

**Konstruktive Veränderungsprozesse in der Behandlung von
traumatisierten oder anders gedemütigten Menschen
PSY&PSY-Kongress 2013 "Übergänge - eine Herausforderung / Les déficits
de la transition"**

Hauptreferat 5, Dr. med, Dr. psychol Evelin Lindner

Freitag 13. September 2013, 15.30-16.30

Abstract

Nach einem Erdbeben oder einem Unfall sind Menschen oft traumatisiert. Sie sind schockiert. Sie fühlen sich jedoch normalerweise nicht gedemütigt. Es ist ein Unterschied, ob Schmerzen durch höhere Gewalt verursacht werden, oder ob ein Mitmensch einen anderen demütigt. Die Schmerzen sind dann tiefer und schwerer zu überwinden. Fragen nach dem Selbstwert werden dann relevant, nach Rache oder Vergebung.

In Ruanda wurde Völkermord begangen als Antwort auf gefühlte Demütigung. Im Fall der systemischen Demütigung durch die Apartheid in Südafrika wurden Wahrheitskommissionen eingesetzt. Nelson Mandela besaß die menschliche Größe, Demütigung nicht mit Vergeltung zu beantworten. Er hatte die Kraft, tiefgreifende systemische Veränderungen auf den Weg zu bringen, und zwar durch etwas, was Paulo Freire *conscientização*, oder kritische Bewusstseinsbildung nennt und Clodomir de Moraes systemische Bewusstseinsbildung.

Aus der Tiefe des Schmerzes der Demütigung erreichte Mandela das höchste Niveau von Sinnhaftigkeit, wie es von Denkern wie Viktor Frankl beschrieben wird. Jeder Einzelne kann für sich selbst ein solches Niveau von Sinnhaftigkeit, erreichen. Es bedarf jedoch einer gewissen Anstrengung. Mandela hätte sich in sein Privatleben zurückziehen können; er ist jedoch gegen ein ganzes System aufgestanden. Auch heute ist dieser Mut nötig.

Der Titel dieses Kongresses „Übergänge - eine Herausforderung“ ist sehr treffend gewählt. Denn es gibt heute zwei Hauptgründe, warum Demütigung zunimmt; die Realität ändert sich, und die Wahrnehmung. Demütigung wird in einem sozialen Kontext der individuellen Menschenwürde stärker wahrgenommen als in einem Kontext der kollektiven Ehre. Es ist die Verantwortung jeden Bürgers, die Atmosphäre in der Gesellschaft so zu gestalten, dass diese Art von Sinnhaftigkeit nicht belächelt, sondern gefördert wird. Dazu gehört es, auf gesellschaftlicher Ebene umzudefinieren, was Eigennutz ist, und was Idealismus. Der Volksentscheidung zur Begrenzung von Managergehältern in der Schweiz ist ein vorbildliches Beispiel für die Welt.

Inhalt

Die Relevanz von Demütigung für Trauma	3
Hauptgründe für ein anwachsendes Gefühl der Demütigung weltweit.....	4
Die Wirklichkeit ändert sich: Unsere Ökosphäre und Soziosphäre werden überlastet	4
Die Wahrnehmung ändert sich: Demütigung ist kein legitimes Werkzeug mehr, sondern eine illegitime Kränkung	4
Wege zur Würde.....	11
Haupthindernisse in uns	14
Globales Bewusstsein.....	15

Vorspann

Folie 01 (Audio clip): „Übergänge - eine Herausforderung / Défis de la transition“ ist der Titel des gemeinsamen Kongresses der Psychologen- und Psychiaterverbände der Schweiz im Jahre 2013.

Folie 02 (Video clip): Ich möchte mich sehr bedanken, dass Sie hier sind – dass ich hier sein darf – ich möchte den Organisatoren – Hans – ich möchte Euch gratulieren zu diesem unglaublich beeindruckenden Kongress.

Folie 03 (Audio clip): Ich wurde gebeten zu bekräftigen, dass ich keinerlei Interessenbeziehungen zur Industrie habe.

Folie 04: Hauptreferat 5, Evelin Lindner

Folie 05 (Audio clip): „Konstruktive Veränderungsprozesse in der Behandlung von traumatisierten oder anders gedemütigten Menschen“ ist der Titel dieses Hauptreferats 5. Mein Name ist Evelin Lindner. Ich bin Ärztin und Psychologin.

Ich habe mich dem Konzept der Menschenwürde verschrieben, und mich ihm auf verschiedenen Wegen genähert, auf der einen Seite durch die Erforschung ihrer Beschaffenheit, und auf der anderen Seite durch die Erforschung ihrer Kränkung. Meine Doktorarbeit in Medizin, zum Beispiel, handelte von Lebensqualität, und wie sie in Deutschland definiert und empfunden wurde im Vergleich zu Ägypten. Meine Doktorarbeit in Psychologie, hingegen, handelte von der Bedeutung von Demütigung für Krieg und Völkermord, in Ruanda und Somalia, vor dem Hintergrund des nationalsozialistischen Deutschland.

Ich lebe seit vier Jahrzehnten global, bin auf allen Kontinenten zu Hause, und bin die Gründungspräsidentin des globalen Netzwerkes Human Dignity and Humiliation Studies.

Es war eine große Freude und Ermutigung für mich, im Jahre 2006 den SBAP. Preis in Angewandter Psychologie des Schweizerischen Berufsverbandes für Angewandte Psychologie zu erhalten. Ich möchte heute ganz besonders Heidi Aeschlimann und Hans Kurt meine Anerkennung und Dankbarkeit aussprechen.

Die Relevanz von Demütigung für Trauma

Folie 06 (Video clip): Lassen Sie mich mit einer Frage beginnen. Was ist die Relevanz von Demütigung für Trauma? Der Titel eines meiner Artikel lautet „Humiliation - Trauma That Has Been Overlooked“ (veröffentlicht im Jahre 2001 in der Zeitschrift *TRAUMATOLOGY*). Meine Kernthese ist, dass es die stärksten Traumata sind, die von Kränkungen wie Demütigung und Erniedrigung hervorgerufen werden, und dass dies heute viel relevanter ist als früher.

Lassen Sie mich erklären. Nach einem Erdbeben oder Überflutungen, wie hier in Weesen bei St. Gallen in diesem Jahr, oder nach einem Unfall sind Menschen oft traumatisiert. Sie sind schockiert. Sie fühlen sich jedoch normalerweise nicht gedemütigt.

Es ist ein Unterschied, ob Schmerzen durch höhere Gewalt verursacht werden, oder ob ein Mitmensch einen anderen demütigt. Die Schmerzen sind dann tiefer und schwerer zu überwinden. Fragen nach dem Selbstwert werden dann relevant, nach Rache oder Vergebung.

Folie 07 (Audio clip): Dieses Bild „der Schrei“, von dem norwegischen Maler Edvard Munch, das ich auf der Webseite des Netzwerkes Psychische Gesundheit Schweiz fand, illustriert den Schmerz sehr gut, der durch Demütigung verursacht werden kann.

Im Hauptreferat 1 mit dem Titel „Die Psychiatrie: ein von Übergängen herausgefordertes Fach“ sprach Philippe Jeammet von der Universität Paris Sorbonne darüber, wie das Territorium eines Menschen bedroht werden kann, und zwar nicht im Sinne eines geographischen Territoriums, sondern im Sinne des Selbst eines Menschen. In gewisser Weise beschrieb er dabei, warum Demütigung so besonders schmerzhaft ist.

Demütigung ist ein sehr komplexer Begriff. Demütigung ist eine Tat – ein Täter, ein „Demütiger“, versucht ein Opfer zu demütigen. Demütigung kann auch ein systemischer Zustand oder ein Prozess sein, wie zum Beispiel die Apartheid, wobei eine Struktur systemisch demütigend wirkt. Und das Ziel von Demütigung ist es, in den Opfern Gefühle auszulösen, nämlich, Gefühle von Demütigung.

Folie 08 (Audio clip): In Ruanda wurde Völkermord begangen als Antwort auf gefühlte Demütigung.

Folie 09 (Audio clip): Gefühle der Demütigung sind die „Atombombe der Emotionen.“ Das war meine Schlussfolgerung als ich 1999 in Ruanda meine Feldarbeit für meine Doktorarbeit über Demütigung, Krieg und Völkermord durchführte. Während des Völkermordes in Ruanda 1994 wurden die Hutus, die früheren Untergebenen (*Hutu* bedeutet „Diener“ in der Sprache des Landes) im Radio aufgefordert, ihre Macheten zu nehmen, und ihre ehemaligen Herren, die Tutsis, zu Tode zu hacken. Der Kern des Argumentes, aus Hutu Sicht, war: „Alle Tutsis müssen getötet werden, um zu verhindern, dass sie in der Zukunft uns Hutus wieder so demütigen werden, wie sie es in der Vergangenheit taten.“

Auch Adolf Hitlers Begriff „Endlösung“ verrät, dass er Massenmord als eine „Lösung“ für etwas ansah, als „Vorbeugung“ gegen eine von ihm imaginierte und gefürchtete zukünftige Demütigung.

Was diese Dynamik so gefährlich macht, ist, dass es in allen solchen Fällen keiner teuren Investitionen bedarf. Terrorismus ist ein anderes Stichwort. Wer immer sich mit einem solchen todbringenden Demütigungsnarrativ identifiziert, aus welchen Gründen auch immer, freiwillig oder unter propagandistischer Beeinflussung, kann zu einem willigen Instrument der Gewalt werden, und benutzt dann auch seine eigenen Ressourcen, wie im Fall der Hutus, ihre

Macheten. Manche Opfer zahlten sogar ihren Peinigern Geld für Kugeln, um erschossen zu werden, und nicht zu Tode gehackt.

Folie 10 (Audio clip): Die Schlussfolgerung meiner Forschung für meine Doktorarbeit über Demütigung, Krieg und Völkermord, die ich im Jahre 2001 verteidigte, war wie folgt: Demütigung kann Bruchlinien entstehen lassen, und diese können mehr oder weniger harmlos sein, von gefahrlosen Kulturunterschieden bis hin zu Völkermord und Terrorismus. Diese Bruchlinien wiederum können zum Zusammenbruch führen von Beziehungen

- zwischen Nationen
- zwischen Gruppen
- zwischen Personen
- zwischen den verschiedenen Anteilen unserer eigenen Psyche
- und unserer Beziehung mit unserem Planeten

Das Studium der Demütigung ist also inhärent trans-, inter- und multidisziplinär, und verbindet alle Ebenen der Analyse, denn Demütigung ist relevant für die internationale Makroebene genauso wie für die Mikroebene innerhalb unserer eigenen Psyche.

Folie 11 (Audio clip): Nelson Mandela besaß die menschliche Größe, gefühlte Demütigung nicht mit einem Völkermord zu beantworten wie in Ruanda. Im Fall der systemischen Demütigung durch die Apartheid in Südafrika wurden stattdessen Wahrheitskommissionen eingesetzt.

Folie 12 (Audio clip): Im Jahr 1998 studierte ich den Völkermord in Somalia, der 1988 geschah, und im Jahr 1999 war ich in Ruanda, um den Völkermord zu verstehen, der dort 1994 verübt wurde, und in diesem Jahr verbrachte ich drei Monate in Südafrika, um Mandelas Überwindung der Apartheid seit dem Jahr 1994 zu studieren.

