

Roswitha Jarman

Versöhnung – Ein Weg*

Versöhnung fängt damit an, dass wir dem ins Gesicht sehen, was wir vorher von uns ferngehalten haben.

Als deutsches Kriegskind hat mich die Frage der Schuld und Versöhnung mein Leben lang begleitet. In England lebend, begegne ich häufig den Überlebenden des Holocaust-Geschehens. Viele elternlose Juden sind mit den Kindertransporten nach England gekommen. Meine Geschichte hat mich dazu geführt, auf zwischenmenschlicher Ebene tätig zu sein. Die zwischenmenschliche Beziehung ist der Grund und Boden, auf dem sich Versöhnung aufbauen kann. In den letzten fünfundzwanzig Jahren bin ich im Osten und besonders in Russland, dem Kaukasus, aber auch auf dem Balkan mit Semina-

tionen, die oft Gewaltgeschehen beinhalten. Diese Workshops sind für Menschen in Gefängnissen, aber auch für Menschen im täglichen Leben, die Schwierigkeiten im Miteinander haben. Die Bausteine, die zur Versöhnung führen, sind für mich in allen diesen Situationen die gleichen: Ich muss bei mir selbst den Anfang machen.

Die Ich-Du Welt

Martin Buber kann uns mit seinem Verständnis für zwischenmenschliche Beziehung ein weiser Lehrer sein. Er unterscheidet zwischen der Erfahrungswelt, der Ich-Es Welt und der Welt der Beziehung, der Ich-Du Welt. Wir können über die Ich-Es Welt sprechen, sie einordnen und beschreiben, aber die Ich-Du Welt können wir nur erleben. In der Ich-Du Welt stehen wir in einer Beziehung mit dem anderen. Wir akzeptieren einander auch mit unseren Unterschieden, wir sind gegenwärtig im Sein. In dieser Beziehung erleben wir göttliche Gegenwart, Gottesgeburt. *„Wer Du spricht, hat kein Etwas zum Gegenstand; wer Du spricht, steht in der Beziehung. ... Durch jedes uns gegenwärtig Werdende blicken wir an den Saum des ewigen Du hin, aus jedem vernehmen wir ein Wehen von ihm, in jedem Du reden wir das Ewige an, in jeder Sphäre nach ihrer Weise.“* (Martin Buber, Ich und Du).

Unser Miteinander ist eine heilige Sache. Wenn ich in dem anderen das Du erkenne, den Bruder, die Schwester, und wenn ich weiß, dass der andere mich vervollständigt, dann ist wirkliche Begegnung möglich. Eine solche Begegnung ist sakramental. *„Der wirkliche Umgang des Menschen mit Gott hat an der Welt nicht bloß seinen Ort, sondern auch seinen Gegenstand“* (Martin Buber, Einsichten).

Versöhnung gehört in die Ich-Du Welt. In der Ich-Du Welt habe ich Empathie für den anderen. Ich kann versuchen, seine Beweggründe, seine Bedürfnisse und seine Ängste zu verstehen und anzusprechen. Versöhnung fängt damit an, dass wir uns selbst und dem anderen öffnen und dem ins Gesicht sehen, was wir vorher von uns ferngehalten haben. Sie fängt mit Achtsamkeit und Ehrlichkeit an.



Nach dem Krieg in Tschetschenien

ren und Workshops tätig, die nach Gewaltereignissen Heilung und Versöhnung suchen. In Moskau haben mein Mann und ich 2 1/2 Jahre gelebt, um den Menschen in der Umbruchzeit gegenwärtig zu sein. In England bin ich mit PAG (Projekt Alternativen zu Gewalt) Workshops tätig. PAG ist für Menschen in kritischen zwischenmenschlichen Situa-

* Vortrag im Rahmen einer Tagung des Versöhnungsbundes am 11. 6. 09 in Bonn.

Gewalt und Zorn

Aus meiner Erfahrung und aus Gesprächen mit Menschen weiß ich, dass Gewalt oft (vielleicht immer?) eine Sprache der Hilflosigkeit ist. Starke Gefühle, die sich in einem Menschen aufgebaut haben – durch was auch immer: schwierige Kindheit, durch Erlebtes, unbefriedigte Bedürfnisse, durch ideologische Ansichten –, treiben zum Ausdruck und der Mensch hat für sie keine andere Sprache als die der Gewalt. Oft ist es ein Suchen nach Selbstbestätigung.

