

Raimar Ocken
.....
10365 Berlin

den, 19.03.2021

Bezirksamt Lichtenberg von Berlin
Herrn Bezirksbürgermeister
Michael Grunst
Möllendorffstr. 6

10367 Berlin-Lichtenberg

Ich mache mir große Sorgen!

Guten Tag, sehr geehrter Herr Regierender Bezirksbürgermeister Michael Grunst!

Ich erlaube mir ein paar persönliche Worte an Sie zu richten, da ich mir große Sorgen um das Wohlbefinden in unserem Bezirk, unserer Stadt, unserem Land und auf der ganzen Welt mache. Ich wende mich an Sie, da Sie ein politischer Entscheidungsträger sind und sich somit um unsere Belangen kümmern.

Paul U. Unschuld, Direktor des Horst-Görtze-Stiftungsinstitutes an der Charité in Berlin schreibt: *„Mit dem Verlust des Vertrauens wächst das Misstrauen und damit ein Unbehagen. Und vielleicht können hier diejenigen ansetzen, die sich mit den Entwicklungen hin zu einer immer weiter gehenden Kommerzialisierung des Umganges mit Krankheit nicht abfinden möchten“*. Verlag C. H. Beck, 2. Auflage, München (2009).

Darin liegt seit etwa 1985, damals noch in Westberlin ansässig, meine Sorge begründet. Es geht immer mehr Menschen schlecht und „keiner“ schafft Abhilfe. Somit ist mein Vertrauen in unsere Regierung in Stadt und Land verloren gegangen. Seit einem Jahr befinden wir uns in der Zwangslage, dass unsere Grundrechte ausgehebelt wurden und es trotzdem vielen Menschen immer schlechter geht. Woran liegt das? Sind die Glaubenssätze, die diesen Maßnahmen zu Grunde liegen falsch?

Ich habe in der Schule gelernt, dass Viren *nicht* leben. Ein Blick in das *Klinische Wörterbuch Pschyrembel* zeigt mir, dass das immer noch Standard ist. Dort steht, dass Viren nicht leben, da sie weder Stoffwechsel haben noch zur Fortpflanzung fähig sind. Da Viren also nicht leben, sind sie nicht böse, haben keine Absichten, lassen sich nicht vermehren usw. Nun entsteht die Fragen: Warum werden sie aber im menschlichen Organismus unter Umständen immer mehr? Warum macht der Körper das? Diese Frage ist, soweit ich weiß, noch nicht offiziell beantwortet. Stattdessen müssen wir mit Masken herumlaufen, Abstand halten, uns testen lassen, uns digital zunehmend erfassen und überwachen lassen usw. All das macht uns nicht gesund.

Univ.-OAss. Dr. Ulrich Kropiunigg, Wien, schreibt in seinem Buch: *„Psyche und Immunsystem“* auf Seite 38: *„Es ist bekannt, dass Japaner eine geringere Erkrankungsrate haben als z. B. Nordamerikaner. Und dies trotz eines durchschnittlich höheren Zigarettenkonsums, einer stärkeren Industrialisierung und teilweise schlechteren Lebensbedingungen bezüglich Wohnraum und Umwelt“*, Springer Verlag Wien New York (1990).

Sollte uns das nicht zu denken geben? Kann es sein, dass unsere *herrschende* Lehre zu sehr das Wägen, Messen und Zählen im Blick hat, anstatt sich um das Wohlergehen der Menschen

zu kümmern? Wir sind keine Maschinen, sondern Lebewesen mit Herz und Verstand. Manchmal frage ich allerdings: Ist dies unseren Wissenschaftler, Medienmachern, Politikern und Wirtschaftlern (etwas) abhanden gekommen? Warum kümmern wir uns nicht mehr um die Stärkung der Persönlichkeiten, ob groß oder klein, in unserem Lande? Wir sollten unsere Mitmenschen besser aufklären., sie dabei unterstützen, dass sie ihre Ängste vor Viren (und Bakterien) verlieren, wieder Vertrauen in sich selbst und in ihre Mitwelt zurückgewinnen?

