



Samstag, 05. April 2025, 11:00 Uhr
~8 Minuten Lesezeit

Immer wieder ist jetzt!

Sabrina Khalil beschreibt in ihrem Gaza-Gedicht den furchtbaren Wiederholungszwang, der immer wieder Gewalt hervorbringt.

von Sabrina Khalil
Foto: New Africa/Shutterstock.com

„Heimat auf Blutboden, Schlachtfelder wie menschliche Müllhalden, den Rest frisst der Hunger, frisst die Verzweiflung.“ So drastisch beschreibt die Schauspielerin, Sprecherin und Schriftstellerin

Sabrina Khalil das Grauen von Gaza in ihrem Gedicht. Anstatt dass sich der Schwur „Nie wieder!“ der deutschen Nachkriegsgeneration realisieren würde, haben wir es mit einer Dynamik des „Immer wieder“ zu tun. Nur die Schauplätze wechseln. Warum ist es so schwer, aus der Geschichte zu lernen? Und können wir uns selbst von jeder Mitwirkung an diesem Unglück freisprechen? Die Autorin glaubt an die Möglichkeit kollektiver Heilung aufgrund von Selbsterkenntnis.

Nie wieder wollten wir rauchen, zu viel Alkohol trinken oder uns demütigen lassen. Nie wieder wollten wir zuschlagen, Zwietracht säen, betrügen, stehlen. Niemals unsere Kinder so verletzen, dass sie noch als Erwachsene an den Folgen leiden. Keine Lügen, keine Gewalt, keine Selbstsabotage mehr!

So weit, so gut gemeint.

Nichts davon ist unmöglich, wenn man beharrlich den Weg der Selbsterkenntnis beschreitet und auch vor unangenehmen Entdeckungen nicht zurückschreckt, sich ehrlich seine Süchte und Sehnsüchte eingesteht und nach den Ursachen zu forschen beginnt.

Wann verschleierte ich mit drogeninduzierten Rauschzuständen ein Gefühl der Leere, der existenziellen Unsicherheit?

Warum fühle ich mich so wertlos und schuldig, dass ich immer wieder in selbstzerstörerischen Situationen lande?

Wie kommt es, dass ich mich besser fühle, wenn ich andere Menschen abschätzig behandle oder quäle?

Die Spurensuche führt uns meist in die frühe Kindheit, in konfliktreiche oder sogar gewaltvolle Situationen, in dunkle Familiengeheimnisse, transgenerationale Traumata, vorgeburtliche Lebensumstände.

Manche Menschen begeben sich sogar auf eine noch weitere Reise, erforschen karmische Verstrickungen aus früheren Inkarnationen.

Das Ansinnen all dieser Betrachtungen: Ursachen beleuchten, Zusammenhänge verstehen, Muster entdecken, und dann: Wandeln, was man drehen will. Annehmen, was nicht zu ändern ist. Integrieren, was gesehen werden möchte. Heilen.

Dabei dürfen wir erkennen: Es gibt individuelle Traumata, wie früh verstorbene Eltern, Missbrauch oder Armut, die uns prägen, oder kollektive Traumata, wie Krieg, Vertreibung, Umweltkatastrophen, die ganze Volksgruppen, Regionen oder Länder betreffen.

Aber auch solche, die auf „epigenetische“ Weise Eingang in unser geistig-körperlich-seelisches Gewebe finden, ohne dass wir direkt betroffen waren.

Und auch kollektive Schicksale, mit denen wir uns identifizieren, an die wir „andocken“ und die dann in uns wirken, können belastend sein, obwohl wir nicht unmittelbar unter ihnen leiden: Vergangene oder aktuell stattfindende Verbrechen, die mit der Bekämpfung des weiblichen Prinzips zu tun haben, mit Sklaverei oder der Ausrottung indigener Kulturen, mit patriarchaler Gewalt oder religiöser Verblendung.

Hierbei, und das ist entscheidend, können uns sowohl die Täter- als auch die Opferrolle mit Wut, Schuld und Scham peinigen.

Wenn sich nun Unehrlichkeit einschleicht in den Prozess der

Selbsterkenntnis, wenn wir träge, ängstlich und schlampig werden bei der „Aufarbeitung“, wenn wir uns vorschreiben lassen, wohin wir blicken dürfen und wohin wir besser nicht den Scheinwerfer richten, wenn monetäre oder ideologische Interessen unsere Forschungen behindern, wenn wir auf Tabus stoßen und uns von ihnen einschüchtern lassen ...

Was passiert dann?

Können wir wandeln, was wir nicht kennen, annehmen, was wir ausblenden, heilen, wo wir den Schmerz nicht spüren?

