

# Das kollektive Trauma

[Dieter Duhm](#)



## Hinter der Krise unserer Zeit steckt die Kernkrise der menschlichen Beziehung

Hinter den grauenhaften Massakern unserer Zeit, wie wir sie heute (2014) exemplarisch in Syrien erleben, steckt ein kollektives Seelenmuster, das offenbar in allen Kontinenten ungefähr dasselbe ist. Es ist ein Muster der Angst. Im Hintergrund unserer Zivilisation steht das morphogenetische Feld der Angst.

Es entstehen Formen von exzessiver Grausamkeit, mit denen die Angst im eigenen Inneren gleichsam „totgeschlagen“ wird. Wenn wir auf der Erde einen dauerhaften Frieden erzeugen wollen, müssen wir dieses Seelenmuster der Angst umwandeln in ein Grundmuster des Vertrauens. Das ist leicht gesagt, aber die Angst ist tief verankert im Zellsystem unseres Organismus. Sie ist ein fester Bestandteil unseres genetischen und physiologischen Systems geworden, sie funktioniert reflexartig und ohne Bewusstsein. „Die Angst muss von der Erde verschwinden!“, hat Michael Gorbatschow gesagt. Ich weiß nicht, ob er die Tiefe dieser Aussage verstanden hat; er hat das tiefste und umfassendste Ziel genannt, vor dem wir heute stehen, wenn wir der Evolution eine humane Richtung geben wollen. Das Ziel der Heilungsarbeit besteht in der Ermöglichung eines Lebens ohne Angst. Das morphogenetische Feld der Angst muss vollkommen ersetzt werden durch ein morphogenetisches Feld des Vertrauens.

Die Angst ist das Resultat der letzten Jahrtausende. Walter Schubart hat in seinem Buch „Religion und Eros“ geschrieben, dass auf dem Grund allen seelischen Leidens eine Urangst liege: die Angst vor Trennung. Es ist die Angst vor Trennung, die uns Menschen zu

den irrsinnigsten Taten veranlasst. Trennung von der Heimat, von der Familie, vom Liebespartner, von der Gruppe oder der Gang – scheint nicht durch alle diese Ängste etwas Gleiches hindurch: eine Urangst vor einer Urtrennung? Es ist schwer, diese seelischen Urgründe mit Worten zu erreichen. Immer wieder – Generation für Generation – wurde der Mensch getrennt von dem, was er in seiner ursprünglichen Natur am tiefsten liebt, was er liebt wie ein Kind, einfach weil er ein Mensch ist, ein atmendes, sinnliches, lebendiges Wesen. Wir sind aus der Einheit herausgefallen und finden nicht den Weg zurück. Wir leben in der „Verbannung“, wie Friedrich Weinreb es genannt hat. Heilung wäre dann die Wiederverbindung des Menschen mit seiner eigentlichen Heimat. Dies ist die entelechiale Richtung der gegenwärtigen Evolution: die Wiedervereinigung der Menschenwelt mit ihrer ursprünglichen Heimat im Leben, in der Liebe, in den Geboten der Heiligen Matrix.

## Von Angst zu Frieden

Die Angst ist kein privates Problem, sie ist der seelische Niederschlag einer falsch gelaufenen Epoche. Sie ist entstanden in den kollektiven Grausamkeiten der Menschheit. Im Rahmen einer globalen Friedensarbeit geht es darum, jenes kollektive Trauma aufzulösen, welches eine mehrtausendjährige Geschichte von Krieg und Vertreibung, von Verrat und Betrug im kollektiven Unterbewusstsein der Menschheit hinterlassen hat.