Wir Menschen bestehen aus den Bereichen Psyche (Gemüt) und Soma (Körper). Diese beiden Bereiche sind untrennbar miteinander verwoben. Wenn unser Körper Schaden erleidet, dann wirkt sich das auch auf unsere Psyche aus. Umgekehrt ist es genau so. Haben wir zum Beispiel Angst, dann schlottern uns unter Umständen die Knie, sind wir wütend, dann steigt der Blutdruck ... usw.

Das oben angeführte Buch von Herrn Kropiunigg zeigt sehr gut auf, was diese Verbundenheit für Folgen hat. Eines davon sollten wir uns sehr zu Herzen nehmen: Psyche und Immunsystem hängen sehr eng zusammen. Daraus folgt, dass Einsamkeit, Hoffnungslosigkeit, Trauer, Isolationen, Ignoranz, fehlender Körperkontakt usw. sich auf unser Immunsystem auswirken, was zu Krankheit und zum Tode führen kann.

Ich wünsche mir und appelliere diesbezüglich an Ihr Herz und Ihr Gewissen, helfen Sie mit, dass unsere Gesellschaft wieder menschlicher – sprich: gesünder – wird. Mittels Masken, Kontaktsperre, Warn-Apps und Impfungen ist dies jedoch *nicht* zu erreichen, sondern nur von Mensch zu Menschen im wohlwollenden, emotional positiven Kontakt.

In Erwartung Ihrer Antwort verbleibe ich mit freundlichen Grüßen

(Raimar Ocken)

Anhang: Leseempfehlungen (siehe unten)

Anmerkung: Ich stelle diesen Brief auch in meine Website ein und würde auch Ihre Reaktion hinzufügen.

Es ist notwendig, gewohnte Wege zu verlassen, wenn neue Ziele erreicht werden sollen.

Leseempfehlungen: „**Mehr Demokratie wagen und gesünder leben**“

„Das Regieren nach Zahlen ist die letzte Zuflucht eines Landes, das nicht mehr weiß, was es will, und keinerlei Utopie mehr hat.“

Rutger **Bregman**: „Utopien für Realisten“

„Je spezialisierter wir werden, desto weniger haben wir Ärzte den Blick fürs Ganze und desto geringer werten wir selbst unsere eigenen Erfahrungen. Wir vertrauen uns selbst nicht mehr, sondern eher dem Laborwert oder dem bildgebenden Verfahren.“

Umes **Arunagirinathan**: „Der verlorene Patient“

„Der Unmut in der Gesellschaft über die Finanzwelt, die Politik, aber auch die Medien, wird tagtäglich größer. Wir erleben einen historischen Vertrauensverlust in die Finanzwelt, in die Politik, die Kirchen und die Medien.“

Marc **Friedrich** / Matthias Weik: „Der größte Crash aller Zeiten“

„Wir sollten nicht erst versuchen, unsere Vision vom angestrebten Umschwung zu verbergen – von der gesunden, gerechten Welt, die wir schaffen möchten. Wir suchen keine kleinen Veränderungen. Wir wollen eine Generalüberholung unserer Wirtschaft und Gesellschaft. [...] Ich glaube, sobald wir dies auch laut aussprechen, werden wir mehr verbündete finden als erwartet.“

Naomi **Klein**: „Warum nur ein Green New Deal unseren Planeten retten kann“

„Kinder müssen mit Menschen zusammen sein, um Einfühlungsvermögen und Empathie zu entwickeln; mit Robotern zu interagieren kann dies nicht ersetzen.“

Sherry **Turkle**: „Verloren unter 100 Freunden“

„Einen vollkommen objektiven Standpunkt, von dem aus sich feststellen ließe, dass eine Theorie 'absolut wahr' ist, können wir als Menschen nicht einnehmen. Er wäre jenseits unserer erfahrbaren Welt.“

Anders **Indset**: „Quantenwirtschaft“

„[...] Nur durch Zufall entdeckte man, dass der mit dem Füttern beauftragte Student die Tiere gern hochnahm und streichelte. Er hielt jedes Kaninchen vor dem Füttern ein paar Minuten lang liebevoll auf den Arm, und dies allein schien auszureichen, dass die Tiere mit dem Gift in ihrer Nahrung fertig wurden.“

Marianne **Williamson**: „Rückkehr zur Liebe“, zitiert durch Elisa Grati: „Mehr Liebe bitte!“ in: Jens Wernicke u. a. (Hrsg.): „Nur Mut!“

