

## Unsere (fehlende) Antwort auf das Böse – Vimala Thakar, René Girard und das Enneagramm

Durch [Renata Keller](#) haben wir im 2023 ein erstes deutsch übersetztes Buch der bei uns noch unbekannt grossen indischen Weisheitslehrerin Vimala Thakar (1923-2009) bekommen. Es geht darin um das Wiederentdecken einer in dieser Welt weithin verloren gegangenen Ganzheit.<sup>1</sup> Sie erinnert darin unter anderem an die zentrale Einsicht Mahatma Ghandis, «*dass die Wurzeln menschlicher Gewalt im Inneren jedes Menschen verborgen liegen*» (S. 129). Diese und andere Passagen führten bei mir unterschiedliche Perspektiven zu folgendem Gedankengang zusammen:

### Der Charakterpanzer unserer Persönlichkeit

Ich arbeite seit über 30 Jahren mit dem Enneagramm der Charakterfixierungen, welches neun verschiedene Persönlichkeitstypen kennt und in ihren Tiefenstrukturen beschreibt. Darunter auch solche, die durchaus ein Gewaltpotenzial in sich tragen – wenn man sie tiefer betrachtet, z.B. die sog. [Abwehrmechanismen](#): Seit Sigmund Freud immer umfassender entdeckt, sorgen sie dafür, dass wir schmerzliche Erlebnisse aus unserem Fühlen verbannen oder Erinnerungen daran verdrängen. Die frühkindlich installierten Abwehrmechanismen bilden wichtige Fundamente unserer Persönlichkeit – jeder der neun Persönlichkeitsmuster benutzt spezifisch andere, je nach Stresspegel mehrere davon. Diese schützen uns zwar vor diesen schlimmen Gefühlen, stumpfen jedoch gleichzeitig – und dies nachhaltig – unser ganzheitliches Fühlen ab, und damit auch unser Mitgefühl: sie beschränken es selektiv, auf je verschiedene Weise und mit unterschiedlichen Folgen – nicht umsonst sprach *Wilhelm Reich* von der Persönlichkeit als *Charakterpanzer*. Für *Eva Pierrakos* (1915-1979, Gründerin der [Internationalen Pathwork Foundation](#)) führt diese *Desensibilisierung* zu einer *Passiven Grausamkeit*: wir werden partiell gefühllose Zombies. Es ist nur logisch, dass daraus alsdann auch viele Formen aktiver Grausamkeit spriessen.<sup>2</sup>

Diese beginnt auf leisen Sohlen – Vimala Thakar formuliert dies so: «*Aus diesem Grund werden Menschen, sobald sie sich begegnen unsicher und gehen in die Defensive; der Abwehrmechanismus kommt ins Spiel, noch bevor sie miteinander zu sprechen beginnen. Sich gegenseitig anzuschauen, reicht aus, um die Abwehrmechanismen anzufachen.*» (S. 26). Die von der Tiefenpsychologie entdeckten Abwehrmechanismen stehen jedoch ihrerseits in einem grösseren – überpersönlichen – Zusammenhang:

### Die konditionierte Persönlichkeit

Die Psychologie beschreibt allgemein, das Enneagramm der Persönlichkeit konkret, wie sich jedes Kind je nach Persönlichkeitsstruktur mit Spezifischem identifiziert, mit dem es seine Ich-Persönlichkeit aufbaut. Es übernimmt dabei sowohl Positives wie zugleich auch tief Problematisches: es lernt durch Nachahmung dessen, was es vorfindet. Wichtige Prägungen sind einerseits die erwähnten persönlich traumatisch erlebten Erfahrungen und ihr Umgang damit – heute dank den Fortschritten in der Traumaforschung breiter ein Thema. Bedeutsamer für die Gesellschaft im Ganzen sind dabei transgenerative Traumata, die – grösstenteils unbewusst – über Generationen an die nachfolgenden weitergegeben werden: Kinder lernen durch Identifikation und Nachahmung, Mimesis. Jedenfalls ist unsere Persönlichkeit in wesentlichen Teilen dadurch konditioniert.<sup>3</sup> Das Enneagramm spricht von neun reaktiven Überlebensstrategien. Vimala Thakar – die das Enneagramm nicht kennt, jedoch das Grundsätzliche dieser Prägungen anspricht: «*All unsere Reaktionen sind an diese Muster und damit an die Vergangenheit gekettet.*» (S. 26)

