsbildung gelegt. Vor allem die Funktionsweise unseres autonomen Nervensystems beschäftigt Christina Leser schon lange, ist dieses doch dafür verantwortlich, ob wir uns entspannt und in Sicherheit fühlen oder gestreßt und in einer Art Daueralarmzustand durchs Leben hetzen. Wie wir bewußt in diesen selbstregulierenden Prozeß eingreifen können, erklärt die Gesundheitsexpertin im NATURSCHECK-Interview.



Liebe Frau Leser, derzeit sind viele Menschen verunsichert. Durch Politik und Medien werden täglich neue potentielle Gefahren heraufbeschworen, was nicht unbedingt zur allgemeinen Entspannung beiträgt. Was geschieht in uns Menschen, wenn wir uns ständig bedroht fühlen?

Christina Leser

Im Alarmzustand kann ich nicht mehr klar denken. Denn der Alarmzustand ist ein Überlebensreflex! Früher ging man davon aus, daß unsere emotionalen Probleme in der Hauptsache von der Psyche kommen, heute weiß man, daß das autonome Nervensystem viel entscheidender ist.

Ein paar Zahlen vorab: Wir haben in unserem Gehirn bis zu 100 Milliarden Nervenzellen. Diese sind verknüpft mit 100 Billionen Synapsen. Das sind unvorstellbare Dimensionen. Und wenn man die Nervenbahnen aneinanderlegen würde, käme man auf 5,8 Millionen Kilo-

meter. Das heißt, wir könnten mit den Nervenbahnen, die wir in uns tragen, 145 Mal die Erde umrunden.

Unser autonomes Nervensystem ist ein wahres Wunderwerk der Natur. Ob das Emotionen sind, ob das Gedanken sind, ob das Ideen sind, ob das Lernen ist, ob das die Verdauung ist, ob das der Schlaf ist, ob das die Hormonausschüttung ist, all diese Lebensaspekte werden vom autonomen Nervensystem gesteuert. Und darum ist es auch so wichtig, daß dieses System so funktioniert, wie wir es gerne haben möchten.

Das autonome Nervensystem hat eine riesengroße Aufgabe, nämlich unser Überleben zu sichern. Diese Aufgabe steht über allem anderen. All die Milliarden von Nervenzellen folgen in erster Linie dieser wichtigsten Mission! Alles andere, ob das jetzt Spaß, Freude, Unterhaltung oder auch Lernen ist, kommt erst an zweiter Stelle.

Um also auf Ihre Frage zurückzukommen: Was geschieht in uns Menschen, wenn wir uns ständig bedroht fühlen? Der Sympathikus schaltet auf Dauerfeuer, und wir wechseln permanent zwischen Kampf- und Fluchtreflex hin und her. Geht uns irgendwann die Luft aus, folgt der Totstellreflex, was gemeinhin dann zu Depression oder gar Burnout führt.

Können Sie ein bißchen mehr über die Funktionsweise des autonomen Nervensystems erzählen?

Christina Leser

Um es für mich selbst besser verständlich zu machen, habe ich die drei Hauptfiguren in diesem System als eine Art Cartoons gezeichnet: Den Sympathikus, den ventralen Vagus und den dorsalen Vagus. (Siehe Abbildung)

Der Sympathikus hat die Aufgabe, unser Überleben zu sichern. Er ist wie eine innere Alarmanlage. Meldet er Gefahr, haben wir nur noch zwei Handlungsalternativen: Kampf oder Flucht. Alles andere wird ausgeschaltet. Das heißt: Ihr Körper reagiert, ohne daß Sie darüber nachdenken. In der Form, daß sofort Ihr Puls hochgeht, Ihre Atmung flacher wird, es werden Adrenalin und Kortisol ausgeschüttet, der Blutdruck steigt, der Verdauungstrakt hört auf zu arbeiten, und die Leber verwandelt Glykogen in Glucose. Um diese autonomen Prozesse auszulösen, reicht oft schon ein Geräusch in der Nacht oder der Gedanke an den Zahnarzt. Auch ein Ehestreit kann »Lebensgefahr« signalisieren.

