

Arnaud Nyhm
Frei sein.

Arnaud Nyhm

Frei sein.

*So schützen wir uns vor Propaganda
und Manipulation*

dizcorso.

Zuschriften, Verbesserungsvorschläge und Kritik
discorso. Verlagsgenossenschaft
Unterer Batterieweg 3
4053 Basel
info@discorso.ch
<http://discorso.ch>

Kontaktadresse des Autors: arnaud.nyhm@protonmail.com

Bibliographische Information

Die Deutsche Nationalbibliothek verzeichnet diese Publikation in der
Deutschen Nationalbibliographie.
Detaillierte bibliographische Daten sind im Internet abrufbar über
<http://dnb.d-nb.de>

Alle Rechte vorbehalten

© 2026 discorso Verlagsgenossenschaft, Basel

Dieses Werk ist, einschliesslich aller seiner Teile, urheberrechtlich
geschützt. Jede Verwertung ist ohne Zustimmung des Verlags
unzulässig. Das gilt insbesondere für Vervielfältigungen,
Übersetzungen, Mikroverfilmungen und die Einspeicherung in
Datenverarbeitungsanlagen oder sonstige elektronische Systeme.
Vervielfältigungen des Werks oder von Teilen des Werks sind auch im
Einzelfall nur in den Grenzen der gesetzlichen Bestimmungen des
Urheberrechtsgesetzes in der jeweiligen Fassung zulässig.

ISBN: 978-3-9997-0004-5

Planung und Lektorat: Rolf Lenzen, Wessobrunn
Umschlaggestaltung: Buchgut, Berlin, unter Verwendung eines Fotos
von Andrey Popov/AdobeStock
Satz: InnoSet AG, Kehrsiten
Produktion: publishing support, München

Aktuelle Informationen finden Sie im Internet unter <http://discorso.ch>

Inhalt

Vorwort	9
Einleitung	15
The Science is Set	21
Eisige Stille	23
Psychologie der Massen	25
Eine behandelbare Krankheit	28
Im Tunnel	33
Anders als die anderen	35
Klima der Kontrolle	39
Verantwortlich für alles	43
Smarte Geräte	46
Wer widerstehen kann	50
Ein neuer Weg	55
Angekommen	58
Ein spirituelles Programm	61
Unter gelassenen Menschen	63
Mysterien der Genesung	65
Wellen des Glücks	68

Nützliche Prinzipien	71
Draussen vor der Schule	73
Auf der Matte	75
Tiefgreifende Wirkung	77
Ohne Lobby	80
Opfer überall	83
Der gläserne Lift	86
Die Helfer der Süchtigen	87
Grenzen der Toleranz	89
Heitere Happenings	91
Schlüsse und Forderungen	95
Ein neuer Journalismus	96
Kopf, Herz und Hand	99
Erkenne dich selbst	103
Die Zwölf Schritte von Narcotics Anonymous	107
Referenzen	109

Für D., meine Frau seit über 20 Jahren,
und unsere Kinder.
In Liebe und Dankbarkeit.

Vorwort

Wir leben in verrückten Zeiten. Auf die Corona-Krise folgte der Krieg in Osteuropa. In den politischen Arenen und den sozialen Medien toben Kämpfe um Klimarettung, Gender-Kultur, Migration und Globalismus.

Gerade jetzt würde eine besonnene, neutrale Einordnung der Ereignisse dringend benötigt. Es wären die traditionellen Medien gefragt, die genau das für sich beanspruchen: unvoreingenommene Berichterstattung, klare Analyse und eine nüchterne Bewertung. Doch auf sie ist längst kein Verlass mehr.

Die sogenannten Mainstream-Medien, unsere traditionellen Zeitungen und der öffentlich-rechtliche Rundfunk, nehmen ihre Aufgaben nicht mehr wahr. Ein erheblicher Teil ihrer Belegschaft scheint zumindest vorübergehend den Verstand verloren zu haben. Die Journalisten sind zu Aktivisten geworden. Ich war jahrelang Teil dieser Maschinerie und habe ihre Entwicklung aus nächster Nähe miterlebt.

Die Auswirkungen sind gravierend. Hier nur eines von vielen Beispielen: Über Jahre blendete ein links-liberaler Mainstream den Geisteszustand von US-Präsident Joe Biden aus. Dies, obwohl die Anzeichen der Demenz des «Mächtigsten Mannes der Welt» nicht zu übersehen waren.

Biden war oftmals so verwirrt, dass er weder wusste, wo er sich befand, noch mit wem er gerade redete und worüber. Doch die Journalisten schauten einfach weg. Schlimmer noch: Sie attackierten jeden, der darauf hinwies. «Jetzt kommst du auch noch mit dieser rechten Verschwörungstheorie», fuhr mich im Sommer 2024 völlig aufgebracht ein Redaktionskollege an. Dabei hatte ich lediglich gefordert, wir sollten endlich über das Offensichtliche schreiben.

Der Kollege befand sich in bester Gesellschaft. Er glaubte, was die internationale Presse verbreitete. Noch 2023 schrieben *Tages-Anzeiger* und *Süddeutsche Zeitung* von Biden als *Steady Joe* (verlässlicher Joe), TV-Stationen, wie CNN oder MSNBC, stellten ihn unablässig als hellwach (*sharp as a tack*) und topfit (*he's running circles*) dar.