Hauptgründe für ein anwachsendes Gefühl der Demütigung weltweit

Folie 13 (Video clip): Der Titel dieses Kongresses „Übergänge - eine Herausforderung“ ist sehr treffend gewählt. Seit 40 Jahren lebe ich ein globales Leben. Ich beobachte ein anwachsendes Gefühl der Demütigung weltweit, und es ist der Kern unserer Menschlichkeit, der Kern dessen, was es bedeutet, Mensch zu sein, der gekränkt wird.

Die Wirklichkeit ändert sich: Unsere Ökosphäre und Soziosphäre werden überlastet

Folie 13 Fortsetzung (Video clip): Ich sehe zwei Hauptgründe für dieses anwachsende diffuse Gefühl der Demütigung, das ich weltweit beobachte. Auf der einen Seite ändert sich die Wirklichkeit: Immer weniger Menschen leugnen heute, dass unsere Sozio- und Ökosphären in steigendem Maße überlastet werden. Auf der anderen Seite ändert sich aber auch unsere Wahrnehmung: Was einmal „normal“ war, ist nun obszön. Folter, zum Beispiel, wurde einmal als unverzichtbares Herrschaftsinstrument angesehen. Heute sehen wir das nicht mehr so (zumindest wir, die wir hier sitzen).

Die Wahrnehmung ändert sich: Demütigung ist kein legitimes Werkzeug mehr, sondern eine illegitime Kränkung

Folie 14 (Audio clip): Wie ich eben sagte, so sehe ich zwei Hauptgründe für das Anwachsen eines diffusen Demütigungsgefühls weltweit: Die Wirklichkeit ändert sich, und die Wahrnehmung ändert sich, sie ändert sich insofern, dass Demütigung kein legitimes Werkzeug mehr ist, sondern eine illegitime Kränkung. Was ist passiert?

Wenn wir die Geschichte von *Homo sapiens* betrachten, dann können wir feststellen, dass wir seit ungefähr 150 000 bis 200 000 Jahren unseren Planeten bewohnen. Wir haben ihn ausgehend von Afrika besiedelt. Diese Ära der Ausbreitung war die längste Periode unserer Geschichte, sie nimmt ungefähr die ersten 95 Prozent ein. Die Archäologie legt nahe, dass wir meist in egalitär organisierten Gruppen lebten.

Dann kam der erste große Wendepunkt. Vor ungefähr 12 000 Jahren begann eine neue Ära. Das sogenannte Neolithikum begann vorzudringen, es war der Beginn des Überganges von migratorisch lebenden Sammler- und Jägerkulturen zu sesshaften Bauern mit domestizierten Tieren und Pflanzen. Mit wenigen Ausnahmen wurden fast alle Menschen auf dem Planeten in irgendeiner Form zumindest berührt von dieser Entwicklung, selbst viele von denen, die weiterhin Sammler und Jäger blieben. Die Ursachen dafür werden im Moment heiß diskutiert. Was sicher ist, ist, dass es der Beginn der Ära der hierarchischen Herrschaft war, die die darauffolgenden fünf Prozent unserer Geschichte kennzeichnete. In historisch relativ kurzer Zeit entstanden überall auf dem Globus hierarchisch organisierte *Dominator* Gesellschaften, wie die Wissenschaftlerin Riane Eisler das gesellschaftliche Modell nennt, in dem ein Herrscher seine Untertanen in Untergebenheit hält, während er seine Feinde aus seinem Territorium heraus hält.

Was könnte hinter dieser grundlegenden historischen Umwälzung stehen? Vielleicht war es das: Den ersten Menschen musste die Oberfläche der Erde noch als unendlich erscheinen. Man konnte immer weiterziehen in das nächste Tal noch unberührter Natur und dort zum Sammeln und Jagen gehen. Der Erdball ist aber begrenzt in seiner Größe. Einmal musste der Moment kommen, wo sich diese Tatsache bemerkbar machte. Ich finde Robert Carneiro's Zirkumskriptionstheorie interessant, und auch William Ury's These, dass sich der Rahmen, in dem die Menschheit lebte und der für sie definitorisch war, veränderte, nämlich von einem win-win Rahmen zu einem win-lose Rahmen.

Was unzweifelhaft ist, ist, dass die jüngsten fünf Prozent unserer Geschichte nicht vergleichbar sind mit den ersten 95 Prozent, wo das Modell der *Partnerschaft* offenbar noch vorherrschte. (Eine kleine Nebenbemerkung: Mit dieser Beschreibung schließe ich mich übrigens *nicht* der Idealisierung des *edlen Wilden* oder *bon sauvage* an, wie sie Jean-Jacques Rousseau zugeschrieben wird. In meiner Analyse betrachte ich den vermeintlichen Gegensatz zwischen Hobbes und Rousseau, der oft und gern zitiert wird, als ein Missverständnis.)

Folie 15 (Audio clip): Wenn man die menschliche Geschichte extrem vereinfacht, kann man sagen, dass es zwar viele Revolutionen und Wendezeiten gab, aber nur zwei wirklich große Wendepunkte. Heute sind wir mitten in einer zweiten Wendezeit, die genauso wichtig ist wie die, die vor 12 000 Jahren begann. Im Moment sind wir mit einem Bein allerdings noch in dem alten Dominanzparadigma der letzten fünf Prozent unserer Geschichte, und nur mit dem anderen Bein, noch sehr unsicher, in der Zukunft, einer Zukunft des wiederentdeckten Partnerschaftsparadigmas.

Der Begriff der Demütigung bietet einen interessanten historischen Marker für den Beginn der zweiten Wendezeit: Vorher wurde Demütigung als etwas Nützliches angesehen, nachher als etwas Schädliches.

Das Wort *humiliation* hat seine Wurzel im lateinischen *humus*, Erde – mit dem Gesicht in den Staub gedrückt werden. Alle Wörter, die etwas mit dem Phänomen der Demütigung zu tun haben, haben in ihrem Kern eine Abwärtsbewegung, das Herunterdrücken und

Herunterhalten von jemandem oder von etwas, und zwar in allen Sprachen, die ich kenne: *degradation, ned-verdigelse, Er-niedrig-ung, a-baisse-ment, Demütigung* (kommt von Dienen).

Wenn wir die englische Sprache als Beispiel nehmen und im Oxford English Dictionary nachschauen, dann sehen wir, dass es bis vor ungefähr 250 Jahren auch linguistisch verankert war, dass Demütigung ein unverzichtbares Werkzeug eines Herrschers war, um seine Untertanen in unterwürfiger Demut zu halten: „to humiliate“ bedeutete „to make low“. Diese Bedeutung wird heute in dem Wörterbuch als „obsolet“ vermerkt. Es war im Jahre 1757, dass das verb „to humiliate“ zum ersten Mal als Kränkung der Würde und Selbstachtung einer Person aufgeführt wurde.

Folie 16 (Audio clips):

1: Anders ausgedrückt: Wenn ich mich selbst respektiere und meine Mitmenschen ebenso, dann sind wir auf gleicher Augenhöhe. Das schließt Unterschiede und auch Konflikte nicht aus. Gleiche und partnerschaftliche Menschenwürde ist nicht dasselbe wie Uniformität und Gleichschritt. Um zu demonstrieren, wie gleiche Menschenwürde durch „Einheit in Vielfalt“ realisiert werden kann, benutze ich gern das Unendlichkeitssymbol, die liegende Acht, oder das Möbius Band, das Symbol des *Nondualismus* in der Philosophie. Es macht deutlich, dass ich einen anderen Menschen oder eine andere Meinung weder in uniforme Einheitlichkeit zwingen muss, noch in feindlicher Trennung verharren muss, sondern dass Unterschiede verbunden sein können während sie verschieden sind und bleiben. Einheit ist nicht zu verwechseln mit uniformer Einheitlichkeit, *unity is not uniformity*, und Vielfalt ist nicht zu verwechseln mit unversöhnlicher Entzweiung, *diversity is not division*.

2: Wenn wir annehmen, dass menschliche Beziehungen in den ersten 95 Prozent unserer Geschichte der Menschheit in dieser eher partnerschaftlichen Weise gelebt wurden, dann begann sich das, wie schon gesagt, vor ungefähr 12 000 Jahren grundlegend zu ändern. Ein Machtgradient wurde aufgebaut. Herren regierten über Untertanen. Diese hierarchische Ordnung wurde als zutiefst legitim angesehen, entweder als gottgewollt oder naturgegeben. Sie wurde als das Rückgrat der Zivilisation verstanden, und ihre Wahrung wurde als unverzichtbar angesehen für das Fortbestehen menschlichen Lebens. Innerhalb dieser hierarchischen Ordnung konnten nur Aristokraten, die auf gleicher Ranghöhe standen, Demütigung ablehnen und, zum Beispiel, mit einem Duell beantworten. Untertanen, hingegen, mussten Demütigung akzeptieren. Eine Frau konnte ihren Mann, der sie schlug, nicht zum Duell auffordern. Demütigung war ein unverzichtbares Werkzeug nur für Herren. Es war sogar die Pflicht aller Hochgeborenen, die hierarchische Ordnung zu sichern, und wenn nicht anders möglich, dann durch Demütigung. Wer das versäumte, riskierte gestürzt zu werden. „Faule Könige“ („*rois fainéants*“) war der Spitzname für zwei französische Könige des sechsten und siebten Jahrhunderts. Sie wurden lächerlich gemacht, weil sie die „Demütigungsarbeit“ sozusagen vernachlässigten. Ihren unmittelbaren Untergebenen, den „*Maires du Palais*“, den Managern des Palastes, gelang es deshalb, die Macht an sich zu reißen. Im Jahr 751 übernahm einer dieser *Maires du Palais* sogar den Thron. Mit anderen Worten, Untergebene wurden systematisch durch Demütigung demütig gehalten. Demütigung wurde als eine notwendige Verletzung angesehen, damit Untergebene ihre Position nicht vergaßen und die heilige Ordnung nicht störten. Die Methoden reichten von hierarchischen Sitzordnungen zu Verbeugungsregeln bis hin zu brutalen Maßnahmen wie routinemäßigen Schlägen, Folter oder Tötungen. Demütigung wurde wie eine chirurgische Operation angesehen, die wehtut, aber ertragen werden muss, wenn sie notwendig ist. Genauso musste man Unterdrückung ertragen, und die begleitenden Schmerzen akzeptieren, um die Zivilisation zu erhalten. Auch heute noch gibt es Weltregionen, wo es so gesehen wird. Auch selbst in der Schweiz wird es sicher noch einige Ehemänner geben, nehme ich an, die es als ihre Pflicht ansehen, ihre ungehorsame Ehefrau zu züchtigen. Ich arbeitete sieben Jahre lang

in Ägypten als klinische Psychologin, von 1984–1991, und mehr als 90 Prozent der Frauen glaubten zu der Zeit, dass ihr Ehemann das Recht habe, sie zu schlagen, zum Beispiel, wenn das Essen nicht rechtzeitig auf den Tisch kam, oder auch wenn sie es sich erlaubte, ihm Sex zu verweigern.

