



Mittwoch, 29. April 2026, 15:00 Uhr
~6 Minuten Lesezeit

Auge in Auge

Das Wesentliche erreicht uns nicht durch die Beschäftigung mit den immer schlimmer werdenden Zuständen auf der Welt, sondern manchmal schlicht durch die Verbindung mit dem eigenen Gegenüber.

von Kerstin Chavent
Bild: Collage mit Foto von Shutterstock.com (Cast Of Thousands)

*„In der Gefahr“, so lautet ein viel zitierter Spruch,
„wächst das Rettende auch.“ Doch wir müssen es auch
sehen, das Rettende. Wer seine Energie von den*

Kriegsnarrativen absaugen lässt, der verpasst den Zugang zu dem, was uns aus einer immer aussichtsloser scheinenden Lage befreien kann. Das Wesentliche, das, was wir eigentlich wollen, finden wir nicht in den Katastrophenszenarien, sondern dann, wenn wir unsere Augen wirklich öffnen.

Wir wollen Frieden. Doch wir haben Krieg. Wir wollen unsere Ruhe. Doch überall ist Lärm. Wir wollen Sicherheit. Doch selten war die Welt unsicherer als heute. Wir wollen Wohlstand und werden immer ärmer. Wir wollen Gesundheit und werden immer kränker. Wir wollen Gerechtigkeit und müssen zusehen, wie immer wieder aus einstigen Opfern neue Täter werden. Wir sehnen uns nach Verbundenheit und haben uns selten so allein gefühlt. Obwohl wir es nie bequemer hatten, ist das Leben für viele Menschen heute nicht mehr lebenswert.

Sich in der heutigen Zeit gut zu fühlen, erscheint fast wie ein Anachronismus. Wie können wir Gelassenheit empfinden, wenn es so aussieht, als würde die Welt untergehen? Und sie tut es auch tatsächlich. Eine Epoche geht zu Ende. Das Zeitalter der Kriege, der Spaltung und der Lügen, wie es in der indischen Kosmologie beschrieben wird, geht vorbei. Im Jahre 2012 läutete der Maya-Kalender eine neue Epoche ein. In der Astrologie stehen wir auf der Schwelle zum Zeitalter des Wassermanns.

Vielerorts herrscht Endzeitstimmung. Auf dem ganzen Planeten gibt es Prophezeiungen und Berechnungen, die das Ende einer Ära vorhersagen. Etwas Großes ist im Gange. Der Schweizer Bewusstseinsforscher Jean Gebser sah im aktuellen Wandel das Ende der Zeit der Verdrehungen und des Verstandes ohne Herz.

Endlich scheinen wir aus den Höhlen hervorzutreten, die wir seit Platon nicht wirklich verlassen haben, und befinden uns im Übergang zu etwas Neuem, dessen Konturen wir noch nicht klar erkennen können.

Es tut sich was

Die Welt war immer Veränderungen ausgesetzt. Leben ist Wandel. Stillstand bedeutet Tod. Es hat immer mehr oder weniger große Umbrüche gegeben. Das ist nichts Neues. Alte Zivilisationen sind gegangen, neue sind gekommen. Immer wieder mussten sich die Menschen darauf einstellen, dass nichts bleibt, wie es ist. Daran ändern auch die Versicherungen nichts, die wir immer noch in dem Glauben abschließen, sie bewahrten uns vor dem Unerwarteten.

Wohl kaum jemand weiß, was gerade wirklich auf der Erde los ist und in welchem größeren Rahmen sich die Ereignisse abspielen. Doch es hat etwas Tröstliches, dass die gesamte Menschheit von dem Wandel betroffen ist.

Kein Land, kein Kontinent bleibt ausgespart. Wohl hat es immer schon Ereignisse gegeben, die Auswirkungen auf den ganzen Planeten hatten. Doch es hat immer auch Räume gegeben, in die man fliehen und sich zurückziehen konnte.

Das ist es, was heute neu ist: Es gibt keinen Ort mehr, der nicht überwachbar ist. Wir sind verwundbar wie nie und stehen als Menschheit vor einem gemeinsamen Schicksal. Bisher führte uns diese Tatsache nicht weiter zusammen. Immer noch driften wir auseinander, bekämpfen uns gegenseitig und haben nicht verstanden, dass es nur gemeinsam weitergeht. Doch es regt sich etwas.

Visionen statt Analysen

Mir begegnen immer mehr Menschen, die sich vom weltpolitischen Theater verabschieden. Nicht aus Gleichgültigkeit, sondern um im Gegenteil mehr Zwischenmenschlichkeit zu leben. Sie verbringen ihre Lebenszeit nicht damit, den Wahnsinn verstehen zu wollen. Ihre Köpfe sind nicht überfüllt von Dingen, an denen sie nichts ändern können. Sie beschäftigen sich nicht mit dem Weltuntergang, sondern mit dem Aufgang einer neuen Welt.

