

Hallo Mama, hallo Papa, wo seid ihr hinter Euren Masken?

Franz Ruppert, 27.6.2020

Stress und Trauma in der Corona-Gesellschaft

Durch die Corona-Pandemie 2020 wird die Weltbevölkerung in Hochstress und vielfach auch in traumatisierende Situationen gebracht. Während es in Stresssituationen zumindest noch die Möglichkeit für Kampf oder Flucht gibt, ist eine Traumasituation durch das Vorhandensein existenzbedrohlicher Faktoren definiert, gegenüber denen es keine ausreichenden persönlichen Ressourcen mehr gibt, sich physisch oder körperlich zu schützen. Dies führt zum Erlebnis von emotionaler, gedanklicher und praktischer Überforderung, zu Verwirrtheit, Ohnmachtsgefühlen, Verzweiflung, blinder Wut, Resignation und Handlungsunfähigkeit. Um nicht physisch wie psychisch zugrunde zu gehen und irgendwie zu überleben, müssen sich die in eine aussichtslose Lage gebrachten Menschen innerlich spalten, weil sie die äußere Situation von sich aus nicht verändern können. Sie verlieren den Kontakt zu sich selbst, zu ihren eigentlichen Bedürfnissen und gesunden Gefühlen. Sie entwickeln statt Lebensfreude ein übertriebenes Bedürfnis nach Schutz, durch welches sie sich selbst immer mehr einschränken. Sie tragen dann z.B. ihre Masken sogar beim Auto- und Fahrradfahren. Unter anderem steigt dadurch das Unfall- und Suizidrisiko.

Menschengemachte Katastrophe

In der Psychotraumatologie unterscheiden wir zwischen natürlichen und menschengemachten Katastrophen. Mittlerweile ist für mich klar, es ist nicht dieses Corona-Virus, das uns Menschen jetzt in einen Zustand des Ausgeliefertseins bringt. Das Immunsystem von mindestens 95% aller Menschen auf dieser Erde hat keinerlei Probleme damit, dieses Virus unschädlich zu machen und sich binnen Tagen dagegen zu immunisieren. Es ist vielmehr der von der WHO und von den meisten Regierungen dieser Welt mit einer bürokratischen Unerbittlichkeit umgesetzte Pandemie-Zustand mit seinen Zwangsmaßnahmen, der Stress und Trauma erzeugt. Je länger dieser Pandemie-Zustand andauert, desto mehr Menschen geraten nicht nur in gesundheitsschädigende Stress-, sondern auch in Trauma-Zustände. Es werden bei ihnen darüber hinaus die bereits vorhandenen Trauma-Zustände wachgerufen, die sie bislang erfolgreich verdrängen konnten.

Das Stockholm-Syndrom

Um solche Situationen von Machtlosigkeit zu überleben, identifizieren sich die Opfer von Trauma dann häufig mit den Sichtweisen der Trauma-Täter, die sie in diese Lage bringen. Sie verdrehen die gegen ihre eigenen Interessen gerichteten Tatsachen solange in ihrem Kopf bis sie in ihren Tätern die Retter und Wohltäter sehen. „Unter dem Stockholm-Syndrom versteht man ein psychologisches Phänomen, bei dem Opfer von Geiselnahmen ein positives emotionales Verhältnis zu ihren Entführern aufbauen. Dies kann dazu führen, dass das Opfer mit den Tätern sympathisiert und mit ihnen kooperiert.“¹

Menschen, die unter einem solchen Druck ihre eigene Bedürfnisse und ihr eigenes Denken aufgeben, schaden sich am Ende durch ihre eigenen Handlungen. Sie unterwerfen sich

¹ <https://de.wikipedia.org/wiki/Stockholm-Syndrom> abgerufen am 27.6.2020

sinnlosen Einschränkungen scheinbar freiwillig, im Grunde aber nur aus ihren Überlebenswillen-Programmen heraus. In traumatisierenden Gesellschaften bilden Täter und Opfer eine verschworene Gemeinschaft, die sich gegen das Aufdecken der Wahrheit heftig wehrt, weil diese beide beschämt als Macher wie als Mitmacher. Als Gegenstrategie werden Illusionen von gemeinsamen Zielen phantasiert, die Tatsachen werden wahnhaft uminterpretiert. In der Corona-Pandemie wird die willkürliche Beschneidung grundlegender Freiheitsrechte völlig gesunder Menschen als solidarischer Akt einer gemeinsamen Anstrengung im Kampf gegen ein unberechenbares Virus umgedeutet. Die bedingungslose Liebe von Kindern ihren Eltern und Großeltern gegenüber wird schamlos ausgenutzt. Den Kindern werden sogar noch Schuldgefühle eingeredet, statt sie davor zu schützen, ihre Lebendigkeit für die Panik und die Überlebensstrategien ihrer traumatisierten Vorgenerationen zu opfern.