„Statt seine Versuchsratten in Käfige zu stecken, nahm Hebb sie mit nach Hause, wo sie wie Haustiere frei im Wohnzimmer herumlaufen konnten. Tests zeigten, dass seine Tiere besser als die Käfigratten in der Lage waren, Probleme zu lösen.“

Norman **Doidge**: „Wie das Gehirn heilt“

„Die unzufriedensten Menschen sind diejenigen, die ständig Entscheidungen treffen, die allein der Verstand vorschreibt, entweder bewusst, indem sie Gefühle aktiv unterdrücken, oder unbewusst, weil ihnen der Zugang zur eigenen Gefühlswelt versperrt ist.“

Günter **Frank**: „Schlechte Medizin“

„Wissenschaftlichkeit als solche ist niemals schon eine Garantie für die Wahrheit, und erst recht nicht in einer Situation, wo die Wahrheit so sehr gegen die Tatsachen spricht und hinter den Tatsachen liegt wie heute.“

Peter **Nowak**: „Die autoritäre Staatlichkeit und der Konformismus der Linken“ in: Hannes Hofbauer / Stefan: „Lockdown 2020“

„Wir haben zweihundert Jahre damit vertan, ein falsches Bild von uns selbst anzuschauen: den homo oeconomicus, jene solitäre Gestalt mit Geld in der Hand, einem Rechner im Kopf, der Natur zu ihren Füßen und unersättlichem Verlangen in ihrem Herzen.“

Kate **Raworth**: „Die Donut-Ökonomie“

„Die Verbindungen, die ein Mensch mit anderen eingeht, sind [...] nicht nur grundlegend für eine menschliche Gesellschaft, die in der Lage ist, der Herrschaft der Ware zu widersprechen: Sie allein sind geeignet, die Zerstörung der Person aufzuhalten. Diese menschlichen Beziehungen, Gefühlsbindungen, Gedankenaustausche, gemeinsame Werke sowie die schöpferische Sprache symbolhafter Realitäten sind Grundlagen für den Menschen selbst.“

Jean **Zieglar**: „Die Lebenden und der Tod“

„Unseren Politikern, Vorständen und Investmentbankern werfen wir vor, dass sie vor lauter Privilegien den Sinn für die Wirklichkeit, den Kontakt zu den Menschen, das Gefühl für unser Land verloren hätten, tatsächlich sind wir enthusiastisch dabei, das Gleiche zu tun.“

Tobias **Haberl**: „Die grosse Entzauberung. Vom trügerischen Glück des heutigen Menschen“

„Wenn die Hirnforschung für etwas ganz grundsätzlich Neues in den Wissenschaften steht, dann dafür: Es gibt kein Handeln, kein Denken, keinen Traum, nichts, das nicht an Gefühle gekoppelt ist. Das Fühlen ist grundsätzlich das Wesen des Gehirns.“
Rüdiger **Lenz**: „Die Fratze der Gewalt“

„Versteht man insbesondere menschliche Gefühle und die unbewussten und zugleich wandelbaren Vorstellungen von Normalität besser [als es normalerweise üblich ist; Anm. von mir], lassen sich gesellschaftlicher und individueller Wandel verstehen und sogar konstruktiv ermöglichen.“
Felix **Ekardt**: „Wir können uns ändern“

„Was geschützt werden muss, ist die Menschheit, und zwar vor sich selbst, vor ihrer eigenen Willkür und ihrer blinden Selbstzerstörung.“
Luisa **Neubauer** / Alexander Repenning: „Vom Ende der Klimakrise“

„Kapitalismus ist wesensmäßig mit der Erzeugung von Angst verbunden. Die kapitalistische Eigentumsordnung verpflichtet alle, die über kein eigenes Kapital verfügen, für fremdes Eigentum zu arbeiten, und überführt damit Arbeit in Lohnarbeit.“
Rainer **Mausfeld**: „Angst und Macht“

„Obwohl Vertreterinnen und Vertreter der Hirnforschung seit Jahren vor dem gedankenlosen Einsatz digitaler Medien bei Kindern warnen, tun Medien und Politik mehrheitlich so, als gäbe es diese Bedenken nicht.“
Albrecht **Müller**: „Glaube wenig, Hinterfrage alles, Denke selbst“

