

## IDENTITÄTEN

Ausstellungskonzept, Rezitation, Texte und Moderation: Viola Gräfenstein, 15.10.2022

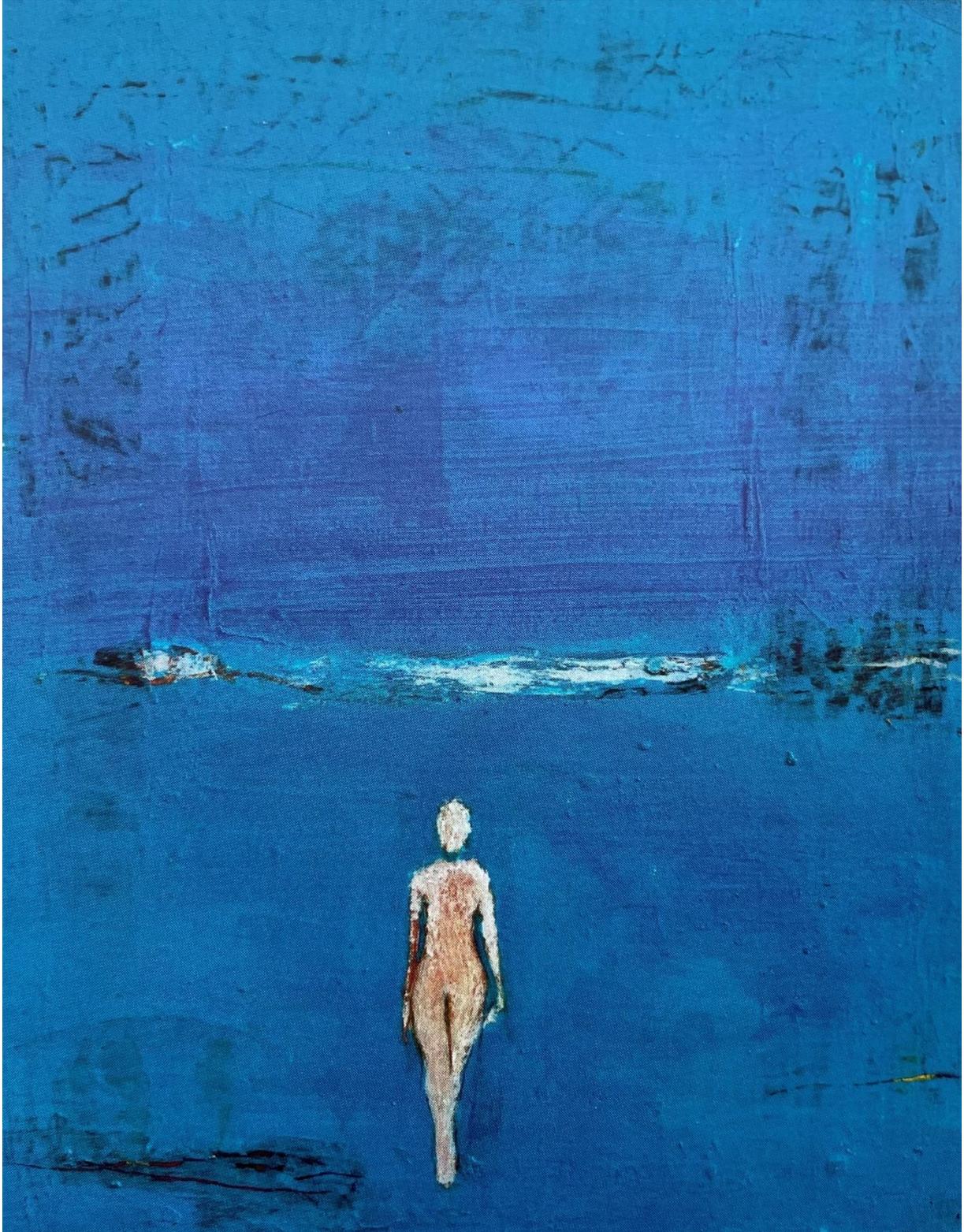


Bild: Javier Quesada Burke 2022

„Wir steigen in denselben Fluss und doch nicht in denselben, wir sind es und wir sind es nicht.“

Heraklit

## Vorwort

Warum mache ich dieses Projekt? Am 24. Februar erschütterte eine Nachricht die Welt, die auch mich tief berührte. Russland startete eine „Spezialmission“ gegen die Ukraine. Zehntausende begaben sich kurz darauf auf die Flucht, um dem Bombenhagel zu entkommen und verloren von jetzt auf gleich ihr Zuhause, ihre Umgebung, ihre Liebsten, ihre Arbeit, ihre Sicherheit und tragischerweise viele auch ihr Leben. Mehr als 84 Millionen Menschen sind derzeit nach einer Schätzung des UNHCR weltweit auf der Flucht. Täglich werden Menschen u.a. aus politischen, ökologischen und wirtschaftlichen Gründen ins Exil gezwungen, um sich dort eine neue Identität und Existenz aufzubauen.

„Wer bin ich?“

Identität hat eine komplexe Bedeutung und viele Facetten. Sie wird unter anderem durch die Geburt, die Herkunft, Erfahrungen und die Umwelt bestimmt. Welche Bedeutung haben Individualität und Identität in unterschiedlichen Kontexten? Was macht uns als Individuum aus, und wer sind wir eigentlich, wenn wir durch Flucht aus unserer Heimat, in der Krieg herrscht oder für uns aus wirtschaftlichen und ökologischen Gründen ein weiteres Leben dort unmöglich macht, alles verloren haben und wir uns plötzlich in einem anderen Land zurechtfinden müssen?

Das Thema Identität beschäftigt mich seit meiner Geburt, denn ich bin „doppelt“ als ein eineiiger Zwilling auf die Welt gekommen. Die Frage „Wer bin ich als ICH im WIR eigentlich?“ begleitet mich deshalb schon lange. In dem Projekt „Identitäten“ greife ich das Thema „Identität“ künstlerisch in Form von eigenen und fremden Texten, Fotos und Bildern von internationalen Künstler\*innen auf, hauptsächlich im Kontext von Menschen mit und ohne Fluchtgeschichte. Die Texte, Zitate, Kommentare, Interviews und Geschichten wurden von mir in diesem E-Book gesammelt.

Das Projekt soll das sichtbar und fühlbar machen, was oftmals in neuen Umgebungen unterdrückt werden muss und nicht gesagt und gezeigt werden darf. Wer bin ich eigentlich? Wer darf ich sein? Was nehme ich mit, wenn das Äußere wegfällt. Was brauche ich? Ist man noch die Person, die man denkt zu sein, wenn alles weggebrochen ist? Ich will das Thema in so vielen künstlerischen Facetten wie möglich beleuchten, den tiefen Schmerz der Suche nach der eigenen Identität verdeutlichen, wenn alles, was vorher war, auf einmal weg ist.

Für alle...

die ihre Heimat freiwillig oder unfreiwillig verlassen, ihr altes Ich, ihre Wurzeln und geliebte Menschen verloren haben oder zurücklassen mussten und versuchen, sich in einem anderen Land eine neue Heimat, eine neue Identität aufzubauen. Und für diejenigen, für die das Thema „Identität“ eine ewige Suche des eigenen Ichs bleibt oder diese als eine spannende Herausforderung betrachten.

Viola Gräfenstein

15. Oktober 2022

Das Projekt wird gefördert vom:

Mit großem Dank an alle Künstler\*innen, Autor\*innen, Beitragenden und Unterstützer\*innen:

**Die Künstler\*innen:**

**Javier Quesada Burke (Costa Rica/Köln)**



Eine ausdrucksstarke Farb- und Formensprache kennzeichnet die gestalterische Arbeit von Javier Quesada, mit der er zeitgenössische und archaische, kultur- und kontinentsübergreifende Symbolwelten kondensiert und in einem neuen Zusammenhang präsentiert. In den figurativen Bildern setzt er sich mit dem Thema der Identität auseinander, anknüpfend an den Heraklit zugeschriebenen Ausspruch: „Wir steigen in denselben Fluss und doch nicht in denselben, wir sind es und wir sind es nicht.“

Er experimentiert mit unterschiedlichen Techniken und Ausdrucksstilen, so mischt er Pigmente mit organischen Stoffen und schafft dadurch eigenartige Texturen. Einige der von ihm auf handgeschöpftem Papier gefertigten Bilder weisen reliefhafte Strukturen auf, die an Skulpturen erinnern und an seine Herkunft als Bildhauer anknüpfen.

Seit 1984 internationale künstlerische Tätigkeiten und Ausstellungen in Galerien und Kunsträumen u.a. in Berlin, Hamburg, Köln, Leverkusen, Düren, Frankfurt, Freiburg, Münster, Rheine, Rheda-Wiedenbrück sowie San José und Cartago / Costa Rica. Mitglied im Bundesverband bildender Künstler seit 1994

Text: <https://karak-galerie.de/malerei-painting>

[www.javierquesada.de](http://www.javierquesada.de)

**Raghad Arfeh (Syrien/Langenfeld Rhld.)**



Raghad Arfeh kommt aus Syrien und ist Kunstpädagogin. Sie arbeitet in einer Grundschule in Langenfeld, lebt mit ihrer Familie in Langenfeld und unterstützt die lokale Flüchtlingshilfe.

**Iman Kojar (Syrien/Monheim am Rhein)**



Iman Kojar ist mit ihrer Tante nach Kriegsausbruch aus Syrien geflüchtet. Nach ihrem Fachabitur und einem Praktikum bei der Langenfelder Flüchtlingshilfe e.V. sucht sie derzeit nach einem Studien- oder Ausbildungsplatz im Eventbereich.

**Rim Kultekin (Syrien/Köln)**



Rim Kultekin ist aus Syrien geflüchtet und lebt in Köln. Hier unterstützt sie eine Kita und ist in dem Verein ArtAsyl e.V. künstlerisch tätig.

**Haitham Alfarawaty (Syrien/Köln)**



Haitham Alfarawaty kommt aus Syrien und lebt in Köln. Er ist im Bereich „Administrative Artwork“ in Syrien tätig gewesen und ist in Köln künstlerisch bei ArtAsyl e.V. engagiert.

## Musik:

Zainab Lax (Bielefeld/Dortmund), Harfenistin, Musiktherapeutin



Zainab Lax ist Musiktherapeutin aus Bielefeld und hat sich während ihres Studiums am ArtEZ Konservatorium in den Niederlanden auf Musiktherapie mit (traumatisierten) Geflüchteten spezialisiert. Sie spielt seit ihrem siebten Lebensjahr Harfe und hat auch die nord-indische Sarod und die iranische Tar erlernt. Durch ihre Leidenschaft zum Reisen durfte sie viele verschiedene Musikstile kennenlernen. Zusammen mit ihren Geschwistern hat sie eine Weltmusik-Band (Culture Resonance) mit eigenen Kompositionen und regelmäßigen Auftritten. Mit ihrem Multi-kulturellen Hintergrund war Musik oft ein sehr hilfreiches Medium bei ihrer Wurzelsuche und Identitätsfindung geholfen. Mit ihrem Konzept MUSIC-BRIDGE (Community-music therapy for Refugees) war Zainab schon aktiv in verschiedenen Unterkünften in Deutschland, den Niederlanden und Griechenland. 2016 hat sie ein eigenes community-basiertes Musiktherapie Projekt in Varanasi/Indien aufgebaut, wo sie Musik als Empowerment für Kinder aus sehr armen Verhältnissen angeboten hat. Momentan macht sie ihren Master am Center for Worldmusic in Hildesheim und leitet zwei regelmäßige Musikangebote in Dortmund und Bielefeld, wo Musik eingesetzt wird als Brücke zwischen jungen Menschen mit Fluchterfahrung und Locals. Ziel ist hierbei das Erhöhen von Selbstvertrauen und Gemeinschaft.