Wissen wir, dass unsere ganze Kultur, unsere Staaten und Nationen aus Krieg hervorgegangen sind? Überall, wo heute ein Staat ist, gab es einmal ein anderes Volk und ein Land, das erobert wurde, da waren gläubige Menschen, Liebespaare und spielende Kinder. Die Vereinigten Staaten von Amerika mussten Indianervölker ausrotten und Millionen von Afrikanern versklaven, um ihre Nation aufbauen zu können. Wahrlich keine guten Voraussetzungen für die Entwicklung einer humanen Zivilisation! Die Wirtschaft der westlichen Länder lebt unter anderem von Rüstungsindustrie und Waffenhandel. So selbstverständlich ist der Krieg geworden, und so gedankenlos haben wir uns daran gewöhnt! Der Krieg ist ein fester Bestandteil unserer Gesellschaft geworden. Wir leben in einer Kriegsgesellschaft, die sich aus wirtschaftlichen Gründen den Frieden nicht leisten kann. Wenn unsere westlichen Gesellschaften auf die Kriegswirtschaft verzichten würde, würden Millionen Menschen arbeitslos. Sie alle könnten mithelfen am Aufbau einer neuen Friedenswirtschaft.

In unserer Zivilisation herrscht ein tiefer Idiotismus, eine echte Erkrankung des Geistes. Dass Menschen absichtlich aufeinander schießen, gehört nicht zum Plan des Lebens, nicht zum Code einer humanen Welt. Krieg ist die Folge einer ungeheuerlichen Verirrung. Und wenn behauptet wird, dass es schon immer Krieg gegeben hätte, dann antworten wir, dass es höchste Zeit wird, diesen historischen Wahnsinn zu beenden. Krieg gehört ab heute nicht zur menschlichen Kultur, ebenso wie Eifersucht nicht zur Liebe gehört. Haben wir Tausende von Jahren gebraucht, um diese einfache Wahrheit zu entdecken? Unsere Nachfahren werden es nicht verstehen können, dass Menschen einander aus Eifersucht umgebracht haben. Ebenso wenig werden sie verstehen können, dass sie tatsächlich aufeinander geschossen und noch viel Schlimmeres getan haben. Die neue Kultur ist definitiv eine Kultur ohne Krieg. Da helfen keine Hinweise auf die Gewalt in der Tierwelt oder auf ein Zitat von Heraklit. Solche Argumentationen gehen davon aus, dass die Welt

so bleiben muss, wie sie „immer schon“ war. Sie übersehen die Schöpfernatur des Menschen und die Möglichkeiten der Umgestaltung. Wir sind definitiv nicht das Produkt der Vergangenheit, nicht determiniert durch Naturgesetze. Wir sind die Schöpfer unseres Lebens. Wir haben die Freiheit und die Aufgabe, eine bessere Welt aufzubauen, und sie wird funktionieren, wenn sie mit den Regeln der Heiligen Matrix übereinstimmt. Ich möchte hier ein Zitat von Satprem anführen. Satprem war ein Schüler des indischen Philosophen Sri Aurobindo und der „Mutter“ Mira Alfassa in Auroville. Er schreibt:

„Nachdem all die evolutionären Schichten durchdrungen sind, erreicht man in der Tiefe des Körpers auf einmal etwas, in dem die alten Gesetze der Welt keine Macht mehr haben. Man merkt, dass ihre Macht einzig aus einer ungeheuren kollektiven Suggestion bestand. Aus einer alten Gewohnheit, und NUR aus einer Gewohnheit. Es gibt keine Gesetze, es gibt nur fossilisierte Gewohnheiten. Und der ganze Weg besteht aus dem Durchdringen dieser Gewohnheiten. (...) Das Ziel aber ist, dass der Körper spontan und natürlich immer in diesem Zustand lebt; das heißt, der Körper muss von all seinen Bedingtheiten befreit werden. Dann gelangt man zu etwas ganz und gar Phantastischem. Ich kann mir vorstellen, wie phantastisch der erste Gleitflug eines Vogels gewesen sein musste! Es gab diesen Augenblick, in dem ein altes Reptil abhob und Vogel wurde.“

Es gibt in der Evolution keine fertigen Gesetze, es gibt auch keine endgültigen physiologischen Gesetze unseres Leibes, es gibt nur fixierte Verhaltensgewohnheiten. Und es gibt in unserem Inneren eine Freiheit, mit der wir uns zu einer höheren Lebensform erheben können.

Wenn wir hineinleuchten in die fürchterlichen Dinge, die hinter dem Wort „Krieg“ stecken, dann sehen wir die Schreckensbilder, die im Erbgedächtnis der Menschheit gespeichert sind, Bilder von Massenmord, Verstümmelung, Flucht und Hunger. Das sind Erfahrungen, die sich Generation für Generation über Jahrhunderte und Jahrtausende wiederholt haben. Sie haben sich tief in das kollektive Erbgedächtnis der Menschheit eingepägt. Auf der Kollektivseele der Menschheit lastet ein Alptraum.

