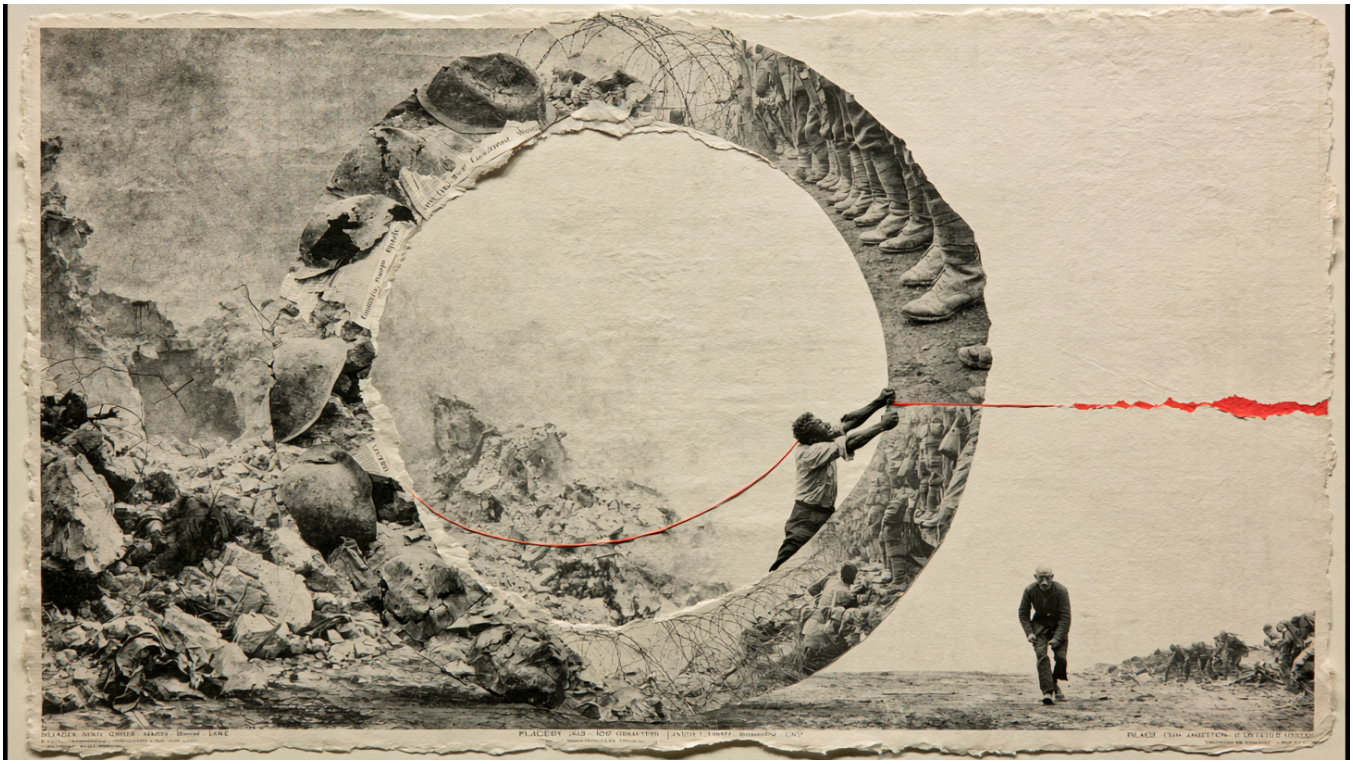

FRIEDENSNOTE NR. 69 · BACKSTAGE

Sempre di nuovo è adesso!

Nella sua poesia su Gaza, Sabrina Khalil descrive la terribile coazione a ripetere che genera sempre di nuovo violenza.

