

Wir leben und überleben in einem vielfach verwundeten Land

Die Psychologin Martha Cabrera leitet seit sechs Jahren ein Team, das in der Aufarbeitung persönlicher Traumata in Gemeinden in ganz Nicaragua arbeitet. Im vergangenen Jahr erschien in der nicaraguanischen Monatszeitschrift envío ein Artikel, in dem Martha über ihre Erfahrungen spricht.

Als wir vom Zentrum Valdivieso 1997 – ein Jahr, bevor Hurrikan Mitch Teile Nicaraguas zerstörte – mit dieser Arbeit anfangen, wollten wir Themen auf den Tisch bringen, die niemand bearbeitete: das Subjektive, das Psychologische, das Spirituelle. Wir haben das “affektive und spirituelle Rekonstruktion“ genannt. Heute, sechs Jahre danach, erkennen wir die tiefgreifende Ignoranz, mit der wir begannen, und feiern all das, was wir gelernt haben.

Eine der Fragen, die wir uns damals stellten und auch heute noch stellen, ist die, was aus all dem Geld geworden ist, das in Nicaragua in Fortbildungen und Schulungen investiert wurde. Denn in diesem Land gibt es keine Gemeinde, in der nicht irgendein Workshop über irgendein Thema angeboten worden wäre. Alle Welt wurde “geworkshopt“: Workshops über Gender, Umwelt, Bürgerbeteiligung... Vielfach relevante Themen, aber auch Modethemen, die uns die internationale Zusammenarbeit vorgeschlagen oder manchmal aufgezwungen hat, wurden im ganzen Land in Workshops behandelt. Die Frage aber ist: Warum sind die Ergebnisse so armselig, nachdem wir soviel Kraft in so viele Workshops gesteckt haben? Warum – trotz so vieler Weiterbildungen – erwidert die Bevölkerung nichts, reagiert nicht angesichts der ernsthaften Probleme, warum bewegt sie sich nicht und stellt Forderungen auf?

Schon vor Mitch hatten wir einige Vermutungen, Intuitionen. Mit der akkumulierten Erfahrung im Bereich der Persönlichkeitsarbeit begannen wir nach Mitch einen Prozess, der uns in viele Regionen Nicaraguas führte: nach León, Chinandega, Nueva Segovia, Estelí, Matagalpa...

Wir verbrachten viel Zeit in Posoltega, dem Ort, der am stärksten vom Mitch betroffen war. Genau auf jenen Touren erkannten wir das tieferliegende Problem und formulierten unser Konzept: Nicaragua ist ein vielfach verwundetes, ein vielfach traumatisiertes, ein vielfach trauerndes Land.

Wie kamen wir zu dieser Einsicht? In unserer Arbeit zur emotionalen Erholung der Überlebenden vom Mitch erlebten wir, dass die Leute von den unmittelbaren Verlusten sprechen wollten, die ihnen der Hurrikan zugefügt hatte. Aber sie wollten auch über andere Verluste sprechen, von denen sie nie zuvor gesprochen hatten. Viele Frauen in León und Chinandega kamen zu uns und sagten:

“Es ist sehr schmerzlich, dass ich mein Haus verloren habe, aber ich möchte Ihnen etwas erzählen, was sogar noch schmerzlicher war....“

Und wir begannen, uns ihre Geschichten anzuhören. Viele Frauen sagten uns:

“Wissen Sie, welcher Schmerz am tiefsten in mir sitzt? Wissen Sie, warum ich unter Schlaflosigkeit leide? Weil ich wachliege und mich Sorge, weil mein Ehemann nachts ins Bett meiner Tochter geht und sie berührt...“

Wir entdeckten auch viele Wunden, die mit der politischen Geschichte Nicaraguas verbunden sind. Ich erinnere mich noch an einen Mann in Chinandega: Wir arbeiteten mit ihm seine traumatischen Erlebnisse auf, die er durch das Bergen von Leichen aus dem Schlamm erlitten hatte, mit dem der Vulkan Casita die Gegend überschwemmt hatte: **“Es kam ein Moment“,** sagte er, **“in dem ich nicht weiterarbeiten konnte, weil der Geruch von Tod fürchterliche Erinnerungen an meine Erfahrungen beim Militärdienst in mir wachrief.“** Diese Erfahrungen wiederholten sich in unterschiedlichen Formen. Die Frauen sprachen von Vergewaltigungen, von sexuellem Missbrauch, Inzest... Sehr viele Männer, aber auch Frauen, erzählten uns vom Krieg, von den Kämpfen, von der Flucht ins Exil nach Honduras. Für unsere Teammitglieder, die ihre politischen Wurzeln im Sandinismus haben, waren diese Geschichten **“das andere Gesicht des Krieges“**.

