



Samstag, 24. September 2022, 14:00 Uhr
~10 Minuten Lesezeit

Mitten ins Herz

Es ist unsere Bereitschaft, uns mit uns selbst zu beschäftigen, die die Bedingungen dafür schafft, gut durch die nächste Zeit zu kommen.

von Kerstin Chavent
Foto: Yolya Ilyasova/Shutterstock.com

Wir kommen nicht daran vorbei: Wer nicht in den Wogen der Außenwelt untergehen will, der muss sich mit seiner Innenwelt auseinandersetzen. Nur wer Licht in sein inneres Dunkel trägt, verliert die Orientierung nicht in diesem grundlegenden Paradigmenwechsel, den die meisten bis vor Kurzem noch für Unsinn hielten.

Herbst und Winter werden hart. So hören und lesen wir es über

alle Kanäle. Wir müssen uns mit kürzeren Tagen, zunehmender Kälte, höheren Kosten und weniger Versorgung mit Energie, Wasser und Lebensmitteln auseinandersetzen. Wen wird es am härtesten treffen? Wer profitiert von der Energiepauschale? Wer hat Chancen, über die Runden zu kommen, und wer wird in die Armut abgleiten, vielleicht Schlimmeres? Die Nerven liegen blank und die Gemüter sind erhitzt.

Wir sitzen auf einem Pulverfass, an dem allerorten gezündelt wird. An allen Fronten gibt es Reibungen. Kein Lebensbereich bleibt verschont von den niederschmetternden Nachrichten zu Krieg, Gewalt, Hass, Hunger, Elend, Krankheit, Unrecht, Missbrauch und Betrug. Verwirrung macht sich breit, Demoralisierung, nackte Überlebensangst. Kein Haushalt bleibt unberührt von den Maßnahmen, die zur angeblichen Bewahrung unserer Sicherheit getroffen werden.

Wohl niemand kann heute mehr die Tatsache verdrängen, dass die Welt dabei ist, sich grundlegend zu verändern. Sicher hat es in unserer Geschichte immer wieder Umbrüche und chaotische Zustände gegeben, doch dieser hier, so wird immer offensichtlicher, erschüttert das Fundament unserer Zivilisation. Auf dem Prüfstein liegt die Frage, wie es mit der Menschheit weitergehen soll. Immer mehr von uns sind dazu in der Lage zu erkennen, was vor ein paar Jahren noch undenkbar schien.

Licht ins Dunkel

Im Jahre 2017 veröffentlichte der Europa-Verlag mein Buch *Das Licht fließt dahin, wo es dunkel ist*. Es bereitet auf den Paradigmenwechsel vor, den wir gerade erleben, und will Zuversicht geben für eine neue Zeit. Der Titel ist ein Bild für das, was geschieht, wenn sich die Tür öffnet zwischen einem dunklen und einem hellen

Raum. Nicht die Dunkelheit stürzt sich auf das Licht und verzehrt es. Das Licht strömt in die Dunkelheit und löst sie auf. Kein Kampf liegt diesem Prozess zugrunde. Es geschieht ganz einfach, wenn wir die Tür öffnen.

Diese Tür ist keine äußere. Sie befindet sich in uns. Sie ist der Schleier, der die Wahrheit von der Lüge trennt, die Liebe von der Angst, das Lebendige vom Toten. Diesen Schleier zu durchtreten, fordert uns unsere Zeit auf. Apokalypse heißt dieser Prozess in der griechischen Sprache, Offenbarung, Enthüllung. Aus der Dunkelheit des Unbewussten treten wir in das Licht des Bewusstseins. Wir verlassen die Welt des Habens, des Besitzenwollens, des Festklammerns an der Materie, die die Übel unserer Zeit ins Leben gerufen haben, und treten ein in eine Welt des bewussten Seins.