---

<sup>1</sup> *Vimala Thakar*, Spirituell leben und Sozial handeln. Revolutionäre Wege zu Ganzheit und Einssein. Chalice Verlag 2023

<sup>2</sup> *Eva Pierrakos und Donovan Thesenga*, Fürchte dich nicht vor dem Bösen (2001)

<sup>3</sup> *Laurence Heller und Aline LaPierre: Entwicklungsstrauma heilen – Alte Überlebensstrategien lösen* (München 2013)

Diese individualpsychologischen Wurzeln kollektiver Gewalt verbinde ich nun mit zentralen Erkenntnissen des französischen Kulturanthropologen [René Girard](#) (2023-2009, am 25. Dezember 2023 ist sein 100. Geburtstag fällig). Girard gilt als wichtiger Erforscher mimetischen Verhaltens, seine Einsichten sind Meilensteine der Humanwissenschaften, die verschiedenen Einzeldisziplinen übergreifend. Insbesondere entdeckte er, dass die Objekte unserer Bedürfnisse (und Begierden) sehr oft nicht wirklich unsere eigenen sind: *Erst weil jemand Anderer etwas hat oder begehrt, wird es auch für uns interessant ... und dann ebenfalls begehrenswert*. Da dieser Andere jedoch genau gleich funktioniert – sich seinerseits an andern orientierend – ist leicht ersichtlich, dass viele unserer Bedürfnisse und wie wir diese bedienen, auf einer real gar nicht vorhandenen Basis stehen! Alle folgen in dieser *Aneignungsmimesis* (so der zentrale Begriff bei Girard) blind einer Herde, die keine wirklichen Anführer hat ausser Trendsettern, die diese Nachahmungseffekte früh erkennen und alsdann kräftig befördern ... z.B. heute in der Werbung, die sich das mimetische Verhalten des Menschen zunutze macht und uns verkauft, was alle scheinbar glücklich macht und alle deshalb haben wollen – und dann (selbsterfüllende Prophezeiung!) alle tatsächlich auch haben (das neue *iphone* zum Beispiel).

### Mimetische Wurzeln der Gewalt – der Sündenbockmechanismus als Scheinausweg

Mimetisches Verhalten ist auf diese Weise Ursache vieler Rivalitäten, die im Kollektiv oft in Gewaltexzesse zu münden drohen. Ein zentrales Ventil, solche Eskalationen zu begrenzen, erkennt Girard im Sündenbockmechanismus: Lieber «*alle gegen einen*» anstatt «*alle gegen alle*», ist im Kern sein geheimes (weil unbewusstes) Motto. Aufkommende Gewalt (z.B. des «Wutbürgers») kann so geschickt in Grenzen gehalten und nach aussen kanalisiert und auf Sündenböcke projiziert werden (*mal sind es die Juden, seit 9/11 die Muslime, G.W. Bushs «Achse des Bösen», jüngst Putin, ohne dass man hier z.B. der eigenen (westlichen) Mitursache am Krieg in der Ukraine in die Augen schauen muss*). Sündenbockmechanismen kennen wir im Kleinen, in Familie, Nachbarschaft, Umgang mit Andersdenkenden ... und im Grossen, innerhalb einer Gesellschaft, eines Landes und international. Girard entdeckte, dass Mimesis und Sündenbockmechanismen zwar elementar-archaische, jedoch trügerische und zugleich tief destruktive Grundlagen von Gruppen und ganzer Gesellschaften sind, seit alters her und bis heute. Ihre Wurzel hat diese brüchige Basis darin, dass wir unsere eigenen Schattenseiten in andere hineinprojizieren sowie in unserer Bereitschaft, bequem mit dem Wölfen zu heulen, anstatt selber zu denken und eigenständig zu handeln. Vimala Thakar: «*In Wahrheit ist das innere oder psychische Leben keine private oder persönliche Sache, es ist vielmehr eine tief soziale Angelegenheit.*» (S. 25) Zu ergänzen wäre: Wir sind – trotz Aufklärung – weithin nur scheinautonome Wesen, auf weite Strecken jedoch (immer noch, und weithin) heteronom gesteuerte Herdentiere.