So beschlossen wir, unseren Schwerpunkt zu verändern. Wir begannen, Möglichkeiten zu schaffen, damit die Leute von ihren anderen Verletzungen und Wunden reden konnten. Wir entwickelten das, was wir heute **“Die Inventur der Wunden und Verletzungen“** nennen. Wir arbeiteten ein Jahr lang mit den Opfern des Hurrikan Mitch und stießen dabei auf eine enorme Anzahl von Verletzungen und Wunden, persönlich wie kollektiv zugefügte -, die bislang weder bewusst gemacht noch bearbeitet worden waren und die deswegen auch nicht überwunden werden konnten. Das war das Schlimmste. Aus verschiedenen Gründen wurden die Verletzungen nicht verarbeitet: Einer von ihnen ist die Häufigkeit, in der sich in Nicaragua dramatische und traumatische Erlebnisse ereignen. Die Menschen haben keine Zeit, sie zu verarbeiten. Als wir sie baten, über die Wirkung dessen nachzudenken, was sie erlitten und wie sie das Erlittene aufgearbeitet haben, war das erste, was wir entdeckten, dass sie nicht einmal genügend Zeit hatten, um sich der Wirkungen bewusst zu werden. Dabei haben kulturelle Faktoren eine Rolle gespielt ebenso wie das Fehlen von Gemeinderessourcen, um diesen Problemen zu begegnen. Denn in den sozialen und Basisorganisationen wurden diese Probleme immer minimiert oder ignoriert. Diese Erfahrung war der Ausgangspunkt für die Entwicklung eines unserer Leitfäden unserer Arbeit: die Leute zu begleiten, ihre Schmerzen, ihre Wunden aufzuarbeiten, was immer bedeutet, sie anzuerkennen, sie auszudrücken und über sie nachzudenken.

Als wir dann ein recht umfangreiches **“Röntgenbild“** davon hatten, das wir anfangs **“Phänomen der Vielfachverletzungen“** nannten, begannen wir eine wahre **“Schlacht.“** Wir schilderten diese ernste Situation all jenen, die in ganz Nicaragua in Entwicklungsprojekten oder in Projekten der Gemeindefarbeit arbeiten, aber sie schienen uns nicht zu verstehen. Das äußerste, was sie sagten, war: **“Und was wollt ihr? Dass wir eine Psychologin in das Projekt setzen?“**

Wir entdeckten, dass ein enormes Unwissen über Ausdrucksformen und Konsequenzen dieses Phänomens bestand.

Parallel dazu begannen wir deshalb nach Werkzeugen zu suchen, die uns als Brücke dienen konnten, um uns mit jenen zu verständigen, die in Entwicklungsprojekten arbeiteten. Wir erstellten ein Inventar des Gesundheitszustandes der Bevölkerung. Wenn wir uns also mit Gruppen trafen, oder mit Gemeinden, baten wir die Leute, uns die wichtigsten Verletzungen zu nennen, die sie erlitten hatten, und uns gleichzeitig zu erzählen, wie ihr persönlicher Gesundheitszustand ist.

Dabei stießen wir auf weitere Ausdrucksformen des Phänomens der Vielfachwunden, die sowohl persönlich als auch sozial und politisch sind. Und wir beobachteten, dass unter den persönlichen Manifestationen die häufigste und schlimmste die ist, dass sich chronische Krankheiten gebildet hatten: Gastritis, Kolitis, Migräne, die alle in enger Verbindung zu nicht aufgearbeiteten Traumata stehen. Wir fanden heraus, dass die Gesundheit unserer Bevölkerung im Hinblick auf psychosomatische Erkrankungen wirklich beklagenswert ist. Die Leute nach ihrem Gesundheitszustand zu befragen war sehr hilfreich. Denn sie Leute öffnen sich, fühlen sich nicht angegriffen oder in Verteidigungsposition.

Als wir mit der Durchführung unserer Workshops begannen und die Inventuren von Gesundheit und Krankheiten erstellten, waren die Leute überrascht: Was ist das denn? Ich komme zu einem Workshop über Entwicklung und politische Einflussnahme und werde nach meiner Gesundheit gefragt... Das ist eine Herangehensweise, die Überraschung auslöst. Aber sie funktioniert.

Die sozialen und politischen Ausdrucksformen oder Manifestationen der nicht bearbeiteten Wunden und Verletzungen zeigen sich nicht sofort. Wenn eine Person ihre Traumata nicht bearbeitet, zeigen sich die sozialen Konsequenzen erst nach sechs Monaten oder nach zwei oder drei Jahren. Die häufigsten Ausdrucksformen sind Apathie, Isolierung und Aggressivität. Wir begriffen, dass zwischen den vielen angehäuften Wunden und dem heutigen Verhalten der Leute eine enge Verbindung besteht, und wir beobachteten in weiten Bevölkerungsgruppen von Nicaragua, dass Leute wiederholt äußern, sie "wollen nichts mehr von Politik wissen", dass "sie sich in nichts mehr einmischen wollen". Die nicht aufgearbeiteten Wunden sagen viel über die aktuelle Unbeweglichkeit aus.

Bei großer Anhäufung von Schmerz verliert der Mensch die Fähigkeit, mit anderen zu kommunizieren. Bei einer hohen Anzahl von ungelösten persönlichen Traumata verringert sich die Fähigkeit zur Kommunikation, die Fähigkeit zur Flexibilität und Toleranz, alles vitalen Eigenschaften, damit ein Mensch angemessen funktioniert.

Das Fehlen von Solidarität, das wir heute so sehr in Nicaragua beklagen, hat mit dem Verlust des gegenseitigen Vertrauens zu tun. In Nicaragua wurden viele Programme zur institutionellen Stärkung angeboten. Aber die institutionelle Stärke hat ihre Grundlage in gegenseitigem Vertrauen. Und wenn viel angehäufter Schmerz vorhanden ist, verliert sich dieses gegenseitige Vertrauen.

