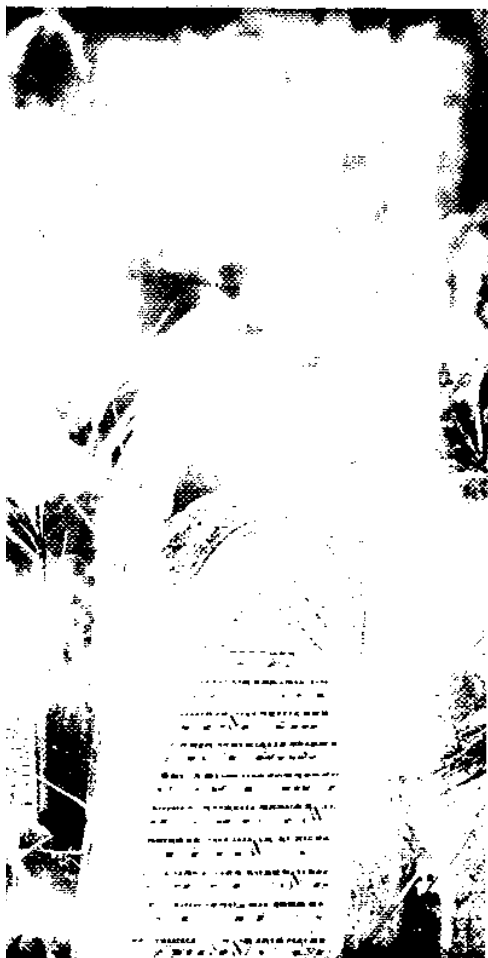


UNSER de

von Dr. Margret Rueffler

Haben auch Nationen eine Psyche, so wie jeder einzelne Mensch? Gibt es z.B. so etwas, wie „kollektive Erbschuld“? Die Psychologin Dr. Margret Rueffler geht davon aus, dass jedes Dorf, jedes Land, jede Nation eine Seele, ein Selbst besitzt und setzt sich seit Jahrzehnten mit diesem neuen Ansatz in Form von Friedensarbeit auseinander. Am Anfang stand ihr eigenes Erfahren und Erkennen als gebürtige Deutsche...



Ende der Siebzigerjahre

begegnete ich in meiner psychologischen Praxis in Manhattan/New York City einem Klientel verschiedenster Nationalitäten und Religionen. Zu meinen Klienten gehörten u.a. auch jüdische Menschen und Kinder von Holocaust-Überlebenden polnischer, deutscher und russischer Abstammung. Damals brachte mich ein wichtiges Erlebnis in meiner Praxis in Berührung mit meinem bis dahin unbewussten nationalen deutschen Erbe und bewegte mich, genauer hinzuschauen:

Alan, mein Klient, war 25 Jahre alt. Sein Vater war Überlebender eines deutschen Konzentrationslagers, seine Mutter amerikanische Jüdin. Seinen Familiennamen hatte er geändert, da er nicht als Jude erkannt werden wollte und sich sehr von der jüdischen Geschichte belastet fühlte.

Ich erinnere mich noch genau an jenen Moment, als ich ihm in meinem Praxisraum gegenüber saß. Es umgab uns eine Atmosphäre tiefen Vertrauens. In seiner Vorstellung erschien der Davidstern. Ich fragte, was der Davidstern für ihn bedeute - und er gab mir eine

wunderbare, bewegende Beschreibung von der Schönheit dieses Symbols und seines tieferen Sinnes. Und dann sagte er, er wolle den Davidstern in sein Herz nehmen, wo er hingehöre.