Heute reiben sich alle verwundert und beschämt die Augen. In ihrem Buch¹ zeichnen der CNN-Moderator Jake Tapper und der *Axios*-Journalist Alex Thompson detailliert nach, wie die Weltöffentlichkeit hinters Licht und der kranke Joe Biden schliesslich von der Politbühne geführt wurde. Auf die zentrale Frage, was mit den Journalisten los war und warum sie in ihrem Job versagten, haben die Autoren jedoch keine schlüssige Antwort.

Exakt dasselbe Muster ein paar Jahre zuvor in der Corona-Zeit: Die neuartigen Impfungen² seien «sicher und wirksam» (*safe and effective*), beteten die Medien das Mantra der Behörden nach. Wer etwas anderes sagte, wurde als «Schwurbler» oder «rechter Verschwörungstheoretiker» betitelt.

Heute ist klar, dass die Impfungen gar nicht vor einer Ansteckung schützten, dass Geimpfte häufiger an Covid-19 erkrankten als Ungeimpfte und viele von ihnen an schweren

Nebenwirkungen leiden. Wie bei Joe Biden wird das Lügengebilde auch beim Thema Corona vollständig einstürzen.

Und in beiden Fällen stellt sich die Frage: Konnten es die Journalisten nicht sehen? Wollten sie es nicht sehen? Warum nicht? Und warum der Hass auf die Andersdenkenden? Ich werde in dem Buch zeigen, was mit den Medienschaffenden, und nicht nur mit ihnen, in den letzten Jahren geschehen ist. Massenbildung hat die gesamte westliche Gesellschaft erfasst.

Das ist jener Prozess, der in den 1930er Jahren die deutsche Gesellschaft befiel, aber auch die russische unter Stalin und später die chinesische unter Mao.

Man kann Massenbildung (oder Mass Formation) mit Hypnose vergleichen. Interessanterweise sind Intellektuelle, Wissenschaftler oder Künstler, eigentlich aufgeklärte Menschen, eher betroffen als sogenannte einfachere Menschen, wie schon die deutsche Philosophin Hannah Arendt nach dem zweiten Weltkrieg feststellte.³

Wer von Massenbildung erfasst wird, dessen Verstand setzt ein Stück weit aus. Wie sich das anfühlt, weiss ich aus eigener Erfahrung. Auch mein Geist war einst auf Abwegen. Jahrelang war ich süchtig nach Drogen und Alkohol. Mit meinem Leben ging es stetig bergab, bis ich nach 25 Jahren einen Weg aus meiner persönlichen Krise fand. In den Treffen von *Narcotics Anonymous* (Anonymen Drogensüchtigen, NA) und den *Alcoholics Anonymous* (Anonymen Alkoholikern, AA) lernte ich die Werkzeuge kennen, die es braucht, um den eigenen Geist zu ergründen und zu behandeln. Es war der Beginn einer Forschungsreise zu den Quellen der Lebenskraft und der Genesung.

Nun sind die Parallelen von Sucht und Massenbildung so gross, dass es sich geradezu aufdrängt, sie genauer zu be-

trachten. Beide, Süchtige und Betroffene von Massenbildung, blenden zunehmend die Realität aus, sie entwickeln einen Tunnelblick, werden intolerant und rücksichtslos.

Nichts scheint mir wirksamer gegen Suchterkrankungen zu sein als das spirituelle Programm der anonymen Selbsthilfegruppen. Ich werde es auf den folgenden Seiten vorstellen. Zweifellos könnten Elemente daraus auch den Betroffenen von Massenbildung helfen, ihren Geist wieder zu öffnen. Zum Beispiel durch Meditation: In Zentren fernab von Hektik und Lärm des städtischen Alltags lernte ich die jahrtausendealte Technik von Vipassana kennen. Sie entfaltet ihre heilsame Wirkung auf der tiefsten Ebene des Geistes und lässt uns unser Innerstes erfahren.

Voraussetzung für eine Genesung ist, dass Betroffene von Massenbildung bereit werden, sich vom Gruppendenken zu lösen und sich der Wirklichkeit zu stellen. Denn Gruppendenken ist ein grosses Hindernis auf diesem Achtsamkeitsweg. Es lässt uns glauben, wir seien vor Irrtümern gefeit und stets im Recht. Schliesslich sagen alle um uns herum dasselbe, auch die Behörden und die Medien. Indem wir uns unsere Irrtümer und unser Scheitern eingestehen, finden wir zurück zu einer klaren Sichtweise und einem eigenständigen Denken.

Ich schreibe diesen Essay nicht unter meinem richtigen Namen. Arnaud Nyhm ist ein Pseudonym und steht für Anonym. Anonymität ist, wie der Name sagt, ein fundamentales Prinzip von Selbsthilfeorganisationen, wie NA oder AA. Unter anderem verhindert sie, dass sich einzelne Mitglieder in den Vordergrund stellen. Anonymität betont die Gleichheit unter Gleichen und temperiert das Ego. Als Arnaud Nyhm kann ich von meinen Erfahrungen in diesen Gruppen berichten und Sie in diese faszinierende Welt der Spiritualität

und Genesung mitnehmen. Es sind meine eigenen Erfahrungen und Ansichten, die ich hier schildere. Sie spiegeln nicht die Meinung oder die offizielle Haltung von Narcotics Anonymous oder einer anderen Zwölf-Schritte-Gemeinschaft wider. Möge dieses kleine Buch auch Ihnen eine Inspiration sein.