Gespaltene Menschen

Traumatisierungen führen zu Spaltungen in der Identität eines Menschen. Es sind zum Glück weiterhin noch gesunde Strukturen vorhanden, die genutzt und aktiviert werden könnten. Gleichzeitig aber sind traumatisierte Strukturen in seinem Organismus abgespeichert, die durch eine dritte Fraktion, die Überlebensanteile in Schach gehalten werden. Das Wesen der Überlebensanteile besteht darin, dass

- sie in einem Zustand von chronischen Stress gefangen sind,
- sie an Symptomen endlos herumlaborieren und
- immer wieder neue Probleme schaffen, statt die alten zu lösen.

Bei traumatisierten Menschen wird der Sinn ihres Lebens die Verleugnung der Realität, die für sie zu schmerzlich ist, sie zu erkennen.

Trauma-Opfer und Trauma-Täter

Da alle Trauma-Täter in ihrer Kindheit auch Trauma-Opfer waren und das völlig verdrängt haben, meinen sie, zu ihren Übergriffen anderen Menschen gegenüber berechtigt zu sein. Sie reden sich selbst ein, mit ihren verbalen und praktischen Gewalttaten ihren Opfern Gutes zu tun. Im Namen vermeintlich höherer Werte, z.B. der Gesundheit, werden die größten Herzlosigkeiten gerechtfertigt. Wenn Trauma-Überlebensstrategien am Werk sind, ist das Ergebnis stets das Gegenteil von dem, was als Ziel angegeben wird. Im Falle der Corona-Pandemie sind das dann mehr körperlich und psychisch kranke Menschen, mehr Todesfälle und noch mehr Täter-Opfer-Spiralen, welche die Gesellschaft spalten. Die Lockdown-Maßnahmen sind die Katastrophe, nicht das Virus.²

Die Macht- und Ohnmachtsfalle

Mächtige gibt es nur dort, wo es Ohnmächtige gibt. Wären die Ohnmächtigen in ihre Eigenmacht, wären Mächtige überflüssig.

Diejenigen, die nach Macht streben, haben zuvor Ohnmacht erlebt, in der Regel verursacht in ihrer frühen Kindheit durch ihre eigenen Mütter und Väter. Sie können mit all ihrer Macht, die sie sich im Laufe ihres Lebens aneignen, ihre eigene kindliche Ohnmacht jedoch nie rückgängig machen und heilen. Sie können nur andere ohnmächtig machen. Je größer der

² <https://www.rubikon.news/artikel/der-lockdown-irrsinn> abgerufen am 27.6.2020

Schmerz aus der eignen Ohnmacht ist, desto größer ist das Bedürfnis, andere ebenso ohnmächtig und hilflos zu machen und sie leiden zu sehen. Ihre Aggressionen sind daher kein Ausdruck von Kraft und Größe, sondern ein deutliches Zeichen von fehlendem Ich-Bezug und inneren Halt. Wer bei sich ist, braucht nicht über andere zu herrschen.

Wer in die Trauma-Logik der Macht einsteigt, unterliegt deren gnadenlosen Regeln. Es droht immer einer noch mächtiger zu sein, als man es selbst schon ist. Man kooperiert als Machtelite gegen die Ohnmächtigen, ist aber zugleich immer auf der Lauer, den aktuellen Kooperationspartner zu übertrumpfen, legt Dossiers über seine Schwächen an, um ihn bei passender Gelegenheit aus dem Machtrennen zu werfen. Der vermeintliche Freund von heute ist bereits der Feind von morgen. Das Ideal ist die Alleinherrschaft über die gesamte Menschheit. Je höher man steigt in der Machthierarchie, desto mehr lebt man in einer Welt des permanenten Misstrauens und immer wahnhafter werdender Allmachtfantasien. Desto mehr ist man getrennt von der realen Welt. Je mächtiger jemand nach außen agiert, desto schwächer und hohler ist er in seinem Inneren. Er wird selbst zur gesichtslosen Maske der Macht. Ebenso verschwimmen alle anderen Menschen zu einer anonymen Masse Menschen, über die man nach Belieben verfügen zu können scheint. Milliarden Menschen zu impfen, sie zu überwachen und zu kontrollieren erscheint dann wie selbstverständlich.³

Der Ausstieg aus der Machtfalle gelingt nur durch den Blick auf die eigenen Ohnmachtserfahrungen. Das braucht viel Mut. Das wäre dann aber wahre menschliche Stärke.