Der Gegenspieler des Sympathikus ist der ventrale Vagus. Die Aktivierung des ventralen Vagus ist Voraussetzung für die Fähigkeit zu Kommunikation und sozialem Kontakt. Zudem ist der ventrale Va-

gus dafür zuständig, uns wieder in Entspannung zu bringen und damit in Sicherheit. Sobald dies geschieht, harmonisieren sich auch die Prozesse in unserem Körper. Das Alarmsystem wird quasi heruntergefahren.

Der dorsale (hintere) Vagus ist der Dritte im Bunde. Wenn unser inneres System erkennt, daß weder Kampf noch Flucht eine Lösung bringen, dann wird der dorsale Vagus aktiviert und sagt: »Ich muß mich totstellen!« Im Tierreich kann man das beobachten, da gibt es den »Totstellreflex«. Tiere stellen sich tot, da sie annehmen, dadurch ihr Überleben sichern zu können. Und tatsächlich gibt es Tiere wie etwa den Löwen, der keine toten Tiere frißt. Gazellen nutzen diesen Überlebenstrick. Ist der Löwe weg, stehen sie wieder auf und bringen sich in Sicherheit.

Zusammenfassend kann man also sagen: Sowohl Sympathikus als auch ventraler und dorsaler Vagus haben eine wichtige Funktion. Sie interagieren. Doch sollte immer der ventrale Vagus der Chef sein, da er für Verbundenheit und Geborgenheit zuständig ist. Die anderen beiden sollen anwesend sein: denn wenn Gefahr besteht, wollen wir, daß die Alarmanlage Sympathikus das signalisiert. Und der dorsale Vagus soll dabei sein, um uns dann, wenn wir uns überlastet haben, zum Ausruhen zu zwingen.

Heute lauern ja Todesgefahren nicht mehr an jeder Ecke. Dennoch reagieren wir bisweilen schon auf kleinste Konflikte, als ginge es um Leben und Tod. Warum ist das so?

Christina Leser

Die innere Alarmanlage ist 24 Stunden am Tag eingeschaltet: sie überprüft über unsere fünf Sinne (Sehen, Hören, Riechen, Schmecken, Fühlen) permanent, ob Gefahr droht oder ob wir in Sicherheit sind. Das ist aber ein uraltes System, das unsere heutigen Lebensumstände und Belastungen oft falsch bewertet und damit Fehlalarme auslöst.

So wird bei manchem schon der Besuch beim Zahnarzt als Lebensgefahr eingestuft. Die hohen Frequenzen des Bohrers und auch die »ungeschützte Haltung« auf dem Behandlungsstuhl mit einem Arzt, der sich über uns beugt, kann vom Sympathikus als Bedrohung bewertet werden.

Die Alarmschwelle liegt bei einem ängstlichen, sorgenvollen Menschen sicher niedriger als bei einem Menschen, der seine Umwelt bewusst wahrnimmt und einen kühlen Kopf bewahrt. Wer gestreßt und überfordert ist, läuft Gefahr, überzureagieren, was wieder das gesamte Überlebensprogramm in Gang setzt. Zudem gibt es Belastungen wie Krankheiten oder Traumata, die einen Daueralarm auslösen, aus dem man oft nicht mehr herauskommt. Das kostet sehr viel Energie. Der ventrale Vagus kommt nicht mehr zum Zug!

Dieses Wahrnehmen und Einordnen in Gefahr oder Sicherheit nennt man auch Neurozeption. Zwischen dem äußeren Reiz, also einer optischen Wahrnehmung, einem Geräusch, einem Geruch, etc. und der Reaktion darauf haben wir eine kurze Zeitspanne, um zu entscheiden, wie wir reagieren werden. Wir haben also die Freiheit, zu entscheiden!



Doch nur, wenn der ventrale Vagus auf dem Chefsessel sitzt. Sitzt dort der Sympathikus, dann reagieren wir automatisch zwischen Kampf und Flucht. Da haben wir keine anderen Möglichkeiten. Wir sollten also lernen, richtig und angemessen auf äußere Reize zu reagieren. Dann können wir auch unsere Ressourcen aktivieren und nutzen. Wir handeln bewußt!

Sicher hat jeder schon Situationen erlebt, bei denen die eigene Reaktion sich im Nachhinein als völlig überzogen herausstellt hat. Viel Lärm um Nichts, könnte man sagen. Wie aber lernt man, in solchen Stresssituationen gelassen zu bleiben?

