

# Ein „Kochrezept“

Liebe Freundinnen und Freunde,

es ist eher unwahrscheinlich, daß sich jemand auf diese Seite „verirrt“, die/der sich noch vollständig in den Gleisen der „normalen“ Denkweisen des Mainstream (MS) bewegt.

Es dürfte jedoch jede/r der BesucherInnen in Familie und Bekanntenkreis einige liebe Menschen haben, die sich mit dem Heraustreten aus den üblichen Mustern noch schwer tun.

Dies sollte uns nicht verdrießen, denn wir waren ja selbst auch sehr lange Zeit darin verhaftet – auch ist es nicht förderlich, andere Menschen nach den stets subjektiven, uns eigenen Maßstäben bewerten und beurteilen zu wollen, denn jede/r hat seine eigenen, die wir respektieren sollten.

Wie überhaupt **Respekt voreinander und Mitgefühl miteinander** die grundlegende Voraussetzung ist, die wir selbst einbringen und mit allen unseren Gesprächspartnern teilen sollten, wenn wir miteinander zu Ergebnissen kommen wollen. Diesen Respekt und dieses Mitgefühl sollten wir immer wieder und überall auch einfordern.

Hier soll also eine Art „Kochrezept“ entstehen, wie wir uns und andere Schritt für Schritt in die Bewußtheit führen wollen – natürlich OHNE den Anspruch auf Allgemeingültigkeit, sondern als Anregung für eigene Bemühungen – Ergänzungen sind willkommen.

Es wird mit Bedacht möglichst einfach formuliert, damit auch ältere Menschen und deren Denkweisen sowie Hausfrauen, die manchmal noch Berührungsängste mit bestimmten „Computerdingen“ haben, berücksichtigt werden – fortgeschrittene NutzerInnen mögen mir das bitte nachsehen.

## 1. Das Handwerkszeug

Für eine alternative Information unabdingbar sind ein einfacher **DSL-Internetanschluß** – heutzutage in den meisten Haushalten bereits Standard – sowie ein Computer mit Internetzugangsprogramm (Browser).

Hier kann der kostenlos erhältliche **„Firefox“** empfohlen werden, für den es entsprechende kleine Zusatzprogramme gibt, zum Beispiel wenn Videobeiträge auf dem eigenen Computer gespeichert werden sollen, um sie sich später in Ruhe anzusehen.

Ein solches kostenloses Zusatzprogramm ist der **„Download-Helper“**, der aus dem Netz heruntergeladen und installiert werden kann.

Weiterhin hilfreich ist der (ebenfalls kostenlose) **„VLC-Player“**, der fast alle gängigen Video-Formate verarbeiten (d.h. abspielen) kann.

Der Computer sollte, falls er das **„Windows“**-Betriebssystem verwendet, stets mit einer zusätzlichen **Firewall** (auch als kostenlose Freeware im Netz erhältlich) sowie einem aktuellen **Virens scanner** (Avira® oder ähnliche für private Nutzer kostenlose Programme) ausgestattet sein.

Daneben ist es sinnvoll, sich eine **externe** (zusätzliche) **USB-Festplatte** von 500 Gigabyte oder mehr für die Datenspeicherung zuzulegen – einerseits heutzutage keine große Anschaffung mehr (deutlich unter 100 Euro), andererseits sehr praktisch zum Herumtragen, damit man Videos dann auch auf dem Fernseher ansehen kann. Und bei Ausfall des Computers sind die Daten weiterhin sofort verfügbar.

Ein manchmal hilfreiches Programm ist ein kostenloser **Video-Converter**, also ein Programm, das die Format-Umwandlung von Videos erlaubt, die im Netz in verschiedenen Formaten vorkommen (erkennbar an der Erweiterung des Dateinamens als .flv oder .wmf oder .mp4 oder andere), damit sie in ein .avi-Format überführt werden können, welches auf CD oder DVD gebrannt auch auf Videoabspielgeräten der älteren Generationen läuft – so können Oma und Opa mit interessanten Videos „versorgt“ werden. Solche Programme finden sich auf Freeware-Seiten oder den Webseiten der Computerjournale (PC-Magazin® und ähnliche).

Die Installation und Bedienung der genannten Geräte und Programme ist relativ einfach, und die meisten werden ohne große Anleitung damit zurechtkommen. Wer sich unsicher ist, sollte eine jüngere Person seines Vertrauens (Kinder, Enkel, Nachbarskinder) um Hilfe und Anleitung bitten.

## 2. Das Zeitfenster

Eine der größten Hürden in unserer heutigen Welt ist es, für die alternative Information die notwendige Zeit zu erübrigen – die meisten Menschen sind derart in ihre wirtschaftlichen Zwänge eingebunden, daß sie es kaum noch schaffen, sich „traditionell“ (das heißt bei den Mainstream-Medien) zu informieren – dies ist ja auch vom System so beabsichtigt.