Ich beziehe mich auf meine Erfahrungen besonders der letzten sechzehn Jahre, in denen ich mich mit Menschen in den Republiken des Nordkaukasus ausgetauscht habe. Nach einem langen Gespräch mit einem Osseten (einer dieser Republiken im Nordkaukasus) über die Ingusch-Flüchtlinge, Menschen, die von den Osseten nach einem Kurzkrieg 1992 vertrieben wurden und die ich in ihren traurigen Behausungen besucht hatte, sagte mein junger Freund, der Ossete: *„Ich glaube, wenn wir uns hilflos fühlen, fangen wir an zu hassen.“* Dies ist ein so wahrer Ausspruch, den ich immer wieder in der Realität erkenne. Gewalt ist oft eine Sprache der Hilflosigkeit, die sagt: *„Ich weiß nicht, wie ich mit der Energie, die in mir tobt, umgehen kann.“* Oder, vielleicht mehr unbewusst: *„Ich weiß nicht, wie ich mit dem Schuldgefühl in mir umgehen kann ...“*, und daraus folgt eine Übertragung auf den anderen. *„Er hat angefangen, er ist Schuld daran ...“*

Gewalt hinterlässt, abgesehen von der Zerstörung und den Verlusten, Gefühle der Erniedrigung und Zorn. In gewisser Weise ist dieser Zorn jetzt das, was mir übrig geblieben ist. Das Gefühl ist da: *„Ich muss an diesem Zorn festhalten, denn wenn ich ihn loslasse, habe ich gar nichts.“* Junge Menschen aus dem Kaukasus, die zu einem Seminar zusammenkamen und in einer Visualisation sich einen Menschen vorstellten, dem sie begegnen und dem sie verzeihen sollten, sagten ganz enttäuscht: *„Ja, aber wenn ich verzeihen habe, dann kann ich ja nicht mehr zornig sein.“* Dieser Zorn ist zu dem Zeitpunkt das Einzige, was dem Menschen bestätigt, dass er einen Wert hat und etwas zu sagen hat. Es ist seine Energiequelle und seine Selbstbestätigung.

Unrecht aussprechen und bezeugen

Ein Schritt zur Versöhnung ist der, einen Zeugen für das Erlebte zu haben. Hier geht es nicht darum, zu helfen oder Lösungen zu finden, sondern hier

geht es darum, den Menschen mit seinem Erlebten und seinen Gefühlen zu hören, ihn Wert zu halten. Wenn der Mensch so gehört worden ist, kann er anfangen, wieder an sich und seine eigenen Fähigkeiten zu glauben. Er kann einen Anfang machen, sich mit seiner Situation zu versöhnen, und er kann den ersten Schritt auf dem langen Weg zu zwischenmenschlicher Versöhnung machen.



Kinder nach dem Krieg

In Tschetschenien habe ich Frauen ausgebildet, mit Kindern, die schwere Traumata erlitten hatten, zu arbeiten. Das Kind hat keinen Weg, diese starken, tobenden Gefühle zu benennen oder mit ihnen zurechtzukommen. Oft scheint es das Beste zu sein, sie zu verneinen und sich auf ein gefühlfreies Miteinander einzustellen. Da ist die Geschichte von Lisa, einem sechs Jahre alten Mädchen, das mit seiner jüngeren Schwester im Hof spielte, als ein Explosionskörper in den Hof geworfen wurde. Beide Kinder wurden verletzt, die jüngere schrie auf, die Mutter rannte entsetzt aus dem Haus. Das ältere Mädchen sah das Entsetzen im Gesicht der Mutter und entschied sich, nicht zu schreien. Sie biss sich auf die Zähne, bis zwei von ihnen zerbrachen. Die Wunden wurden geheilt, aber Lisa hatte aufgehört zu sprechen oder Gefühle zu zeigen. Als die Mutter sie in eine der Trauma-Gruppen brachte, ging sie still in eine Ecke und fing

Der Zorn ist das Einzige, was dem Menschen bestätigt, dass er einen Wert hat und etwas zu sagen hat.

Der erste Schritt ist der Wandel im einzelnen Menschen selbst.

an, mit Teddys zu spielen. Ein Teddy war auch nicht mehr heil. Sie verband ihn, machte ihm ein Bettchen und kümmerte sich um ihn. Die Betreuerin der Gruppe setzte sich zu ihr und sagte, was sie sah: „Der Teddy hat Schmerzen und du sorgst dich um ihn, machst ihm ein Bett, verbindest seine Wunden. Ich glaube, jetzt fühlt er sich wohler.“ So ging das mehrere Wochen, bis am Ende Lisa wieder anfang zu sprechen. Als die Betreuerin vorschlug, dass sie vielleicht der Mutter sagt, wie es ihr, Lisa, geht, wehrte sich das Kind. Erst nach wieder einiger Zeit war sie bereit, darüber zu sprechen. Mutter und Tochter hielten sich mit Tränen in den Armen.