3: Der erste Satz der Menschenrechtserklärung von 1948 ist wie folgt: „Alle Menschen sind frei und gleich an Würde und Rechten geboren“. („Tous les êtres humains naissent libres et égaux en dignité et en droits“ . / „All human beings are born free and equal in dignity and rights.“) Dieser Satz ist das Zeichen einer extremen Kehrtwende, des zweiten Wendepunktes, von dem ich sprach. Wie wir gesehen haben, hätte vor nicht langer Zeit noch jeder genickt bei dem Satz „Alle Menschen sind *ungleich* an Würde und Rechten“. Der neue Satz ist der Kern der Menschenrechtsideale und ruft zu einem totalen Abbau des hierarchischen Gradienten zwischen Herren und Untergebenen auf. Er ruft auf, eine Gesellschaft zu schaffen, in der alle Menschen den gleichen Wert haben. Wichtig ist dabei, wie schon erwähnt, dass gleiche Menschenwürde Unterschiede, Konflikte, und auch Hierarchie nicht ausschließt. Ein Pilotenteam, zum Beispiel, hat die uneingeschränkte Autorität im Flugzeug, muss aber deshalb nicht auf die Passagiere als Untergebene mit weniger Menschenwürde herabschauen.

In meiner Arbeit nenne ich die traditionelle Ordnung des hierarchisch gestaffelten Kollektivs die *Welt der Ehre*, und die neue Ordnung, in der jedes Individuum die gleiche Menschenwürde genießt, die *Welt der Würde*.

In dem sozialen Kontext der Würde kann Demütigung nicht mehr als Wahrung einer Rangordnung von Wertigkeiten angesehen werden, denn es gibt keine Rangordnung für den Wert von Menschen mehr. Das Recht des Aristokraten, Demütigung als Verletzung zu interpretieren und sich dagegen zu wehren, wird sozusagen „demokratisiert“. Millionen von Untergebenen, die früher Demütigung still und demütig ertragen haben, lernen jetzt, dass Demütigung eine Verletzung ihrer Menschlichkeit, ihrer Menschenrechte, darstellt, und dass sie dagegen aufstehen können und sogar müssen.

4: Nelson Mandela ging zu Frederik Willem de Klerk und sagte zu ihm: „Die Zeiten haben sich geändert. Ihr Weiße könnt Euch nicht mehr eine vermeintlich angeborene Überlegenheit anmaßen. Bitte kommt herab und entwerft zusammen mit uns eine neue Welt der gleichen Würde für alle. Verlangt von uns keine unterwürfige Demut mehr, sondern reicht uns die Hände in gleicher würdiger Demut vor der Schöpfung, die wir alle teilen“. Und er sagte zu seinen schwarzen Brüdern und Schwestern: „Es ist nicht gottgegeben, dass ihr weniger wert seid. Es ist eine Verletzung Eurer Menschenwürde. Ihr habt das Recht, Euch aufzulehnen und Euch zu erheben“.

In Ruanda erhoben sich die Diener (wie schon gesagt, *Hutu* bedeutet „Diener“ in der Landessprache), und sie verübten einen Völkermord an ihren früheren Herren. Auch Hitler beantwortete nationale Demütigung mit Massenmord und Krieg. Mandela, hingegen, ging einen Weg, den wir alle heute verfolgen müssen, nämlich den Umbau unserer gesamten Weltordnung, damit unsere Kinder in Zukunft würdig miteinander und mit unserer Umwelt leben können.

Wir, die Psychologen, die Psychiater, die Sozialarbeiter, bis hin zu den Weltpolitikern, überhaupt die Weltgemeinschaft im Allgemeinen, wir alle haben die Pflicht, die Gefahren zu sehen, die der gegenwärtige Anstieg von Demütigungsgefühlen weltweit mit sich bringt. Wir haben die Pflicht, diesen globalen Übergang von ungleicher zu gleicher Menschenwürde in menschenwürdiger Form zu begleiten und zu steuern.

Folie 17 (Audio clip): Dieses Bild zeigt Frauen bei einem Konzert in Masar-i-Scharif, Afghanistan. Masar-i-Scharif ist im Moment eine der offensten Städte in Afghanistan. Frauen haben Freiheiten, die sie anderswo im Land nicht haben. Der Übergang zu gleicher Menschenwürde zwischen Männern und Frauen ist ein paar Schritte vorangekommen, könnte

man sagen. Aber, dieser Übergang enthält viele Tücken. Wir müssen sie erkennen, um mit ihnen konstruktiv umgehen zu können.

Folie 18 (Video clip): Das ist Noor Ahmed Gul. Er steht in Masar-i-Scharif an den Gräbern seiner Schwestern Nabila, 17, und Fareba, 25. Die Jüngere hatte sich geschminkt und freier gegeben, und wurde regelmäßig von der Älteren in ihre traditionellen Schranken gewiesen. Es kam der Punkt, an dem die Jüngere es nicht mehr ertragen konnte. Sie nahm sich das Leben. Zutiefst entsetzt, nahm sich auch die Ältere einen Tag danach das Leben. Eine Welle von Selbstmorden und Selbstmordversuchen zeigt Masar-i-Scharif als eine Stadt, die zunehmend von der Verzweiflung junger Frauen gekennzeichnet ist.

Dieses Beispiel zeigt die Schmerzen, die mit Übergängen verbunden sein können. Sie verlaufen nicht automatisch konstruktiv, selbst wenn die generelle Richtung wünschenswert ist. Eine Gesellschaft in Veränderung muss sich sozusagen selbst geeignete Therapieleitfäden erarbeiten, die solche Tragödien vermeiden helfen.

Folie 19 (Audio clip): Weltweit beobachte ich den Übergang von Demütigung, wie sie traditionell als pro-sozial akzeptiert wurde, zu der neuen Sichtweise, nämlich, dass Demütigung als Kränkung der Menschenwürde abzulehnen ist. Dieser Übergang wirkt sich auf alle Aspekte des Lebens aus. Niemand kann ihm entgehen. Hier sind einige Beispiele.

Wir sprechen heute von Kindesmissbrauch, Mobbing, oder autoritärer Erziehung. Das war einmal anerkannte Pädagogik, zum Beispiel galt es, „den Willen des Kindes zu brechen“ (siehe Alice Millers Arbeit).

Was wir heute häusliche Gewalt nennen, war einmal die Pflicht zur häuslichen Züchtigung.

Ehrenmord ist auch heute noch eine traditionelle kulturelle Pflicht in manchen Weltregionen, ist aber Mord in allen Gesellschaften, die auf den Menschenrechten aufbauen. Auch die weibliche Genitalbeschneidung war und ist auch heute noch vielerorts eine traditionelle Norm. Sie wird aber immer häufiger „kulturelle Gewalt“ genannt oder „schädliche traditionelle Praxis“.

Apartheid wurde einmal euphemistisch „Segregation“ genannt. Kolonialismus, Rassismus, Sexismus, generell, der Aufbau von Rangordnungen ungleicher Würde, wurde zur „Sicherung der Vormacht“ eingesetzt, und zum „Schutz unserer Identität“.

Krieg, Völkermord und Folter waren einmal „Lösungen“. Wenn wir heute mit Gandhi sagen „Es gibt keinen Weg zum Frieden; der Frieden ist der Weg“, dann galt das früher als Schwäche, Feigheit, Ehrlosigkeit und Mangel an Patriotismus – denn das anerkannte Motto war ein anderes: „Si vis pacem, para bellum“ oder „Wer den Frieden will, bereite sich auf Krieg vor“.

Nordkorea ist stolz, dass im Land Ruhe und Ordnung herrscht; wir würden hingegen von eingeschüchterten Untergebenen und struktureller Gewalt sprechen.

Mit „eiserner Faust“ Lehren erteilen, das wird von vielen als Weg zu mehr Sicherheit gepriesen. Wir nennen es Missbrauch, und Weg zu mehr Unsicherheit, denn man verliert den Kampf um die Herzen und Köpfe, the hearts and minds.

Oder, immerwährendes Wachstum der Wirtschaft ist Realismus für viele, es wird „gesundes“ Wachstum genannt. Für andere ist es eine destruktive Utopie, wenn man an die Möglichkeit unbegrenzten Wachstums in einer begrenzten Welt glaubt.

Folie 20 (Audio clip): Gefühle der Demütigung können nach innen gekehrt werden und zu Verleugnung, stiller Verzweiflung, Apathie, Depression, sogenannter gelernter Hilflosigkeit oder Zynismus führen.

Nach außen gekehrt, können sie zu Selbsterniedrigung führen, im Sinne des „Stockholm-Syndroms“, bei dem Opfer mit ihren Peinigern sympathisieren und mit ihnen kooperieren.

Konsumismus ist ein Stichwort, wenn Menschen den vermeintlich Erfolgreichen dieser Welt durch (oft missglückte) Imitation nahe zu sein versuchen. Ich fand den Ausdruck „freiwillige Selbstentmündigung“, den Stephan Becker in seinem Referat benutzte, sehr treffend.

Gefühle der Demütigung können aber auch zu kochender Wut führen, wir sprachen schon über das Duell, aber auch häusliche Gewalt oder Hooliganismus sind Stichwörter. Die planvolle kalte Wut eines Adolf Hitler finden wir auch im Terrorismus wieder.

Der einzige Weg zur Heilung, persönlich, wie auch für die Welt, ist das konstruktive Investieren der Energie, die in Wut enthalten ist – und es ist außerordentlich wichtig, dass man tatsächlich angesichts von Demütigung wütend wird und die Folgen der Kränkung nicht nach innen kehrt – der einzige Weg zur Heilung ist das konstruktive Investieren der Wutenergie in eine persönliche und soziale Reifeentwicklung, wie sie Paulo Freire und Nelson Mandela demonstriert haben.

Folie 21 (Audio clips):

Für Therapeuten ist es von besonderer Bedeutung, das Zusammenspiel von Demütigung, Scham und Wut zu verstehen. Wir fangen oben links an.

1. Wut nein, Scham nein: Der Stärkere gewinnt und wer gewinnt hat Recht, denkt der schamlose Herrenmensch. Er hält sich für etwas Besseres und glaubt, ein Recht zu haben, die Welt auszubeuten. Er ist immun gegen sowohl Beschämung als auch Demütigung, man kann ihn nicht wütend machen, noch schämt er sich. Menschen wie er stehen unberührbar über allem und folgen ihrer eigenen Vorstellung von Herrschaft. Eine Gesellschaft muss sich hüten, solchen Menschen Einfluss zu geben.

2. Wut nein, Scham ja, unten links: In einem Kontext der Ehre akzeptiert die geschlagene Ehefrau die Demütigung. Sie glaubt, es sei ihre Schuld, sie verdiene es, gedemütigt zu werden, und sie schämt sich mit unterwürfiger Demut, Apathie, oder sogar Depression – sie „lernt“ Hilflosigkeit. Wie schon gesagt, zu meiner Zeit in Ägypten wurde das Recht des Mannes, die Frau zu schlagen als Norm angesehen. Hutus identifizierten sich damit, dass sie Diener waren. In Südafrika, wo ich gerade drei Monate verbrachte, beschlich mich der Verdacht, dass auch manche Afrikaner vielleicht den neuankommenden Engländern geglaubt haben, wenn diese sie für dumm und schmutzig hielten. Diese Scham machte es ihnen möglicherweise im Nachhinein schwerer, die Demütigung der Konzentrationslager, in denen die Frauen und Kinder der Buren zugrunde gingen, offen anzuprangern. Dieses Trauma bildete möglicherweise danach den Nährboden für den Wunsch nach Rückzug, nach Segregation, wie die Einführung der Apartheid begründet wurde.