Wo das Sein leuchtet, da braucht es keine Zwänge, keine Verordnungen, keine Bestimmungen, Dekrete und Diktate. Der Mensch versteht aus sich selbst heraus, dass er in größere Zusammenhänge eingebettet ist, in eine Art Lebensnetz, in dem nichts isoliert voneinander existiert. Jede Einzelne unserer Bewegungen, jeder Gedanke, jedes Wort, jede Tat hat Einfluss auf das Gesamte und gestaltet die Welt mit, in der wir leben.

Vom Tier zur Maschine

Wie weit verbreitet die Dunkelheit heute ist, sehen wir an der wachsenden Kontrolle, an der Isolation, der Ohnmacht und Orientierungslosigkeit. Wir halten die künstliche Beleuchtung für das Licht und fallen auf die Schatten herein, die sie projiziert. „Alles ist Zufall“, glauben wir. „Der Einzelne muss Opfer bringen, damit das Kollektiv überlebt“, „Wir sind zu viele“, „Gehorsam schafft Freiheit“, „Es gibt keine Alternativen“.

Bisher kamen diese Ideen indirekt über Medienkanäle in unsere Köpfe. Heute jedoch ist es nicht nur möglich, uns Nanoroboter ins Blut zu impfen und Mikrochips unter die Haut zu pflanzen. Unsere Gedanken können direkt mittels Elektroden gelenkt und unsere Gehirne an eine Cloud gekoppelt werden. Gerade hat die US-amerikanische Gesundheitsbehörde FDA die Genehmigung erteilt, einer Patientin mit Hirnerkrankung ein dauerhaftes Gehirn-Computer-Interface-Implantat einzupflanzen (1).

Einmal mehr wird unter dem Vorwand eines guten Zweckes der Weg geebnet, uns zu dem zu machen, was der Historiker Yuval Noah Harari – enger Berater Klaus Schwabs, Gründer und geschäftsführender Vorsitzender des Weltwirtschaftsforums und einer der mächtigsten Männer des Planeten – „hackable animals“ nennt: hackbare Tiere (2).

Damit wir das mit uns machen lassen, braucht es neben Manipulation auf der einen und Verwirrung auf der anderen Seite ein negatives Menschenbild. Ein ganzes Arsenal beleidigender und abwertender Wortbomben sorgt dafür, dass wir mit dem Finger aufeinander zeigen und Hohn und Spott übereinander ausschütten. Während es vorgeblich um edle Werte wie Solidarität, Hilfsbereitschaft und den Schutz der Schwächeren geht, wird das Dunkelste in uns gefüttert, das Unmenschlichste, um die Voraussetzung für die Prognose Hararis zu schaffen: Nur Tiere können gehackt werden. Menschen bei Bewusstsein nicht.

Enthüllungsjournalismus

So schafft sich die Bestie ihr Ebenbild. Aus dem Schutz der Dunkelheit heraus degradiert sie den Menschen zur Maschine und die natürliche Schöpfung zu einem künstlichen Produkt. Es braucht das reine und mutige Herz eines Ritters, der dunklen Macht die

Maske vom Gesicht zu reißen. Doch es reicht nicht aus, die äußeren Missstände aufzudecken. Wer hier stehen bleibt, der macht es letztlich nicht besser als die sogenannten Verantwortlichen, die den Schaden nur konstatieren und keine Lösungen anbieten.

Der nächste Schritt, den es zu machen gilt, führt nach innen. Mag es sich zunächst gut anfühlen, immer wieder Wasser auf die eigenen Mühlen zu gießen, sich zu echauffieren, zu protestieren und denen zu applaudieren, die gut schreiben oder reden können. Ändern tut sich dadurch nichts. Wir müssen dem auf den Zahn fühlen, was aus uns selbst heraus dazu geführt hat, dass die Welt so ist, wie sie ist. Wenn wir hier nicht ansetzen und die Dinge ins Reine bringen, wird es im Außen keinen Frieden geben.