In unserer Arbeit stimmten wir schnell mit einem Anthropologen überein, der auf ähnliche Weise wie wir auch auf dem Lande arbeitete und insbesondere kulturelle Aspekte berücksichtigte. Durch unsere tägliche Arbeit begriffen wir, dass den Menschen die Art und Weise, jene Gefühle auszudrücken, die immer auch gleichzeitig körperliche Auswirkungen finden, nicht angeboren sondern erlernt sind. Und wir begriffen, dass das Erlernen auf geschlechtsspezifischer Sozialisation basiert. Männer und Frauen drücken ihre Gefühle nicht auf die gleiche Weise aus; denn ihnen ist beigebracht worden, es unterschiedlich zu tun. Wenn mir beigebracht wurde, dass es einer Frau erlaubt ist, das Gefühl Traurigkeit auszudrücken, weil es ein Modell für Weiblichkeit gibt, das besagt, dass Frauen leiden, gut sein und Sachen aushalten können müssen, kann ich mir erlauben zu klagen und zu weinen. Mir ist auch erlaubt, Schuld einzugestehen. Aber mir ist nicht erlaubt, Wut auszudrücken.

Denn von einer Frau, die Wut ausdrückt, wird gesagt: **“Die ist aber stinksauer! Die benimmt sich ja wie ein Kerl.”** Auch Männern ist nicht angeboren, wie sie ihre Emotionen äußern, sondern auch ihnen wird es beigebracht. Ihnen wird lediglich erlaubt, Wut auszudrücken, Ärger und sogar Gewalt... Sie dürfen sich aber weder Angst noch Schuld oder Traurigkeit eingestehen, und sie können niemals weinen. Diese Unterdrückung ihrer Emotionen kommt sie teuer zu stehen, genau so wie die Frauen, mit denen sie zu tun haben.

In der Praxis waren wir herausgefordert, das Studium der Emotionen zu vertiefen. Wenn jemand traurig ist, ist nicht nur ein Ohr traurig oder ein Fuß, sondern die Traurigkeit erfasst den ganzen Körper. Emotion bedeutet Energie in Bewegung. Deshalb wird jemand wild vor Wut. Die Emotionen, die auf Verletzungen oder Traumata beruhen, wie z. B. Wut, Traurigkeit, Angst oder Schuld, bewirken körperliche Veränderungen. Durch diese Veränderungen will uns unser weiser Körper einladen, unsere Emotion auszudrücken.

Die Emotion ist ein Zeichen dafür, dass wir lebendig sind. Wenn ich mich deshalb traurig fühle, weil ich jemanden oder etwas verloren habe, ist Traurigkeit ein Zeichen dafür, dass ich lebendig bin. Wenn Menschen den Schmerz akzeptieren, geben sie sich damit die Zeit, ihn zu verdauen, wenn sie ihn ausdrücken und darüber reflektieren, nimmt das Gefühl seinen normalen Lauf, aber wenn das nicht passiert, lösen die Emotionen, die Einfluss haben z. B. auf das Immunsystem, auf das neurologische System, auf das Kreislaufsystem physische Veränderungen aus, sie verändern den Blutdruck, die Temperatur, den Verdauungsvorgang, und sie enden damit, dass sie uns krank machen. Es besteht immer eine enge Verbindung zwischen den Krankheiten, an denen wir leiden, und den unterdrückten Emotionen.

Die Geschlechterperspektive bescherte uns ein Teilchen, das es uns erleichterte, das Puzzle zusammensetzen. In Nicaragua wurde bereits dokumentiert, dass nach dem Ende des Krieges der 1980-er Jahre die innerfamiliäre Gewalt in jenen Familien, in denen der Mann am Krieg teilgenommen hatte, angestiegen war.

Diese Männer haben sehr harte Situationen auf dem Schlachtfeld durchleben müssen, ohne diese auf Grund des Modells ihrer erlernten Männlichkeit aufarbeiten oder Emotionen äußern zu können. Sie wurden nach ihrer Militärzeit arbeitslos und vielfach einzig in der Gewalt eine Form, ihren Schmerz auszudrücken. Aggressivität und Gewalt nahmen in der Nachkriegszeit zu, weil es dem entsprach, wie Männer gelernt hatten, ihre Emotionen auszudrücken und ihre Traumata zu verarbeiten.

Mit mehr Klarheit über das, was passierte, und das, was wir tun mussten, fragten wir uns, wie wir Nutzen aus all diesen Erkenntnissen für die in Entwicklungsprojekten organisierten Menschen ziehen könnten.

Ein und ein halbes Jahr nach Hurrikan Mitch wurden wir zu einem Treffen mit den Bürgermeistern der Regionen von Nueva Segovia, Madriz und Estelí eingeladen. Eine der Fragen, die wir stellten war: **“Sind ihnen die sozialpsychologischen Auswirkungen von Mitch bekannt?”** Die große Mehrheit der Bürgermeister sagte “nein“. Diese Realität ist ernst und schockierend zugleich.