„In allen vom Neoliberalismus umgegrabenen Gesellschaften haust massenhaft Wut.“
Wolfgang **Engler** in: Wolfgang Engler / Jana Hensek: „Wer wir sind. Die Erfahrung, ostdeutsch zu sein“

„Es scheint, als sei der Mensch überfordert mit der Aufgabe, sich auf dieser Erde ein halbwegs erträgliches, halbwegs würdiges Leben einzurichten.“
Wolf **Schneider**: „Denkt endlich an die Enkel“

„Wenn [...] Politiker öffentliche Urteile bekräftigen, die von einer Erfahrungsgemeinschaft nicht bestätigt werden können, zerbricht das basisdemokratische Vertrauen in Parteien- und Medienpolitik, wie auch in den Schutzauftrag der Behörden gleichermaßen.“
Yana **Milev**: „Demokratiedefekte“

„Nicht nur in der Naturwissenschaft, sondern auch in Religion, Politik und Gesellschaft herrscht in weiten Kreisen eine destruktive, oft lebensbedrohliche Haltung von Dogmatismus, Intoleranz und Enge und eine von Angst und Machtdenken diktierte, lernresistente Grundmentalität unseren Alltag.“
Frido **Mann** / Christine Mann: „Es werde Licht. Die Einheit von Geist und Materie in der Quantenphysik“

„Die Vorstellung vom Zufall macht nur Sinn, wenn man glaubt, es gibt Dinge, die isoliert sind. Aber es gibt keine isolierten Dinge [...], es gibt nur das Eine, das Verbundene.“
Hans-Peter **Dürr** / Marianne Oesterreicher: „Wir erleben mehr als wir begreifen“

„Das soziale Umfeld scheint ein außerordentlich wirksamer Regulator biologischer Systeme zu sein. Dies zeigt sich bis hin zur Ebene der DNA, die in ihrer Funktion sozialer Regulation unterliegt.“
Bernd **Kegel**: „Epigenetik“

„Biologische, psychische und soziale Einflüsse interagieren also im Lebenslauf und bestimmen im Zusammenspiel über Gesundheitschancen und Erkrankungen.“
Nico **Dragano** / Johannes Siegrist: „Lebenslaufperspektiven gesundheitlicher Ungleichheit“ in: „Matthias Richter: 'Gesundheitliche Ungleichheit'“

„Die Lücke zwischen dem, was in den Medien berichtet wird, und dem, was tatsächlich pas-

siert, ist in Deutschland enorm."
Noam **Chomsky**: „Kampf oder Untergang“

„Wer sich mit den Möglichkeiten beschäftigt, wie Krankheiten geheilt werden können, sollte sich zunächst einmal ansehen, wie es um die andere Seite der Medaille ist: die Gesundheit.“
Kurt **Langbein**: „Weissbuch Heilung“

„Der Geist ist in der Lage, ein Leben lang völlig normal zu funktionieren, egal wie lange ein Mensch lebt. Altern ist zwar ein Risikofaktor für Demenz, aber nicht die Ursache.“
Bruce **Fife**: „Stopp Alzheimer!“

„Einerlei, was die Pharmaindustrie tut, wie immer sie es nennt und was immer sie über ihre noblen Motive sagt, es geht immer nur um das Eine, Medikamente zu vermarkten.“
Peter **Göttsche**: „Tödliche Medizin und organisierte Kriminalität“

„Für eine richtige Ernährung brauchen wir nicht nur Kalorien und Vitamine: nur wenn wir unsere Nahrung auch genießen, bekommt sie uns gut. Ähnlich kann die mütterliche Fürsorge nicht nur nach der Zahl der Stunden beurteilt werden, die dem Kind pro Tag gewidmet werden, sondern allein an den Grad der Freude und Befriedigung, die beide im Zusammensein erleben.“
John **Bowlby**: „Frühe Bindung und kindliche Entwicklung“

„Kinder, Jugendliche und junge Erwachsene werden nicht (mehr) um ihrer selbst willen gebildet und erzogen, sondern weil der Wirtschaftsapparat Absolventen mit bestimmten Qualifikationen fordert.“
Tim **Engartner**: „Staat im Ausverkauf“

„Krankheit lässt sich nicht verbieten. In Wirklichkeit verdanken wir unsere Gesundheit auch nicht einer immer besseren Medizin, sie speist sich aus ganz anderen Quellen.“
Matthias Martin **Becker**: „Mythos Vorbeugung“