<https://de.music-bridge.com/home>

<https://lma-nrw.de/dozenten/19873-ZainabLax/>

## Autorinnen und Autoren:

Abigail Cua-Auriel (Philippinen/Leverkusen)

Kornelia Ebert (Gleiwitz, Polen/Obertürkheim/Stuttgart)

Zuzana Finger (die Slowakische Republik/Wilhelmshaven), Übersetzerin

Waldo Gamez (Mexiko/Langenfeld Rhld.), Journalist, Präsident Deutsch-Mexikanischer Kulturkreis Langenfeld e.V.

Viola Gräfenstein (Bielefeld/Langenfeld Rhld.), Journalistin, Sprecherin, Rezitatorin, Künstlerin

Valeska Gräfenstein (Bielefeld/Paris)

Jelena Jeremejewa (Ukraine/Berlin), Schriftstellerin

Die Berliner Filmemacherin und Autorin Jelena Jeremejewa war zu Kriegsbeginn bei ihrer Familie in Kiew. In ihrem Tagebuch „Seit September will ich nach Kiew. Ukraine Tagebuch“ berichtet sie von den ersten Tagen des Krieges, von ihrer Flucht und den Gedanken und Ängsten, die sie, ihre Familie und ihre Freunde haben. Sie weiß von den unterschiedlichen Perspektiven, mit denen Deutsche und Ukrainer auf das Kriegsgeschehen sehen, und versucht, die ukrainische Sichtweise zu vermitteln. Das Tagebuch umfasst den Zeitraum von Mitte Februar bis Anfang Mai.

(Die **parasitenpresse** ist ein Verlag für Lyrik und experimentelle Prosa in Köln.)

<https://parasitenpresse.wordpress.com/2022/08/26/jelena-jeremejewa-seit-september-will-ich-nach-kiew/>

Jennyfer und Jessyca (Nordsee/Teneriffa), Twins Essence

Lydia Mc Cann (Hamburg/England/Langenfeld Rhld.), Marketing Managerin EMEA

Fadi Mikdad (Syrien/Langenfeld Rhld.), Entwicklungsingenieur Bauprodukte

Ronya Othmann (München), Schriftstellerin

Ronya Othmann ist 1993 in München geboren – in eine Familie hierher geflüchteter jesidischer Kurden – und wurde für ihr Schreiben bereits mehrfach ausgezeichnet, u.a. mit dem Lyrik-Preis des Open Mike, dem Gertrud-Kolmar-Förderpreis und dem Publikumspreis des Ingeborg-Bachmann-Wettbewerbs. Bis August 2020 verantwortete sie für die *taz* gemeinsam mit Cemile Sahin die Kolumne „OrientExpress“ über Nahost-Politik und seit 2021 schreibt sie für die *Frankfurter Allgemeine Sonntagszeitung* die Kolumne „Import Export“. Im Hanser Verlag erschien zunächst ihr Debütroman *Die Sommer* (2020), für den sie mit dem Mara-Cassens-Preis ausgezeichnet wurde, und der Gedichtband „die verbrechen“ (2021), für den sie den Orphil-Debütpreis erhielt.

<https://ronyaothmann.com/>

<https://www.hanser-literaturverlage.de/autor/ronya-othmann/>

Beatrice Santini (Italien/Solingen), Sängerin, Pianistin

Mays Shekahli (Syrien/Langenfeld Rhld.), IT-Support NRW

Achim Tang (Berlin/Monheim am Rhein), Kontrabassist, „Artist in Residence“ für die „Musik Triennale Monheim am Rhein, Projekte mit Kindern und Jugendlichen in „sozialen Brennpunkten“

Eriko Uehlin (Japan/Leverkusen), Englischlehrerin

Zubair Hashimi (Afghanistan/Langenfed Rhld.), Dozent an der Kabul University Fine Arts Faculty, Cinema Department

## Texte

### Abigail Cua-Auriel

#### „It is a constant calibration“

I know who I am but I also think I am molding myself to become better as I live my life. I think it is a constant calibration, proving and disproving of beliefs and morals. I practice the ones that are proven and keep on questioning the ones that I am unsure of, until I am convinced of a final answer. An example of that is my faith in the Catholic religion. I was raised as a Catholic, I went to an all-girl's Catholic-Chinese school run by Canadian nuns. I observed all the teachings and was a very obedient child (at least most of the time:-)). My view then was very narrow because we mixed amongst ourselves and the all-boy's school across the street. That is until I lived on my own in the concrete jungle of Shanghai. I met so many different types of people coming from all corners of the earth. Being single in a place like that made me come up to the first few questions-- Why does the church forbid premarital sex? Was it grounds for a good marriage? Does it ruin the more important parts of a relationship?

Another example is -- I used to be judgmental in high school and in college about myself and the people I meet. I have these preconceived stereotypes and categorize this person according to the stereotype and the prejudices that come with him/her. An example of that is if I meet someone with bad grammar, I will assume that this person is not intellectually inclined (at least back home) or had poor education. But of course, this is not true. Just because one is not good at the English language does not mean he/she is not good at other things. These stereotypes and prejudices slowly disappeared as I worked and partied hard during my single years. Now I take the person and whatever he/she says at face value. No hidden agendas, no biases. I take each one as innately good. Their intentions are not to put me or others down. Of course there are times that I question the intention (especially my kids' teachers) and try not to be stepped on as well.

#### „Es ist eine ständige Kalibrierung“

Ich weiß, wer ich bin, aber ich denke auch, dass ich mich ständig forme, um besser zu werden, während ich mein Leben lebe. Ich denke, es ist eine ständige Kalibrierung, Beweis und Widerlegung von Überzeugungen und Moralvorstellungen. Ich übe diejenigen, die bewiesen sind, und hinterfrage diejenigen, bei denen ich mir nicht sicher bin, bis ich von einer endgültigen Antwort überzeugt bin. Ein Beispiel dafür ist mein Glaube an die katholische Religion. Ich wurde katholisch erzogen, ich ging auf eine katholisch-chinesische Mädchenschule, die von kanadischen Nonnen geleitet wurde. Ich beachtete alle Lehren und war ein sehr gehorsames Kind (zumindest die meiste Zeit:-)). Mein Blick war damals sehr eng, weil wir uns und die Jungenschule auf der anderen Straßenseite vermischten. Bis ich alleine im Betonschungel von Shanghai lebte. Ich traf so viele verschiedene Arten von Menschen, die aus allen Ecken der Erde kamen. An einem solchen Ort Single zu sein, brachte mich dazu, mich den ersten Fragen zu stellen: Warum verbietet die Kirche vorehelichen Sex? War es ein Grund für eine gute Ehe? Ruiniert es die wichtigeren Teile einer Beziehung?

Ein anderes Beispiel ist – ich war in der High School und im College urteilend über mich selbst und die Leute, die ich treffe. Ich habe diese vorgefassten Stereotypen und kategorisiere diese Person nach

dem Stereotyp und den Vorurteilen, die mit ihr einhergehen. Ein Beispiel dafür ist, wenn ich jemanden mit schlechter Grammatik treffe, gehe ich davon aus, dass diese Person nicht intellektuell veranlagt ist oder eine schlechte Ausbildung hatte. Aber das stimmt natürlich nicht. Nur weil man nicht gut in der englischen Sprache ist, heißt das nicht, dass man in anderen Dingen nicht gut ist. Diese Stereotypen und Vorurteile verschwanden langsam, als ich in meinen Single-Jahren hart arbeitete und feierte. Jetzt nehme ich die Person und alles, was er / sie sagt, für bare Münze. Keine versteckten Agenden, keine Vorurteile. Ich sehe jeden einzelnen als von Natur aus gut. Ihre Absicht ist es nicht, mich oder andere niederzumachen. Natürlich gibt es Zeiten, in denen ich die Absicht in Frage stelle (besonders die Lehrer meiner Kinder) und versuche, nicht auch niedergemacht zu werden.

### **„Identität ist etwas, das sich in mir mit der Zeit entwickelt“**

1: wikipedia (gehört mittlerweile zu unserer kollektiven Identität): „die Gesamtheit der Eigentümlichkeiten, die eine Entität, einen Gegenstand oder ein Objekt kennzeichnen und als Individuum von anderen unterscheiden“ 2: Wenn ich über Identität nachdenke stelle ich zuerst fest, dass diese ein lebendiges und sich stets wandelndes Phänomen ist. Im Laufe meines Lebens behalte ich nicht meine einmal gefundene und dann gleichbleibende Identität, mein Selbstbild verändert sich laufend. Es fühlt sich eher so an, als ob ich mich mehr und mehr kennenlerne und immer wieder neue „Eigentümlichkeiten“ entdecke, die mich identifizieren. Identität, scheint mir, ist nichts was mir als Person in die Wiege gelegt wird, sondern etwas, das sich in mir mit der Zeit entwickelt. Auch die Art, wie die Menschen in meinem Umfeld mich erleben, hat einen Einfluss und wird Teil meiner Identität. Wir sind ja soziale Wesen und das, was „uns kennzeichnet und als Individuum von anderen unterscheidet“ kann auch von außen auf uns projiziert werden. So versuche ich voraussichtlich das, was mein Umfeld von mir erwartet, zu erfüllen, um im Gleichklang mit diesem Feld zu schwingen. Oder ich versuche, im Gegenteil, konformes Verhalten zu vermeiden und mich gegenüber der Umgebung abzugrenzen. Meine Identität ist jedenfalls nicht unabhängig von äußeren Einflüssen, sie ist - siehe oben - keine feste Größe sondern ein sich wandelndes Konstrukt aus Erlebnissen, Erfahrungen und Zuschreibungen, aus inneren und äußeren Einflüssen. 3: Die nationale Identität habe ich lange nicht als einen wesentlichen Faktor empfunden. Natürlich bin ich Deutscher, Europäer, Abkömmling der abendländischen Kultur. Aber das erlebe ich nicht als grundlegenden Teil meiner persönlichen Identität. Lange Zeit war mir die Abgrenzung vom „Deutschsein“ wichtig, wobei die Auseinandersetzung mit den Verbrechen der Nazis natürlich eine wichtige Rolle spielt. Inzwischen akzeptiere ich, dass ich zu diesem Land gehöre und dass die daraus erwachsende Verantwortung Teil meiner Identität ist. Auf der anderen Seite scheint mir, dass es viel mehr Verbindungen als Trennungen zwischen unterschiedlichen nationalen und kulturellen „Eigentümlichkeiten“ gibt und dass die kollektive menschliche Identität, die wir durch dieses eigenartige menschliche „Bewusstsein“ miteinander teilen, stärker ist als die nationale Zugehörigkeit. Gleichzeitig ist auch die Beschränkung auf „menschlich“ zu hinterfragen. Alles, was lebt, entspringt einer geheimnisvollen Quelle und ist miteinander verbunden: ist auch das Teil einer gemeinsamen lebendigen Identität?