Die Corona-Pandemie 2020 in meiner Praxis

Die Corona-Pandemie mit ihrer Macht-Ohnmacht-Logik spielt auch in meiner psychotherapeutischen Praxis derzeit eine große Rolle. Ich arbeite mit einem Therapieverfahren, das ich „Selbstbegegnung mit der Anliegenmethode“ nenne. Dazu formuliert eine Person ein Anliegen und wählt maximal drei Begriffe für die Prozessarbeit. Sie bittet andere Menschen in einer Gruppe, mit diesen Begriffen in Resonanz zu gehen.

Auf diese Weise werden nonverbale Informationskanäle, intuitive Wahrnehmungsfähigkeiten und bindungsbezogene Dynamiken für therapeutisch begleitete Veränderungsschritte genutzt. Ich gebe im Folgenden drei Beispiele wieder.

Ich Billy Gates

Eine Frau formulierte als ihr Anliegen die zwei Worte: Ich Bill(y) Gates. Sie meinte, sie müsse sich das jetzt näher ansehen, weil sie einen mörderischen Hass auf Bill Gates als Mitverursacher der "Pandemie" und der diktatorischen Maßnahmen in sich verspüre.

Wie sich im Prozess ihrer Selbstbegegnung herausstellte, verwechselte sie Bill(y) Gates mit ihren Vater, vor dem sie innerlich eine große Angst hatte, weil er sie als Kleinkind schwer sexuell traumatisiert hatte. Von ihrer Mutter ganz abgelehnt, hatte sie ihren Vater lange Zeit bewundert, weil er Musiker war und sie intellektuell beeindruckt hatte. Bis zu seinem Tod hatte sie sich mit ihm zusammen drei Jahre lang aufopferungsvoll um ihre pflegebedürftige Mutter, seine Frau, gekümmert.

³ <https://frankfurt5gfrei.home.blog/2020/06/25/internet-of-bionanothings/> abgerufen am 27.6.2020

Durch den guten Kontakt mit dem traumatisierten Kindanteil in ihr, dargestellt durch ihr *Ich* in diesem Prozess ihrer Selbstbegegnung, kam sie allmählich in den Schmerz über das, was sie in ihrer Familie an psychischer, verbaler, körperlicher und sexueller Gewalt erleiden musste. Sie kam innerlich immer mehr zur Ruhe und zu sich selbst. Die kindliche Angst vor dem Vater war im Laufe des Prozesses vollständig verschwunden. Das heftige Zittern hatte ihren Körper entspannt, sodass zuletzt nur noch die gute emotionale Bindung zu ihrem Ich für sie wichtig war.

Der Resonanzgeber für Billy Gates schrieb mir hinterher folgendes:

„Im Nachgang war es mir ein Bedürfnis, mein Erleben und Empfinden während der heutigen Selbstbegegnung in der Resonanzrolle von Bill(y) Gates nochmals schriftlich zusammenfassen, da diese „Einblicke“ sehr eindrücklich und aufschlussreich waren. Die folgende Eindrücke, Wahrnehmungen und Blickwinkel aus der Resonanzrolle sind ausschließlich die meinigen und erheben keinen Anspruch auf vollständige oder teilweise Übereinstimmungen mit der tatsächlichen Person Bill Gates.

In der Resonanzrolle als Bill Gates erlebte ich mich innerlich als sehr unsicher, bezüglich einer großen Aufgabe hinreichend gewachsen zu sein, die ich in der Öffentlichkeit erfolgreich einzunehmen hätte.

Ich fühle mich zu „Höherem“ in der Welt berufen und müsste „Großes“ in der Welt bewirken. Ich zähle mich nicht als Mitglied der allgemeinen Menschheitsfamilie, sondern ich bin Teil einer elitären Herrscherkaste, deren Mitglieder über Generationen hinweg größtenteils im Hintergrund leben und maßgeblich an den großen Rädern der Welt drehen.

Mein ganzen Streben ist darauf gerichtet, einen ebenbürtigen Platz in den Reihen meiner Vorfahren und Mentoren einzunehmen, indem ich unter Beweis stelle, dass ich ihnen gleich ebenso Großes in der Welt bewirke, mit dem Ziel, die Menschheit klein und dauerhaft beherrschbar zu halten und andererseits den selbsternannten Eliten und deren Grandseigneurs im Hintergrund ihren globalen Einfluss auf das Weltgeschehen zu erhalten und auszubauen.

Mit dieser Aufgabe verbinde ich mein individuelles Dilemma. Zum einen habe ich keine großartigen Fähigkeiten oder herausragenden Talente. Ich kann eigentlich nichts wirklich gut. Dafür verfüge ich über jede Menge finanzielle Mittel und Unterstützung von meinen Hintermännern. Computersoftware hatten stets andere für mich entwickelt!

