



LPE – Selbsthilfegruppen:

Weidestr. 118 C, 22083 Hamburg (Bidermannplatz Bus 171, 261 oder U-Dehnhaide)

Gesprächsgruppe mittwochs 19 – 21 Uhr, Raum 126 und

Gespräche & Bewegung jeden 1. und 3. Dienstag, Raum 120.

Beide Gruppen sind offen und diagnosefrei für alle. Wir freuen uns auf Sie!

Inhalt/Editorial

- 3 „Rechte und Pflichten der gesetzlichen Betreuer“ Seminar für Psychiatrie-Erfahrene, angehörige, Betreuer und Interessierte **am Samstag 17. März 2012**
- 4 „Keine Psychiatrie ohne Lebensenergie“ Seminar **am Samstag 28. April 2012** mit Wolfgang Heuer
- 5 **Miteinander gestalten** – Einladung zu kulturellen Aktivitäten mit **Aktion Mensch**
- 7 * „**raus aus den Mauern – hinein in den Frühling**“ Eine gesunde und erfrischende Unternehmung **am Sonntag 11.3.2012**
* Gedicht: ICH BIN (Wolfgang Heuer)
- 8 Offener Brief an den Chefredakteur der ApothekenUmschau (Dorothea Buck)
- 9 Noch immer Genozid im System „Psychiatrie“. Aufklären und Beseitigen! (Wolfgang Heuer)
- 11 Pro und Kontra Psychopharmaka Einnahme (Uwe Wendt)
- 13 Jesus für New-Ager (Patrick Rabe)
- 16 Spiritus rector (Patrick Rabe)
- 17 Reicher, als alle Reichen zusammen (Wolfgang Drüding)
- 19 * Aus Interesse... (J.F.G.)
* Flucht nach vorn (J.F.G.) (Name der Redaktion bekannt)
- 20 * Fremde (Christiane Egner)
* Wer ist denn eigentlich hier verrückt?! (Marika Nilsson)
* Ein fremder Planet, eine alte Katze IV (Carl-Heinz Möller)
- 23 * Anna Lampe (D.d.V.) (Name der Redaktion bekannt)
* Bücher-Bücher-Bücher: Rezensionen (Dr. Friedrich Becker-Bertau)
- 28 * Herz der Finsternis (Marika Nilsson)
* Tränen lügen nicht (Wolfgang Drüding)
- 29 * Ein winterliches Märchen (Christiane Egner)
* Der Mensch lebt nicht vom Brot allein (Wolfgang Heuer)
- 31 * Entrückungen (Arnhild Koepcke)
* Arbeit und Freude (Wolfgang Drüding)
- 32 Termine: Psychopharmaka-Beratung und Psychose-Inhalte: Symbolik und Sinn

Impressum: Zeitschrift Landesverband
Psychiatrie-Erfahrener Hamburg e.V.
(ZPE) Herausgeber (Redaktionsanschrift)
Wichmannstr. 4 Haus 2, 22067 Hamburg
Email: info@lpe-hamburg.de
Mitteilungsblatt des LPE Hamburg und
der von ihm unterstützten Selbsthilfegruppen.
Erscheint viermal im Jahr.
Preis pro Ausgabe: 2,- Euro. Abonnement pro
Jahr 8,- Euro incl. Porto
Konto-Nr. 45 85 022, Commerzbank
Hamburg, BLZ 200 400 00

Landesverband Psychiatrie-Erfahrener e.V.
Wichmannstr. 4 Haus 2, 22607 Hamburg Tel. 040 –
278 62 253 / -254 mit AB + Rückruf
www.lpe-hamburg.de info@lpe-hamburg.de Bürozeit
mittwochs 10 – 13 Uhr oder nach Vereinbarung.

SPE – Projekt: Gerne nehmen wir zum ebay –Verkauf
Sachspenden an (Bücher, Musik, Bilder etc.).
Kontakt: Wolfgang Heuer Tel. 040 / 540 62 28
eMail: wolfgang.m.heuer@web.de

Erwerb von Spenden zu Gunsten von
Psychiatrie-Erfahrenen bei ebay und amazon unter
[heureka47](#).

*Seminar für Psychiatrie-Erfabrene,
Angehörige, Betreuer und Interessierte*



„Rechte und Pflichten der gesetzlichen Betreuer“

Der Landesverband Psychiatrie-Erfahrener Hamburg lädt ein

Referenten

John Gelübcke (Richter am Amtsgericht)
Catharina Meier (Berufsbetreuerin) und
Heinz Kopplin (Berufsbetreuer)

Wann?

*** Sa 17. März 2012 von 10.00 bis 17.00 Uhr**

Wo?

Hamburg, BTZ · Weidestraße 118 C, 1 Stock, Raum 120 · 22083 · Haltestelle
Biedermannplatz Bus 171, 261

Wie?

Getränke und belegte Brötchen frei, 13.00 bis 14.00 Mittagspause

Kosten?

Keine Seminargebühr

Themen:

Teil 1)

Der Vortrag wird die Rechte und Pflichten gesetzlicher Betreuer im Rahmen des §1901 BGB insbesondere im Zusammenhang mit den Art. 12, 14 und 17 der UN-Behindertenkonvention zum Gegenstand haben unter besonderer Berücksichtigung des §1906 BGB (Rechte und Pflichten der gesetzlichen Betreuer bei geschlossenen Unterbringungen und freiheitsentziehenden Maßnahmen (Bettgitter und Fixierungen) sowie Möglichkeiten der sog. Zwangsbehandlung).