## **Zubair Hashimi**

I came to Germany because the Afghanian government was destroyed. I came with my family in November 2021. The Taliban took over. I worked as a lecturer for cinematography at University. Talibans don't like art, films. That is why I had to go. The artistic activities are only based on islamic rules they want.

### **Your family is still in Afghanistan?**

My sister is still there. Her daughter is not allowed to go to school. The Taliban did not allow her to go to school in 1996. She was very talented in school but she was forbidden to go. Now she is a housewife. Her daughter experienced the same thing now. She was allowed to go to school until the Taliban came.

### **How do you feel?**

Sad. I see female family members. They lost their hopes, dreams, their dreams are dying. It make me feel very bad. I have more experience but they are young, they don't know what it is like to live a free life.

### **What means identy to you?**

I think everyone has two kinds of identities. One is gender, colour, religions, nationality, the other identity which we receive by experience of life, by education, by traveling.

When you become a refugee you loose all your identity. But maybe you receive a second one as an expert for something in the new country. But you never achieve the identity you had in your country before. The life in another country affects you, you will never be the person you were before.

When you sleep and wake up, life is not normal anymore. When you wake up, the floor is new, when you go to a supermarket, you don't know how to ask about a thing. You have many things in your head but you cannot say it. It leads to depressions and psychological problems. You have to offer a lot of things but there is nobody to share it with. You have a lot of things to say but nobody wants to know. You have to share it with people from your country or other refugees.

One positive point is that all humans are flexible and they can change. It is normally part of the human capacity to be able to adapt. This is your reality now: You cannot go back to your country, there is no way back. You have to change and adapt and make the best of it but it is not very easy. If you have the capacity to change your mind, you can change your world. It is possible but very difficult.

### **What is a good thing about Germany?**

I see the minimum of life is always reachable, food, house, education. You get medicine, security, freedom. Everything you want to wear you can, whatever you want to eat you can eat. You have all the freedom. There is nobody who judges you what you eat, say, wear. My children said we don't want to go back to our country. There are a lot of men who say something about what girls look like and what they do. Being a woman is a problem in Afghanistan. The Taliban say what to wear, what to do, what to say. The role of a woman stays difficult in Afghanistan.

## **Iman Kojar**

Ich bin Iman Kojar und bin jetzt 21 Jahre alt. Ich komme aus Syrien. Als ich nach Deutschland gekommen bin, war ich 13 Jahre alt. Da herrschte Krieg in Syrien. Ich bin mit meiner Tante ohne meine Familie gekommen. Meine Zwillingenbrüder waren noch klein. Damals hat meine Familie entschieden, dass ich nach Deutschland gehen soll, weil ich noch jung war, weil ich noch Familienzusammenführung so machen konnte, dachte ich.

### **Wie war das für Dich am Anfang?**

Am Anfang war es total schwierig für mich, ich wollte zurückgehen. Ein neues Land, eine neue Sprache, eine neue Kultur ohne meine Geschwister und Eltern, das war hier schwer für mich. Nach einem Jahr war es besser. Am Anfang habe ich immer meinem Vater gesagt, dass ich zurückgehen möchte. Dann habe ich mich an alles gewöhnt und dann bin ich auch in der Schule mitgekommen.

### **Wie war Dein Weg hier?**

Also, ich habe erst mal die deutsche Sprache gelernt. Zwei Jahre, dann war ich auf dem Gymnasium. Dort habe ich die neunte Klasse Hauptschulabschluss gemacht. Aber dann war ich auf dem Berufskolleg und habe dort die zehnte Klasse Realschulabschluss gemacht. In diesem Juli habe ich mein Fachabitur bekommen im Bereich Gesundheits- und Sozialpädagogik. Und ich mache zurzeit bei der Flüchtlingshilfe Langenfeld ein dreimonatiges Praktikum. Das ist schön. Ich helfe gerne den Flüchtlingen, weil ich Arabisch, Deutsch, Kurdisch und ein bisschen Englisch kann. Ich helfe gerne, weil ich in der Situation war, weiß ich, wie es ist, wenn man die Sprache nicht kann. Ich gehe mit zum Rathaus und Arzt und übersetze für sie.

### **Wie geht es Dir hier in Deutschland jetzt?**

Als ich in Syrien war, wollte ich da immer weg, aber hier in Deutschland vermisse ich mein Syrien, Damaskus, meine Eltern und Geschwister sind noch da. Ich wollte, dass sie hierherkommen, damit sie in Sicherheit sind. Am 1. Februar wurde ich 18 Jahre alt, dann hat die Behörde so lange gewartet und ich habe eine Absage bekommen für die Familienzusammenführung, weil ich jetzt volljährig bin. Jetzt kann meine Familie hier nicht mehr hinkommen. Ich kann auch nicht mehr zurück für mich, weil ich hier nicht alles zurücklassen will.

### **Wie lange hast Du Deine Mutter nicht gesehen?**

Seit sieben Jahren habe ich sie nicht gesehen. Wir telefonieren, aber bei uns ist es anders. Die Familien möchten immer, dass die Kinder zusammenbleiben.

### **Was bedeutet für Dich Identität?**

Identität bin ich selber. Es ist auch mein Heimatland. Ich finde es immer traurig, weil ich in meinem Heimatland nicht aufgewachsen, bin. Ich habe mir immer so vorgestellt, dass ich, wenn ich erwachsen bin, gehe ich mit meinen Freunden zur Schule oder zur Universität und dann lerne ich mein Land noch mehr kennen, aber leider habe ich das nicht. Und das fehlt mir immer so. Ein Teil meiner Identität ist nicht gefüllt, weil ich wichtige Jahre verpasst habe. Ich kann auch nicht alles auf einmal liegen lassen. Aber ich habe auch immer noch meine Erinnerungen. Ich kann Syrien, meine Heimat nicht vergessen.

### **Was willst Du machen?**

Vielleicht mache ich ein duales Studium im Eventbereich, aber ich weiß es noch nicht

## **Raghad Arfey**

Ich bin 30 Jahre alt, habe eine Tochter und komme aus Syrien und bin seit acht Jahren in Deutschland.

### **Wie hast Du Dich am Anfang gefühlt?**

Am Anfang war es wegen der Sprache sehr schwer für mich. Ich konnte kein Deutsch. Konnte niemanden kontaktieren oder mich mit Deutschen unterhalten. Ich war ziemlich schnell schwanger und hatte Schwierigkeiten, dann lief es Schritt für Schritt besser.

### **Kamst Du aus dem Krieg?**

Nein, ich wollte meinen Mann hier heiraten, der hier schon länger lebte. Ich habe in meiner Heimat Kunstpädagogik studiert, mache eine Kunsttherapieausbildung. Ich arbeite in der OGS an einer Grundschule und engagiere mich ehrenamtlich bei der Flüchtlingshilfe in Langenfeld.

### **Was ist für Dich Identität?**

Identität ist für mich eine Mischung aus meinen Gefühlen, aus meinem Charakter, meiner Kultur und meiner Umgebung in meiner Heimat. Das ist meine Identität. Aber mit der Zeit stelle ich fest, dass ich auch der deutschen Gesellschaft angehöre, durch die Sprache, meine Arbeit in der Grundschule in der OGS oder die ehrenamtliche Arbeit.

### **Wie konntest Du Dich in Deutschland integrieren?**

Am Anfang war es schwer in der deutschen Gesellschaft, aber die Sprache hilft. Deutschland unterstützt uns auch sehr. Die Langenfelder Flüchtlingshilfe hat uns auch hier sehr geholfen. Wir haben einen Schwimmkurs gemacht, feiern Feste und machen ganz viele andere Aktivitäten mit ihnen und unseren Kindern. Wir haben das Zuckerfest mit der Langenfelder Flüchtlingshilfe gefeiert. Das war schön. Sie möchten immer etwas für uns machen und nehmen uns mit unserem kulturellen Hintergrund und Traditionen wahr. Das ist schön.

**Mays Shekahli**

### **Woher kommst Du?**

Ich komme ursprünglich aus Palästina, bin in Saudi Arabien geboren und habe da 12 Jahre gelebt und dann ist meine Familie nach Syrien gezogen.

Als der Krieg kam, sind mein Mann und ich nach Deutschland geflüchtet. Ich bin seit fast sieben Jahren in Deutschland. Es war am Anfang echt schwer, man sehnt sich nach der Heimat, aber man ist nicht dort, man möchte etwas hier anfangen, ist aber nicht richtig fit. Man denkt an die Familie an die Freunde, alles das man geschafft hat, hat man verloren. Wir mussten bei null anfangen, das war wie ein Schock. Ich hatte eine Zeit lang richtig Depressionen gehabt, aber mir geht es jetzt gut.

### **Was war für dich am Anfang schwierig, als du hierher kamst?**

Die Kultur, das System, das Leben, das war mir bekannt, aber so etwas zu erleben, das war nicht einfach. Auch wie man sich in der Gemeinschaft integrieren kann, das was man erlebt, war anders. Ich habe das Gefühl, dass ich alles, was ich gemacht habe, verloren habe. Heimat, Beruf, Familie, Freunde. Man versucht etwas Neues zu machen. Es bleiben die Erfahrungen und Erinnerungen, das geht nicht weg. Nach einiger Zeit merkt man, dass es den anderen Menschen in einem anderen Land auch so geht. Wir haben die gleichen Ängste, Wünsche. Nur andere Wege das Leben zu leben. Die Welt ist gleich, die Menschen sind gleich, die Bedürfnisse, die Gefühle sind gleich. Wo man geboren ist, spielt für einen aber eine große Rolle.

### **Hast du auch etwas dazugewonnen?**

Ich habe einen Teil von mir verloren. Ich fühle mich zerrissen.

### **Was hast du beruflich gemacht?**

Ich habe in Syrien Elektrotechnik studiert und danach vier Jahre in Syrien gearbeitet. Es war für Flüchtlinge. The UN Refugee Agency, und ich wusste damals nicht, dass ich auch ein Flüchtling werde. Es ist irgendwie Schicksal. Ich habe für den UNHCR gearbeitet mit Flüchtlingen u.a. aus Sudan, Somalia, gearbeitet, die in Syrien schon Flüchtlinge waren. Und dann wurde ich selbst ein Flüchtling.

### **Wie konntest Du als Flüchtling hier Fuß fassen?**

Die Langenfelder Flüchtlingshilfe e.V., u.a. mit Sabine und Frank Schoeler, hat uns von Anfang an sehr geholfen, Freunde, manche Menschen engagieren sich für Flüchtlinge. Eine Sprachpatin war immer bei uns zuhause und hat uns geholfen, die Sprache zu lernen und die Schwierigkeiten zu lösen. Ich sage immer die Sprache ist der Schlüssel und Hindernisse zu überwinden. Wenn man die Sprache kann, dann kann man ein besseres Leben haben, man kriegt Freunde, man fühlt sich besser. Ich persönlich mag Arabisch, aber ich lese noch in Arabisch, weil ich die Sprache mag, aber ich mag auch Deutsch. Ich bringe meinen Kinder Arabisch und meine Kultur bei. Ich lasse den deutschen Einfluss auf die Kinder, weil sie später ihr eigenes Leben haben. Ich gehöre mehr zu meinen ersten 30 Jahren, wo ich die

arabische Kultur erlebt habe, aber ich lasse meine Kinder die Erfahrungen machen. Ich mag die Mischung für sie.

