



Samstag, 11. Januar 2020, 15:59 Uhr  
~9 Minuten Lesezeit

## Die wirkliche Revolution

Der Mut zum Leben setzt Mut zu Wahrheit und Liebe voraus — mit ihm trotzen wir eigener Ohnmacht und verbessern die Welt. Exklusivabdruck aus „Nur Mut!“, unserem zweiten Rubikon-Buch.

von Kerstin Chavent, Elisa Gratias, Isabelle Krötsch  
Foto: Yuganov Konstantin/Shutterstock.com

*Die Gier nach Macht und Geld hinterlässt Spuren, die inzwischen so offensichtlich sind, dass sogar bei den optimistischsten Menschen die Hoffnung auf eine bessere Welt schwindet. Es erfordert Mut, in Zeiten des Chaos und der Verunsicherung von Utopien und neuen Visionen zu träumen. In sämtlichen Medien werden wir mit der Tatsache konfrontiert, dass es den Menschen wohl nicht mehr lange geben wird, während zaghaft ein neues Bewusstsein heranwächst, das sich nicht in die Tiefe ziehen lässt, sondern der Zerstörung*

*entgegenwirkt. Dieses Bewusstsein achtet das Lebendige und führt die Menschen wieder zusammen. In seinem Zentrum steht nicht die Angst, sondern die Liebe. Um dieses Bewusstsein zu stärken, veröffentlichte Rubikons Mut-Redaktion mit „Nur Mut!“ ihr erstes Buch, dessen Vorwort wir im Folgenden abdrucken.*

**Unsere Welt befindet sich in einem Prozess tiefgreifender** Veränderungen. Eine ganze Zivilisation taumelt ihrem Ende entgegen. Noch scheint das Trennende, Ausbeutende und Zerstörerische die Oberhand zu behalten.

Noch mag es so aussehen, als hätten wir keine Überlebenschance gegenüber einer Maschinerie, die jedes Leben missachtet. In allen Bereichen wird versucht, das Lebendige zu manipulieren, zu kontrollieren, zu zerstören oder zu ersetzen. Die Spuren, die die Gier nach Macht und Geld hinterlassen, sind heute derart spürbar, dass auch bei den Optimistischsten die Hoffnung auf eine bessere Welt schwindet.

Ob in den Mainstream- oder den Enthüllungsplattformen der alternativen Medien – wir werden mit der Tatsache konfrontiert, dass es den Menschen vermutlich nicht mehr lange geben wird. Doch parallel zu den schlechten Nachrichten bildet sich ein neues Bewusstsein, das sich nicht in die Tiefe ziehen lässt, sondern das den zerstörerischen Kräften entgegenwirkt. Dieses Bewusstsein achtet das Lebendige und führt die Menschen wieder zusammen. In seinem Zentrum steht nicht die Angst, sondern die Liebe.

Es erfordert Mut, in Zeiten der allgemeinen Verwirrung und

Verunsicherung, wie in Platons Gleichnis aus dem Dunkel der Höhle herauszutreten, um sich dem Licht der Sonne zuzuwenden. Jens Wernicke, der Herausgeber des Internetmagazins Rubikon hatte Mut, als er Anfang 2018 die Redaktion Aufwind ins Leben rief. Er wagte es, in seinem Online-Magazin mit hauptsächlich politischen Themen im Fokus ein Forum für psychologische, philosophische und spirituelle Themen zu schaffen.

Also mussten wir, die Verantwortlichen dieser Redaktion, den Mut entwickeln und nach echten Alternativen und Visionen suchen. Wir wollen weder Realitäten schönfärben noch uns in künstliche Paradiese flüchten. Wir wollen mithelfen, unsere Welt neu zu gestalten. Um Lösungsansätze zu finden, können wir nicht darauf warten, dass sich alles schon irgendwie wieder einrenken wird, wenn wir nur optimistisch genug sind und ökologisch angebauten Tee trinken. In der Epoche eines grundsätzlichen Wandels zu leben ist kein Sonntagsspaziergang. Denn um die gigantischen Probleme zu lösen, mit denen wir konfrontiert sind, gibt es nur eine Möglichkeit: mitten hineinzugehen.

Lag nicht der Ausgang aus Dantes Hölle genau in ihrer Mitte? Wir müssen in den dunklen Wald hineintreten, die tiefen Abgründe der Zerstörung ausleuchten. Wir müssen uns der ohnmächtigen Wut und der existenziellen Angst stellen, die die aktuelle Situation bei vielen von uns auslöst. Mit unseren Texten versuchen wir, noch einen Schritt weiter zu gehen, um Wege aufzuzeigen, die aus dem dunklen Tunnel herausführen. Für jede Art von Heilung ist es notwendig, sich zunächst mit dem Unbequemen, Unangenehmen, Angstmachenden zu konfrontieren. Schließlich können wir nichts hinter uns lassen, dessen wir uns nicht bewusst sind und das uns unterschwellig beeinflusst.

