



Freitag, 14. August 2020, 12:00 Uhr  
~11 Minuten Lesezeit

# Die Bürde ablegen

Nur wenn wir uns von alten Lasten befreien, erleben wir unsere volle Schöpferkraft.

von Kerstin Chavent  
Foto: Alyssa Tidwell/Shutterstock.com

*Verwirrung, Entrüstung und Ohnmacht hängen wie eine dunkle Dunstglocke über unseren Köpfen. Ob „Corona-Leugner“ oder „Corona-Lügner“ – wer sich von ihr einfangen lässt, nährt ungewollt die*

*zerstörerische Matrix aus Angst, Wut und Gewalt. Nur wer es wagt, sich selbst zu ermächtigen und das Zepter für sein inneres Königreich in die Hand zu nehmen, trägt zu einer gemeinsamen und friedlichen Lösung bei. Es ist an der Zeit, alte Lasten und alles, was uns nach unten zieht, abzulegen. Nur wer mit freien Händen und klarem Kopf nach vorne blickt, sieht, wohin er seine Schritte setzen kann.*

**Es ist kaum zu ertragen: „Leugner“ und „Lügner“ schieben sich** gegenseitig den schwarzen Peter zu, eine Gefahr für den jeweils anderen zu sein. Die einen seien schuld am Verlust von Freiheit und Demokratie, die anderen am zweiten Lockdown und dem endgültigen Zusammenbruch der Wirtschaft. Die Verwirrung ist komplett. Wie ein dunkler, unheilvoller Nebel hängt die Bedrohung über uns allen. Diejenigen, die noch den Fernseher einschalten, sehen Sendungen zu fatalen Familienfeiern, überarbeiteten Beerdigungsunternehmen und Martyrien ganz junger Corona-Patienten. Niemand ist sicher. Gebannt starrt der verängstigte Zuschauer auf Bilder, die ihm erklären, was im Körper eines erstickenden Menschen passiert, um dann bereitwillig ein bisschen Abstand und eine Gesichtsmaske in Kauf zu nehmen. Ein kleiner Preis fürs Überleben.

Beide Seiten sind schockiert. Nicht aus den gleichen Gründen. So kommt zu der Sorge um die Sache selbst die Erschütterung über das Unverständnis und das Verhalten der anderen Seite. Schwere Gewichte lasten auf uns allen. Es ist, als trügen wir in beiden Händen Zentnerlasten, die uns nach unten ziehen. Mit einem ständigen Hüh und Hott oft widersprüchlicher Entscheidungen und Bestimmungen, dem kompletten Fehlen einer offenen und

sachlichen Auseinandersetzung mit dem Thema und dem unablässigen Bombardieren mit den Zahlen der Infizierten wird eine Stimmung geschaffen, die alle in ihren Bann zieht.

Und das soll sie wohl auch. Wir sollen verwirrt sein, entrüstet, durcheinander, verunsichert. Ob gegen die Maßnahmen oder dafür – Hauptsache, wir fühlen uns möglichst hilflos und ohnmächtig. Denn wer einen klaren Kopf hat, ein mutiges Herz und unverzagt zupackende Hände, wer sich nicht aufbringen, einschüchtern und von der Achterbahn seiner Gefühle mitschleifen lässt, der ist gefährlich. Er macht von seinem freien Willen Gebrauch, ist beweglich und handlungsfähig. Er macht, was er selbst für richtig hält und nicht, was man ihm auferlegt. Er ist außer Kontrolle. Das darf nicht sein!

***So werden mit dem Säen von Verwirrung und dem Aufhetzen der einen gegen die anderen zwei Fliegen mit einer Klappe geschlagen: Ob durch Folgsamkeit oder durch Protest – beide Seiten halten das zerstörerische System am Laufen.***

Beide Seiten füttern die Matrix mit ihrer Energie. Mit allen Mitteln zieht sie die Aufmerksamkeit aller an sich und saugt sich voll mit Angst, Wut und Gewalt. Sie wächst und gedeiht, während wir dorthin schauen, wo der Hase nicht langläuft. Alle zusammen sorgen wir dafür, noch tiefer in den Sumpf zu geraten.

## **Die Pflanze der Zuversicht begießen**

Aus dieser Situation kommen wir nur heraus, wenn wir uns ruhig und besonnen verhalten. Wer jetzt wild um sich schlägt, wird untergehen, auch der, der nicht darauf achtet, wohin er seinen Fuß setzt. Wir müssen jetzt ganz genau hinsehen: Welche Kraft nähre ich mit meinem Denken, Fühlen, Tun? Welche Seite unterstütze ich:

was mich nach unten zieht oder was mir Mut macht? Lade ich mir Informationen auf, die mich den nächsten Balken suchen lassen, an dem ich mich aufhängen kann, oder kümmere ich mich um die zarte Pflanze meiner Zuversicht?