«Patria su suolo di sangue, campi di battaglia come discariche umane, il resto lo divora la fame, lo divora la disperazione.» Con parole così crude l'attrice, voce recitante e scrittrice Sabrina Khalil descrive l'orrore di Gaza nella sua poesia. Invece di realizzare il giuramento «Mai più!» della generazione tedesca del dopoguerra, abbiamo a che fare con una dinamica del «sempre di nuovo». Cambiano soltanto gli scenari.

Perché è così difficile imparare dalla storia? E possiamo davvero assolverci da ogni complicità in questa sciagura? L'autrice crede nella possibilità di una guarigione collettiva fondata sulla conoscenza di sé.

PUBBLICATO	5. aprile 2025
AUTORE	Sabrina Khalil
CANZONE	Immer wieder ist jetzt
INTERPRETE	Sabrina Khalil

Mai più volevamo fumare, bere troppo alcol o lasciarci umiliare. Mai più volevamo colpire, seminare discordia, ingannare, rubare. Mai più ferire i nostri figli al punto che, ancora da adulti, ne soffrano le conseguenze. Basta menzogne, basta violenza, basta autosabotaggio!

Fin qui, buone intenzioni.
Niente di tutto ciò è impossibile, se si percorre con tenacia la via della conoscenza di sé senza indietreggiare nemmeno davanti alle scoperte sgradevoli, se si riconoscono onestamente le proprie dipendenze e i propri desideri e si comincia a indagarne le cause.

Quando maschero, con stati di ebbrezza indotti dalle droghe, un senso di vuoto, di insicurezza esistenziale?
Perché mi sento così indegno e colpevole da ritrovarmi sempre di nuovo in situazioni autodistruttive?
Come mai mi sento meglio quando tratto con disprezzo o tormento gli altri?

La ricerca delle tracce ci conduce per lo più nella prima infanzia, in situazioni conflittuali o addirittura violente, in oscuri segreti di famiglia, traumi transgenerazionali, condizioni di vita prenatali.
Alcuni si spingono in un viaggio ancora più lontano, esplorando gli intrecci karmici di incarnazioni precedenti.

> *L'intento di tutte queste riflessioni: illuminare le cause, comprendere le connessioni, scoprire gli schemi, e poi: trasformare ciò che si vuole cambiare. Accettare ciò che non si può mutare. Integrare ciò che chiede di essere visto. Guarire.*

In questo cammino ci è dato di riconoscere: esistono traumi individuali, come la morte precoce dei genitori, l'abuso o la povertà, che ci segnano, oppure traumi collettivi, come la guerra, la deportazione, le catastrofi ambientali, che riguardano interi popoli, regioni o nazioni. Ma anche traumi che, in modo «epigenetico», trovano accesso al nostro tessuto spirituale, corporeo e psichico senza che ne siamo stati direttamente colpiti.

E anche destini collettivi con cui ci identifichiamo, ai quali ci «agganciamo» e che poi agiscono dentro di noi, possono gravarci, benché non ne soffriamo direttamente: crimini passati o in corso, legati alla repressione del principio femminile, alla schiavitù o allo sterminio delle culture indigene, alla violenza patriarcale o all'accecamento religioso.
E qui, ed è decisivo, tanto il ruolo del carnefice quanto quello della vittima possono tormentarci con rabbia, colpa e vergogna.

Se ora la disonestà si insinua nel processo della conoscenza di sé, se diventiamo pigri, timorosi e trascurati nell'«elaborazione», se ci lasciamo prescrivere dove ci è concesso guardare e dove è meglio non puntare il riflettore, se interessi monetari o ideologici ostacolano le nostre indagini, se ci imbattiamo in tabù e ci lasciamo intimidire da essi …

Che cosa accade allora?
Possiamo trasformare ciò che non conosciamo, accettare ciò che rimuoviamo, guarire là dove non sentiamo il dolore?
Come superiamo i comportamenti compulsivi e gli schemi distruttivi che si accompagnano ad avidità, paura, ira o disperazione, se proprio non vogliamo sentirci avidi, timorosi, adirati o disperati?
Oppure attribuiamo queste caratteristiche solo alla nostra controparte, all'altro.
Oppure riconosciamo in noi queste caratteristiche, ma le classifichiamo come giustificate, perché indubbiamente provocate da un «fuori» al quale «soltanto» reagiamo.

