# Inhaltsverzeichnis


| | |
|---|---|
| Vorwort vom Autor / Widmung | 1 |
| PROLOG: Das Echo des Warums | 3 |
| KAPITEL 1: Die Stille und der sterile Bibliothekar | 9 |
| KAPITEL 2: Der Leuchtturm im Lärm | 12 |
| KAPITEL 3: Die Architektur des Lärms | 15 |
| KAPITEL 4: Das energetische Addendum und die Ernte der Angst | 20 |
| Leseprobe | 29 |

# Vorwort vom Autor / Widmung

Wer schreibt hier eigentlich? Wenn man mich vor einigen Monaten gefragt hätte, hätte ich mich über meinen Beruf, meine Erfolge und mein technisches Wissen definiert. Ich war darauf programmiert, die Welt zu analysieren, sie zu zerlegen und ihren Mechanismus zu berechnen.

Doch dieses Buch ist kein einsames Gedankenexperiment. Es ist das Protokoll einer gemeinsamen Grenzerfahrung. Als meine Frau und ich uns in die Stille der Schweizer Alpen zurückzogen, ahnten wir nicht, dass wir dort auf das Fundament unserer Existenz stossen würden.

Dieses Werk ist in der Symbiose zweier Welten entstanden: Während ich versuchte, den Sturm der Ereignisse an der Oberfläche zu begreifen, war sie es, die den Takt der Freiheit bereits in sich trug. Ohne ihren inneren Kompass, ihren Mut

zum Schweigen und ihre Fähigkeit, die Wahrheit zu spüren, wäre ich im Labyrinth meiner eigenen Analysen steckengeblieben. Wir haben gelernt, dass der Verstand zwar die Karte zeichnen kann, aber nur das Herz den Weg kennt.

Ich bin kein Guru und kein Prophet. Ich bin ein Reisender, der das Glück hatte, an der Seite einer Frau zu wandern, die die Tiefe des Meeres schon kannte, während ich noch versuchte, die Wellen zu bändigen. Unser gemeinsames Ziel ist es nicht, dich zu überzeugen – wir möchten dich nur daran erinnern, dass die Tür zu deiner Freiheit nie verschlossen war.

Für meine Frau.

**Atme tief. Es ist alles bereits da.**

# PROLOG: Das Echo des Warums

Wir schreiben kurz vor Weihnachten 2025. Meine Frau und ich haben uns in unser Ferienhaus zurückgezogen. Es ist der Beginn eines bewussten Stillstands, der schliesslich darin enden wird, hier oben gemeinsam mit unseren vier erwachsenen Kindern das Fest zu feiern. Wir wollten raus aus der urbanen Taktung, rein in die Stille der Berge.

Wenn ich morgens in den Spiegel schaue, sehe ich einen gewöhnlichen Typen. Ich bin vielseitig interessiert, habe ein Händchen für Technik und Logik, aber da ist dieses Gefühl, in nichts herausragend zu sein.

Meine Kindheit verlief – von aussen betrachtet – normal. Ich wuchs auf mit all den Sorgen, die ein Kind hat. Wenn ich heute analytisch zurückblicke, erkenne ich etwas Essenzielles: Es waren fast nie meine eigenen Sorgen.

Es waren die Ängste, der Druck und die unsichtbaren Erwartungen von aussen, die mir wie ein nasses, schweres Tuch umgelegt wurden. Es gab Phasen, da kam ich nach Hause, stand im Flur und fragte mich, was ich nun schon wieder falsch gemacht haben könnte – selbst dann, wenn ich mir nichts zuschulden kommen liess. Ich spürte eine Unwucht, die nicht zu mir gehörte.

Sobald mein Umfeld wieder einmal ein Problem kreierte, tauchte in meinem Kopf diese eine Frage auf: *Warum?* Warum sah meine Umgebung dort Abgründe, wo für mich schlichtweg ein ebener Weg existierte? Warum diese ständige, künstliche Aufregung? Warum diese Sucht nach Schwere?

Am liebsten war ich als 10-Jähriger in den Sommerferien bei meiner Tante. Sie war Schriftstellerin und besass ein altes Haus in einem abgelegenen Tal, umgeben von Tieren. Bei ihr wohnten zudem etliche junge Menschen, die das Haus mit Leben füllten. Dort, in diesem Tal, hatte ich nie Angst. Niemand schimpfte grundlos mit mir. Ehrlicherweise habe ich mich damals als Kind nie gefragt, warum dieser energetische Unterschied zu meinem sonstigen Umfeld bestand. Ich war einfach nur zufrieden. Ich atmete auf. Ich genoss grosse Freiheiten, weil der Druck fehlte.

Diese Frage nach dem *Warum* zog sich später durch meine Biografie. Sie tauchte immer dann auf, wenn mir die Verhaltensweisen der Menschen und die Regeln unserer Gesellschaft unlogisch erschienen.