Denn in allen Entwicklungsprojekten, in den großen der Vereinten Nationen genauso wie in den Kleinstprojekten, ist immer ein Thema eingefügt, das sich zum derzeitigen Modethema

entwickelt hat, nämlich das Ziel, die "Bevölkerung zu stärken". Aber wie "stärkt man eine Bevölkerung", die traumatisiert ist? In dem Treffen mit den Bürgermeister*innen versuchten wir, verständlich zu machen, mit welchen sozialen Subjekten sie arbeiten. Wir versuchten, ihnen verständlich zu machen, warum die Leute so oft nicht partizipieren wollen, z. B. am Bau ihrer eigenen Häuser. Manchmal hört man diese Klage im Übermaß: dass die Leute sich nicht ändern wollen, dass sie das Projekt nicht interessiert, dass die Leute sich nicht entwickeln wollen. Aber, warum sind die Leute so? Sie sind traumatisiert. Sie haben Schmerz angehäuften. Man kann es mit einem einfachen Beispiel ausdrücken: Wenn jemand von einem Auto auf der Strasse angefahren wird, steht er nicht einfach wieder auf, putzt sich den Staub von den Sachen und geht zur Arbeit. Das Mindeste, was er macht, ist das Gegenteil, er äußert sich und befühlt seinen Körper. Und Nicaragua ist nicht von einem Auto angefahren worden, sondern von einem Zug mehrmals überrollt worden.

Als ich jenen Bürgermeister*innen sagte, jeder möge seine persönliche Geschichte und den Verlauf seines Lebens aufschreiben, fand ich in diesen Geschichten einen Film, der sich überall wiederholte: Sie haben mein Haus abgepackelt, ich musste ins Exil nach Honduras gehen, sie haben meinen Bruder umgebracht... Diese persönlichen Lebensgeschichten, die soviel Gewicht in jedem einzelnen von uns haben, werden in den Entwicklungsprojekten ignoriert.

Die große Mehrheit der Fortbildungen besteht darin, die Führungspersönlichkeiten aus den Gemeinden zusammenzubringen, um ihnen Werkzeuge an die Hand zu geben, mit denen sie zum Wohle der Bevölkerung arbeiten können. Aber wer sind diese Führungspersönlichkeiten? Was wissen die Ausbilder*innen von der persönlichen Geschichte dieser Menschen? Das zu ignorieren, die Persönlichkeit der Menschen, die Individualität zu negieren, ist immer noch Grundlage eines Aus- und Fortbildungsmodells, von dem sich die Linke sich noch nicht verabschiedet hat. In diesem Modell wird die Person lediglich als Glied in einer Übertragungskette gesehen, die in einem kollektiven, größeren Projekt arbeitet.

In Estelí hatten wir die Gelegenheit, an einem Projekt "Bildung von gemeindlichen Promotor*innen für die lokale Entwicklung" beteiligt zu sein, wo wir mehrere Institutionen zusammenbringen konnten. Wir arbeiteten ein und ein halbes Jahr mit ca. 90 Personen, Promotoren von 36 Organisationen. Wir haben ihre persönliche Geschichte bearbeitet und sie mit Werkzeugen ausgestattet, damit sie ihre Geschichte aufarbeiten und über die Geschichte Nicaraguas und ihre Kultur reflektieren konnten.

Das ist eine komplexe Herausforderung. Denn seit 1990 bis heute waren wir Nicaraguaner*innen nicht in der Lage, eine kritische Distanz zu unserer eigenen Geschichte einzunehmen. Die Schulbücher wurden bereits zweimal ausgewechselt, aber das Ergebnis sind stets ideologisierte Texte, die es nachwachsenden Generationen nicht erlauben, Distanz zum Geschehenen einzunehmen. Es sind Bücher, die uns polarisieren, weil sie die bestehenden Machtgruppen reproduzieren. Nachdem wir dieses Problem erkannt hatten, unternahmen wir auch Anstrengungen, um einige Texte zu erstellen, die den Leuten helfen, die Geschichte kritisch zu sehen.

Vor kurzem arbeiteten wir in Costa Rica mit nicaraguanischen Emigrant*innen und beobachteten ähnliches. Es gibt so viel angehäuften Schmerz unter jenen, die während der Revolution litten, weil sie der Contra angehörten oder nahe standen, und unter jenen, die

litten, weil sie die SandinistInnen unterstützten und unter Somoza emigrieren mussten, dass es ihnen unmöglich ist, die Geschichte mit anderen Augen zu sehen und sie zu überwinden.

Das alles führt uns zu einem anderen Thema, das der Organisation. In Nicaragua wollen viele Organisationen "Operationen am offenen Herzen mit einer Machete durchführen". In den NGOs wollen sie "die Welt verändern", aber im Innern der Organisationen ändert sich nichts und es wird ein Führungsstil verstärkt und reproduziert, der jedwede Veränderung verhindert. Daniel Ortega und Arnoldo Alemán sind bei weitem nicht die einzigen *caudillos* in diesem Land.

Der *caudillismo* (das Syndrom der politischen Führerschaft) wird in den Nichtregierungsorganisationen (NGO's), in allen Sektoren unserer Gesellschaft reproduziert. Verfügen wir über demokratische Organisationen? Aber kann es die überhaupt geben? Wir haben entdeckt, dass es schwierig ist, eine Demokratie zu entwickeln, wenn die eigene Geschichte noch so schmerzt.