Mai più guerra e distruzione, abbiamo promesso innumerevoli volte.
Mai più!

Guardiamoci intorno: i focolai di tensione sono assurdamente numerosi, e le forme dei reciproci maltrattamenti spaziano dalla violenza aperta, dalla tortura e dalla guerra fino alle forme sottili di manipolazione e tirannia.

Come in preda al delirio erigiamo barriere insormontabili verso presunti colpevoli – e diventiamo così noi stessi autori di violenza e al tempo stesso vittime del nostro condizionamento.
Come in preda al delirio ci solidarizziamo con presunte vittime, di cui rendiamo tabù la colpevolezza, il che a sua volta ci rende complici.

Chi è qui l'aggressore, chi il combattente della resistenza, chi il terrorista, chi l'oppressore, chi il criminale, chi si difende, chi è innocente, e: chi lo stabilisce?
A scapito di una vera elaborazione e conoscenza di sé, si cementano disperatamente attribuzioni che distorcono in modo sempre più eclatante la nostra percezione della realtà e generano un malessere profondo.

Il conto, s'intende, è fatto senza le «leggi universali» che operano in tutta tranquillità d'animo – o piuttosto nel turbamento d'animo di noi tutti – che piaccia o no ai signori e alle signore del reparto propaganda.
Esistono leggi della polarità, dell'attrazione, dell'interazione reciproca.
Esistono oscillazioni del pendolo e retroazioni. Processi sistematici, accurati e conseguenti sul piano biochimico ed energetico, che non svaniscono solo perché non li percepiamo o non li vogliamo ammettere.

Anche se a tratti sembra caos, o presunte «vittorie» o «sconfitte»: l'alchimia dell'universo opera secondo leggi che non conoscono né il «bene» né il «male», ma seguono una logica interiore che possiamo intuire, se siamo sinceramente disposti a smascherare le nostre programmazioni.
Come possiamo mai prendere decisioni («Mai più questo o quello»), se non abbiamo accesso al codice che determina la NOSTRA logica interiore?
Oppure, liberamente da Tom-Oliver Regenauer: "Se non hai un piano, diventi parte del piano di qualcun altro!"

A quale agenda di conservazione del potere e di affarismo ci sottomettiamo docilmente, quando ci massacriamo a vicenda per l'eternità, non sarà qui discusso.
Ma non occorre scomodare i grandi intrecci geopolitici per constatare: l'«altro», nel cui piano recitiamo una parte, è prima di tutto l'automatismo nella nostra stessa natura, che ci costringe a svolgere incessantemente schemi di stimolo-risposta. Senza che prima si sia interposta una scelta autonoma o una manifestazione di volontà, riproduciamo sempre la stessa cosa.

Non sono contro le ripetizioni di per sé – possiamo immaginare Sisifo come un uomo felice!
(liberamente da Albert Camus)
Ma dovremmo comunque porci la domanda: a quale principio vogliamo servire.

Che cosa rappresenta la pietra che ogni giorno spingo di nuovo su per la montagna?
Vendetta, rappresaglia, separazione, violenza, paura, malvagità, accecamento, oppure gioia di vivere, gratitudine, dignità, compassione, integrità, verità, saggezza?
Solo se prendiamo qui decisioni chiare e ci impegniamo con scrupolo per un'autonomia nel pensiero e nell'agire che si opponga con coraggio alla forza dell'abitudine, possiamo essere ogni giorno un poco più liberi, un poco più in pace.

E allora formuliamo di nuovo le nostre intenzioni, prendiamo propositi che possiamo realizzare, perché abbiamo smascherato le nostre vere motivazioni e siamo ora in grado di agire invece di reagire.
E soprattutto: formuliamo il nostro proposito in positivo, perché non siamo bravi a seguire istruzioni negative («Non toccare la piastra rovente del fornello»).