Doch wir wollen nicht in Empörung und Ohnmacht stecken bleiben und Angst und Verbitterung zu unseren Wegweisern machen. Denn genau diese vermeintliche Machtlosigkeit ist der Treibstoff für die

Ausbeutungs- und Unterdrückungsstrategien der jetzigen Welt. So haben wir beschlossen, unsere Wut in Mut zu verwandeln, um uns unserer selbst wieder zu ermächtigen. Wer die Welt verändern will, muss zunächst seine eigene Haltung ändern.

Das lehrten neben Gandhi alle großen politischen und spirituellen Anführer. Diese Erkenntnis ist das Herz der Mut-Texte. Die Überwindung der Ohnmacht setzt voraus, dass wir uns in unser eigenes Dickicht hineinwagen. Hier in unserem Inneren finden wir die Kraft, mit der wir das äußere Chaos überwinden können. Das ist leichter gesagt als getan. Denn es ist viel bequemer, den Grund für seine Probleme im Außen zu suchen und entsprechende Lösungen einzukaufen, als sich in seinem Inneren auf die Suche zu machen. Mit diesem Ziel im Blick hat sich die Redaktion Aufwind auf den Weg gemacht. Wir schreiben persönlich, aus eigener Erfahrung, und setzen immer wieder einen Fuß ins Leere in dem Vertrauen, dass die Luft trägt.

Als Subjekte unserer Texte streben wir keine Form von Objektivität oder Neutralität an. Denn das würde bedeuten, dass wir uns über unsere Gefühle erheben. Genau das wollen wir nicht. Wir wollen uns berühren lassen und konfrontieren uns immer wieder bewusst mit unserer eigenen Schwäche und Verletzlichkeit. Wir wollen uns nicht von unserer Menschlichkeit abtrennen, so wie wir es in unserer Geschichte immer wieder getan haben. Wir wollen Mensch bleiben. Und so ist es eines der Hauptanliegen unserer Redaktion, Kopf und Herz miteinander zu verbinden, denn nur dieses innere Umarmen kann verhindern, dass wir uns hinter Anordnungen und fremden Beschlüssen verstecken. Wer so unterwegs ist, erlebt immer wieder Situationen, in denen er nicht weiterweiß.

Doch in dem Augenblick, in dem die eigene Begrenztheit ihren Höhepunkt erreicht und wir uns ganz klein fühlen, geschieht das Wunder: Eine Tür geht dort auf, wo wir es nicht erwartet hätten. Und so reicht Mut allein beim Vorankommen nicht aus. Wir

brauchen auch die Erfahrung unserer eigenen Schwäche. Aus ihr erwächst die Demut, die uns das Haupt beugen lässt, wenn es daran geht, einen dunklen Tunnel zu durchqueren. Nur so können wir uns von unseren Allmachtsphantasien befreien, deren zerstörerische Blutspur sich tief in unseren Planeten eingebrannt hat. Auf den Tunnel dann folgt ein freies Feld: Hier können wir alternative Sichtweisen und Utopien entwickeln und versuchen, andere damit zu inspirieren. Potenziell alle Lebensbereiche werden angesprochen. Zusammen bilden die Texte einen heterogenen Strom der Transformation, in dem wir gleichzeitig einzigartig und vereint sind.

In diesem Bewusstsein sind wir zugleich Sterbebegleiter einer alten Welt und Geburtshelfer einer neuen. Unsere Hoffnung wird zu einer Vision, in der das Körperliche und das Geistige Hand in Hand gehen und das Trennende überwunden wird. Vor diesem Hintergrund haben wir eine Reihe von Artikeln ausgewählt, die Möglichkeiten aufzeigen, das Steuer in die Hand zu nehmen und das Schiff in eine andere Richtung zu lenken. Es gibt viele Gründe, zuversichtlich zu sein! Mit der Öffnung auch für spirituelle Themen und die feinstoffliche Dimension des Lebens beginnen wir, das großartige schöpferische Potenzial zu erahnen, das in uns steckt. Wir sind nicht mehr Erfüllungsgehilfen einer uns aufgestülpten Ideologie, die sich von der Spaltung und Angst ernährt, die sie überall sät. Wir nehmen uns unsere Würde zurück.