Es werden in Nicaragua viele Anstrengungen unternommen. An jedem Ort, an den man sich begibt, bestehen Projekte im Übermaß. Man kann von einem "Nicaragua der Projekte" sprechen. Aber wieso ernten wir bei so vielen Anstrengungen so wenig Früchte? Teilweise, weil der Aktivismus überwiegt und die Theorie abgelehnt wird. Unser eigenes Land bietet Forschungsthemen, für deren Bearbeitung Universitäten der Ersten Welt viel Geld ausgeben würden. Wenn man mit nicarguanischen NGO's arbeitet und ihnen eine Broschüre mit neuen Ideen anbietet, mit neuen Theorien, werden sie angenommen, aber niemand liest sie. Und deshalb stehen wir immer wieder derselben Realität gegenüber, mit denselben Werkzeugen, mit Werkzeugen, die uns nicht mehr helfen, die nicht mehr die richtigen sind. Wenn Paulo Freire noch leben würde, wäre er geschockt und würde bedauern, wie schwach in Nicaragua die Volksbildung geworden ist, nichts weiter als ein endloser Kreis von Arbeitsgruppen, die ihre Diskussionen "systematisierend" auf Wandpapier schreiben. Können wir unsere Realität verändern mit dieser Volksbildung und mit diesen Organisationen?

Obwohl das Phänomen der Mehrfachverletzungen nicht für alles als Begründung dienen kann, erklärt es doch viel und hat seine Auswirkungen auf fast ganz Nicaragua. Diejenigen, die heute überall im Land Entwicklungsprozesse fördern, sind mehrheitlich von traumatischen Situationen betroffen. Unsere Aufgabe war, diese Förderer von Entwicklungsprojekten davon zu überzeugen, dass sie diesem Problem begegnen müssen.

Viele sagen uns immer und immer wieder: Warum sollen wir uns darauf einlassen, es reicht doch, einen Workshop zum Thema Selbstbewusstsein zu machen? Aber das reicht eben nicht. Die Erfahrung hat uns gezeigt, dass viele der kommunalen Leitungspersonen zunächst überrascht sind, wenn wir sie auffordern, über ihr Leben zu sprechen, aber am Ende sind uns alle dankbar. Und das hilft ihnen zu verstehen und voranzukommen.

Die persönlichen Veränderungen sind der Schlüssel für die organisatorischen Prozesse. Es kann keine sozialen Veränderungen ohne persönliche Veränderungen geben. Um die persönliche Veränderung muss täglich gerungen werden. Unser Angebot, Organisationen zu begleiten, beinhaltet derzeit vier große Blöcke. Im ersten Abschnitt steht das Persönliche: Da geht es um mögliche Krisen, um Schmerzen, um den Gesundheitszustand, das Heilungskonzept, den Lebensstil und die Angewohnheiten, die den integralen Gesundheitszustand berühren. Im zweiten Block geht es um das Historisch-kulturelle:

Wir versuchen zu verstehen, wie unser persönliches Leben von der Geschichte dieses Landes und seiner Kultur gezeichnet ist, und wir erklären, wie viele unbrauchbare Strategien in unserer Kultur vorhanden sind und wie sie sich ausdrücken. Der dritte Block betrifft das Organisatorische. Und den vierten widmen wir der Entwicklung. Die Praxis hat dazu geführt, dass wir vermeiden, die vier Blöcke als jeweils getrennt voneinander anzusehen, sondern wir versuchen ständig, die Verbindungen zwischen den einzelnen Themen herzustellen. Und im historisch-kulturellen halten wir je nach Organisation Raum für die Spiritualität bereit. Denn wir haben herausgefunden, dass viele Leute in den 80ern für sich Lebenssinn und Daseinsgrund in der Revolution gefunden hatten, aber nach dem Ende der Revolution fehlte den Menschen aber religiöse oder spirituelle Identifikationsmöglichkeiten und sie empfanden eine tiefe Sinnleere. Es ist wichtig, für die spirituelle Dimension der Menschen Verantwortung zu übernehmen, um einen mentalen und körperlichen Gesundheitszustand der Menschen, aber auch eine bessere Funktionsfähigkeit der NGO's zu erzielen. Deshalb arbeiten wir viel mit Ritualen als Mittel des Zusammenhalts in den Gruppen.

Dadurch, dass wir das Konzept der persönlichen Gesundheit in die Organisationen getragen haben, machen wir eine Radiografie der Wunden und erklären ihnen, wie sie einen Schmerz auf richtige Weise bearbeiten, nämlich in drei einfachen Schritten: anerkennen, was mir passiert ist, ausdrücken, was mir passiert ist und über das reflektieren, was mir passiert ist. Das ist der richtige Weg, um einen Schmerz zu heilen. Das ist nicht leicht. Denn wir leben in einer Gesellschaft, die verleugnet, wie verbreitet der sexuelle Missbrauch in den Familien ist, die das hohe Vorkommen von Inzest leugnet. Und wenn diese Gesellschaft sich weigert, über diese Realität zu sprechen, wie will sie dann heilen?