**Was ist für dich Identität?**

Identität ist das, was ich bin, Gefühle, Gedanken, ich selbst. Am Ende sind wir alle unsere Gefühl und Gedanken oder?

**Was machst Du jetzt hier?**

Ich arbeite hier jetzt im IT-Bereich und engagiere mich in der Langenfelder Flüchtlingshilfe.

Ronya Othmann

### **„Der Schmerz ist ein Teil meiner Identität“**

Es wird sehr viel zum Thema Identität derzeit geredet, ich tue mich mit dem Thema schwer, weil es etwas Fluides ist, was vielen Sachen unterworfen ist. Ich habe eine hybride Identität mit „15 Millionen anderen Identitäten“: Ich bin kurdisch, syrisch, Leserin, Autorin oder was weiß ich noch alles. Ich finde es gut, dass es so kompliziert oder hybrid ist, es wird erst zu einem Problem, wenn es politisch wird und es Einschränkungen gibt. Wenn ich bei meinen Großeltern in Kurdistan war, das war da wie mein Zuhause, aber ich habe da nur in den Sommerferien gelebt. Meine Familie lebt verteilt in dem Irak, in Syrien und in der Türkei. Meine Mutter ist Deutsche, ich bin hier geboren und in Bayern aufgewachsen. Ich habe mich immer so gefühlt, als würde ich in Kurdistan dazugehören. Ich fühlte mich willkommen und zu Hause. Bei meinen Großeltern habe ich dazugehört, aber auch irgendwie nicht. Meine Familie und ich waren immer etwas exotisch. Ich habe mich damit abgefunden, denn man hat ja eine Zugehörigkeit durch Freundeskreise. Ich sehe es nicht so, dass man es auf einer nationalen Ebene verankern muss. Man muss nicht überall dazugehören, ich fühle mich mit Menschen verbunden, die etwas mit mir teilen, ich fühle mich beispielsweise mit ukrainischen Leuten solidarisch, aber man muss nicht unbedingt dazugehören. Der Krieg ist schon seit 2014, ich war zweimal auf einem Literaturfestival in der Ukraine, und ich war am Ende. Als wir nicht mehr nach Syrien wegen des Krieges konnten, das hat mich daran erinnert und mich mitgenommen. Wenn ich die Bilder sehe, die Geschichten höre, dann nimmt es mich mit.

### **Ist der Schmerz ein Teil ihrer Identität?**

Ja, er ist auf jeden Fall ein Teil davon. Ich bin mit Geschichten vom Gefängnis, Mord und Gewalt aufgewachsen. Ich bin Kurdin, aber auch Jesidin und deshalb ist es leider für mich fast schon normal. Es gehört zu meinem Leben dazu.

## Beatrice Santini

Partecipo volentieri a questa offerta di descrivere che cosa è per me l'identità. Lo farò attraverso un breve racconto della mia storia in Germania. Sono italiana, di Ravenna; ho 56 anni e sono musicista, pianista, cantante e direttore di coro. Vivo in Germania da 9 anni, Per amore, ho lasciato tutto nel mio paese: il lavoro bene avviato, la casa, gli amici, la mia vita quotidiana e mi sono buttata in una nuova avventura, che poi non è stata quello che si era prospettata. L'amore, che sembrava eterno, è finito dopo pochi mesi ed io mi sono trovata in un paese straniero di cui non conoscevo lingua, tradizioni, abitudini, senza avere praticamente contatti. Non ero più giovane e mi sono trovata all'improvviso come senza più la mia identità. In Italia ero e mi sentivo "qualcuno", ovvero una musicista riconosciuta e ricercata, e un'insegnante qualificata. Mi identificavo quasi con la mia professione di musicista, che amo molto. Senza quasi rendermene conto mi sono trovata sola, senza lavoro, senza possibilità di comunicare, perché non avevo ancora un'idea della lingua. Ma non sono voluta tornare. Ho pensato che ci fosse un motivo per cui mi trovavo in Germania. Forse dovevo fare qualcosa qua, o forse dovevo imparare qualcosa. Mi sono rimboccata le maniche, ho frequentato i corsi di tedesco con persone molto più giovani di me, e ho cercato delle possibilità per poter iniziare a guadagnare qualcosa, dato che tutti i miei risparmi nei mesi in cui non potevo lavorare e dovevo pagare un affitto erano finiti.

I primi tempi sono stati tragici e non pensavo di sopravvivere. Mi sentivo ancora una nullità nel paese che mi ospitava. Per questo ho cercato di pormi degli obiettivi precisi e di sfruttare le mie competenze, in primo luogo, la musica e la lingua per aprirmi una strada nel mondo del lavoro.

Ho fatto riconoscere tutti i miei diplomi e le lauree e così ho potuto propormi come insegnante d'italiano alla VHS a Düsseldorf.

Poi ho cercato dei cori in cui cantare, e appena c'è stata l'occasione di sostituire un direttore di coro, che all'improvviso è venuto a mancare, mi sono fatta avanti ed è andata bene. Con il tempo il mio tedesco è migliorato e le mie possibilità professionali sono cresciute.

Attualmente insegno a Düsseldorf, al Conservatorio Robert Schumann e all'Università Heinrich Heine. Inoltre, ho un'intensa attività artistica come musicista (pianista e cantante).

Posso dire di avere veramente compreso la mia identità proprio qui in Germania. Per identità intendo la mia essenza, che è molto legata al luogo in cui sono cresciuta, alla sua architettura, ai suoi odori e sapori, al cibo, alle usanze, al modo di fare delle persone, alla forma e alla cultura.

Adattarsi ad un'altra lingua, ad altre abitudini, altri modi di fare, di vivere, di coltivare i rapporti non è affatto facile e può generare depressione, specialmente all'inizio, quando non si è ancora bene inseriti a livello sociale, linguistico e lavorativo.

Ho capito da straniera in Germania che cosa significa essere italiana, quanto importante sia la mia cultura e quanto bella la mia terra, con la sua architettura, lo stile, la gentilezza e la cura della forma nel modo di fare delle persone. Prima di trasferirmi davo tutto per ovvio.

Oggi mi sento bene in Germania: ho imparato a convivere con la nuova vita, ad accettarla e a farmi accettare. Ma sento forti le mie radici e penso che il mio compito nella vita sia quello di far conoscere la mia cultura in questo paese, attraverso l'insegnamento della lingua e la pratica della mia arte, che è la musica

## **“Identität ist die Liebe zu meinem Land”**

Gerne nehme ich an diesem Angebot teil, um zu beschreiben, was Identität für mich ist. Ich werde dies durch einen kurzen Bericht über meine Geschichte in Deutschland tun. Ich bin Italienerin aus Ravenna. Ich bin 56 Jahre alt und Musikerin, Pianistin, Sängerin und Chorleiterin. Ich lebe seit neun Jahren in Deutschland.

Aus Liebe habe ich alles in meinem Land gelassen: die gut begonnene Arbeit, das Haus, Freunde, mein tägliches Leben und ich stürzte mich in ein neues Abenteuer, was damals nicht das war, was ich eigentlich dachte.

Die Liebe, die ewig schien, endete nach ein paar Monaten, und ich fand mich in einem fremden Land wieder, von dem ich keine Sprache, Traditionen, Gewohnheiten kannte, praktisch ohne Kontakt.

Ich war nicht mehr jung und fand mich plötzlich ohne meine Identität wieder.

In Italien war und fühlte ich als "jemand", das heißt, ich war eine anerkannte und gefragte Musikerin und eine qualifizierte Lehrerin. Ich habe mich fast mit meinem Beruf als Musikerin identifiziert, den ich sehr liebe.

Fast ohne es zu merken, fand ich mich alleine wieder, ohne Arbeit, ohne die Möglichkeit der Kommunikation, weil ich immer noch keine Ahnung von der Sprache hatte.

Aber ich wollte nicht zurück. Ich dachte, es gäbe einen Grund, warum ich in Deutschland war. Vielleicht musste ich hier etwas machen, oder vielleicht musste ich etwas lernen. Ich krempelte die Ärmel hoch, besuchte Deutschkurse bei Leuten, die viel jünger waren als ich und suchte nach Möglichkeiten, etwas zu verdienen, da all meine Ersparnisse in den Monaten, in denen ich nicht arbeiten konnte und eine Miete zahlen musste, aufgebraucht waren.

Die ersten Tage alleine waren tragisch und ich dachte nicht, dass ich sie überleben würde. Ich fühlte mich immer noch wie ein Nichts in dem Land, das mich beherbergte. Deshalb habe ich versucht, mir präzise Ziele zu setzen und meine Fähigkeiten, in erster Linie Musik und Sprache, zu nutzen, um mir einen Weg in die Arbeitswelt zu eröffnen.

Ich habe alle meine Diplome und Abschlüsse anerkennen lassen und so konnte ich mich als Italienischlehrerin an der VHS in Düsseldorf bewerben.

Dann suchte ich nach Chören, in denen ich singen konnte, und sobald es eine Gelegenheit gab, einen Chorleiter zu ersetzen, der plötzlich verstarb, trat ich vor und es lief gut.

Im Laufe der Zeit hat sich mein Deutsch verbessert und meine beruflichen Möglichkeiten sind gewachsen.

Derzeit unterrichte ich in Düsseldorf, am Robert-Schumann-Konservatorium und an der Heinrich-Heine-Universität. Darüber hinaus habe ich eine intensive künstlerische Tätigkeit als Musikerin (Pianistin und Sängerin).

Ich kann sagen, dass ich meine Identität hier in Deutschland wirklich verstanden habe. Mit Identität meine ich meine Essenz, die sehr stark mit dem Ort verbunden ist, an dem ich aufgewachsen bin, seiner Architektur, seinen Gerüchen und Geschmäckern, dem Essen, den Bräuchen, der Art und Weise, wie Menschen Dinge tun, die Form und Kultur.

Die Anpassung an eine andere Sprache, an andere Gewohnheiten, andere Arten des Tuns, des Lebens, der Pflege von Beziehungen ist überhaupt nicht einfach und kann Depressionen hervorrufen, besonders am Anfang, wenn man auf sozialer, sprachlicher und beruflicher Ebene noch nicht gut integriert ist.

Ich habe als Ausländerin in Deutschland verstanden, was es bedeutet, Italienerin zu sein, wie wichtig mir meine Kultur ist und wie schön mein Land ist, mit seiner Architektur, seinem Stil, seiner Freundlichkeit und seiner Art, wie die Menschen miteinander umgehen. Bevor ich umzog, nahm ich alles als selbstverständlich hin.

Heute fühle ich mich in Deutschland wohl: Ich habe gelernt, mit dem neuen Leben zu leben, es anzunehmen und akzeptiert zu werden. Aber ich fühle meine Wurzeln stark und ich denke, dass meine Aufgabe im Leben darin besteht, meine Kultur in diesem Land bekannt zu machen, durch das Unterrichten der Sprache und die Ausübung meiner Kunst: die Musik.