Teil 2)

Rechte und Pflichten im Allgemeinen. Wie kann eine Betreuung so geführt werden, dass sich der Mensch vertreten fühlt, ohne dass der Betreuer über seine Aufgabenkreise hinaus tätig wird. Hierbei geht es um die Thematik „Bevormundung“ in Abgrenzung zur Stärkung der Selbstbestimmung und Selbstständigkeit von Menschen mit Psychiatrieerfahrungen.

Kontakt:

Voranmeldung erbeten Tel. 040/278 62 253 (auch AB)
oder info@lpe-hamburg.de.
Personenanzahl genügt.

Dieses Seminar wird durchgeführt mit freundlicher Unterstützung von





„KEINE PSYCHIATRIE OHNE LEBENS-ENERGIE“

Referent Wolfgang M. Heuer

Wann? **Sa 28. April 2012 von 14.00 - 18.00 Uhr**

Wo? Basch-Barmbek · Wohldorfer Str. 30 · 22081 · Haltestelle U- Dehnhaide

Wie? 14.00 - 15.10 Begrüßung und Vortrag
15.10 - 15.40 Pause
15.40 - 16.40 Arbeitsgruppen (oder Klärung von Detailfragen mit dem gesamten Publikum)
16.40 - 17.00 Pause
17.00 - 18.00 Diskussion, Plenum, Schlussbemerkungen

Kosten? Keine Seminargebühr. Getränke und kleine Snacks frei

Vortrag / Workshop

Die **Lebens-Energie** ist auch bekannt als universelle Energie, Chi, Qi, Od, Orgon, Prana, Kundalini - aus Konzepten wie Tai Chi, Qi Gong, Yoga, Akupunktur und anderen; sie scheint mir weitgehend identisch zu sein mit der „Selbstheilungskraft“ / „Placebo(-kraft)“, „Geistkraft“, „Schöpferkraft“, Bewusstseins- / Aufmerksamkeits-Energie; der spirituellen, höher dimensional, bedingungslosen, Liebe.

Das dominierende wissenschaftlich-schulmedizinische Weltbild grenzt das Wissen über diese Energie / Liebe leider aus. Es wird nicht einbezogen in die vorherrschenden Erklärungs- oder Behandlungsmodelle der gesundheitlichen Störungen – obwohl diese Kraft nach den Erkenntnissen des ganzheitlichen Weltbildes wesentliche Bedeutung für das Gesundsein hat.

Das geniale dieser Energie ist: Sie ist völlig kostenlos und frei von schädlichen Nebenwirkungen und unabschätzbaren Spätfolgen, und: sie ist überall und jederzeit zu bekommen. Diese Energie bewirkt wahre HEILUNG - während die schulmedizinisch-psychiatrischen Konzepte / Medikamente NICHT wirklich heilen, sondern nur Symptome versuchen zu unterdrücken – mit oft zweifelhaftem Erfolg und diversen hohen Risiken!

Angesichts der dramatischen Zuwächse bei den psychischen Störungen und dem Bekenntnis der Psychiater, diesem Problem machtlos gegenüberzustehen, ist das wissenschaftliche Weltbild und Handeln dringend sehr kritisch in Frage zu stellen und der Wechsel zum ganzheitlichen Weltbild unbedingt nötig.

Wir werden über alle Dinge sprechen, die es dann ermöglichen, über diese Energie nach Belieben zu verfügen und wahre Heilung in Gang zu setzen.

Diese Veranstaltung wird eine Art „Auftakt“ sein zu einer Reihe von Vorträgen / Workshops des LPE Hamburg mit Wolfgang Heuer. Für den Herbst 2012 ist eine weitere Veranstaltung geplant, in der wir uns mit dem Sinn, den Bedeutungen, von Symptomen und Psychose-Inhalten befassen und, wie man diese nutzen kann für die Erkenntnis des Mangels, der die tiefere Ursache der Störung / Erkrankung ist, und für dessen nachhaltige Behebung, wahrhafte Heilung.

Kontakt: Voranmeldung erbeten Tel. 040/278 62 253 (auch AB)
oder info@lpe-hamburg.de (Personenanzahl genügt)

Diese Veranstaltung wird durchgeführt mit freundlicher Unterstützung von:





MITEINANDER GESTALTEN!

Psychiatrieerfahrene Menschen sind von der Teilhabe am gesellschaftlichen und kulturellen Leben oft weitgehend ausgeschlossen.

Es wird in Verbindung mit der durch Deutschland ratifizierten UN-Behindertenrechtskonvention viel über Inklusion und Barrierefreiheit gesprochen. Unser Landesverband Psychiatrie-Erfahrener will einen praktischen Beitrag zur Überwindung der Barrieren und mehr Teilhabe Betroffener an der Gemeinschaft leisten.

Dank der Unterstützung von **Aktion Mensch** können wir Begleitung bei einer Teilnahme an kulturelle Veranstaltungen bzw. Besichtigung von kulturellen Einrichtungen, wie z.B. Museen anbieten.

Wenn man an über Barrieren spricht, denkt man zuerst an Rollstuhlfahrer und sinnesbehinderte Menschen. Aber auch die Menschen, die psychisch betroffen sind, haben ihre Barrieren, die sie an der gesellschaftlichen Teilhabe hindern!

Angstzustände, Antriebsschwäche oder auch Geld für die Teilnahme an kulturelle Veranstaltungen nicht reichen, lassen oft diese Menschen resignieren und führen zu ihrer sozialen Isolation. Um das zu verhindern, bieten wir Begleitung und Unterstützung von Betroffenen im Rahmen der Hilfe zur Selbsthilfe. Wir wollen Betroffene animieren an kulturelle und soziale Veranstaltungen teilzunehmen um die Barrieren in ihren Köpfen zu überwinden und sie auch richtig nach Möglichkeiten vorhandenen Ermäßigungen zu informieren und kostengünstige Angebote zu nutzen. Auch in Hamburg muss die Kultur nicht teuer sein!

