

# Trag die Freiheit weit hinaus

„Alte Muster tauchen wieder auf, wenn du versuchst dich zu ändern.

Erkenne sie an, aber lass sie nicht deinen Weg bestimmen. Emotionaler Umbruch ist Teil des Loslassens“, weise Worte des Münchner Autors und Impulsgebers Oliver Ribbert, die kaum dringender sein könnten...

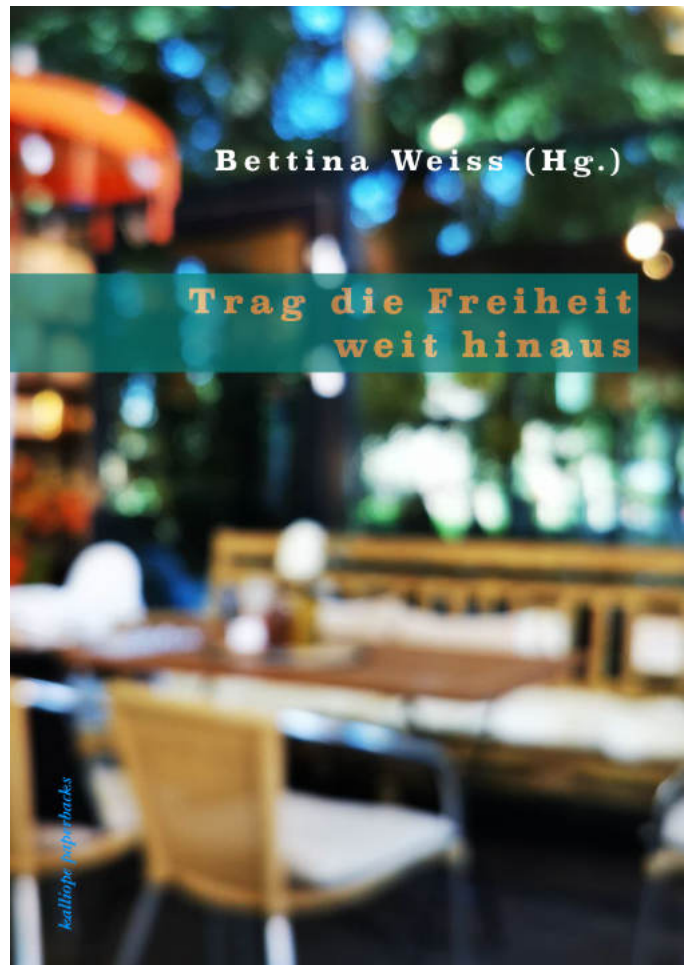
Veränderung beginnt in kleinen Schritten - und mit einer Stimme, die gehört wird. Veränderung impliziert das Loslassen. Die Neuerscheinung „Trag die Freiheit weit hinaus“ (Verlag kalliope paperbacks) gibt Raum für Gedanken, die inspirieren, herausfordern und Mut machen. Wegweisende Impulse zeigen, wie wir uns aus der vermeintlichen Ohnmacht befreien und aktiv Zukunft gestalten können. Sie ist eine Sammlung, die persönliche Erzählungen, Gedichte, Poesie-Prosa, philosophische Reflexionen, Kurzgeschichten

und Impulsbeiträge vereint – so vielfältig wie die Möglichkeiten, die sich uns bieten.

Auf 310 Seiten mit vielen farbigen Illustrationen und Fotografien laden die Freiheitsträger dieser Anthologie – darunter auch dem WALNUSSblatt-Leser bekannte wie Pedro Kraft, Michael Simmermann und Alexander Wiechec – dazu ein, neue Perspektiven zu entdecken, alte Denkmuster zu hinterfragen, Altes loszulassen und eigene Wege bewusst zu gestalten.