Arnaud Nyhm
im Dezember 2025

Einleitung

Als im März 2020 in der norditalienischen Stadt Bergamo ein Militärkonvoi auffuhr, beladen mit Särgen, ahnten nur wenige, was in den folgenden Monaten auf die Welt zukommen würde. Das Bild von der Lastwagenkolonne ging um die Welt. Und mit ihm Berichte über ein sich rasant ausbreitendes tödliches Virus namens SARS-CoV-2.⁴

Bis dahin war das Virus vor allem eine chinesische Angelegenheit gewesen. Im Herbst 2019 erstmals in der Stadt Wuhan festgestellt, schien es sich vor allem in der Region auszubreiten. Berichte von Toten in China liessen die Menschen im Westen zwar aufhorchen, ernstlich besorgt schienen zunächst aber die wenigsten. Mit den Berichten aus Bergamo änderte sich das auf einen Schlag: Die tödliche Gefahr war jetzt unter uns, lauerte in der U-Bahn, im Restaurant oder im Fussballstadion.

Zusammen mit SARS-CoV-2 erreichte ein zweites, weit gefährlicheres Virus den Westen: die Angst. In Kürze breitete sie sich bis in den hintersten Winkel der westlichen Welt aus, nistete sich in Wohnungen, Büros und Universitäten ein, genauso wie in Parteizentralen oder in den Newsräumen der Medienhäuser.

Für Mike Benz, den Direktor der US-amerikanischen *Foundation for Freedom Online*, markieren die Berichte aus

Bergamo einen ersten Höhepunkt in der grössten staatlichen Desinformationskampagne, die die Welt bis dahin gesehen hatte.⁵ Schritt eins war es demnach, die Weltbevölkerung in Angst zu versetzen. Dann ging es Benz zufolge darum, die Herkunft des Virus (wahrscheinlich ein Labor) zu verschleiern und eine neues, globales Seuchenmanagement unter Federführung der Weltgesundheitsorganisation (WHO) zu installieren.

Initiiert und koordiniert von Mitarbeitern des Weissen Hauses, kontrollierte in der Folge ein Heer von Spezialisten, was rund um den Globus zum Thema Covid-19 publiziert wurde. 2022 umfasste die Zensur-Industrie, wie Mike Benz sie nennt, allein in den USA 26 Bundesstellen, darunter mehrere Nachrichtendienste, 14 Universitäten sowie ein weltumspannendes Netzwerk von Stiftungen und Non-Governmental Organisations (NGOs). Dieses Konsortium legte die Leitplanken fest, was gesagt werden durfte und was nicht, überwachte *Google* und die sozialen Medien, löschte missliebige Beiträge zu Tausenden und sanktionierte deren Urheber. Hunderte Konten auf *Twitter* (heute *X*), *Facebook* und *Instagram* wurden gesperrt oder unsichtbar gemacht. Den Journalisten wurden Aufpasser, sogenannte «Faktenchecker», zur Seite gestellt, die manipulativ eingriffen. Wer wissen will, wie entschlossen die Zensoren zu Werke gingen, erfährt dies in den Schilderungen von Elon Musk und Mark Zuckerberg: Die Besitzer der wichtigsten sozialen Netzwerke haben die massiven behördlichen Übergriffe öffentlich gemacht.⁶

Zusammen mit der Zensur wurde ein einfaches Narrativ ausgegeben und gebetsmühlenartig wiederholt: Covid-19 ist eine hochansteckende, tödliche Krankheit, gegen die es nur ein Mittel gibt – eine neuartige Impfung, die dem-

nächst auf den Markt kommen würde. In der Zwischenzeit müssten die Menschen leider in Hausarrest, Lockdown genannt. Fachleute, die vor den Gefahren dieser Lockdowns warnten oder therapeutische Massnahmen gegen Covid-19 vorschlugen, wurden in den sozialen Medien unterdrückt oder ins Lächerliche gezogen. Selbst renommierte Experten wurden öffentlich blossgestellt, verunglimpft und sogar verfolgt. Zur Angst vor dem Virus gesellte sich deshalb bald eine weitere: die Angst, eine vom verordneten Narrativ abweichende Meinung zu äussern.

In den Redaktionen der traditionellen Medienhäuser ging die Saat der Angst wunderbar auf. Hier herrschten Krisen- und Goldgräberstimmung zugleich. Zum einen fürchteten die meisten von uns Journalisten das neuartige «Killer-Virus», zum anderen bescherte es uns Online-Zugriffszahlen in völlig neuen Dimensionen. Schliesslich ist die Angst neben Gier und Schadenfreude einer der grossen Klicktreiber. Das Informationsbedürfnis der Menschen war ungeheuer in diesen Zeiten der Unsicherheit. Dass sie sich dabei an die vermeintlich bewährten und ihnen vertrauten Medien hielten, war naheliegend.⁷ Wie einseitig und falsch sie dort informiert wurden, davon hatten die allermeisten Menschen keine Vorstellung. Unsere «Qualitätsmedien» waren zu Werkzeugen der Propaganda verkommen. Statt zu recherchieren, halfen sie, die Wahrheit zu unterdrücken und Lügen zu verbreiten. Hier nur drei von vielen Beispielen:

Herkunft des Virus: Westliche Regierungen gingen bereits 2020 davon aus, dass das Virus aus einem Labor in China stammt. Doch erst fünf Jahre später wurde dies öffentlich

zugegeben. Die amerikanische Regierung stellte 2025 ein ganzes Dossier online, das zeigt, weshalb das Virus aller Wahrscheinlichkeit nach aus der Stadt Wuhan stammt. Ebenfalls 2025 war bekannt geworden, dass der deutsche Nachrichtendienst schon 2020 einen Laborunfall für wahrscheinlich hielt und das der damaligen Bundeskanzlerin Angela Merkel mitteilte.

