

Uwe Reißig

**AUCH DRACHENTÖTER
MÜSSEN PINKELN**

*Über Systemisches, Familiäres
und andere Unordnungen*

Engelsdorfer Verlag
Leipzig
2020

Diese Leseprobe ist urheberrechtlich geschützt!

Bibliografische Information durch die Deutsche Nationalbibliothek:

Die Deutsche Nationalbibliothek verzeichnet diese Publikation in der Deutschen Nationalbibliografie; detaillierte bibliografische Daten sind im Internet über https://dnb.de/DE/Home/home_node.html abrufbar.

ISBN 978-3-96145-936-0

Copyright (2020) Engelsdorfer Verlag Leipzig

Alle Rechte beim Autor

Titelbild © agaes8080 [Adobe Stock]

Hergestellt in Leipzig, Germany (EU)

www.engelsdorfer-verlag.de

12,95 Euro (DE)

Diese Leseprobe ist urheberrechtlich geschützt!

Inhalt

Inhalt.....	5
Widmung	7
Danksagung	8
Einleitung	9
Uwe Reißig (geb. Bullerjahn). Mein Werdegang	11
Kleine Einführung in die Therapieverfahren, insbesondere Halten und Familienaufstellung	17
Das Aussöhnende. Ein Weg zum Ausgleich in der Geschichte	18
Auf dem Jakobsweg. Oder: Die Suche nach dem Glück.....	24
Abschied und Sterben.....	26
Vom Mut zur Gelassenheit.....	30
Chronische Erkrankungen. Krankheit als Symptom.....	32
Das Heilen in der Tiefe	37
Künstliche Befruchtung. Die Weitergabe des Lebens.....	44
Über die Liebe.....	49
Vornamen einmal anders betrachtet	62
Väter und Söhne	66
Mütter und Töchter	69
Aufstellungsarbeit mit Kindern.....	73
Familiensystemische Arbeit bei traumatisierten Kindern	81
Heranwachsende mit Traumatisierungen.....	84

Diese Leseprobe ist urheberrechtlich geschützt!

Erwachsenwerden, familiensystemisch betrachtet.	
Mein Weg zum Sosein	90
Oje meine Ahnen	93
Lernen kann fantastisch sein.....	99
The End oder Der Anfang?!	104
Anhang Literaturliste	105

Diese Leseprobe ist urheberrechtlich geschützt!

Widmung

Für meine Kinder, vor allem meinen Sohn und meine Tochter, die beide manches, auch von mir, aufgebürdet bekommen haben und trotz alledem in der Liebe sind.

Danksagung

Ich danke meinen Eltern, durch deren Schicksal mir die Möglichkeit geschenkt wurde, das zu werden, was ich bin. Ich danke der Mutter meiner Kinder, auch dafür, dass sie mir Mut gemacht hat, meinen Weg des Coming-out zu gehen.

Ich danke meinen Lehrern und Therapeuten, meinem Gay Tantralehrer und Therapeuten sowie Frau Dr. Jirina Prekop und Thomas Prattki.

Ein ganz besonderer Dank gilt meiner Lebensgefährtin Manuela Hüller, nicht zuletzt dafür, dass sie mir gemeinsam mit vielen Freunden und Kollegen Mut gemacht hat, dieses Buch zu schreiben.

Ich danke meiner Mentorin Constanze John sowie meiner Korrekturleserin Carmen Krahnepuhl.

Und natürlich danke ich auch den vielen Ungenannten, deren Geschichten mich beeinflusst haben, von denen einige wiederum Teil dieses Buches geworden sind.

Diese Leseprobe ist urheberrechtlich geschützt!

Einleitung

Irgendwann, meistens in der Lebensmitte machen wir uns auf die Suche nach dem Sinn des Lebens. Wir fragen uns: Ist das, was ich tue, das, was ich wirklich will?!

Und so bin ich losgelaufen, wurde auch ich angestoßen, weiterzugehen. Das war nicht immer leicht.

Viele Male bekam ich die Frage gestellt: „Uwe, wieso schreibst du kein Buch?“ Und ich habe geantwortet: „Über Systemisches ist schon so viel geschrieben worden. Da muss ich die Reihen im Buchregal nicht verlängern.“

Doch ihr, liebe Freunde, ihr bleibt hartnäckig; und jetzt soll es werden.

Mit 61 Jahren habe ich Mut gefasst und mit dem Schreiben begonnen; und zwei Jahre später ist es nun vollbracht.