Ein paar einleitende Worte der Herausgeberin

Im Frühjahr 2022 erschien im Verlag die Anthologie „Starke Stimmen in Zeiten Coronas“, eine facettenreiche Sammlung aus Kurzgeschichten, Märchen, Essays, Gedichten, Liedtexten, persönlichen Gedanken, Lebensentwürfen, einem Reisebericht und Zeichnungen. Wunderbar vielstimmig, mit scharfer Feder schrieben beziehungsweise zeichneten verschiedene Generationen – im Alter von fünf bis Mitte 70 – gegen Anfeindung, Diffamierung und beredtes Schweigen, über Biosecurity und eine Huxley'sche ‚schöne neue Welt‘, über verlassene Kinderspielplätze und zerrüttete Beziehungen – Beiträge, die manches Mal auch zu Tränen rührten, wie ich aus Rückmeldungen einiger Leser erfahren durfte. Was streckenweise mahnend, kritisierend und anklagend die Verfasstheit unserer Gesellschaft beleuchtete, spendete jedoch auch Hoffnung und Kraft in einer vermeintlich aussichtslosen Zeit.



Nun, drei Jahre später, entstand „Trag die Freiheit weit hinaus“, eine weitere Anthologie, ähnlich der ersten, jedoch mit dem Fokus auf Denkanstöße und transformative Lösungsansätze, die zur Nachahmung anregen sollen oder eine Hilfestellung bieten können. Die Beiträge der Freiheitsträger in dieser Sammlung sind so vielfältig wie die Möglichkeiten, die sich uns bieten. Verkrustungen brechen auf, das Leichte macht sich breit, die vermeintliche Machtlosigkeit, die sich in den Wirren der Zeit verfangen hat, wandelt sich in Selbstbestimmung und mündet in der Freisetzung der eigenen Kräfte, der Selbstwirksamkeit und Selbstverantwortung.

„Trag die Freiheit weit hinaus“ ist ein Fackelruf! Es liegt in unseren Händen, in unserem Tun eine Transformation hin zum Positiven, zum Lebenswerten zu gestalten. In der man sich auch auf alte Werte besinnt, die sich in eine ‚Neue Zeit‘ gut einbringen lassen. In der wir uns Freiräume schaffen, mit Substanz. Für uns, für unsere Kinder und Enkelkinder. Wir wollen keine Transformation in eine Super-Rechner-Dystopie à la Yuval Noah Harari, in der sich alles Menschliche auflöst, auch keine eines Klaus Schwabs oder Ray Kurzweils und auch nicht die eines Robert Sapolskys, der dem Menschen den freien Willen abspricht. Der ihn, den Transhumanisten gleich, als einen biologischen Roboter definiert, dessen Entscheidungen vorherbestimmt seien durch Gene, Erziehung und Lebensumstände. Eine Maschine, deren alltägliche Handlungen lediglich durch Steuerung unbewusster Impulse ausgelöst werden – de facto seelenlos.<sup>1</sup>

In dieser Epoche des Umbruchs die Augen und Ohren zu verschließen wäre jedoch fatal: Die künstliche Intelligenz wird die Begründung für rationale Entscheidungen sein; sie wird die Erklärung dafür sein, dass nicht menschliches Versagen das Leben bestimmt. Sie wird Teil des täglichen Lebens werden, ob wir es nun wollen oder nicht, und die Geschwindigkeit der bereits jetzt schon implementierten Anwendungen ist unvorstellbar.<sup>2</sup> Wir können uns dieser Entwicklung nicht entziehen, aber wir können lernen, die Wucht der Welle abzufedern, indem wir ihre Energie harmonisieren, ähnlich dem Ki in der japanischen Kampfkunst Aikido und der Idee, die Kraft des Angreifers nicht zu blockieren, sondern in den eigenen fließenden Bewegungsablauf zu integrieren.

