



WISSENSGEIST.TV

Die Heilung von Traumata: Der Weg zum Frieden in uns und in der Welt



03. AUGUST 2024
BERLIN



DR. MED. VET.
IMKE QUERENGÄSSER

GROSSDEMONSTRATION
FÜR FRIEDEN UND FREIHEIT

Ein Tag der Veränderung

Am Samstag, den 3. August 2024, versammelten sich Tausende von Menschen in Berlin, um an einer Grossdemonstration der sogenannten Querdenker-Bewegung teilzunehmen. Die Veranstaltung, die vom Streben nach Frieden und Freiheit geprägt war, beinhaltete eine emotionale Rede von Dr. med. Imke Querengässer, einer Tierärztin und engagierten Mutter. Ihr eindringliches Plädoyer traf den Nerv der Versammelten und gab den Anstoss zu tiefgreifenden Überlegungen über die gesellschaftlichen Herausforderungen und den individuellen Wandel.

Die Suche nach Frieden: Individuelle Verantwortung

Ein eindringlicher Punkt ihrer Rede war der Bezug auf den persönlichen Zusammenhang, den sie als Mutter von zwei Söhnen zieht. Der Wunsch nach Frieden, der alle Anwesenden eint, ist für sie nicht nur ein abstraktes Konzept, sondern eine tief empfundene Sehnsucht, die auch in ihren familiären Realitäten verankert ist. „Dieser Frieden erscheint uns oft als ein utopisches Ziel“, gab sie zu bedenken und forderte die Zuhörer auf, über die Wege nachzudenken, die zu diesem Ziel führen könnten.

Im Zentrum ihrer Botschaft steht die Überzeugung, dass Frieden in der eigenen Person beginnen muss. Dr. Querengässer warnt vor den Gefahren des negativen Denkens: „Glaube nicht alles, was du denkst.“ Dieser Satz ist eine Aufforderung, sich der eigenen Gedanken

bewusst zu werden, da sie unsere Emotionen prägen und diese unser Handeln beeinflussen. „Wir leben oft in einem Teufelskreis der Angst und Sorge, der uns vom inneren Frieden entfremdet“, argumentierte sie und appellierte an die Menge, sich der echten Ursachen von Angst und Ohnmacht zu stellen.

Die Auseinandersetzung mit Trauma: Lebensverändernde Einsichten

In diesem Kontext betonte Dr. Querengässer die zentrale Rolle der Selbstbefreiung: „Der Schlüssel liegt darin, unser wahres Ich aus alten Verstrickungen zu befreien und im wahrsten Wortsinn erwachsen zu werden.“ Sie sieht in der Auseinandersetzung mit individuellem und gesellschaftlichem Trauma einen entscheidenden Ansatz zur Heilung und betont: „Jeder von uns trägt den Schlüssel zur Veränderung in sich – wir müssen ihn nur finden und benutzen.“ Sie erklärte, dass Trauma als etwas definiert werden kann, dass unsere Bewältigungsmechanismen übersteigt – als etwas, das zu gross ist, um es adäquat zu verarbeiten. Dr. Querengässer lenkte den Fokus auf Bindungs- und Entwicklungs Traumata, die ihren Ursprung in Kindheitserfahrungen haben und oft das Ergebnis von frühkindlichen Bindungsproblemen sind.

Zur Veranschaulichung teilte sie eine persönliche Anekdote: „Zur Zeit meiner Geburt, 1972, war es gang und gäbe, dass einer Mutter nach der Geburt ihr neugeborenes Baby weggenommen wurde. Stellt euch vor, was es für ein hilfloses Neugeborenes bedeutet, von seiner Mutter getrennt zu sein. Es ist ein absolut lebensbedrohlicher Zustand, der zu immensem Stress führt.“

Die Folgen der Traumatisierung: Ein Aufruf zur Heilung

Dr. Querengässer erläuterte die weitreichenden Konsequenzen, die solche Erlebnisse nach sich ziehen: „Ein Nervensystem, das von einer Bezugsperson reguliert werden muss, wird in seiner Not allein gelassen, was ein zutiefst traumatisches Erlebnis ist. Oft leiden diese Menschen unter ständiger Unruhe und geringer Stresstoleranz.“

Sie mahnte, viele aus ihrer Generation hätten nie Unterstützung erhalten, um einen gesunden Umgang mit ihren Gefühlen zu erlernen. Coach und Therapeuten konnten es nicht aus den Erfahrungen ihrer Vorfahren lernen und verwies auf das transgenerationale Trauma. „Das Grauen, das die beiden Weltkriege erlebten, wurde an unser Nervensystem weitergegeben.“

Der Weg zur Heilung: Eigenverantwortung und Akzeptanz

„Wir dürfen nicht zulassen, dass dieses Trauma weiterwandert“, so Dr. Querengässer. Sie stellte die Notwendigkeit fest, sich den verletzten Teilen in uns empathisch zuzuwenden und zu heilen. „Wir geben das, was wir im Innern gespeichert haben, nicht länger an unsere Kinder weiter.“

Abschliessend ermutigte sie das Publikum dazu, sich in wenigen Worten für den Frieden zu erklären: „Vielleicht mögt ihr einmal kurz die Augen schliessen, tief durchatmen und zu euch selbst sagen: ‚Ich bin im Frieden.‘ Und wenn es in eurem Innern gerade nicht friedlich ist, dann könnt ihr damit Frieden schliessen. Schaut euch um, ihr seid nicht allein.“

Sie stellte fest, dass viele Menschen wertvolle Begleiter auf diesem Weg finden können, wie Professor Franz Rupert, Dr. Hans Joachim Marz und Michaela Huber, um hilfreich auf ihrem Weg zur Heilung zu sein.

Ein gemeinsames Bestreben nach innerem und äusserem Frieden

Dr. Querengässer schloss mit der Botschaft: „Der Frieden beginnt in uns, und jeder Einzelne von euch macht einen Unterschied. Seien wir mutig für den inneren Frieden und eine friedlichere Welt. Ich danke euch für euren Mut und eure Bereitschaft, diesen Weg zu gehen.“

Die Worte von Dr. Querengässer hallten durch die Menge und vereinte die Anwesenden in ihrem gemeinsamen Streben nach einer besseren Zukunft. Dieser Tag ist nicht nur ein Protest – er ist eine Aufforderung zur Selbstreflexion und zu einem kollektiven Umdenken in einer Welt, die oft von Angst und Unsicherheit geprägt ist.

Nicole Hammer
Wissensgeist.TV