Sich selber in die Augen zu schauen, die eigene Unvollkommenheit zu entdecken, die dunklen Seiten in sich wahrzunehmen und liebevoll zu integrieren, das ist mir ein Ansinnen. Und das, obwohl mir bewusst ist, dass ich hier, Kapitel für Kapitel, große Fragen unseres Lebens anschneide, um dann, jeweils kurz gefasst, zum jeweiligen Thema meine ganz eigenen Ansichten und Erfahrungen zu skizzieren, zu Themen, über die bereits Unmengen von Büchern geschrieben wurden und – völlig zurecht – auch noch werden.

Mit dem hier nun vorliegenden Buch will ich anregen, will Mut machen, sich diesen, seinen eigenen Schatten zu stellen und lade ein zu hinterfragen, ohne zu urteilen.

Denn je mehr uns das gelingt, umso schöner wird das Leben. Und so finden wir uns wieder, jeder für sich, und finden noch viel mehr.

Ja, WIEDER. Denn als wir klein waren, spürten wir das alles schon einmal in uns, bevor die Blessuren des Lebens es uns haben vergessen lassen.

Aus eigener Erfahrung kann ich nur dazu ermutigen: Erwecke es in dir und du findest Freude, Zufriedenheit und eine überraschend bunte Wirklichkeit.

Diese Leseprobe ist urheberrechtlich geschützt!

Ich will kein weiteres Lehrbuch schreiben, sondern dies soll eine Quintessenz meiner Erfahrungen aus der Arbeit mit über 13.000 Familien aus mehreren Ländern dieser, unserer Welt werden. Und ich werde auch erzählen über Schlimmes und Schweres aus der Geschichte meiner Familie, weil auch das mich zu dem Menschen gemacht hat, der ich heute bin.

Das vorliegende Buch wird und soll ganz bewusst nicht wissenschaftlich sein, weil ich über Dinge schreiben möchte, die wir nur ansatzweise mit unseren momentanen naturwissenschaftlichen Denkweisen in Einklang bringen können.

Diese Leseprobe ist urheberrechtlich geschützt!

Uwe Reißig (geb. Bullerjahn). Mein Werdegang



Als Diplompsychologe, systemischer Therapeut und Lehrtherapeut für die Haltetherapie nach Fr. Dr. Jirina Prekop, Systemaufsteller und Supervisor bin ich seit 1992 in eigener Praxis in Chemnitz tätig. Geboren bin ich elf Jahre nach dem 2. Weltkrieg als zweites Kind meiner Mutter genau in der Nacht vom 08. zum 09. Mai 1956. Hineingeboren, wie viele andere Kinder dieses Jahrgangs auch, in eine kriegstraumatisierte Familie, die Familie Bullerjahn. Meine

Mutter arbeitete als Kinderärztin und mein Vater als ökonomischer Direktor in einer Fabrik.

Als Kind der DDR wuchs ich relativ behütet auf, wenn man von Wochenkrippe und einem Jahr im Kinderheim absieht. Denn mit sieben Jahren war ich dann „zur Auszeichnung“ (wie die Partei meinen Eltern erklärt hatte, damit sie in Ruhe studieren konnten) in ein Eliteteilchen der SED-Bezirksleitung Magdeburg gekommen.

Auf die traumatisierenden Bedingungen und Umstände sowohl in dieser Wochenkrippe als auch im Kinderheim werde ich im Laufe dieses Buches noch näher eingehen.

In der Folge dessen war ich jedenfalls mit 8 Jahren schwer versetzungsgefährdet, was meine damalige Klassenlehrerin veranlasste, mir Nachhilfeunterricht zu geben. Das, was da von ihr und von uns nach außen hin als „Nachhilfeunterricht“ bezeichnet wurde, bestand für ein halbes Jahr darin, dass ich zu ihr nach Hause kommen durfte und mit ihrem Sohn spielen konnte. In Erinnerung ist mir auch der heiße Kakao, den ich oft bei ihr

Diese Leseprobe ist urheberrechtlich geschützt!

bekam. Nach einer Zeit sagte sie, dass es nun genug sei. Und sie hatte recht: Sie hatte mir einfach auf Zeit einen sicheren Ort geboten.

Mehrere Umzüge unserer Familie und Schulwechsel gehören mit in diese Zeit des Heranwachsens.