Beatrice Santini

Viola Gräfenstein

### **„Es gibt eine innere und eine äußere Identität“**

Was ist meine Identität? Wer bin ich als ein ICH im WIR? Warum gibt es mich doppelt? Ich stelle mir seit meiner Kindheit diese Fragen, denn ich wurde als eineiiger Zwilling geboren. Ich habe mich in meiner Kindheit immer als „zu zweit“ gesehen, denn ich wurde über mein Zwillingdasein definiert. Ihr seid, ihr habt, ihr könnt... Jahrelang habe ich nichts anderes gehört. Wir wurden ständig miteinander verwechselt, hörten Sätze wie: Du bist ja wie Deine Schwester, ihr könnt euch das ja teilen, deine Schwester ist aber etwas größer als du... Die ständigen Kommentare und Beurteilungen haben mich als Kind stark verunsichert. Ich fühlte mich nur in der Gemeinsamkeit und Gemeinschaft mit meiner Schwester ganz. Wir machten fast alles zusammen. Doch dann ging meine Schwester ihren eigenen Weg, als sie mit 19 Jahren nach Frankreich ging, wo sie bis heute lebt.

Ich war plötzlich alleine in einer Umgebung, in der die Menschen mich nur zu zweit kannten. Es war ein großer Schock für mich, als sich die Tür des Zuges nach Paris hinter meiner Schwester schloss, denn ich wusste: Das war es jetzt. Das Leben als Zwillinge mit meiner Schwester an der Seite war vorbei. Ab jetzt musste ich mich als Einzelperson durchsetzen, mich selbst finden, mich neu definieren, an mich selbst glauben, aber mir auch endlich erlauben, Dinge alleine machen zu dürfen, andere Dinge zu machen und auch von außen ganz anders gesehen zu werden. Das war eine ganz große Herausforderung und neue Erfahrung für mich. Ich wusste gar nicht, wohin mit mir, und in mir waren lange eine große Orientierungslosigkeit und Traurigkeit. Okay, Paris ist nicht Timbuktu, aber dennoch zu weit weg, um mal eben eine Tasse Kaffee mit meiner Schwester zu trinken oder sich Lakritze zu teilen.

Es war ein Prozess, denn zunächst musste ich mich selbst erkennen. Wer war ich eigentlich ohne meine Schwester? Wie wurde ich jetzt von anderen gesehen? Ich machte mich auf die Suche nach meiner eigenen Identität. Ich ging zwei Jahre ins Ausland und versuchte, dort meine ewigen Schuldgefühle und Sehnsüchte nach meiner Schwester loszuwerden. Obwohl ich die sechs Minuten jüngere Schwester von uns beiden bin, habe immer versucht, sie zu beschützen, sie zu verteidigen. Ich besitze einen großen Gerechtigkeitsinn und habe für sie viele Male alles riskiert, wenn etwas sehr ungerecht war. Einmal habe ich sie sogar vor dem Erstickungstod durch ein im Hals steckengebliebenes Zitronenbonbon gerettet! Als sie fort war, durfte ich lernen, diese Rolle loszulassen. Das war schwer. Ich stellte mich dem Gedanken, dass sie es ohne mich schafft und auch meinem Schmerz und der Herausforderung, dass auch ich es alleine in der Welt schaffen würde.

Heute bin ich autark, definiere mich nicht mehr über meine Schwester. Ich bin alleine im Ausland klargekommen. Die Menschen dort sahen mich als Einling. Ich war endlich VIOLA. Die Sehnsucht, die tiefe Vertrautheit sowie das blinde, gegenseitige Verständnis sind geblieben, aber ich bin und gehe meinen ganz eigenen Weg. Die Menschen sind überrascht, wenn wir zu zweit irgendwo auftauchen. Ich bin überrascht darüber, dass sie überrascht sind, wenn sie in uns die Zwillinge erkennen, weil ich mich längst nicht mehr so sehe. Es ist mir egal geworden. Ich würde sagen, ich habe es geschafft, mich als „Solistin“ freizuschwimmen und neu zu definieren. Ich habe einen anderen Beruf, ein anderes Leben als meine Schwester. Und ich erlaube es mir. Ich erlaube mir auch, ihren Schmerz nicht länger mitzutragen, ihn bei ihr zu lassen, aber ihre Freude zu teilen, denn geteilte Freude ist bekanntlich doppelte Freude.

Identität wird bei Wikipedia u.a. so definiert:

- [1] eindeutige Unterscheidbarkeit einer Person oder einer Sache von einer anderen
- [2] [Mathematik](#): allgemeine Gleichheit zwischen zwei [Termen](#), die auch freie Variablen enthalten dürfen

Diese Definitionen bei Wikipedia machen mir die Beantwortung der Frage, was für mich Identität ist, als eineiiger Zwilling nicht unbedingt einfacher. Die zweite Definition käme meiner Situation wohl eher etwas näher.

Identität ist für mich zusammengefasst nichts Passives, das man in die Wiege gelegt bekommt. Identität ist auch stets etwas Aktives, das ich unter bestimmten, passenden Voraussetzungen (Freiheit spielt da eine große Rolle!) auch selbst gestalten kann und darf. Auch ich habe mir neue Facetten meiner Identität erarbeitet. Ich fühle mich freier, eigener, autark.

Es gibt für mich eine innere und eine äußere Identität. Die äußere habe ich nicht zu verantworten. Es sind die Umstände, das Aussehen, die Zugehörigkeit auf dem Papier, Meinungen, die Umgebung, die Kultur. Die innere Identität ist für mich die Summe meiner Erfahrungen und Gedanken, aber auch meiner Anpassungsfähigkeit, meiner Achtsamkeit, meiner Intelligenz, meiner Offenheit, meines Herzens für andere Menschen und das, was ich aus meinem Leben mit den mir gegebenen Umständen und meiner Resilienz jetzt, in genau diesem Moment, aus der Situation, in der ich gerade stecke, mache. Identität bleibt somit für mich sowohl etwas Fluides als auch etwas stetig Wachsendes wie Ringe, die sich um einen Baum legen.

Viola Gräfenstein

## Eriko Uehlin, Japan

I lived in the USA, Japan, and in Germany. From being raised in Japan, I got very much influence to keep harmony with others, be polite and to be modest. My favourite Japanese saying is Ichigo ichie. We are born alone, we die alone, and we all want to live happy while our lives are given on this earth. I began to focus on the common truth of life after living in three countries. So for me, it is a joyful and wonderful thing to be able to learn and share the feeling of happiness from different people and places. Always learn from the others, and always learn for yourself and improve yourself to be able to experience and share the joy of life with people around.

Wir werden allein geboren, wir sterben allein, und wir alle wollen glücklich leben, während unser Leben uns auf dieser Erde gegeben ist. Ich konzentriere mich auf die gemeinsame Wahrheit des Lebens, nachdem ich in drei Ländern gelebt habe. Für mich ist es also eine freudige und wunderbare Sache, das Glücksgefühl von verschiedenen Menschen und Orten lernen und teilen zu können. Lernen Sie immer von den anderen und lernen Sie immer selbst und verbessern Sie sich, um die Lebensfreude mit den Menschen in der Umgebung erleben und teilen zu können. Ich habe in den USA, Japan und Deutschland gelebt. Dadurch, dass ich in Japan aufgewachsen bin, wurde mir beigebracht, um mit anderen in Harmonie zu leben, höflich und bescheiden zu sein. Mein japanisches LieblingsSprichwort ist Ichigo ichie.

*(Anmerkung: übersetzt bedeutet „Ichigo ichie“ in etwa: Es könnte das erste und auch das letzte Mal sein, dass man die Teeschale sieht, die vor einem steht, vielleicht wird man nie wieder Gäste einladen und die Zeit mit ihnen teilen, deshalb lebe im Hier und Jetzt und nutze den Anfängergeist. Alles geschieht nur einmal so wie jetzt. Kein Ereignis auf dieser Welt geschieht genauso ein zweites Mal.)*

**Fadi Mikdad**

### **Wie war Dein Weg nach Deutschland?**

Ich komme aus Damaskus und lebe seit 17 Jahren in Deutschland. Ich bin schon früh vor dem Krieg aus Syrien hierhergekommen. Ich bin zuerst von Damaskus nach Deutschland geflogen. Da war ich die ersten Monate in Frankfurt und dann habe ein Vorbereitungsjahr auf das Studium gemacht. Da habe ich Deutsch, Mathe, Physik, Chemie gelernt. Ein Jahr war ich in Halle an der Saale. Das war im Osten. Und nach diesem Jahr habe ich mich auf einen Studienplatz beworben und bin in Kaiserslautern gelandet und habe dort auch mein Studium fertig gemacht in Bauingenieurwesen. Und danach habe ich auch an der Uni gearbeitet vor viereinhalb Jahren. Heute arbeite ich im Bauingenieurwesen und lebe mit meiner Familie in Langenfeld.

### **Wie war die erste Zeit für Dich in Deutschland?**

Man spricht immer so von diesem Kulturschock. Neue Sprache, neue Kultur, neue Traditionen, natürlich eine neue Welt und natürlich die Mentalität. Kaffee und Kuchen, das ist zum Beispiel typisch deutsch. Apfelkuchen kannte ich gar nicht. In Syrien macht man gar nichts aus Äpfeln. Einmal habe ich so einen Ofenapfel mit Zimt bekommen. Ja, das habe ich gehasst am Anfang. Aber inzwischen ist das meine Lieblingssüßigkeit. Ich liebe Apfelkuchen!

### **Wie hast Du es geschafft, Dich zu integrieren?**

Ich bin vom Typ her ein sozialer Mensch. Ich warte nicht auf die anderen. Ich schließe immer schnell Kontakte und fange Freundschaften an. Deshalb, glaube ich, dass ich nicht so gelitten habe. Es gibt aber verschiedene Kulturen, die erwarten, wenn die jetzt in einem Land sind, dass die anderen sie ansprechen, dann wartet jeder auf den anderen. Keiner traut sich diesen erste Schritt zu machen. , aber es ist wirklich wichtig, wenn man diesen ersten Schritt macht.

### **Was bedeutet für Dich Identität?**

Ich habe für mich nicht richtig eine klare Definition gefunden. Es gibt viele Identitäten, glaube ich. Und sobald man zu einer Gruppe gehört oder zu einer gleichen Gruppe, genau, dann wird man sich auch mit dieser Identität quasi identifizieren. Am Anfang ist man geboren in dieser Stadt, die in einem bestimmten Land ist. Und dann ist man mit dieser Identität geboren. Okay, der kommt aus diesem Land, aus dieser Stadt. Aber ich glaube, Identität ist auch nichts Festes. Das ist variabel. Wenn man auswandert und man lebt hier für 30 Jahre, dann fühlt man sich auch gleich in dieser Gesellschaft. Dann wird man sich auch identifizieren mit dieser Gesellschaft. Man kann auch von jeder Identität etwas haben. Ich glaube, es gibt die eigene Identität, die entsteht dann aus dieser Erfahrung, die man macht oder die man hat, und daraus, wo man lebt, wo man ist. Aber auch durch die Beziehungen, die man hat.

### **Wie siehst Du Deine Entwicklung?**

Ich heute auch nicht mehr die Person, die ich war, als ich mit 22 Jahren noch in Syrien gelebt habe. Ich habe mich tatsächlich anders entwickelt. Ist das gut oder ist das schlecht? Und da sage ich immer: Es gibt nicht schlecht und nicht gut. Es ist einfach anders. Ich bin auch hier Teil dieser Gesellschaft. Ich bin jetzt nicht Teil der Gesellschaft in Syrien. Eigentlich. Mich verbindet mit Syrien, dass ich dort geboren bin, dass ich dort Verwandte habe und ich aus diesem Ort komme. Aber mein Leben verbringe ich jetzt hier. Ich gehe hier arbeiten. Ich spiele hier Fußball. Ich habe hier meine Familie, mein Zuhause. Also,

was mich jetzt mit Deutschland verbindet, ist inzwischen viel mehr, als das, was mich mit Syrien verbindet.