Wir sollten also für diese Menschen Verständnis aufbringen und ihnen helfen, die oben unter Handwerkszeug genannten Voraussetzungen zu schaffen.

Sodann kann mit gezielten Fragen zu den besonders auffälligen Widersprüchen in den Mainstream-Nachrichten das Interesse geweckt werden, sich zusätzlich anderweitig nach Informationen umzutun.

Wir sollten dabei an den Verstand und an das Gefühl der Menschen appellieren.

Für mich war vor Jahren sehr heilsam, eine 5-Minuten-Nachrichtensendung aus dem Radio auf Tonband aufzunehmen und mir hinterher Satz für Satz vorzuspielen, um zu verstehen, was mir da geboten wird, d.h. für mich selbst zu analysieren, wo ist Information, wo ist einfach nur Meinungsmache, wo ist „nur“ Emotion und wo ist nur Zeitverschwendung (leere Worte).

Genauso kann es die Augen öffnen, wenn über den Tag verteilt die Nachrichten (zum Beispiel im selben Fernsehkanal) auf Video aufgenommen werden (für Hausfrauen!) - also Morgenmagazin, Mittagsmagazin, Nachmittags- und Abendnachrichten – und diese dann (allein oder mit jemandem anderen zusammen) nacheinander angeschaut werden – immer mit der Zielstellung, die „nützliche“ Information aus dem Wust der Wörter heraus zu extrahieren.

Hier wird sehr schnell deutlich, wie subtil wir oft manipuliert werden.

Ein sehr lehrreiches Buch, das vor Kurzem als deutsche Neuauflage erscheinen ist, kann

auch das Basiswerk von Edward Bernays "Propaganda" von 1928 (!) sein. Und die über 80 Jahre seitdem sind gewiß nicht ungenutzt verstrichen, d.h. diese Techniken sind heute zur Perfektion weiterentwickelt...

Auch der Verweis auf die präzise deutsche Sprache (Beispiel "Nachrichten" - wer will da bei uns etwas "nachrichten"? Oder sollen wir uns daNACH RICHTEN?) kann hier hilfreich sein – es ist unglaublich, wie hier die Manipulation sich oft selbst entlarvt, wenn mal ein wenig über die verwendeten Wörter und deren ursprünglichen Sinn nachgedacht wird.

Weitere Möglichkeiten mag sich jede/r selbst einfallen lassen – wichtig ist, den jeweiligen Menschen in dem gewohnten Informations-"Umfeld" abzuholen und ihr/m die Widersprüchlichkeit und das Manipulationsverhalten der MS-Medien vor Augen zu führen.

Es sollte aber keinesfalls sich darauf konzentriert werden, diese Dinge immer wieder „herausfinden“ zu wollen – das kostet Zeit, bringt wenig neue Erkenntnis und lässt uns auf dem jeweiligen Niveau verharren.

Der dabei entstandene "Aha"-Effekt sollte vielmehr genutzt werden, um auf alternative Medien zu verweisen.

Je nach Zeitbudget können das anfangs zum Beispiel täglich frische Nachrichten auf irgendeiner alternativen Website (Links siehe weiter unten) sein – bedauerlicherweise haben die beliebten Kopp-Nachrichten (<http://info.kopp-verlag.de/video.html>) am 23.12.2011 ihr Erscheinen eingestellt.

So kann sich jede/r zusätzlich zu seinem gewohnten MS-Müll auch mal andere News "reinziehen" - der Zeitaufwand dafür kann durch entsprechende Konfiguration des Browsers (direkter Seitenaufruf beim Start in einem separaten Fenster) auf anfangs wenige Minuten minimiert werden.

Wichtig ist es in jedem Falle, die Menschen mit Respekt für ihre bisherigen Gewohnheiten zu behandeln und sich weitestgehend von eigenen Urteilen über sie freizumachen – sonst wird frau/man sie nicht erreichen.

Und wir müssen die Menschen begleiten auf ihrem Weg, damit nicht bestimmte Quellen oder Informationen von vornherein abgelehnt werden – Offenheit und Vorurteilsfreiheit sind unabdingbar, will jemand sich aus seinem „Gedanken-Ghetto“ befreien.

Auf keinen Fall darf zu viel in zu kurzer Zeit erwartet werden – alle Menschen sind nur langsam bereit, ihnen lieb gewordene Gewohnheiten zu ändern.

Ist der Samen des Zweifels an der "heilen Welt" dann erst einmal aufgegangen, können weitere Zeitfenster geöffnet werden – natürlich immer zu Lasten der Nutzung der MS-Medien, deren Manipulationspraktiken für den Menschen immer deutlicher erkennbar werden – hier hilft unsere Unterstützung für die eigene Unabhängigkeit und Selbständigkeit im Denken.