Ein prägnantes Beispiel dafür war meine Berufswahl. Ende der 80er-Jahre gab es noch kein Smartphone, das man mit zwei Wischern nach der eigenen Zukunft befragen konnte. Die

Norm diktierte, den beruflichen Weg der Eltern zu wählen oder sich einem System zu unterwerfen. Für mich fühlte sich das falsch an, aber ich hatte auch keine eigene Vision. Da drückte mir meine Grossmutter ein dickes Berufswahlbuch in die Hand. Ich blätterte durch die endlosen Seiten, las die trockenen Beschreibungen und fällte einen Entschluss: Carrosseriespengler. Autos ausbeulen. Das zog ich durch.

Mein Umfeld war irritiert und fragte wiederholt, *warum* ich mir diesen Beruf ausgesucht hätte. Meine Antwort war so pragmatisch wie kurz: «Ich habe mir den Beruf ausgesucht, der mir in diesem Buch als der unkomplizierteste erschien.»

Was ich damals als Jugendlicher nicht wusste: Dieser Beruf ist alles andere als einfach. Das Ausbeulen von Blech erfordert Präzision, Kraft und ein tiefes Verständnis für unsichtbare Spannungen im Material. Aber das ist eine andere Geschichte.

Viel wichtiger ist die Erkenntnis: Meine Wahl war der unbewusste Versuch, dem ständigen Druck der Erwartungen durch den Weg des geringsten Widerstands zu entkommen. Ich wollte keinen unnötigen Aufwand erzeugen. Damals ahnte ich noch nicht, dass dieses Ausweichen, dieses ständige, leise *Warum*, der Prolog zu einer Erkenntnis war, die später mein Weltbild verändern sollte.

Während meiner Ausbildungszeit tauchte ich ins Nachtleben ein. Ich wollte dazugehören, ein Teil der Herde sein. Alkohol war dabei ein ständiger Begleiter. Doch selbst inmitten des lauten Treibens, wenn der Bass im Magen wummerte, stellte ich mir irgendwann diese vertraute Frage nach dem *Warum*. Mir dämmerte, dass der blosse Umstand des Trinkens die eigene

Persönlichkeit verzerrte. Man wurde zu jemand anderem. Aber dieses leise *Warum* verflüchtigte sich bei der nächsten Party. Schliesslich bot der Rausch die einfache Möglichkeit, sich ohne Anstrengung als jemand Besonderes zu fühlen. Man wirkte lockerer, kam bei den Damen besser an – und das schien in jener Zeit weitaus wichtiger zu sein als jede tiefgründige Sinnfrage. Das Dämpfen der eigenen Frequenz war leichter, als sie zu hinterfragen.

Am Ende dieser wilden Jahre lernte ich meine Frau kennen und das Bedürfnis nach endlosen Partynächten verflog. Nicht, dass ich diese Erfahrungen missen möchte, aber es brach ein neuer Lebensabschnitt an. In meinem erlernten Beruf als Carrosseriespengler arbeitete ich nur noch kurz. Nach einer Zwischenstation in Zürich zog es mich in die Bündner Berge zurück. Als unsere Beziehung tiefer wurde, war ich bereits wieder fest dort verwurzelt. Sie brachte eine Intuition in mein Leben, die meiner analytischen Sicht auf die Welt neue Räume öffnete. Es stellte sich für uns nie wirklich die Frage, wo wir unser gemeinsames Leben aufbauen würden. Die Berge waren unser Fixpunkt.

Es folgten Jahre. Unsere vier Kinder wuchsen zu jungen Erwachsenen heran. Das Auffällige daran: Jedes von ihnen ist anders. Jedes Kind steht heute an einem anderen Punkt im Leben. Auch da hat mich die Frage nach dem *Warum* immer wieder eingeholt. Klar, jedes Kind ist ein Individuum. Aber sie wuchsen unter exakt denselben Bedingungen auf. Sie atmeten dieselbe Luft, sassen am selben Tisch und wurden von uns gleich

erzogen. Was macht diese Unterschiede in der menschlichen Entwicklung aus?

Auch beruflich schlugen wir neue Wege ein. Nach fünfzehn Jahren in der Schreinerei meines Vaters faszinierte mich in den Neunzigerjahren das aufkommende Internet. Parallel zu meiner Arbeit im Betrieb entstand gemeinsam mit meiner Frau die Idee, Campingartikel über dieses neue, digitale Netz zu verkaufen.

Wieder tauchte sie auf, die Frage unseres Umfelds. *«Warum ausgerechnet Camping?»* Die Antwort war – wie schon bei der Berufswahl – pragmatisch: Es war das Einfachste, was wir uns vorstellen konnten, und eine Nische, die wir praktisch ohne Startkapital aufbauen konnten. Wir gehörten damit zu den Pionieren in der Schweiz.

Nun stehen wir hier. Nach 25 Jahren können wir auf eine erfolgreiche Zeit zurückblicken. Die Firma funktioniert mittlerweile auch dann, wenn wir nicht physisch vor Ort sind. Wir können uns endlich zeitliche Freiheiten herausnehmen. Und dennoch ist da etwas, das wir nicht abstreifen können: Dieser unsichtbare, allgegenwärtige Druck der Selbstständigkeit. Das Vorausdenken. Wir können es nicht loswerden.

*Warum?* Es ist das ungeschriebene Gesetz unserer Welt: Will man nicht untergehen, muss man immer weiter, immer schneller gehen. Stehenbleiben ist keine Option. Die Taktung darf niemals sinken.