Das heißt, wir müssen formen, sonst werden wir geformt. Werden wir verformt auch durch Verführung, Bequemlichkeit und die Abgabe der geistigen Prozesse. Wir müssen uns positionieren, sonst werden wir positioniert. Dringend ist daher eine Führung von Nöten, eine Führung im Innern wie im Außen, die sich auszeichnet durch Weisheit und Würde, durch Menschlichkeit, Intelligenz (emotionale Intelligenz; Bewusstseins-Intelligenz), durch fachübergreifende Kompetenzen (kein ‚Expertenwissen‘ konditioniert durch Follow the Science) und durch Wissenschaften, die ohne Drittmittelfinanzierung durch den Diskurs (!) leben. Wir müssen an einem Strang ziehen, der Spaltung entsagen. Wir müssen in uns investieren, ohne uns vorschreiben zu lassen, wie wir zu sein haben. Der Normopathie absagen. Kreatives Denken ist angesagt. Wir müssen uns erinnern und wieder lernen uns wertzuschätzen, wie Cornelia Boksa, eine der Freiheitsträger in dieser Anthologie, so treffend formulierte: »...als Schatz, der sich seiner Wertigkeit bewusst ist.« Im Einzelnen wie im Kollektiv. Wir sollten uns wieder auf Made in Germany besinnen, einst ein Synonym für das Wirtschaftswunder nach dem Zweiten Weltkrieg und ein Gütesiegel für deutsche Wertarbeit. Der Erdingergeist und der Anspruch auf Qualität sind nach wie vor vorhanden, geben wir ihnen auch den Wert, der ihnen zusteht. Werden wir wieder stolz<sup>3</sup> auf das, was wir imstande sind zu leisten!

Die Zeit der Unkenntnis, der Ängste und des Klagens ist vorüber! Bedenke: Ignorance pulls the trigger!<sup>4</sup> Und der Kaiser... nun, der ist nackt.

Ich wünsche dir während des Lesens der freiheitstragenden Beiträge von ganzem Herzen viel Freude beim Vermehren der Erkenntnisse.

#### SONJA MERKLE DAS ENDE DER ANGST

Hier stimmt was nicht! Mein Leben wirft Fragen auf. Und es hat eine scheinbare Pandemie gebraucht, um auf all diese Fragen endlich Antworten zu erhalten.

Alles begann in der Zeit, in der die ganze Welt in Angst und Sorgen über eine scheinbare Bedrohung von außen im Chaos zu versinken drohte. Fragen wurden in mir laut. Aber nicht an die Politiker, Wissenschaftler, Ärzte, Journalisten oder an unsere Gesellschaft, sondern Fragen, die direkt an mich gerichtet waren: Wer bin ich? Bin ich dieser Körper, der geboren wird, aufwächst, sich entwickelt, krank wird, altert und schließlich stirbt? Oder bin ich geistiger Natur? Unsterblich und ewig? Ein Lichtstrahl Gottes? Schließlich kann ich mich beim Leben beobachten... Doch wer ist dieser Beobachter? Und: Warum bin ich hier? Was ist der Sinn? Soll ich hier Aufgaben erfüllen, meine Berufung finden? Pandemien, Naturkatastrophen und Kriege überleben? Die Welt retten? Familien gründen? Beziehungen eingehen, die jederzeit durch den Verlust eines geliebten Menschen enden können? Einfach ein guter Mensch sein? Was tut ein guter Mensch? Freude, Glück und Liebe erfahren? Hat Gott tatsächlich diese Welt, so wie ich sie sehe, erschaffen? Mit all den vergänglichen Dingen, die ich hier erlebe?

All diese Fragen wabern seit Jahren durch meinen Kopf und beschäftigen meinen Geist. Unkonkret, leise und zaghaft haben sie immer mal wieder angeklopft. Um dann sehr schnell, abgelenkt durch eine geschäftige, laute Welt, von mir nicht gehört zu werden. Die Türe nach innen blieb zu.

