

## **KenFM im Gespräch mit: Franz Ruppert ("Wer bin ich in einer traumatisierten Gesellschaft?") (Podcast)**

Jedes Lebewesen – egal ob Mensch, Tier oder Pflanze – hat eine Psyche. Ein wunderbares Tool, das dem Leben mit den in ihr beheimateten Gedanken und Gefühlen erst seine Würze verleiht.

Diese Psyche steht in einem wechselseitigen Austausch mit den manifesten Teilen unseres Körpers und ist, genau wie dieser, durch eine gewisse Verletzlichkeit gekennzeichnet. So wie eine tiefe Schnittwunde womöglich zu einer Narbe führen kann, können auch seelische Verletzungen bleibende Schäden nach sich ziehen. In der Psychologie spricht man dann von einem Trauma.

Der Mensch reagiert auf eine solche Situation mit Verdrängung. Er spaltet den verletzten Teil seines Ichs ab und versieht diesen dann anschließend mit einem Filter, durch den ihm das traumatische Erlebnis erträglicher vorkommt. Unproblematisch ist das nicht, denn der abgespaltene Teil des Ichs ist in Wirklichkeit gar nicht vollständig von ihm abgetrennt. Die Verbindung ist nur so lange blockiert, bis ein externer Reiz wieder die alten Emotionen triggert, wodurch es letztlich zu einem erneuten Aufkeimen des Schmerzes kommt.

Genau an dieser Stelle setzt Dr. Franz Ruppert an. Er ist der Auffassung, der Weg der Verdrängung und der Bekämpfung seelischer Wunden, ist ein Irrweg. Stattdessen müssen die abgespaltenen Teile der Psyche wieder als das erkannt werden, was sie sind: Teile der eigenen Identität.

Das ist leichter gesagt als getan. Doch wie funktioniert das in der Praxis? Und wie schiebt man einen solchen Prozess an, wenn es nicht nur um einzelne Individuen geht, sondern womöglich um ganze Gesellschaften, die traumatisiert sind? Im Gespräch mit KenFM liefert Ruppert hierzu Antworten, die wohl nur die wenigsten unter uns unberührt lassen.

+++

KenFM jetzt auch als kostenlose App für Android- und iOS-Geräte verfügbar! Über unsere Homepage kommt Ihr zu den Stores von Apple und Google. Hier der Link: <https://kenfm.de/kenfm-app/>

+++

Dir gefällt unser Programm? Informationen zu Unterstützungsmöglichkeiten hier: <https://kenfm.de/support/kenfm-unterstuetzen/>

+++

*Jetzt kannst Du uns auch mit Bitcoins unterstützen.*

**BitCoin Adresse:** 18FpEnH1Dh83GXXGpRNqSoW5TL1z1PZgZK