Wie überkommen wir zwanghafte Verhaltensweisen und zerstörerische Muster, die mit Gier, Angst, Zorn oder Verzweiflung einhergehen, wenn wir uns partout nicht gierig, ängstlich, zornig oder verzweifelt fühlen (wollen)?

Oder diese Eigenschaften nur unserem Gegenüber, dem Anderen zuschreiben.

Oder diese Eigenschaften an uns erkennen, aber sie als gerechtfertigt einstufen, weil sie zweifelsfrei von einem „Außen“ hervorgerufen werden, auf das wir „nur“ reagieren.

Niemals mehr Krieg und Zerstörung, haben wir unzählige Male gelobt.

Nie wieder!

Schauen wir uns um: Die Unruheherde sind absurd zahlreich, und die Arten der gegenseitigen Misshandlungen reichen von offener Gewalt, Folter und Krieg bis hin zu subtilen Formen der Manipulation und Tyrannei.

Wie im Wahn errichten wir Brandmauern zu vermeintlichen Tätern

– und werden dabei selbst zum Gewalttäter und zugleich zum Opfer unserer Konditionierung.

Wie im Wahn solidarisieren wir uns mit vermeintlichen Opfern, deren Täterschaft wir tabuisieren, was uns wiederum zu Mittätern macht.

Wer ist hier der Angreifer, wer der Widerstandskämpfer, wer der Terrorist, wer der Unterdrücker, wer der Verbrecher, wer verteidigt sich, wer ist unschuldig, und: Wer bestimmt das?

Auf Kosten echter Aufarbeitung und Selbsterkenntnis werden verzweifelt Zuschreibungen zementiert, die unser Erleben der Realität immer eklatanter verzerren und für massive Störgefühle sorgen.

Die Rechnung wird freilich ohne die „universellen Gesetze“ gemacht, die in aller Seelenruhe – oder vielmehr in unser aller Seelenaufgewühltheit – wirken, ob es den Herren und Damen der Propagandaabteilung passt oder nicht.

Es gibt Gesetze der Polarität, der Anziehung, der Wechselwirkung.

Es gibt Pendelausschläge und Rückkopplungen. Systematische, gründliche und folgerichtige Prozesse auf der biochemischen, energetischen Ebene, die nicht verschwinden, nur weil wir sie nicht wahrnehmen oder wahrhaben wollen.

Auch wenn es zwischenzeitlich nach Chaos aussieht oder nach vermeintlichen „Siegen“ oder „Niederlagen“: Die Alchemie des Universums wirkt nach Gesetzmäßigkeiten, die weder „gut“ noch „böse“ kennen, sondern einer inneren Logik folgen, die wir erahnen können, wenn wir aufrichtig gewillt sind, unsere Programmierungen zu durchschauen.

Wie können wir überhaupt Entscheidungen treffen („Nie wieder dieses oder jenes“), wenn wir keinen Zugriff auf den Code haben, der UNSERE innere Logik bestimmt?

Oder, frei nach Tom-Oliver Regenauer: „Wenn Du keinen Plan hast, wirst Du zum Teil des Plans eines Anderen!“

Welcher Agenda von Machterhalt und Geschäftemacherei wir uns willfährig unterordnen, wenn wir uns gegenseitig in alle Ewigkeit abschlichten, soll hier nicht erörtert werden.

Aber man muss nicht erst die großen geopolitischen Zusammenhänge bemühen, um festzustellen: Der „Andere“, in dessen Plan wir eine Rolle spielen, das ist zuallererst einmal der Automatismus im eigenen Wesen, der uns dazu zwingt, unablässig Reiz-Reaktions-Verhaltensweisen abzuspielen. Ohne dass sich vorher eine autonome Wahl oder Willensbekundung dazwischengeschaltet hätte, reproduzieren wir das immer Gleiche.

Ich bin nicht gegen Wiederholungen per se – wir können uns Sisyphos als einen glücklichen Menschen vorstellen! (frei nach Albert Camus)

Aber wir sollten uns schon die Frage stellen, welchem Prinzip wir dienen wollen.

Wofür steht der Stein, den ich jeden Tag erneut den Berg hinaufrolle?

Für Vergeltung, Rache, Abgrenzung, Gewalt, Angst, Bosheit, Verblendung, oder für Lebensfreude, Dankbarkeit, Würde, Mitgefühl, Integrität, Wahrheit, Weisheit?

Nur wenn wir hier klare Entscheidungen treffen und uns

gewissenhaft um eine Autonomie im Denken und Handeln bemühen, die der Macht der Gewohnheit mutig entgegentritt, können wir jeden Tag ein Stück freier, ein wenig friedlicher sein.

Und dann formulieren wir unsere Absichten noch mal, fassen Vorsätze, die wir umsetzen können, weil wir unsere wahren Beweggründe durchschaut haben und nun in der Lage sind, zu agieren anstatt zu reagieren.