Indem wir uns über uns selbst bewusst werden, setzen wir eine kollektive Transformation in Gang und legen damit den Grundstein für eine Gesellschaft, in der politisches Engagement und Geistesschulung zusammengehören. So kann ohne Gewalt ein heilsames, friedliches und liebevolles Miteinander entstehen.

## **Stimmen zum Buch:**

*„Ich möchte allen Menschen raten, mutig zu sein, und sich nicht durch Angst erdrücken zu lassen. Wer mutig ist kann freudig und gewaltlos seinen Weg gehen. Das ist bestimmt nicht immer einfach. Aber Mut öffnet Türen, die sonst verschlossen bleiben. Die in diesem Buch abgedruckten Texte zeigen, wie wichtig Mut im 21. Jahrhundert ist.“*

Dr. Daniele Ganser, Friedensforscher

*„Das ist ein ganz besonders Buch, denn mit jedem seiner vielfältigen Beiträge werden Sie eingeladen, ermutigt und inspiriert, sich mit all jenen zu verbinden, die künftig nicht mehr gegeneinander, sondern miteinander leben wollen.“*

Dr. Gerald Hüther, Sachbuchautor und Vorstand der Akademie für Potentialentfaltung

*„In einer Zeit, in der regressive Kräfte sehr von den Verunsicherungen in unserer Gesellschaft profitieren, brauchen wir Mutmacher mit einem langen Atem. Menschen, die uns mit Fakten und Bildern speisen, die uns an unser eigenes Potential für Veränderung und Glück erinnern. Danke Rubikon! Für dieses Buch und für eure gesamte Arbeit.“*

Veit Lindau, Autor und Bewusstseinsforscher

*„Dieses einzigartige Buch macht großen Mut zur Veränderung. Es verwandelt Verzweiflung in Hoffnung, Wut in Liebe und ist ein kraftgebender Kompass durch schwere Zeiten. Für mich eines der wertvollsten Bücher der letzten Jahre.“*

Jens Lehrich, Autor und Comedian

*„Nur Mut!‘ ist ein Buch, das den Leser dazu auffordert, sich selbst zu ermächtigen. Wer sich im aufrechten Gang den Problemen dieses Planeten entgegenstellt, macht sich zwar angreifbar, kann von sich aber behaupten, in der Stunde der Bewährung seine eigene Angst besiegt zu haben. Ohne solche Menschen hat unsere Spezies keine*

Zukunft. Die Belohnung für gelebten Mut ist ein Leben, in dem die Angst nur noch eine untergeordnete Rolle spielt.“

Ken Jebsen, investigativer Journalist

„Nur, wenn wir uns selbst und unsere Gefühle erkennen, wenn wir unser Unbewusstes bewusst machen und aus dem kollektiven Stockholm-Syndrom, auf das man uns von Kindertagen an festgelegt und zu dem man uns erzogen hat, aussteigen, können wir wirkliche Liebe, vor allem aber unsere tägliche Unterdrückung erkennen. Dann können wir aus dem inneren wie äußeren Gefängnis aussteigen und unser eigenes Leben leben, in dem wir zu fühlen beginnen, was gut und ungut, was richtig und gelogen, was Liebe und was Ausbeutung und Unterdrückung ist. Wider den Gehorsam! Die Wahrheit schlummert in jedem von uns.“

Jens Wernicke, Autor und Publizist

---

<https://www.michaelsverlag.de/produkt/nur-mut!-9783967890044>

<https://www.michaelsverlag.de/produkt/nur-mut!-9783967890044>

**Hier können Sie das Buch bestellen:** als **Taschenbuch**

<https://www.michaelsverlag.de/produkt/nur-mut!-9783967890044>) oder **E-Book**

<https://www.buchkomplizen.de/Alle-Buecher/Nur-Mut-oxid.html>).

---

## **Inhalt:**

Kerstin Chavent, Elisa Gratias und Isabelle Krötsch: Vorwort

### **Kapitel 1: Wahrnehmung**

Otto Teischel: Die kranke Gesellschaft

Ulrike Orso: Kapitalismus im Kopf

Kerstin Chavent: Mit dem Drachen leben

Shabi Alonso: Der Rationalitätswahn

Felix Feistel: Mut zur Utopie

Elisa Gratias: Friedensbewegung 2.0

Margit Geilenbrügge: Teilen wir unsere Vision!

### **Kapitel 2: Selbsterkenntnis**

Franz Ruppert: Wirklicher Frieden setzt Heilung voraus

Kerstin Chavent: Raus aus der Opferrolle!

Elisa Gratias: Trotz alledem!