In Wuhan hatten chinesische Wissenschaftler im Auftrag der USA an Coronaviren von Fledermäusen geforscht. Man wollte nach eigenen Angaben herausfinden, wie sie auf den Menschen übertragen werden können.⁸ Also manipulierte man das Virus so, dass es tatsächlich leichter an den Menschen andocken konnte. Diese Gain-of-Function-Forschung war und ist in den USA verboten. Ein Forschungsantrag von 2018 für exakt jenes Virus, das später von Wuhan aus um die Welt ging, wurde zwar zuerst noch abgelehnt, später dann von den USA doch noch finanziert. Entsprechende Unterlagen waren 2021 von unabhängigen Journalisten veröffentlicht worden, und auch der Hamburger Physikprofessor Roland Wiesendanger wies auf die Spuren hin, die nach Wuhan führten.⁹ Medien, Politiker oder regierungsnahe «Experten», wie der Berliner Virologe Christian Drosten, behaupteten dessen ungeachtet, der Labor-Ursprung sei eine Verschwörungstheorie. Eigene Recherchen stellten die Mainstream-Journalisten nicht an, stattdessen verunglimpften sie jene, die ihrer journalistischen oder gesellschaftlichen Verantwortung nachkamen. Die deutsche Wochenzeitung *Die Zeit* etwa nannte Wiesendanger, einen der renommiertesten Wissenschaftler Deutschlands, in einem Bericht «eine tragische Figur».¹⁰ Die wirklich tragischen Figuren sitzen, wie man heute weiss, in den Redaktionsbüros der *Zeit*.

Alternative Behandlungsmethoden: Schon sehr bald erzielten Ärzte in den USA, aber auch in Indien, Lateinamerika und Afrika, Erfolge bei der Behandlung von Covid-19 mit Medikamenten wie Ivermectin, das gegen Parasiten wirkt, oder dem Malariamittel Hydroxychloroquin. Das lag auf der Hand: Forscher der US-amerikanischen *Centers for Disease Control and Prevention* (CDC) konnten bereits 2005 nachweisen, dass Chloroquin wirksam gegen Coronaviren ist.¹¹ Ivermectin wiederum hatte sich zuvor als wirksam gegen das Dengue- und Zika-Virus erwiesen. Ärzte in den USA und Indien stellten schnell fest, dass es auch gegen Covid-19 wirkte, indem es die Virenlast rasch verringerte. Auch hier hielten Behörden und Mainstream-Medien vehement dagegen. Schnell wurde das Internet geflutet mit Behördenwarnungen und entsprechenden Studien. Ärzte, die ihre Patienten weiterhin mit diesen Mitteln behandelten, mussten mit Sanktionen rechnen, sei es in den USA oder in Deutschland.¹² Die CDC und in der Folge auch Journalisten verstiegen sich sogar zu der Behauptung, bei Ivermectin handle es sich um ein Präparat aus der Tiermedizin, einen «Pferde-Entwurmer» (*Horse Dewormer*). In Tat und Wahrheit gehört Ivermectin zu den erfolgreichsten Medikamenten überhaupt, wurde milliardenfach an Menschen verabreicht und sein Entdecker mit dem Nobelpreis ausgezeichnet. Heute belegen die Erfahrungen von Dutzenden Ärzten und zahlreiche Studien die Wirksamkeit von Ivermectin und Hydroxychloroquin gegen Covid-19 (jeweils in Kombination mit anderen Präparaten): Ein Grossteil der Hospitalisierungen hätte demnach verhindert, Tausende Menschenleben hätten gerettet werden können.¹³ Ein möglicher Grund für den heftigen Widerstand gegen die Präparate könnte Geld sein. Hätte es eine offiziell anerkannte

medikamentöse Behandlung gegen Covid-19 gegeben, hätten die US-Behörden den neuartigen und kaum erprobten Impfstoffen von Gesetzes wegen keine Notzulassung erteilen dürfen. Der Pharma-Industrie beziehungsweise ihren Aktionären wären Milliarden an Gewinnen entgangen. Die Mainstream-Medien liessen sich gar nicht erst auf Recherchen zu dem Thema ein.

Folgen der Impfung: Auch bei den Nebenwirkungen der neuartigen Impfstoffe ziehen es die Medien bis heute immer noch vor, wegzuschauen. Das ist umso bemerkenswerter, weil selbst die Herstellerfirma Pfizer aufgrund von Rückmeldungen innerhalb von nur drei Monaten über 1200 mögliche Nebenwirkungen registriert hat, 1291, um genau zu sein.¹⁴ Fälle von Myokarditis (Herzmuskelentzündung), Autoimmunerkrankungen oder Fehlgeburten nahmen ab 2021 deutlich zu.¹⁵ Man wüsste gerne mehr darüber.