## Das Ergebnis eines inneren Traumas

In uns allen steckt eine traumatische Kapsel, die jederzeit hochgehen kann. „Ein jeder hat sein Vietnam“, hat Claude AnShin Thomas gesagt, der als Kriegsveteran und buddhistischer Mönch durch die Lande gepilgert ist, um für den Frieden zu arbeiten. Was sich heute in den Exzessen der Gewalt, in Bandenkriegen und Jugendgefängnissen, Schulen, Stadtvierteln, Fußballstadien, Folterkellern abspielt, ist die Folge eines menschheitlichen Traumas, das sich so lange wiederholen wird, bis die Ursachen der Gewalt ein für allemal beseitigt sind.

Es sind die in langer Kriegsgeschichte entstandenen unterbewussten Schreckensbilder, die zusammen den „traumatischen Kern“ der Menschheit bilden. Dieser traumatische Kern vollführt in den Kellern der Seele eine unterbewusste Tyrannei, er schießt Angstbilder in unseren Organismus, er verrät die Liebe und verhöhnt den Glauben, er produziert für alle Dinge negative Deutungsmuster und bekämpft die Andersgläubigen, er

produziert falsche Vorstellungen von Krankheit und Heilung; er steuert unsere psychophysischen Vorgänge, unsere Wahrnehmungen und Reflexe, unsere Hormonausschüttungen, unsere Nerventätigkeiten und Muskelkontraktionen. Wir sind unterbewusst auf die Informationsmatrix des Traumas eingestellt. Wir leben im unterbewussten Szenario einer allgegenwärtigen Gefahr, gegen die wir uns wehren müssen. Die Welt erscheint wie eine anonyme Gerichtsbarkeit, vor der wir uns schützen und rechtfertigen müssen. Es gibt ein kollektives Gefühl, verurteilt zu werden. Hinter allen seelischen Fehlentwicklungen, allen Neurosen und Psychopathien steckt das große kollektive Trauma, eine Krankheit der ganzen Menschheit.

Ich möchte hier eine Textstelle aus dem Buch „Eine neue Erde“ von Eckhart Tolle einfügen. Tolle spricht beim kollektiven Trauma vom „Schmerzkörper“ der Menschheit. Er schreibt:

„Dieses Energiefeld alter, aber noch sehr lebendiger Emotionen, das jeder Mensch in sich trägt, ist der Schmerzkörper. Der Schmerzkörper ist jedoch seinem Wesen nach nicht nur auf das Individuum beschränkt, er hat auch Anteil an dem Schmerz, den unzählige Menschen im Lauf der Menschheitsgeschichte, einer Geschichte von anhaltenden Stammeskriegen, Sklaverei, Plünderung, Vergewaltigung, Folter und anderen Formen der Gewalt, erlitten haben. Dieser Schmerz ist in der kollektiven Psyche der Menschheit noch immer lebendig und wird täglich vermehrt, wie man sieht, wenn man die Abendnachrichten im Fernsehen oder die Beziehungsdramen bei seinen Mitmenschen sieht.“

Wir haben uns an die Horrornachrichten gewöhnt, sie haben uns eingenebelt. Im Augenblick des Erwachens überfällt uns ein seltsamer Gedanke: Ist das alles wirklich wahr? Haben wir da tatsächlich mitgemacht? Und: Wie kommen wir da wieder raus? Es ist kaum möglich, die inneren Mechanismen der bestehenden Gesellschaft zu durchschauen und trotzdem die alten Wege weiterzugehen. Müssen wir aussteigen? Aber wie? Wohin? Um aussteigen zu können, brauchen wir eine Alternative, in die wir „einsteigen“ können. Die gibt es noch nicht in fertiger Form, sondern sie entsteht durch den konkreten Aufbau der neuen Welt und ihrer Zentren. Hier werden Hunderte, Tausende und Millionen von Mitarbeitern gebraucht, die zusammen die neuen Strukturen, die neuen Arbeitsplätze und die neuen Berufssysteme schaffen, welche für die Entwicklung von Terra Nova gebraucht werden. Alle Zeitgenossen, die noch ein sinnvolles Amt in der bestehenden Gesellschaft haben, mögen es nutzen für die Weichenstellung in Richtung Terra Nova. Die Revolution braucht nicht nur radikale Aktivisten, sondern auch Mittler zwischen der alten und der neuen Welt.