Wenn wir in Nicaragua nicht einmal über die wesentlichen politischen Wunden dieses Landes reflektiert haben, wie wollen wir dann gesunden? Wenn die NGO's aufgefordert werden, über diese Zusammenhänge zu reflektieren, wird erwidert, man wolle die Organisation wohl ins Grab befördern. Reflektieren wird verhindert, weil es dazu führt, das Schlechte vom Guten zu trennen, das Richtige vom Falschen. Und es gibt noch heute sehr viele Leute, die aus der Gruppe der SandinistInnen oder der GegnerInnen des Sandinismus stammen, denen es schwer fällt, die begangenen Fehler einzugestehen, die Probleme zu benennen und über sie zu reflektieren. Sie glauben, dass es nicht heilt, sie zu akzeptieren, über sie zu sprechen und über sie zu reflektieren, sondern dass all das mehr Schaden verursacht. Unsere Bemühungen gingen immer dahin, Werkzeuge anzubieten, damit die Leute anfangen konnten diese persönlichen und kollektiven Heilungsprozesse zu beginnen.

Der Prozess, die Wunden zu heilen, muss begonnen und beendet werden. Das sagen alle Theorien. Wir haben sehr bald festgestellt, dass wir nicht nur beginnen mussten, die Leute dazu zu bringen, über ihre Verluste zu reden, sondern sie mussten auch entdecken, dass es ihnen persönlich Gewinn bringt, über ihre Verluste zu sprechen.

Es gelang uns auch, deutlich zu machen, dass ein Trauma eine Blockierung der unseren Körper durchfließenden Energie nach sich zieht, und dass es Möglichkeiten gibt, diese Blockade aufzuheben.

Es ist untersucht und bewiesen worden, dass Personen, die an dem Phänomen der Mehrfachverletzungen leiden, sehr viel weniger Energie haben. Der Grund ist einfach: Jedes Mal, wenn ein Mensch leidet und dieses Leiden nicht aufarbeitet, vermindert sich zu aller erst

seine Fähigkeit zu atmen. Jedes mal, wenn wir angegriffen werden, reagiert der Körper, er zieht sich zusammen, er spannt sich an. Und dieses Zusammenziehen und diese Spannung reduziert die Zufuhr von Sauerstoff im. Und wenn dem Körper weniger Sauerstoff zugeführt wird, hat der Mensch weniger Energie. Die Menschen in Fernost wissen das seit Jahrhunderten. Deshalb stehen Atemtechniken im Mittelpunkt vieler fernöstlichen Techniken.

In dem Maß, in dem die Leute ihren Gesundheitsstatus bearbeitet haben, wenden wir uns der Theorie zu und erklären, wie der Schmerz aufgearbeitet werden kann. Danach laden wir sie ein, zu ihrer persönlichen Geschichte zu kommen, die sie entweder mit dem Modell des Lebensflusses oder mit anderen Methoden darstellen können. Wir weisen deutlich darauf hin, wie wichtig es ist, die zwischenmenschlichen Beziehungen zu verbessern, um einen Schmerz zu bearbeiten. Der persönliche Block besteht aus drei sehr aktiven, sehr erhellenden Workshops von jeweils zwei und einem halben Tag. Die Volksbildung hat auch viel von ihrer Freude verloren, vom Spiel und dem Lachen. Und das Spiel hat viel Heilungskraft. Das Heilen muss nicht immer mit Tränen verbunden sein. Es ist wichtig, der Gruppe immer wieder Mittel zur Verfügung zu stellen, bis die Leute verstehen, dass die Kraft zu gesunden in ihnen selber steckt, bis sie die persönliche Verantwortung für ihr eigenes Gesunden übernehmen.

Der Selbstmord, dessen Häufigkeit in Nicaragua explosionsartig in die Höhe geschneilt ist, ist ein weiterer Ausdruck für die vorhandenen Mehrfachwunden, aber die Reflektion kann sich nicht auf den Selbstmord beschränken. Es gibt im täglichen Leben weit mehr Möglichkeiten, den Schmerz nicht zu bearbeiten, und das sind langsame Formen des Selbstmordes. Der Alkoholismus ist ein langsamer Selbstmord, der in Nicaragua und in den NGO's sehr weit verbreitet ist und über den niemand anfängt zu reflektieren.

Die Gesellschaften mit Vielfachverletzungen laufen Gefahr, sich zu Gesellschaften mit generationsübergreifenden Traumata zu entwickeln. Man verhält sich anderen gegenüber, wie man sich selbst gegenüber verhält. Wo es große traumatisierte Bevölkerungsgruppen gibt, geht das Trauma an die folgende Generation über. Das Phänomen der Vielfachverletzungen zu bearbeiten, heißt demnach auch akzeptieren, dass die Schmerzen kollektiv sind. Die Revolution in Nicaragua war ein kollektives Phänomen, aber das Aufarbeiten des Schmerzes, den der Verlust der Revolution ausgelöst hat, war ein individuelles Phänomen. Und selbst noch heute finden wir in den Workshops viele Leute, die noch nach zehn, zwölf Jahren unter der Wahlniederlage der SandinistInnen leiden. Wir sind der Meinung, dass wir über die Vergangenheit, über die Geschichte reden müssen, wenn wir gesunden wollen.