Wir möchten uns nach den Wünschen der Personen, die begleitet werden möchten, richten und machen die Begleitung nach telefonischer oder persönlicher Absprache.

Im Rahmen der Begleitung ist eine Finanzierung von den Eintrittsgeldern in angemessener Höhe, gemeinsamen Kaffeetrinken und bei Bedarf auch Bezahlung bzw.

Bezuschussung der Fahrtkosten mit öffentlichen Verkehrsmitteln möglich.

Wir möchten jetzt einige Beispiele von Veranstaltungen aufführen, wo wir betroffene Menschen einladen mit Begleitung teilzunehmen:

° Di 06. März um 19.30 Uhr

Bürgerhaus Barmbek-Nord

Der letzte Applaus Noch ein Dokumentarfilm: Die Tangobar El Chino in Buenos Aires war landesweit für ihre melancholischen Sänger berühmt. Nun ist sie bankrott, die Barden sind gealtert und vergessen, ihr Ruhm Vergangenheit. Die Sänger müssen seit der Wirtschaftskrise ums Überleben kämpfen. Sie träumen davon, noch einmal vor ihrem Publikum zu singen.

° Di 06. März 2012 um 16 Uhr im MAGAZIN Zettel

Max Zetzel ist ein sehr ehrgeiziger Mann und würde alles tun, um seine Karriere in Schwung zu bringen. Das Glück meint es gut mit ihm und durch eine Verkettung von Zufällen steigt er binnen kürzester Zeit vom Chauffeur zum Chefredakteur eines Klatschmagazins auf.

° Do 15. März um 13 Uhr

Wir gehen heute in die Therme-Baden

Besuch in der Bartholomäus Therme
Bartholomäusstr. 95, 22083 Hamburg

° Do 15. März 2012 um 18 Uhr

Besuch der Ausstellung Falkenberg mit Führung
Phoenix-Fabrikhallen, Wilstorfer Straße 71

Thema: Psycho

Der Titel der Ausstellung spielt auf den gleichnamigen Horror-Klassiker von Alfred Hitchcock an und lässt an die Entgleisungen von Schizophrenen, Psychopaten oder anderer psychisch Kranker denken.

° Do 29. März 2012 um 16 Uhr Deichtorhallen **Ausstellung „Saul Leiter“**

Das Haus der Photographie der Deichtorhallen würdigt vom 3.2. – 15.4. den 88-jährigen Fotografen und

Maler Saul Leiter in einer weltweit ersten großen Retrospektive.

° **Di 03. April um 19.30 Uhr** Bürgerhaus Barmbek – Nord **Singin' in the Rain** 1928: Hollywood stellt sich auf den Tonfilm ein, eine große Veränderung für die Stars des Stummfilms.

° **Do 05. April 2012 um 16 Uhr** Besuch im Museum für Völkerkunde **Thema heute: Wohnen in aller Welt** Wie wohnen die Menschen in verschiedenen Wohnformen? Welche andere Zwecke außer Wohnen erfüllen diese? Sind sie Rückzugsorte oder haben sie eher Vernetzungscharakter?

° **Fr 06. April 2012 um 20.30 Uhr** im MAGAZIN **Best Exotic Marigold Hotel** Eine Gruppe Rentner hat es langsam satt vom teuren und kahlen England. Um mit ihrer Rente bis ans Ende ihres Lebens glücklich und zufrieden zu sein, reist die Gruppe nach Indien, dort ist es billig und luxuriös...angeblich.

° **19. April 2012 um 13 Uhr**
Badetag: Wir gehen heute in die Therme-Baden Besuch in der Bartholomäus Therme Bartholomäusstr.95, 22083 Hamburg

° **Di 08. Mai um 19.30 Uhr** Bürgerhaus Barmbek-Nord
Der Duft der Frauen Am letzten Schultag vor Thanksgiving fordert der Rektor, der das Opfer eines bösen Streichs geworden ist, den 17-jährigen Charlie und einen anderen Schüler ultimativ auf, ihm bis Montagmorgen die Namen der Übeltäter zu nennen. Das lange Wochenende nutzt Charlie, um durch die Betreuung eines blinden Ex-Offiziers Geld zu verdienen, unerwartet fliegt dieser mit ihm nach New York: Er will noch einmal alles genießen und sich dann erschießen...

°° Hurra! "Textlabor B" wird im März 1 Jahr alt!
Die offene Lesung
Eine freie Bühne für jeden, der seine eigenen Texte lesen, slammen oder singen möchte.
An jedem 1. Mittwoch im Monat
Beginn 19:30 Uhr Eintritt frei!
deutsche Texte, max 10 Minuten
Moderation: Petra Klose
In Holtenklinker Str. 26, 040 72 699 173
www.belami-hamburg.de / www.kunst-kultur-bergedorf.de

° **Di 05. Juni um 19.30 Uhr** Bürgerhaus Barmbek-Nord

Carmen Choreograf Antonio sucht die Idealbesetzung für die Hauptdarstellerin in seiner neuen Ballett-Aufführung Carmen nach der Oper von Georges Bizet. Tatsächlich heißt sie auch Carmen, und während anstrengenden Bühnenproben verliebt sich Antonio unsterblich in die Primaballerina. Doch sie lässt sich – wie auch in der Vorlage – mit einem anderen Mann ein und treibt so Antonio in tödliche Eifersucht...