Seine Worte lösten eine überwältigende körperliche Reaktion in mir aus. Hitze-Wellen durchfluteten plötzlich meinen Körper, jede Zelle in mir schien zu schreien: „Nein! Nein! Das kannst du nicht! Lass nicht zu, dass er den Stern in sein Herz nimmt! Das darfst du nicht!“ Und mein Kopf sagte: „Das ist seltsam, natürlich kann er's tun; er will ihn in sein Herz nehmen, es ist das, was er braucht.“ Ich benötigte all meine Kraft, um dieses „Nein!“ nicht auszusprechen und fragte ihn: „Warum nimmst du ihn also nicht einfach in dein Herz?“

Alan erlebte durch diese symbolische Handlung ein tiefes Annehmen und Aussöhnen mit seiner Herkunft und seinem kulturellen Hintergrund. In mir aber tobte ein Sturm. Mein Körperbewusstsein war in Aufruhr, Hitze, Zittern... Teils durch flüchtige Bilder, teils in Worten begann ich die Botschaft aus meinem Unterbewussten zu verstehen:

utsches ERBE

„Wenn du ihn, den Stern, das Symbol, in sein Herz nehmen lässt, ist er zum Tode verurteilt.“ Was ging hier vor? Blitzartig erkannte ich: Wenn er „Davidstern“ sagte, hörte ich „Judenstern“. Was ich damals gar nicht wusste, war, dass die Juden im dritten Reich dieses Symbol auf ihren Kleidern über dem Herzen tragen mussten. Es bedeutete den sicheren Tod! Mein ganzes Wesen war in Aufruhr. Da saß ich nun vor meinem Klienten, dem Sohn eines Holocaust-Überlebenden, und fing an zu weinen. Wir tauschten uns aus, und dies führte ihn zu einer tief gehenden Heilung.

Dies war der Anfang

...einer ganzen Reihe von ähnlich tiefen Erfahrungen. Es war überwältigend, herauszufinden, dass in mir offenbar ein Wissen über Vorgänge, die vor meiner Geburt stattfanden, gespeichert war. Ich war doch erst am Ende des Zweiten Weltkrieges geboren - wie war es möglich, Schuldgefühle jemandem gegenüber zu empfinden, der einen „Judenstern“ auf seinem Herzen trug? Der innere Aufruhr schwang noch lange in mir nach - in meinem Sein, meinem Körper, meinen Emotionen. Und so begann die Suche nach meinem nationalen Erbe und nach dessen Heilung. Jene Schuldgefühle, die mir während dieser Sitzung mit Alan erstmals bewusst wurden, schienen in jeder Zelle meines Körpers gelagert zu sein. Meine Zellen meinten, sie trügen die Schuld des Holocausts. Immer und immer wieder sandte ich dorthin also die Bot-

schaft „Du bist nicht schuldig!“ - doch es veränderte sich nichts.

Da „nicht schuldig“ das Wort „Schuld“ in sich trägt, wählte ich stattdessen das Wort „rein“. Über längere Zeit hinweg versuchte ich also liebevoll, einen Zellkern mit seiner „Reinheit“ vertraut zu machen, das Programm einer Zelle zu beeinflussen, die von etwas sehr Mächtigen auf „Schuld“ programmiert war. Ich sah, wie sich die eine Zellwand langsam öffnete und dieses „rein“ in sich einließ. Um den Zellkern nahm ich einen dunklen Schatten wahr, der sich im Zeitlupentempo vom Zellkern löste und die Zelle verließ. Der Zellkern fing an, hell zu erscheinen. In kurzer Zeit erfüllte dieses Leuchten die ganze Zelle.

Und dann ging eine Kettenreaktion durch meinen ganzen Körper, verbunden mit einem starken Prickeln. Eine Zelle gab die Botschaft an die nächste weiter - und sobald diese transformiert war, folgten andere nach. Ich war sehr berührt und von tiefer Dankbarkeit erfüllt.

Dieses Erlebnis führte mich zu intensivem Nachdenken und tiefen Einsichten zum Thema „Schuld“. Ich war fasziniert, wie verschieden im Westen und Osten „Schuld“ betrachtet wird. In der jüdisch-christlichen Religion scheint allein schon der Umstand, geboren zu sein, die Schuld zu vererben. Den religiösen Ansätzen des Ostens (z.B. im Buddhismus) liegt die Annahme zu Grunde, dass man mit einem innewohnenden Potenzial der Reinheit geboren wird.