Und um zu gesunden, sind nicht notwendigerweise PsychologInnen erforderlich. Viele der modernen Heilungskonzepte sagen uns, dass es sich um eine kollektive Herausforderung handelt. Es handelt sich darum anzuerkennen, dass mein Schmerz deinem Schmerz und seinem Schmerz ähnlich ist. Um kollektiv zu gesunden, ist ein kultureller Wechsel notwendig. Warum reden die Menschen nicht? Weil sie sich einem sehr starken kulturellen Mandat unterwerfen, das ihnen sagt: "Die schmutzige Wäsche wird zu Hause gewaschen". Grundsätzlich hat die Gesundung etwas mit dem Prozess zu tun, eine persönliche Verantwortung zu übernehmen. Das bedeutet, dass ich die Verantwortung für mein Leben übernehme, dass ich für meine eigene Gesundung verantwortlich bin. Und diese Verantwortlichkeit zu übernehmen, bedeutet, sich von jenem traditionellen Führungsmodell

zu distanzieren, das in diesem Land existiert, und ein neues Modell zu entwickeln. Das ist nicht einfach. In Nicaragua herrscht ein Führungsmodell vor, wo die Leute außerhalb ihres Hauses Leitungspersönlichkeiten und zu Hause im Inneren Faschisten. Sich vorzunehmen zu gesunden, bedeutet, sich diesen Widerspruch klar zu machen und sichert uns für die Zukunft einen neuen Führungsstil, in der das Private und das Öffentliche übereinstimmen. In Nicaragua haben wir ein Führungsmodell, das Probleme verursacht, sie aber nicht löst. Das sind "líderes", die von der politischen Polarisierung leben und sie schüren. Das ist ein sehr akutes Problem: Wir bereiten die politischen und sozialen Leitungspersonen mit ihren alten Ideen wieder auf, und entweder aus Unfähigkeit oder weil sie müde sind, wissen die Organisationen nicht, wie sie dieser Leitung begegnen sollen.

Wir fordern die kommunalen "líderes" auf, ihren Lebensstil einer Revision zu unterziehen. Denn wir haben entdeckt, dass trotz aller Workshops zum Thema Selbstbewusstsein die Leute nicht in der Lage sind, sich selber zu umsorgen. Wir waren in Gemeinden, wo es unerträglich heiß ist, und wenn du die Leute fragst, ob sie genügend Wasser trinken, sagen sie "nein". Nicht mal auf so etwas einfaches wie diesen Basisschutz achten sie. Wo beginnt die Entwicklung, wenn nicht bei uns selber? Wo beginnt die Führungspersönlichkeit, wenn sie nicht Führer ihrer selbst und ein gutes Beispiel für andere ist? Das Führertum nach außen gibt es im Übermaß, aber wir brauchen Führungspersönlichkeiten auf Grund des eigenen Lebens, was viel komplizierter ist als ein Führer zu sein, der herumläuft und der den anderen sagt, was sie zu tun haben, es aber selber nicht tut.

In einem Workshop, den wir mit EmigrantInnen in Costa Rica durchführten, kamen bei einer Gruppe von 25 Personen 60 psychosomatische Erkrankungen zu Tage. Wir entdeckten, dass außerhalb von Nicaragua die Identität schmerzt, NicaraguanerIn zu sein, da sie der costaricanischen gegenübergestellt wird, und der Nicaraguaner schämt sich, Nica zu sein. Warum? Weil er seine eigene Geschichte als negativ ansieht. Wir haben viel mit ihnen über die Entwurzelung gesprochen und wir haben ihnen gesagt, wenn sie als EmigrantInnen solide Organisationen gründen wollen, müssen sie die erste Wurzel dafür in sich selber schaffen, wenn sie Organisationen schaffen wollen, dann müssen sie über die Geschichte Nicaraguas reflektieren, eine Geschichte, die ihnen vergangen erscheinen könnte, aber die in ihnen selber gegenwärtig ist. Denn für den Schmerz zählt nicht der chronologische Zeitablauf, mit der die Zeit gemessen wird, sondern was zählt, ist der psychologische Zeitablauf, der in anderen Rhythmen abläuft. Wenn eine Person eine Vergewaltigung erlitten hat, behält der Körper die Erinnerung an diese Vergewaltigung. Wenn eine Person im Alter von fünf Jahren sexuell missbraucht wurde, ist die erlittene Verletzung gegenwärtig, auch wenn der Mensch dreißig Jahre alt ist. Mag sein, dass der Missbrauch vergessen wurde, um zu überleben, aber er ist in vielen Formen vorhanden: in Albträumen, in Ängsten, in der Art und Weise, wie die Person mit anderen in Beziehung tritt, im Gesundheitszustand.

Alle traumatischen Erlebnisse, die nicht aufgearbeitet wurden, finden nicht nur in den Personen sondern auch in den Organisationen, in denen diese Personen arbeiten, ihren Ausdruck. Der Ratschlag, der oft gegeben wird, seine eigenen Probleme aus der Arbeitswelt herauszuhalten, ist irrig. Er ist deshalb irrig, weil er eine Lüge ist, jeder trägt sein persönliches Päckchen überall mit sich herum. Schmerzen und Traumata sind zudem nicht nur negativ zu sehen. Sie sind der Ausgangspunkt für Erfahrungen und Weisheit. Persönliche Traumata zu verarbeiten, ist in der Tat nichts anderes, als sie in Weisheit für einen selber und für andere umzuformen. Bevölkerungsgruppen mit Vielfachverletzungen auf

Grund von permanentem Stress verlieren wegen dem Übermaß an erlittenem und nicht aufgearbeitetem Leid ihre Fähigkeit, Entscheidungen zu treffen und ihre Zukunft zu planen.