Als ich zwölf Jahre alt war, zog der Alkohol in unsere Familie ein. In dieser Zeit entschied ich, es nun selbst in die Hand zu nehmen, es auf meine Art zu lösen und ich beschloss: „Ich höre jetzt auf zu weinen und mache alles alleine.“

Wobei ich insgesamt sagen kann, gerade wenn ich mich an meine Schulzeit erinnere, dass ich mich an tolle Lehrer erinnern kann, an Lehrer, die in Krisensituationen mich in meiner Not gesehen haben, die mich als das Kind, das ich damals war, nicht verurteilten. Sondern sie haben mir geholfen, meine Lösungen für diese Krisen zu finden, *indem sie mir menschliche Achtsamkeit und nicht verurteilenden Schutz gewährten und einfach da waren, mir Zeit gaben, meine Lösungen zu finden.* Und das war so, als ich acht Jahre alt war und aus dem Kinderheim gerade wieder nach Hause gekommen war. Das war so, als ich zwölf Jahre alt war und meine Mutter Alkoholikerin wurde. Und das war auch so, als ich später, im Alter von fünfzehn Jahren, einfach nicht mehr wusste, wohin ich überhaupt noch kann, wo ich so etwas wie ein Zuhause haben könnte. Es gab sie, diese klugen und achtsamen Lehrer. Und ich weiß, es gibt sie heute noch.

Nach dem Abitur in Cottbus wollte ich zur Armee. Allerdings wurde bei der Wehrdienstuntersuchung, ich war gerade achtzehn Jahre alt, in meinem Ohr ein gutartiges Krebsgeschwür entdeckt, ein Cholesteatom, und daraufhin operativ entfernt. Damit war für mich die Militärlaufbahn als *Offizier auf Zeit* gestorben, und der Lehrerberuf, den ich als nächste Möglichkeit in Erwägung gezogen hatte, auch.

Als Unteroffizier der Grenztruppen der DDR kamen mir bei dem, was ich in meiner Spezialeinheit erlebte, erste Zweifel am Sozialismus, jedenfalls an dem Sozialismus, wie er uns gelehrt worden war. Wie nun hier aussteigen? Und wollte ich das überhaupt?

Meine Lösung war: Ich belog mich selbst und erklärte mir das Ganze so, dass das ein Versagen Einzelner und nicht ein Versagen des Systems sei. Und das, obwohl mir mein Vater in einem Gespräch unter vier Augen

Diese Leseprobe ist urheberrechtlich geschützt!

schon offen gesagt hatte, dass das nicht der Sozialismus war, den sie nach dem Krieg hatten aufbauen wollen. Ich glaubte ihm nicht.

Da ich sozial tätig sein wollte, jedoch der Arztberuf nicht für mich in Frage kam, weil ich kein Blut sehen konnte, ohne dass mir schlecht wurde – und das, obwohl doch meine Mutter selbst Ärztin war – entschied ich mich am Ende für Psychologie, ohne zu wissen, wofür das gut sein könnte. Da mein Vater als Verfolgter des Naziregimes (VdN) im DDR-System privilegiert war, war ich es als sein Sohn ebenso und bekam problemlos einen der begehrten Studienplätze an der Karl-Marx-Universität Leipzig.

Ich studierte nun also Psychologie. Das Studium absolvierte ich auf Grund meiner Erfahrungen während der Armeezeit mit minimalistischem Aufwand. Ich widmete mich vor allem dem Leben. Zeit hatte ich genug und Geld auch, denn als Unteroffizier der Grenztruppen hatten wir einen fürstlichen Sold bekommen, der dem Gehalt eines Diplomingenieurs entsprach (750,00 Mark der DDR).

Ich glaube, dass das wichtigste Ergebnis dieses Psychologiestudiums meine Frau war. Wir heirateten und ich nahm auch ihren Familiennamen an. Vielleicht konnte ich auf diese Art unter meiner bisherigen Geschichte, Familiengeschichte, einen Schlussstrich ziehen. Nun hatte ich meine eigene Familie.

Meine Frau und ich bekamen während unserer Ehe insgesamt vier Kinder. Allerdings leben sowohl das erste als auch das vierte Kind nicht mehr. Und der Verlust beider Kinder hat, damals war mir das nicht bewusst, grundsätzlich mein Leben verändert. Erst mit dem Wissen von heute kann ich das mit aller Gewissheit sagen.