Hans-Joachim Maaz: Heraus aus der Liebesfalle!

Christiane Borowy: Der alltägliche Krieg in unseren Köpfen

Kerstin Chavent: Der innere General

Roland Rottenfußler: Plädoyer für das Mitgefühl

### **Kapitel 3: Wahrheit**

Peter Frey: Das Wesen der Freiheit

Kerstin Chavent: Mut zur eigenen Wahrheit

Jens Lehrich: Die Magie des Lebens

Roland Rottenfußler: Ohne Ziel

Jens Wernicke: Ist die Welt überhaupt noch zu retten?

Katrin McClean: Nur Mut!

### **Kapitel 4: Verbundenheit**



Birgit Assel: Der Frieden sind wir

Margit Geilenbrügge: Wir sind Natur

Isabelle Krötsch: Die stille Revolution der Liebe

Elisa Grätias: Mehr Liebe, bitte!

Bernhard Trautvetter: Gemeinsam für eine bessere Welt

## **Kapitel 5: Wandel**

Margit Geilenbrügge: Raus aus der Machtlosigkeit!

Gerald Hüther: Zärtliche Revolution

Roland Rottenfußler: Einfachheit ist Widerstand

Dirk C. Fleck: Tausche Leid gegen Glück

Margit Geilenbrügge: Das Unwahrscheinliche wahrscheinlicher machen!

Isabelle Krötsch: Heilsame Verwandlung

## **Kapitel 6: Zukunft**

Kerstin Chavent: Der Dimensionssprung

Hans Boës: Alles fühlt mit

Christiane Borowy: Das Leben ist schön

Isabelle Krötsch: Die neue Wirklichkeit

Roland Rottenfußler: Engagierte Spiritualität

Jens Wernicke: Regen

---

**Video** (<https://www.youtube-nocookie.com/embed/KSVGoYbt1Rg>)

**Erich Fromm: „Krank sind die Angepaßten!“**

**Video** ([https://www.youtube-nocookie.com/embed/XRphxS7x\\_Eg](https://www.youtube-nocookie.com/embed/XRphxS7x_Eg))

**Eugen Drewermann: „Die Welt, in der wir leben, ist krank!“**

---



**Kerstin Chavent** ist Autorin und Sprachlehrerin und lebt in Südfrankreich. Auf Deutsch erschienen sind bisher „Die Waffen niederlegen“, „Das Licht fließt dahin, wo es dunkel ist“, „Krankheit heilt“ und „Was wachsen will muss Schalen abwerfen“. Es war ihre Erfahrung mit

Krebs, die sie zum Schreiben brachte. Ihre Themen sind der Umgang mit Krankheit, die Sensibilisierung für das schöpferische Potential und das erwachende Bewusstsein in einer Welt im Wandel. Mehr Informationen in ihrem Blog „**Bewusst: Sein im Wandel**“ (<https://bewusstseininwandel.blogspot.fr>)“.

---



**Elisa Gratias**, Jahrgang 1983, studierte Übersetzen und Journalismus. 2005 wanderte sie nach Frankreich aus, wo sie ihr Studium zur Übersetzerin abschloss. 2014 zog sie nach Mallorca und arbeitet dort seitdem als freiberufliche Übersetzerin, Autorin und Künstlerin. Ihre Auswandererfahrungen und ihr Hang zum Grübeln bescherten ihr viele Erkenntnisse zum Thema Glück, Erfüllung und Gesellschaft. Darüber schreibt sie auf ihrem Blog **flohbair.com** (<http://www.flohbair.com>). Ihre Kunst zeigt sie auf **elisagrattias.com** (<https://elisagrattias.com/>).

---



**Isabelle Krötsch** ist Künstlerin und Regisseurin. 2013 gründete sie mit ihrem Mann, dem Schauspieler Hans Kremer, den DantonDenkRaum, eine interdisziplinäre Werk- und Begegnungsstätte. 2015 kam ihr erster Film „Büchner.Lenz.Leben“ in Deutschland ins Kino. Ihre Aufgabe sieht sie im Brückenbau zwischen Kunst, Wissenschaft und Spiritualität. Weitere Informationen unter **www.freies-feld.com** (<http://www.freies-feld.com/>).

Dieses Werk ist unter einer **Creative Commons-Lizenz (Namensnennung - Nicht kommerziell - Keine Bearbeitungen 4.0 International** (<https://creativecommons.org/licenses/by-nc-nd/4.0/deed.de>)) lizenziert. Unter Einhaltung der Lizenzbedingungen dürfen Sie es verbreiten und vervielfältigen.