Infolge des großen Traumas kommt es im zwischenmenschlichen Nahverkehr zu typischen Störungen, die bei fast allen Menschen nach einem ähnlichen Strickmuster ablaufen. Es sind unterbewusste Glaubenssätze, durch die der latente Krieg im zwischenmenschlichen Untergrund dauernd neu erzeugt wird.

## **Unterbewusste Glaubenssätze**

Ich möchte drei Beispiele nennen:

1. Viele Menschen leben in der unbewussten Vorstellung, von anderen nicht akzeptiert zu werden. Die Folge ist, dass sie die Reaktionen ihrer Gesprächspartner in diesem Sinne deuten. Ein Lob kann dann als Ironie aufgefasst werden, ein nachdenklicher Blick als Verurteilung, eine Frage als Aggression, ein guter Vorschlag als Kritik etc. Dadurch entstehen im Untergrund der Kontakte heftige Störfelder, die oft nicht durchschaut werden und dadurch bis zum Hass führen können. In vielen politischen Gesprächsgruppen erlebt man Diskussionen, die immer länger und immer sinnloser werden, weil sie untergründig gesteuert werden von den Schmerzfeldern unterbewusster Glaubenssätze, die gar nichts mit dem anstehenden Sachthema zu tun haben. Besonders fatal werden derlei neurotische Deutungsmuster in den Liebesbeziehungen. Wenn sich zwei Liebespartner in den Schlingen solcher Missverständnisse verfangen haben, dann gibt es meistens keinen Ausweg mehr, weil jede rationale Korrekturmöglichkeit verschlossen ist. Wieviele Beziehungen scheitern an den Verletzungen, die sich die Partner im Deutungsmuster der Nicht-Akzeptanz gegenseitig zufügen! Und wenn sie sich gründlich zerstritten haben, findet die Vorstellung der Nicht-Akzeptanz eine offensichtliche Bestätigung. Das ist ein krasses Beispiel der „self-fulfilling prophecy“. Der Neurotiker hat dann allen Grund, seine Wahnvorstellung für Realität zu halten. Er wehrt sich dann gegen alles, was ihn heilen könnte. Das ist tatsächlich ein Kardinalproblem unserer Gesellschaft: die tief in ihrem psychologischen System verankerte Abwehr gegen alles, was sie heilen könnte.
2. Ein zweites Beispiel, eng verwandt mit dem ersten, ist die Trennungsangst in der Liebe. Infolge des großen Traumas leben viele Menschen in der Vorstellung, nicht geliebt zu werden. Wenn sie einen Liebespartner gefunden haben, glauben sie innerlich dennoch nicht an dessen Liebe und leben deshalb in latentem Misstrauen und latenter Trennungsangst. Die Folge ist, dass sie alles tun, um die Trennung zu verhindern und gerade dadurch eine wirkliche Trennungsgefahr heraufbeschwören. Denn die Methoden, mit denen man in der Trennungsangst agiert, Methoden wie Klammern, Jammern, Schimpfen, Erpressen etc. sind nicht geeignet für die Liebe. Ich habe als Therapeut mit angesehen, wie dieses fatale Muster der sich selbst erfüllenden Prophezeiung in fast allen Paarbeziehungen präsent war. Es ist nicht leicht, an die Liebe zu glauben in einer Gesellschaft, deren Sexualgesetze die meisten Menschen zur heimlichen Lüge gegenüber ihrem Partner zwingen. Die therapeutische Konsequenz besteht schließlich darin, eine Gemeinschaft aufzubauen, in der niemand lügen muss.
3. Ein schier unglaubliches Beispiel für die Wirkung unterbewusster Paradigmen liefert uns der Erste Weltkrieg. Hier herrschte auf allen Seiten die unbewusste Vorstellung, angegriffen zu werden – ein typisches Relikt des großen historischen Traumas. Die Nationen, die den Krieg in Gang brachten – neben Deutschland waren es vor allem Österreich-Ungarn, Russland und Frankreich – lebten in der Meinung, bald von irgendeiner Seite her angegriffen zu werden. Die Historiker sind sich einig, dass es keinerlei rationalen Grund für einen Krieg gab. Es war ein psychologisches Schauspiel ohne Gleichen. Man könnte es mit Humor auf die Bühne bringen, wenn nicht etwa 15 Millionen Menschen daran gestorben wären. Wir haben hier ein klassisches Beispiel für die psychopathologischen Hintergründe der globalen Politik, solange sie von Menschen betrieben wird, die das unterbewusste Trauma nicht bewältigt haben.