Und zum anderen habe ich keine eigene innere Referenz, die mir sagen könnte, ab welcher Größenordnung meiner „Erfolge“ nunmehr meine Förderer mir Ihre Anerkennung und Ebenbürtigkeit bescheinigen, die ich für mich als überlebenswichtig erachte und für die ich bereit bin, alles zu tun.

Gegenüber der Menschheitsfamilie habe ich eine missbilligende Meinung und abschätzige Haltung. Die Menschen sind für mich nur minderwertige Spielmasse.

Ich muss die Menschheit belauschen (überwachen), um stets zu wissen, wo diese in Ihrem Erkenntnisgrad in etwa stehen. Wachen diese auf? Erkennen die Menschen ihre Situation der Manipulation und Unterdrückung?

Wenn Menschen die meiste Zeit damit beschäftigt sind, sich nur Ihren Lebensunterhalt zu sichern, sich in Not und Elend erleben, sich gegenseitig verstricken, sich bekriegen oder in Ihrem seelischen Leid kaum einen Ausweg sehen, dann sind das für mich die besten Voraussetzungen, die Menschheit erfolgreich zu manipulieren.

Dann sind sie rezeptiv für meine technologischen oder medizinischen Hilfsangebote als vermeintliche Lösung oder Ausweg aus deren Misere (Corona-Apps, Impfungen usw.). Dass die Probleme der Menschheit durch meine Angebote nicht kleiner sondern in Wahrheit größer werden, soll niemand durchschauen und dient in Wirklichkeit nur meinem eigenen Ziel, die von mir so ersehnte Anerkennung von meiner Elitenkaste zu erheischen.

Als im Laufe der Arbeit die Frau, welche diese Selbstbegegnung für sich machte, und ihr „Ich“ (beide für mich die Repräsentanten für die Menschheitsfamilie) für einen Moment in eine gemeinsame besonnene Ruhe und heilsame Einsicht in sozialer Verbundenheit gelangten, fühlte ich sofort eine innere Unruhe und Panik, dass dieses Miteinander innerhalb der Menschheit meine globale „Arbeitsgrundlage“ dramatisch verschlechtern könnte. Mit anderen Worten, hatte ich berechtigte Angst, dass mir meine Felle davon schwimmen könnten und die Menschheit in diesem geintem Zustand für meine manipulativen Absichten nicht länger empfänglich sind. Sprich: Soziale und vor allem persönliche Kontakte face to face mit Berührungen/Umarmungen sind die gefährlichsten „Gegenspieler“ für meine Ziele.

Diese enge soziale Kommunikation wollte ich sofort versuchen, zu unterbinden. Die Menschen sollen sich wieder mit irgendwas im Außen beschäftigen wie z.B. mit Software Updates; neuem Betriebssystem, u. a., so dass ein „Sich-auf-sich-Selbst-besinnen“ und damit ein menschlicher Gemein Sinn nicht länger andauert. Das wäre sehr gefährlich für mich.

Übrigens konnte ich aus der Rolle heraus einer sehr interessanten Wahrnehmung folgen, und zwar, dass die Kommunikation von nur zwei Menschen, analog und face-to-face mit körperlichen Berührungen um ein Vielfaches reicher ist an Informationen auf mannigfaltigen Kommunikationsebenen wie z.B. auf biologischer Zellebene, kognitiver, emotionaler, körpersprachlicher Ebene und somit eine viel stärkere Wirkung für die menschliche Schwarmintelligenz hat, als vergleichsweise die digitale Kommunikation über sogenannte soziale Netzwerke an gleichzeitig zigtausende Empfänger.

Als zu guter Letzt noch meine Mutter (also Bill Gate's Mom) in die Aufstellung hineingenommen wurde, fühlte ich mich als 5-10 jähriger Bill Gates, der Angst vor seiner herannahenden Mutter bekam und ich mich spontan entschloss, unter einem großem Teppich vor ihr Zuflucht zu finden. Ich rief ihr aus meinem Versteck unter dem Teppich zu: „Nie warst du als Mutter für mich da, und wenn doch, dann war es gefährlich und verletzend für mich.“ Dieser Einschätzung stimmte meine Mutter unumwunden zu.

Außerdem gab mir meine Mutter unmissverständlich zu verstehen, dass sie mich, ihren Sohn, nur für sich brauchte. Als Beziehungsangebot stellte sie mir eine luxuriöse Ausstattung für meinen späteren Erfolg in Aussicht, so dass sie dann als Mutter später Grund hätte, stolz auf mich zu sein. Zögerlich ging ich auf dieses Angebot ein, nach dem Motto: Lieber eine Mutter mit ihren eigenen Absichten als überhaupt keine Mutter.