Und vor allem: Formulieren wir unser Ansinnen positiv, denn wir sind nicht gut darin, negative Handlungsanweisungen zu befolgen („Nicht auf die heiße Herdplatte fassen“).

Aus „Nie wieder“ wird dann „Immer wieder“.

Immer wieder: meine Würde, meinen Körper, meine Seele schützen.

Immer wieder: meine Mitmenschen sehen, verstehen, achten.

Immer wieder: Frieden leben, Wahrheit sprechen, Heilung suchen.

Immer wieder ist jetzt!

„Nie wieder“ war noch nie.

Immer wieder ist jetzt

Aus Opfern werden Täter, und alle könnten es sehen,
nähmen sie nur mal die Finger aus den Ohren,
um mit den freigewordenen Händen die Angstfessel zu lösen,
die um ihr banges Herz sich windet
seit diesem Tag,
seit den Kriegen davor,
seit der großen Schuld und dem Schweigen danach,
seit der ersten gewaltsamen Eroberung.

Unerträglich ist das Offensichtliche –
auf allen Kanälen in Echtzeit,
das erbarmungslose Landgrabbing-Game:
„Zerstöre, vertreibe, besetze!“

Die Macht ist mit Dir, der Du das Recht des Stärkeren,
des Auserwählten, des bis in die Zellen Bewaffneten verkörperst,
junger Held

während die Körper der Geknechteten und Entrechteten
zu Abertausenden zerbersten.

Woll'n doch mal sehen, welchen Dreh wir noch finden
in Sachen Auslöschungs-Fantasy...

Karma is a bitch with a wicked sense of humor –

Aber die Seelen brechen auf ALLEN Seiten zu ALLEN Zeiten,
wie man das nur immer und immer wieder vergessen kann?

Opfer zu Tätern. Täter zu Opfern.

Kaputte Vergangenheit, perverse Gegenwart, kaputte Zukunft.

Keine Zeit für Heilung, keine Zeit, keine Zeit!

Trauma über Trauma. Mauern aus Zorn, Alltag in Trauer.

Heimat auf Blutboden, Schlachtfelder wie menschliche Müllhalden,
den Rest frisst der Hunger, frisst die Verzweiflung.

Heiliges Land, wie eine Projektion der Hölle wirkst Du von außen.

Mit SICHERHEIT von INNEN erst RECHT.

Brudermord, Kindesopfer, Schwestern wie Furien, Tod und Teufel –

Tod ohne Namen, Namen ohne Zahl.

Rachsüchtiges Blut, fegefeyrige Gedanken,

altes Testament in jungen, wilden, dummen

Mörderpuppen in Uniform.

Was habt ihr denn erwartet?

Und was glaubt ihr, erwartet eure Kinder?

Seht, wie ihr blindwütig ausführt, was ihr nicht versteht.

Mit der Zeit erkennt ihr

wie nah Fluch und Segen beieinander wohnen,

und wie leicht ihr, als wäre es nichts,

den Fluch gewählt,
den Fluch erfüllt.

Wohlfeile Worte der Rechtfertigung kaufen euch Zeit,
Blendgranaten für die Angsterfüllten.
Eure Taten dagegen schreiben sich ein in die Matrix des Alls,
der ihr nicht entkommt.
Aus Tätern werden wieder Opfer, Gott würfelt nicht,
das war euch wohl entfallen, oder wolltet ihr es nicht wissen,
nicht besser wissen...?

Grausamer Fehler beim Überschreiben des Hologramms.
Gnadenlose, zwanghafte Wiederholung.
Immer wieder ist jetzt!
„Nie wieder“ war noch nie.

Hier können Sie das Album „Voices for Gaza“ kaufen: **Protestnoten**
(<https://protestnoten.de/produkt/voices-for-gaza-doppel-cd/>),
oder herunterladen: **Voices for Gaza** (<https://bfan.link/voices-for-gaza>)

Das vertonte Gedicht „Immer wieder ist jetzt“ ist auf dem ersten
Teil des Albums zu finden.

Voices for Gaza



Sabrina Khalil, Jahrgang 1976, absolvierte ihre Schauspielausbildung an der Neuen Münchner Schauspielschule und war anschließend einige Jahre Ensemblemitglied der „Schauburg München“ sowie als Schauspielerin für Film und Fernsehen tätig. Für das Literaturhaus München und diverse Verlage und Buchhandlungen nimmt sie an Lesungen teil und arbeitet als Sprecherin für Podcasts oder Radiobeiträge. Als Sängerin und Texterin hat sie in verschiedenen Bands und Musikprojekten mitgewirkt. Sie lebt mit ihrem Mann und zwei Söhnen in München.