„Entgegen der weitverbreiteten Annahme, eine bessere medizinische Versorgung sei der Hauptgrund unserer Langlebigkeit, ist dies in Wahrheit nur ein Grund unter vielen.“
Robin **Haring**: „Der überforderte Patient“

„Die Behauptung, es handle sich immer und in jedem Fall um Viren, ist an sich schon gewagt, da man ja allenfalls einzelne Virenbestandteile nachweist.“
Angelika **Müller** / Hans U. P. Tolzin: „Ebola unzensiert“

„Die BSE-verdächtigen (positiv-getesteten) Rinder waren neurologisch unauffällig, also klinisch nicht BSE-krank.“
Roland **Scholz** / Sievert Lorenzen: „Phantom BSE-Gefahr“

„Die imperiale Lebensweise beruht auf Exklusivität, sie kann sich nur so lange erhalten, wie sie über ein Außen verfügt, auf das sie ihre Kosten verlagern kann. Sie setzt voraus, dass andere auf ihren Anteil verzichten.“
Kathrin **Hartmann**: „Die grüne Lüge“

„Schon lange ist bekannt, dass es einen Zusammenhang zwischen sozialer Isolation und Demenz gibt.“
Cornelia **Stolze**: „Vergiss Alzheimer“

„Wenn die einzige Weise, das Selbst aufrechtzuerhalten, darin besteht, die anderen zu verlieren, dann wird das gewöhnliche Kind das Selbst aufgeben.“
Abraham A. **Maslow**: „Psychologie des Seins“

„Physikalische und soziale Umwelt, soziale Lage und Lebensstil beeinflussen das Auftreten von Krankheiten entscheidender als die genetische Grundausstattung.“
Alexa **Franke**: „Modelle von Gesundheit und Krankheit“

„Unser seelisches Wohlbefinden hat erheblichen Einfluss auf die Stabilität unseres Immunsystems.“

Andreas **Diemer**: „Die fünf Dimensionen der Quantenheilung“

„[...] Es [...] ist weitgehend unbestritten, daß die Handlungen von Individuen von ihrem sozialen Umfeld beeinflusst werden.“

Andreas **Grau** u. A. in: Wilhelm Heitmeyers „Deutsche Zustände. Folge 10“

„Wer aber ein Interesse hat, der nimmt die Welt nicht wahr, 'wie sie objektiv ist', sondern entsprechend seinen Bedürfnissen.“

Andreas **Weber**: „Alles fühlt“

„Um sich aus [...] dem Teufelskreis unserer ‚Kultur der Nebenwirkungen‘ herausbewegen zu können, müsste die kapitalintensive Förderung, die für die moderne Medizin und deren Experimente an Mensch und Tier großzügig bereitgestellt werden, für eine Forschung aufgebracht werden, die es sich zum Grundsatz macht, den Menschen in seinem leiblichen Zusammenhang zu lassen.“

Anna **Bergmann**: „Der entseelte Patient“

„Der Vorstellung, dass der ganze Organismus und nicht nur das Gehirn oder der Körper allein mit der Umwelt interagiert, begegnet man mit erheblicher Skepsis.“

Antonio R. **Damasio**: „Descartes' Irrtum“

„In einer Zeit, in der die Möglichkeiten der modernen Wissenschaft so unbegrenzt erscheinen wie nie zuvor, muss der Mensch lernen, dass er Teil der Natur ist und nicht unumschränkter Herrscher über die Natur.“

Bernhard **Rambeck**: „Mythos Tierversuch“

„Etwas schlauere Wissenschaftler verstehen bereits, dass wir mit manchen Impfungen so etwas wie Zauberlehrlinge losgelassen haben. Dass wir unser Immunsystem nicht ungestraft immer weiter scharf machen können gegen Viren und Bakterien, ohne dass es irgendwann durchdreht und übers Ziel hinausschießt.“

Bert **Ehgartner**: „Die Hygienefalle“

„Alle Organismen, auch Menschen, nehmen ihre Umgebung durch Energiefelder wahr und kommunizieren durch sie.“