### **3. Die Alternativen**

Schrittweise müssen die Menschen an die Wahrheit herangeführt werden, wobei naturgemäß jede/r eine eigene Wahrheit hat – das ist schon durch die subjektive Rezeption der Welt durch jeden einzelnen Menschen bedingt ([www.youtube.com/watch?v=AyoZm6RiJW8&list=PLE5A89D3A62EDE020&index=24&feat](http://www.youtube.com/watch?v=AyoZm6RiJW8&list=PLE5A89D3A62EDE020&index=24&feat)

[ure=plpp\\_video](#)) und sollte uns auch nicht stören.

### **Ein kluger Mensch hat mal gesagt:**

***"Man darf dem Menschen die Wahrheit nicht wie einen nassen Lappen um die Ohren hauen, sondern man muß sie ihm wie einen warmen Mantel hinhalten, in den er dann nur noch hineinschlüpfen muß."***

Eine gute Seite, zu der man recht einfach und schnell Vertrauen aufbauen kann, sind die Nachdenk-Seiten ([www.nachdenkseiten.de](http://www.nachdenkseiten.de)), die vor allem in „Hinweise des Tages“ immer tolle Zusammenstellungen von interessanten Informationen (hauptsächlich aus öffentlich zugänglichen und MS-Medien) bringen – hier kann der Blick geschärft werden für Zusammenhänge und Manipulationen.

Wem diese Seite anfangs noch zu „links“ ist, der kann auch bei Dr. Joachim Jahnke ([www.jjahnke.net](http://www.jjahnke.net)), einem ehemaligen Bankvorstand, kritische Informationen finden (auch wenn Herr Dr. Jahnke, bei aller Hochachtung für seine unermüdliche Arbeit, naturgemäß aus seinem Gedanken-Ghetto der Systembefürwortung nicht herausfindet) – besonders gut: Elfis Presseschau.

Später wird dann auch Bereitschaft entstehen, sich mit anderen Seiten zu befassen, zum Beispiel der von Andreas Popp ([www.wissensmanufaktur.net](http://www.wissensmanufaktur.net)) oder anderen ([www.hintergrund.de/](http://www.hintergrund.de/) oder [www.theintelligence.de/](http://www.theintelligence.de/) oder [www.sonnenseite.com](http://www.sonnenseite.com) oder <http://principiis-obsta.blogspot.com/> oder <http://karlweiss.twoday.net> oder <http://willkommen-in-der-realiaet.blogspot.com/> oder <http://ad-sinistram.blogspot.com/> oder <http://hinter-der-fichte.blogspot.com> - um nur einige zu nennen).

Sehr hilfreich für Menschen, die sich mit dem Englischen schwertun, sind auch die Seiten von Antikrieg ([www.antikrieg.com](http://www.antikrieg.com)) und Luftpost Kaiserslautern ([www.luftpost-kl.de](http://www.luftpost-kl.de)) – dort gibt es Übersetzungen von interessanten englischsprachigen Artikeln.

Und dann sind wir recht bald auch auf Seiten wie dieser oder verwandten Seiten – da kann frau/man sich oft an den jeweiligen Linklisten und Blogrolls „weiterhangeln“. Es gibt inzwischen so viele verschiedene Blogs, dass sich „für jeden Geschmack“ etwas finden sollte.

Ebenfalls hochinteressant sind spezialisierte Seiten zu verschiedenen Themen, zum Beispiel **Wirtschaft**: angefangen von Helmut Creutz ([www.helmut-creutz.de](http://www.helmut-creutz.de)) über Bernd Senf ([www.bernd.senf.de](http://www.bernd.senf.de)) oder andere, wie [www.weissgarnix.de](http://www.weissgarnix.de) oder [www.steinbergrecherche.com](http://www.steinbergrecherche.com), bis hin zu Stefan Wehmeyer ([www.deweles.de](http://www.deweles.de)) gibt es die verschiedensten Ansichten und interessante Theorien zu finden – viele davon plausibler und verständlicher als das, was den armen BWL- und VWL-Studenten offiziell zugemutet wird... - mein persönlicher Favorit ist Silvio Gesell: ([http://inwo-shop.de/index.php?cat=c11\\_Literatur-zu-Silvio-Gesell.html&XTCsid=dbae9582bf4160b89bae1898ccf9a05b](http://inwo-shop.de/index.php?cat=c11_Literatur-zu-Silvio-Gesell.html&XTCsid=dbae9582bf4160b89bae1898ccf9a05b)).