Diese Eindrücke dürfen gern anonymisiert an Interessierte weitergeleitet werden. Herzliche Grüße J.“

Ich will zu meinem Bedürfnis nach Abstand und Nähe stehen

In einem weiteren Praxisfall steht der Widerspruch, den die betreffende Frau bislang in sich selbst nicht auflösen kann, schon in ihrem Anliegen. Sie will einerseits Abstand und dann doch auch Nähe. Das ursprüngliche Bedürfnis eines jeden Menschen ist der Wunsch nach Nähe und Körperkontakt, den jedes Kind seiner Mutter gegenüber hat. Die Mutter war in ihrem Fall aufgrund deren eigenen Traumatisierungen jedoch nicht erreichbar. Auf der Suche nach Nähe aus ihrem ungestillten kindlichen Bedürfnis heraus, kam es in der Folge zu weiteren Grenzverletzungen durch ihren Vater und Großvater, beide wiederum schwer traumatisiert durch ihre Erlebnisse im 2. Weltkrieg.

Das *Ich* dieser Frau war zu Beginn ihrer Selbstbegegnung in einem Schockzustand eingefroren. Ihr *will* war extrem schwach und voller Panik und hatte nur noch das Bedürfnis nach Rückzug und Abstand. Im Verlaufe des Prozesses konnte ich sie zu ihrem ursprünglichen *Bedürfnis* nach Nähe und Kontakt zurückführen, wodurch ihr *Ich* aus seinem Schockzustand aufwachte. Auch ihr *will* konnte sein sinnloses Beharren auf Abstand aufgeben.

Durch diese Arbeit löste sich für mich auch ein Rätsel, warum aktuell viele deutschen Frauen, die zuvor noch gegen Kopftuch und Schleier bei den muslimischen Frauen protestierten, plötzlich so widerspruchslos diese hässlichen Mund- und Nasenschutzmasken tragen. Wie viele von ihnen haben wohl als Kinder sexuelle Übergriffe erlebt? Sind diese Gesichtsmasken wie Kopftuch und Schleier jetzt der Ausdruck ihres Wunsches nach Abstand, um sich vor männlichen Übergriffigkeiten zu schützen?

Ich fühle großen Zorn über die Corona-Beschränkungen

Im dritten hier zitierten Fall waren die aktuellen Corona-Beschränkungen der Auslöser für frühkindliche Erfahrungen, von der Mutter alleine gelassen und in den andauernden Kampf zwischen Mutter und Großmutter hineingezogen worden zu sein. Ihre Kindheit war ein Leben wie in einem Gefängnis ohne Raum für die Entfaltung der eigenen Gefühle und Bedürfnisse. Die Corona-Pandemie wiederholt für diese 50jährige Frau den Eindruck, erneut zum Objekt gemacht und nur bevormundet und eingesperrt zu werden. Es war für sie in ihrer Selbstbegegnung wichtig zu sehen, dass sie im Unterschied zu damals heute kein Kind mehr ist und sie sich ihre eigenen Lebensräume trotz der massiven „Corona“-Einschränkungen im Außen erhalten und durch die Auseinandersetzung mit ihrer traumatisierenden Kindheitsgeschichte sogar noch ausweiten kann.

Erfahrungsbericht eines Freundes

„Ich fahre das erste Mal während der Pandemie mit der U-Bahn, habe einen Termin beim Arzt. Ich steige mit dem Vorhaben in die U-Bahn ein, die Menschen dort bewusst zu beobachten. Was macht die Schutzmaske mit mir, was mit meinen Mitfahrern? Die U-Bahn war zu einem Viertel voll. Es herrscht Stille, niemand unterhält sich. Nur das Rauschen der Bahn. Die Leute starren aus den Fenstern oder in ihr Smartphone. Es besteht überhaupt keine Möglichkeit in Kontakt zu treten. Vor vier Monaten, als ich das letzte Mal, U-Bahn fuhr, war diese doppelt so voll und viele Stimmen und Emotionen waren wahrnehmbar.“

Da sah ich, bezeichnend für den derzeitigen Irrsinn oder auch „social distancing“ genannt, einen Vater mit bis in die Augen gezogener Mütze und dunkelblauer Maske, der mit seinem Sohn (ca. 1,5 Jahr) im Kinderwagen die U-Bahn betritt. Der Vater nimmt Platz auf einer Sitzbank, neben sich den Kinderwagen. Das Kind sitzt im Kinderwagen. Seine Füße auf Papas Oberschenkel abgelegt.