Mit dem Umzug nach Karl-Marx-Stadt, dem heutigen Chemnitz, hörte meine Weltenbummelei auf. Zwölf Jahre Arbeit als Psychologe im Justizvollzug beider Staatssysteme lehrten mich viel.

1989, mit der Wende, leitete ich damals den Runden Tisch in der Justizvollzugsanstalt Chemnitz. Und dann erhielt ich, genau im richtigen Moment, durch unseren Anstaltsarzt eine Kur, noch im Gesundheitssystem der DDR, bevor es aufgelöst wurde. Inzwischen war es Januar 1990 und ich konnte während dieser Auszeit bilanzieren, nachdenken und für mich und mein Leben Schlussfolgerungen ziehen.

Diese Leseprobe ist urheberrechtlich geschützt!

Und ich stieg – im Ergebnis dessen und mit Unterstützung meiner damaligen Ehefrau – aus dem Staatsdienst, mittlerweile der BRD, aus. Ich wollte nicht verbeamtet werden. Ich hatte schon einmal einem Staatssystem gedient. Ich wusste, was das bedeutete, auch wenn sich die Vorzeichen geändert hatten. Für mich war es damit genug.

Also kündigte ich im August 1992 und begab mich in die Selbstständigkeit – zuerst in der Vermögensberatung, was mir ein fundiertes Wissen über Kapitalismus und Geld einbrachte. Das half mir, menschliches und gesundes ökonomisches Verhalten miteinander zu verbinden und in den Beruf des Therapeuten zurückzukehren.

Mit der politischen Wende veränderte sich aber nicht allein mein berufliches Feld, sondern auch mein ganz persönliches, nicht zuletzt mein familiäres, denn der Tod unseres vierten Kindes Josefine fiel genau in den Sommer 1989 und war letztendlich einer der Auslöser für eine tiefe Familienkrise. Hinzu kam, und auch dafür danke ich meiner Frau, die es viel früher bemerkt hatte als ich, ein beginnendes Coming-out. Sie half mir auf diesem Weg, ohne mich zu verurteilen. Und das, obwohl ich völlig durch den Wind war und vor allem meinen Sohn schwer seelisch verletzt habe.

Die logische Konsequenz für unsere Beziehung war die Trennung. Wir nutzten unseren Silberhochzeitstag, um uns drei Tage für den Abschied voneinander zu nehmen, einander für das Gute zu danken und natürlich auch zu trauern, ja, um unsere Liebe zu weinen. Und das war gut so; das tat mir gut, einzeln sowie in der nun klar umrissenen veränderten Beziehung. So dass wir nun, als Mann und Frau, die sich zwar als Paar getrennt hatten, Eltern aber immer blieben, auch unsere Kinder einbeziehen konnten. So konnte alles in sehr achtsamen und ruhigen Bahnen geregelt werden.

Und dass es so achtsam verlief, verdanke ich meinem damaligen Freund, Lehrer und Kollegen Ralf Lemke. So erhielt ich für diese Krise genügend systemischen und körpertherapeutischen Input, so dass es keine sinnlosen Kämpfe etc. geben musste.

Aus diesen tief greifenden Erfahrungen, den gleichzeitig laufenden Weiterbildungen und meinen damit verbundenen Selbsterfahrungen in systemischer Therapie, der Aufstellungsarbeit, der Haltetherapie nach Dr. Jirina

Diese Leseprobe ist urheberrechtlich geschützt!

Prekop, der Bindungstherapie nach Dan Casriel und der Traumatherapie nach Peter Levine konnte ich nun die eigene Entwicklung gestalten, die Schulpsychotherapie vom Kopf auf die Füße stellen und meine eigene Praxis entwickeln.

Dank dieser umfangreichen Erfahrungen, die ich in dieser Zeit der „Hochzeit“ von Familienaufstellungen, systemischer Therapie und den körperorientierten Vorgehensweisen machen durfte, ist mir klar geworden, dass eine nur auf den Verstand setzende Psychotherapie – die aber nicht vermag, auch die Quellen seelischer Verstörungen aufzuzeigen und im besten Falle auch aufzulösen – wohl letztlich zum Scheitern verurteilt ist.

Denn nach all den im Zuge dessen gemachten Erfahrungen bin ich mir sicher, dass das Heilen für die Seele nur über das Gedächtnis des Körpers, über das zelluläre Gedächtnis, funktioniert und nicht über den Kopf.

