



Was bei mir durch die Beschäftigung mit dem Buch „Die Kraft der Kriegsenkel“ von Ingrid Meyer-Legrand klar geworden ist...

Der Ausgangspunkt des Grübelns war ein Leid oder besser ein Leiden an etwas, das ich nicht anders beschreiben konnte als etwas rein Persönliches: irgendwie unruhig, unstet auf der Suche - wonach denn eigentlich? - nicht dazugehörend, kein Platz nirgends, kein Ankommen und der so oft rasante Wechsel zwischen Hybris und Selbstwertkrise.

Zweifel an mir selbst als Resultat und keine sichtbare Möglichkeit nach vorn oder wenigstens auf andere(s) zu schauen.

Der Zufall gab einen Hinweis, indem er mir das Buch „Die Kraft der Kriegsenkel“ zuspielte. Konnte es sein, dass das alles nicht nur etwas mit mir allein zu tun hat? Spielt auch unsere Familiengeschichte eine Rolle mit dem, was über Generationen hinweg wirksam ist?

Dieses Buch ist ein neuer Ansatzpunkt, um sich und seine jeweilige Eingebundenheit in ein vielfältiges Leben besser zu begreifen. Es bietet dadurch die Möglichkeit, sich und seiner generationsübergreifenden Geschichte näher zu kommen, sich einer anderen Erzählung zuzuwenden, die das Leiden bisher zugestellt hat. Das Feld beginnt sich zu öffnen und wird weit.

Der in dem Buch sehr klar beschriebene Ansatz der besonderen Biografiearbeit hat sich auch mit einer anderen Brücke verbunden. *Robert Musil* überschreibt das 4. Kapitel seines „*Mann ohne Eigenschaften*“ so: *Wo es Wirklichkeitssinn gibt, muss es auch Möglichkeitssinn geben.*

Durch die Lektüre des Buches von Ingrid Meyer-Legrand und ihrem Ansatz ist mir klar geworden, dass das Hauptgewicht nicht nur auf der Tatsache der Geschichte eines Kriegsenkels und seinen Auswirkungen (= *Wirklichkeitssinn*) liegen muss. Diese Tatsache ist schlicht anzuerkennen. Vielmehr liegt der eigentliche Schlüssel bei der Fokussierung auf die Kraft und den Ressourcen (= *Möglichkeitssinn*), die man für die Gestaltung des eigenen Lebens zur Verfügung hat. Allein die Annahme, dass es möglich ist, hilft den Weg in die eigene Zukunft zu finden, denn die erweiterte Wahrnehmung erkennt allmählich auch die Blumen am Wegesrand.

Dass diese aufbauende und gestaltende Wahrnehmung nicht nur mich persönlich weiterführt, sondern auch eine gesellschaftliche Relevanz hat, indem der Umgang mit transgenerationalen Traumata auch als *role model* wirken kann, ist umso wertvoller.

Mit der konsequenten Betonung der innewohnenden Kraft, den Ressourcen und dem Möglichkeitssinn zur Gestaltung hat Ingrid Meyer-Legrand mit diesem Buch selbst eine Ressource geschaffen, die über den Text hinaus von hoher Relevanz und Wirksamkeit ist.

Stefan Latt, November 2018