

## Heimatgefühl

Ein Baum ist fest verwurzelt mit der Mutter Erde. Er hat dadurch ein stabiles Fundament und ist gleichzeitig in der Krone flexibel und beweglich.

Wir sind fest verwurzelt mit unserer Familie. Von klein auf gibt sie uns Stabilität und das Gefühl von Sicherheit. Wir fühlen uns geborgen und nicht allein.

Eine weitere Kraftquelle kommt von unseren Vorfahren. Auch mit ihnen sind wir eng verbunden. Die Kraft kann sich voll entfalten, wenn wir unsere Ahnen achten und wertschätzen.

Eine weitere Verbundenheit spüren wir „normalerweise“ für unser Heimatland. Auch hier gehören wir dazu. Durch die Ereignisse, die in den Kriegen geschehen sind, fühlen wir uns dabei unwohl.

Wir haben heute noch bewusst oder unbewusst ein schlechtes Gewissen in Bezug auf unsere traurige, deutsche Vergangenheit.

Diese „dunkle, kollektive Schuldwolke“ schwebt über Deutschland und schwächt uns. Wir bestrafen uns mit unserer inneren Haltung selbst. Das hilft niemandem und kann nichts mehr ungeschehen machen. Unsere Geschichte ist geschrieben.

Es ist an der Zeit zu akzeptieren, was geschehen ist - endlich zu verzeihen und zu vergeben. Es darf wieder heil werden in Deutschland und in unseren Herzen.

Mit Achtung können wir auf unsere deutsche Geschichte schauen und das Schicksal unseres Landes annehmen. Wir können uns mit unserer traurigen Vergangenheit versöhnen und die Kriegstoten achten und ehren - sie in unser Herz nehmen. Sie gehören zu uns - Opfer wie Täter.

Somit schauen wir mit Respekt zurück und mit Achtung und Demut nach vorne.

Wir erlauben uns, wieder deutsche Wurzeln zu haben.

Wir dürfen uns als Deutsche wertschätzen - auch mit unserer traurigen Vergangenheit. Und genau das, lassen wir gerade nicht zu.

Verbundenheit gibt uns Kraft. Die Wurzeln zu unserer Familie, unseren Vorfahren und unserem Land geben uns Stabilität. Wir sind unser Land. Wir persönlich sind Deutschland- nicht nur der „Grund und Boden“.

Unsere Heimat hat unseren Respekt und unsere Achtung verdient. Das Traurige ist in unseren Herzen.

In der Zukunft können wir es anders machen:

- Verbundenheit statt Trennung
- Demut statt Macht
- Liebe statt Vergeltung

Wir alle haben es in der Hand.

Der erste Schritt ist die eigene Achtung. Ich bin wertvoll und darf mich achten.

Wenn ich mich achte - kann ich andere wertschätzen und werde selbst respektiert.

Wenn ich mich missachte, trampelt symbolisch gesehen jeder auf mir herum.

Mit der Achtung meine ich die Wertschätzung aus meinem Herzen und nicht den Stolz aus dem Ego!!!

Die dunkle, kollektive Schuldwolke hat viele von uns blockiert. Das darf sich jetzt lösen. In unserer Heimat und in unseren Herzen darf wieder die Sonne scheinen.

**Mithilfe des Himmels haben wir ein neues Heimatgefühl erschaffen und unsere traurige Vergangenheit integriert: (geschütztes Feld)**

### **Feld der Achtung († Kriegsoffer, Kriegstäter)**

**Wir achten euch †. Wir achten uns.**

**Ihr gehört zu uns und wir sind eins.**

**Ihr seid in unseren Herzen.**

**Wir sind Deutsche. Wir sind eine Gemeinschaft.**

**Wir achten uns.**

### **Hintergrund:**

Wir sind die Ausbildungsgruppe WIYS © von Britta Grötsch und haben uns das kollektive Schuldbewusstsein in einem Mehrfachwalk angeschaut. Ein Video ist vorhanden.

### **Walk: (Walking in your Shoes)**

***Ich bin jetzt das kollektive Schuldbewusstsein der Deutschen, das was sich zeigen möchte.***

Es hat sich viel Elend und Leid gezeigt. Das alles ließ sich schwer lösen und transformieren.

Danach haben wir ein Doppelwalk gemacht: auf der einen Seite die Deutschen und auf der anderen Seite die Flüchtlinge- getrennt durch eine Linie.

***Ich bin jetzt die Deutschen und das, was sich dazu zeigen möchte.***

***Ich bin jetzt die Flüchtlinge und das, was sich dazu zeigen möchte.***

Es kamen auf der deutschen Seite viele Emotionen hoch: sich ausgenutzt fühlen, Wut auf die Politik, sich hilflos fühlen, sich nicht geachtet fühlen.

Auf der Seite der Flüchtlinge waren es mehrere Facetten. Es gibt welche, die wissen das, was sie von uns bekommen zu schätzen - die anderen nutzen uns gezielt aus.

Der verbale Austausch ähnelte eher einem Streit.

Wir haben dann die Person für die Deutschen mit dem „Feld der Achtung“ verbunden. Die Trennlinie wurde entfernt. Wir standen zu fünft nebeneinander gegenüber dem Flüchtling. Wir waren ihm freundlich gestimmt und er war uns willkommen.

Er spürte unsere Kraft und fühlte sich auf einmal mit seiner Gewaltenergie klein.

### **Fazit:**

Dieser Walk zeigt deutlich, unsere stärkste Kraft ist unsere Selbstachtung und die Achtung für unsere Heimat.

Durch die traurige Vergangenheit unseres Landes haben wir uns die ganze Zeit nicht getraut, uns und unser Land wertzuschätzen und zu achten. Wir haben uns eher geschämt. Vermutlich wirkt das in vielen unbewusst.

### **Weitere Walks:**

*Ich bin jetzt meine Verbindung zum kollektiven Schuldbewusstsein.*

*Ich bin jetzt das, was ich brauche, um das Feld der Achtung zu integrieren.*

### **Unsere Bitte:**

Wenn es für euch stimmig ist, wäre es klasse, wenn ihr diese Walks durchführt und euch mit dem „Feld der Achtung“ verbindet.

Als Gemeinschaft können wir viel bewegen und das fühlt sich so gut an 😊. Endlich dürfen wir uns wieder deutsch fühlen (in Demut und aus dem Herzen, nicht aus dem Ego).