Das ist es, was sich die Aufwindredaktion zur Aufgabe gemacht hat. Seit unserer Gründung im Jahr 2017 haben wir alle Hände voll zu tun, nicht in der Blümchenecke zu verkümmern. Ein bisschen was Hübsches im Bombenhagel für diejenigen, die nach all den schlechten Nachrichten ein bisschen Aufmunterung brauchen. Seit 2020 ändert sich das. Die Blumen finden ihren Weg durch den Asphalt.

Tropfen für Tropfen haben wir in den Boden sickern lassen. Wir haben versucht, die verdorrte Erde aufzulockern und sie empfänglich für die Saat zu machen: die Erkenntnis, dass der Wandel von innen kommt, und die Entscheidung des Einzelnen, sich hierfür in Bewegung zu setzen. Die Freiheitsbeschränkungen und die Zwangsmaßnahmen haben wie ein spiritueller Türöffner gewirkt. So hat Corona tatsächlich zu einer Krönung geführt: der Öffnung des Menschen für die unsichtbare Dimension seiner Existenz.

Seitdem haben wir nicht nur den Wert dessen erkannt, was man versucht, uns zu nehmen. Wir haben uns auf den Weg vom Haben zum Sein gemacht. Das Leben ist dadurch nicht einfacher

geworden. Denn die Krönung hat ebenso wenig mit Himbeertee und Räucherstäbchen zu tun wie mit dem Business mit der Selbstoptimierung, bei dem es vor allem darum geht, möglichst effizient zu sein und den Mund zu halten. Es ist zunächst eine Dornenkrone, die uns aufgesetzt wird.

Widerstände

Den inneren Dschungel zu durchqueren, ist eine Aufgabe, die es in sich hat. Denn hier geht es an das, was wir nicht sehen wollen und immer wieder auf andere projizieren, die es uns dann netterweise zurückspiegeln. Die Erkenntnis, dass alles, was uns in der Außenwelt begegnet, etwas damit zu tun hat, was sich in uns abspielt, schlägt ein wie eine Bombe. Ich weiß, wovon ich rede. Auch ich werde lieber bedauert, als auf meine Verantwortung aufmerksam gemacht.

Das vernachlässigte Kind in mir heult Rotz und Wasser und mir dreht sich förmlich der Magen um, wenn ich an meine Opfermuster heranmuss. Doch an diesem inneren Kind komme ich nicht vorbei. Es macht mir klar, dass die Beschäftigung mit sich selbst nichts damit zu tun, irgendwelche Erfolge zu erringen, sondern damit, erwachsen zu werden und sich selbst eine gute Mutter und ein guter Vater zu sein.

Auch nach vielem Üben ist es für mich nicht leicht, mich mit allen Facetten, die sich mir offenbaren, zu akzeptieren und zu mögen. Es bleibt eine große Herausforderung, das eigene Selbstbild nicht zu polieren, sondern grundlegend zu verbessern. Doch mit der Zeit wachsen das Vertrauen und die Gewissheit, dass alles seine Richtigkeit hat, was mir widerfährt. Ich empfinde es als einen täglichen Segen, die Dinge nicht mehr als gegen mich gerichtet zu empfinden, sondern als Facetten meiner selbst, die geklärt werden

wollen.

Von der Enttäuschung zur Entfaltung

So kann ich meiner bis jetzt schwierigsten Aufgabe begegnen: Teil einer großen Ent-Täuschung zu sein. Seit Kinderzeiten klafft auch in mir die Angst, nicht geliebt zu werden, wenn ich es den Erwachsenen nicht recht mache. Das Dilemma, das sich hieraus ergibt, hat mich zur Autorin gemacht. Über das Schreiben gehe ich hinein in meine Angst zu enttäuschen. Hier wird das unbewusst Schwärende zu einem bewusst durchgeführten Akt, der Täuschung ein Ende zu machen.