Es fragt seinen Papa, warum alle mit Masken hier sind. Leider bemüht sich der Vater nicht, dem Kind eine plausible Antwort zu geben. Mein Gefühl war, er ist mit der Situation überfordert. Er sitzt in sich zusammengesunken auf seinem Sitzplatz. Der Junge schaut seinem Papa ins Gesicht, in dem er nur dessen Augen sieht, ansonsten hat er keine Möglichkeit etwas von der Mimik des Vaters zu erkennen.

Wie geht es Papa? Wie darf es mir selber gehen? Das Kind sieht sich um, nur leere Gesichter bzw. Ausschnitte von Gesichtern. Es scheint höchst verwirrt zu sein. Doch da entdeckt das Kind sein Tablet. Ab diesem Zeitpunkt starrt es nur noch in den Computer. Welche willkommene Ablenkung, um nicht die Einsamkeit dieses Nichtkontaktes spüren zu müssen!

Es berührt mich sehr, die innere Einsamkeit des Kindes bis zu meinen Sitzplatz zu spüren. Ich versuche mich, in den kleinen Kerl hinein zu fühlen. Da ist Verwirrung, wo bin ich eigentlich, wo ist jemand, den ich erkennen kann. Ich bin froh, dass ich meine Füße auf Papas Beine legen kann, das gibt mir ein bisschen Sicherheit. Eigentlich habe ich Angst, diese darf ich nicht zeigen. Mein Vater kann damit ja auch nicht umgehen. Ich schaue in das Tablet, um mich zu beruhigen, aber irgendwie will mich das auch nicht regulieren. Ich habe Hunger, murmle etwas von Banane, mein Papa versteht mich nicht wirklich, er sagt jaja. Da senke ich meinen Blick wieder auf das Tablet. Saug an meinen Schnuller. „Was für ein friedvolles ruhiges Kind. Das ist doch schön, es stört nicht!“

*Ich frage mich, wie wird diese Generation in 15-20 Jahren, wie in 30 Jahren sein. Wie wird sie dieser Albtraum in ihrem Leben beeinflussen. Wenn ich mir überlege, was sich in vielen Biographien meiner Klienten zeigt, wie viele Traumatisierungen! Und nun noch zusätzlich dieses social distancing. Welche Traumatisierungen erleiden diese Kinder heute schon in ihrer kurzen Lebensgeschichte? Welche Möglichkeiten der Beziehung können sie später leben? Sind diese Kinder überhaupt beziehungsfähig? Ist es dann eine distanzierte Beziehung, wie sie es von Anfang an gelernt haben? Vielleicht sollte in der Schule das Fach „gesunde Identitätsentwicklung“ eingeführt werden. Doch da müssten sich die Lehrer und Politiker erst ihren eigenen Biographien stellen. Somit wohl noch ein sehr langer Weg dorthin.
Herzliche Grüße H.“*

Beobachtungen aus dem Alltag einer Psychotherapeuten-Kollegin

„Eine Klientin bei mir ist schwanger. Weil sie unter diversen Erkrankungen leidet, musste sie Medikamente einnehmen und befürchtet nun ein behindertes Kind zu bekommen. Auf meine Nachfrage, was sie meint mit "behindert", sagte sie, dass sie alles ertragen könnte nur kein Trisomie 21-Kind. Auf meine weitere Nachfrage, weshalb gerade diese Besonderheit ihr Stress mache, erzählte sie mir, dass Kinder mit Down-Syndrom keine Abstandsregelung einhalten könnten. Sie hätte gesehen, dass ein Kind in einer Einrichtung in Hamburg in einen Glaskasten gesetzt wurde, "um zu lernen, wie es Abstand halten muss".

Eine weitere Klientin hat eine Nichte in Süddeutschland, die in die 3. Klasse geht. Die Nichte hat als Hausaufgabe eine Aufgabenstellung: "Stelle dir vor, dass es nicht genug Impfungen

gegen Corona in Deutschland gibt! Wen würdest du als erstes impfen wollen? " Die Kleine schrieb: "Mama, Papa, Oma, Opa..."

Noch eine andere Klientin bringt ihren 2jährigen Sohn seit wenigen Wochen wieder in die KiTa. Die Kinder, die schon laufen können, müssen alleine über die Schwelle in die KiTa laufen und mit der Erzieherin auf Abstand bleiben und nicht auf den Arm zur Begrüßung kommen. Die Kinder, die noch nicht laufen, werden in einen Korb gesetzt und mit dem Fuß über die Schwelle geschoben. Es gibt nur noch Mittag in der KiTa, damit die Kinder nicht zu oft zusammen am Tisch sitzen. Frühstück und Vesper packen die Eltern den Kindern ein. Die Kleinen sitzen dann im Raum weit voneinander entfernt und essen. Ich kann mir vorstellen, dass die Kinder ein permanentes Gefühl haben, etwas Böses zu tun und bedroht zu sein. In diesen Momenten kommen mir die Tränen."