### Der erste Schlüssel: Innenleitung statt Aussenleitung!

René Girards umfangreiche Studien im Feld der menschlichen Psyche und des Kollektivs zeigen, dass der Mensch, solange er im mimetischen Verhalten gefangen bleibt meint, dass er das Böse (Gewalt) erfolgreich mit Gewalt bekämpfen kann. Er erliegt dem «*Mythos der erlösenden Gewalt*» (*Walter Wink*<sup>4</sup>): indem er Gewalt mit Gegengewalt bekämpft, vermehrt er sie gerade dadurch, anstatt dass er sie besiegt – eine endlose *Kette von Opfern* erzeugend, aus denen immer *neue Täter* entstehen. Wir alle können dazu einen Lösungsbeitrag leisten, indem wir unsere eigene Opfer-Täter-Geschichte anschauen – und diese aufräumen: Dies ist Versöhnungsarbeit im Kleinen, jedoch auch Friedensarbeit, die ins Grosse ausstrahlt. Zentral geht es bei dieser Arbeit darum, die Muster konditionierten Erlebens und Verhaltens bei sich selber zu erkennen, um sich von ihnen zu lösen: so weit wir uns mit ihnen identifiziert haben, können wir uns von ihnen (fast ebenso weit gehend) auch wieder des-

---

<sup>4</sup> *Walter Wink*, Friedensaktivist während der gewaltlosen Wende in Südafrika: *Verwandlung der Mächte, Eine Theologie der Gewaltfreiheit*, Regensburg (2014). Heute wäre vor allem auf den radikalen Pazifisten *Eugen Drewermann* hinzuweisen: Olaf Scholz' Rede von der durch den Ukrainekrieg ausgelösten *Zeitenwende*, und dass dieser Friedensaktivisten wie Drewermann im August 2023 unwidersprochen als «*Gefallene Engel aus der Hölle*» diffamierte, beantwortete er in diesem Herbst mit seinem eindrücklichen Buch *Die Bergpredigt als Zeitenwende. Nur durch Frieden bewahren wir uns selbst*, Ostfildern (2023).

identifizieren. Die Arbeit mit dem Enneagramm ist dafür ein wirksames Tool: in seinem Spiegel erkennen wir bei uns Fixierungen, die unsere Lebendigkeit mit Automatismen ersetzt haben. Anstatt auf das Leben frei – und innengelenkt – zu *antworten, reagieren* wir auf viele Dinge im mechanischen Schema von Reiz-und-Reaktion. Das Enneagramm zeigt, wie dies bei den 9 Typen der Persönlichkeit konkret aussieht.

Einsichten in die eigenen Muster zu gewinnen – und freier von diesen Konditionierungen zu werden – eröffnet uns neue Möglichkeiten, freiere und mündigere Individuen zu werden, die nicht länger mit der Herde blöken. Aussenleitung (alles Gute von Aussen zu erwarten), wird dabei immer mehr durch Innenleitung (wahre Autonomie, Frieden und Erfüllung in sich selber zu finden) ersetzt. Wir werden unabhängiger von äusseren Situationen. Diese Hälfte – die mit Einsicht, Wahrheit und wahrhaftiger Selbsterkenntnis zu tun hat – bedarf jedoch einer ebenso wichtigen zweiten Hälfte:

Der zweite Schlüssel: (Wieder) fühlende Wesen werden!