Es wird weitergehen. An dem, was ist, können wir nichts mehr ändern. Es ist zu spät. Es ist, was es ist. Beeinflussen können wir nur, was kommt. Dahin sollte unsere Aufmerksamkeit gehen: wie sich die Dinge weiterentwickeln.

Analysen bringen uns hier nicht mehr weiter. Im besten Falle verstehen wir die laufenden Katastrophen etwas besser, was uns nicht daran hindert, *nicht* aus ihnen zu lernen. Im schlimmsten Fall verlieren wir unsere Zeit. Sie steht uns dann nicht mehr zur Verfügung, wenn es darum geht, Ideen und Visionen dafür zu entwickeln, wie es weitergehen kann.

Ich schau dir in die Augen

Wie anders verliefen unsere Tage, wenn wir uns, anstatt Katastrophennachrichten zu konsumieren, in Bewegung setzten, um die Verbindungen um uns herum zu pflegen. Wenn nicht jeder einzeln vor einem Bildschirm hockte, sondern sich mit Familie und Freunden um einen Tisch setzt und beim Nachbarn klingelt. Wenn wir nicht mehr glotzen, sondern schauen, wenn wir aus der Show eine Schau machen, bei der wir einander erkennen.

„Ich sehe dich“ – so begrüßen sich die Menschen in dem Film

„Avatar“ von James Cameron. Ich sehe dich, wie du wirklich bist. Wie du bist jenseits deines Standes, deines Make-ups, deiner Meinungen. Ich sehe dich als Mensch, als Schwester, als Bruder, gegen den ich nicht die Waffen erhebe, sondern dem ich im Vertrauen begegne.

Der tiefe Blick in die Augen eines anderen kann ein geradezu magisches Erlebnis sein. Wenn ich die tiefe Verbundenheit spüre, die der gegenseitigen Präsenz füreinander entströmt, kommen mir die Tränen. Dann weiß ich, dass es ein unsichtbares Band gibt zwischen meinem Gegenüber und mir, etwas, das nicht zu zerstören ist.

Es ist eine Kraft, die Mut macht, auch anderen Menschen so in die Augen zu schauen. Gesichtszüge entspannen sich. Mundwinkel lockern sich, Stirnen glätten sich. Im Körper macht sich Gelassenheit breit. Frieden tritt ein und ein Wohlgefühl, das unabhängig von dem ist, was irgendwo da draußen gerade passiert.

Meinungsverschiedenheiten werden unwichtig, Streit verfliegt, Misstrauen und Angst lösen sich auf bei dem, der sich wirklich auf sein Gegenüber einlässt und mit ihm in Verbindung tritt.

Im Lebensfluss

Es ist die Seele, die hier spürbar wird, die Seele, die man uns ausgedet hat, die Seele, die auf die Psyche reduziert wurde, die Seele, der die Ewigkeit genommen wurde und die Möglichkeit, sich immer weiter zu entfalten. Wer sich mit der Seele verbindet, der sieht durch die Narrative hindurch, die uns glauben machen, uns bliebe nichts anderes übrig, als uns ins Unvermeidliche zu fügen: die absolute Kontrolle. Er findet einen Weg, durch die große Zeit des Wandels zu kommen.

Wer einem anderen Menschen wirklich in die Augen schaut, der erkennt: Wir sind so viel mehr, als wir gemeinhin denken! Wir sind nicht hier, um uns zu beugen und uns zu fügen, sondern um uns immer weiter aufzurichten und zu entfalten. Nicht, um andere zu dominieren, sondern um mit ihnen gemeinsam für das Höchste zu stehen, zu dem wir aktuell fähig sind. Niemand zwingt uns dazu.

Niemand verteilt an uns Sternchen oder schlechte Noten für das, was wir erleben. Wir selbst wählen die Erfahrungen, die wir machen wollen: uns weiter dort abreagieren, wo wir nichts ausrichten können, weitere Feindbilder nähren, weiter unsere Opferrolle ausbauen und uns über unsere Ohnmacht beklagen – oder uns fragen, was wir dieser Welt zu geben haben.

Wer das tut, der bleibt nicht am Ufer des Lebensflusses stehen, sondern steigt mitten hinein. Er verbringt nicht seine Zeit damit, mit spitzen Fingern das auszusortieren, was er nicht mag, um es in Kistchen und Schubladen einzuordnen, sondern geht schwimmen.



Kerstin Chavent ist Sprachlehrerin und lebt in Südfrankreich. Sie schreibt Artikel, Essays und autobiographische Erzählungen. Ihre Schwerpunkte sind der Umgang mit Krisensituationen und Krankheit und die Sensibilisierung für das schöpferische Potential im Menschen. Auf Deutsch erschienen sind **Die wilde Göttin, Der Königsweg, Die Enthüllung, In guter Gesellschaft, Die Waffen niederlegen, Das Licht fließt dahin, wo es dunkel ist, Krankheit heilt, Was wachsen will muss Schalen abwerfen, Und Freitags kommt der Austernwagen**. Weitere Informationen auf **kerstinchavent.de** (<https://kerstinchavent.de/>).