So lernte ich viel Wertvolles. Es sah aus wie Neues, war aber, als ich vermochte, genauer hinzuschauen, an sich uraltes Wissen.

Und einiges davon möchte ich an dich, lieber Leser, hier weitergeben.

Nun, ausgestattet mit all diesen Erfahrungen, behaupte ich: Würden die Schulmedizin und die Schulpsychotherapie dieses Wissen einmal konsequent mit einbinden, wäre es „entsetzlich“, wie viele Menschen wieder vollkommen gesund werden könnten. Natürlich würde das neuartige „Probleme“ kreieren. Denn wohin dann mit den vielen Krankenhausplätzen? Wohin mit all den Psychopharmaka, nicht zuletzt Ritalin, das so viele Kinder heute noch ärztlich verordnet bekommen?

Leider ist diese, unsere, oben sowie in diesem Buch geschilderte Arbeit durch unsere Krankenkassen (noch) nicht anerkannt.

Länder wie Mexiko oder auch England sind uns auf diesem Weg weit voraus. In Mexiko zum Beispiel fragt der Chirurg den Knochenschamanen, ob eine Operation sinnvoll ist. In England wird schamanische Heilbehandlung anerkannt.

Innerhalb des im Jahr 2002 gemeinsam mit anderen Therapeuten, nicht zuletzt des Jirina-Prekop-Zentrums Röthenbach, gegründeten JIPZ, später auch des DISA, konnte ich vielfältig therapeutisch tätig werden, und diese Erfahrungen sammeln, von denen ich heute sprechen kann; auch hier im

Diese Leseprobe ist urheberrechtlich geschützt!

vorliegenden Buch. Und diese Erfahrungen sammelten wir in Deutschland, in Österreich, Griechenland und Spanien. In diesem Zusammenhang war mir auch der fachliche Austausch möglich mit meinen Kolleginnen und Kollegen.

Mein Arbeitsschwerpunkt war und ist bis heute – heute mittlerweile außerhalb der oben genannten Zentren – die Begleitung von Familien, Paaren und Männern auf ihrem Weg zu sich selbst. Darüber hinaus begleite ich Kinder und Jugendliche mit schweren Schicksalen.

Nach inzwischen weit über 13.000 Familienaufstellungen bin ich dennoch immer wieder aufs Neue überrascht von der Fülle all dessen, was sich zeigt. Respekt und Achtsamkeit vor jedem Menschen und seinem Schicksal, das er für seine Familie trägt, bestimmen inzwischen meine Grundhaltung, auch in der Täter-Opfer-Arbeit.

Mein Buch soll nun helfen, grundlegende systemische Ordnungen in Familien zu verstehen, innerfamiliär verborgene Dynamiken wahrzunehmen sowie selbsterlebte Traumata, vor allem der frühen Kindheit zu verarbeiten und in Liebe umzuwandeln. Das gilt übrigens auch für die Zeit von der Zeugung bis zur Geburt ebenso wie für transgenerativ übernommene Traumata. Die Schulmedizin bestätigt letzteres inzwischen und nennt es Epigenetik, Traumata der Vorfahren.

Ich bin diesen Weg zu mir gegangen, und gehe ihn weiter, nach wie vor, mit allen Höhen und Tiefen. Mein Leben ist auf und mit diesem Weg zunehmend farbenfroher und erfüllter geworden. Ich komme inzwischen immer mehr in einen tiefen, inneren Frieden und halte dadurch dem Chaos der Jetztzeit viel ruhiger stand.

Diese Leseprobe ist urheberrechtlich geschützt!

Kleine Einführung in die Therapieverfahren, insbesondere Halten und Familienaufstellung

a) Das Halten bzw. Emotional- und Körperarbeit

In gewisser Weise ist das einfach ein Gehalten-SEIN durch einen Mitmenschen, so dass du an deinen Schmerz, deine Trauer, deine Angst oder Wut herankommst und so die alten Emotionen auflösen kannst, damit die Freude und die Liebe wieder fließen können.

Jeder hat es wohl schon erlebt, ob als Kind oder als Erwachsener, dass, wenn dich in deiner momentanen Not jemand einfach tröstend in die Arme nimmt, ohne irgendeinen Kommentar, das es dir dann gleich ein wenig besser geht.

