

Traum für mich wahr. Schon als kleiner Junge wollte ich Schriftsteller werden. Ich liebte es, mir Geschichten auszudenken und sie mit kleinen Details auszuschnücken. Später wurde ich Journalist, und als ich erkannte, dass das Leben die besten Geschichten schreibt, habe ich angefangen, Dokumentarfilme zu drehen.

Ich bin kürzlich vierzig geworden. Es hat also eine Weile gedauert. Aber wenn du dieses Buch in den Händen hältst, ist das der Beweis dafür, dass Träume und tiefe Herzenswünsche in Erfüllung gehen können. Von diesen Fragen handelt das Buch: Wie kann ich mein volles Potenzial entfalten? Auf welche Weise begegne ich den Herausforderungen und Hindernissen, die sich mir dabei in den Weg stellen? Und wie finde ich Frieden mit mir und meiner Geschichte?

Ich lebe seit zehn Jahren auf einem Biobauernhof in einem kleinen Schwarzwalddorf, das so idyllisch ist, dass es schon einmal zum zweitschönsten Dorf Deutschlands gewählt wurde. Hier sind meine beiden Kinder auf die Welt gekommen. Von außen betrachtet scheint mein Leben in Ordnung zu sein. Doch in mir gibt es etwas, das mich nicht zur Ruhe kommen lässt. Der Auslöser für die Arbeit an diesem Projekt sind meine Träume vom Krieg. Ich habe wiederkehrende Alpträume, in denen ich als Soldat im Einsatz bin. Oft in Russland. Es sind Szenen, die im Zweiten Weltkrieg spielen. In diesen Träumen sitze ich auf einem Panzer und schieße um mich. Oder ich versuche verzweifelt, einen Zug Richtung Heimat zu erwischen. Oder ich bin als Häftling in einem Kriegsgefangenenlager in Sibirien eingesperrt. Und das, obwohl ich natürlich nie selbst im

Krieg gewesen bin.

Woher kommen diese inneren Bilder?

Ich habe mich auf die Suche nach dem Ursprung meiner Kriegsträume gemacht und bin zu einer Spurensuche aufgebrochen, die mich bis nach Weißrussland geführt hat. Dort bin ich Menschen begegnet, die den Krieg noch selbst erlebt haben. Sie haben mir ihre Geschichten erzählt. Vieles von dem, was sie mir berichtet haben, lässt sich heute nicht mehr im Einzelfall überprüfen. Doch mir ist es wichtig, diesen letzten Zeitzeugen ihre eigene Stimme zu geben. Ich habe auch mit jüngeren Weißrussen gesprochen, Menschen meiner Generation. Auch sie fühlen sich – wenn auch ganz anders als ich – von den Folgen des Krieges auf besondere Weise berührt. In Zeiten eines neuen Kalten Krieges, der von mächtigen politischen Interessen herbeigerufen wird, ist

mir der Brückenschlag zwischen uns Menschen im Westen und im Osten ein echtes Herzensanliegen. Wir sind uns näher, als es vielen manchmal scheint.

In den sechs Jahren, die ich an diesem Projekt arbeite, wird mein Leben ziemlich durcheinandergewirbelt. Ein innerer und äußerer Prozess, der mich an meine Grenzen bringt. In dieser Zeit bin ich mir selbst und meiner Familie nähergekommen.

Mein großer Wunsch ist es, dich mit meiner Geschichte dazu zu inspirieren, dich selbst und deine Geschichte besser kennenzulernen. Licht in die verborgenen Winkel der eigenen Biografie zu bringen, kann ungeheure Kräfte freisetzen und viel Positives in deinen zwischenmenschlichen Beziehungen bewirken. Genau das habe ich selbst erlebt in den

vergangenen Jahren.

Ich wünsche dir eine inspirierende Lektüre und freue mich, wenn du dich mit deinen Eindrücken bei mir meldest.

Im Internet haben wir ein Portal zu diesem Projekt ins Leben gerufen.

Unter www.derkrieginmir.de und auf einer eigenen Facebook-Seite gibt es die Möglichkeit, mehr zum Buch und zum Film zu erfahren, Kontakt aufzunehmen und deine Erfahrungen mit mir und mit anderen zu teilen. Ich freue mich, von dir zu lesen.

Mit herzlichen Grüßen

Sebastian Heinzel, Oktober 2019