Ebenso über die langfristigen Folgen der Impfkampagne. Denn sowohl bei der Übersterblichkeit als auch bei Geburtenrückgang und Krebserkrankungen finden Statistiker bemerkenswerte Korrelationen zur Impftätigkeit.¹⁶ Auswertungen deutscher Wissenschaftler zeigen, dass das zuständige Paul-Ehrlich-Institut (PEI) schon wenige Wochen nach Beginn der Impfung in Deutschland Hunderte Verdachtsfälle von Tod durch die Impfstoffe registriert hatte, dazu Tausende Meldungen lebensbedrohlicher Nebenwirkungen.¹⁷

Den Medien war dies kaum eine Zeile wert. Lieber beteten sie die Pharma- und Behörden-Propaganda nach, wonach die Impfung Millionen Leben gerettet habe und das Post-Vac-Syndrom (Erkrankung durch die Impfung) «extrem

selten» sei. Dabei wussten die Pharma-Firmen Pfizer und Moderna sehr bald, dass der Nutzen der Impfung in keinem Verhältnis zu deren Risiken und Nebenwirkungen stand, ganz besonders bei jungen Menschen. Ihre klinischen Studien ergaben, dass auf 800 Covid-Impfungen ein Fall von schweren Nebenwirkungen auftrat.¹⁸ Nebenwirkungen gelten als schwer, wenn sie lebensbedrohlich sind, zu einer Behinderung oder gar zum Tod führen. Daten aus Grossbritannien zeigten, dass es bei den 20- bis 29-Jährigen rund 168 000 Impfungen brauchte, um eine einzige Hospitalisierung wegen Covid-19 zu verhindern.¹⁹ Man muss kein Mathematiker sein, um das Ausmass dieses Irrsinns zu verstehen: 168 000 dividiert durch 800 ergibt 210. Das bedeutet: 210 junge Menschen erlitten potenziell schwere Schädigungen, damit ein junger Mensch nicht wegen Covid-19 im Spital landete. Diese Zahlen veröffentlichte im Herbst 2022 der prominente britische Kardiologe Aseem Malhotra in einem Medizin-Journal und in Interviews.²⁰ Von Mainstream-Medien und «Faktencheckern» wurde der Arzt übel verleumdet. Heute sind seine Kritiker recht still geworden. Vielmehr besteht inzwischen der begründete Verdacht: Je öfter ein Mensch gegen Covid-19 geimpft wurde, desto höher ist sein Risiko, daran zu erkranken.²¹

The Science is Set

Die Journalisten der grossen Tageszeitungen und Fernsehstationen wollten zu all dem nichts schreiben. Und nicht nur das, sie verhielten sich feindselig gegenüber allen, die das taten. Neu war das Phänomen der (Selbst-)

Zensur in den Redaktionen allerdings nicht. Ich nahm sie erstmals in den späten 1990-er Jahren in der Klimafrage wahr. Wer das Narrativ vom menschengemachten Klimawandel und der drohenden Klimakatastrophe infrage stellte, den schauten die Kollegen bald schräg an und betitelten ihn als faktenresistent oder als Klimaleugner (in Anlehnung an den Holocaustleugner). «Die Wissenschaft ist sich einig» war ein Satz, der in diesem Zusammenhang immer wieder fiel und später zu Covid-19 fast täglich bemüht wurde (*the science is set*). Eine Lüge, wie man heute weiss, eine unwissenschaftliche Aussage obendrein. Wissenschaft strebt nicht nach Einigkeit, sondern nach Wahrheit. Es braucht Thesen und Gegenthesen, es braucht Diskussionen, um eine neue Erkenntnis zu gewinnen. In der Klima- wie in der Corona-Frage waren sich die Wissenschaftler keineswegs einig. Nur wurden jene, die etwas anderes sagten, eingeschüchtert und ruhiggestellt.

Covid-19 erwischte die Nachrichten-Redaktionen in einem Moment, da sie ohnehin geschwächt waren. Internet und Smartphones hatten die alten Geschäftsmodelle der Verlagshäuser über den Haufen geworfen. Immer weniger Leute abonnierten noch eine Zeitung, die Werbekunden wanderten ab zu Google und Co. Sparprogramme und Stellenabbau waren die Folge. Die Journalisten waren verunsichert und hatten Angst um ihren Job. In einer solchen Situation wagt kaum mehr einer, mutig kontroverse Themen anzupacken.

Mit der aufkommenden Wokeness wurde es noch einmal anstrengender. Ständig wechselnde Begriffe und Verhaltensnormen, immer neue Opfer-/Täter-Erzählungen, Schuldzuweisungen und schliesslich die Aufgabe der letzten Gewissheiten, etwa was ein Mann und was eine Frau ist,

stifteten Verwirrung und vergifteten das Klima in den Redaktionen zusätzlich. Plötzlich reichte es nicht mehr, einfach die Wirklichkeit zu zeigen. Folgender Dialog aus der Redaktion einer kleinen Schweizer Lokalzeitung könnte sich überall zugetragen haben. Journalistin: «Da sind ja lauter alte, weisse Männer auf dem Bild.» Kollege: «Wir leben in der Schweiz, und in dem Vorstand gibt es keine Frauen.» Journalistin: «Dann sollten wir das Bild nicht zeigen.»

Für reichlich Reibung war in den Medienhäusern also schon vor der Corona-Krise gesorgt. Das Auftreten des Virus und die unmittelbar einsetzende Zensur führten dazu, dass sich die Kollegen schon am ersten Tag ergaben. Sie überliessen das Feld den «Faktencheckern» und linientreuen Funktionären aus Wissenschaft und Verwaltung: Was Anthony Fauci und Rochelle Walensky für die USA, waren Karl Lauterbach und Christian Drosten für den deutschsprachigen Raum. Sie setzten das Narrativ und die Verhaltensregeln, die Journalisten beschränkten sich auf die Rolle der Verbreiter und Aufpasser. Immer rigider kontrollierten sie die Einhaltung der Massnahmen und brandmarkten die Abweichler. Ihren eigentlichen Job, das Hinterfragen und Recherchieren, hatten sie aufgegeben.