Aber wenn die Personen über ihre Geschichte reden, sie anerkennen und über sie reflektieren, geschieht etwas, was fundamental für Menschen ist, etwas, was traditionelle Weiterbildungen nicht schaffen: Die Leute erkennen einen Sinn und eine Bedeutung in dem, was sie gelebt haben. Den Sinn der nationalen Geschichte und der persönlichen Geschichte zu rekonstruieren, zu verstehen, dass trotz allem ein Sinn darin liegt, wer wir sind und was wir gelebt haben, erlaubt uns, im Leben voranzukommen. Aber das ist nur möglich, wenn die Menschen über erneuerte Energien verfügen.

In dem Maße, in dem sich jemand erlaubt, die persönliche Geschichte zu bearbeiten und sich dieser Möglichkeit öffnet, in dem gleichen Maße baut er sich selber wieder auf und baut wieder ein soziales Geflecht auf. Viele Projekte verfolgen das Ziel "Wiederaufbau des sozialen Netzes." Aber wer baut das soziale Geflecht wieder auf? Das erledigen Menschen. Deshalb müssen wir auch die Menschen wieder aufbauen. Wir müssen das Entwicklungsmodell analysieren, das unseren Projekten zu Grunde liegt, vor allem ob wirklich die Personen der Mittelpunkt der Projekte sind.

Wie schaffen wir einen integralen Entwicklungsschwerpunkt, der attraktiv ist und Früchte trägt? Wir haben entdeckt, dass es dafür wichtig ist, die Einheit von Seele, Körper, und Geist zu verstehen. Unglücklicherweise haben wir Menschen drei Berufe geschaffen: PsychologInnen, Ärzte und Geistliche, um eine Wirklichkeit zu behandeln, die eine Einheit darstellt. Denn wir sind eins: Seele, Körper und Geist. In dem Heilungsprozess von Schmerzen, den wir vorschlagen, haben wir gelernt, mit dem Körper zu arbeiten: Wir haben den Tanz wiederentdeckt, die Musik, wir machen Tai Chi, wir meditieren und machen Entspannungsübungen. Und wir machen das in der Überzeugung, dass der Körper eine enorme Fähigkeit hat, sich wieder aufzubauen. Wir haben gelernt, wenn die Leute von ihrer persönlichen Erfahrung sprechen, sie anerkennen und für sie Verantwortung übernehmen, dann beginnen sie, einen Sinn in ihrem Leben zu spüren, und es wird für sie leichter, sich vorzunehmen, Angewohnheiten zu verändern und ein gesünderes Leben zu führen.

Auf diese Weise befreien sie sich von vielen körperlichen Beschwerden, die sie belasten. Mit dem Körper zu arbeiten, ist ein ausgezeichnetes Werkzeug, damit die Leute fühlen, dass sie sich ändern können.

Beim Thema "Entwicklung" haben wir uns die Sichtweise "Entwicklung nach menschlichem Maß" des Chilenen Manfred Max Neef zu eigen gemacht. Dieser Autor (er erhielt 1983 den alternativen Nobelpreis, Anm. der Übersetzerin) hat eine Matrix der menschlichen Bedürfnisse formuliert, in die er nicht nur die Existenz einschließt, sondern auch den Affekt, das Eigentum, Identität, Kreativität etc. Außerdem legt er einen Unterschied zwischen Satisfaktoren und Kompensatoren fest. In Nicaragua ist ein Kompensator des Sexuallebens zum Beispiel die Prostitution. Aber die Prostitution ist kein Satisfaktor. Ein Satisfaktor ist ein Orangensaft und ein Kompensator ist ein glu-glu (orangerfarbenes Limonadengetränk). Es ist wichtig, dass die Organisationen darüber reflektieren, was sie fördern wollen, ob Satisfaktoren oder Kompensatoren. Max Neef sagt auch, dass man nicht weiter von Armut sprechen kann, sondern dass man von Armen sprechen muss und dass das chronische Fehlen jedweder Satisfaktoren sich in Armut umwandelt.

Diese Sichtweise hat uns geholfen, das Persönliche, das Historisch-kulturelle und das Organisatorische mit einzubeziehen, wissend, dass wir die persönliche Entwicklung nicht weiterhin von der sozialen Entwicklung trennen können. Damit Nicaragua sich entwickelt, ist eine verständnisvolle Herangehensweise an die Probleme und ein unendlicher Lernprozess vonnöten. Die Projekte der internationalen Zusammenarbeit zwingen uns Kriterien für Leitungsqualitäten auf oder von Bürgerbeteiligung, aber die Wirklichkeit zeigt uns, dass diese scheitern. Die Realität fordert von uns eine ganzheitliche Vision. Die Ergebnisse überzeugen. Und wir haben bereits Ergebnisse erzielt. Wir haben am Anfang nur mit einigen Organisationen gearbeitet, jetzt arbeiten wir bereits mit einem Zusammenschluss von bis zu 25 Gruppen auf einmal. Wir glauben stark an die "kritische Masse". Wir brauchen eine Minimalgruppe von veränderten Leuten, um Dinge zu verändern. Es reicht uns eine sehr kleine Gruppe von Leuten, die bereit ist, große Dinge zu tun. Und darauf bauen wir.

Übersetzung: Brigitte Hauschild