In einem Kontext der Würde, hingegen, versuchen wir, auf berechnete Beschämung mit würdiger, stolzer Demut zu reagieren – wir akzeptieren es, beschämt zu werden, wir nehmen Scham an, wo sie ihren Platz hat. Dagegen weisen wir unberechtigte Beschämung, also kränkende Demütigung, von uns.

3. Wut ja, Scham nein, oben rechts: Nelson Mandela schämte sich nicht, schwarz zu sein. Er befreite sich von dieser Scham. Deshalb wurde er auch Terrorist genannt. Denn er unterminierte das Ziel der Apartheid. An seinem Leben, daran, wie er vom Terroristen zum Freiheitskämpfer wurde, kann man das Vordringen der gegenwärtigen Wendezeit beobachten, von der ich sprach.

Das heißt nicht, dass Mandela sich niemals schämte. Er nahm berechnete Scham in würdiger Demut an, lehnte jedoch unverdiente Scham ab. Sein Beispiel zeigt den geglückten Versuch, sich von unberechneter Scham zu befreien und Demütigung ohne Scham zu erleben, wodurch er dann in der Lage war, sich dagegen aufzulehnen. Wie wir alle wissen, so werden leider heute seine Ziele unter seinen Nachfolgern nicht erreicht.

An dieser Stelle verstehen wir auch, warum Demütigung heute zu einem neuen Forschungsfeld gemacht werden muss. Demütigung und Scham wurden früher als ein

Kontinuum angesehen – und auch heute wird das Phänomen der Demütigung noch vielfach unter der Überschrift „Beschämung“ abgehandelt und Demütigung lediglich als eine intensive Form der Beschämung angesehen. Heute ist Demütigung, Wut und Scham etwas, das in größerem Maße getrennt betrachtet werden muss, denn im Zuge des historischen Übergangs des Zeitgeistes von ungleicher zu gleicher Würde, ändert sich auch der Platz von Scham und Wut im Phänomen der Demütigung.

4. Wut ja, Scham ja, unten rechts: Diese Kombination ist diejenige, die für Therapeuten und Konfliktforscher am relevantesten ist, weil sie zu immerwährenden Wiederholungen von traumatischen Erfahrungen führen kann, auch über mehrere Generationen hinweg. Menschliche Reife ist es, wenn man sich schämt, wo Scham angemessen ist, und wütend wird, ohne sich zu schämen, wo Ablehnung angesichts von kränkender Demütigung angemessen ist. Unlösbar Konflikte (intractable conflicts) entstehen, wenn man wütend sein möchte über Demütigung, aber über die eigene Scham nicht hinwegkommt. Manchmal hat Scham sich so tief in die Seele eingegraben, dass man sie nicht erreichen kann. Dann bleibt man sozusagen „stecken“ auf dem Weg von Scham zu Wut angesichts von Demütigung. Die Folge kann der zwanghafte, nie glückende Versuch sein, sich von der Scham zu befreien, um den historischen Übergang der Demütigung von legitimer Züchtigung zu illegitimer Kränkung auch in der eigenen Psyche gelingen zu lassen.

5. Wut ja, Scham ja, Fortsetzung von 4: Lassen Sie mich hier etwas in die Tiefe gehen.

Im Apartheid Museum in Johannesburg, am 13. April 2013, diskutierte ich dies mit einem Freund, der Apartheid am eigenen Leib als Opfer erlebt hatte (Morokolo Rametse). Eines der unlösbarsten Probleme entsteht, wenn Menschen vergeblich versuchen, ihre Demütigung von Scham zu befreien. Das Ziel von Demütigern ist es, die Gedeemütigten zu beschämen, um es ihnen so schwer wie möglich zu machen, sich gegen die Demütigung zu wehren. Das ist die Falle, die inhärent ist in Demütigung. Oft glückt es den Demütigern, ihre Opfer in dieser Falle gefangen zu halten. Denn es ist in der Tat schwierig, angesichts von Demütigung Scham und Wut ihren angemessenen Platz zu geben. Es ist besonders schwierig für Kinder, die Missbrauch als einzige Normalität kennengelernt haben, und es ist auch schwierig in traditionellen Gesellschaften, in denen Demütigung für pro-sozial gehalten wurde, wie zum Beispiel früher in Ruanda oder im nationalsozialistischen Deutschland.

In anderen Gesellschaften ist diese Gefahr geringer. Meine Forschung in Somalia, dem „Land der stolzen Krieger“, zeigte das. Auf meine Frage sagte man mir: „Hier in Somalia gibt es keine Demütigung. Wir sterben lieber als uns zu beugen.“ Die Somalier im Norden, die Issak, mussten sich aber dann doch beugen, denn ihr eigener Präsident in Mogadischu benutzte sie als Sündenbock, um seine Macht zu sichern, und schickte 1988 Bombenflugzeuge, um die Hauptstadt der Issak, Hargeisa, in Schutt und Asche zu legen. Zusätzlich schickte er noch seine Soldaten, die die Issak Frauen vor ihren Familien vergewaltigten. Das ist auch der Grund, warum es heute Somaliland gibt. Der Norden will nicht mehr Teil eines geeinten Somalias sein, sondern kämpft um seine Anerkennung als unabhängiger Staat.

In den Zeiten des Übergangs, in denen wir heute leben, wird Scham überall auf der Welt in steigendem Maße als unverdient angesehen. Es kommt dadurch leicht ein zweites Problem hinzu. Es ist nicht nur schwierig, Scham und Wut angesichts von Demütigung ihren angemessenen Platz zu geben, so dass man Demütigung ohne Scham erleben und sich dagegen auflehnen kann: wenn es nicht gelingt, schämt man sich auch noch der eigenen Scham. Die geschlagene Ehefrau, zum Beispiel, wird vom Sozialarbeiter aufgefordert, zu lernen, sich nicht zu schämen. Sie versucht es, versagt, und schämt sich auch noch ihrer eigenen Scham.

6. Wut ja, Scham ja, Fortsetzung von 5: Wer sich schämt, verkriecht sich oft, und ist deshalb normalerweise keine Gefahr für andere. Wenn ich aber nicht Scham über meine Scham empfinde, sondern Wut über meine Scham, sei es bewusst oder unbewusst, kann es

gefährliche Folgen auch für andere haben. Thomas Scheff spricht von „bypassed shame.“ Das Jahr 1959 markiert das Jahr der Hutu Bauern Revolution. Die Hutus lernten, dass sie keine Diener sind. Sie ließen ihre Scham hinter sich, wurden wütend, und benutzten diese Wut, weiteren Demütigungen zu widerstehen. Wie wir wissen, gingen sie jedoch später dabei zu weit und begingen 1994 einen Völkermord an ihren früheren Herren, den Tutsis. Warum? Die Tutsis waren doch schon seit mehr als 30 Jahren erfolgreich entmachteter. Bei meiner Forschung in Ruanda wurde deutlich, dass es bei vielen *genocidaire* vielleicht nicht nur um Wut auf Tutsis ging, sondern auch um Wut auf sich selbst. Bei der grausamen „Säuberung“ des Landes von Tutsis ging es Menschen mit Hutu Hintergrund möglicherweise in erster Linie darum, ihre eigene Scham zu „säubern“, Scham darüber, dass sie sich jemals minderwertig gefühlt hatten im Vergleich zu Tutsis – und zu ihrer Schande auch nach 30 Jahren immer noch fühlten. Das was Alfred Adler Minderwertigkeitsgefühl nennt, wurde mit mir oft in Ruanda diskutiert. In Ruanda spricht man heute übrigens offiziell nicht mehr von Hutus und Tutsis, alle sind Bürger von Ruanda.

Auch manche meiner Freunde mit jüdischem Hintergrund sagen mir, dass sie sich darüber schämen, dass sich „viele Juden wie Lämmer zur Schlachtbank führen ließen.“ Sie fürchten, Demütigung durch eigene beschämende Schwäche über sich selbst gebracht zu haben.

Für Therapeuten und Konfliktforscher ist es wichtig, diese psychologischen Mechanismen zu erkennen. In meinem Buch *Making Enemies* schreibe ich über die „Sucht nach Demütigung“ und wie manche Menschen versuchen, Demütigung von Scham zu „reinigen“, indem sie immer wieder andere in die Täterrolle hineinmanipulieren. Das Ziel dabei ist es, die eigene Demütigung von der Scham zu „befreien“, dem eigenen Minderwertigkeitsgefühl zu entkommen, zu „beweisen“, dass wir, die Opfer, nichts mit unserer eigenen Viktimisierung zu tun haben, also schuldlose Opfer sind, ohne eigene beschämende Beteiligung, und, vor allem, dass wir nun keine „Feiglinge“ mehr sind, sondern uns zu wehren verstehen. Da Ausagieren aber keine Lösung bringt, wird diese Situation wiederholt und es führt zu nicht endendem Leid auf allen Seiten.

Natürlich darf man nicht vergessen, dass manche Scham „verdient“ ist: Hutus töteten ihre Nachbarn und sogar ihre eigenen Familien, und Kindersoldaten ihre Eltern. Leon Festingers Theorie der kognitiven Dissonanz hat hier Relevanz. Es gibt es eine menschliche Logik, die besagt, dass man irgendwie das Recht verliert, sich gegen Demütigung aufzulehnen, wenn man sich in beschämender Weise daran beteiligt hat. Es ist, wie schon angemerkt, genau deshalb Teil der Demütigungsstrategie, die Opfer zu Taten zu zwingen, derer sie sich tatsächlich schämen müssen.

Das Gegenteil ist natürlich der Fall: Die eigene beschämende Beteiligung an der Demütigung, deren Opfer man wurde, macht diese *nicht* legitim. Vielmehr ist es die demütigendste Demütigung, wenn Opfer dazu gebracht werden, Taten zu begehen, derentwegen sie sich dann schämen müssen. Opfer von Demütigung in ihre eigene Scham zu treiben, und sie so zu hindern, gegen die Demütigung aufzustehen, ist der Gipfel von Demütigung.

Es gilt deshalb, Demütigung klar als Kränkung zu erkennen, auch wenn man in beschämender Weise Komplize geworden ist. Es gilt, sich gegen die Demütigung aufzulehnen, während man gleichzeitig die Scham würdig annimmt.

Wege zur Würde

Folie 22 (Video clip): Was sind die Wege zur Würde, zu einer Zukunft in Würde? Wir sehen hier den Blick des Astronauten auf den Blauen Planeten. Ich glaube, dass wir nicht realisieren – die meisten von uns – dass dieses Bild revolutionär ist. Dieses Bild hat keine

historische Parallele. Keiner unserer Vorfahren konnte dieses Bild sehen, keiner unserer Religionsgründer und älteren Philosophen. Niemand hatte so viel Wissen wie wir.

Wir können heute verstehen, besser als jemals vorher, dass wir eine Familie sind, die Spezies *Homo sapiens*, auf einem kleinen Planeten, mitten in einem riesigen Universum.

Wie kamen wir, als Menschheit, zu diesem Blick? Der Wettlauf zum Mond war einer der vielen Erscheinungsformen des Wettlaufs um Herrschaft über andere Menschen und die Natur. Jetzt kann dieser Blick uns helfen, unsere Strategie radikal zu ändern. Wir können diesen Blick nutzen, um unsere globalen Kräften zu bündeln, so schnell wie es geht, bevor wir unseren Planeten verlieren. Wo ist unser Ehrgeiz geblieben, unseren Kindern ein besseres Leben zu bieten als wir es hatten?