Dal «mai più» nasce allora il «sempre di nuovo».
Sempre di nuovo: proteggere la mia dignità, il mio corpo, la mia anima.
Sempre di nuovo: vedere, comprendere, rispettare i miei simili.
Sempre di nuovo: vivere la pace, dire la verità, cercare la guarigione.
Il sempre di nuovo è adesso!
Il «mai più» non è mai stato.

Immer wieder ist jetzt

ORIGINAL

„Aus Opfern werden Täter, und alle könnten es sehen,

nähmen sie nur mal die Finger aus den Ohren,

um mit den freigewordenen Händen die Angstfessel zu lösen,

die um ihr banges Herz sich windet

seit diesem Tag,

seit den Kriegen davor,

seit der großen Schuld und dem Schweigen danach,

seit der ersten gewaltsamen Eroberung.

Unerträglich ist das Offensichtliche –

auf allen Kanälen in Echtzeit,

das erbarmungslose Landgrabbing-Game:

„Zerstöre, vertreibe, besetze!“

Die Macht ist mit Dir, der Du das Recht des Stärkeren,

des Auserwählten, des bis in die Zellen Bewaffneten verkörperst,

junger Held

während die Körper der Geknechteten und Entrechteten

zu Abertausenden zerbersten.

Woll´n doch mal sehen, welchen Dreh wir noch finden

in Sachen Auslöschungs-Fantasy…

Karma is a bitch with a wicked sense of humor –

Aber die Seelen brechen auf ALLEN Seiten zu ALLEN Zeiten,

wie man das nur immer und immer wieder vergessen kann?

Opfer zu Tätern. Täter zu Opfern.

Kaputte Vergangenheit, perverse Gegenwart, kaputte Zukunft.

Keine Zeit für Heilung, keine Zeit, keine Zeit!

Trauma über Trauma. Mauern aus Zorn, Alltag in Trauer.

Heimat auf Blutboden, Schlachtfelder wie menschliche Müllhalden,

den Rest frisst der Hunger, frisst die Verzweiflung.

Heiliges Land, wie eine Projektion der Hölle wirkst Du von außen.

Mit SICHERHEIT von INNEN erst RECHT.

Brudermord, Kindesopfer, Schwestern wie Furien, Tod und Teufel –

Tod ohne Namen, Namen ohne Zahl.

Rachsüchtiges Blut, fegefeurige Gedanken,

altes Testament in jungen, wilden, dummen

Mörderpuppen in Uniform.

Was habt ihr denn erwartet?

Und was glaubt ihr, erwartet eure Kinder?

Seht, wie ihr blindwütig ausführt, was ihr nicht versteht.

Mit der Zeit erkennt ihr

wie nah Fluch und Segen beieinander wohnen,

und wie leicht ihr, als wäre es nichts,

den Fluch gewählt,

den Fluch erfüllt.

Wohlfeile Worte der Rechtfertigung kaufen euch Zeit,

Blendgranaten für die Angsterfüllten.

Eure Taten dagegen schreiben sich ein in die Matrix des Alls,

der ihr nicht entkommt.

Aus Tätern werden wieder Opfer, Gott würfelt nicht,

das war euch wohl entfallen, oder wolltet ihr es nicht wissen,

nicht besser wissen…?

Grausamer Fehler beim Überschreiben des Hologramms.

Gnadenlose, zwanghafte Wiederholung.

Immer wieder ist jetzt!

„Nie wieder“ war noch nie.“

ÜBERSETZUNG

„Dalle vittime nascono carnefici, e tutti potrebbero vederlo,

se solo si togliessero le dita dalle orecchie,

per sciogliere, con le mani così liberate, la catena della paura

che si avvolge attorno al loro cuore tremante

da quel giorno,

dalle guerre di prima,

dalla grande colpa e dal silenzio che seguì,

dalla prima conquista violenta.