Ungerechtigkeit stellt den Menschen in Frage. Starke Gefühle lassen uns erblinden, wir verlieren die Übersicht über das Ganze, wir versteifen uns auf unsere Position und verteidigen sie. Die Muskeln spannen sich an, der Körper verändert sich. Wir sehen die Dinge schwarz und weiß. Ungerechtigkeiten müssen wirklich gehört werden, sie müs-



Liuba und Roswitha Jarman

sen ausgesprochen und angesprochen werden, und Zeichen müssen da sein, dass Ungerechtigkeiten nicht nur benannt werden, sondern auch zu Taten führen. Harmlose Worte selbst können Konflikte auslösen, weil unterschwellig alle möglichen Deutungen enthalten sind, die starke Gefühle wachrufen. Bei einem Seminar mit Menschen aus dem Kosovo, Albanern und Serben, sagte eine Serbin: „Ich möchte, dass wir unsere Kultur bewahren.“ Eine für uns Außenseiter akzeptable Aussage, weil wir die Kultur beider Seiten verstanden. Dies aber war ein rotes Tuch für die Albaner, die es als die Kultur des Anderen hörten. Geschichte, Machtspiele, Verletzungen, Ungerechtigkeiten, alles spielt unter-

gründig mit und macht es schwer, Worte ohne Belastung anzuwenden und zu hören.

Gefährdete Schritte

Wenn wirklich eine versöhnende Begegnung stattgefunden hat, kann sie sehr schnell wieder zunichte gemacht werden. In einem Ort in diesem umstrittenen Gebiet im Nordkaukasus, der von Osseten und Ingusch bewohnt wird, geht eine unsichtbare Mauer durch den Ort. Seit über zehn Jahren leben die beiden Gruppen getrennt voneinander. Stalin hatte das Gebiet den Osseten gegeben, nachdem er die Ingusch 1943 nach Kasachstan deportiert hatte. Als sie nach mehr als zehn Jahren zurück durften, gehörte ihr Land anderen. Bis zum Auflösen der Sowjetunion lebten beide Gruppen mehr oder weniger friedlich miteinander. 1992 kam ein Kurzkrieg, die Ingusch wurden zum großen Teil vertrieben und leben auch heute noch in Flüchtlingslagern in Inguschetien. In diesen Ort sind einige Ingusch zurückgekehrt und leben in ihrem Teil getrennt von den Osseten. Die Schulen sind getrennt. Ich wurde gebeten, etwas für eine Besserung der Situation zu tun. Wir sprachen mit den Lehrern beider Schulen und ihren Hoffnungen für die Zukunft. Ja, sie wollten sich mit den Lehrern der anderen Schule treffen. Viele Gespräche separat mit beiden Gruppen, in denen ihre Erlebnisse, ihr Schmerz und ihre Hoffnungen ausgesprochen wurden, bereiteten das Treffen vor. Das Treffen der beiden Lehrergruppen kam zustande. Nach über zehn Jahren begegneten sie sich zum ersten Mal und erkannten sich wieder als Kollegen oder Schüler der früheren Jahre. Vor dem Treffen war ich besorgt, was könnte geschehen? Ich war nicht vorbereitet auf die Erleichterung, die beide Gruppen zeigten: endlich ist das unsichtbare Feindband gebrochen, endlich sprechen wir wieder miteinander. Die Sehnsucht nach diesem Geschehen war groß. Weitere Treffen und Gespräche und Treffen zwischen den Schülern und Eltern folgten. „Nun kann ich in diesem Ort ohne Angst überall hingehen“, sagte ein junger Ingusch bei einem solchen Treffen.

Ein solcher Schritt aber ist nur ein Anfang zur Versöhnung. Die Themen der Gespräche waren anfangs einfach nur das praktische Leben der beiden Schulen und ihrer Probleme und Aufgaben. Wir sprachen nicht über Ungerechtigkeiten, Schuld und Vergebung. Solche Gespräche verlangen noch mehr Mut und Zeit und es muss sich ein Vertrauen

aufgebaut haben, dass ich vor dem anderen aussagen kann, was ich zu sagen habe, und gehört werden kann mit dem, was ich sage, ohne beurteilt zu werden.

Diese eindrückliche Versöhnung wurde unterbrochen und zerbrach ganz schnell nach dem furchtbaren Geschehen in Beslan, der Geiselnahme einer Schule mit Lehrern und Schülern, die grausam endete. Sie brachte alle feindseligen Gefühle wieder an die Oberfläche. Die Feind-Sprache unterscheidet nicht zwischen einzelnen, die in diese Taten verwickelt waren, und den andern, die dies nicht wollten. Sie verallgemeinert. Wieder sind alle Ingusch Terroristen, denen man nicht vertrauen kann. Man sieht die Dinge schwarz und weiß und verliert die Sicht für das Komplexe. Es ist wichtig auf dem Weg zur Versöhnung, die Dinge komplex zu machen.