Die «Passive Grausamkeit» (Eva Pierrakos) hat – je nach Persönlichkeitstyp – viele Gesichter: Die durch unsere Abwehrmechanismen bewirkte partielle Abstumpfung behindert nicht nur unser Mitgefühl mit anderen Menschen und der ganzen Schöpfung, sondern auch das Mitgefühl mit sich selber: echte Selbstliebe. Jeder Enneatyp kennt aus seiner Kindheit spezifische sog. *Grundgefühle*, die sein Erleben und Verhalten tief unbewusst (da verdrängt) prägen. *Sigmund Freud* sprach vom *Wiederholungszwang*: Wir wiederholen spezifische Probleme und Konflikte unserer Kindheit als Erwachsene mit unseren Lebenspartnern, mit Menschen an unserem Arbeitsplatz oder anderswo – und dies so lange, bis wir erkennen, dass daran nicht primär die Umwelt schuld ist, wir selber jedoch sehr wohl Mitursache vieler Konflikte sind, unter denen wir leiden. Was können wir tun? Ganz einfach: wieder vollständig fühlen lernen! In unseren westlichen Gesellschaften sind wir inzwischen immer mehr kopflastige *Emotionale Analphabeten*: Viele gehen als emotionale Dreckschleudern durch die Welt, greifen sofort in unterste Schubladen, wenn's grad passt beim Mitmachen in irgendwelchen Shitstorms, sind aber gleichzeitig gefühlsmässige Zombies, die nicht fühlen und wissen, was sie tun – weil sie gegenüber echter Not ziemlich gleichgültig bleiben.

Verschiedene psycho-spirituelle Schulen sagen inzwischen unisono Dasselbe: *Lerne (wieder) zu fühlen!* Nicht nur 'positive' Gefühle (an denen wir festhalten wollen), sondern auch 'schwierige', in wir katapultiert werden, wenn Situationen früh verletzte Gefühle in uns antriggern, wie der Fachjargon sagt ... und uns in 'Negative' Gefühle katapultieren, die wir schnellstmöglich wieder loshaben wollen. Die Botschaft lautet: *Fühle alle Gefühle, wie sie sind, voll und ganz – ohne etwas dabei zu tun* (eben: schwierige Gefühle schnell und irgendwie beseitigen zu wollen). Als sehr wirkungsvoll hat sich hierzu die «*Körperzentrierte Herzensarbeit*» von [Safi Nidiaye](#) (geb. 1951) erwiesen. Mit dieser Arbeit – hier die Links zu ihrem Buch [Das Tao des Herzens](#) und zum [zentralen Tool](#) – kann der transgenerativ traumatisch-emotionale Untergrund der Persönlichkeit sehr effektiv befriedet werden, stetig tiefer und damit schliesslich nachhaltig auch geheilt ... und können die Abwehrmechanismen, die uns früh davon – und vor einem vollen Fühlen! – reflexartig 'schützen', sich allmählich lockern. Einen direkten Effekt dieser Arbeit hat *Anselm Grün* so auf den Punkt gebracht: *Was du fühlst, musst du nicht projizieren!*

Auf diese Weise in seiner Mitte und mit all seinen Gefühlen verbunden zu sein, macht weniger allfällig für eigene Sündenbockprojektionen – oder solchen im Kollektiv blind zu folgen. Wir werden dadurch wieder zu klarer denkenden und feiner fühlenden – und damit mitfühlenden – Wesen, ganz anders bereit und fähig zu Selbstliebe und Nächstenliebe. Dies jenseits von narzisstischer Selbstgefälligkeit und ohnmächtigem Mitleiden (*Mitgefühl bleibt handlungsfähig, während uns Mitleid ins Elend hineinzieht nach dem Motto: «Gemeinsam sind wir schwächer»!*). Wir werden wieder ganze Menschen, im Sinn des tiefen Plädoyers und Buchtitels von Vimala Thakar, dass die zwei Seiten «*Spirituell Leben*» und «*Sozial Handeln*» mitten in uns zu einer neuen unzertrennlichen Ganzheit und Einheit zusammenfinden.