Bitte meldet Euch rechtzeitig
(ein paar Tage vorher!)

bei Jurand Daszkowski
Tel. (040) 822 96 133
eMail: jurand.daszkowski@web.de
oder
bei Matthias Latteyer
Tel. (040) 429 08 792 eMail:
latteyer@googlemail.com
zur Teilnahme an.
(oder sprechen Sie auf den AB)

Treffpunkt ist in der Regel 30 Min. vorher im Eingangsbereich.

Wir freuen uns auf Euch!

Dieses Projekt wird gesponsert von:

AKTION
MENSCH
DAS WIR GEWINNT

Das Kulturprogramm „Miteinander gestalten“ läuft noch fast das ganze Jahr durch.
Laufend neue Angebote.
Es ist für die Teilnehmer kostenfrei!

Eine gesunde und erfrischende **UNTERNEHMUNG**

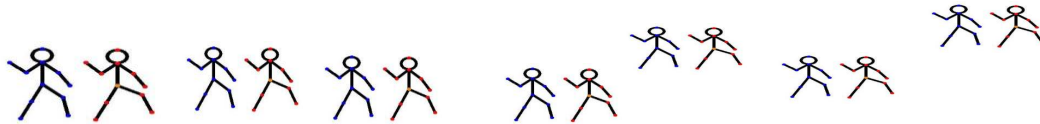


„raus aus den Mauern – hinein in den Frühling“

Wann: Am Sonntag 11. März 2012

Treffpunkt: U/S Bahn Ohlsdorf und/oder HH-Hbf.

Uhrzeit: 10.00



Je nach Wettersituation werden wir entweder durch die Hamburger Innenstadt spazieren gehen oder uns mit dem Regionalexpress Richtung Lübeck/Neustadt bewegen.

Falls uns das Hamburger Schmuddelwetter Kälte und Bindfädenregen beschert, solltet ihr Euch auf ein gemütliches Kaffeetrinken in der HAFENCITY einstellen mit der Hafenluft-Atmosphäre. -

Die interessantere Möglichkeit besteht bei gutem Wetter etwas SEELUFT zu schnuppern in Travemünde und Neustadt mit Promenadenspaziergang.

Na, wie wär's?

Um Anmeldung wird gebeten: im LPE - Büro oder bei susisorglos: sus.roemling@t-online.de



ICH BIN

MENSch ist mehr, als was er denkt,
Wahres Glück wird dem geschenkt,
der lernt, die Angst zu überwinden,
an höh're Liebe sich zu binden;
so selbst zum wahren SEIN zu werden -
als Geistkraftwesen hier auf Erden.

Lieb' dich selbst, so wie du bist;
Liebe alles, was JETZT IST;

Auch die „Feinde“ und „Dämonen“;
Vor allem die, die IN dir wohnen.

Es löst die Frage nach dem Sinn;
Vertrau'n - und werden - zum ICH BIN.

Wolfgang Heuer



Ehrenvorsitzende Dorothea S. Buck-Zerchin

An den Chefredakteur der ApothekenUmschau Herrn Peter Kanzler
Wort & Bild Verlag Konradshöhe 82065 Baierbrunn

OFFENER BRIEF 20.11.2011

Sehr geehrter Herr Kanzler,

mit Ihrer negativen Einführung in die Schizophrenie „Wahn und Wirklichkeit“ in der ApothekenUmschau vom 1. November 2011 haben Sie die Vorurteile der Leser gegen die als „schizophren“ Diagnostizierten noch verstärkt und diesen und den Angehörigen noch mehr Angst gemacht.

Sie schreiben gleich auf erster Seite im ersten Absatz: „Die Krankheit ist schrecklich und stellt Ärzte wie Betroffene vor Rätsel. Wer an **Schizophrenie** leidet, lebt zwischen Wahn und Wirklichkeit. Bis zu 800.000 Deutsche, so lauten seriöse Schätzungen von Experten, erkranken im Lauf ihres Lebens daran. Jeder Zehnte von ihnen tötet sich aus Verzweiflung selbst.“

Weder ist die Schizophrenie eine „schreckliche Krankheit“, wenn man sie wie Sigmund Freud und C.G. Jung als Aufbruch des Unbewussten ins Bewusstsein verstanden hat und in sein Leben einbezieht, um vorausgegangene Lebenskrisen zu lösen, die wir mit unseren bewussten Kräften nicht lösen konnten, noch töten sich viele als „schizophren“ Diagnostizierte aus Verzweiflung über die Krankheit, sondern über die nur abwertende, defizitäre psychiatrische Sichtweise, alles von der NORM abweichende Erleben auf eine „genetisch bedingte, unheilbare, sinnlose Hirnstoffwechselstörung“ zu reduzieren, die nur durch viel zu hohe Neuroleptika-Dosierungen bis an das Lebensende zu stoppen sei. Diese meist als Zwangsmedikation verabreichten Neuroleptika haben aber bei vielen Betroffenen schwere Beeinträchtigungen der Gefühle, des Denkens bis hin zu Demenzen, schwere Herz- und Leberschäden, Diabetes, unförmige Gewichtszunahmen des sich in der eigenen Haut nicht mehr Wohlfühlens zur Folge. Diese führen mit den nur negativen Prognosen der „Unheilbarkeit, Nichtbelastbarkeit“ und anderen Entmutigungen zur Einsicht, dass „Schizophrene“ in unserer Gesellschaft keine Chancen haben. Darum bringen sich viele um.

Eine von diesen „Schizophrenen“ war ich. Mit 18 Jahren erlebte ich 1936 (ich bin 94) den

Einbruch dieses veränderten Weltgefühls sonst nicht gespürter Sinnzusammenhänge.