Ein beispielloses historisches Zeitfenster steht uns in diesen Tagen offen, das uns ungeahnte Möglichkeiten bietet: Wenn wir erkennen, dass wir *eine* Familie sind, und diese Erkenntnis in die Tat umsetzen, können wir eine würdige Zukunft für unsere Kinder sichern, können wir dafür sorgen, dass unsere Kinder einen Planeten vorfinden, auf dem es sich lohnt zu leben.

Wir können heute zurückkehren zum partnerschaftlichen Dialog, wie er durch die liegende Acht symbolisiert wird – ∞ .

Wir können das überwinden, was uns bislang am meisten gehindert hat, nämlich das Sicherheitsdilemma (*dilemme de sécurité*) und das Allmende Dilemma (*dilemme de biens communs*).

Folie 23 (Audio clip): „Si vis pacem, para bellum“ oder „Wer Frieden will, bereite sich auf Krieg vor“, das war das Motto der vergangenen Jahrtausende fast überall auf dem Globus. Das *Sicherheitsdilemma* ist ein Begriff der Staatswissenschaften und bezeichnet die ständige Angst vor Angriff, der sich niemand in einer geteilten Welt entziehen konnte, wie sie hier an der Karte des Dreißigjährigen Krieges sichtbar wird. Aus Angst rüstete man auf, was wiederum Angst in den Nachbarn hervorrief, die dann auch aufrüsteten. Der letzte solcher Rüstungswettläufe nahm mit dem Kalten Krieg sein Ende.

Erst wenn die menschliche Familie ihre Einheit manifestiert und keinen äußeren Feind mehr zu fürchten hat (andere Galaxien haben uns noch nicht angegriffen), kann das Sicherheitsdilemma überwunden werden. Mit anderen Worten, wir alle, die wir hier sitzen, haben es in der Hand – und wir haben deshalb auch die Verantwortung – das relativ kurze Zeitfenster, das sich uns heute bietet, auch zu nutzen, um Gandhis Worte, „Es gibt keinen Weg zum Frieden; der Frieden ist der Weg“ durch unsere aktive Einflussnahme Wirklichkeit werden zu lassen.

Wenn ich den Titel dieses Referats betrachte, dann sind das aus meiner Sicht die konstruktivsten Veränderungsprozesse, die wir als Menschen überhaupt anstreben können.

Folie 24 (Audio clip): Auf diesem Bild stehe ich vor dem Zuccotti Park in Manhattan, wo die Occupy Bewegung sich immer traf, es ist der 16. November 2011.

Heute, nach Ende des Kalten Krieges, ist das Motto „Wer Frieden will, bereite sich auf Krieg vor“ immer noch gültig, allerdings abgewandelt als: „Wer Reichtum will, bereite Ausbeutung vor.“ Die Grenzen sind keine geographischen mehr, sondern verlaufen zwischen dem berühmten 1% und dem Rest, und zwischen jedem gegen jeden. Der Titel eines Buches eines Wirtschaftsratgebers aus dem Jahre 2010 verrät, dass das Sicherheitsdilemmas immer noch wirksam ist – *Strategische Kriegsführung für Manager* heißt das Buch.

Nur, wenn wir uns nicht nur in der Theorie, sondern auch in der Praxis als *eine* Familie begreifen und dieses Wissen umsetzen, können wir diese Situation überwinden. Louis Brandeis hat Recht: „Wir können Demokratie haben, oder wir können Reichtum in den Händen weniger konzentrieren, aber wir können nicht beides haben.“

Folie 25 (Audio clip): Und dann ist da die *Tragik der Allmende*, parallel zum Sicherheitsdilemma nenne ich es *Allmende Dilemma* oder das Dilemma der gemeinschaftlich genutzten Ländereien und, generell, der Gemeingüter: Schaffen wir es, Eigennutz und Gemeinnutz in ein stabiles Gleichgewicht zu bringen? Für die Bearbeitung dieser Frage erhielt Elinor Ostrom 2009 als erste Frau den Wirtschaftsnobelpreis. Es geht um den Umgang des Einzelnen mit Gütern der Gemeinschaft.

Es gab einen einflussreichen Artikel im Jahre 1968, „The Tragedy of the Commons“ oder „Die Tragik der Allmende“ oder „Die Tragik der Gemeingüter“ von Garrett James Hardin. Sein Argument war, dass die Allmende zu verwundbar ist, um als Wirtschaftsform ernstgenommen zu werden. Und Hardin hat Recht. Aber nur solange wie wir, die Bewohner unseres Erdballs, uns als Konkurrenten begreifen im Kampf um die begrenzten Ressourcen. Ich stimme aber allen zu, die sagen, dass wir die Welt nicht von unseren Vätern ererbt haben, sondern von unseren Kindern geborgt. Dieses uns Anvertraute müssen wir für unsere Kinder schützen und pflegen, nicht plündern. Ich spreche deshalb von den „Segnungen der Allmende“.

Folie 26 (Audio clip): Das ist der Plan einer mittelalterlichen Allmende / terres communales.

Folie 27 (Video clip): Gibt es die traditionelle und gleichzeitig zukunftsweisende Wirtschaftsform der Allmende in der Schweiz? Y at-il des terres communales en Suisse? Ja. Während im Rest Europas Allmenden heute nur noch wenig bewahrt werden, ist die Schweiz in einer besonderen Position, denn im Alpenraum finden wir noch Allmenden. Ansonsten gibt es sie vor allem in ländlichen Gebieten der sogenannten Entwicklungsländer, die damit ein Zukunftsmodell erhalten haben, von denen die sogenannten entwickelten Länder heute lernen können.

Folie 28 (Audio clip): Ich verstehe den Titel dieses Kongresses „Übergänge - eine Herausforderung“ nicht nur als Beschreibung eines Zustandes, sondern auch als Aufruf zur Verantwortung. Es ist die Verantwortung jeden Bürgers, die Atmosphäre in der Gesellschaft so zu gestalten, dass eine neue Art von Sinnhaftigkeit zu suchen und zu definieren nicht belächelt, sondern gefördert wird. Dazu gehört es, auf gesellschaftlicher Ebene umzudefinieren, was Eigennutz ist, und was Gemeinnutz. Und tatsächlich wird die Allmende heute wieder vermehrt diskutiert. *Wem gehört die Welt? Zur Wiederentdeckung der Gemeingüter* ist der Titel einer 2009 herausgegeben Studie der Heinrich-Böll-Stiftung. Der Volksentscheidung zur Begrenzung von Managergehältern in der Schweiz ist ein vorbildliches Beispiel für die Welt.

Folie 29_1 (Audio clips): Bis jetzt sind wir noch nicht sehr erfolgreich gewesen. Frauen werden zum Beispiel noch immer ungleich behandelt. Die Frauen in Masar-i-Scharif, die es als Befreiung ansehen, sich zu schminken, wissen nicht, dass die nächste Falle schon auf sie wartet, nämlich die Instrumentalisierung des weiblichen Körpers für Profit. Provokant gesagt, sollen sie in dem einen Kontext die Ehre ihrer Herren bewahren, indem sie ihre nackte Haut zudecken, in dem anderen Kontext sollen sie ihre Haut entblößen, um die Taschen neuer Herren zu füllen.

Folie 29_2: Wir, als Menschheit, haben den Traum gleicher Menschenwürde noch nirgends in einem Ausmaß verwirklicht, mit dem wir wirklich zufrieden sein können.

Folie 30_1 (Audio clips): Auch den Traum ökologischer Würde haben wir, als Menschheit, noch nirgends ausreichend verwirklicht. Oben töten Männer Seehunde in Alaska in den 1890igern, indem sie sie erschlagen. Dieses Bild ist paradigmatisch für das Dominator Modell, von dem Riane Eisler spricht, auch in unserer Beziehung zur Natur. Unten sehen wir ein Bild, das ich am 3. Juli 2012 aus dem Flugzeug auf dem Flug von São Paulo nach Bogota über dem Regenwald des Amazonas machte. Auch diese Straße schlägt im wahrsten Sinne des Wortes eine Schneise in den Regenwald, von dem aus er dann leichter zerstört werden kann.

Folie 30_2: Wenn man nach einem Mandela der Ökologie sucht, dann kommt die Honigbiene dem vielleicht am nächsten. Ohne ihre Befruchtungsarbeit kann die Menschheit nicht überleben. Wie wir alle wissen, so gibt es zurzeit weltweit ein großes Bienensterben.

Haupthindernisse in uns

Folie 31 (Audio clip): Das Sicherheitsdilemma wird *Dilemma* genannt, weil es von außen kommt und selbst vom friedliebendsten Menschen nicht außer Kraft gesetzt werden kann, umso weniger, je stärker dieses Dilemma ausgeprägt ist, zumindest solange nicht, bis wir, die Weltgemeinschaft, es nicht systemisch überwunden haben. Das gilt auch für das Allmende Dilemma. Wir können also sagen, dass beide Dilemmata widrige Rahmenbedingungen darstellen, für unsere Soziosphäre und unsere Ökosphäre, die uns *von außen* einschränken. Was sind aber die Haupthindernisse *in uns* auf dem Weg in die Zukunft? Lassen Sie es mich „Selbsterniedrigung“ nennen – wie schon gesagt, ich finde auch Stephan Beckers Ausdruck „freiwillige Selbstentmündigung“ sehr gut.

Ich fange oben links an: Ein chinesischer Multi-Millionär baute für 50 Millionen Dollar bei Peking eine exakte Nachbildung des französischen Schlosses Château de Maisons-Laffitte.

Oben rechts: Libyens Gaddafi und Italiens Berlusconi sitzen auf (schlechten) Nachbildungen von Möbeln des französischen Königs Ludwig des XV. In der gesamten arabischen Welt wundert man sich, wie trotz der heutigen Entrüstung über den Kolonialismus die frühere Kolonialmacht Frankreich auch heute noch eine so weithin imitierte Elitekultur darstellen kann.

Unten: Einer der reichsten Männer der USA, David Siegel entwarf den Plan für sein neues Wohnhaus nachdem er Versailles besucht hatte. Seine Frau wird auch die „Königin von Versailles“ genannt.

Alles, was aus Paris kommt, ist auch in Japan *comme-il-faut*. Luxuswaren aus Paris werden in Tokyo getestet. Auch sogenannte internationale Hotels folgen dieser letzten ausgeprägten Elitekultur, die die Welt kannte, nämlich dem Hof von Versailles.

Folie 32 (Audio clip): Oben links: Überall auf der Welt sehe ich Einkaufszentren aus dem Boden schießen. Dort kann man zwar nicht Schlösser kaufen, aber das Gefühl, zu den Reichen und Schönen der Welt zu gehören.

Oben rechts: Überall auf der Welt zerstört der Verkauf abgelegter Kleidung aus dem Westen die lokale Kultur.

Unten: Arme Menschen können sich weder Schlösser leisten noch Einkaufszentren besuchen. Sie folgen aber demselben Weg. Ich machte das linke Foto letztes Jahr vom Bus aus in Südamerika und das rechte in diesem Jahr vom Zug aus in Südafrika. Als ich in Ägypten lebte, kannte ich eine Frau, die ihren Kindern Nahrung vorenthielt, um auf eine Flasche Coca Cola im Monat zu sparen, denn sie glaubte, Coca Cola brächte ihnen Gesundheit und Status.