Unsere (fehlende) Antwort auf das Böse

Wir bleiben mit dem Bösen mehr oder weniger subtil aktiv verhängt, wenn wir den soeben beschriebenen *Radikalen Weg nach innen* (so nennt ihn der [Psychoanalytiker Franz Renggli](#)) nicht gehen und kennen. Viele finden, sie hätten diese Arbeit an und mit sich selbst nicht nötig, da sie sich weder als gewalttätig noch das Böse stützend erleben – schliesslich leben wir mit dieser un-normalen 'Normalität' seit unseren Kindertagen: wir kennen nichts Anderes, und finden deshalb unser Erleben und Verhalten 'normal'! Deshalb sei nochmals tiefer auf zwei Wurzeln der Gewalt näher eingegangen. Wir sind grundsätzlich in zweifacher Weise am Bösen beteiligt, aktiv oder passiv:

### **Aktive Grausamkeit – mit uns ist je nachdem nicht zu spassen:**

Seit [Hannah Arendts](#) wegweisendem Buch, *Eichmann in Jerusalem. Die Banalität des Bösen* (1963) wissen wir, dass nicht nur gewalttriefende Verbrechermönster Böses in die Welt bringen, sondern oft ganz durchschnittliche Menschen – je nach Umständen oder dem Umfeld, in das sie geraten (oder zu dem sie hinstreben). Adolf Eichmann war ein solcher: liebender Familienvater daheim, während er über Jahre in seinem Büro das Aufstöbern, den Transport und die industrielle Vernichtung von 6 Millionen Juden im Nationalsozialismus organisierte und optimierte (weil man angesichts des teuren Krieges sparen musste, liess er die effiziente Vergasung in ganzen Gruppen erfinden). Der inzwischen europaweit bekannte forensische Psychiater *Frank Urbaniok* zeigt durch seine Studien, welches verbrecherische Potenzial in den verschiedenen Persönlichkeitstypen steckt – d.h. in uns allen, wenn wir in entsprechende Situationen geraten.<sup>5</sup> Während dies im Grossen wenige von uns betrifft (vor allem Menschen in führenden Positionen, an den Schalthebeln der Macht), ist *aktive Grausamkeit im Kleinen* weit verbreitet: als Rache, Neid, Übervorteilen Anderer etc. Als fühlende Wesen, die sich des eigenen Innenlebens bewusst sind, können wir auf destruktive Ego-Spiele dieser Art, die im Ganzen viel Leid in diese Welt bringen, (besser) verzichten.

### **Passive Grausamkeit – als schweigende Mehrheit das Böse befördern:**

Statistisch betrachtet ist vermutlich die sog. schweigende Mehrheit der grössere Faktor, dass Böses in dieser Welt in mannigfacher Weise grassiert. Die *partielle Gleichgültigkeit durch Abstumpfung* macht aus der sog. schweigenden Mehrheit eine der wichtigsten Quellen des Bösen: Unser unberührtes – scheinbar unbeteiligtes – Mitschwimmen lässt viel Elend vor unseren Türen und viele Missstände so lange grassieren, bis sie zu Kalibern herangewachsen sind, die uns alle schliesslich ohnmächtig erwachen lässt, weil sie uns in dieser Grösse nun überfordern: «*Da kann man nichts tun!*» stellen wir in vielen Bereichen resigniert – zunächst lange nur bequem – fest. Girards mimetische Theorie erweiternd, muss man angesichts dieses Phänomens neben der oben beschriebenen *Aneignungsmimesis* hier von einer ebenso verhängnisvollen *Mitläufermimesis* sprechen: Weil alle wegsehen – oder mitmachen – schwimme auch ich mit – derweil das Böse wächst, und ihm alle zuschauen, bis es (zu) spät ist, ihm noch Einhalt gebieten zu können. Böses fällt ja meist nicht einfach als solches vom Himmel, sondern entwickelt sich auf schleichenden Sohlen (z.B. die autokratischen Regimes, nun auch wieder in Europa). Oder es begegnet uns nicht offensichtlich, sondern nur indirekt (z.B. dass in unseren Handys gefährliche Arbeit von Kindern steckt, die für uns in menschenunwürdigen Zuständen nach seltenen Edelmetallen graben müssen). Wehret den Anfängen – auch als Konsumentin – ist hier angesagt. Aber für Beides braucht es innen-geleitete *und* fühlende Menschen! Nicht mitmachen, auch wenn ich dabei ganz alleine bin ... und dabei auf Annehmlichkeiten verzichte. Wer nimmt dies auf sich heute? Wir sind alles teilweise tief

---

<sup>5</sup> *Frank Urbaniok. Darwin schlägt Kant. Über die Schwächen der menschlichen Vernunft und ihre fatalen Folgen, Zürich (2020).*

kompromittierte Kompromissler. Ganz ohne Kompromisse geht es selten, aber viel mehr Konsequenz wäre möglich, und aufgrund der Zustände in unserer Welt tatsächlich notwendig. Viele *sogenannte Sachzwänge* (z.B. dass man heute bald tatsächlich nicht mehr ohne Handy leben kann) entstehen nur dadurch, weil wir allzulange alle mitmachen.