Der meditierende, in seiner Kraft sitzende Buddha sieht mit leicht geöffneten Augen, was um ihn herum geschieht. Sein Blick ist vor allem nach innen gerichtet. Er betreibt keine Weltflucht. Er sieht die Welt, doch er lässt sich nicht von ihr einfangen. Denn er weiß: Was draußen passiert, hängt vom Innen ab. Nur wenn es hier harmonisch zugeht, nur wenn hier der Himmel klar ist und die Sonne scheint, kann sich auch die Situation draußen entsprechend ändern. Frieden wird von innen nach außen getragen – und nicht umgekehrt.

## **Zum Ritter werden**

Ich weiß das. Doch wer jetzt glaubt, ich würde hier in ruhiger Gelassenheit die Nachrichten verdauen und hoffnungsfroh den Wolken nachblicken, der irrt. Ich fühle mich aufgewühlt und unruhig. Was sind das für Zeiten, in denen die Lüge sich so unverhohlen ausbreitet, in denen so offensichtlich manipuliert, verführt und verdreht wird, dass mancher wirklich und wahrhaftig die Posaunen der Apokalypse zu vernehmen meint! Diese Zeiten sind nichts für Drückeberger. Das hier ist etwas für Helden, Ritter und Könige, die bereit sind, das Zepter ihres inneren Reiches in die Hand zu nehmen und zu sagen: Hier habe ich die Macht!

Der Moment ist gekommen, sich das kecke Prinzessinnenkrönchen abzunehmen, nicht auf den rettenden Ritter zu warten und selbst zum Ritter zu werden, zur Heldin, zur Königin. Auf meinem Haupt soll eine Krone sitzen, die keine andere Autorität zulässt als meine eigene. Hier entscheide ich! Hier soll die Sonne scheinen. Frieden

soll herrschen, Bäume und Blumen sollen wachsen und saubere Bäche sprudeln. Hier gibt es keinen Platz für Schuld und Schande und die ewige Litanei vom schlechten Menschen. Bedrückende Erinnerungen werden aufgelöst, meine eigenen und auch die meiner Familie, meiner Gemeinschaft, meines Volkes, all die alten Gerichte, die immer wieder aufgewärmt und aufgetischt wurden.

Wir haben das Werk des Bösen rauf und runter studiert. Ganze Bataillone von Historikern, Politologen, Soziologen und Psychologen sind angetreten, die schwarze deutsche Seele und ihren Hang zur Gründlichkeit zu erforschen. Doch kaum sterben die letzten, die diese Zeit miterlebt haben, sind wir dabei, in eine Weltdiktatur abzugleiten, gegen die die Nazis Chorknaben waren. Und keiner will es sehen. Wird schon nicht so schlimm sein.

Wo sind jetzt die Stimmen der Studierten, der Denker und der großen Akademiker? Was sagen die Intellektuellen zu dieser Situation? Mit Hannah Arendt beschäftigt, um jetzt zu schweigen? Bob Dylan gesungen und jetzt, wo's echt wird, nur hinterm Gartenzaun kläffen? Was hat es also genützt, immer wieder in unsere Vergangenheit zu tauchen, immer wieder hineinzugehen in die Waggonen und die Gaskammern, wenn wir heute kaum mit der Wimper zucken, wenn es darum geht, die gesamte Weltbevölkerung „durchzuimpfen“?

***Sieht es so aus, wenn man seine Vergangenheit „aufgearbeitet“ hat? Verhält sich so eine Nation, die „aus der Geschichte gelernt“ hat? Wie kann es sein, dass wir Massentierhaltung und Konzentrationslager für Flüchtlinge dulden, dass wir anstatt gegen benachbarte Völker gegen „böartige Zellen“ und „böse Viren“ in den Krieg ziehen, dass wir die Beschlüsse der Nürnberger Prozesse ignorieren und Menschen zu Versuchskaninchen machen?***

Dass wir erneut wegschauen, wenn es in unserem Land wieder

Propaganda gibt, Zensur, Gleichschaltung, Gewalt und polizeiliche Willkür?