„Zentralerleben“ nannte ich dieses mit jedem meiner fünf schizophrenen Schübe von 1936 bis 1959 veränderte Welterleben, in dem es nichts Sinnloses und Zufälliges mehr zu geben schien, weil alle Bereiche des menschlichen Lebens von einem gemeinsamen Zentrum auszugehen schienen. Aus diesen sonst nicht gespürten Sinnzusammenhängen resultieren die als typisch „schizophren“ bekannten „Beziehungs- und Bedeutungsideen“, weil man auch Ereignisse aufeinander bezieht, die sicher nichts miteinander zu tun haben. Es kann auch dazu verführen, nicht sich auf das Ganze, sondern das Ganze auf sich zu beziehen. Mit einer ängstlichen Grundhaltung können daraus Verfolgungsideen entstehen, wenn alles als beängstigend Erlebte auf sich bezogen wird.

Wie aber reagiert die Psychiatrie? In diesem veränderten Bewusstseinszustand, in dem man unbedingt Hilfe zum Verständnis dieser alten aufgebrochenen Bewusstseins-Inhalte brauchte, zu denen auch das Stimmenhören als frühe Form des Denkens unserer Vorfahren gehört (noch heute gibt es normale Menschen unter uns, die ihre Gedanken hören und sich wundern, dass man normalerweise seine Gedanken nicht hört), wird dieses veränderte Erleben nicht einmal erfragt, geschweige denn ernst genommen.

Heutige als „schizophren“ Diagnostizierte werden sofort unter viel zu hoch dosierte Neuroleptika gesetzt. Verweigern sie die Neuroleptika-Einnahme, werden sie an Händen, Füßen, Bauch ans Bett gefesselt, um sie gefügig zu machen. – „Es waren von den Kulturen der Primitiven bis zur Gegenwart immer Methoden des Quälens. Recht betrachtet, ein wahnwitziges Arsenal von Folterungen selbst...“ schrieb Alexander Mitscherlich in „Krankheit als Konflikt“.

Ich wurde 1936 in der ev.-kirchlichen „Von Bodelschwinghschen Anstalt“ in Bethel bei

Bielefeld ohne ein einziges ärztliches und seelsorgerliches Gespräch als „minderwertig“ zwangssterilisiert mit allen Folgen der Berufs- und Eheverbote und den für uns verbotenen höheren und weiterbildenden Schulen. Damals wurde mir Selbstmordmöglichkeit zur entscheidenden Lebenshilfe. Wenn ich statt der 60 vor mir liegenden Lebensjahre, die ich ohne eine Ausbildungs- und Berufsmöglichkeit nicht würde füllen können, nur noch ein Jahr vor mir sah, schwand meine durch die Psychiatrie verursachte Verzweiflung. Später verlängerte ich diese Lebensfristen, bis ich sie nicht mehr nötig hatte, weil ich Bildhauerin wurde.

Damals war es der schreckliche Psychiatrie-Professor Emil Krapelin (1856-1926), der die „unheilbare, erbliche Gehirnkrankheit“: „Dementia praecox“ = „Vorzeitige Verblödung“ in die Welt setzte, ohne mit seinen PatientInnen zu sprechen. Seine Schüler steckten uns ohne ein einziges Gespräch nur untätig in die Betten, in denen wir Monate, manche sogar Jahre lang ohne Gespräch und Beschäftigung zur Verkümmern gezwungen waren. Protestierten wir gegen diesen Unsinn, traten die Krapelinschen Strafmaßnahmen der Dauerbäder Tag und Nacht mit Einschluss des Halses in einen steifen Stehkragen der die Wanne bedeckenden Segeltuchplane, Fesselungen in kalten, nassen Bettlaken, die sich durch die Körperwärme erhitzen, Kopfgüssen unterm kalten Wasserhahn in Kraft. Und das alles unter dem großen Jesuswort an der Wand: „Kommet her zu mir. Alle, die ihr mühselig und beladen seid. Ich will euch erquicken“.

Sie erwähnen nicht, dass vor 22 Jahren der Psychologe Prof. Dr. Thomas Bock und ich an der Hamburger Uni-Klinik die seither im In- und Ausland verbreiteten „Psychose-Seminare“, den TRIALOG zwischen uns Psychose-Erfahrenen, Angehörigen und Fachleuten gründeten; dass es seit 1994 mehrere trialogische psychiatrische Weltkongresse gab; dass wir 1992 unseren „Bundesverband Psychiatrie-Erfahrener e.V.“ mit über 1.000 Mitgliedern gründeten, zu denen die 16 Landesverbände hinzukommen mit ihren Mitgliedern. Auch „Experienced – Involvement“ als „Helfendes Wissen mit-teilen“ kurz „EX-IN“ genannt erwähnen Sie nicht. „Ursprünglich ein Pilotprojekt der EU, werden Erfahrungen und Erkenntnisse von Psychiatrie-Erfahrenen in den Mittelpunkt gestellt“, die zu Genesungs-Helfern fortgebildet werden. Weil unsere deutschen Psychiater unsere Erfahrungen und Erkenntnisse gar nicht wissen wollen, halten sie sich daraus.

„Seelendumm“ nannte der Psychiater und Philosoph Karl Jaspers (1883-1969) seine Psychiatrie-Kollegen, die von 1939 bis 1945 220.000 besonders als „schizophren“ Diagnostizierte als „lebensunwert“ vergasteten, abspritzten oder zu Tode hungerten und 360.000 als „minderwertig“ zwangssterilisierten. Was sollen wir mit Psychiatern anfangen, die nur wissen wollen, was im Gehirn geschieht, ohne sich für unser Erleben zu interessieren. Ich lege Ihnen einige Veröffentlichungen dazu ein und grüße Sie in der Hoffnung, dass Sie auch uns zu Wort kommen lassen.