Und in einem solchen Prozess ist das Atmen der Schlüssel zum inneren Selbst.

b) Familienaufstellung:

Das Verfahren einer Familienaufstellung ist kurz gefasst kaum zu erklären. *Es ist sozusagen nur durch Selbsterleben zu begreifen.*

Um eine gewisse Vorstellung davon zu bekommen, empfehle ich an dieser Stelle insbesondere das Beispiel im Kapitel 8 oder auch Kapitel 14 des vorliegenden Buches zu lesen und ansonsten selbst einmal an einer Familienaufstellung teilzunehmen, sozusagen als Beobachter, um ein erstes Gefühl dafür zu bekommen, wie bzw. dass es funktioniert und welche Wirkungen sich ergeben können.

Das Aussöhnende. Ein Weg zum Ausgleich in der Geschichte

Vor kurzem wurde ich von sehr engagierten Leuten, Nachfahren von Opfern des Naziregimes angesprochen, ob ich den „Marsch des Lebens“ als Schirmherr begleiten würde. Nachdem ich mich mit dem Projekt beschäftigt hatte, beantwortete ich die Anfrage mit einem klaren „Ja“.

Was heißt der „Marsch des Lebens“? Nachfahren von Opfern und Tätern treffen sich in einem Konzentrationslager und laufen dann gemeinsam die Wege, die die Häftlingskolonnen bei der Auflösung der Lager entlang und hinausgetrieben wurden.

Das Konzentrationslager Rosenberg in Polen, wo ich diese Veranstaltung eröffnen durfte, war ein Außenlager von Sachsenhausen, wo mein Vater als Halbjude zwei Jahre inhaftiert worden war. So schwer es für mich auch war, hatte es doch gleichzeitig etwas Befreiendes im Sinne der Aussöhnung mit der Geschichte meiner Familie.

Der 1. und der 2. Weltkrieg haben in der ganzen Welt schwere Spuren der Verwüstung in den betroffenen Familien hinterlassen. Im Ergebnis dessen sind die Familiensysteme nach wie vor innerlich instabil und oft zerrissen. Auch die Trennungs- und Scheidungsraten sprechen da eine deutliche Sprache.

Wieso kann ich das behaupten? Nach meiner Erfahrung trennen sich Paare dann, wenn einen von beiden oder beide eine systemische Geschichte in seiner/ihren Familie/n einholt. D. h., Trennungen sind oft Re-Inszenierungen nicht bearbeiteter alter Geschichten, Geschichten der Vorfahren, der Ahnen.

Leider spielt dabei das Thema der schwer traumatisierten Kriegsgeneration, egal ob als Säugling, Soldat oder Zivilist, eine entscheidende Rolle. Im Ergebnis dieser Kriege ist vor allem die Kraft der Männer so schwer beschädigt, dass selbst bis heute die Jungen nicht mehr richtig in ihre Kraft kommen. Sichtbar ist das auch in der Beziehungsgestaltung der Teenager, wo inzwischen oft die Mädchen das Heft des Handelns in der Hand haben

Diese Leseprobe ist urheberrechtlich geschützt!

und die Jungen ihnen folgen. So glauben jedoch manche Mädchen unbewusst, dass sie die besseren Männer sind. Damit verlieren sie die Verbindung zum weiblichen Anteil in sich.

Das ist dann ein Problem!!!

Denn eine Frau sucht den Mann und der Mann sucht die Frau. Und echte Emanzipation heißt nicht Gleichmacherei, sondern liebevolle, gleichberechtigte Arbeitsteilung im Familienverbund unter Achtung der Unterschiede zwischen den Geschlechtern.

Bert Hellinger sagte dazu sinngemäß: Die Frau folgt dem Mann in seine Sippe, seine Religion, seine Heimat etc. Und, was oft vergessen wird, der Mann hat dem Weiblichen zu dienen; nur so gelingt Liebe.

Wenn die männliche Kraft durch zwei große Kriege so sehr geschwächt wurde, und das ist sie bis heute definitiv, dann bedeutet das logischerweise, dass die Frauen viel stärker ihre männliche Seite, die sie natürlich auch in sich tragen, entwickeln müssen, was letztendlich nur zu oft auf Kosten des Weiblichen geschieht.

Heute wird immer sichtbarer, dass in Europa das Matriarchat, also die Frauenherrschaft, im Vormarsch ist. Auch dort gilt es zu verfolgen, wohin die Reise geht.