Wie schnell Kinder in Angst geraten, wenn ihre Mutter ein Pokerface aufsetzt, zeigen die „Still-Face“-Experimente von Ed Tronik sehr eindrücklich. Die Forscher haben diese Experimente dann schnell abgebrochen, um den Kindern nicht dauerhaft zu schaden.⁴

In einem rücksichtslosen Feldversuch, werden Kinder aktuell in Deutschland in Angst und Schrecken vor „dem Virus“ versetzt und einer Gehirnwäsche unterzogen, gegen die sie sich nicht wehren können. Sie werden so selbst zum Aufpasser, ob andere diese unsinnigen Masken tragen und den vermeintlichen Sicherheitsabstand einhalten. „Mama, dem Virus gefällt das nicht!“ oder „Papa, da unterhalten sich Menschen ohne Maske!“ so reden kleine Kinder heute in Deutschland.

Den Pandemie-Zustand mit Tricks am Laufen halten

Obwohl es keine Gefahr mehr gibt durch den Coronavirus SARS-CoV-2 soll der Pandemie-Zustand in Deutschland mit aller Macht soll aufrechterhalten bis ein Impfstoff da ist. Deshalb werden durch die PCR-Tests künstlich Hotspots von Coronainfektionen kreiert, um sagen zu können, dass das Risiko noch nicht gebannt sei. Obwohl PCR-Test nichts darüber aussagen, ob ein positiver Test auf ein aktives Virus oder ein bereits vom Immunsystem unschädlich gemachtes Virus hinweist, wird so getan, als wären Virus-Besiedelungen das gleiche wie eine Infektionskrankheit. So werden weiterhin ohne jegliches Mitgefühl viele Menschen in die Verzweiflung getrieben.

Folgendes Schreiben hat eine Bekannte von mir aus der Nähe von Gütersloh veröffentlicht: *„Liebe Menschen im Kreis Gütersloh und Warendorf, in diesem Land, ich bin eine von euch. Die EntscheiderInnen über unsere Lebensführung und unsere Gesundheit, gehen seit Wochen so respekt - und würdelos mit unserem Leben um, zerstören viele, viele wirtschaftliche Existenzen. Halten uns in Angst und Schrecken mit einem angeblich für die Menschheit so lebensbedrohlichen Virus namens SARS-CoV-2. Jeden Tag immer wieder neu. Mir machen diese EntscheiderInnen Angst. Ihre Unmenschlichkeit, die sie als Fürsorge und Schutz verkleiden. Jeden Tag immer wieder neu. An manchen Tagen wirkt alles so aussichtslos: Es gelingt Ihnen, dass wir uns gegenseitig ein immenses Leid zufügen und wir es für angemessen und notwendig halten. Auch ich bin gerade von diesem System in meiner Existenz noch abhängig und diese Erfahrung ist entsetzlich.*

⁴ <https://www.google.com/search?client=firefox-b-d&q=still+face+experiment> abgerufen am 27.6.2020

Nein, in so einer Welt kann und will ich nicht leben. Wirkliche Gesundheit und wahre Solidarität gibt es nur dort, wo es auch die Liebe zur Wahrheit gibt. (Zitat: Prof. Dr. Franz Ruppert)

Ich brauche Menschen, nicht nur in den digitalen Medien, in meinem Alltag, die eine das Leben in seiner Vielfalt bejahende Gesellschaft miteinander leben und gestalten wollen. Die sich trennen wollen von diesem das Leben so vernichtenden System.

M. E.“

Dazu passend ein Bericht aus Sachsen: *"Eine Lehrerin wurde positiv getestet, nachdem sie bei ihrem Arzt war, der ebenfalls positiv getestet wurde und ihr vom Ergebnis berichtete. Daraufhin wurden 3 der 7 soeben mühselig in den Schulbetrieb zurückgeführten Klassen erstmal wieder in Quarantäne geschickt und getestet. Von diesen 50 Schülern waren etwa 16 positiv. Damit begann dann der absolute Wahnsinn. Weitere Tests folgen, ganze Schule geschlossen, alle öffentlichen Einrichtungen und Kitas getestet, etc. Ganze Gemeinde im Alarmmodus. Eines bleibt allerdings aus: eine Erkrankung auch nur eines dieser vielen Getesteten."*