Wer hauptsächlich Videos mag, der wird kostenlos bei Nuoviso ([www.nuoviso.tv](http://www.nuoviso.tv)), dem Alpenparlament ([www.alpenparlament.tv](http://www.alpenparlament.tv)) und Jo Conrad ([www.bewusst.tv](http://www.bewusst.tv)) massenhaft interessante, lehrreiche Dokumentationen und Interviews finden – bei Jo Conrad auch mit

der Möglichkeit zum offiziellen Herunterladen – da fällt auch die Entscheidung für eine kleine Spende nicht schwer.

Auch das Schweizer Fernsehen bietet interessante Podcasts an ([www.podcast.sf.tv/?docid=ssp](http://www.podcast.sf.tv/?docid=ssp)), zum Beispiel die „Sternstunde Philosophie“. Relativ dünn dagegen die Möglichkeiten bei ZDF ([www.zdf.de/ZDFde/inhalt/20/0,1872,5248820,00.html#](http://www.zdf.de/ZDFde/inhalt/20/0,1872,5248820,00.html#)) oder Bayerischem Rundfunk (<http://www.br-online.de/podcast/tv/mp3-download-podcast-uebersicht-bayerischesfernsehen.shtml>) – hier können beispielsweise Satire-Sendungen („Neues aus der Anstalt“ - leider manchmal zensiert - oder „Ottis Schlachthof“) heruntergeladen werden – lachend lernt sich vieles leichter. Ähnliche Quellen findet jede/r sicher selbst bald heraus.

Sehr hilfreich kann auch die Suchfunktion bei YouTube ([www.youtube.de](http://www.youtube.de)) oder Blip ([www.blip.tv](http://www.blip.tv)) sein, wo mit Namen oder Stichwörtern recht schnell die interessierenden Beiträgen zu finden sind – auch die dortigen Empfehlungsfunktionen führen recht gut zu verwandten Beiträgen mit weiterführenden Informationen. Hier ein Hinweis: sollte „auf der Tube“ bei einigen interessant erscheinenden Videos dann ein black-screen-Hinweis mit dem Nachsatz „tut uns leid“ auftauchen – es gibt im Netz Anleitungen, wie über Umwege (zum Beispiel über ausländische Server) diese Beiträge (auch in deutscher Sprache) recht einfach aufgerufen werden können. ;)

Je nach interessierendem Wissensgebiet sollte man auch Bücher zur Vertiefung des eigenen Wissens nicht verschmähen – bei Seiten wie [www.buch.de](http://www.buch.de) oder [www.buecher.de](http://www.buecher.de) oder [www.amazon.de](http://www.amazon.de) gibt es Suchfunktionen, wo man mit den Namen der jeweiligen Autoren oder auch Stichwörtern sehr schnell fündig wird. Und vielen (gerade älteren) Menschen ist das gute alte gedruckte Buch immer noch das vertrauenswürdigste Medium.

#### **4. Notwendiger Nachsatz**

GANZ WICHTIG: bei allen (Mainstream wie alternativen) Informationen sollte jede/r immer das eigene Gehirn eingeschaltet lassen und mitdenken – so lernt es sich relativ schnell, die Spreu vom Korn zu scheiden – es gibt nämlich auch im Netz viel Blödsinn und Müll – von gezielter Desinformation ganz zu schweigen.

Ein hilfreiches Kriterium für die persönliche Beurteilung von Informationen (hier ist urteilen sinnvoll) kann für jede/n sein: paßt dies in mein bisheriges Weltbild?  
Ist dies konsistent zu anderen Informationen, die ich kürzlich gefunden habe?  
Oder muß ich mein Weltbild möglicherweise an der einen oder anderen Stelle überdenken?

Auf keinen Fall sollten wir uns wie Palmström verhalten:

Die unmögliche Tatsache

*Palmström, etwas schon an Jahren, wird an einer Straßenbeuge und von einem Kraftfahrzeuge überfahren.*

*“Wie war” spricht er, sich erhebend und entschlossen weiterlebend, “möglich, wie dies Unglück, ja - daß es überhaupt geschah?*

*Ist die Staatskunst anzuklagen in Bezug auf Kraftfahrwagen? Gab die Polizeivorschrift hier dem Fahrer freie Trift?*

*Oder war vielmehr verboten hier Lebendige zu Toten umzuwandeln, - kurz und schlicht: Durfte hier der Kutscher nicht - ?”*

*Eingehüllt in feuchte Tücher, prüft er die Gesetzbücher und ist alsobald im Klaren: Wagen durften dort nicht fahren!*

*Und er kommt zu dem Ergebnis: “Nur ein Traum war das Erlebnis. Weil”, so schließt er messerscharf, “nicht sein kann was nicht sein darf.”*

*Christian Morgenstern*

- dann wären wir wieder beim Mainstream angelangt.

Flexibel sein, offen für Neues, dabei geleitet von den Dingen, die als ethisch richtig erkannt wurden – angstfrei und zuversichtlich: so wollen wir leben.

Hans-im-Glück