Eisige Stille

Doch wie war das möglich? Meine Frau, ebenfalls eine Journalistin, und ich fanden zunächst keine Erklärung. Ich arbeitete als leitender Redaktor einer Lokalzeitung, die zu einem grossen Schweizer Verlagshaus gehört und von dort die nationalen und internationalen Inhalte bezog. Fast täglich stand ich in direktem Kontakt mit einer der grös-

ten Schweizer Nachrichten-Zentralen und nahm an deren Sitzungen teil. Am Mittag berichtete ich dann daheim, was ich gesehen und gehört hatte. Meine Frau wiederum, die viel recherchierte und das Internet nach verlässlichen Quellen auf der ganzen Welt durchforstete, hielt mich ebenfalls auf dem Laufenden. So verschafften wir uns ein ungefähres Bild der Lage.

Schätzungsweise 90 Prozent aller Journalisten in den grossen Schweizer Verlagshäusern und im nationalen Rundfunk waren auf Linie, glaubten den Verlautbarungen der Behörden und hielten die angeordneten Massnahmen für sinnvoll. Wer das nicht tat, hielt sich bedeckt, auch in unserem Verlag. Offene Kritik an der Berichterstattung gab es nur vereinzelt, in unserer Lokalredaktion einzig durch mich. Hier hatte ich nach teils heftigen Auseinandersetzungen erreicht, dass auf Hetze und Spott gegen Andersdenkende (weitgehend) verzichtet wurde und hin und wieder auch Gegenstimmen zu Wort kamen. Immerhin.

Mein Ruf als «Schwurbler» war damit natürlich gesetzt. Gespräche verstummten, sobald ich auftauchte, und bei Firmenanlässen wurde ich plötzlich gemieden. Geradezu gespenstisch jedoch verliefen jeweils die Themensitzungen mit der Zentralredaktion in der frühen Phase der Corona-Zeit. Damals brachte ich ab und zu einen Vorschlag oder zumindest einen Einwand ein. Zum Beispiel, als sich nach Beginn der Impfkampagne bei unseren Bekannten die Erzählungen von teils heftigen Nebenwirkungen häuften. Wir hörten aus unserem persönlichen Umfeld in kurzer Zeit von drei Lungenembolien, zwei Hirnschlägen, von zwei jungen Männern und einem Sechzigjährigen mit akuten Herzproblemen, einer Fehlgeburt, drei Fällen von Autoimmunerkrankungen mit teilweiser oder ganzer Ar-

beitsunfähigkeit. Dazu kamen Berichte von Gürtelrose und Augenproblemen. Natürlich hatte es auch vorher schon Herzprobleme und Hirnschläge gegeben. Aber so viele in so kurzer Zeit und alle in unserem Bekanntenkreis? Das war neu. Aber natürlich konnten wir den Zusammenhang mit der Corona-Impfung nicht beweisen.

Dennoch liessen mich die Ereignisse nicht mehr los. Das war nicht normal. In der morgendlichen Nachrichtenkonferenz schlug ich vor, man müsse diesem Phänomen nachgehen. Die Stimmung, die danach eintrat, werde ich nie vergessen. Als wären alle Energie aus dem Raum entwichen und die Temperatur um zehn Grad gesunken. So muss sich Harry-Potter-Autorin Joanne K. Rowling den Kuss von Dementoren vorgestellt haben, jener seelenlosen Kreaturen, die ihren Opfern alle Empfindungen rauben. «Nächster Vorschlag», hörte ich die Nachrichtenchefin mit eisiger Stimme sagen, nach gefühlten 30 Sekunden absoluter Stille. Ich gab es auf mit meinen Inputs zu Covid-19, es machte keinen Sinn und beängstigend fühlte es sich obendrein an. In späteren Sitzungen reichte der Nachrichtenchefin dann ein «problematisch» oder auch nur eine leicht gehobene Augenbraue, um einen unliebsamen Themenvorschlag vom Tisch zu wischen. Kontroverse Diskussionen gab es keine, in der Nachrichtenzentrale war man auf Linie.

Psychologie der Massen

In den Online-Foren schimpften die Kritiker der Massnahmen in jener Zeit viel über die korrupten Journalisten der Mainstream-Medien. Doch diese Kritik schoss am Ziel

vorbei. Es war ja nicht so, dass die engagierten Kollegen von früher plötzlich zu käuflichen Charakterlumpen degeneriert wären, soviel war mir klar. Die Ursache für ihr Verhalten musste anderswo liegen. Doch wo? Die Antwort lieferte im Sommer 2021 der belgische Psychologieprofessor Mattias Desmet.²² Seine Erklärung war so einleuchtend wie beängstigend: Mass Formation oder Massenbildung. Grosse Teile unserer Gesellschaft waren plötzlich radikal intolerant geworden. Sie hatten sich aufgemacht in Richtung Totalitarismus. Der Geist von George Orwells 1984 ging um.

Das Phänomen der Massenbildung hatte der französische Mediziner Gustave Le Bon (1841–1931) in seinem Werk *Psychologie der Massen* von 1895 erstmals beschrieben. Le Bon beobachtete, wie der einzelne Mensch förmlich in Gruppen aufgehen kann. Was dann entsteht, nennt Le Bon die «Gemeinschaftsseele». Er stellte weiter fest, dass Massen anfällig für Schlagworte und geschickte Täuschungen sind und einen Führer suchen, der eine starke Ausstrahlung und rhetorische Fähigkeiten besitzt.