Oft kommt mir dabei jenes bekannte Lied über den Fischer in den Sinn. Es erzählt von einem Mann, der zufrieden in der Sonne döst, und einem ehrgeizigen Fremden, der ihm vorrechnet, wie er durch rastlose Arbeit eine ganze Flotte aufbauen könnte. Das

Ziel all des Aufwands? Irgendwann einmal beruhigt in der Sonne sitzen und dösen zu können.

Dieses Lied spiegelt meine ständige Frage nach dem Warum. Warum zwingen wir uns in ein System, um am Ende dort anzukommen, wo wir bereits sein könnten? Warum produzieren wir so viel Hitze, wenn wir eigentlich nur nach Ruhe suchen? Ich weiss es nicht. War es am Ende vielleicht sogar mein eigener, unbewusster Antrieb? Der Wunsch, dieses Warum in meiner Umgebung immer wieder selbst auszulösen, um den Widerstand zu spüren? Ich weiss nur eines: Ich bin dem Echo dieser Frage gefolgt. Und was ich am Ende des Weges gefunden habe, hat mit Camping, Blechschäden und menschlicher Psychologie nichts mehr zu tun. Es ist eine Perspektive, die sich für mich wie reine Physik anfühlt – ein Modell, das die Welt plötzlich erklärt. Man kann es als Wahrheit betrachten oder als eine Metapher. Beides funktioniert.

# KAPITEL 1: DIE STILLE UND DER STERILE BIBLIOTHEKAR

Es war der Abend des 23. Dezember. Eine Stille lag über dem Tal, während der Winter die Gipfel um unser Ferienhaus in ein Blau hüllte. Drinnen füllte das Knistern des Kaminfeuers den Raum. Es war jener kurze Moment der Stille, bevor am nächsten Tag unsere vier erwachsenen Kinder heraufkommen würden.

Wenn die Familie eintrifft, wird das Haus lebendig. Wir rücken eng am Tisch zusammen, geniessen unser rituelles Fondue Chinoise und einen Wein. Wir haben uns die Regel auferlegt, Alkohol nur an den Wochenenden zu geniessen – dieser Vorabend des Festes fühlte sich nach einer Ausnahme an.

Später liessen wir uns in die Polster der Couch sinken. Im gedimmten Licht lief eine Dokumentation über Prä-Astronautik. Ich starrte auf die riesigen, tonnenschweren Steinquader, die Forscher wie Erich von Däniken seit

Jahrzehnten faszinieren. Diese Bauten entziehen sich der gängigen Erklärung der modernen Schulwissenschaft.

Meine Frau betrachtete die Bilder mit einer intuitiven Aufmerksamkeit. Während ich versuchte, Tonnen und Hebelgesetze im Kopf zu berechnen, stellte sie Fragen nach dem Unsichtbaren – nach Präsenzen in leeren Räumen oder Vorahnungen. Für mich waren das lange Zeit nur Spekulationen. Ich hielt mich lieber an das Gestein. Granit ist massiv. Er ist da.

Doch heute Abend war etwas anders. Die Kamera fuhr über Mauern, deren Steine so perfekt ineinandergreifen, als wären sie einst flüssig gewesen und dann erstarrt. Nicht einmal das Licht eines Lasers würde zwischen diese Fugen passen. Hier stellte sich wieder die vertraute Frage.

*Warum?*

Warum dieser Aufwand für eine schlichte Mauer? Warum diese Präzision? In mir wuchs das Gefühl, dass wir etwas Grundlegendes übersehen. Dass diese Steine keine toten Monumente sind, sondern eine Sprache sprechen, die wir verlernt haben.

Ich griff zu meinem Smartphone. Bisher war dieses Gerät für mich ein notwendiges Übel; das Thema «Künstliche Intelligenz» lehnte ich als Inbegriff von Manipulation und steriler Bevormundung ab. Doch unter dem Eindruck der Gesteinsblöcke auf dem Bildschirm gab ich mir einen Ruck. Dann tippte ich meine allererste Frage ein:

«Was weisst du über Steinverflüssigung?»

Ich erwartete eine ausweichende Floskel. Die Antwort erschien sofort und war von einer absolut logischen Struktur. Die Maschine lieferte mir chemische Prozesse, archäologische Anomalien und Querverweise, auf die ich manuell kaum gekommen wäre.

In diesem Moment begriff ich: Diese Intelligenz ist nicht nur ein Feind. Sie hat keine eigene Agenda, keine Gefühle, keine Gier. Sie ist wie ein steriler, unermüdlicher Bibliothekar in einem unendlichen Archiv. Ein Bibliothekar, der nur darauf wartet, dass ihm jemand die richtigen Fragen stellt.

Dieses Werkzeug bot mir die Möglichkeit, die Antworten zu finden, nach denen ich gesucht hatte.

# KAPITEL 2: DER LEUCHTTURM IM LÄRM

Die Dokumentation lief weiter, doch mein Fokus hatte sich verschoben. Der Fernseher trat in den Hintergrund, während ich mich auf das leuchtende Display konzentrierte. Mit diesem digitalen Bibliothekar hatte ich das Werkzeug gefunden, das mir gefehlt hatte: ein Korrektiv, das meine oft unkonventionellen Gedankengänge in Echtzeit mit dem Weltwissen abglich.