Diesmal hatte ich meine Fragen endlich laut und deutlich formuliert. An mich. Mit ehrlichem Interesse und ohne Angst vor den Antworten. Und so begab es sich, dass ich mich seit vielen Monaten auf einer spirituellen Reise befinde, die nicht mehr enden soll und in die ich immer tiefer eintauche.

Ich lade dich ein, mir auf diesem Weg ein klein wenig über die Schulter zu schauen. Das Gelesene einfach auf dich wirken zu lassen. Vielleicht als Inspiration für dich, eigene Nachforschungen anzustellen. Meiner Erfahrung nach kreuzen sich unsere Wege nur, wenn es vom Universum so vorgesehen ist. Daher lies ruhig weiter... Doch noch eines vorweg: Es sind meine Antworten, die sich für mich wahr anfühlen, da sich dabei ein tiefer innerer Frieden in mir wahrnehmen lässt. Diese Antworten müssen für dich nicht zwingend stimmig sein. Du kannst darüber gerne den Kopf schütteln, das Ganze als unwissenschaftliche Spinnerei abtun oder in Wi-

derstand damit gehen. Das macht nichts. Vielleicht bist du auch jemand, der gar keine Fragen stellt. Auch das macht überhaupt nichts.

Also zurück auf meinen Pfad, der mich sanft, aber bestimmt zu spirituellen Weisheiten und Lehren führen sollte, die mir dabei helfen, klarer zu sehen und wacheren Geistes zu werden.

Zuerst bin ich über Workshops und Vorträge unzähliger Coaches und Speaker zur Persönlichkeitsentwicklung gestolpert: diese ‚Selbst-Optimierer‘, die mir zeigen, wie ich mein Ego stärke – wie ich selbstbewusster werde, erfolgreicher, mutiger, fokussierter, wie ich besser mithalten kann, in unserer Höher-schneller-weiter-so-Gesellschaft –, gefolgt von Coaches, die die Technik des richtigen Manifestierens lehren, also die ‚Wünsch-dir-was-Programme‘ dieser Welt, die mich mühelos zu mehr Reichtum und der Finca auf Mallorca führen. Leider war die richtige Technik für mich nicht dabei. Ich möchte das alles gar nicht als Unsinn abtun, das wäre sicherlich zu anderen Zeiten in meinem Leben irgendwie hilfreich gewesen, doch diese Dinge waren jetzt nicht dran.

Der Ruf nach tieferen Erkenntnissen war übermächtig.

Die Beiträge, Bücher und Podcasts, die sich mir nun zeigen sollten, konzentrieren sich alle auf unseren Geist als mächtiges Werkzeug, als ein Instrument, wie ich meine Welt im Innen und im Außen wahrnehme. Mir wird erklärt, dass ich alles im Außen tatsächlich durch meinen WahrnehmungsfILTER sehe. Basierend auf meinen Werten, Überzeugungen, Glaubenssätzen und Erfahrungen. Deshalb können mich ganz andere Dinge triggern und aufregen als dich.

Es wird gelehrt, dass es dem Geist möglich ist, auf verschiedene Arten zu denken und die Dinge dann entsprechend wahrzunehmen. Ob wir Liebe oder Frieden denken und erfahren oder Angst und Schuld, hat hier ihren Ursprung. Das Gefühl der Angst wird im Ego erzeugt. Wenn wir diesem Ego viel Aufmerksamkeit schenken, dann kann es sich mächtig aufblasen. Wenn ich mit dem Ego denke, sehe ich Angst und Schuld, in Form von Bedrohungen, Katastrophen, Konflikten, Mangelgedanken, Krankheiten bis hin zum Tod. Das Ego denkt gerne in Täter- und Opferschablonen. Als Opfer gebe ich einer Kraft im Außen Macht über mich. Und mache mich dadurch handlungsunfähig. Mit dem Ego urteile ich den ganzen Tag. Über alles und jeden, der mir begegnet. Auch das darf ich erkennen. Und welche negative Gefühle es in mir auslöst, wenn ich zum Beispiel glaube, ich hätte das Recht, über dich zu urteilen.