Indem die Enttäuschungsangst aus dem Dunkel hinausgeführt wird, wirkt sie nicht mehr lähmend, sondern macht mutig. Ich lerne zu sagen, was ich wirklich denke, fühle und will. Ich verstecke mich nicht mehr. Je mehr ich das tue, desto weniger können sich auch andere vor mir verstecken. Ich entwickle ein Gespür dafür zu sehen, wenn jemand nicht an seine dunklen Seiten heranwill. Zu gut kenne ich meine eigene Schein-Heiligkeit, als dass ich sie bei anderen nicht erkennen würde.

Wenn es mir gelingt, meine eigenen Schwächen ins Licht zu führen, lösen sie sich auf wie Schokolade in der Sonne. So kommt die Süße ins Leben. Ich muss nicht verbittert auf die einschlagen, deren Verhalten mir nicht passt, mich auf mein hohes Ross schwingen oder die beleidigte Leberwurst spielen. Ich kann Tee machen und den zu einer Tasse einladen, der mir das Geschenk macht, mich zu triggern. Gemeinsam werden wir feststellen, dass wir beide Recht haben und beide Unrecht.

Boden unter den Füßen

Wenn wir uns hierauf einlassen, kann Frieden in die Welt kommen. Die Erkenntnis geht mitten ins Herz und befreit das Mitgefühl, das in ihm eingeschlossen war. Das gelingt nur bei wirklich ehrlichen Menschen, die mit sich selbst im Reinen sind. Diese Haltung braucht es für den Aufbau einer freien und friedlichen Gemeinschaft, nach der so viele sich sehnen. Für weniger ist sie nicht zu haben.

In den vergangenen Jahren haben wir gesehen, wie gut gemeinte Bewegungen und Initiativen wieder in ihre Einzelteile zerfallen sind. Es reicht eben nicht, über ein bestimmtes Wissen zu verfügen. Was vom Kopf nicht ins Herz geht, von der Vernunft nicht ins Gefühl, ist verlorene Liebesmüh. Wir bleiben in der Fachsimpelei und Besserwisserei stecken und sind nichts als die, die in der Alchemie falsche Meister genannt werden: aufgeblasene Köpfe, die sich im Netz ihrer eigenen Fantastereien verfangen haben.

Bewusstsein ist nichts Abgehobenes irgendwo da oben. Es braucht Boden unter den Füßen und offenbart sich in unseren Begegnungen mit anderen Lebewesen: Kann ich nur Lektionen erteilen oder bin ich bereit, anderen Raum anzubieten, in dem sich andere entfalten können? Greife ich selbst nach dem größten Stück und lasse nur die Krumen übrig? Lasse ich mich bedienen oder helfe ich dabei, den Tisch mit abzuräumen? Schiebe ich den anderen den Schwarzen Peter zu oder übernehme ich die Verantwortung für das, was ich auf der Hand habe?

Wer sich für die Verantwortung entscheidet, hat jetzt alle Hände voll zu tun. Er hat keine Zeit, sich vor dem kommenden Winter zu fürchten. Er fragt sich, was er zu geben hat, was sein Beitrag ist für die Gemeinschaft, in der er lebt. Was muss noch bereinigt werden, welches Dunkel noch ausgeleuchtet, damit er aus vollem Herzen teilen kann? Welches Werkzeug braucht er noch, um über die Runden zu kommen und einzutreten in einen neuen Kreislauf? So ist er bereit und klopft an die Tür nebenan, gespannt darauf, was ihn dahinter erwartet.

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

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

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

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

oder **E-Book** (<https://www.buchkomplizen.de/Alle-Buecher/Nur-Mut-oxid.html>).

Quellen und Anmerkungen;

(1) <https://transition-news.org/transhumanismus-erster-us-burger-mit-implantiertem-gehirnchip> (<https://transition-news.org/transhumanismus-erster-us-burger-mit-implantiertem-gehirnchip>)

(2) <https://www.rubikon.news/artikel/eine-lange-geschichte-der-menschheit> (<https://www.rubikon.news/artikel/eine-lange-geschichte-der-menschheit>)



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://bewusstseinimwandel.blogspot.fr>)“.

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.