Dorothea Buck



Noch immer Genozid im System "Psychiatrie"? Aufklären und Beseitigen!

- am 03.02.2012 um 14:26 Uhr von Wolfgang Heuer erstellt

Ich bin seit 1987 mit dem Thema "Psychiatrie / Psychotherapie" konfrontiert. Als Angehöriger von zwei Brüdern, die 1987 und 1992 durch Suizid starben und selbst durch schwere suizidale Krise und depressive Verstimmung nach dem Suizid von 1987 und seit 1997 durch "Depression", weswegen ich jetzt Frührentner bin.

Seit 1994 bin ich Vorstand im Landesverband Psychiatrie-Erfahrener e.V. (LPE), Hamburg; war bis 2006 Sprecher des Vorstands und 11 Jahre lang Redakteur der vom LPE herausgegebenen Zeitschrift Psychiatrie-Erfahrener.

Ich habe die "Szene" von allen Seiten eingehend kennengelernt. Freundschaften mit älteren

kompetenten Personen haben mir auch Eindrücke aus der Vergangenheit vermittelt - so z.B. die zweifache Bundesverdienstkreuzträgerin Dorothea Buck, Jahrgang 1917, die zwischen 1936 und 1959 fünfmal in verschiedenen Psychiatrien war und zwangssterilisiert wurde.

Die planmäßige Tötung "psychisch Kranker" war nicht im Mai 1945 zu Ende! Sie ging an vielen Stellen noch weiter - auch ohne den "Druck" des inzwischen abgeschafften politischen Systems. Und die "Nazis" waren ja auch nicht die Urheber der Ideen zur Tötung "unwerten Lebens", sondern es waren Wissenschaftler, Ärzte, Psychiater usw.

Wenn man sich heutige "Psychiatrie" sehr bewusst anschaut, kann man m.E. erkennen, dass die Neigung /Tendenz, gewisse Menschen möglichst zu eliminieren, noch immer besteht.

Die Behandlung von Menschen mit "Psychosen", "schizophrenen Störungen" und ähnlichem war schon immer recht brutal, wenn man in die Psychiatrie-Geschichte einsteigt. Obwohl es auch löbliche seltene Ausnahmen gab und gibt.

So, wie Psychiatrie heute arbeitet, besteht noch immer eine Tendenz, dass davon viele in den frühen Tod, in den Selbstmord, getrieben werden. Oder sie sterben an den Medikamenten ("Neuroleptika"), die man ihnen gibt. Es ist sogar unter Fachleuten / Wissenschaftlern bekannt, dass eine große Neigung zu unnötig hohen Dosierungen gibt, die das Risiko schwerer Gesundheitsschädigung / evtl. des Todes mit sich bringen.

Wer nicht DARAN stirbt, dem wird durch den ganzen Prozess der "Psychiatisierung" mit allen verbundenen Nachteilen das Leben schwer und sauer gemacht, mit der "Stigmatisierung" und sozialen Ausgrenzung, mit schwer erträglichen Nebenwirkungen und mit der wissenschaftlich bewiesenen dramatischen Verkürzung der Lebenserwartung.

Die Mehrheit der Psychiater vertritt noch immer die - unzutreffende - Meinung, dass diese psychischen Störungen / Erkrankungen

genetisch bestimmt seien und es von daher keine Möglichkeit der vollständigen /grundlegenden Heilung gäbe.

Falsch! Lüge!

Diese Psychiater verweigern sich offenbar nur der Einsicht in die Wahrheit, wie sie sich auch der Einsicht in ihre eigene psychische Betroffenheit durch die "Kollektive Zivilisations-Neurose" verweigern, in ihre kollektive - evtl. latente - Angst-Störung.

Einer der besten Psychiater, die wir in Deutschland haben, hat mir im persönlichen Gespräch bestätigt, dass es sich bei Psychosen um Überforderungs-Reaktionen handelt.

Ebenso ist bekannt, dass ca. 50% oder mehr der Patienten die mit diesen Störungen diagnostiziert werden, FALSCH, UNZUTREFFENDE Diagnosen bekommen (haben).

Außerdem muss man sich wundern wie viele "psychisch Kranke" beim Besuch der Polizei in ihren Wohnungen erschossen werden. Da zeigt sich das System zumindest schwer lernbehindert! Warum werden keine psychotherapeutisch kompetenten Personen hinzugezogen?

Warum sind die Polizisten bei solchen Einsätzen immer nur mit den primitiven Standard-Schusswaffen ausgestattet?

Ich fordere, dass diese Dinge genauestens untersucht, aufgeklärt und geheilt werden.

In Hamburg haben wir leider auch die Erfahrung machen müssen, dass wir, der Interessen-Verband der Psychiatrie-Erfahrenen ausgerechnet vom Senatskoordinator für die Gleichstellung behinderter Menschen ausgegrenzt und in vielerlei Hinsicht beleidigt wurden. Der Fehler scheint also nicht nur im medizinischen, sondern auch im politischen Bereich zu stecken.

- **Der Vorschlag ist zu finden:**
>https://www.dialog-ueber-deutschland.de/ql?cms_idIdea=2756

Pro und Kontra Psychopharmaka Einnahme

Viel, auch kritisches ist im letzten Jahrzehnt zum obigen Thema veröffentlicht worden und unsere Psychiater und Psychotherapeuten sitzen allabendlich am Internet und lesen neue Informationen der Diagnostik und Therapie zum Thema.