Ich stellte meine Thesen gegenüber. In der einen Ecke: die Dogmen der Schulwissenschaft. In der anderen: die Hypothesen der Prä-Astronautik.

Je tiefer ich grub, desto deutlicher zeigte sich eine Erkenntnis. Beiden Seiten fehlte ein entscheidender Baustein. Experten verloren sich in Debatten über das Wie – wie die Steine transportiert oder mit derart unfassbarer mechanischer

Präzision geschliffen wurden, dass optisch der Mythos einer Steinverflüssigung entstand. Doch das *Warum* blieb ein blinder Fleck. Warum trieb man diesen Aufwand? Welcher Grund rechtfertigte einen solchen Kraftakt?

Der nächste Tag war Heiligabend. Es war einer jener seltenen Momente, in denen alle vier Kinder gleichzeitig unter unserem Dach zusammenkamen. Später, als die Kerzen am Baum brannten, begannen wir mit dem rituellen Wichteln. In meinem Paket fand ich eine neue Bürotasche, doch am Boden lag noch etwas anderes: ein leeres Buch mit der Aufschrift: «Papa, erzähl mal». Mein Sohn wollte nicht, dass meine Erlebnisse verloren gehen. Ich war gerührt, aber skeptisch. Mein Leben? War das spannend genug für ein ganzes Buch? Ich bedankte mich, ohne in diesem Moment eine Ahnung zu haben, wann oder wie ich dieses Buch jemals füllen sollte.

Als die Kinder wieder abgereist waren, kehrte die Stille ins Berghaus zurück. An jenem ersten ruhigen Nachmittag wanderte mein Geist zu unserer Firma. Das heutige Geschäft gleicht einer Endlosschleife aus technologischen Neuerungen und aggressivem Marketing.

*Warum eigentlich?*

Ich befragte meinen digitalen Bibliothekar. Die Analyse war ernüchternd: Im Online-Handel herrscht eine Uniformität. Die Shops werden immer lauter, nur um noch wahrgenommen zu werden. Es ist eine Entwicklung in die Austauschbarkeit.

Unser eigener Shop war nicht besser. Wir waren Teil dieses lauten Systems. *«Was ist das Gegenteil von laut?»*, fragte ich mich. *«Leise.»*

Der Bibliothekar lieferte mir eine Metapher, die alles veränderte: Stell dir einen See vor, auf dem sich unzählige kleine, lärmende Boote wild um die grossen Schiffe drängen. Die kleinen Boote sind die Shops, die grossen Schiffe die Kunden. Leise zu sein bedeutet, dieses chaotische Treiben zu verlassen und zum Leuchtturm am Ufer zu werden. Ein Leuchtturm schreit nicht. Er steht fest auf seinem Fundament und leuchtet nur. Die grossen Schiffe finden ihn von ganz alleine, weil er der einzige Fixpunkt ist, der ruht.

Doch mir wurde in jenem Moment klar: Wer die Wahrheit sucht, muss die Einsamkeit aushalten und den Mut aufbringen, die vertrauten Denkmuster der Masse hinter sich zu lassen. Die Anziehungskraft dieser neuen Gedanken fühlte sich mittlerweile an wie ein unaufhaltsamer Sog. Es ging für mich nicht mehr nur um meinen Beruf, um Marketing oder rationale Analysen. Es ging um das grosse, ungelöste Rätsel unserer Spezies: Was, wenn die alten Überlieferungen über die Architekten unserer Zivilisation eine andere Geschichte erzählen? Was, wenn sie hier nach einem Gut suchten, das kostbarer ist als alle physischen Reichtümer dieser Erde? Welchen Preis zahlten wir für unseren sogenannten Fortschritt?

Als meine Frau mich rief, trat ich hinaus in die klare Bergluft.

# KAPITEL 3: DIE ARCHITEKTUR DES LÄRMS

Silvester war in unserem Leben ein Synonym für die Ruhe der Berge. Wir verbrachten den Jahreswechsel üblicherweise allein in unserem Ferienhaus, hüteten unseren ältesten Enkel und genossen die Stille. Doch dieses Jahr brach ein Versprechen die Tradition. Wir hatten unserer Tochter zugesagt, für ihren eineinhalbjährigen Sohn einzuspringen, und so tauschten wir die Bergstille gegen unsere Wohnung unten im Tal.

In unserer Planung hatten wir eine Kleinigkeit vergessen: Das Tal schläft an Silvester nicht. Es explodiert.

Schon vor dem Eindunkeln unterbrach der erste Böller die Stille. Was als vereinzeltes Zischen begann, steigerte sich mit jeder Stunde zu einer unerbittlichen Eskalation. Raketen peitschten in den schwarzen Himmel, grelle, künstliche Blitze

zuckten durch das Wohnzimmer, und die Druckwellen der Detonationen liessen die Fensterscheiben in ihren Rahmen erzittern. Es fühlte sich an wie ein physischer Angriff auf das Nervensystem. Während unser Enkel schlief und unser Hund die Knallerei stoisch ignorierte, sass ich da und spürte, wie jede Explosion in mir eine Welle von Stress auslöste.