In den Achtzigerjahren

...hielt ich einen Vortrag auf einer internationalen Konferenz in Venedig und lernte dort eine Psychotherapeutin aus Kalifornien kennen. Sie berichtete über ihre Erfahrungen als Begleiterin einer deutsch-jüdischen Gruppe, die sich regelmäßig traf, um zusammen die Holocaust-Erfahrung im zweiten Weltkrieg als Gelegenheit zum Lernen gegenseitiger Akzeptanz und Vergebung wahrzunehmen. Diese Frau ermutigte mich, ein solches Projekt in New York City anzugehen. So begann ich, mich auf die Suche nach einer Partnerin zu machen - und die war schnell gefunden: eine Psychotherapeutin und Tochter einer polnisch-jüdischen Familie, welche den Holocaust in Polen überlebt hatte. Während der nächsten sechs Monate trafen wir uns regelmäßig zum Austausch, über unsere persönlichen Ansichten, Gefühle und Gedanken über unser jeweiliges Erbe. Wir beschlossen, in New York City ein Programm anzubieten, mit der Vision, Deutsche und Juden in einer Gruppe zusammenzuführen, um an der Vergangenheit und einer Vergebung zu arbeiten. Sechs Monate lang nahmen wir Kontakt mit verschiedenen Organisationen auf. Die Reaktion auf unser Angebot war immer ähnlich: Viele Worte, wie wunderbar die Arbeit sei - aber niemand wollte sie unterstützen.

Eines der letzten Treffen auf der Suche nach Unterstützung fand in einem schönen alten Gebäude in New Yorks East Side statt. Es war der Hauptsitz einer jüdisch-christlichen Organisation. Wir

mich ablehnen. Sie werden mich nie wieder anschauen. Meine Scham ist so groß, dass sie mich verdammen werden.“

Die Reaktion der Gruppe war für mich völlig überraschend: Eine ganze Reihe meiner jüdischen KollegInnen wandte sich mir mit Tränen in den Augen zu und sagte einfach: „Ich fühle mit dir. Ich wäre nie darauf gekommen, es aus deiner Sicht zu betrachten. Ich habe bisher nur meinen Standpunkt gesehen, und der ist, dass die Deutschen Mörder sind. Und jetzt zeigst du uns, dass es noch eine andere Sicht gibt, und das öffnet neuen Raum.“

Dieses Ereignis löste eine tiefe Veränderung in mir aus. Von da an war ich in der Lage, dazu zu stehen, dass ich Deutsche bin. Zu bekennen, dass ich mich schämte, Deutsche zu sein und dass es in Ordnung ist, mich dafür zu schämen.

Anfang der Neunzigerjahre

...hielt ich ein Seminar für eine Gruppe japanischer Geschäftsleute. Am Abend drang eine weitere, ausgesprochen schmerzliche Erfahrung mit dem deutschen Erbe in mein Bewusstsein:

Mit geschlossenen Augen sah ich mich unter der Erde liegen. Ich war begraben. Es war ein sehr klares Bild - Tausende und Abertausende von Toten lagen um mich herum. Schlagartig wurde mir bewusst: das waren die Massengräber der Konzentrationslager! Ich konnte nicht aufhören zu weinen, mein Herz schmerzte unerträglich, als wolle es zerspringen. Und es schien, als wollten mir die Toten etwas mitteilen: Sie konnten nicht zur Ruhe kommen... sie wollten von den Lebenden geliebt werden ... und in diesem Augenblick brauchten sie meine Liebe und Zuwendung. Als ich dies erkannt hatte, erhoben sich einige der Toten, näherten sich mir... und um befreit zu werden, musste jede und jeder Einzelne durch mein Herz hindurch.

Wenn ich an die lautlosen Schreie denke, die vom Schmerz und der Qual derer künden, die in den Lagern gestorben waren und denjenigen, die in sinnlosen Kriegen starben, frage ich mich, wie viel von dieser Vergangenheit ist im kollektiven nationalen Bewusstsein Deutschlands eingebunden? Wie wird so etwas