Doch angesichts steigender und alarmierender Selbstmordstatistiken mit z.B. Depressionshintergrund sollten auch wir kritisch Bilanz ziehen. So mussten 2008 9331 Suizidopfer mit depressivem Hintergrund konstatiert werden (Quelle: "Focus" Nr. 45 vom 2.11.09). Verswiegen sollte hierbei nicht, dass mit Gesundheitsreform, die Anzahl der Nicht-Krankenversicherten stetig angestiegen ist, also auch viele unbehandelte psychische Erkrankungen unentdeckt blieben.

Oft übernehmen aber auch schlecht informierte Allgemeinmediziner die Versorgung und Behandlung psychisch erkrankter Menschen und verschreiben hierbei auch unzutreffende Medikamente.

Das heißt, dass Psychiater und Psychotherapeuten oder auch Versorgungsangebote wie das Betreute Wohnen, wie Sozialtherapeutische Wohnheime und die Tagesambulanzen der meisten Krankenhäuser einfach zu wenig aufgesucht und genutzt werden. Dies ist oft der Weg für psychisch erkrankte Menschen unbehandelt in die restlose Isolation mit der Unfähigkeit die psychische Erkrankung zu regulieren. Wird darüber hinaus das soziale Umfeld und der familiäre Bezug vernachlässigt, somit ist der Weg durch die psychische Erkrankung in den Suizid oft offen.

Wir alle aber haben hierzu im Gegensatz Langzeiterfahrungen mit der Regulierung der Krankheit und der Einnahme von Psychopharmaka, je nach Krankheitsbild und Diagnostik also mit Transquilizern, Anti-depressiva und Neuroleptika, gemacht. Oft haben sich hierbei auch Schwierigkeiten und Probleme eingestellt. Vorweg psychische Erkrankung und Gesundung erfordern eine gesunde und vitaminreiche Ernährung und oft auch mehr Nachtschlaf als bei gesunden Menschen. Hinzu kommt das Thema Tabakrauchen, welches bisher in der Pro- und Contra – Literatur stark vernachlässigt wurde. Nämlich die Vergiftung durch das starke Nervengift Nikotin und Blausäureverbindungen, wie andren Tabakinhaltstoffen.

Da aber sehr viele oder speziell psychisch erkrankte Menschen gerne und viel rauchen, lässt sich oft die Wirkung der Psychopharmaka, als eine mit dem Nervengift Nikotin kombinierte Wirkung mit der Folge schädlicher Nebenwirkungen nicht eindeutig und klar analysieren. Speziell in der Kritik an den Psychopharmaka in der Alternativliteratur an den hochpotenten Neuroleptika und ihrer Langzeiteinnahme scheiden sich die Geister um die Ursachen der Nebenwirkungen und Langzeitschäden. Denn Nikotin produziert im Hoch- und Dauergenuss zumindest ähnliche Nebenwirkungen und Langzeitschäden wie die kritisierten Neuroleptika (also Muskelzittern, erhöhter Speichelfluss, Bewegungsunruhe oder Leber- und Nierenschädigungen).

Oft sind aber Patienten durch Unfallursachen zu Gehirnschädigungen gekommen, die weil schwer reparabel, eine Langzeiteinnahme von Psychopharmaka zur täglichen Stabilisierung der Psyche, unbedingt erforderlich machen. Zwar bieten sich im Bereich der Depressionserkrankungen alternative Mittel natürlichen Ursprungs inzwischen an, doch ist der Forschungsstand hier erst in der Anfangsphase einer recht hoffnungsvollen Entwicklungsperspektive. Erste Resultate dieser Forschung weisen auf Präparate aus Johanniskraut, Passionsblume und Hopfen hin. Diese sind vermehrt auf dem Psychopharmaka Markt zu entdecken, helfen aber mit Sicherheit nicht bei starken Depressionen. So ist also kein Ersatz für starke Mittel wie die Gruppe der Lithium-Salze vorhanden, weil speziell hier die Vergiftungsbilanz doch sehr eindrucksvoll ist.

Laut Alternativliteratur ist auch die Kritik an der Wirkstoffgruppe der Benzodiazepine in den letzten zehn Jahren stetig angewachsen, so dass eine Medikation nur noch nach abgewogener Diagnostik durch einen Facharzt vorgenommen werden sollte (Valium und Librium beispielsweise).

Hier besteht in der Langzeiteinnahme mit hohen Dosen in jedem Fall eine Suchtgefahr! Sicher sind auch wenige Fehlentwicklungen im Einsatzbereich Psychiatrie bekannt geworden, was zur Einschränkung bis zum Verbot einzelner Psychopharmaka führte. Bekannt sind hier beispielsweise das Medikament Leponex und andere. So ist auch das Psychopharmaka Melleril

in der Kinder- und Jugendpsychiatrie stark umstritten! Statt Verhaltensstörungen abzustellen, stellen sich schnell allerhand Ticks ein (Wippen des Körpers, Grimassieren und schiefer Hals). Der Vorwurf der Suchtgefahr durch Psychopharmaka lässt sich nicht immer einwandfrei bestätigen, weil oft auch Medikamentenmissbrauch im eigentlichen Sinne bei den Untersuchungen vorliegt. Dies ist aber auch ein Dreh- und Angelpunkt der Psychopharmaka Einnahme überhaupt, weil oft die psychisch erkrankten Menschen infolge der Auslebens der psychischen Krise oder Psychose, nach Überdosen der Psychopharmaka Einnahme greifen.

Die gute und intensive Beratungstätigkeit der Fachärzte sollte also unbedingt immer gesucht und eingehalten werden.