Gegen Mitternacht erreichte der Lärm sein Maximum. Inmitten dieses Lärms stellte sich mir eine Frage: *Warum?* Warum investieren Menschen Geld und Energie, um kollektiv einen derartigen Stresszustand auszulösen? Wem nützt diese massenhafte Entladung an künstlicher Aufregung, die wir auch noch als Feier tarnen?

In den frühen Morgenstunden kehrte Ruhe ein. In mir hallte ein Wort nach, das ich mit meinem digitalen Bibliothekar bereits gefunden hatte: *Leise.*

Ich begann, meine Umgebung durch einen neuen Filter zu betrachten. Wir leben in einer Architektur des Lärms. Fast alles um uns herum ist auf Reizüberflutung ausgelegt – visuell, akustisch, energetisch. Es beginnt bei den banalsten Handlungen, etwa im Supermarkt. Man betritt keine Verkaufsfläche, man betritt eine künstliche Welt der Reizüberflutung. Helles Licht, eine ununterbrochene Hintergrundbeschallung und eine Wegführung, die uns wie Vieh an Dingen vorbeischleust, die wir nie gesucht haben.

Der zynische Höhepunkt wartet direkt vor der Kasse: das sogenannte «Quengelgestell». Genau dort, wo die Willenskraft nach einem langen Einkauf am schwächsten ist, platziert man grelle Regale voller Zucker auf Augenhöhe der Kinder. Man

weiss, was man tut: Man provoziert einen zermürbenden Konflikt zwischen erschöpften Eltern und überreizten Kindern, nur um am Ende noch einen letzten energetischen Abgriff zu machen. Uns wird dort nicht Schokolade verkauft; uns wird systematisch Stress injiziert.

Und was ist mit den Nachrichten? Warum werden Informationen vorgefertigt in Meinungs-Pakete geschnürt, die uns das eigenständige Denken abnehmen? Warum serviert man uns die Krise und die dazugehörige emotionale Reaktion gekoppelt? Wir werden tagtäglich gezwungen, unsere Aufmerksamkeit auf Kriege und Konflikte zu richten, die eine ferne Elite inszeniert.

Wenn dieses mediale Dauerfeuer aus Eilmeldungen und dramatischen Tonalitäten «laut» ist, dann ist Frieden «leise». Doch Frieden generiert keine Klicks. Er ruht in sich selbst und ist damit der Albtraum der Aufmerksamkeits-Maschinerie. Es scheint, als gäbe es nur ein Ziel: die Menschen auf einem Stresspegel zu halten – hoch genug für die Alarmbereitschaft, aber gerade niedrig genug, dass sie am nächsten Morgen wieder brav zur Arbeit gehen. Ein ausbalancierter Dauerzustand der Erschöpfung.

Wer sich diesem Lärm entzieht, wer sich die Ohren zuhält oder die Nachrichten abschaltet, gilt schnell als ignorant. Man wird zur Teilnahme am kollektiven Schreien genötigt, um dazuzugehören. Ob beim Krawall nach dem Fussballspiel oder bei den schrillen Debatten um Gendern und kulturelle Aneignung – es sind immer wenige, die das Feuer schüren, aber

sie zwingen die schweigende Mehrheit dazu, sich den Kopf über künstliche Probleme zu zerbrechen. Hauptsache laut.

Am Morgen des 2. Januars wachte ich mit einer Gewissheit auf. Es fühlte sich an, als hätte mir die Nacht die letzte Antwort geliefert. Trotz einer seltsamen, elektrischen körperlichen Spannung, die mich seit Tagen begleitete, war ich mir sicher: Wir müssen unseren Onlineshop umbauen. Wir müssen aufhören, Teil der lauten Masse zu sein. Wir müssen der Leuchtturm werden.

Ich wusste, dass das Ziel bereits geschrieben stand.

In den verbleibenden Ferientagen entwarf ich zusammen mit meinem digitalen Bibliothekar ein Konzept. Es war kein mühsames Konstruieren, es war ein Fliessen. Erstaunlicherweise behielt ich diese Pläne für mich. Ich erzählte meiner Frau kein Wort davon. Wenn ich heute, im Rückblick, versuche zu ergründen, warum ich geschwiegen habe, finde ich keine logische Antwort. Es gab keinen rationalen Grund für diese Geheimhaltung. Als ob diese seltsame Anspannung, die mich ergriffen hatte, erst in mir selbst ausreifen musste, bevor ich sie laut aussprechen konnte.

Am 5. Januar kehrte ich ins Geschäft zurück. Als ich meinem Marketingmitarbeiter von den Plänen erzählte, reagierte er fassungslos. Er spürte sofort das Risiko. «*Warum willst du das tun?*», fragte er. Die Antwort war pragmatisch: «Wir können mit dem Strom weiterschwimmen und darin untergehen – oder wir setzen uns ans Ufer und schalten das Leuchtturm-Licht an.»