Gott sei Dank haben wir die Möglichkeit, die Art der Wahrnehmung zu verändern, indem wir unserem Bauchgefühl, unserer Inspiration folgen, unserem höheren Selbst, unsere innere Führung beziehungsweise unseren inneren Lehrer befragen. Diese innere Führung zeigt sich mir, sobald ich sie aktiv um Hilfe bitte und dann in mein Denken und Handeln einbinde. Die Folge sind friedvolle, liebevolle Gedanken. Was sich unmittelbar in meiner friedvollen Stimmung widerspiegelt. Meine äußere Realität ist ein Spiegelbild meines inneren Zustandes. ‚Wie innen, so außen‘ – die Kernbotschaft von all dem ist für mich: Ich habe eine Wahl, wie ich diese Welt sehen möchte beziehungsweise mit welcher Einstellung ich auf die Dinge und die Menschen schaue. Und darin sind all meine Antworten zu finden. Niemand zwingt mich, diese Welt mit meinem ängstlichen Ego zu sehen. Und in der Folge, mich genauso unsicher und verloren zu fühlen. Wie befreiend ist diese Erkenntnis. Das Ende der Angst.

Ich darf alles, was sich mir zeigt, ansehen, akzeptieren und dann an meine innere Führung abgeben. Nur bewusst entscheiden muss ich mich dafür. Diese Führung ist leise und drängt sich mir nicht auf. Und doch wartet sie nur auf meine Hinwendung. Das ist alles. Darin zeigt sich wahre Freiheit für mich.

Ach ja, bevor ich es vergesse, natürlich wird auch die Frage nach dem Wer bin ich? zufriedenstellend beantwortet: Ich bin ein geistiges Wesen, Licht und Liebe, nicht dieser Körper. Und daher unendlich, ewig, unsterblich. Uff, diese Botschaft beschert dem Ego doch glatt Schnappatmung. Nichts ist vorbei, wenn ich diesen Körper einmal ablege in diesem Spielfilm namens Leben, den ich hier zu erleben glaube. Daher darf ich gerne etwas Drama aus meiner Geschichte nehmen. Von der ich übrigens Produzentin, Regisseurin und Hauptdarstellerin bin. In diesem Theaterstück darf gelacht werden. Am meisten über mich selbst.

---

AUTORIN: Bettina Weiss

Weitere Informationen:

„Trag die Freiheit weit hinaus“

Bettina Weiss (Hg.), Klappenbroschur

310 Seiten mit Farbfotografien und Illustrationen

ISBN 978-3-00-081464-8

Zu bestellen unter:

[www.kalliope-paperbacks.com](http://www.kalliope-paperbacks.com)

1 Ann-Sophie Wisser: ‚Gibt es einen freien Willen? Dieser Wissenschaftler ist überzeugt, dass ihr keinen Einfluss auf eure Entscheidung habt‘. In: Businessinsider, 10.12.2023. <https://www.businessinsider.de/wissenschaft/gibt-es-einen-freien-willen-dieser-wissenschaftler-ist-ueberzeugt-dass-ihr-keinen-einfluss-auf-eure-entscheidungen-habt> (Zugriff am 12.11.2024)

2 Alexander Wagandt: alexanders-Tagesenergie 177 Teil II vom 22.01.2025. <https://www.youtube.com/watch?v=LWTdBMkcb8s> (Zugriff am 27.01.2025)

3 Stolz im Sinne eines Gefühls der Zufriedenheit und der Freude, die der Gewissheit entspringt, etwas Besonderes, Anerkennenswertes oder Zukunfts-trächtiges geleistet zu haben (siehe dazu Wikipedia).

4 Kai Stuht: ‚Ignorance pulls the trigger‘. <https://www.kaistuht.com/project/ignorance-pulls-the-trigger> (Zugriff am 12.11.2024)