Bruce H. **Lipton**: „Intelligente Zellen“

„Da also die Gefühlsmoleküle an dem Prozess beteiligt sind, der einem Virus den Eintritt in die Zelle ermöglicht, erscheint die Annahme logisch, dass unsere Gemütsverfassung Einfluss darauf hat, ob wir einer Virusinfektion erliegen oder nicht.“

Candace B. **Pert**: „Moleküle der Gefühle“

„Immer müssen wir auf die organische Einheit der Welt zurückkommen, von welcher wir selbst stets ein integrierter Teil bleiben. Wir werden dann einsehen, dass in einem Organismus nichts in einem Punkte vorgehen kann, ohne dass das Ganze irgendwie davon eine, wenn auch noch so entfernte Fühlung erhält.“

Carl Gustav **Carus**: „Über Lebensmagnetismus und über die magischen Wirkungen überhaupt“

„Es ist höchste Zeit, dass wir aufwachen, die Ärmel hochkrempeln und mutig darangehen, unsere Zukunft mitzugestalten, solange noch Zeit dafür ist.“

Christine **Ax**, Friedrich Hinterberger: „Wachstumswahn“

„[...] Kinder [sollten] schon früh darin begleitet werden, eine feine, achtsame, wertschätzende und Kreativität und Authentizität fördernde Beziehung zum eigenen Körper – und auf dieser Grundlage zu den Körpern anderer Menschen und Wesen – zu entwickeln.“

Christian **Felber**: „Gemeinwohl-Ökonomie“

„Tagtäglich wirkt das Umfeld unserer Gedanken und Gefühle auf unsere Gene ein wie unsere

Familie, unser Zuhause, die Parks, Märkte, Kirchen und Büros."

Dawson **Church**: „Die neue Medizin des Bewusstseins“

„Die Menge der Operationen korreliert ausschließlich mit der Menge der Operateure.“

Frank **Wittig**: „Die weisse Mafia“

„Es geht bei den fälligen Veränderungen darum, das ganze Leben nach Maßstäben realer Humanität zu gestalten, was weit über eine neu geordnete Wirtschaftsform und andere sozial-technische Maßnahmen hinausgeht.“

Götz **Eisenberg**: „Zwischen Amok und Alzheimer“

„So ist es eine alte Erfahrung, dass die Widerstandskraft gegen Infektionskrankheiten auch mit dem Gemütszustand des Menschen zusammenhängt.“

Hans Ulrich **Albonico**: „Gewaltige Medizin“

„Wir sind geneigt, die Wirklichkeit mit den wissenschaftlichen Tatsachen gleichzusetzen. Wir übersehen, dass es für bestimmte Zwecke vielleicht nützlicher ist, einen anderen Blickwinkel einzunehmen.“

Harald **Walach**: „Weg mit den Pillen!“

„Die Geschichte lehrt, dass Wahrheit eine Funktion sozialer Übereinstimmungen ist und Menschen auch noch die absurdesten Dinge glauben, vorausgesetzt, dass alle sie glauben.“

Harald **Welzer**: „Selbst denken“

„Damit ist also behauptet, dass die Wissenschaft ihren Erfolg unter anderem dem Verzicht auf das Stellen gewisser Fragen verdankt.“

Herbert **Pietschmann**: „Das Ende des naturwissenschaftlichen Zeitalters“

„Wer bei der Interpretation der Ereignisse und der Krankheitssymptome im materiellen oder körperlichen Bereich steckenbleibt, kann nur wenig Vorbeugungsmaßnahmen treffen.“

Hermann **Meyer**: „Die Gesetze des Schicksals“

„Nur diejenige Infektion, die in einem geschwächten Zustand erworben wird, führt zu einer Erkrankung.“

Jenö **Ebert**: „Gefahr: Arzt!“

„Wir müssen die Dinge sehen, wie sie sind, sie sehr genau betrachten und die Dringlichkeit erkennen, sofort etwas zu unternehmen. Wir dürfen das nicht den Wissenschaftlern, den Politikern und den Intellektuellen überlassen.“

Jiddu **Krishnamurti**: „Aus dem Schatten in den Frieden“

„Kinder sind bereit, alles zu tun und auf alles zu verzichten (auch auf das, was für ihre Entwicklung nötig wäre), um das zu erhalten, was ihnen das Wichtigste ist: die elterliche Bindung.“