geheilt? Wie kann diese Bürde erleichtert werden? Für mich selbst, für andere? Kurz darauf, im Herbst 1992, sah ich im Fernsehen einen Bericht über eine Demo-Veranstaltung in der Frankfurter Messehalle. Deutsche demonstrierten dort gegen Neo-Nazi-Gewalttaten, die sich gegen Ausländer richteten, und einige Rockmusiker stellten zu diesem Anlass ihre Zeit und ihre Musik kostenlos zur Verfügung. Einer der Musiker auf der Bühne sang - und alles, woran ich mich erinnere, ist diese eine Zeile: „Mein Onkel war ein Nazi.“ Das ging tief. Es ist schmerzlich und gleichzeitig befreiend. Es zuzugeben. Dazu zu stehen. Es ist nicht länger verheimlicht. Das Dazu-Stehen ist der erste Schritt im Bewusst-Werden und führt zur Akzeptanz. Es eröffnet den Zugang zum Heilen und zum Wachstum.

Nachgedanken 2004.

Seit ich diese, meine persönlichen Erfahrungen niedergeschrieben habe, die mich mein nationales Erbe entdecken ließen, hat sich viel verändert. Eine Reihe neuer Ansätze, oftmals auf der Motivation Einzelner beruhend, werden zur Vorbeugung von Gewalt und zur Versöhnung zwischen Deutschen und Juden angewandt.

Heute erlebe ich ein tiefes Mitgefühl für den Weg der deutschen Nation und ihrer Menschen. Ich kann mein eigenes psychologisches Erbe aus einem anderen Blickwinkel betrachten. Es beinhaltet eine ungewöhnliche Wachstumschance!

Dieser Artikel ist ein Auszug aus Margret Ruefflers soeben erschienenem Buch „Das schlafende Potenzial einer Nation. Deutschland - eine psychopolitische Fallgeschichte“ (s. Kasten)

Dr. Margret Rueffler

... ist Deutsch-Amerikanerin, Magister der Psychologie, Doktor der Transpersonalen Psychologie, hat eine abgeschlossene Ausbildung als Psychotherapeutin und in Akupunktur. Sie ist Begründerin des „Psychopolitical Peace Institutes“ in New York und Zürich und hat mehrere Bücher in verschiedenen Sprachen (deutsch, englisch, russisch, georgisch) veröffentlicht.



Infos & literatur

M. Ruefflers neues Buch:

Das schlafende Potenzial einer Nation

Deutschland -

eine psychopolitische

Fallgeschichte (ISBN 3-9522112-7-3) / Euro 24,-

Erschienen im Eigenverlag,

erhältlich im guten Buch-

handel oder direkt beim

Verlag (s.u.)



Psychologie der Nationen

Margret Rueffler ist es ein tiefes Anliegen, psychologische Prinzipien im Alltag in Handlung umzusetzen, sie zu leben und andere dabei zu unterstützen. Seit über 25 Jahren erforscht und entwickelt sie „Die Psychologie der Nationen“ - eine Neue Psychologie, die sie in Krisengebieten direkt vor Ort in Psycho-Politischen Aktionsprojekten umsetzt: diese Projekte bestehen aus einer Kombination von psychologischem, finanziellem, materiellem Mittragen und Fachtraining der betroffenen Gemeinschaft (z.B. Projekt 1994 - 1998 „Eine Gemeinschaft Heilen“, im georgischen Bergdorf Bakuriani, Projekt 2000 - 2004 „Kann kollektiver Gewalt vorgebeugt werden?“ in Bali, Indonesien). In ihren internationalen psychopolitischen Aktionsprojekten arbeitet sie mit kollektiven Traumata, an der Erforschung des kollektiven Unbewussten und an der Langzeit-Prävention von Gewalt. Ihre Arbeit beruht auf den Prinzipien von Freude-Bewusstsein, Ermächtigung, Wahl und Selbsthilfe. Daraus wuchs die tiefe Erkenntnis, dass eine neue innere Haltung die Grundlage des Neuen ist. Sie vermittelt diese Qualitäten durch Ausbildungen und Seminare.

Dr. Rueffler freut sich auch besonders über Kontakte zu österreichischen KollegInnen und Institutionen und lässt sich gerne zu Vorträgen und Seminaren in Österreich einladen.

Kontakt, Infos und Buchbestellungen:

E-mail: info@pppi.net

Internet: www.pppi.net/deutsch

oder im Inserat auf Seite 31.