Den Weg des Herzens gehen im Dschungel unserer Zeit

Ganz alleine gegen den Strom schwimmen braucht Mut – bringt jedoch eine ganz andere Zufriedenheit als die Bequemlichkeit in unserer (noch) Wohlstandsgesellschaft auf Kosten anderer. Wir dürfen dabei nicht auf schnelle Erfolge hoffen. *Konstantin Wecker* hat es 2011 mit seinem unvergessenen Buchtitel treffend auf den Punkt gebracht: *Es geht ums Tun und nicht ums Siegen. Engagement zwischen Wut und Zärtlichkeit*. Jeder Tropfen auf den heißen Stein ist wichtig. Es geht nicht ohne sie. Resignation ist nichts anderes als eine Manifestation der von Eva Pierrakos diagnostizierten passiven Grausamkeit. Fühlend-lebendige und innengeleitete Wesen gehen den Weg des Herzens. Dies sagt sich einfach, ist jedoch alles andere als einfach. Bis dieses Herz lauter und wirklich fühlend wird (statt von Emotionen umzingelt und Ego-Motiven folgend), ist eine Läuterung in der Tiefe notwendig. Ihre Frucht ist, dass wir nicht länger *unbewusste Sklaven* unserer Konditionierungen sind, sondern *bewusste Diener* des Lebens ... die mit den geklärten Augen ihres Herzens einen Beitrag zur *kosmischen Dialyse* beizutragen vermögen: der Entgiftung dieser Welt von ihrem Todesgestank, um das Vorangehende mit Worten einer zeitgenössischen spirituellen Lehrerin: *Cynthia Bourgeault* abzurunden.<sup>6</sup>

Dialog mit Andersdenkenden: «Feindesliebe» konkret

Es braucht für diesen Weg des Herzens auch den gemeinsamen Suchprozesse, den Austausch – auch um uns darin gegenseitig hilfreiche Impulse zu geben und wach zu halten. Nicht nur als Austausch unter Gleichgesinnten (den auch, aber hier droht wieder der mimetische Herdeneffekt, der mich von mir trennt), sondern auch mit ganz anders Handelnden und Denkenden. Noch sitzen die meisten in ihren Blasen – und scheuen das rauhe Wetter (und die Einsamkeit), wenn man sie verlässt und sich auf andere – anders Denkende und Fühlende – einlässt. Aber die Zeit ist – und wird allmählich – reif, die Fragmentierung (und Spezialisierung) zu überwinden, die uns von uns selber und voneinander entfremdet ... und wieder zu einer Ganzheit zu finden, die uns verloren gegangen ist. Einer neuen. Dabei bin ich nochmals beim hoffnungsvollen Buch von Vimala Thakar, welches die Ganzheit von «Spirituell leben und Sozial handeln» für unsere Zeit in vier Schritten entfaltet: diese Einheit zu entdecken, ihr zu vertrauen, in ihr zu handeln – und Ganzheit zu leben. Ein radikaler Weg nach innen – und nach aussen.