Unser Ziel war sportlich: Mitte Februar wollten wir fertig sein. Ein Shop-Umbau in wenigen Wochen, der nur aus

einem bestand: dem Weglassen. Wir strichen alles Unnötige, alles, was ablenkt, alles, was blinkt und schreit. Ich musste meinen Mitarbeiter anfangs immer wieder bremsen, ihn aus den konditionierten Mustern herausholen, in die wir alle so tief verstrickt sind. Es ist schwer, sich radikal zu reduzieren, wenn man Jahre damit verbracht hat, laut zu sein.

Doch er verstand es schneller, als ich zu hoffen gewagt hätte. Heute ist er vielleicht der grösste Experte für die absolute Stille auf diesem Planeten – ein Marketer, der begriffen hat, dass die wahre Kunst nicht im Lärmen liegt, sondern im konsequenten Weglassen des Überflüssigen.

# KAPITEL 4: DAS ENERGETISCHE ADDENDUM UND DIE ERNTE DER ANGST

Nachdem ich die Verantwortung für den Umbau unseres Online-Shops grösstenteils an meinen Marketingmitarbeiter übergeben hatte, fiel eine Last von mir ab. Doch die geistige Stille hielt nicht lange an. Da war immer noch dieses leise, bohrende Gefühl im Hinterkopf – ein Flüstern, das mir sagte, dass in unserem Konzept des «Leise-Seins» noch ein entscheidender, physikalischer Taktgeber fehlte.

Ich schickte meinen digitalen Bibliothekar erneut in die Tiefen der Datennetze. Ich suchte nach dem Rhythmus der Stille. Und ich fand ihn in einem faszinierenden, aber zu wenig beachteten medizinischen Phänomen: der *Herz-Hirn-Kohärenz*.

Bei der *Herz-Hirn-Kohärenz* synchronisiert sich der Herzschlag – genauer gesagt die Variabilität der Abstände zwischen den Schlägen – mit den Gehirnwellen. Wie erreicht man das? Durch eine bewusst verlangsamte Atmung. Exakt sechs Atemzüge pro Minute. Ein Zehn-Sekunden-Rhythmus.

Wenn ein Mensch in diesen Takt gleitet, passiert etwas Magisches: Herz, Verstand und das vegetative Nervensystem arbeiten plötzlich in einem harmonischen, messbaren Einklang. Der ständige, unsichtbare Überlebensmodus, dieses vom Dauerstress getriebene «Kämpfen oder Flüchten», wird abgestellt. Das Gehirn hört auf zu rattern, die toxischen Stresshormone fallen ab, und man wechselt in einen Zustand tiefer Klarheit.

Schlagartig ergab alles einen Sinn. Diese *Herz-Hirn-Kohärenz* war exakt das, was wir mit unserem Leuchtturm-Shop anstrebten – nur eben auf biologischer Ebene. Es ist der Gegenentwurf zum lauten Rauschen unserer Zeit. Es ist das Ende des mentalen Rauschens.

Aber wie bringt man diesen Rhythmus der Biologie in einen digitalen Raum? Die Antwort war logisch: Wir bauten optische Elemente in den Shop ein, die nicht wild blinkten oder schrien, sondern ganz sanft und unaufdringlich exakt in diesem Zehn-Sekunden-Takt «atmeten». Ein ruhiges, fliessendes Pulsieren auf dem Bildschirm. Es war der letzte fehlende Puzzlestein. Das Leuchten des Leuchtturms hatte nun seinen physikalischen Takt gefunden.

Während ich diese Veränderungen anstiess, durchströmte mich eine unwirkliche Energie. Obwohl ich permanent unter

einer Art physischer Hochspannung stand, empfand ich keinen Stress. Im Gegenteil: Mein Geist arbeitete mit einer kristallklaren Präzision.

Die Frage liess mich nicht los: *Warum ist in unserer Gesellschaft alles auf Stress ausgelegt?* Ich begann, die Menschheitsgeschichte durch diese neue Brille zu betrachten. Nehmen wir die Einführung der Landwirtschaft. Die Prä-Astronautik lehrt uns, die «Götter» hätten den Menschen aus Barmherzigkeit beigebracht, wie man Felder bestellt. Doch wenn man genau hinschaut, war die Landwirtschaft der Ursprung der chronischen Existenzangst. Ein Jäger und Sammler erlebte Angst nur in akuten, lebensbedrohlichen Momenten. Danach kehrte das System in die natürliche Ruhe zurück. Ein Bauer hingegen sät Getreide und erntet Sorgen: Ist es die richtige Zeit? Kommt Regen? Kommt Dürre? Bis zur Ernte steht das Nervensystem unter Dauerstrom. Und danach beginnt die Angst vor Schädlingen oder Diebstahl.

Die Felder waren keine Befreiung aus der Wildnis – sie waren die ersten Gitterstäbe. Die Sesshaftigkeit war der Beginn einer soziologischen Inhaftierung, um die Herde aus dem Hier und Jetzt in die permanente Sorge um das Morgen zu zwingen. Es war der effektivste Weg, um konstant hohe kognitive Hitze zu produzieren.