Folie 33_1 (Audio clips): Anstelle einer weltweit einheitlichen Coca Cola Kultur brauchen wir heute Vielfalt: Erk sous ist zum Beispiel ein lokales Lakritz Getränk in Ägypten.

Folie 33_2: Anstelle von sterilen Vorstädten, in Südafrika bewundernd „suburbs“ genannt, brauchen wir lebendige Gemeinschaften. Dieses ist ein Bild von Alexandra, herablassend „township“ genannt, in Johannesburg. Gerade ging es durch die Presse in Südafrika, dass eine weiße Familie für eine Woche in eine township umgezogen war, um einen Eindruck zu bekommen, wie es sich anfühlt wie ihre Haushälterin zu leben.

Statt genormter Einheitlichkeit brauchen wir ausreichend Zusammenhalt und Einheit, um Lebendigkeit und Vielfalt fördern zu können, sei es biologische Vielfalt oder kulturelle Vielfalt.

Folie 34 (Video clip): Was unterscheidet uns von den Armen, die glauben, Coca Cola sei gesund und bringe Status? Wir haben Ressourcen, die die Armen nicht haben. Und diese Ressourcen bleiben oft ungenutzt. Wir tragen durch unsere Ignoranz mehr zur Weltzerstörung bei, als die Armen. Warum lassen wir uns darauf ein? Der Grund: Wir lassen uns ködern. Als die Engländer Indien kolonisierten, ließen sie den lokalen Raja Herren viele Privilegien, dafür mussten die Rajas den neuen Kolonialherren aber auch zu Diensten sein.

Folie 35 (Video clip): Wir sind die neuen Rajas. Als Rajas sind wir sowohl Kolonialherren als auch Kolonisierte. Hier eines von einer Vielzahl von Beispielen: Wir kaufen eine Ananas für weniger als einen Euro oder Franken oder Dollar. Die meisten Ananas stammen aus Costa Rica. Wie kann ein Land so billig produzieren? Die Antwort: Bromacil. Dieses Pestizid ist anderswo verboten. Die lokale Bevölkerung leidet und bekommt nichts dafür zurück. Sie verfügt noch nicht einmal über Trinkwasser. Das heißt, durch unser Schweigen und unsere Angst sind wir unwissentlich und wissentlich dabei beim Plündern, Ausbeuten und Kolonisieren.

Globales Bewusstsein

Folie 36_1 (Audio clips): Es gibt verschiedene Arten von Sinnhaftigkeit. Globales Einheitsbewusstsein ist, aus meiner Sicht, die höchste Form, die wir erreichen können, und in unseren Zeiten der Krise auch erreichen müssen, wollen wir noch eine würdige Zukunft auf unserem Planeten haben. Und wir müssen ehrgeiziger werden, mutiger, wir müssen höhere Ansprüche an uns selbst stellen.

Es gibt verschiedene Arten von globalem Bewusstsein. Die höchste Form ist die einer Weltfamilie, die zusammenhält, wie man es von einer Familie erwartet. Das ist Gandhis Welt: „Es gibt keinen Weg zum Frieden. Der Frieden ist der Weg.“ Frieden gilt es zu halten miteinander, und mit unserer Umwelt.

In Bezug auf Frieden miteinander, oder soziale Nachhaltigkeit, können wir von vielen Kulturen der Welt traditionelle Wege der Konsensbildung lernen, die anspruchsvoller sind als die meisten gegenwärtigen Demokratieformen. In der Schweiz ist die Kultur der Volksabstimmung interessant. Wenn wir auf Begriffe stoßen wie *Ubuntu*, *likeverd & dugnad*, *ho'oponopono*, *musyawarah*, *silaturahmi*, *asal ngumpul*, *palaver*, *shir*, *jirga*, *minga*, bis hin zum Begriff *sociocracy*, denke ich, müssen wir aufmerksam werden und versuchen, mehr zu erfahren. Ich beobachte weltweit, was mir ein Nepalexperte der UNO im Jahre 2012 berichtete: In Nepal verschwand der Konsens, als Wahlen geplant wurden. Stattdessen zog eine zerstörerische Kultur der Konkurrenz ein.

Folie 36_2: In Bezug auf Frieden mit unserem Planeten, oder ökologischer Nachhaltigkeit, so haben wir auch hier eine Verantwortung, mehr zu tun, mehr als nur Naturschutzgebiete einzurichten, oder für fairen Handel einzutreten. Stichworte sind, wie schon gesagt, *common land*, *Allmende*, *terres communales*, *commons*, *Gemeingüter*, *biens communs*, *beni comuni*, *almemming*.

Folie 37_1 (Audio clips): Wenn wir unsere Situation aus der Astronautenperspektive betrachten, sehen wir, wie schon gesagt, zwei große Wendepunkte in unserer Geschichte, und zwei Wege in die Zukunft. Während der ersten 95 Prozent unserer Geschichte haben wir unseren Planeten von Afrika aus besiedelt, wir haben uns sozusagen horizontal ausgedehnt. Vor ungefähr 12 000 Jahren nahm dies ein Ende – vielleicht angestoßen durch die Tatsache, dass die Oberfläche des Planeten begrenzt ist – und es entstanden hierarchisch organisierte Dominator Gesellschaften; vertikale Ausdehnung könnte man das nennen. Wir sind heute an einem Scheideweg, der genauso signifikant ist wie der vor 12 000 Jahren. Wir stehen neuen Begrenzungen gegenüber: sauberes Wasser wird knapp, saubere Luft, Mineralien, überhaupt alle Naturressourcen sind begrenzt, und die Grenzen machen sich bemerkbar, selbst wenn wir sie nicht wahrhaben wollen. Wir haben die Wahl:

Folie 37_2: Wir können den Kampf um Dominanz intensivieren und unseren Planeten damit unbewohnbar machen. Vor kurzem fand die erste Konferenz für „Innovation for Sustainability“ statt, vom 12.–15. Juni in Kopenhagen, in Dänemark, organisiert von der Academy of Business in Society. Die Marketing-Direktoren von Unilever waren begeistert von den großartigen Zukunftsaussichten, ihre Produkte an eine wachsende Zahl von Verbrauchern in Indien, Brasilien, Südafrika und China verkaufen zu können. Aber, am Ende der Präsentation musste der CEO einräumen, dass dies nur möglich ist mit den Ressourcen von 6 bis 9 zusätzlichen Planeten, und Wachstumsraten mit Umweltauswirkungen, die die Tragfähigkeit des Planeten bei weitem überschreiten.

Und nicht nur machen wir unseren Planeten unbewohnbar, auch die Beziehungen zwischen uns Menschen werden vergiftet, und sogar unsere eigene Psyche. Ilario Rossi beleuchtete dies in seinem Referat. Es ist die psychische Gesundheit der Weltgemeinschaft, die in Gefahr ist.

Folie 37_3: Oder, wir können einen Weg finden, weg von exponentiellem Wachstum hin zu Kreisläufen, weg von Dominanz hin zu Partnerschaft, weg von ungleicher Würde hin zu gleicher Würde.

Folie 38_1 (Audio clips): Oben links sehen wir Nordkorea und rechts Morumbi in São Paulo in Brasilien, wo ich 2012 war. In beiden Fällen sehen wir groteske Ungleichheit. Eine Elite präsidiert über einer Masse. Rechts sehen wir die Luxuswohnungen der Reichen direkt über den Slums der Armen, ähnlich wie links der Diktator über seinen Untergebenen steht. Als ich 2012 Vorträge in Chile hielt, wäre ich aus dem Raum geworfen worden, hätte ich „den Kapitalismus“ verherrlicht. In den USA kann genau das Gegenteil passieren. Sozialismus und Kapitalismus sind heute Wörter, die reflexartig Wut auslösen können. Über Jahrzehnte hinweg sind damit Kreisläufe von gegenseitiger Demütigung in Gang gehalten worden. Wenige erinnern sich noch, was die Begriffe eigentlich bedeuten, und wir haben aus den Augen verloren, was wir eigentlich erreichen wollen. Wir wollen Würde.

Folie 38_2: Warum also nicht Würde zu einem neuen Begriff machen? Was mit einer neuen Wortschöpfung? Warum nicht das Wort *dignity* als Ausgangspunkt benutzen? Was mit *dignity-ism*, oder *dignism* oder *Dignismus*? Dignismus würde dabei Einheit in Vielfalt als Ziel haben, nicht Einheitlichkeit ohne Vielfalt und Gegnerschaft ohne Einheit wie wir es heute in der Welt beobachten.

Folie 39 (Video clip): Was würde Dignism oder Dignismus bedeuten? Es bezeichnet eine Welt, in der jedes Neugeborene Platz findet und gefördert wird, sein Potential zu entfalten, in einem sozialen Kontext der Liebe und Wertschätzung und des sozialen Zusammenhaltes. Eine Welt, in der die Tragfähigkeit des Planeten die Art und Weise, in der wir unsere Grundbedürfnisse erfüllen, leitet, eine Welt, in der wir vereint sind in der Wahrung der

Menschenrechte und Würdigung von Einheit in Vielfalt, indem wir verhindern, dass Einheit in unterdrückende Einheitlichkeit abgeleitet, oder Vielfalt in Zwietracht.

Folie 40 (Audio clip): Nach vierzig Jahren globalen Lebens habe ich ein besonderes globales Bewusstsein entwickelt. Es sagt mir, dass wir die Globalisierung humanisieren müssen, Globalisierung muss dem globalen Gemeinwohl dienen. „Alle Menschen sind frei und gleich an Würde und Rechten geboren“. Im Norwegischen benutzt man das kurze Wort *likeverd* („Gleichwert“) für den Begriff gleiche Menschenwürde. Ich habe im Englischen das Wort *egalisation*, im Deutschen das Wort *Egalisierung* erfunden, damit man das Wort Globalisierung und Egalisierung zu *GlobEgalisierung* zusammenziehen kann, zu globaler Würde.

Folie 41 (Audio clip): Heraus aus zu engen Zwängen!

Folie 42 (Audio clip): Heraus aus zu engen Zwängen!

Folie 43 (Video clip): „Der Mensch ist das einzige Lebewesen, für das die eigene Existenz ein Problem ist, das er lösen muss.“ Erich Fromm

Folie 44 (Audio clip): Nelson Mandela hatte die Kraft, tiefgreifende systemische Veränderungen auf den Weg zu bringen. Jeder Einzelne kann für sich selbst ein solches Niveau von Sinnhaftigkeit erreichen. Es bedarf jedoch einer gewissen Anstrengung. Mandela hätte sich auch in sein Privatleben zurückziehen können; er ist jedoch gegen ein ganzes System aufgestanden. Auch heute ist dieser Mut wieder nötig.

Ich halte deshalb den amerikanischen Trend, den ich oft beobachte, für etwas zu einseitig, nämlich, Menschen in der Therapie „robuster“ („resilient“) gegen Demütigung machen zu wollen. Was, wenn Mandela so „robust“ gewesen wäre und sich nicht gedemütigt gefühlt hätte durch die Apartheid? Statt gefühlloser zu werden, müssen wir eher unsere Fähigkeiten verbessern, Demütigung zu erkennen, und die Energie der Auflehnung in die von Mandela gezeigte Richtung zu leiten. Mandela unterwarf sich nicht in Apathie oder Depression. Er schlug auch nicht zurück und demütigte die Demütiger (reale oder eingebildete). Mandela leitete einen grundlegenden sozialen Umbau ein, mit dem Ziel, sowohl Opfern als auch Tätern Heilung zu bringen, und zukünftiger Demütigung systemisch vorzubeugen.