**Was möchtest Du später noch machen?**

Man hat immer Träume. Und ein sehr schöner und großer Traum von mir ist, dass ich mal in der alten Stadt in Damaskus lebe. Also, wenn ich die Chance habe, würde ich das machen.

Valeska Gräfenstein

**„Simul et Singulis“, être ensemble et être soi-même  
(Zitat: Comédie Française, Paris)**

Dieses Leitmotiv der französischen „Comédie Française“ ist für mich das, was die Menschen verstehen dürfen: Jeder sollte in seiner Besonderheit, seiner Individualität, seiner Persönlichkeit, seinen Wurzeln, seiner Erziehung, seiner Kultur- und Glaubensangehörigkeit das sein im Leben, was er ist, um gemeinsam auf seinem eigenen Instrument im Konzert des Orchesters der Welt Musik zu spielen...

Diesen Schatz trägt jeder Mensch für immer in sich und überall mit hin und kann sich für seine Identität mit diesem inneren Kompass danach richten, um sich nicht zu verlieren, sondern stets zu finden, wo immer dieser Mensch auch ist.

## Identität – Javier Quesada

Seit 1984 betätigt Quesada internationale künstlerische Tätigkeiten und Ausstellungen in Galerien und Kunsträumen u.a. in Berlin, Hamburg, Köln, Leverkusen, Düren, Frankfurt, Freiburg, Münster, Rheine, Rheda-Wiedenbrück sowie San José und Cartago / Costa Rica. Er ist auch Mitglied im Bundesverband bildender Künstler seit 1994

Der Künstler präsentiert ein vielschichtiges Konzept der Identität, das sehr unterschiedliche Merkmale vereint. Er versteht sich als Akteur und Beobachter gleichermaßen, der seine Bewegungen und Erfahrungen in unterschiedlichen kulturellen Räumen als künstlerisches Instrument nutzt, um neue Sichtweisen aufzuzeigen.

In den figurativen Bildern setzt Javier Quesada sich mit dem SEIN auseinander, anknüpfend an den Heraklit zugeschriebenen Ausspruch: *„Wir steigen in denselben Fluß und doch nicht in denselben, wir sind es und wir sind es nicht.“* Quesadas Thema ist immer wieder die Identität und Wandlungsfähigkeit des Menschen: Wie wirken Prägungen aus der persönlichen Lebensumwelt? Welche Bedeutung haben kulturspezifische oder-übergreifende Einflüsse? Wie gestaltet der Mensch die Verbindung seiner inneren mit der äußeren Welt? Javier Quesada gelingt es, die Grenzen zwischen dem Innen und dem Außen wie aufgehoben wirken zu lassen.

„Identität ist oftmals eine Form des Selbst- und Gruppenschutzes gegenüber den vielfältigen, widersprüchlichen Deutungsoptionen und damit den Zumutungen der modernen Welt. Sie dient als Selbstvergewisserung, Abgrenzung und Selbstbeschränkung und setzt dem Fluiden eine statische Weltauffassung entgegen.“ Demgegenüber lädt Quesada ein, sich der Vielfalt an Interpretationsmöglichkeiten und dem Uneindeutigen zu öffnen und eine Entdeckungsreise zu anderen, bisher unbekanntem Erfahrungen zu unternehmen.

[www.javierquesada.de](http://www.javierquesada.de)

**Jelena Jeremejewa**

Was Identität anbelangt, so ist das für mich etwas radikal Fluides. Auch die Reihenfolgen variieren. Ich bin Mutter, Tochter, Partnerin, jüdisch, russisch, ukrainisch, Autorin, Filmregisseurin, je nach Kontext.

Kornelia Ebert

### **„Wie ein Traumtänzer von den tragenden Wurzeln abgeschnitten“**

Das Land, in dem man geboren ist, ist Heimat, ganz tief in einem drin und bleibt Heimat, auch, wenn sie nicht mehr greifbar ist und auch die Sprache eingeschlafen ist. Und meine polnische Sprache schläft, weil ich sie vergessen sollte, damals als 14-Jährige. Ich sollte schnell Deutsch lernen, mich integrieren, mich möglichst unauffällig verhalten, als ob ich einheimisch wäre, als ob es mich nicht wundern würde, dass das Leben hier im „Westen“ so anders war. Es kam mir so kühl vor hier, so leistungsorientiert, so perfekt, so streng.... So habe ich es bis zu meinem 14. Lebensjahr in Polen nicht erlebt. Da hat man mehr zusammen gehalten, sich ausgeholfen, getrickst, auch mal ein Schnäpschen getrunken, auch mal geflucht. In Deutschland waren die meisten so fleißig, so ernst, so distanziert... zumindest habe ich das so empfunden. Es hat mir aber auch imponiert, ich wollte auch so sein, habe mich stets sehr angestrengt, in der Schule, im Studium, im Beruf, habe stets über meine seelischen Verhältnisse geleistet, um zu zeigen, dass ich gut bin, dass ich dazu gehöre, hab mich verraten, verloren, bis zum heutigen Tag. Mit 60 Jahren stehe ich oft nicht zu meiner inneren Anlage, zu meiner Melancholie, die mich so polnisch prägt...Dieser Verlust macht sehnsüchtig, es bleibt eine undefinierte Trauer, wenn man still ist, ein Gefühl der Fremdheit, das Gefühl „nicht ganz in Ordnung zu sein“, ein Gefühl, trotz Mühe, nicht richtig zu sein und irgendwie auch trotz Mühe, mich immer wieder zu finden, unbewusst inszeniert, in einer Außenseiterrolle, anders denkend, anders fühlend.... Und es bedarf sehr viel innerer Arbeit, Zeiten der Einsamkeit, um zu sich zu stehen, mit dieser Verlorenheit, mit dieser Unsicherheit und man fühlt sich bis zuletzt, wie ein Traumtänzer, von den tragenden Wurzeln abgeschnitten, schwebend in den Lüften und dankbar um jede Begegnung mit Gleichfühlenden....

Lydia Duhm-McCann

### **„Sprache ist Identität“**

Ich habe für mich festgestellt, dass man sich sehr stark über die Sprache identifiziert, das heißt wenn du in deiner Muttersprache redest, dann verhältst du dich anders, als wenn du in einer fremden Sprache unterwegs bist. Du verlierst deinen Humor, deine Spontaneität, zum Teil auch dein Wesen. Du kannst nicht mehr so an Gesprächen teilnehmen, weil du einfach langsamer bist, weil du erstmal in der neuen Sprache denkst und die anderen längst weiter sind. Das dauert und du bist nie so gut wie ein Muttersprachler. Für meine Kinder war es im Ausland anders, weil sie zweisprachig aufgewachsen und in zwei Sprachen fließend sind. Sie fühlen sich in beiden Sprachen zuhause. Mich hat es generell viel Kraft gekostet und ich war oft frustriert, aber ich habe immer wieder im Ausland versucht, Kontakte zu anderen Menschen aufzubauen. Und genau das ist auch das Spannende. Bis du dich in einem anderen Land, in einer anderen Gesellschaft, mit einer anderen Sprache richtig wohlfühlst, kann es ein paar Jahre dauern. Sprache ist und bleibt jedoch der Schlüssel. Sprache ist der Weg zu einem weiteren Stück deiner Identität.

---

Waldo Gámez

### **"Wo immer wir sind, werden wir auch woanders sein, zur gleichen Zeit"**

Hallo, ich bin Waldo Gámez und ich bin Mexikaner. Wenn wir über mexikanische Identität sprechen, sprechen wir über verschiedene Symbole wie die Flagge, das Wappen und die Hymne. All das repräsentiert die Werte und die Geschichte unserer Heimat Mexiko, die zusammen mit den Bräuchen und Traditionen unsere Identität verkörpern. Darüber hinaus sind Familie, Gastronomie, Religion und Sprache von großem Einfluss. Diese werden natürlich beeinflusst davon, in welchem mexikanischen Bundesstaat man lebt, aber Religion und Sprache sind im ganzen Land gleich. Ich selbst will mich als Mexikaner nicht nur auf den Charro-Hut oder die Tacos reduzieren lassen. Wenn Sie als Definition von Identität eine Reihe von Merkmalen oder Merkmalen einer bestimmten Person nehmen, um sie von einer anderen zu unterscheiden, ist das Hauptmerkmal eines Mexikaners, in Mexiko geboren worden zu sein. Viele Mexikaner haben das Land auf der Suche nach einem besseren Leben oder aus anderen Gründen verlassen, aber wir verleugnen niemals unsere Identität oder unsere Kultur, wie Michael Schmidt, ein Mexikaner, der mit dem Orden des britischen Empire ausgezeichnet wurde, sagte: "Wo immer wir sind, werden wir auch woanders sein, zur gleichen Zeit". Ich lebe seit vielen Jahren in Deutschland mit meiner deutschen Frau und meinen zwei Kindern und habe die deutsche Staatsangehörigkeit, so wie meine deutsche Familie die mexikanische Staatsangehörigkeit hat. Für mich war es einfach, mich in meinen neuen Lebensraum zu integrieren, aber ich habe meiner Familie immer unsere Kultur und Traditionen nahegebracht und ich versuche auch, meine Werte und Kultur in der Region, in der ich lebe, als Teil meiner Identität bekannt zu machen.

## Zainab Lax

Zainab Lax ist Musiktherapeutin und Multi-Instrumentalistin und hat sich auf Musik als Empowerment für Menschen mit Fluchterfahrung spezialisiert. Sie spielt seit ihrem siebten Lebensjahr Harfe, ist aber auch in östlichen Musikstilen zu Hause. Ihre inspirierenden Loop- Performances sind vor allem von Improvisation geprägt und laden zum Träumen aber auch zum Grooven ein.