Ein Weg zu uns selbst

Der Mensch, der Versöhnung sucht, muss in sich gefestigt sein und um seinen Wert als Mensch wissen, dann braucht er sich nicht an Gefühle und Ansichten zu klammern, die ihn bestätigen, sondern er kann frei mit ihnen umgehen. Sie treiben ihn nicht, weil er weiß, dass er als der, der er ist, einen Wert hat. Der erste Schritt also ist der Wandel im einzelnen Menschen selbst. *„Der archimedische Punkt, von dem aus ich an meinem Orte die Welt bewegen kann, ist die Wandlung meiner selbst.“* (Martin Buber, Der Weg des Menschen). Dies ist eine Wahrheit, die ich in allen meinen Begegnungen immer wieder neu verstehe: Wenn ich nicht diesen Weg zu mir selbst gemacht habe, den Weg, mich und meine Beweggründe zu kennen, meine Lernprozesse zuzulassen, kann ich auch wenig in der Welt oder auf zwischenmenschlicher Ebene bewegen. *„Ich muss diesen persönlichen Prozess nicht um meiner Selbst willen durchmachen, sondern eben gerade, weil ich mit dem anderen verbunden bin. Ich kann beim anderen aber nur verändern, wenn ich mich selbst verändere.“* (M. Buber, Der Weg des Menschen). Ich als der Mensch, der ich bin, muss in mir Versöhnung finden. Das ist ein psychologischer und ein spiritueller Prozess. Wenn ich Uneinigkeit in mir habe, wenn ich meinem eigenen Schatten nicht begegnen kann, dann sehe ich ihn im anderen. Wenn ich nicht um meinen eigenen Wert als Mensch weiß, weil das Geschehen mir mein Selbstwertgefühl genommen hat, kann ich auch den Wert des anderen nicht sehen. Ich muss selbst einen Weg der Heilung gemacht haben.

Nach dem Kurzkrieg zwischen Osseten und Ingusch 1992 im Nordkaukasus wurde ich von der Direktorin einer Schule in Ossetien gebeten, mit ihren Schülern über Konflikte nachzudenken und Fähigkeiten zu üben, gewaltfrei mit Konflikten umzugehen. Der Hass den Ingusch gegenüber, die als die angreifenden Feinde dargestellt wurden (was geschichtlich nicht stimmt), war groß. Ich konnte selbst das Wort Ingusch nicht aussprechen. Ich arbeitete in einer Klasse mit wachen, intelligenten, freundlichen Schülern, es machte Spaß. Wir fingen damit an, über Gefühle zu sprechen, darüber, wann wir zornig werden könnten. *„Ja, was kann diesen Zorn anregen?“*, fragte ich. *„Wenn ich mich verletzt fühle, wenn mich etwas schmerzt“*, war die Antwort. *„Und was verletzt uns, was schmerzt uns?“*, fragte ich. *„Wenn ich nicht gehört oder verstanden werde, wenn ich nicht respektiert werde, wenn jemand schlecht über mich spricht.“* – *„Was brauche ich also?“* *„Gehört zu werden.“* *„Und wie geht es dem anderen, was braucht er?“* Mit verschiedenen praktischen Übungen arbeiteten wir an diesen Themen. Drei Jahre lang, im Sommer und im Herbst kam ich jedesmal für eine Woche an diese Schule. Am Ende der Zeit (wir hatten immer noch nicht über die Ingusch gesprochen), sagte ein Schüler ganz unvorbereitet: *„Ich weiß nicht, warum unsere Eltern diesen Kampf mit den Ingusch hatten, aber ich habe keinen Hass auf sie.“* Hier sind wir einen Weg hin zu uns selbst und damit zu dem anderen gegangen.

Begegnung und Abschied

Zur Versöhnung gehört der Wille. Man muss sich dem Leid und Schmerz stellen können, dem eigenen und dem des anderen. Mut und Ehrlichkeit muss da sein, um Schuld zu bereuen und zu bekennen. Erst wenn sich beide Seiten ohne Beurteilung gehört fühlen, sich gleichwertig fühlen und sich akzeptiert fühlen, kann es ans wirkliche Loslassen des Geschehens gehen. Versöhnung ist ein Zusammenkommen von etwas, was sich trennte. Es ist gleichzeitig ein sich Loslösen und ein Aufgeben von etwas, was mir als Person meine Bestätigung zu geben scheint, aber was mich gleichzeitig belastet. Versöhnung ist eine Befreiung von dieser Last und ein Gesunden.

Roswitha Jarman

lebt in York/Großbritannien, Quäkerin, seit über 15 Jahren in Russland, im Kaukasus und auf dem Balkan mit Seminaren und Workshops tätig, die nach Erfahrungen von Gewalt Versöhnung suchen.

Mut und Ehrlichkeit muss da sein, um Schuld zu bereuen und zu bekennen.

Versöhnung ist ein Aufgeben von etwas, was mir als Person meine Bestätigung zu geben scheint.