Unterdessen kommen in der Pandemie-Presse Prominente zu Wort, die ganz unverblümt den Impfungen und dem Immunitätsnachweis das Wort reden: „Es wird nur noch derjenige ein Stadion besuchen können, der seinen zweiten Reisepass vorlegt – den Impfpass! Gerade wenn ich mir die Eintrittskartensituation im Fußball, im Theater oder bei sonstigen Veranstaltungen anschau, dann gibt es für mich keinen anderen Weg, als das die Eintrittskarte personalisiert wird. Ich gehe sogar noch weiter: Alle Aktivitäten, sei es beim Sport, in der Kultur oder auch was Reisen angeht, werden zukünftig nur noch möglich sein mit diesem zweiten Reisepass. Das wird für mich die Zukunft sein.“ – so ein Herr Paul Breitner, seines Zeichens Fußballweltmeister von 1974 im Münchner Merkur vom 26. Juni 2020.

Die Pandemie als Chance für mich

Diese Corona-Pandemie erweist sich für mich auch als gute Gelegenheit, mich von alten Gewohnheiten zu trennen, die mir nicht gut tun. Einen Herrn Breitner streiche ich für die Zukunft also aus meiner Galerie vorbildhafter Menschen. Ich habe mittlerweile auch das Abonnement meiner Tageszeitung gekündigt, weil es mir übel wird, das alles zu lesen, was mir in meinem eigenen Haus an Einseitigkeiten und Desinformationen täglich auf dem Frühstückstisch flattert. Ich schaue schon seit Wochen weder die „heute“-Sendungen noch die „Tagesschau“ an, was ich zuvor regelmäßig getan habe. Talkshows sind schon länger nicht mehr auf meinem Tagesplan. Das gibt mir pro Tage einiges an Zeit, aus meiner Sicht Vernünftigeres zu tun. Ich habe auch die Mitgliedschaft in meinem Berufsverband gekündigt, als ich mitbekam, dass er das Pandemie-Spiel mit seinen guten psychologischen Ratschlägen an deren Macher unterstützt. Ich konzentriere mich noch mehr auf das, was mir Lebensfreude gibt. Ich stoße auf ein Zitat von Rosa Luxemburg und recherchiere es im Internet. Es lautet vollständig: "Wie Lassalle sagte, ist und bleibt die revolutionärste Tat, immer »das laut zu sagen, was ist«⁵.

⁵ <https://falschzitate.blogspot.com/2017/06/in-zeiten-universeller-tauschung-ist.html> abgerufen am 24.6.2020

Bereits in meinem Buch „Wer bin Ich in einer traumatisierten Gesellschaft?“ habe ich im Vorwort geschrieben: *„Niemand von uns kann „die Welt“ retten. Vor denen, die das versuchen, sollte man sich womöglich besonders in Acht nehmen. Jeder von uns ist nur eine kurze Momentaufnahme des Lebens innerhalb unvorstellbarer Zeit- und Raumdimensionen. Wir dürfen daher dieses eigene kostbare Leben vor Unheil bewahren - und es genießen, soweit es die jeweilige Weltlage und unsere eigenen Lebensressourcen im aktuellen Moment zulassen. Wir dürfen uns vor dem offensichtlichen Wahnsinn anderer Menschen in dieser Welt retten, wo immer uns das möglich ist. Um das zu können, müssen wir durch die Arbeit an unserer eigenen, traumatisierten Psyche etwas Wichtiges lernen: dass wir uns nicht in den Strudel der zahllosen Täter-Opfer-Dynamiken hineinreißen lassen, die sich in uns aufbauen können und uns von anderen Menschen fortlaufend angeboten werden.“* (Ruppert 2018, S.11)

Ich bin froh über jeden Menschen, der jetzt in seinen gesunden Anteilen bleibt und mit dem eine konstruktive Beziehung möglich ist. Ich bin glücklich über jeden, der die aktuelle Krise für sich nutzt, aus seinen Illusionen und Trauma-Überlebensstrategien aufzuwachen und zu erkennen, was real geschieht.

Mir kommt auch die Idee, meine Praxis für Psychotherapie mit dem Zusatztitel zu belegen: **Räume für Gesundsein, Wahrheit und Lebensfreude für ein einfaches Leben.**

Literatur

Ruppert, F. (2018). Wer bin Ich in einer traumatisierten Gesellschaft? Stuttgart: Klett-Cotta Verlag.

Ruppert, F. (2020). Hallo Mama, hallo Papa, wo seid Ihr hinter Euren Masken? Mein Erkenntnisprozess während der Corona-Pandemie 2020. München: Eigenverlag.