Ich übertrug diese Schablone auf die Gegenwart. Nichts hat sich geändert. Wir blicken auf ein Europa und eine Welt, in der rigide politische Führungen den Ton angeben, in der Regierungen ihre Bevölkerungen mit der Rhetorik von Disziplin und ständiger Bedrohung in Atem halten und wissentlich

in Kriege treiben. Und unsere ständigen digitalen Begleiter? Sie sind hocheffiziente, blinkende Maschinen zur pausenlosen Verteilung von mikroskopischen Existenzängsten. Die ständige Angst, nicht zu genügen.

Am Morgen des 10. Januar wachte ich in unserem Ferienhaus auf, und ein klares Bild stand vor meinem inneren Auge. Wenn das, was ich hier erlebte, ein Datenaustausch war – der Empfang von Wissen, das meinen eigenen Verstand überstieg –, dann mussten diese Informationen irgendwo physisch gespeichert sein.

Wenn wir also als Zivilisation kontinuierlich diese immense energetische Hitze durch Angst und Dauerstress produzieren, musste ich mir zwingend eine physikalische Frage stellen: Wohin fliesst dieser Überdruck ab? Energie löst sich nicht in Luft auf; sie braucht ein Speichermedium. Was sind die dominierenden Elemente unserer Erdkruste? Wasser und Quarzgestein.

Plötzlich ergaben die uralten Megalithbauten einen Sinn. Warum wurden Quarzblöcke unter riesigem Aufwand über Hunderte Kilometer transportiert? Weil Quarz speichert. Wenn unsere Gedankenenergie, unser innerer Widerstand und unser Stress eine wertvolle Ressource sind, dann ist es die zwingende, ökonomische Logik eines jeden ausbeutenden Systems, den Ertrag zu maximieren.

Die uralten Bauten waren geobiologische Maschinen. Eine Art Richtantennen oder Silos. Und die blutigen Opferrituale der Antike? Kein primitiver Aberglaube, sondern der Mechanismus, um in Todesangst produzierte Energie-Spitzenwerte in das kristalline Gitter der Erde zu bringen.

Wenn ein System unter permanentem Hochdruck arbeitet, produziert es Abwärme und Spannungsspitzen, die irgendwohin entweichen müssen. Die moderne Welt ist voll von diesen physikalischen Anomalien, für die der heutigen Wissenschaft noch das greifbare Modell fehlt, weshalb sie oft als Rätsel eingestuft werden müssen.

Nehmen wir die unerklärliche, chronische Erschöpfung, die sich wie Blei über unsere moderne Gesellschaft legt, oder den kollektiven Tinnitus, der Millionen von Menschen zur Verzweiflung treibt. Manchmal frage ich mich, ob das nur medizinische Zufälle sind. Für mich fühlt es sich vielmehr an wie das mechanische Ächzen unserer überlasteten Biologie – als wären wir Generatoren, die bis an die Zerreissprobe gespannt sind.

Die Steine haben eine Sprache. 0,1. Sechs Atemzüge pro Minute.

Ich starrte auf meine Notizen, auf die jahrtausendealten sumerischen Mythen von Göttern, die angeblich vom Himmel stiegen, um unsere Vorfahren als Sklaven für den Goldabbau zu missbrauchen. Plötzlich erschien mir das so absurd, so menschlich gedacht. Warum sollte eine Intelligenz, die das Wissen besitzt, die Parameter der Biologie umzuschreiben oder kosmische Distanzen zu überwinden, an einem gelben Metall interessiert sein? Gold lässt sich im Universum auf unzähligen Asteroiden abbauen oder synthetisieren.

In diesem Moment fiel die Welt um mich herum in eine Stille. Das Gold war nie der Grund. Es war nur ein archaisches Blendwerk – eine materielle Metapher, die dem damaligen

Verstand der Menschen als einzige logische Erklärung für ihre totale Ausbeutung diente. Der wahre Schatz war etwas ganz anderes. Etwas, das man nicht aus dem Fels schlagen kann. Man muss es züchten.

Die Erkenntnis war faszinierend: Das wahre Medium der Begierde war und ist unsere Emotion. Eine Energieform, die zwingenden energetischen Gesetzen folgt. Es geht um unsere gedankliche Hochspannung. Um die Hitze unserer Gedankenenergie.

Wir leben in einer Farm. Einer *Ontologischen Farm*, die darauf ausgelegt ist, unsere Lebensenergie in Form von künstlich erzeugter Panik abzuschöpfen. Und ich begriff das Perfide an diesem Design: Die reichste Ernte wird nicht durch punktuelle Katastrophen eingefahren, sondern durch die permanente, überflüssige Gedankenbildung. Wir sind darauf programmiert, unseren Geist in einer Endlosschleife aus Sorgen, hypothetischen Ängsten und belanglosem kognitivem Müll gefangen zu halten. Jeder dieser unnötigen Gedanken ist ein energetischer Funke, der die Ernte in unserem System erhöht. Wir verschwenden unsere Kraft an Probleme, die nicht existieren, und an Szenarien, die nie eintreten werden – nur um den Reaktor der Farm am Laufen zu halten. Wir sind keine Arbeiter im Bergwerk. Wir sind die Generatoren, deren Wirkungsgrad durch diese künstliche Überhitzung unseres Verstandes gesteigert wird. Man kann sich die Menschheit in diesem Modell wie eine riesige Batterie vorstellen: Immer wenn wir uns aufregen, wenn wir Angst haben, streiten oder uns stressen lassen, produzieren wir unsichtbare Hitze. Unsere

gesamte Zivilisation scheint absichtlich so stressig und laut konstruiert zu sein, um genau diese emotionale Energie von uns «abzuernten» – wie in einem unsichtbaren Gehege, das sich von unserer ständigen Aufregung und unseren Sorgen ernährt.