Und noch ein weiterer Aspekt des Themas „Aussöhnung“ beschäftigt mich: Es wurde schon viel geschrieben über die Juden und die Deutschen. Meiner Meinung nach, und ich habe sowohl jüdische als auch deutsche Wurzeln, sind beide Seiten durch das, was geschah, im Sinne einer Täter-Opfer-Beziehung verbunden. Aussöhnung ist deshalb nur möglich, wenn beide Seiten aufeinander zugehen und in Achtung vor der Schwere des Schicksals auf die Opfer **und** die Täter schauen, ohne zu „ur-teil(en)“, sich im Herzen vor den Betroffenen verneigen und **Es** bei ihnen lassen, mit allem, was dort und damals geschah. Vielleicht klingt das einfach, vermag aber Vieles zu bewirken.

Wie heißt es doch sinngemäß in der Bibel? Werfe der den ersten Stein, der ohne Fehl und Tadel; und siehe, niemand warf den Stein.

Und obwohl die Aussöhnung zu zwei großen Kriegen des letzten Jahrhunderts noch im Prozess ist, gibt es bereits neue Kriegsschauplätze, wo auch

Diese Leseprobe ist urheberrechtlich geschützt.

Deutsche im Einsatz sind. Ob in Afghanistan oder im Kosovo, unsere deutschen Soldaten und Soldatinnen (Mein Gott: Die, die das Leben weitergeben, werden zu Menschen, die Leben zerstören?) kehren nicht umsonst traumatisiert von diesen Einsätzen zurück. In sehr vielen Fällen kostet es sie ihre Familie (Trennung, Trunksucht ...).

Übrigens gilt Gleiches für die Neonaziszene. Auch hier hilft kein Verurteilen, sondern nur ein systemisches Hinschauen. Es sind meistens die Enkel der Männer, die Täter waren und deshalb in der Folge als einstige Täter oft ausgeschlossen wurden aus den Systemen. Doch ein Ausschluss von Familienmitgliedern aus dem System, aus welchem Grund auch immer, hat in jedem Fall verheerende Folgen für die Nachgeborenen; interessanterweise oft die Enkelgeneration treffend.

Denn entweder, sie wiederholen das Schicksal des oder der Ausgeschlossenen oder sie gehen auf die Opferseite und opfern sich. Oder – sie versuchen beides; was logischerweise zur Psychose führt. Wie das Schicksal der Vorfahren in uns wiederkehrt, ist auch nachzulesen in dem Buch von Anne Ancelin Schützenberger „Oh, meine Ahnen“, welches ich sehr empfehlen kann.

Wenn wir gute Lösungen wollen, dann bedeutet das, den Vorfahren die Ehre zu erweisen – **im Sinne der Weitergabe des Lebens**. Denn nur das zählt. Und ansonsten gehört es zur Würde unserer Vorfahren, die Last ihres Schicksals selbst zu tragen. Doch in Anerkennung dieses Sachverhaltes dürfen wir Gutes TUN.

Nur so ist Ausgleich möglich und die zerstörerische Wirkung nicht gelöster Geschichte kann aufhören.

„Finde, was wirkt“, „Die Mitte fühlt sich leicht an“ und „Anerkennen, was ist“ – diese drei Buchtitel von Bert Hellinger sind sehr lesenswert, weil durch sie ein ganz anderer Blick auf unsere Geschichte möglich wird.

Wer noch darüber hinaus dafür ein tieferes Verständnis gewinnen möchte, den lade ich ein zu den offenen Abenden mit Familienaufstellung oder zu einem Genogramm-Seminar. Entsprechende Angebote sind im Anhang zu finden.

Diese Leseprobe ist urheberrechtlich geschützt!

In die Tiefe zu tauchen, um so über seine Geschichte mehr zu erfahren – was für eine Herausforderung. Als ich mich vor fünfundzwanzig Jahren auf meinen ganz persönlichen Jakobsweg begab, war ich noch voller Wut und Trauer; heute bin ich ausgesöhnt mit alledem, was meinen Eltern und mir geschah:

