

e-book zum Buch von Gabriele Jaekel:

### **Wohin, ihr Wolken?**

Leben nach dem Krieg

Kennen Sie diese Sprüche auch?

„Zäh wie Leder, hart wie Kruppstahl“ - von der Devise können wohl viele ein Liedchen singen.

Oder: „Solange du deine Füße unter meinen Tisch stellst, hast du zu gehorchen“

Oder: „Gefallene“ Mädchen kommen ins Heim.

Oder: Mädchen brauchen kein Abitur, die heiraten sowieso und bleiben zu Hause bei den Kindern.

Nichts durfte hinterfragt werden, die Kinder hatten zu gehorchen, die Eltern hatten immer Recht.

Fragen zum Naziregime oder zum Zweiten Weltkrieg, den damit verbunden Erlebnissen der Eltern, durften bei uns nicht gestellt werden und wurden nicht beantwortet.

Kennen Sie die Kindheit Ihrer Eltern oder die Vergangenheit der Großeltern, die zwei Weltkriege erlebten?

Haben Sie mit den Eltern oder den Großeltern über die Vergangenheit gesprochen?

Haben Sie selbst Schwierigkeiten, die sich in Ihrem Leben wiederholen?

Oder haben Sie eine Lebenskrise gehabt und wie äußerte sich die?

Diese Fragen sollen dazu anregen, über die Erfahrungen des eigenen Lebens nachzudenken und nach den Ursachen zu forschen.

In wie weit treffen die Merkmale auf Sie zu? Wo finden Sie sich wieder?

Verleugnen, verdrängen und verschweigen, die seelischen Trümmer des Kriegstraumas wirken als Schatten auch in meinem Leben als Nachkriegskind.

Meine Eltern haben ihre Erfahrungen in sich eingekapselt und damit versucht, diese vor sich und anderen zu verbergen. Sicher wollten sie andere nicht belasten und schwiegen auch deshalb. Das ist menschlich verständlich und entsprach ihrer Vorstellung von Fürsorge ebenso wie das übergroße Sicherheitsbedürfnis für uns. Aber gerade das Schweigen sorgte dafür, dass die Traumata mit nachhaltigen Folgen an uns weitergegeben wurden.

Die „heile“ Welt, von unseren Eltern aufgebaut, in ihr hatte man sich eingerichtet, hatte man sich verschanzt. Wir, die Nachkriegskinder, waren die Stütze des

Systems. Wir hatten zu funktionieren und das System nicht in Frage zu stellen. Die Eltern brauchten uns, um die seelischen Wunden zu heilen.

Wie sollten und konnten wir verstehen, dass die Eltern selbst ihren Schutzmechanismen ausgeliefert waren? Wenn wir nicht funktionierten, haben wir uns selbst - bewusst oder unbewusst - die Schuld für unser „Fehlverhalten“ gegeben. Die Eltern prügeln, ignorieren, stutzen zurecht oder machen lächerlich. Wir mussten der Familie gegenüber loyal bleiben, dabei wollten wir nur geliebt werden, so wie wir waren.

In der Beantwortung der ob.ang. Fragen stellten sich persönlichen Merkmale heraus, wie

- Verlassenheitsängste
- Ein Gefühl der Heimatlosigkeit
- Schuldgefühle
- Unterdrückung von Gefühlen
- sich nichts gönnen zu dürfen, sich selbst zu vernachlässigen
- Gefühl allein zu sein
- schlechtes Gewissen
- Neigung zu Süchten
- kein Urvertrauen
- Sammelwut
- Melancholie
- Pankattacken
- Neigung zu Depressionen

In familiärer Hinsicht wurde erwähnt

- Loyalitätszwang
- Eltern zeigten keine Gefühle
- Als Kind war man für die gute Laune der Eltern zuständig
- Heimweh
- Nichts wurde den Kindern zugetraut
- Angeblich machte man sich nur Sorgen um die Kinder
- Kreatives oder Kunst wurde als „unnützes Zeug“ dargestellt
- Familiengeschichten voller Geheimnisse

In beruflicher oder gesellschaftlicher Hinsicht wurde angesprochen

- Häufiger Orts- und Wohnungswechsel
- Angst vor Nähe/ kein Vertrauen zu anderen Menschen
- berufliche Orientierungslosigkeit
- das Gefühl, nicht vorwärts im Leben zu kommen
- Angst vor Veränderungen im Leben
- Angst vor Kontrollverlust

- Das Gefühl, unwichtig zu sein

Es gäbe noch einige Punkte, die aufzeigen, dass die jetzige Problematik des eigenen Lebens aus den vererbten Kriegstraumata stammen könnten. Diese gilt es, bewusst zu machen und zu hinterfragen.

Die Vergangenheit ist nicht tot, sie reicht bis in die Gegenwart und weiter in die Zukunft.

Um diese Muster und die Kette zu durchbrechen, müssen wir uns damit auseinandersetzen, um unser selbst willen. Um den nachfolgenden Generationen die Möglichkeiten einer friedlichen Zukunft zu gewähren, und sie nicht weiter unter den Kriegsfolgen leiden müssen, sollten wir das tun.

Dieses Buch ist ein Teil meiner Lebensgeschichte, es gibt einen Einblick in mein Leben als Nachkriegskind von 1948 und möchte einen Beitrag dazu leisten, den Frieden der Nachkommen zu sichern. Sie werden vieles aus der eigenen Kindheit wiederfinden, sich an die Nachkriegsjahre erinnern und es wird deutlich, wie entscheidend sich das Aufwachsen in Deutschland in den letzten Jahrzehnten geändert hat.

Es soll ein Versuch sein, den Prozess der Vergebung einzuleiten und weiterzuführen. Meine Eltern waren nicht nur Täter, sondern auch Opfer der Geschichte. Ich möchte versuchen, die unüberwindlichen Schwierigkeiten in Zusammenhang mit den verschwiegenen Kriegserlebnissen und Kriegserfahrungen der Eltern zu überwinden und die Familiengespenster aus dem Schatten zu locken, damit sie keine Verwirrung mehr anrichten können.

Vielleicht gelingt es mir, dem Leser und der Leserin Anregungen zum Überdenken der eigenen Familiensituation in jenem historischen Zeitabschnitt, der Nachkriegszeit, zu geben und neu darauf zu schauen. Nicht die Frage der Schuld ist wichtig, sondern das Verstehen und die Bereitschaft zur Verantwortung für das eigene Leben.

- Haben Sie den Mut, auf die eigene Familiengeschichte zu schauen,
- lösen Sie die Familiengeheimnisse auf.
- Sprechen Sie darüber oder
- schreiben Sie alles auf.
- lassen Sie die vererbten Altlasten los:
- holen Sie sich professionelle Hilfe, wenn nötig.
- Führen Sie systemische Familienaufstellungen durch
- Fordern Sie Informationen bei den Behörden an, um Klarheit zu gewinnen.

Es ist sicher kein einfacher Prozess, aber Sie werden feststellen: danach lebt es sich wesentlich leichter.

Ich wünsche Ihnen, dass es gelingt.

Gabriele Jaekel