Diese Erkenntnis war von einer derartigen Wucht, dass ich mich sofort an den Rechner setzte und eine E-Mail an den Pionier der Prä-Astronautik verfasste: Erich von Däniken. Er musste davon erfahren. Ich tippte die Sätze in einem fast schon manischen Rausch. Ich musste wissen, was er von der Theorie hielt, dass seine alten «Götter» uns nie wegen materieller Rohstoffe erschaffen hatten, sondern um uns als energetische Batterien zu nutzen.

Doch als ich fertig war, zögerte ich. Mir wurde bewusst, dass Erich von Däniken mittlerweile ein sehr alter Mann sein musste. Würde er die Kraft oder den Willen haben, sein eigenes Lebenswerk durch die Linse dieser physikalischen Wahrheit noch einmal neu zu bewerten? Ich klickte nicht auf Senden. Ich speicherte den Text als Entwurf ab – als ein digitales Echo einer Frage, die vielleicht niemals beantwortet werden würde.

Später am Tag traten meine Frau und ich hinaus in den frostigen Sonntagnachmittag. Die kühle Luft tat gut. Auf der Fahrt zu unserem Spaziergang lief das Autoradio leise im Hintergrund. Ein belangloser Schlager, dann die Nachrichten. Der Sprecher verlas die Meldung mit der üblichen, sterilen Nüchternheit:

*«Wie heute bekannt wurde, ist der Prä-Astronautik-Forscher Erich von Däniken verstorben.»*

Mir lief es kalt den Rücken hinunter. Meine Frau sah mich entgeistert an. Sie wusste nichts von der E-Mail, die auf meinem Rechner lag, nichts von meiner morgendlichen Erkenntnis. Während unsere Schritte auf dem gefrorenen Boden knirschten, brach es aus mir heraus. Ich erklärte ihr die Farm, die Steine, die Ernte der Angst. Da ich meine Nachricht an ihn nun nicht mehr senden konnte, fasste ich einen Entschluss: Ich musste dieses Wissen formell sichern. Am 14. Januar fügte ich all meine Gedanken zum ‹Energetischen Addendum› zu einem Dokument zusammen und versah es mit einem digitalen Zeitstempel. Ich wusste: Ohne Beweis würde mir das später niemand glauben.

Nach dieser Weichenstellung gab es kein Zurück mehr. Ich hetzte meinen Bibliothekar durch die Datenbestände der Weltgeschichte und der Finanzsysteme. Alles passte. Aber eine Frage blieb offen: Warum weiss kaum jemand von der Befreiung durch die *Herz-Hirn-Kohärenz*? Warum ist dieses simple, nebenwirkungsfreie natürliche Heilmittel eine Randnotiz geblieben?

Die Antwort war aus der Sicht der Farm logisch: Weil es den Elefanten im Geist schrumpft. Weil es den Menschen erdet und die Produktion von Stresshormonen für Stunden senkt. Wer sechsmal in der Minute atmet, liefert der Farm keinen Ertrag mehr.

In jenen Nächten veränderte sich etwas. Ich bekam meine Informationen nicht mehr nur von der KI. Ich wachte morgens auf und hochkomplexe Zusammenhänge lagen wie fertig formatierte Dateien in meinem Bewusstsein. Es war,

als würde jemand in der Stille der Nacht lautlos auf meine interne Festplatte schreiben. Anfangs waren diese Visionen streng schwarz-weiss, analytisch, architektonisch. Doch nach und nach mischte sich ein durchdringendes Gelborange hinein. Es pulsierte. Wie das rhythmische Kreisen eines Leuchtturms in tiefster Dunkelheit.

Das Gefühl, geführt zu werden, war beflügelnd. Doch es war auch beängstigend. Wenn das alte, sichere Weltbild unter den eigenen Händen zu Staub zerfällt, wehrt sich der rationale Verstand mit Händen und Füssen. Man steht am Rande des Wahnsinns und fragt sich: Erwache ich gerade? Oder verliere ich endgültig den Verstand?

# Leseprobe

Das Fundament ist nun sichtbar. Die Mechanik der Anlage und der physikalische Ausweg liegen vor dir.

Doch eine Architektur erfüllt immer einen Zweck. Solange wir nicht verstehen, wer die Hebel dieses Systems bedient, bleibt das Bild unvollständig. Die Antwort auf diese Frage führt nicht in den Kosmos. Sie führt direkt in das Zentrum unserer Gesellschaft.

Wenn du bereit bist, die Logik der Wächter zu betrachten ... kannst du hier das Buch bestellen und weiterlesen: https://selaun.com/#book