## Nur aus Zufall?

Wer dauernd in den Rückspiegel guckt, der sieht nicht, was vor ihm passiert. Er glaubt, es sei Zufall, wenn unsere Blicke auf bestimmte Ereignisse gelenkt werden, so wie überhaupt alles Zufall ist. Es ist Zufall, dass auf unserem Planeten Leben entstanden ist. Deshalb darf man es auch ausbeuten. Zufällig bestimmen mutierende Gene unsere Entwicklung. Deshalb darf man sie auch manipulieren. Es ist Zufall, wenn bestimmte Kräfte die Macht an sich reißen. Im Kampf ums Überleben hat immer der Stärkere recht. Nichts hat einen Sinn in der Megamaschine unseres Universums. Der Himmel ist leer. Alles ist erlaubt.

Damit wir nicht näher hinsehen, werden regelmäßig Zankäpfel in die Welt geworfen. Während wir über Fakten und Fakes streiten, kommen wir nicht auf die Idee, dass vielleicht mit Absicht Verwirrung gestiftet wird, um uns von etwas abzulenken. Dabei wissen wir eigentlich, dass uns Äpfel in unserer Geschichte wenig Glück gebracht haben – es sei denn, wir essen sie auf. Äpfel sind gesund und wer jeden Tag einen verspeist, der braucht keinen Arzt.

Doch das haben wir vergessen, so wie wir vergessen haben, dass unser Körper über hervorragende Selbstheilungskräfte verfügt, die man auf keinen Fall behindern sollte. Es ist sicher nur Zufall, dass heute der Arzt und der Apotheker alle Macht haben und der Patient keine. Es ist Zufall, nicht zu wissen, dass nicht die Mikrobe, sondern das Terrain für unsere Gesundheit verantwortlich ist. Zufällig wurde nicht der Nachwelt überliefert, dass Louis Pasteur auf seinem Totenbett die Erkenntnis seines Widersachers Antoine Béchamp anerkannte: *Die Mikrobe ist nichts, das Terrain ist alles*. Zufällig

setzte sich nur die Angreifertheorie durch. Zufällig baut man vor allem den Forschern Podeste, die Feindbilder am Leben erhalten.

## **Schwächung des Immunsystems**

Sicher ist es auch Zufall, dass nur von „Krankheitsbekämpfung“ und von „Krieg gegen das Virus“ geredet und nicht darüber aufgeklärt wird, wie wir unser Immunsystem schützen können, um eine Ansteckung von vorneherein zu vermeiden. Es wird uns nicht erzählt, wie wir Krankheiten von Anfang an verhindern können. Darum können sich unsere Autoritäten nicht auch noch kümmern. Entsprechend schlecht steht es um unsere Immunität, das natürliche Schutzsystem unseres Körpers, das uns vor Krankheit bewahrt.

Es beginnt bereits mit der Geburt, die immer seltener auf natürlichem Wege stattfindet. Kinder bekommen nicht mehr das schützende Mikrobiom ihrer Mutter mitgeliefert und werden zunehmend durch Impfungen daran gehindert, die lebenslang das Immunsystem stärkenden Kinderkrankheiten durchzumachen. Als Erwachsene ist unsere für die Immunität zuständige Darmflora durch Stress, Umweltgifte, Medikamente, einseitige industrielle Ernährung und Antibiotika oft dermaßen geschwächt und beschädigt, dass es immer weniger Menschen gibt, die nicht an einer der großen „Zivilisationskrankheiten“ leiden, die zufällig nicht heilbar und nur behandelbar sind.

Das wissen unsere Autoritäten, die vorgeben, unsere Gesundheit mit allen zur Verfügung stehenden Waffen verteidigen zu wollen, nicht zu verhindern. So werden wir immer empfindlicher für alle möglichen Infektionen. Wir sterilisieren, desinfizieren, pasteurisieren, bestrahlen – und glauben, damit auf Nummer sicher zu gehen. Tatsächlich aber behindern und zerstören wir damit

immer mehr das Werk der uns schützenden Mikroorganismen. Immer stärker werden die natürlichen Schutzbarrieren unseres Körpers abgebaut.

***Anstatt uns grundsätzlich um unsere Gesundheit zu kümmern, geben wir uns damit zufrieden, dass man uns wie Kleinkindern sagt, wie wir husten und uns die Nase putzen sollen.***

Wir sind auf einfache und schnelle Lösungen unserer Probleme aus und haben es gern bequem. Sich um sein Immunsystem zu kümmern, bedeutet Arbeit. Man müsste selber kochen, Supermärkte meiden, unbehandeltes Obst und Gemüse kaufen, auf Vielfalt setzen, auf Fleisch weitestgehend verzichten so wie auch auf den ganzen anderen giftigen und künstlichen Kram, den unsere Autoritäten zufällig nicht verbieten. Wir müssten unseren stressigen Job an den Nagel hängen, aufs Land ziehen und nicht alle naselang zum Arzt und in die Apotheke laufen.