### „Woher kommst du denn wirklich?“

Geboren in Deutschland, mit einem sogenannten „Migrationshintergrund“ war die Frage nach meiner Zugehörigkeit schon immer Teil meines Lebens. Ich konnte meinen Namen schon buchstabieren, bevor ich überhaupt schreiben konnte, da niemand meinen Namen kannte und die meisten keine Vorstellung davon hatten, wie man solch einen „exotischen“ Namen zu Papier bringen könne. Die Frage nach meiner Herkunft kommt meist schon in den ersten zehn Minuten eines Kennlergesprächs, bevor mein Gegenüber überhaupt meinen Namen erfahren hat. Nachdem meine Antwort „aus Bielefeld“ meist nicht genügte, glaubte ich mehr und mehr daran Türkin zu sein. Ein Besuch bei der Familie meines Vaters in der Türkei brachte nicht gerade mehr Klarheit. Ich konnte mich nicht mit meiner eigenen Großmutter unterhalten und werde noch bis heute in der Türkei gefragt, ob ich Araberin oder Iranerin sei. Nach der Rückkehr von meinem ersten bewussten Besuch bei meiner „türkischen“ Familie hatte ich das erste Mal das Gefühl, nirgendwo dazuzugehören. Zu Besuch bei den deutschen Eltern meiner Mutter hörten wir zur Begrüßung manchmal „da kommen sie, die Schwatten“, was ich als selbstverständlich hinnahm, immerhin hatten wir alle (inklusive meiner Mutter) schwarze Haare. Im jungen Alter hatten die Eltern meiner Mutter auch schwarze Haare, dazugehört haben wir trotzdem nicht wirklich. Da mein Vater, den ich während meiner Kindheit nicht sehr oft sah, uns des Öfteren zu verstehen gab, dass wir gar keine „richtigen Türken“ seien, sondern unseren Ursprung in Indien hatten, beschloss ich, nach Abschluss meiner Schullaufbahn nach Indien zu gehen, um meine Wurzeln zu erforschen. Ich fand viele vertraute Verhaltensweisen, Gerüche und Geschmäcker. Dazugehörig fühlte ich mich trotzdem nicht. Nach meinem einjährigen Aufenthalt entschied ich mich, auch in der Türkei einen längeren Zwischenstopp zu machen, um mich mit meinem Großvater auszutauschen, der ja immerhin in Indien geboren wurde. Ich fand heraus, dass er jedoch niemals die indische Staatsangehörigkeit besaß und wegen seines muslimischen Glaubens auch Indien verlassen musste, um in Pakistan zu leben. Durch seine turkmenisch-afghanischen Wurzeln kannte er viele Sprachen und entschied sich nach dem Tod seines Vaters, zusammen mit seinen Brüdern ein neues Leben in der Türkei aufzubauen. Mit neuem Namen und mit nichts weiter als einem großen Talent für Sprache schaffte es mein Großvater nicht nur zum Dokortitel, sondern wurde auch hoch angesehener Professor und Autor. Wie man merken kann, ist meine Lebens- und Familienlinie durch Migration geprägt, solange ich sie zurückverfolgen kann und auf die Frage: „Welcher Landsmann bist du denn?“ gebe ich mir oft nicht einmal mehr die Mühe, darauf zu antworten.

## Die Beheimatung als Identität

Im Laufe meines Lebens habe ich die Erfahrung gemacht, dass die Beheimatung ein elementares Bedürfnis ist. Wenn man sich angenommen fühlt und sich für seine Umgebung einbringt, entsteht eine tragfähige emotionale Grundlage, auf der ein besseres Leben gedeiht. Dabei muss die Beheimatung nicht in der Herkunftsheimat stattfinden. Oft ist es aufgrund widriger Umstände nicht mehr möglich, oft wurde der Lebensmittelpunkt freiwillig woandershin verlegt. Die Herkunft ist zufällig und sie kann, muss aber nicht, identitätsstiftend sein. Die Beheimatung ist hingegen ein aktiver Prozess, der die Persönlichkeit im Guten prägt, aber auch für Verlustängste anfällig ist.

Ich bin Übersetzerin und als solche eine Wanderin zwischen den Lebenswelten. Mein berufliches Zuhause sind Sprachen und Kulturen. Mein persönliches Zuhause ist ein Hafentort an der Nordsee, allerdings erst seit anderthalb Jahren. Davor lebte ich in Oberbayern, wohin ich aus Berlin kam. Das sind meine deutschen Heimaten, die ich nicht missen möchte und zwischen denen ich mich mental bewege. Meine Herkunftsheimat ist die einstige Tschechoslowakei, heute die Slowakische Republik.

Ich wuchs in einer ländlichen Region auf, in der die ungarische Minderheit die Mehrheit und die im Staatsnamen vertretenen Slowaken eine zugewanderte Minderheit bildeten. Das war sprachlich und kulturell ungemein spannend, und es war eine Schule des Zusammenlebens, das vor hineingetragenen Konflikten nicht sicher war. Umso mehr kam es auf die innere Toleranz an. In meiner zugewanderten Familie mit slowakischen und ungarischen Verwandten wechselte man zwischen den Sprachen und hatte Heimweh nach den Herkunftsregionen nördlich und südlich meines Geburtsortes. Ich wollte auch weg. Die Welt sehen und mich bilden. Meine deutschfreundlichen Eltern haben mich beim Germanistikstudium in der DDR unterstützt. Nicht berücksichtigt hatte ich in meiner damaligen Lebensplanung, dass es politisch repressive Gesellschaften waren. Ich wurde nach sechs Semestern exmatrikuliert, und mein späterer deutscher Ehemann wurde als politischer Häftling aus der DDR in die Bundesrepublik freigelassen. Ich folgte ihm nach unserer Eheschließung in der Tschechoslowakei im Rahmen der Familienzusammenführung nach Westberlin. Das ist schon lange her und ich staune immer wieder, wie mein einzelnes Leben im Strom der Zeitgeschichte aufgeht.

Auch in der unmittelbaren Familiengeschichte meines Ehemannes gibt es erzwungene Wechsel und Verluste der Heimaten, da seine Eltern deutsche Vertriebene sind. Eine ortsfeste Identität wird - hoffentlich - meinen Kindern vergönnt werden. Vielen Einwanderer der ersten Generation ähnlich, bin ich bestrebt, ihnen die feste Gewissheit der Geborgenheit und Beheimatung in diesem Land zu vermitteln, dem ich so viel zu verdanken habe.

Als meine Identität betrachte ich meine eigenständigen, auf Bildung und Erfahrung gegründeten, rationalen Entscheidungen für Werte und Ideale. Und dennoch passiert es mir bei meinen nicht sehr häufigen und nur kurzen Besuchen in meiner Kindheitsheimat, dass ich von der Wiedersehensfreude mit meinen Kindergartenfreundschaften emotional ergriffen werde und dass mein Herz beim Anblick der vertrauten Landschaften höher schlägt. Ebenso während meiner nicht sehr häufigen und nur kurzen Besuche im Kosovo, dem Land, das vor mehr als zwanzig Jahren zu einem wichtigen Meilenstein in meinem Berufsleben wurde. Allein der Klang der Sprachen aus diesen Ländern bringt in mir etwas Wohltuendes zum Schwingen. Vielleicht bin ich deswegen Übersetzerin ins Deutsche geworden. Ich vereine in meiner Identität die Empfänglichkeit für das mir Mitgegebene, das

Bestreben, zu gestalten, weiterzuentwickeln und zusammenzuführen und den Wunsch, in der deutschen Sprache beheimatet zu sein.

Zuzana Finger

14. September 2022

## Der Weg zur eigenen Identität als Zwillinge

Wir, Jennyfer und Jessyca standen mit Mitte 30 in der Blüte unseres Lebens. Das dachten wir zumindest! Wir hatten beide gute Jobs, verdienten gutes Geld und lebten in Beziehungen. Wir pflegten beide einen eigenen Freundeskreis, gingen auf unterschiedliche Reisen und übten unterschiedliche Sportarten aus. Von außen betrachtet, lebten wir also zwei unterschiedliche Leben. Es war uns auch wichtig, dass jede ihr eigenes Ding machen konnte. Nur irgendwann realisierten wir, dass es sich nicht so anfühlte. Denn alles, was wir unterschiedlich taten, wurde doch immer mit dem Zwilling abgesprochen. Für jede Entscheidung brauchte es die Zustimmung der anderen. Und wenn nicht zugestimmt wurde, wurde es anders gemacht, bis beide einverstanden waren. Je häufiger wir unterschiedlicher Meinung waren, desto anstrengender wurde es im Konsens zu sein. Physisch konnten wir getrennt voneinander leben. Doch emotional waren wir uns so nah, dass es sich als Zwillinge irgendwann nicht mehr leicht anfühlte. Innerlich wuchs das Bedürfnis nach Unabhängigkeit! Fragen von „Darf ich und kann ich überhaupt für mich alleine entscheiden?“ über „Wer bin ich ohne meinen Zwilling?“ bis hin zu „Wer will ich eigentlich wirklich sein und wie will ich wirklich leben?“ häuften sich mehr und mehr. Jessyca war es, die den ersten Schritt auf die eigene Identitätssuche wagte. Und Jennyfer? Sie wusste sehr schnell, dass mit der Veränderung ihrer Zwillingsschwester, ihre Welt nicht mehr dieselbe sein würde und dass auch sie sich auf ihren Weg machen musste, um an ihrer Orientierungslosigkeit nicht zu zerbrechen.

Da wir selbst lange nicht wussten, wer wir ohne einander waren und uns nur als Zwillingseinheit sahen und auch so lebten, war eine Wahrnehmung der eigenen Identität nicht möglich. Erst als jede begann, sich mit sich selbst auseinanderzusetzen, erkannten wir, wie unbewusst wir nebeneinander lebten. Wie sehr wir in einer Co-Abhängigkeit lebten. Mit der Aufarbeitung unserer Zwillingsgeschichte, die jede für sich machte, wurde uns bewusst, wie sehr die familiären und auch sozialen Bedingungen grundlegend für unser Zwillingskonstrukt waren. Je mehr Veränderungen es gab, wie familiäre Trennungen und Umzügen, desto stärker wuchs die einzige Konstante: die Zwillingbeziehung zueinander. Wir teilten jede Freude und gleichzeitig auch jeden Schmerz. Wir unterstützten einander, wenn ein Zwilling mal schwächer war und verbunden uns noch enger miteinander, wenn herausfordernde Veränderungen auf uns zukamen. Zu groß war die Angst, einander zu verlieren und wir wussten, egal was passierte, wir würden immer zu einander stehen. Das bedeutete auch, dass nicht einmal die eigentlichen Bezugspersonen, wie unsere Mutter, auch wirklich zu der Bezugsperson wurde, die sie eigentlich hätte sein sollen. Auch unser älterer Bruder und unsere kleinere Schwester standen stets an dritter Stelle.

Von klein auf wurden wir als Zwillingseinheit gesehen. Abgesehen davon, dass Zwillinge bereits die ersten neun Monate im Mutterleib eng umschlungen miteinander verbringen, erspüren sie den anderen Zwilling, ertasten die Organe des anderen wie, Arme, Beine oder den Mund. Nach der Geburt und während der ersten Jahre erforschen sie sich gegenseitig, lutschen am Daumen des anderen oder drücken am Fuß des anderen. Sie fühlen und spüren den anderen Zwilling und können nicht unterscheiden ob es sie selbst oder der andere ist. Dadurch entsteht nur bedingt eine Abgrenzung. Und weil es ja so niedlich ist, zwei gleichaussehende Babys nebeneinander zusehen, zieht man sie (oft) auch gleich an. So war es natürlich auch bei uns. Wir wurden gleich angezogen, aßen immer dasselbe und spielten mit denselben Spielsachen. Brüllte eine von uns, brüllte die andere mit, ohne wirklich zu

wissen, warum oder aus welchen Gefühlen heraus. „Meinem Zwilling geht es nicht gut und weint, dann muss es mir auch so gehen. Also weine ich mit.“ Ein Ich-Bezug gab es in unserem Sprachgebrauch lange nicht. Alles wurde in der „Wir-Form“ ausgesprochen. „Wir mögen das so oder Wir mögen das nicht“. Wir lesen lieber das Buch oder wir ziehen diesen Pulli an.“ Dadurch wuchsen wir quasi zu einer Identitätseinheit auf. Es gab kein Ich, immer ein Wir! Dieser rote Faden zog sich durch den Kindergarten und die Schulzeit. Auch Lehrern oder Kindergärtnerinnen war es nach heutiger Betrachtung nicht bewusst, mit welchen Phänomenen sie es zu tun hatten. Wir kamen zusammen und wir gingen zusammen. Wir saßen mit wenigen Ausnahmen immer nebeneinander, waren im selben Sportverein, bekamen dieselben Geburtstagsgeschenke und teilten uns ein Zimmer, bis wir 15 Jahre alt waren. Wir hörten im Zimmer die gleiche Musik und gingen zur selben Zeit schlafen, wenn eine von uns das Licht ausmachte. Dadurch konnte nur ein Wir-Gefühl entstehen, denn es gab keinen Raum, in welchem jede ihre eigenen Bedürfnisse und Werte erkunden konnte. Familienmitgliedern und das Umfeld nahmen uns nur als Einheit wahr. Sätze wie: „Tja, deine Schwester hat aber eine bessere Note geschrieben als du“ oder, deine Schwester ist aber artiger als du“ waren Alltag. Egal, was der stetige Vergleich von außen war, ob der Zwilling braver, anständiger, ordentlicher oder leiser war, es führte dazu, dass wir uns irgendwann nur noch auf den anderen konzentrierten, weil wir dachten, nur so bekämen wir die Liebe, Wertschätzung oder Anerkennung der Eltern oder Lehrer. Nur so, kann es doch nur richtig sein.