Mattias Desmet nennt in seinem 2022 erschienenen Buch *Die Psychologie des Totalitarismus* die Grundvoraussetzungen für Massenbildung: Isolation und Mangel an sozialen Bindungen, Sinnverlust, Unsicherheit und vage Ängste sowie Frustration und Aggression. Blickt man auf die westliche Welt und ihre Entwicklung der letzten vierzig, fünfzig Jahre, so fällt es nicht schwer zu erkennen, dass all diese Zustände in zunehmendem Mass gegeben waren, ja geradezu charakteristisch für unsere Gesellschaft geworden sind. Unsere Familienstrukturen sind seit Jahrzehnten in Auflösung begriffen. Religion spielt kaum eine Rolle mehr. Der technologische Wandel, Krisen

und Kriege schaffen ein Gefühl von Machtlosigkeit und Unsicherheit, zuweilen auch Groll und Wut, und unsere berufliche Tätigkeit erscheint uns oft sinnlos. Desmet verweist auf eine Befragung durch das britische Institut *YouGov*, in der 37 Prozent der Befragten verneinten, dass ihr Job einen sinnvollen Beitrag zur Welt leistet. Weitere 13 Prozent waren sich nicht sicher.²³ Sie verrichten sogenannte «Bullshit-Jobs», wie sie in den letzten Jahren zu Tausenden in der öffentlichen Verwaltung und in Grosskonzernen entstanden sind.

Als entscheidenden Faktor bezeichnet Desmet ein latentes Unbehagen, das durch die genannten Umstände erzeugt wird und viele von uns begleitet. Dieses Unbehagen, von ihm als freischwebende Angst bezeichnet, kann nun durch Suggestion über die Massenmedien auf ein bestimmtes Objekt gelenkt werden und sich an dieses koppeln. Als solche Objekte der Angst dienten in der Vergangenheit etwa die Aristokratie unter Stalin, die Juden unter den Nazis oder nun während der Corona-Krise das Virus und die Massnahmengegner. Wird mit dem Objekt der Angst auch eine Verhaltensstrategie mitgeliefert, besteht laut Desmet, «eine reelle Chance, dass eine breite gesellschaftliche Basis dafür entsteht, die Strategie anzuwenden, um dieses Objekt der Angst zu kontrollieren». Die Masse formiert sich.

Das so von der Masse erfasste Individuum gerät in eine Art Rausch: Plötzlich ist der Mensch raus aus dem schmerzlichen Gefühl der Isolation und mit einem sinnhaften Auftrag versehen. Das verleiht Flügel. Was fortan zählt, ist die Zugehörigkeit – dieses wohlige Gefühl, auf der richtigen Seite zu stehen und das Richtige zu tun. Was dieses Richtige genau ist, ist dabei zweitrangig. «Was man

denkt, spielt keine Rolle, was zählt, ist, dass man es zusammen denkt», schreibt Desmet. «Auf diese Weise wird die Masse dazu gebracht, selbst die absurdesten Ideen für wahr zu halten oder doch zumindest so zu handeln, als ob sie wahr wären.»

Das war es! Mit Desmets Erkenntnissen liessen sich all die seltsamen Vorgänge der vergangenen Monate in meiner Zeitungsredaktion erklären. Etwa, warum die Journalistinnenkollegen in ihren Nachrichtenbeiträgen keine ernstzunehmenden Massnahmengegner zu Wort kommen liessen, nie über die gravierenden Folgen der Lockdowns oder die Impfschäden berichteten. Sie konnten gleichsam nicht anders, denn laut dem belgischen Professor ist die Masse «radikal intolerant» und hat einen «starken Hang zu Autoritarismus». Dissidente Stimmen erscheinen der Masse als asozial, unsolidarisch oder gar widerwärtig. Sie stören die neue Zusammengehörigkeit, die man um keinen Preis aufgeben will und nötigenfalls ohne Skrupel und auf grausame Weise verteidigt.

Eine behandelbare Krankheit

Besonders ein Aspekt der Massenbildung sprang mich an: Die Verengung des Aufmerksamkeitsbereichs auf einen kleinen Ausschnitt der Wirklichkeit. Desmet vergleicht den Vorgang mit dem Lichtkegel einer Lampe: Nur das geltende Narrativ zählt, alle störenden Nebenaspekte werden ausgeblendet.

Das kannte ich doch aus meiner eigenen Erfahrung! Was Desmet beschreibt, ist fast eins zu eins der Prozess von Sucht. Der Tunnelblick, das Ausblenden (fast) aller Realitäten.

tät, die totale Selbstbezogenheit und Rücksichtslosigkeit sich selbst und anderen gegenüber – das alles war mir bestens bekannt, schliesslich war ich gut 25 Jahre meines Lebens süchtig nach Alkohol und Drogen gewesen, bevor ich vor 15 Jahren den Ausstieg schaffte. In den Räumen der anonymen Selbsthilfegruppen hatte ich gelernt, dass Sucht eine Krankheit ist, eine, die behandelt werden kann – am besten mit dem Zwölf-Schritte-Programm (☞ Seite 107).

Für mich war diese Erkenntnis eine grosse Erleichterung. Meine Kollegen waren nicht unwiderruflich zu skrupellosen, unmoralischen Menschen mutiert (auch wenn es sich zuweilen so anfühlte). Sie hatten sich vielmehr eine Krankheit zugezogen, eine Krankheit, die den Geist erfasst. Ihr infiziertes Denken hatte sie in die Irre geführt. Und so gelang es mir, Mitgefühl statt Wut und Groll für sie aufzubringen, etwas, was mir vorher nicht richtig gelingen wollte (auch wenn mich meine Frau gelegentlich dazu ermahnte).