Im Feuer der tanzenden Stille

Renata Keller hat über Vimala Thakar den eindrücklichen Dokumentarfilm [IN THE FIRE OF DANCING STILLNESS](#) gedreht – als Video on Demand auch in Deutsch erhältlich. Sie schreibt dazu: *Dieser Film ist eine Ode an die Kraft der Stille, ein Andachtslied an das Leben, ein Tanz mit der Würde. Eine feurige Besinnung auf die Kraft unserer Verantwortung. Es ist ein Liebesgedicht, angeregt durch das rebellische Leben einer großmütigen Inderin.*

10.10.23/sja

Persönlicher Nachtrag 18. Oktober 2023

Ich habe diesen Text vor dem brutalen Überfall der Hamas in Israel am 7. Oktober entworfen. Seither schwelt ein Weltenbrand: der Welt fliegen im ganzen Nahen Osten nun Dinge um die Ohren,

---

<sup>6</sup> Cynthia Bourgeault, Das Auge des Herzens. Eine spirituelle Reise ins Reich des Imaginativen, Xanten (2021). Im Kapitel *Imaginative Läuterung* S. 109ff beschreibt sie auf ihre Weise den konkreten inneren *Hausputz*: wie wir zu einem fühlenden und reinen Herzen kommen.

die mit kriegerischen Weichenstellungen vor – und seit – 100 Jahren diesem Gebiet massiv vom Westen aufgezwungen wurden; auch die Zweistaatenlösung Israel/Palästina wurde seit 1967 systematisch in konsequenten Schritten zerstört, so dass die Situation aktuell in einer ausweglosen Sackgasse mit immer mehr Brutalität und Opfern gelandet ist (in der Hoffnung, man könne den Gegner damit in die Knie zwingen). Bei René Girard habe ich den *Spruch des Anaximander* kennengelernt, der mir in diesen Tagen wieder in den Sinn kam: **«Woraus aber die Dinge das Entstehen haben, dahin geht auch ihr Vergehen nach der Notwendigkeit; denn sie zahlen einander Strafe und Busse für ihre Ruchlosigkeit nach der festgesetzten Zeit.»**

Claus Eurich hat am 16. Oktober in [Hass, Terror, Ohnmacht, Vergeltung. Was tun?](#) darauf hingewiesen, dass wir auch angesichts solch langer Gewalteskalationsspiralen nicht (ganz) ohnmächtig sind:

*Jeglicher wirkliche langfristige Wandel beginnt im Innern. Hier hat jede(r) die Macht und kann sich in die Lage versetzen, Zeichen für das Kommende zu geben. Der Boden für eine Zukunft in Frieden wird hier bereitet, beginnt im Innenraum, mit der Reinigung der Herzen von Hass und Gewaltfantasien und mit der Befreiung unserer unendlichen Potentiale an Liebe, liebenden Begegnungen und liebender Zuwendung. Nicht andere ändern zu wollen gibt die Richtung vor, sondern selbst das Neue und Erstrebenswerte und Heilende sein!*

*Jeder reine und von Hass und Vergeltungswünschen befreite Gedanke reichert das geistige Feld des Menschentums an. Wäre er nicht, er würde fehlen und so die Energien des Gewalthaften, Unerlösten und Verhängnisvollen stärken ... Wen es mit Wutrede und Vereinfachungen zum gewalthaften Handeln drängt, dem mag dies zu billig sein. Aber es erfordert mehr Mut, Ausdauer und Geduld als alles andere. **Der Kampf mit uns selber ist der Härteste. Und für ihn ist jeder selbst verantwortlich ... Israel und Palästina liegen einige Flugstunden entfernt. Doch ein friedvolles Morgen beginnt in diesem Moment auch hier...***

Ich fühle mich in diesen Sätzen ertappt – und realisiere, dass ich – gerade in diesem Konflikt – dazu neige, in solcher Wut und Empörung (über das Böse) oft stecken zu bleiben. Ich realisiere nun, wie hart dieser innere Kampf ist – und wie halbherzig ich ihn bis jetzt in mir austrage. Selbstvergebung ist angesagt – und Umkehr. Tiefere als bisher, nehme ich mir vor, denn: Der Einfluss jedes Menschen zählt – auch meiner: entweder so ... oder anders!

\*\*\*\*

Samuel Jakob, Psychologe Dr. phil.

*Prozesse der Wandlung*

Seminare, Coaching, Paar- und Entwicklungsbegleitung

Halden 132, CH-5728 Gontenschwil

[www.enneagramm.ch](http://www.enneagramm.ch), nächstes Seminar [11./12. November](#) in Oberwil (ZG)

Filmpremiere «Von der Gewalt zur Liebe» [11. November](#) daselbst