Ich bin ausgebildeter Psychoanalytiker und habe diesen Beruf im Grunde nie verlassen, sondern habe ihn in fast vierzigjähriger Gruppenarbeit fortgeführt, vertieft und korrigiert. Um zu verstehen, was zwischen Menschen passiert, musste ich viele Seelenschichten kennenlernen: bewusste und unbewusste, offene und verdrängte, biografische und karmische. Ich habe über hundert Gruppen und Projekte kennengelernt und gesehen, wie sich überall dieselben neurotischen Grundmuster in ähnlicher Weise wiederholen. Das beste Forschungsobjekt war ich selbst, denn nach und nach haben sich in mir selbst die seelischen Vorgänge, die Reaktionsbildungen und Tarnungen, die verdrängten Bilder und Impulse offenbart, aus deren Gesamtheit sich der untergründige Krieg in unserer Zeit zusammensetzt. Der Krieg war latent auch in mir. Aber da war ein innerer Punkt, von dem aus ich die Dinge erkennen und korrigieren konnte. Dies nennen wir den „Gottespunkt“ im Menschen. Es ist der innere Reflexionspunkt, von dem aus wir eine unmittelbare Spiegelung erhalten, so dass wir immer auf der entelechialen Bahn bleiben können. Ich vermute, dass er in allen Menschen existiert. Alle Menschen wären somit tendenziell fähig, ihre Unzurechnungsfähigkeit zu erkennen und in ein verantwortliches Leben einzutreten.

## Globale Heilungsarbeit

Die allererste Bedingung für eine erfolgreiche Heilungsarbeit der Menschheit ist die Auflösung ihres traumatischen Kerns. Mit dieser Feststellung stehen wir außerhalb aller revolutionären Konzepte, die in der bisherigen Geschichte entwickelt worden sind. Wir brauchen Lebensformen, die in der Lage sind, das schlimme Erbe der Geschichte zu überwinden. Die Erzeugung solcher Lebensformen ist das aktuelle Kernthema unserer Zeit. Man begreift auf der Stelle, dass hier ein Phänomen angesprochen ist, welches weder durch eine politische Revolution noch durch individuelle Therapie gelöst werden kann. Wir brauchen eine kollektive Lösung, eine Heilung des seelischen Fundaments.

Wir wissen aus langjähriger Heilungsarbeit, wie schwer die seelischen Folgen des Traumas zu überwinden sind. Die Gruppen, die heute an den menschlichen und politischen Frontlinien stehen, brauchen ein unerschütterliches Wissen vom Leben und seinen Heilkräften, um den Konflikt gut zu überstehen. Mit jeder Handlung können wir die Kräfte der Heilung aktivieren. Die Arbeit der neuen Zentren ist zum großen Teil eine fundamentale Bewusstseinsarbeit. Es bedarf eines kollektiven Trainings, um kontinuierlich die positive Seite zu wählen. Das alte Feld von Wut und Angst muss durch eine historische Aktion umgewandelt werden in ein neues Feld des Vertrauens und der Liebe. Wir müssen dies mit allen Kräften tun, in allen Friedensgruppen und Projekten, weltweit, bis die Information des Friedens eine feste genetische Größe im Zellsystem des Homo sapiens geworden ist.

Auszug aus dem Buch: „[Terra Nova. Globale Revolution und Heilung der Liebe](#)“