

Kleine Handreichung für ruhige und freie Sicht im Systemwechsel

1. **Vertrauen Sie immer auf Ihr Gesamt- und Bauchgefühl.** Wenn es Unstimmigkeiten meldet, schauen Sie in Ruhe und *aus größerem Abstand* auf das Geschehen.
2. Lassen Sie sich nicht von Etiketten-Begriffen, Parolen und emotional aufgeladenen Denkschablonen abspeisen (s. Liste unten). **Fragen Sie nach.**
3. **Glauben Sie nicht, was Ihnen von Medien serviert wird.** Gerade dann nicht, wenn es immer und überall wiederholt wird. Unterscheiden Sie Werbung/Propaganda von Nachrichten/ Informationen.
4. Lassen Sie reden wer da und wie er möchte. Lassen Sie Meinungen stehen. Fragen Sie nach **Begründungen, Belegen und Fakten.**
5. Achten Sie auf das **Verhalten von Menschen**, nicht bloß auf ihre Rede. Lügner, Manipulierer und Hausierer erkennt man an der Diskrepanz zwischen Gesagtem und Handlungen/Entscheidungen.
6. Fragen Sie nach der **Motivation und den Zielen** hinter Darstellungen, Aufrufen und Aktionen.
7. Erkennen Sie spaltende, abwertende und tabuisierende Absichten und Wirkungen und suchen Sie **verbindende, versöhnende und aufklärende** (Klarheit schaffende) Stimmen und Strömungen.
8. Unterscheiden Sie Impulse, die zum **Nachdenken und Prüfen** anregen oder aufrufen von solchen, die Ihr Denken stoppen, lähmen oder bevormunden.
9. Bleiben Sie bei Ihren **Grundbedürfnissen und Werten. Formulieren Sie sie** für sich selbst oder besser noch gegenüber anderen. Echte Bedürfnisse und Werte *verbinden* Menschen miteinander.
10. **Fürchten Sie sich nicht.** Handeln Sie nicht aus Furcht. Bewahren Sie die Ruhe und suchen Sie Abstand und Zeit zum Nachdenken bevor Sie aktiv werden.

Stichwortsammlung zur Dekodierung von (System-) Nachrichten und medialen Mitteilungen

Begriffe	Dekodierte Botschaft an Sie
<p>Gut: Demokratie/demokratisch, freiheitliche Grundordnung, Rechtsstaat, grün, bunt, solidarisch, klimafreundlich, antifaschistisch, gender-gerecht, global, fortschrittlich, zukunftsweisend, europäisch, Wertegemeinschaft, humanitär, alternativlos,...</p>	<p>Wenn Sie diese Begriffe lesen oder hören, fühlen Sie sich bitte sicher und geborgen, lösen Sie sich von allem weiteren Nachdenken oder -prüfen und folgen Sie den nachstehenden Denk- und Handlungsvorgaben der Medien und der Verwaltung.</p> <p><i>Weitere Nachfragen oder Diskussionen sind nicht erwünscht und werden nicht beantwortet.</i></p>
<p>Schlecht/böse: Rechts, nationalsozialistisch („Nazi-...“), braun, Hassrede, Verschwörungstheorie, abstrus, xy-Leugner (Klima-Leugner, Corona-Leugner,...), populistisch, Reichsbürger, antisemitisch, demokratiefeindlich, rückständig, sexistisch, rassistisch, diskriminierend,...</p>	<p>Wenn Sie diese Etiketten lesen oder hören, haben Sie bitte Angst und meiden unbedingt die angesprochenen Themen, Meinungen, Personengruppen und Aktivitäten und wenden Sie sich nur Bereichen mit den Etiketten der Liste „Gut“ (s.o.) zu. Wenn Sie das nicht tun... na, Sie werden schon sehen!</p> <p><i>Weitere Nachfragen oder Diskussionen sind nicht erwünscht und werden nicht beantwortet.</i></p>