Wir müssten überhaupt unsere ganze Lebensweise ändern und uns dafür interessieren, was bei uns nicht in Ordnung ist. Wir müssten ein Bewusstsein für die Zusammenhänge entwickeln und die Verbindungen wiederherstellen, die wir zwischen uns und der Natur, uns und den anderen, uns und uns selbst unterbrochen haben. Dafür haben wir keine Zeit und vielleicht auch gar keine Lust. Also bleibt alles beim Alten, und wenn dann einer daherkommt und an unserer Bequemlichkeit rührt, dann wird es für beide Seiten ungemütlich.

## **Von der Person zum Menschen**

Doch das soll nicht mein Problem sein. Sollen die anderen machen, was sie wollen. Ich mache, was ich will. Ich will keine Energieräuber und Blutsauger mehr nähren und meinen Blick nach vorne richten.

Hier sehe ich mein Terrain, das es nun zu pflegen gilt. Hier will ich für Harmonie sorgen. In dem Reich, in dem ich Königin bin, sollen freie Menschen leben, keine Personen. *Persona* ist die Bezeichnung für die Maske, die die Schauspieler im antiken Theater trugen. Dieses Erbe, das Illusion und Wirklichkeit miteinander verwechselt, will ich ablegen.

Ich lege die Bürde nieder. Ich trenne mich von dem Bild des Bösen, das einen deutschen Namen trägt, von der Idee des schlechten Menschen. Ich löse die Fäden auf, die mich an Autoritäten und Institutionen binden, die mir die Würde genommen und mich von den natürlichen Gesetzen getrennt haben, um mir ihre eigenen Gesetze aufzuzwingen. Uns allen haben sie eingeredet, wir bräuchten eine starke Hand, um nicht außer Rand und Band zu geraten und uns gegenseitig die Köpfe einzuschlagen. Darüber haben wir vergessen, was zutiefst in uns verankert ist: Tu keinem anderen, was du nicht willst, dass man es dir antut.

Wir besinnen uns darauf, uns von keiner anderen Autorität lenken zu lassen als unserer eigenen. Wir haben verstanden, dass alles, was wir in die Welt hinausschicken, jeder Gedanke, jedes Wort, jede Tat, früher oder später zu uns zurückkommt und uns die Möglichkeit gibt, unser Handeln zu korrigieren. Dafür brauchen wir keine Aufpasser, keine Bürokratie, keinen Papierkram, keine Formulare, keine künstliche Bevormundung und Maßregelung, keine fremden Organe, die sich unserer ermächtigen.

## **Die Maske ablegen**

*If you give peanuts, you get monkeys.* Geben wir denen, die uns in Käfigen halten wollen, ihren Plunder zurück und nehmen die Zügel der Selbstverantwortung in die Hand. So verlieren wir das Gefühl von Ohnmacht und Nichtigkeit. Wir legen die Maske der *persona*

nieder und werden ganz Mensch, sind nicht mehr Sklave, sondern König. Im Prozess dieser würdevollen Selbstermächtigung hört sich der Schlachtenlärm draußen plötzlich ganz anders an. Das Chaos zeigt uns: Wir brauchen diese Autoritäten nicht mehr. Wir wissen: So klingt es, wenn die Lüge enttarnt wird, die seit Menschengedenken ihr Verwirrspiel treibt.

***Die Masken, die wir überall sehen, sind nichts weiter als die sichtbar gewordene Offenbarung, dass das trügerische Spiel entlarvt ist und die Verdrehung ein Ende hat.***

Tosend bricht die spaltende Weltordnung in sich selbst zusammen und kann nichts gegen das erwachende Bewusstsein tun, das sich unaufhörlich ausbreitet. Mag sie vergiften und verstrahlen und die Energie nach unten ziehen: das Künstliche wird das Natürliche nicht zerstören können. Das Licht siegt über die Dunkelheit, die Wahrheit über die Lüge. Tropfen für Tropfen sickert dieses Wissen in einen über lange Zeit ausgetrockneten Boden. Jeder kann es spüren. Jeder kann sich daran erlaben. Jeder kann sich daran machen, das Terrain zu wässern und zu nähren, auf dem neues Leben möglich ist.

---

<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.html>

[Mut-oxid.html](#)).

Dieser Artikel erschien bereits auf [www.rubikon.news](http://www.rubikon.news).

---



**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/) (<https://kerstinchavent.de/>).

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.