

Über das Leugnen

Das Leugnen von Not hat in unserer Kultur eine sehr lange Tradition. Es war einmal notwendig. Das hatte die Zeit nach dem Krieg betroffen. Denn ich kann nicht, wenn ich akut gefährdet oder bei Leib und Leben bedroht bin, mich dem widmen, was weh tut. Ich darf in der akuten Krise oder in der Gefahr nicht zu tief graben. Da muss ich dafür sorgen, dass ich sichere Orte habe. Das bedeutet zum einen, dass wir Flüchtlingen erst wirklich psychisch helfen können, wenn sie sichere Orte haben - und zuallererst dafür sorgen müssen, dass sie sich geborgen fühlen. Ja, genau, geborgen. Jemand, der Krieg und Flucht und Todesgefahr erlebt hat, braucht einen sicheren Ort.

So war das auch bei unseren Großeltern.

Die konnten vieles nicht "aufarbeiten" - das wäre zu schmerzlich gewesen. Sie waren mit Aufbauarbeit beschäftigt. Dann kamen die Kriegsenkel. Kriegsenkel sind Kinder von Kriegskindern des Zweiten Weltkriegs. Die Kriegskinder haben viel abbekommen, und da war nicht nur Liebe dabei. Denn beide - Kriegskinder, Nachkriegskinder und Kriegsenkel, wurden zum Teil noch mit schwarzer Pädagogik, mit autoritären Mitteln und mit Züchtigung erzogen. Es gab auch jene, die mittendrin waren... Kinder von Nachkriegskindern. Das war auch kein Honiglecken.

*manche meinen / lechts und rinks / kann man nicht / velwechsern. / werch ein
illtum - Ernst Jandl*

Die Kriegsenkel und die Nachkriegskinderenkel haben viel gespürt, was unter den Teppich gekehrt wurde: Trauer, Schmerz, Schuld, Scham und dann gab es noch Tabuthemen wie Sex, Geld, Tod. Und Traumata, Bindungsstörungen und die subtile oder strukturelle Gewalt.

Ängste, Tabus und Traumata werden manchmal auch politisch instrumentalisiert. Und zwar, um die Menschen zu disziplinieren, um sie klein zu machen und abzuwerten, damit sie gut funktionieren. Dann später, um von den eigenen Fehlern abzulenken. Irgendwo müssen ja die Sündenböcke her!. Das waren dann zuerst die Ungeimpften, dann die Demonstranten. Querulanten, Kritiker, sie alle. Wer meint, hart durchgreifen zu müssen, sollte sein eigenes Welt- und Menschenbild hinterfragen. Schlummert hier möglicherweise eine eigene tiefe Kränkung?

Viele Menschen, die ich kenne und die Härte fordern, die gehen sehr hart mit sich selbst um. Sie kennen wenig Selbstfürsorge und Selbstmitgefühl.

Wer jedoch kein Mitgefühl für sich hat, hat kein wirkliches Mitgefühl für Andere.

Es gibt viele Wege gibt, um zum Ziel zu kommen. Die eine Wahrheit gibt es nicht.

*Ich glaube, wir müssen uns vor allem um das Klima in uns kümmern. Und das
Klima in uns ist für viele, für viel zu viele Menschen unausstehlich.*

Felix Gottwald in: <https://www.eine-andere-zukunft.com/>

Zuerst fühlen, dann denken, dann handeln. So geht das mit der ganzheitlichen Lebensweise. Es ist gar nicht so schwierig. Jeder Tag ist ein neuer Anfang!

Film-Empfehlung: <https://filminstitut.at/filme/der-fuchs>