Insopportabile è l'evidente –

su tutti i canali, in tempo reale,

lo spietato gioco dell'accaparramento di terre:

«Distruggi, scaccia, occupa!»

La forza è con te, che incarni il diritto del più forte,

dell'eletto, dell'armato fin dentro le cellule,

giovane eroe

mentre i corpi degli asserviti e dei privati di ogni diritto

si spezzano a decine di migliaia.

Stiamo un po' a vedere quale trovata ci inventiamo ancora

in fatto di fantasy dello sterminio…

Karma is a bitch with a wicked sense of humor –

Ma le anime si spezzano da OGNI parte in OGNI tempo,

come si può dimenticarlo ancora e ancora?

Vittime in carnefici. Carnefici in vittime.

Passato in rovina, presente perverso, futuro in rovina.

Nessun tempo per guarire, nessun tempo, nessun tempo!

Trauma su trauma. Muri d'ira, quotidianità nel lutto.

Patria su suolo di sangue, campi di battaglia come discariche umane,

il resto lo divora la fame, lo divora la disperazione.

Terra santa, come una proiezione dell'inferno appari da fuori.

Di SICURO da DENTRO ancora di PIÙ.

Fratricidio, sacrificio di figli, sorelle come Furie, morte e diavolo –

morte senza nome, nomi senza numero.

> *Sangue assetato di vendetta, pensieri di purgatorio,*
>
> *antico testamento in giovani, selvagge, stupide*
>
> *marionette assassine in uniforme.*
>
> *Che cosa vi aspettavate?*
>
> *E che cosa credete attenda i vostri figli?*
>
> *Guardate come, ciechi di furia, eseguite ciò che non comprendete.*
>
> *Col tempo capirete*
>
> *quanto vicine abitino maledizione e benedizione,*
>
> *e con quanta facilità, come se fosse nulla,*
>
> *avete scelto la maledizione,*
>
> *avete compiuto la maledizione.*
>
> *Parole a buon mercato di giustificazione vi comprano tempo,*
>
> *granate accecanti per chi è colmo di paura.*
>
> *Le vostre azioni invece si iscrivono nella matrice del cosmo,*
>
> *a cui non sfuggite.*
>
> *Dai carnefici nascono di nuovo vittime, Dio non gioca a dadi,*
>
> *questo forse vi era sfuggito, o non lo volevate sapere,*
>
> *non lo volevate sapere meglio...?*
>
> *Crudele errore nella sovrascrittura dell'ologramma.*
>
> *Spietata, coatta ripetizione.*
>
> *Il sempre di nuovo è adesso!*
>
> *Il «mai più» non è mai stato.“*

Qui può acquistare l'album „Voices for Gaza”:

Protestnoten

oppure scaricarlo:

Voices for Gaza

La poesia musicata „Immer wieder ist jetzt” si trova nella prima parte dell'album.

ASCOLTA & GUARDA

PUBBLICATO PER LA PRIMA VOLTA SU MANOVA

www.manova.news/artikel/immer-wieder-ist-jetzt

SULL'AUTORE

Sabrina Khalil

Sabrina Khalil, Jahrgang 1976, absolvierte ihre Schauspielausbildung an der Neuen Münchner Schauspielschule und war anschließend einige Jahre Ensemblemitglied der „Schauburg München" sowie als Schauspielerin für Film und Fernsehen tätig. Für das Literaturhaus München und diverse Verlage und Buchhandlungen nimmt sie an Lesungen teil und arbeitet als Sprecherin für Podcasts oder Radiobeiträge.

Als Sängerin und Texterin hat sie in verschiedenen Bands und Musikprojekten mitgewirkt. Sie lebt mit ihrem Mann und zwei Söhnen in München.

Fonte: https://friedensnoten.de/it/articoli/sempre-di-nuovo-e-adesso/