Mein Vater Günther wurde am 09. Mai 1924 geboren als Sohn eines deutschen Vaters, eines Arbeiters, und einer jüdischen Mutter. Nach der Reichskristallnacht geriet seine Familie in die Feme. Ihr Bergarbeiterhäuschen in der Lausitz, in Brigitta, mussten sie verlassen und die Kinder lebten fortan in der Waschküche hinter ihrem einstigen Haus. Heute gibt es Brigitta nicht mehr. Der Ort wurde nach dem Krieg weggebaggert – für die Braunkohle. Der Vater meines Vaters, Julius Bruno, mein Opa, wurde durch die Nazis vor die Wahl gestellt, sich von der jüdischen Frau zu trennen – dann bekäme er alles zurück. Aus Liebe zu seiner Frau wählte er, so wie ich es sehe, im September 1939 als Ausweg aus der schier ausweglosen Situation einen schweren Unfall mit tödlichen Folgen. Er hatte als Elektriker im Braunkohletagebau Brigitta gearbeitet und dort in eine stromführende Starkstromleitung gegriffen. Schwerste Verbrennungen und der erlösende Tod waren die Folge. Er hatte es in der Hoffnung getan, dass seine Frau als Witwe verschont wird.

Seine Frau Adelheid, meine Oma, wurde darüber jedoch psychisch krank und kam 1941 in die Psychiatrie nach Lübben, wo sie per Spritze im Rahmen des Euthanasieprogramms der Nazis getötet wurde.

Mein damals 17-jähriger Vater wurde 1941 wegen seiner halb-jüdischen Abstammung in das Zuchthaus Brandenburg eingeliefert, wo er zwei Jahre verbrachte. So schlimm das war, rettete ihm das aber zugleich auch das Leben, weil die Verpflegungssätze im Zuchthaus Brandenburg höher waren als dann im KZ Sachsenhausen, wohin er 1943 verbracht wurde.

Andererseits hatte aber auch das seinen Preis. Denn im Zuchthaus Brandenburg war er für die Mitgefangenen, unter anderem die lebenslang verurteilten Schwerverbrecher, das, was man im Knastjargon Freiwild oder Frischfleisch nannte. Schwerste sexuelle Übergriffe auf ihn als 17-jährigen waren die Folge und haben ihn und damit in der Folge auch mein Leben

Diese Leseprobe ist urheberrechtlich geschützt.

geprägt. Darüber hat er niemals gesprochen, doch auf Grund meiner zwölfjährigen Arbeit im „Knast“ ist mir das inzwischen vollkommen klar und erklärt mir auch manche Reaktion meines Vaters in verschiedenen Situationen.

In der Jüdischen Baracke im KZ Sachsenhausen nahmen die Kommunisten meinen Vater wiederum unter ihre Fittiche und retteten ihn letztendlich auch vor dem Todesmarsch im Februar 1945, indem sie ihn in der Ruhrbaracke versteckten, wohin sich die Wachmannschaften wegen der Ansteckungsgefahr nicht trauten. Als mein Vater befreit wurde, wog er noch 38 Kilo, und das bei einer Größe von 1,82 m.

Meine Mutter Eva stammt aus – wie man damals so sagte – höherem Hause. Und auch sie zahlte einen hohen Preis für diesen Krieg. Ihr Vater, mein Opa Herbert, war von 1943 an Landgerichtspräsident in Sachsen und zeichnete somit Kraft seines Amtes auch sämtliche Todesurteile in Sachsen. Das machte ihn zum Kriegsverbrecher. Aus mir vorliegenden Unterlagen und auch aus Gesprächen mit meiner Mutter weiß ich heute, dass er ein liebevoller und fürsorglicher Vater war. Als Leutnant hatte er schon den 1. Weltkrieg erlebt, und auch die Gefangenschaft. Als Folge einer grausamen Zeit erschoss er in der Nacht vom 08. zum 09. Mai 1945 in Absprache und mit Zustimmung seiner Frau die ganze Familie – mit Ausnahme meiner Mutter – und ging danach in den Freitod.

Auf meine Frage, wieso sie überlebt hat, erzählte sie mir, dass sie die Lieblingstochter des Vaters gewesen sei und er nur fünf Kugeln in der Pistole hatte. Es gab noch weitere Versionen. Doch ich für mich spüre, dass diese die stimmige ist.

So verlor meine Mutter ihre drei Schwestern von elf, dreizehn und siebzehn Jahre sowie ihre Eltern und wurde mit fünfzehn Jahren Vollwaise.

Was ist mir in Erinnerung? Meine Mutter hat niemals schlecht von ihrem Vater, meinem Großvater, geredet, sondern immer in Liebe. Das ist Achtbarkeit und Urteilsfreiheit. Liebe Mutter, dafür danke ich dir hier.

Diese Leseprobe ist urheberrechtlich geschützt!