Diese und andere limitierende Glaubenssätze hielten uns lange auf, unser jeweils vollstes Potential zu entfalten. Auch als Erwachsene achteten wir unbewusst darauf, dass wir beide gleich gut in allem waren oder gleich viel hatten. Sei es auf beruflicher, finanzieller oder sportlicher Ebene. Bekam die Eine einen neuen besser bezahlten Job, war die Freude nur mäßig groß, denn der andere Zwilling hatte dies zu dem Zeitpunkt nicht. War die Andere frisch verliebt, flatterten die Schmetterlinge im Bauch eher mit Zurückhaltung, denn auch hier: der eine Zwilling war zu dem Zeitpunkt nicht verliebt. Wir genossen das Leben, allerdings mit angezogener Handbremse. Und je älter wir wurden, umso belastender wurde dieses Zwillingskonstrukt.

Je mehr wir über unsere Zwillingsvergangenheit lernten, sei es über Gespräche mit unseren Eltern oder Geschwistern, desto mehr erinnerten wir uns auch daran, dass es in diversen Situationen unterschiedliche Ausprägungen gab. Wir waren von klein auf unterschiedlich, hatten schon immer unterschiedliche Charaktere und Vorlieben! Was von klein auf zum Vorschein kommen sollte, hatte weitere 30 Jahre gebraucht, gelebt werden zu können! Während Jessyca sich als Erwachsene all die Jahre die Verantwortung auferlegte, auch für Jennyfer mitentscheiden zu müssen, für beide zu denken und zu handeln, fühlte sich Jennyfer als diejenige, die größtenteils einfach in die Fußstapfen von Jessyca stieg, ohne wirklich zu wissen warum. Die Wahl des Studienganges oder die berufliche Ausrichtung; am Ende war auch das der gleiche Weg ohne zu hinterfragen, ob dies der eigene Wunsch war. Die Entscheidung fiel auf das, was uns die vermeintlich größte Sicherheit gab. Einen guten betriebswirtschaftlichen Abschluss und eine sichere Anstellung im Konzern. Dadurch hatten wir das Gefühl, dass wir beide versorgt sind. Was dabei auf der Strecke blieb war, dass Jessyca damals viel lieber Lehramt studieren und Jennyfer eher in Richtung Sport- und Eventmanagement gehen wollte. Jessyca war es, bei der mehr und mehr der innere Wunsch nach Unabhängigkeit, persönlicher und beruflicher Neuausrichtung aufkam, doch zu groß war das schlechte Gewissen, Jennyfer zurückzulassen. Jessyca fühlte sich zurückgehalten und Jennyfer zurückgelassen.

Was war passiert? Je tiefer wir gingen umso mehr erinnerten wir uns. Neben den gesellschaftlichen und familiären Erziehungsmaßnahmen hatte Jennyfer im jugendlichen Alter zwischen neun und 13

Jahren drei operative Eingriffe, die dazu führten, dass sie für eine Weile körperlich eingeschränkt war und weder ihren eigenen Schulranzen tragen konnte noch rennen durfte. Jessyca war es, die ihr in diesen Zeiten half sich anzukleiden, den Rucksack zu tragen, darauf achtete, dass keine anderen Kinder ihr zu Nahe kamen und dadurch jeden Raum als Erste betrat. Instinktiv wurde sie zur Beschützerin! Und Jennyfer akzeptierte die Rolle der Schwächeren. Das Fatale, diese Rollen wurden selbst als Erwachsene nie abgelegt, lediglich verändert und dadurch spaltete sich jede immer mehr von sich selbst ab. Beide waren wir nur noch kopfgesteuert unterwegs, weit getrennt von Geist und Körper. Das Herz bzw. die Intuition, was ja die wirklichen Bedürfnisse klar ausspricht, konnte nicht mehr gehört werden. So lange waren wir in einer Art stumpfen und gleichzeitig funktionierenden Zwillingseinheit, jede für sich und doch gemeinsam. Beide waren wir so unglücklich in dieser Identitätseinheit, die keine von beiden so wirklich wollte. Auf der einen Seite gab sie uns Halt und Sicherheit und zum anderen engte sie uns ungemein ein. Der Wille nach innerer Klarheit war so groß, dass wir beide mit Anfang 30 irgendwann unter physischen Schmerzen litten. Das Herz wurde einfach nicht gehört, sodass es sich Gehör über den Körper verschaffte. Jennyfer hatte jahrelang mit Magen-Darm Problemen zu tun, während Jessyca ihre Bandscheibenschmerzen kaum noch aushalten konnte. Nachdem ärztliche Untersuchungen ergaben, dass wir beide physisch kerngesund waren, wurde uns klar, dass das meiste auf psychosomatischer Ebene ablief. Wir mussten raus aus dem beruflichen und persönlichen Hamsterrad und das bedeutete auch, Klartext miteinander zu reden. Das führte letztendlich dazu, dass jede erstmal ihren eigenen Weg ging. Das hört sich für manche Nicht-Zwillinge bzw. Einlinge vielleicht nach keiner großen Sache an. Für uns war es die größte Herausforderung überhaupt. In kleinen Schritten und mehr und mehr alleine Entscheidungen treffen, nicht immer erst die Absegnung vom Zwilling einholen, herausfinden, was jede für sich und nur für sich bevorzugt und nicht jeden Tag fünf Mal miteinander zu telefonieren. Das waren die ersten Schritte zur eigenen Identität.

Jessyca begann ihre innere Reise über eine Business Coach Ausbildung in einem Kloster, während Jennyfer den Weg in die Stille und anschließend eine Ausbildung zum Life- und Impuls-Coach einschlug. Beides waren Wege, in erster Linie die von außen und später eigens auferlegten Glaubenssätzen und gesellschaftlichen Konditionierungen abzulegen und wieder ins Fühlen zu kommen. Das bedeutete auch, dass jede ihren Ängsten, Selbstzweifeln und Wünschen begegnen durfte um vor allem das eigene Urvertrauen in sich selbst und auch in das Leben wieder zu erkennen!

Was uns dabei half war z.B., dass sich jede einen Coach an die Seite holte. Neutrale Personen, die uns jeweils auf unseren Reisen begleiteten. Des Weiteren ist für uns die Meditation eine kraftvolle Praxis den Blick auf das eigene Selbst zu richten. Denn in der Stille kommt das wahre Selbst zur Geltung. Auch das Schreiben ist eine Methode sich darüber bewusst zu werden, wie es einem selbst gerade geht und wie die Wünsche und Vorhaben aussehen. Je mehr wir schrieben, desto klarer wurde das Bild, wer jede eigentlich sein wollte. Ob die eigene Autobiografie oder die Autobiografie über das Zwillingdasein, wir tauchten in alle unsere Lebensbereiche ein und fingen an uns zu erinnern. Beide erinnerten wir uns wieder daran, wer wir sind und wie jede sich ihre einzigartige Identität vorstellt. Das Wichtigste war vor allem: Jede übernahm Verantwortung für sich selbst. Nur so konnte die einzigartige und unverwechselbare Identität erkannt werden!

Je tiefer diese Reise ging, umso klarer wurde, wie unterschiedlich unsere Lebensvorstellungen aussahen. Jessyca wollte schon immer in der Wärme leben und so kam es, dass sie sich eines Tages dazu entschied, auf einer warmen Insel leben zu wollen, während Jennyfer schon immer mal den rauen Norden Deutschlands erleben wollte. Wir übten uns beide in Selbstvertrauen und

Selbstbewusstsein, sodass jede ihre eigene Werte & Bedürfnisse erkannte und sich immer mehr traute diese auch zu leben. Das bedeutete auch, dass jede von uns lernen durfte, zu sich selbst zu stehen und sich auch allein 100% fühlen darf. Die Angst einander zu verlieren darf auch heute noch in das Leben integriert statt unterdrückt werden. Daraus folgt, dass wir das, was wir fühlen, auch klar aussprechen und die Wünsche & Sehnsüchte der anderen annehmen und respektieren. Wir sind zwei Individuen mit zwei Identitäten wie Einlinge auch. Das darf von der Gesellschaft, wie auch von uns Zwillingen erkannt und akzeptiert werden. Nur so kann jede ihr vollstes Potential entfalten. Und heute leben wir ganz nach dem Motto: Leben & leben lassen! Wir schätzen die Einzigartigkeit und lernen heute so viel mehr voneinander.

Heute lebt und arbeitet Jessyca als Embodiment Coach für Einlinge in Stuttgart und Teneriffa. Sie begleitet Menschen dabei, ein spirituelles Mindset zu kreieren, um in die wahre Kraft zu kommen und sich mit der eigenen Berufung ein erfülltes zu Leben zu gestalten. Jennyfer hat ihre Berufung darin gefunden, andere Zwillinge darin zu begleiten, in ihre eigene individuelle Essenz zu kommen und sich aus der Co-Abhängigkeit zu befreien. Gelöst voneinander und trotzdem in Verbundenheit! Federführend gestaltet sie das Business und hostet gemeinsam mit ihrer Zwillingsschwester Zwillings-Retreats auf Teneriffa.

Es lebe die Individualität!

Jessyca und Jennyfer

Viola Gräfenstein

### **Wer ich bin**

Ich bin... ein Mensch.

Ich bin... ein Meer aus Gedanken.

Ich bin... ein Dschungel aus Gefühlen.

Ich bin... der Genpool meiner Ahnen.

Ich bin... der süße Duft nach einer Liebesnacht.

Ich bin... die Gestalterin meines Blumengartens.

Ich bin... der Wind, der alles verweht.

Ich bin... ein Sammelbecken von Erfahrungen.

Ich bin... eine Quelle für Leben.

Ich bin... das Tal meiner Tränen.

Ich bin... die Trümmer meiner Seele.

Ich bin... die starke Hand in deiner Hand.

Ich bin... der Blick voller Wärme und Mitgefühl.

Ich bin... das Fragezeichen auf deiner Stirn.

Ich bin... das Lächeln in deinem Gesicht.

Ich bin... eine Brücke zu anderen Kulturen.

Ich bin... ein Universum voller Energie.

Ich bin... eine Hülle aus Sternenstaub.

Ich bin... JETZT.

Das Projekt wird gefördert vom:

**Ministerium für  
Kultur und Wissenschaft  
des Landes Nordrhein-Westfalen**