Joachim **Bauer**: „Das Gedächtnis des Körpers“

„Es muss möglich sein, in einem fairen Entwicklungsprozess Gemeinwohl und Individualinteressen miteinander optimal in Einklang zu bringen. Voraussetzung dafür ist sicherlich, zunächst einmal das Bewusstsein für die vielen Fehlentwicklungen zu schaffen, denen wir uns erschrecken oder empört, aber offensichtlich hilflos, gegenüber sehen.“

Klaus H. **Tacke**: „Gemeinwohl in schwerer See“

„Wenn Ihnen klar ist, dass eine Beziehung nicht mehr funktioniert, und Sie nur noch aus Bequemlichkeit, wegen Geldfragen oder weil Sie nicht allein sein wollen, daran festhalten, wird die Beziehung destruktiv.“

Leonard **Coldwell**: „Stress“

„Alle Anzeichen sprechen also eindeutig dafür, dass die medizinischen Behandlungsmethoden wohl wenig mit dem starken Rückgang der Mortalität infolge von Infektionskrankheiten zu tun

haben."

Leonard A. **Sagan**: „Die Gesundheit der Nationen“

„In einem gewissen Entwicklungsstadium werden die Denkgewohnheiten und Normen als selbstverständlich, als einzig möglich empfunden, als das, worüber nicht weiter nachgedacht werden kann.“

Ludwik **Fleck**: „Entstehung und Entwicklung einer wissenschaftlichen Tatsache“

„Diejenigen, die sich selbst zu einer Risikogruppe zählten, starben tatsächlich mit einer viermal höheren Wahrscheinlichkeit als diejenigen, für die ihr Herz kein Thema war.“

Magnus **Heier** „Nocebo: Wer 's glaubt wird krank“

„Natürlich ist jede Wahrnehmung der Welt subjektiv.“

Manfred **Lütz**: „Bluff!“

„Wenn Einsamkeit Stress verursacht und Stress wiederum das Immunsystem schwächt, dann müsste Einsamkeit das Auftreten von Infektionskrankheiten begünstigen.“

Manfred **Spitzer**: „Einsamkeit“

„Gewöhne dich daran, das von einem anderen Gesagte scharf durchzudenken. Und versetz' dich nach Möglichkeit in die Seele des Redenden.“

Marc **Aurel**: „Selbstbetrachtungen“

„Nichts geschieht isoliert. Alles ist mit allem verbunden. Alles hat seinen Sinn.“

Matt Galan **Abend**: „Ich will leben, statt gelebt zu werden.“

„Grundsätzlich sollten Sie sich mit dem Gedanken vertraut machen, das Industrie und Politik mehr Angst vor einer krankenden Wirtschaft als vor kranken Menschen haben.“

Michael **Nehls**: „Alzheimer ist heilbar“

„Kinder können sich nur über den emotionalen Bezug und eine entsprechende Bindung an ihre Eltern optimal entwickeln.“

Michael **Winterhoff**: „Warum unsere Kinder Tyrannen werden“

„Man wird auch finden [...], dass der Verstand am besten gedeiht, wenn er in einer gefestigten emotionellen Grundlage wurzelt.“

Neil **Postman**: „Wir amüsieren uns zu Tode“

„Biologische, psychische und soziale Einflüsse interagieren also im Lebenslauf und bestimmen im Zusammenspiel über Gesundheitschancen und Erkrankungen.“

Nico Dragano/Johannes Siegrist: „Die Lebenslaufperspektiven gesundheitlicher Ungleichheit“
in: Matthias **Richter**: „Gesundheitliche Ungleichheit“

„Im Neoliberalismus sehen sich die Menschen der Erwartungen ausgesetzt, sich permanent selbst zu thematisieren, zu optimieren, darzustellen und zu vermarkten.“

Patrick **Schreiner**: „Unterwerfung als Freiheit“

„Eine Wissenschaft, die behauptet, über die einzig richtige Methode und die einzig brauchbaren Ergebnisse zu verfügen, ist Ideologie und muss vom Staat und insbesondere vom Bildungswesen getrennt werden.“

Paul **Feyerabend**: „Wider den Methodenzwang“

„Es scheint also äußerst hilfreich für unser Schicksal zu sein, wenn unsere Zellen so früh wie möglich überzeugt davon sind, in eine gute Welt hineingeboren zu sein.“

Peter **Spork**: „Der zweite Code“