

Ich schreibe über Rassismus. Ich als weiße Frau schreibe über Rassismus. Weil es mich betroffen macht, daß Menschen neben mir so andere Erfahrungen machen als ich. So schmerzhaft, schmerzhaft andere...

Nur weil ihr Anblick verknüpft ist in in vielen Gehirnen mit abwertenden Bildern, Worten, Eigenschaften, wie:

( V O R S I C H T   T R I G G E R ! )

"das ist kein Mensch", "da kommt es nicht darauf an", "ist mir egal, geht mich nichts an"

Mit Bewertungen wie: "häßlich" "unförmig", "faul", "naiv", "ungebildet", "unfähig zu..." und vor allem: "anders".

Auch Abwesenheit von Mitgefühl: "braucht nichts", "kommt schon klar"... ( T R I G G E R   E N D E )

Weil ich seit 15 Jahren die Wirkungen dieser Urteile spüre an der Seite meiner Partnerin, einer "Person of Color". Nein, auch diese Bezeichnung ist nicht wirklich freiwillig gewählt. Freiwillig wäre gar kein Bezeichnung nötig. Weil niemand mehr einen essenziellen Unterschied sehen würde. Sondern Unterschiede, wie sie zwischen allen Menschen bestehen: kleiner, größer, schmal, breit, kurze, lange Haare und ja, auch Farben, aber nicht in erster Linie und nicht als "Unterschied der einen Unterschied macht".

Merkt ihr worauf ich hinaus will ?

Mal einen Tag ausprobieren, wie es ist, überall als "anders", als "die andere" gesehen zu werden ? Ich wette, keine von uns würde das durchstehen ohne bittere Tränen.

"Othering" (jemanden zum "anderen" machen) ist eine der schlimmsten Formen von Gewalt. Denn sie betrifft unsere grundlegendsten Bedürfnisse. Das Bedürfnis dazu zu gehören. Das Bedürfnis nach Sicherheit, Geborgenheit. Nach gleichen Voraussetzungen (Fairness). Nach Raum und Gelegenheiten sich zu entwickeln und bei zu tragen. Nach Wohlwollen, nach Sympathie. Die eigenen Fähigkeiten voll einsetzen zu können und gebührenden Lohn und Anerkennung selbstverständlich zu empfangen...

"Gewaltfreie Kommunikation" nach Marshall Rosenberg hat mir geholfen meine Fähigkeit zur Empathie mit Menschen, die von Rassismus betroffen sind, zurück zu gewinnen. Denn ich konnte Schuldgefühle, Schuldgedanken ablegen. Die hatten mich daran gehindert hin zu schauen und hin zu fühlen.

In der "Gewaltfreien Kommunikation" gehen wir davon aus, daß es keine Schuld gibt. Das ist womöglich hart zu hören für Menschen denen schweres Leid und Unrecht angetan wurde.

Es gibt keine Schuld, aber wir sind frei zu bedauern und zu betrauern, was wir getan haben, noch tun, was unsere Vorfahren taten... und wodurch die wichtigsten Bedürfnisse so vieler Menschen nicht erfüllt wurden und werden.

Wir können die Folgen anschauen und anhören - und mitfühlen. Ich denke, darin besteht eine Chance für Heilung. In uns selbst und zwischen uns allen.