

Wer sagt, mein Leid ist größer als das deine, meine Wunden sind tiefer als die deinen, hat Versöhnung und Frieden schon verfehlt.

JOSEF BRUCKMOSER

Erzsébet Fanni Tóth ist Kulturanthropologin und Traumaforscherin. Im SN-Gespräch erläutert die „research fellow“ an der Salem State University (USA), warum Gemeinschaft, Nachbarschaft und eine lebenswerte Umwelt unerlässlich für Versöhnung und Frieden sind.

**SN: Frau Tóth, Sie sprechen häufig vom Friedenfinden im kleinen, regionalen Rahmen. Warum messen Sie dabei der Gemeinschaft, der Nachbarschaft, der Solidarität eine so große Bedeutung zu?**

*Erzsébet Fanni Tóth:* Nach wirklich tragischen Ereignissen wie dem Völkermord in Ruanda oder den Geschehnissen in Bosnien, Somalia oder Kambodscha hat sich gezeigt, dass Initiativen, die alle Betroffenen ins Boot holen und von der Basis ausgehen, am besten funktionieren. Versöhnung kann nur geschehen, wenn alle einander zuhören und gemeinsam ein sicheres Umfeld schaffen, in dem Vertrauen wächst. Die meisten Menschen haben nach so traumatischen Erfahrungen so tiefe Wunden, dass sie ihren Schmerz nicht in Worte fassen können.

**SN: Wie können sie wieder Vertrauen in die Welt gewinnen, wenn sie schwere Traumata mit sich tragen?**

Sie können Vertrauen wieder aufbauen durch enge Gemeinschaften, ehrliche Gespräche und das Gefühl, gehört zu werden. Es braucht ein moralisches Reparaturwerk. Das heißt vor allem, dass Leid und Schmerz auf beiden Seiten gesehen und anerkannt werden – ohne moralische Beurteilung, ohne jede Bewertung. Solange die eine Seite meint, mein Schmerz ist tiefer und größer als dein Schmerz, gibt es keinen Weg zu Versöhnung und Frieden.

„Nicht wetteifern, wer mehr Schmerz ertragen musste.“

Erzsébet Fanni Tóth, Universität Wien

**SN: Ist das nicht von jenen Menschen, die sich vorrangig als Opfer eines Konfliktes sehen, zu viel verlangt?**

Es dreht sich alles um den Schmerz, den Menschen in sich tragen. Jeder kann zumindest bis zu einem gewissen Grad das Gefühl haben, selbst Feind, Aggressor und Täter zu sein. Aber das einzustehen, ist eine extreme Herausforderung. Der wichtigste Schritt wäre daher, dass beide Seiten über ihre eigenen Erfahrungen nachdenken: Was sind meine Wunden? Was ist der Punkt, bei dem ich aus der Fassung gerate, bei dem ich nur mehr von dem Schmerz gesteuert werde, den ich in mir trage? Erst wenn ich das sehen kann, was mich triggert, was mir keine Ruhe lässt, kann ich auch den Schmerz der anderen sehen.

**SN: Wie können diejenigen, die sich als Opfer sehen, überhaupt dazu kommen, dass sie auch ihren eigenen Anteil an Gewalt und Verbrechen sehen können?**



„Homo Insiapiens (Der Narr sprach in seinem Herzen: ‚Es gibt keinen Gott.‘ Psalm 53)“, Zeichnung, Buntstift auf Papier.

SN/JULIA UND MICHAEL WALK

# Wie finden wir Frieden?

Manchmal sagen Menschen, ich bin mehr Opfer als du. Mein Schmerz ist der größere. Ich habe meine ganze Familie verloren – und du nur deinen Arm, dein Haus, deine Arbeit. Wie kannst du mir deinen Schmerz vorhalten, wenn ich das viel größere Leid, den Verlust meiner ganzen Familie, ertragen muss? Aber diese Sichtweise übersieht, dass der andere, der seinen Arm verloren hat, auch einen Schmerz in sich trägt. Einen anderen, aber es ist auch ein Schmerz. Wir sollten nicht darum wetteifern, wer mehr Schmerz ertragen muss, wer mehr Opfer ist, wer mehr Leid erfahren hat. Das verstärkt nur die Spaltung in der Gesellschaft.