Folie 45 (Audio clip): Das ist Mandelas Zelle auf Robben Island, die ich in diesem Jahr, am 29. April 2013, besucht habe.

Folie 46 (Audio clip): Aus der Tiefe des Schmerzes der Demütigung erreichte Mandela das höchste Niveau von Sinnhaftigkeit, wie es von Denkern wie Viktor Frankl beschrieben wird.

Folie 47 (Audio clip): Auf der Suche nach Sinnhaftigkeit helfen uns auch andere Denker aus dem europäischen Raum. Alice Miller, zum Beispiel, sprach über die Gefahr eines „falschen Selbst“ ohne „wahres Selbst“. Wenn wir diesem Konzept folgen wollen (und ich stimme manchen Einwänden zu), dann kann ein falsches Selbst entstehen, zum Beispiel, unter autoritärem Gruppendruck – ich weiß dies aus meiner Zeit in Ruanda oder auch in Japan. Lassen Sie mich Japan hier kurz nennen, um deutlich zu machen, wie global die Themen dieses Referates sind. Am Ende des Zweiten Weltkriegs erlebte Japan eine Niederlage von totaler Demütigung. Wie konnte es dazu kommen? Ich lebte drei Jahre lang in Japan und vertiefte mich in die japanische Kultur. Der faschistische japanische Staat hatte ein Phantasma in den Herzen und Köpfen der Menschen kreierte, wie „schön“ es wäre, für den Kaiser und das

Land zu sterben. Es war die Ästhetik der Kirschblüte, die zu diesem Zweck missbraucht wurde. Der Romancier und Essayist Sakaguchi Ango (1906–1955) forderte deshalb nach der Katastrophe jeden einzelnen auf, eine eigene „Samurai Ethik“, ein eigenes „Kaiser-System“ zu entwickeln. Er griff dabei zurück auf Natsume Soseki (1867–1916), einer der führenden Philosophen und Schriftsteller des modernen Japan, der einen Geist des Individualismus vis-à-vis des Staates forderte. Es ist der Begriff *shutaisei*, der wahre Subjektivität oder Autonomie auf individueller Ebene bezeichnet.

Aber auch die moderne Vereinzelung führt zu einem „falschen Selbst“ ohne „wahres Selbst“. Und zwar wenn Menschen wie „Maschinen“ in einer Tretmühle funktionieren sollen, und als gefeierte „Gewinner“ des Wettrennens oder verführte Konsumenten auch kein wahres Selbst entwickeln können. Wir leben heute im Westen in einer Welt, in der der Begriff der Freiheit missbraucht wird, um Individualismus ohne Solidarität entstehen zu lassen, und diese Entsolidarisierung verhindert genauso das Gedeihen einer voll entfalteten Persönlichkeit. Wir schütten das Kind mit dem Bad aus, wenn wir die Befreiung aus dem autoritären Dominanzparadigma, wie Sakaguchi Ango sie fordert, auch als „Befreiung“ aus Mitmenschlichkeit und Respekt vor der Natur missverstehen. Was wir heute brauchen, sind Menschen mit einem wahren wahren Selbst, und zwar nicht einem vereinzelt Selbst, sondern einem sozial verankerten Selbst der Solidarität.

Folie 48 (Audio clip): Ich finde diesen Satz von Simone Weil gut: „Die Liebe ist der Blick der Seele“.

Folie 49 (Audio clip): Mandela überwand Scham und benutzte die emotionale Kraft von Wut auf Demütigung für sozialen Wandel. Der Brasilianer Paulo Freire spricht von *conscientização*, oder kritischer Bewusstseinsbildung, oder der Bereitschaft, Missbrauch zu sehen und sich mit der Kraft der Wut aufzulehnen. Freires Kollege Clodomir de Moraes forderte mehr als nur kritische, er forderte organisatorisch-systemische Bewusstseinsbildung. Mandela kombinierte beides.

Folie 50 (Audio clip): Martin Buber – Ich-Du anstelle von Ich-Es
Immanuel Lévinas – das Antlitz des Anderen
Jürg Willi – die Rückkehr der Liebe

...

Ich bin sicher, Sie können die Liste mit vielen weiteren Namen verlängern.

Folie 51 (Audio clip): Was brauchen wir?

- Mut, Mut zu mehr Mut
- Neugier
- Ehrfurcht und Staunen
- Geduld
- Integrität, Authentizität, würdige Demut
- Loslassen (anstelle von „klammern“)
- Studium der Ursachen, Hindernisse & Wege
- Sensibilisierung für Würde & Demütigung
- Worten Taten folgen lassen
- Liebe, Menschenliebe, Liebe zur Welt

Folie 52 (Video clip): Was sind die konstruktiven Veränderungsprozesse in der Behandlung von traumatisierten oder anders gedemütigten Menschen, die der Titel meines

Referats nachfragt? Die kürzeste Weise, wie ich es sagen kann ist: Die konstruktivsten Veränderungsprozesse sind die hin zu *individueller Authentizität in globaler Solidarität*.

Viele verstehen die Unabdingbarkeit der globalen Perspektive nicht. Aus meiner Sicht ist „global versus lokal“ ein falscher Gegensatz, denn das Lokale kann nur gedeihen, wenn der globale Rahmen es erlaubt. Ich kenne viele Menschen, die „streetwise“ sind, sie kennen sich aus, auch international, wollen sogar helfen, d.h. sie haben ein kritisches Bewusstsein. Was aus meiner Sicht heute am meisten fehlt, ist ganzheitliches systemisches Bewusstsein.

Lassen Sie mich erklären. Stellen Sie sich vor, Sie stehen einer weinenden Mutter gegenüber, deren Tochter vergewaltigt wurde. Die Tochter wurde gedemütigt, erniedrigt, gekränkt, traumatisiert, und die Familie auch. Was ist jetzt ein konstruktiver Veränderungsprozess? Stellen Sie sich vor, für die Mutter liegt die Heilung der gedemütigten Familienehre in der schweren Pflicht, das Leben der Tochter in einem Ehrenmord zu opfern. Ein Chirurg muss manchmal eine Amputation durchführen, um den Rest des Körpers zu retten, und genauso muss die Mutter, aus ihrer Sicht, so sehr es auch ihr Herz zerreißen mag, die Tochter opfern, um die Familie zu retten. Ist das konstruktiv? Ist es konstruktiv, wenn Sie die Mutter als lieblose unmenschliche Frau verurteilen? Ist es konstruktiv, wenn Sie aus Respekt vor der Kultur der Mutter auch respektieren, dass die Tochter ihr Leben lassen muss? Ich habe während meines globalen Lebens oft in solchen Situationen gestanden. Es gibt aus meiner Sicht nur einen konstruktiven Weg, und zwar die Mutter einzuladen, die Argumente zu überdenken, wie ich sie in diesem Vortrag vorbringe. Es gibt nämlich heute gute Neuigkeiten für die Mutter! Ehrenmord ist nicht mehr notwendig, in dem Moment, in dem wir, als Menschheit, uns als *eine* Familie begreifen. Dann können wir das alte kollektivistische Dominanzparadigma hinter uns lassen, auch in unseren ganz persönlichen lokalen Beziehungen. Und wir können diesen Übergang respektvoll gestalten, einschließlich unseres Respektes für uns selbst, denn jedem ist klar, dass Veränderung nicht immer leicht ist.

Ich benutze Ehrenmord hier nur als Beispiel, weil es so extrem und deutlich ist. Wir sind aber umgeben von Dilemmata, die ähnlich sind. Wir sind alle sozialisiert in eine hierarchische Welt. Wir lernen alle, dass Lebendigkeit, oder sogar Leben, unter bestimmten Umständen geopfert werden muss. Von der arrangierten Ehe bis hin zum Ehrenmord, die Beteiligten tun es für das Wohl der Familie; von der Abschiebung von Asylsuchenden bis hin zum Tod unserer Soldaten, wir tun es für unser Land; und wir akzeptieren die Entsolidarisierung, sowohl zwischen uns und mit unserem Planeten, wir akzeptieren sie für unsere Vorstellung, dass wir das Vertrauen der Investoren nicht enttäuschen dürfen.

Ich wähle das Beispiel des Ehrenmordes außerdem, um zu zeigen, in welchem historisch einzigartigem Augenblick der Geschichte wir leben. Wir, die menschliche Familie, können und müssen unser Leben auf unserem Planeten neu ordnen, dann können wir alle Veränderungen, von der Makro- bis zur Mikroebene, konstruktiver gestalten.

Folie 53 (Video clip): Wie schon erwähnt, so gibt verschiedene Arten von globalem Bewusstsein und Leben, solche *ohne* kritisches Bewusstsein, solche *mit* kritischem Bewusstsein (das ist Paulo Freire), und solche mit kritischem *und* systemischem Bewusstsein (das ist Freire's Kollege Clodomir de Moraes). Mit der „Vielflieger“-Version von Weltbürgertum, zum Beispiel, macht man die Globalisierung noch toxischer als sie schon ist, wenn man die Welt als Freizeitpark für die Reichen betrachtet, im besten Fall, oder die Allmenden der Welt als ungenutzte Marktchancen unter Beschuss nimmt. Andere fühlen sich angezogen von Entwicklungsarbeit, humanitärer Hilfe, oder Friedensarbeit, haben also ein kritisches Bewusstsein. Leider gleiten sie nur allzu oft in den sogenannten gemeinnützig-industriellen Komplex ab, der den dunklen Seiten der Globalisierung dient und nicht den hellen Seiten. Und selbst wenn sie optimal organisiert wäre, so ist Wohltätigkeit nicht genug.

Folie 54 (Audio clip): Hier sehen wir die Gegensätze unserer Welt versinnbildlicht.

Folie 55 (Audio clip): Hier sehen wir einen anderen der Gegensätze unserer Welt. Reichen die Kräfte des Marktes aus, um diesen Gegensatz aufzulösen? Reichen neue regulatorische Vorschriften aus? Reicht Wohltätigkeit aus? Nein. Selbst die besten regulatorischen Vorschriften und die am besten organisierte Wohltätigkeit reichen nicht aus. Wir brauchen neue konstituierende Grundpfeiler in unseren Systemen, so dass wir diesen Gegensatz obszöner Ungleichheit hinter uns lassen können für eine Welt bereichernder Vielfalt.

Folie 56 (Audio clip): *Blood, Sweat and Takeaways* ist der Titel dieser Episode einer BBC Serie. Junge Briten arbeiteten eine Woche lang in Indonesien in einer Fabrik für Tunfischverarbeitung. Diese Woche war wirkungsvoller als ein ganzes Ethik Semester an einer englischen Universität.

Folie 57 (Audio clip): Human Dignity and Humiliation Studies: Das ist die globale Gemeinschaft von gleichgesinnten Wissenschaftlern und Praktikern, die für eine menschenwürdige Zukunft arbeiten, deren Gründungspräsidentin ich bin. Wir haben drei Hauptorientierungen: Forschung, Bildung, und Anwendung.

Folie 58 (Audio clip): Mehr als 1000 Mitglieder sind persönlich eingeladen, und etwa 40 000 Besucher aus 4000 Städten in 183 Ländern besuchen mit 80 000 pageviews pro Jahr unsere Webseite.