Die zweite Erkenntnis war, dass, wenn der kranke Geist eines Süchtigen mit den Zwölf Schritten geheilt werden kann, dies auch für den Geist eines Konformisten, so werde ich sie fortan nennen, gelingen müsste. Dabei möchte ich klarstellen: Sucht und Massenbildung sind nicht ein und dasselbe. Sie sind sich aber in vielem so ähnlich, dass es sich unbedingt lohnt, genauer hinzuschauen.

Und noch eine Anmerkung: Nur indem er die Flasche beiseitelegt, ist ein Alkoholiker noch lange nicht genesen. Wird die Sucht nicht gründlich behandelt, findet sie in aller Regel neue Wege und Ausprägungen. Genauso dürfte es sich mit der Massenbildung verhalten. Und wie bei der Sucht scheint es auch bei der Massenbildung so etwas wie

eine familiäre beziehungsweise gesellschaftliche Grunddisposition zu geben, womöglich epigenetisch bedingt, die über Generationen weiterlebt.²⁴ Zu diesem Schluss komme ich, wenn ich die verschiedenen Länder bei der Umsetzung der Corona-Massnahmen vergleiche. In keinem westlichen Land haben sich die Reihen so schnell geschlossen, wurden die Anordnungen so radikal, unerbittlich und lustvoll umgesetzt wie in Deutschland, Denunziantentum und Behördenschikane inklusive. 75 Jahre nach dem Ende des Dritten Reichs erwachte in Deutschland ein neuer totalitärer Geist, der grosse Teile der Gesellschaft erfasste.

Man erinnere sich nur an den Fall des renommierten Immunologen und Toxikologen Stefan Hockertz: Mit seinem Institut galt der Professor als einer der europaweit führenden Berater von Pharmaunternehmen bei der pharmakologischen Entwicklung und Zulassung von Arzneimitteln, auch von Impfstoffen. Nachdem er ab 2020 in Interviews vor den neuen modRNA-Impfstoffen gewarnt hatte, bekam er am 17. Juni 2021 unangemeldeten Besuch von einer Spezialeinheit der Polizei: Morgens um sieben Uhr verschaffte sich diese Einheit Zugang zu seiner Wohnung und seinem Büro. Hockertz wurde im Schlafanzug zu Boden gestossen, zwei bewaffnete uniformierte Beamte und zwölf Zivilisten, die sich nicht auswiesen, durchsuchten und durchwühlten seine Privatwohnung und seine Büros, beschlagnahmten sämtliche Computer, Handys und private wie geschäftliche Unterlagen, angeblich wegen Verdachts auf Steuervergehen. Das völlig überzogene Vorgehen legt den Verdacht nahe, dass es um Einschüchterung ging. Im August 2021 wurden dann seine sämtlichen Vermögenswerte und Immobilien in Deutschland be-

schlagt (sie sind es auch heute noch). Hockertz spricht von einer «wirtschaftlichen Hinrichtung». Er verliess Deutschland und ging ins Exil in die Schweiz, wo er sich eine neue Existenz aufbaut. An seiner Haltung zu den Corona-Massnahmen und zur mRNA-Technologie hat sich nichts geändert. Er arbeitet weiter daran, die «unsägliches Verbrechen», wie er sie nennt, aufzudecken und die Menschen aufzuklären. «Die freigegebenen Dokumente des Robert-Koch-Instituts und andere offizielle Dokumente zeigen eindeutig, dass ich mit meinen Aussagen recht hatte», sagt Hockertz.²⁵

Ich will Sie auf den folgenden Seiten aber nicht an die Abgründe deutscher Einschüchterungsmethodik führen, sondern stattdessen mitnehmen auf eine Reise in Richtung Freiheit. Wie schaffe ich es, in meinem Denken so unabhängig zu werden, dass mich Medien, Politiker und Behörden nicht mehr an der Nase herumführen können? Um unseren Verstand zu bewahren und unsere Unabhängigkeit zurückzuerlangen, müssen wir unseren Geist befreien, vor allem befreien von Angst. Wir müssen unseren Geist neu ausrichten. Das ist Arbeit, und wir müssen sie selber erledigen. Wir schicken ja auch nicht den Nachbarn ins Fitnesscenter, wenn unsere Waage ein paar Kilo zu viel anzeigt.

Viele von uns haben in den letzten Jahren intuitiv gespürt, dass etwas nicht mehr stimmt; mit dem, was uns gesagt wurde, und mit dem Umgang der Medien mit Andersdenkenden. Einige hatten wohl Angst, ausgeschlossen zu werden, wenn sie gewisse Dinge ansprechen oder sich widersetzen würden. Diese Furcht verbindet sie mit genesenden Süchtigen, die ihre alten Gewohnheiten und Überzeugungen aufgeben mussten, weil sie damit gescheitert

waren. Nun fürchten sie sich vor der Zukunft. Die Lösung für ihre Probleme fanden und finden sie in den Zusammenkünften und im Zwölf-Schritte-Programm der anonymen Selbsthilfegruppen. Es ist ein spiritueller Weg. Für viele ist es das erste Mal in ihrem Leben, dass sie sich bewusst mit dem Thema Spiritualität auseinandersetzen. Für mich war es eine überwältigende Erfahrung und der Beginn eines wunderbaren Abenteuers – eines, in dem ich Gemeinschaft fand, mich kritisch betrachten musste (was schmerzhaft war), viel meditierte und langsam zu immer mehr Klarheit und Ruhe fand.