Christina Leser

Zuerst einmal ist es wichtig zu verstehen, wie und warum unser autonomes Nervensystem so reagiert, wie es reagiert. Es erfüllt ja eine wichtige Aufgabe: unser Überleben zu gewährleisten und uns in Sicherheit zu bringen. Wo aber finden wir Sicherheit?

Schauen wir auf unseren Lebenslauf: Wir kommen auf die Welt und sind nicht alleine lebensfähig. Wir brauchen jemanden, der sich um uns kümmert. Wir wollen verbunden sein mit anderen. Wir wollen versorgt werden. Das ist das, was wir uns wünschen. Und das geht nicht nur uns Menschen so, das kann auch zwischen Mensch und Tier der Fall sein. Oder zwischen Tieren untereinander. Alle sehnen sich nach Sicherheit und Geborgenheit.

Wenn wir unter Druck stehen oder gestreßt sind, findet eine Art Trennung statt. Wir fallen aus unserer Mitte und switchen unbewußt zwischen unterschiedlichen Zuständen hin und her. Hält dieses Getrenntsein zu lange an, benötigen wir Hilfe.

Um den Betroffenen aus dem Daueralarm herauszubringen und den ventralen Vagus zu stärken, nutzen wir in der Casa Medica neben einigen einfachen Techniken der Selbststeuerung auch die Audiovisuelle Wahrnehmungsförderung, kurz AVWF. Diese übermittelt dem System durch bestimmte Schallwellen und Frequenzen die Botschaft: Du bist in Sicherheit! Du kannst dich entspannen! Alles ist gut!

Mit diesem »Reset« durch die AVWF-Therapie nach Traumata, bei Burnout und anderen Stressbelastungen, wie z.B. durch Krankheit haben wir seit Jahren sehr gute Erfahrungen gemacht. Es geht im Grunde immer darum, uns in Sicherheit zu bringen. Durch Corona ist das Thema Sicherheit für ganz viele Menschen weggebrochen. Überall blinken »Alarmmeldungen«, und viele Menschen sind deshalb seit Monaten im Daueralarmzustand ...

Das kann ich nur bestätigen. Daher die Frage aller Fragen: Was kann der Einzelne tun, um zukünftig nicht mehr unnötig in die Sympathikus-Falle zu tappen?

Christina Leser

Es gibt viele Möglichkeiten, Neurorezeption zu trainieren,

also die Art der eigenen Reaktion bewußt zu beeinflussen. Man kann sich z.B. in einer Stresssituation die Fragen stellen: Bin ich gerade wirklich in Lebensgefahr? Was kann denn schlimmstenfalls passieren?

Zudem sollte man auf die eigene Haltung achten: Gebeugte Haltung oder Rundrücken symbolisieren Gefahr. Also gilt es, sich aufzurichten. Aufrechte Haltung bedeutet: Ventraler Vagus ist der Chef!

Auch Lächeln und Lachen werden noch immer unterschätzt. Lächeln gibt dem autonomen Nervensystem das Signal: Alles in Ordnung! Sicherheit! Nicht umsonst wird Lachyoga immer beliebter! Lachen ist gesund! Singen bewirkt dasselbe. Beide melden an den Sympathikus: Keine Gefahr!

Und natürlich unsere Atmung: Wenn Sie merken, Sie regen sich über irgendetwas auf – nehmen Sie sich kurz heraus, atmen Sie einige Male länger aus als ein. Und der Sympathikus beruhigt sich.

Was mir sehr gut gefällt an diesem Wissen von Alarmzustand und Sicherheit ist, was ich durch dieses Wissen alles vermeiden kann. Wenn ich merke, jemand reagiert mit Kampf und Flucht, kann ich bewußt agieren, anstatt ebenfalls in Kampf und Flucht zu gehen. Wenn uns dieser Dreiklang aus Sympathikus, ventralem Vagus und dorsalem Vagus bewußt ist, können wir sehr viel Streit und Stress vermeiden und die Energie, die wir dadurch sparen, für schöne und aufbauende Dinge einsetzen. Darum mein Wunsch: Bringen Sie sich und andere in Sicherheit!

Liebe Frau Leser, herzlichen Dank für dieses hochinteressante und lehrreiche Gespräch.

Das Interview führte

Michael Hoppe

Weitere Informationen

www.casamedica.de