Folie 59 (Audio clip): Eine Gemeinschaft der Würde. Im Kernteam bin ich zusammen mit Linda Hartling, Michael Britton und Uli Spalthoff. Wir geben unsere gesamte Lebenszeit für diese Arbeit.

Folie 60 (Audio clip): Wir haben zwei Konferenzen pro Jahr. Jeden Dezember treffen wir uns in New York, an der Columbia University, und ein zweites Mal in einem anderen Teil der Welt. Sie sind alle herzlich eingeladen zu unserem nächsten Workshop on Transforming Humiliation and Violent Conflict im Dezember in New York, und unserer nächsten internationalen Konferenz in Chiang Mai im Norden von Thailand im März nächsten Jahres.

Folie 61 (Audio clip): Viele unserer Mitglieder haben ihr zu Hause zu einem Haus des Dialogs für Würde erklärt. Diese Häuser sind mein persönliches globales „zu Hause“.

Folie 62 (Audio clip): Unsere World Dignity University Initiative geht zurück zum ursprünglichen Begriff *Universitas scholarium*, oder „Gemeinschaft von Wissenschaftlern“. Die Weltuniversität für Menschenwürde ist also eine Einladung an alle, beizutragen zu einer globalen Gemeinschaft von Lehrenden und Lernenden, für die Würde von zentraler Bedeutung ist.

Folie 63 (Audio clip): Wir sehen unsere Arbeit als einen organischen Wachstumsprozess. Manchmal benutzen wir das Bild eines Baumes, oder auch des Waldes.

Auch in der Struktur unserer Arbeit versuchen wir, unser Motto der Würde zu verwirklichen, nämlich Einheit in Vielfalt:

Die „Wurzeln“ und der „Stamm“ repräsentieren unsere globale Gemeinschaft von gleichgesinnten Menschen, und damit die Einheit.

Die Zweige mit den Projekten, den „Früchten“ sozusagen, repräsentieren die Vielfalt.

Folie 64 (Audio clip): Wir haben auch Dignity Press gegründet, mit dem Imprint World Dignity University Press, als gemeinnützigen Verlag, der sich der Würde verschreibt.

Folie 65 (Audio clip): Das ist mein Buch, das ich 2006 veröffentlichte. Der Titel ist: *Wie man Feinde macht: Demütigung und internationaler Konflikt*. Das Bild zeigt Menschen in der arabischen Welt, die über den Missbrauch im Gefängnis von Abu Ghraib aufgebracht sind. Vor kurzem kam die Nachricht, dass die US-Soldatin Lynndie England, die Gefangene in Abu Ghraib misshandelt hatte, sich auch heute noch weigert, sich für ihre Handlungen zu entschuldigen. „Sie wollen, dass ich mich bei ihnen entschuldige? Ich werde mich doch nicht bei meinem Feind entschuldigen!“ sagt sie (*The Independent*, 21. März 2012).

Folie 66 (Audio clip): Der Titel meines zweiten Buches, das 2009 herauskam, ist *Emotion und Konflikt*.

Folie 67 (Audio clip): Mein drittes Buch kam 2010 heraus und handelt von Demütigung und Geschlechterbeziehungen, und welche Rolle das Sicherheitsdilemma dabei spielt. Es ist in seiner Essenz ein Buch über Liebe, und das Vorwort ist von Desmond Tutu. Das vierte Buch, das 2012 herauskam, fragt nach, wie eine würdige Wirtschaftsform, *A Dignity Economy*, aussehen könnte, in der die Bürger nicht gedemütigt werden. Die ersten drei Bücher erschienen in einem renommierten amerikanischen Verlag, und *Making Enemies* wurde als eine der besten akademischen Veröffentlichungen des Jahres geehrt. Das vierte Buch kam dann in World Dignity University Press heraus.

Folie 68_1 (Video clip): In meiner Arbeit rufe ich auf zu einer weltumspannenden Bewegung für Würde, einer Bewegung, die kontinuierlich kooperiert, um Nachhaltigkeit und Gedeihen zu schaffen, sozial und ökologisch, lokal und global.

In traditionellen Gesellschaften, und ich lernte das von der älteren Generation während meiner Zeit in Ägypten, diente man dem Gemeinwohl, wenn man die Kraft des eigenen Volkes stärkte, zum Beispiel, indem man die Generationenfolge weiterführte und eine Familie gründete.

Meine Erfahrung zeigt, dass heute Lebenssinn im Dienst am Gemeinwohl der gesamten Menschheit zu finden ist, und nicht mehr im traditionellen Wettstreit um die Vorherrschaft über andere. Wir müssen ein kritisches und organisatorisch-systemisches Bewusstsein entwickeln, und das bedeutet heute ein globales Einheitsbewusstsein.

Für mich bedeutet Lebenssinn, gegen Kränkungen der Menschenwürde aufzustehen. Heute müssen wir Mandela folgen – und das muss eine Gesellschaft besonders ihren Kindern nahebringen. Es bedarf eines Wandels hin zu gelebter Solidarität. Solidarität nicht mehr im Dienste von Dominanz und Ausbeutung, nicht mehr im Dienste offener Herrschaftstechniken, und auch nicht im Dienste versteckter Herrschaftstechniken, so wie wir sie heute in der Vereinzelung des Menschen in abstrakten gesellschaftlichen Zwängen finden. Sondern, Solidarität im Dienste weltweiter Zusammenarbeit.

Um zum Begriff Demütigung zurückzukommen, so beinhaltet globales Einheitsbewusstsein ein Bewusstsein von globaler *Einheit in Vielfalt*, es beinhaltet die Fähigkeit, sich zu schämen, wo Scham angebracht ist, wütend zu werden angesichts von Demütigung, es beinhaltet Demut nicht als Zeichen von Unterwerfung und gelernter Hilflosigkeit, sondern würdevolle Demut als Zeichen von Reife. Und wir sind alle zugleich unsere eigenen Therapeuten und Patienten. „Es gibt keine Passagiere auf dem Raumschiff Erde. Wir sind alle Mannschaft“, sagte Marshall McLuhan.

Folie 68_2: Eine Journalistin schrieb mir vor ein paar Wochen, weil sie von diesem Vortrag gehört hatte. Sie fragte, ob mein Ansatz eine Theorie sei oder eine Therapiemethode.

Wenn ich die Beziehung zwischen Theorie und Therapie erklären will, wie ich sie sehe, dann lade ich Menschen ein, sich vorzustellen, sie lebten in Südafrika unter der Apartheid. Und dann sollen Sie vorstellen, Sie seien ein Therapeut und Nelson Mandela käme zu Ihnen, weil er depressiv ist. Was wäre der optimale Weg zur Heilung für ihn, was meinen Sie? Wäre es, Mandela zu helfen, widerstandsfähiger zu werden gegen die Demütigung der Apartheid, sich besser anzupassen an die Apartheid?

Mandela brachte Heilung nicht nur in sein eigenes Leben, er brachte einer ganzen Gesellschaft Heilung, einer Gesellschaft, die durch das Ausagieren von generationsübergreifenden Traumata gekennzeichnet war. Und Südafrika lebt noch immer mit diesen Traumata, was ein Grund dafür ist, warum Heilung so schwer vorankommt. Eine ganze Gesellschaft braucht Therapie, wenn man so will. Und ein Teil der Therapie ist es, geeignete theoretische Analysen der Situation zu entwickeln, um die optimalen Wege zur Heilung zu finden. Kurt Lewin sagte die berühmten Worte: „Es ist nichts so praktisch wie eine gute Theorie“.

Natürlich ist nicht jeder ein Mandela. Und wir können nicht erwarten, dass die Deprimierten dieser Welt uns vor der systemischen Demütigung retten wie Apartheid sie beinhaltete. Allerdings, wenn wir unsere Welt heute analysieren, können wir erkennen, dass wir alle Beteiligte sind in einer Situation, die zum aktuellen Zeitpunkt in der Krise ist. Unsere Soziosphären und Ökosphären werden geschwächt, und zwar systemisch, und ich beobachte diesen Prozess überall auf unserem Planeten während der vergangenen vier Jahrzehnte meines globalen Lebens.

Um mich selbst als Beispiel zu nehmen, so wäre ich tief deprimiert, würde ich nicht den Weg gehen, den Mandela uns gezeigt hat. Der einzige Weg für mich, um in der heutigen Welt gesund zu bleiben, die einzige Therapie für mich, ist all meine Energie in die Entwicklung von Werkzeugen zu investieren, die uns, der menschlichen Familie, helfen können, bei der Gestaltung der Arten von Therapie, die unsere Welt braucht. Für mich sind Theorie und Therapie zutiefst miteinander verbunden, das eine kann nicht ohne das andere sein. Und es ist nur über diese Verbindung, dass ich das Gefühl der Erfüllung erlebe, welches mir wiederum die Kraft gibt, ein Leben tiefer Lebensfreude führen zu können. Alles andere ist für mich unzureichend, zu fragmentiert. Nur die höchste Ebene umfassenden ganzheitlichen Denkens, Theoretisierens und Agierens hat einen konstruktiven therapeutischen Effekt für mich. Und ich beobachte, dass auch viele andere Menschen sich durch diesen Ansatz bereichert fühlen.

Einer der zentralen Begriffe von Philippe Jeammet in seinem Referat war Kokreation. Heute ist ein kontinuierlich kokreierter Prozess globalen systemischen Wandels notwendig.

Wir hier im Saal haben Ressourcen und damit Verantwortung. Überhaupt, Menschen, die in der Schweiz leben, sind in einer ganz besonderen Position. Wie schon erwähnt, der Volksentscheidung zur Begrenzung von Managergehältern in der Schweiz ist ein vorbildliches Beispiel für die Welt. Und die Welt wurde aufmerksam, als Daniel Häni vorrechnete, wie wir das *Kulturzeitalter* einläuten könnten. Hier seine Worte: „Das enorme Leistungspotenzial der Menschen darf nicht nur auf die Erwerbsarbeit reduziert werden, – nur mit einem bedingungslosen Grundeinkommen wird Arbeit „sichtbar als schöpferischer Bereich des Menschen“.

Es gilt heute mehr Mut zu haben, Mut zum Träumen, Mut zur Vision, Mut zur Utopie, und zwar nicht einer Utopie, die von oben aufgezwungen wird, sondern einer, die wir kokreieren indem wir uns die Hände reichen. Und nicht ein neues rigides System, das dreißig Jahre später in einer blutigen Revolution wieder revidiert werden muss, sondern ein Prozess der kontinuierlichen Kokreation.

Ich möchte jeden ermutigen, Selbstentmündigung zu vermeiden. Es gilt ehrgeiziger zu sein als hochmotiviert und dynamisch um der Karriere willen an der eigenen Selbstentmündigung und Selbsterniedrigung zu feilen. Ich möchte alle ermutigen, sich es nicht nehmen zu lassen,

wenn sie so wie ich manchmal dastehen wie das Kind, das findet, dass der Kaiser keine Kleider an hat.

Folie 69 (Video clip): Es passiert manchmal, dass nach meinem Vortrag ein oder zwei Menschen zu mir kommen, die sich durch etwas was ich sagte, gekränkt fühlen. Ich möchte mich hiermit vorbeugend bei allen entschuldigen, wenn ich sie mit meinen Worten gekränkt haben sollte. Es ist nicht meine Absicht.

Folie 70 (Video clip): Ich sagen Ihnen allen einen sehr herzlichen Dank fürs Zuhören!