



Samstag, 22. Dezember 2018, 15:58 Uhr  
~5 Minuten Lesezeit

## In Zeiten des Wandels

Die neue Folge der „Guten Nachrichten“ macht Lust auf Veränderung.

von Elisa Gratias  
Foto: FabrikaSimf/Shutterstock.com

*Das Jahresende ist die Zeit der Wintersonnenwende und des Neubeginns. Die Tage werden nun wieder länger, wir lassen das vergangene Jahr Revue passieren und hoffen auf ein neues Jahr, das noch unbefleckt vor uns liegt. Jens Lehrich beschert uns zu diesem Anlass eine neue Folge der guten Nachrichten mit dem Grundthema Wandel und Perspektivwechsel.*

**Das Ende des Jahres ist ein guter Zeitpunkt, um sich dem Thema des Wandels zu widmen.**

**Zahlreiche Menschen scheinen Veränderungen nicht zu mögen, während sie gleichzeitig beklagen, dass sich nichts zu ändern scheint und das Gefühl des Stillstands sie bedrückt.**

Ein Widerspruch, den wir vielleicht oft nicht einmal mehr wahrnehmen.

Wir wollen etwas und haben gleichzeitig Angst davor. Angst vor dem Unbekannten. Denn niemand kennt die Zukunft.

Jens Lehrich widmet die letzte Ausgabe der guten Nachrichten im Jahr 2018 genau diesem Thema: dem Wandel. Denn ob wir ihn nun wahrnehmen oder nicht, wollen oder nicht, er geschieht permanent.

Viele stellen sich darunter vielleicht eine absolute, allumfassende Wende vor. Sie warten auf den Ausbruch eines großen Krieges oder den radikalen Weltfrieden.

Doch der Wandel geschieht subtiler und verlangt unser aller Aufmerksamkeit und Einsatz. Er setzt sich aus den vielen kleinen Taten und Nicht-Taten jedes Einzelnen in seinem Alltag zusammen. Das ist – wie wir nicht müde werden zu betonen – die gute Nachricht: Wir alle haben durchaus Einfluss und sind alles andere als machtlos. Wir unterschätzen nur immer wieder die kleinen Schritte, während wir gebannt auf das große Ganze starren und nichts sehen.

Wir sehen ja auch nicht, wie wir älter werden: Von einem Jahr zum anderen merken wir kaum einen Unterschied, aber sehen Sie sich mal ein zehn Jahre altes Foto an.

Zurück zu den guten Nachrichten: Ein Wandel vom Krieg zum Frieden, so erzählt Jens Lehrich, benötigt zunächst einmal, dass wir alle erkennen, dass wir trotz all der schlechten Nachrichten, die uns

tagtäglich erreichen, hier sind. Wir leben. Es geht darum dies zu erkennen und mitzuwirken. Hinzuschauen, auch wenn es wehtut. Denn auch Schmerzen sind Leben.

***Polarität lautet das Stichwort. Der Wandel zum Guten wird zunächst durch die Verschlechterung in Gang gebracht. Je chaotischer die Zustände um uns herum werden, desto mehr kommen die Menschen in Bewegung.***

Desto größer wird die Friedensbewegung. Desto mehr sehnen sich die Menschen nach Verbindung und Menschlichkeit und erwachen aus ihrem Tiefschlaf in der Maschinerie des Kapitalismus zu neuem Leben.

Konkrete Hinweise darauf sind einzelne Ereignisse wie die Verleihung des Friedenspreises „Mind Award“ für das Rubikon-Beiratsmitglied Daniele Ganser und die Tatsache, dass er mit seinen Vorträgen inzwischen Zehntausende Menschen anzieht. Auch die vielen Einsendungen, die die Mutmach-Redaktion auf ihre Fragen der Aktion „Was uns bewegt“ erhält, zeigen, dass ein Bewusstseinswandel in vollem Gange ist.

Rubikon ist ein Magazin von Menschen für Menschen. Unsere Leser tragen nicht nur mit ihren E-Mails an uns zu unserem Wirken und immer mehr Reichweite bei, sondern auch mit ihren Spenden. Selbst mit kleinsten Beträgen von einem Euro pro Monat wird unser Wirkungsfeld nach und nach erweitert, wofür wir sehr dankbar sind.

Und auch fernab des Rubikon und des Internets können wir uns von der Begegnung mit anderen Menschen überraschen lassen, wenn wir uns darauf einlassen. Dies zeigt ein spontanes Interview, das Jens Lehrich mit einem Unbekannten führte, den er in der Fußgängerzone in Rostock kennenlernte.

Ein großes Thema unserer Zeit mitten im Wandel ist auch die Migration. Deshalb darf sie in den guten Nachrichten natürlich nicht fehlen. Das Problem der Massenmigration von heute ist natürlich keine gute Nachricht, gerade weil wir nicht wissen, wie wir der Not dieser vielen Menschen begegnen sollen.

Doch durch die Bedrängnis und Angst, die mit und vor der Migration von Massen entsteht, wachen auch wir in den verwöhnten Wohlstandsgefilen auf und beginnen uns endlich Fragen über die Ursachen der Migration zu stellen und sie, so wie Hannes Hofbauer in seinem Buch „Kritik der Migration“, von einer humanistischen Seite zu beleuchten.

Gerade jetzt zur Weihnachtszeit, in der viele Menschen der westlichen Welt dem Konsumrausch und dem Geschenkestress zum Opfer fallen, rettet uns vielleicht die Besinnung darauf, was wir wirklich wollen und wovor wir in der Welt des Materialismus eigentlich flüchten.

Unter einem Format namens „Gute Nachrichten“ haben sich einige Menschen etwas anderes vorgestellt, wie ein Kommentar unter dem letzten Video zeigt. Darin wird deutlich, dass es vielen von uns schwerfällt, den Schmerz und Schrecken in der Welt als Teil der guten Nachrichten zu sehen. Gute Nachrichten können nicht von den schlechten abgekoppelt werden. Unser Format soll die schlechten Nachrichten ergänzen, sie aus einer anderen Perspektive beleuchten und nicht einfach mit ein paar schönen Berichten von dem Ablenken, was unsere Aufmerksamkeit erfordert.

***Erst wenn wir hinschauen auf das, was uns Angst macht und uns bedrückt – die schlechten Nachrichten –, haben wir den Blick frei für die Befreiung daraus, für den Wandel in kleinen Schritten und somit die guten Nachrichten, die immer gleichzeitig da sind.***

Wenn wir dies erkennen, erkennen wir unsere Macht und kommen in Bewegung.

Rubikon wünscht Ihnen eine lebendige Weihnachtszeit und einen besinnlichen Jahreswechsel. Wir freuen uns auf unser weiteres gemeinsames und schrittweises Wirken für einen Wandel im Sinne des Friedens und der Menschlichkeit im Jahr 2019.

---

**Video** (<https://www.youtube-nocookie.com/embed/AJP9A70f4B8>)



**Elisa Gratias**, Jahrgang 1983, wuchs in Sachsen-Anhalt auf. 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 **flohbaier.com** (<http://www.flohbaier.com>). Ihre Kunst zeigt sie auf **elisagratiass.com** (<https://elisagratiass.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.