**SN: Ein Blick auf die Ukraine zeigt, dass es diese Spaltung sogar intern gibt: zwischen denen, die geflohen sind, und denen, die an der Front stehen. Wie können Menschen mit so unterschiedlichen Leiderfahrungen je wieder zusammenfinden?**

Tatsächlich werden Frauen und Kinder aus der Ukraine, die mit ihren Ehemännern und Vätern in den Westen flüchten konnten, manchmal sehr diskriminiert. Jene Frauen, die allein gekommen sind, sagen, du hast deine ganze Familie hier. Dagegen kämpft mein Mann an der Front, ich weiß nie, ob er überhaupt noch lebt. Dieses „Du bist weniger Opfer als ich“ macht Friedensarbeit wirklich schwierig. Es ist manchmal beinahe unmöglich, den Schmerz der anderen als ihren Schmerz anzuerkennen. Aber um zur Versöhnung zu kommen, muss jeder Schmerz respektiert werden. Ohne Beurteilung, ohne Bewertung, vor allem ohne jede Abwertung.



Erzsébet Fanni Tóth



**Details und Anmeldung:**

Kultur- und Seminarzentrum  
SCHLOSS GOLDEGG  
5622 Goldegg,  
Hofmark 1  
Tel.: 06415 / 8234-0  
OFFICE@SCHLOSSGOLDEGG.AT  
SCHLOSSGOLDEGG.AT

**SN: Wie kann das anfangen?**

Erstens muss der Krieg aufhören. Dann kann jeder und jede Einzelne tun, wozu sie in der Lage sind. Eine Künstlerin kann eine Tanzperformance aufführen, ein Sprayer kann sich in seinen Graffiti ausdrücken. Solche kleinen Initiativen summieren sich. Die Menschen haben das in Nordirland gemacht, in Serbien und Kroatien. Es gibt viele Orte, wo man Menschen dazu gebracht hat, dass sie sich zusammensetzen und ihren Schmerz, so unterschiedlich er ist, gemeinsam verarbeiten. Wenn Menschen dazu bereit sind, kann es zu einer dauerhaften Aussöhnung kommen.

**SN: So oder so müssen Menschen aus Kriegsgebieten mit ihrem Schmerz leben. Was kann helfen?**

Den Verlust der Mutter oder des Partners, die Erfahrung, ich bin Waise oder Witwe, werden sie bis zum Tod mit sich tragen. Das kann man nicht ändern. Aber Menschen können ihr Leben gewissermaßen um diese Tatsache herum aufbauen, dass das passiert ist.

**SN: Welche Rolle spielt dabei die unmittelbare Lebenswelt?**

Es geht um das Gefühl, dass ich meiner Umgebung nicht ohnmächtig ausgeliefert bin. Dass ich Einfluss darauf habe, dass ich etwas verändern kann. Kleine Schritte bringen die Hoffnung zurück und stärken das Selbstvertrauen. Dazu gehört auch: Am Abend zusammensetzen und einander Geschichten erzählen, Erfahrungen austauschen, gemeinsam kochen und essen und, wenn es ein Stück Land gibt, einen Garten mit Blumen anlegen. Jetzt das tun, was morgen eine Auswirkung haben wird.



SN/INSPIRATIONEL - STOCK.ADOBE.COM

**SN-THEMA**

Maria Schwaighofer und Team

## Frieden spüren, denken, fühlen

In krisengebeutelten Zeiten, in denen Krieg und Gewalt näher zu rücken scheinen, stellt sich die Frage, ob die in uns angelegte Friedenssehnsucht eine rein persönliche Angelegenheit ist oder wir auch für größere Zusammenhänge wirksam werden können. Was sind Wege des Friedens, die wir heute beschreiben können? Braucht es ein radikaleres Umdenken? Oder gar ein Fühlen?

Bei den 44. Goldegger Dialogen wollen wir einen ehrlichen Blick darauf werfen, was wir JETZT tun können, um Frieden in uns selbst und in der Begegnung mit anderen zu etablieren. Auf körperlicher Ebene blicken wir auf die Folgen von Traumata. Auf der Verständesebene braucht es konkrete Tools wie „Sprechen und Zuhören“, auf der Gefühlsebene sind wir eingeladen, uns mit Vergebung, Berührbarkeit und Scham auseinanderzusetzen.