Eigenes Logbuch führen und alle Probleme und Schwierigkeiten, die sich einstellen, notieren und mit dem Facharzt besprechen. Ein solches Tagebuch mit Angaben zum Medikament und Verbrauch empfehle ich allen psychisch erkrankten Menschen! Oft müssen deshalb auch schwerverträgliche Medikamente unter fachärztlicher Beratung wieder abgesetzt werden. Also nicht spontan absetzen, sondern in geordneten Schritten bis einem halben Jahr.

Gänzlich umstritten bleibt aber Dosierungsgrad von Psychopharmaka! Nach dem Hamburger Gesundheitstag in Altona im Frühjahr 2009 entstand eine wichtige Debatte und Kritik an der Hochdosierung von Psychopharmaka in der psychiatrischen Behandlung in Hamburg.

Auch wenn die Alternativliteratur dazu neigt, den pharmakologischen Versuch der Stabilisierung psychischer Erkrankungen ein wenig zu verzerren, wie beispielsweise dies in den Frühschriften Marc Rufers („Glückspillen“) den Eindruck erweckt, der die Psychopharmaka zu Designerdrogen brandmarkt und in der Erkenntnis der Kritik im Vorwurf gegen die internationale Pharmazie darin gipfelt, dass hier „Robotermenschen“ durch Medikamenteneinnahme produziert werden, ist die Kritik an zu hohen verordneten Dosen der Psychopharmaka Einnahme durchaus berechtigt!



Weil inzwischen wissenschaftlich nachgewiesen, die Kombination der Psychopharmaka Einnahme mit Sport- und Gymnastiktherapie, Psycho- und Schlaftherapie, auch Sexualtherapie, eindeutig die Dosen der Psychopharmaka Einnahme senken hilft. Also weg mit der Hochdosierung!

Ähnlich und detaillierter nimmt Autor Dr. med. Zehenbauer in seinem Buch „Chemie für die Seele“ hierzu Stellung und hebt mit einer Reihe von brauchbaren Vorschlägen der Alternativmedizin und Forschung da Niveau der Kritik speziell an Transquilizern, Antidepressiva und Neuroleptika an. Niedrige Psychopharmakadosen in der Behandlung und die Kombination mit Gymnastik und Sport können für viele Patienten der eigentliche Ausweg aus der psychischen Krise sein. Er macht vor allem die Bewegungsunlust von psychisch erkrankten Menschen dafür verantwortlich, dass Nebenwirkungen entstehen. Die Sporttherapie ist angesichts guter Therapieerfolge in jedem Fall zu empfehlen!

Ein Fazit jedenfalls der Grundsatzkritik an der Pharmaindustrie bleibt aber auch für mich nach dem Studium der Literatur anhängig. Es existiert zu wenig Praxisbegleitende Forschung und Statistik. Es wird in die für die Erforschung des Hirnstoffwechsels und so genannten körpereigenen Medikamenten (Stoffwechsel) zu wenig Geld investiert um brauchbare Medikamente zu entwickeln.

Ich bin gerne bereit in einem folgenden Artikel spezieller auch die Langzeiteinnahme von Neuroleptika einzugehen, auch speziell in einem kurzen Selbsterfahrungsbericht versteht sich! Wenn Ihr trotzdem zwischenzeitlich Probleme mit der Medikamenteneinnahme habt und diese Konflikte mit dem Facharzt nicht klar bar sind, könnt Ihr Euch an den Bundesverband Psychiatrie-Erfahrener Deutschlands in Bochum wenden, Tel. 0234/68705552 und 0234/6405102! Schriftlich an BPE e.V. Wittener Str. 87, 44789 Bochum.



Patrick Rabe
Jesus für New-Ager

In der heutigen Zeit wird vieles von der Naturwissenschaft (insbesondere Gehirnforschung und Quantenphysik) wiederentdeckt und wissenschaftlich untermauert, was die Mystiker schon im Mittelalter, ja schon im Altertum, ja vielleicht zu jeder denkbaren Weltzeit wussten.

Fast zwei Jahrhunderte (nämlich nach der Aufklärung) drohte dieses Urwissen, unwiederbringlich verloren zu gehen, jedenfalls in der westlichen Welt. Ich will damit die Aufklärung nicht gänzlich schlechtreden. Sie hat uns eine Befreiung von der Versklavung an die Kirche und ihre Dogmen gebracht und mit manchem absonderlichen Aberglauben aufgeräumt. Leider haben die „Aufklärer“ das Kind mit dem Bade ausgeschüttet, indem sie tendenziell alles Spirituelle oder Religiöse dem Aberglauben und der Unwissenheit zuschrieben. Dieses aufgeklärte Weltbild ist uns so in Fleisch und Blut übergegangen, dass wir immer noch tendenziell denken, ein gläubiger oder spiritueller Mensch sei dümmer als ein Atheist, ein Christ oder Buddhist dümmer als ein Naturwissenschaftler. Diese Verkennung der Realität spiritueller Erfahrungen hat uns in einen Notstand gebracht. Denn spirituelle Erfahrungen wurden ja nach wie vor gemacht! Nur verloren die Menschen im Westen mehr und mehr die Kriterien, diese Erfahrungen richtig einzuordnen und zu bewerten. Als traurigen Endpunkt dieser Entwicklung hat uns das die materialistische Psychiatrie beschert, wo viele völlig gesunde spirituelle Erscheinungen einer Schizophrenie oder Manie zugeschoben werden. Auch hier wird das Kind mit dem Bade ausgekippt. Denn, dass die betreffenden Menschen durch ihre Erfahrungen aus dem Gleichgewicht gebracht worden sind und Hilfe brauchen, bestreitet ja niemand. Dass aber die gemachten Erfahrungen selber als Krankheit gelten und ein „Wahn“ sein sollen, ist eindeutig zu viel des „Guten“!

Anfang des 20. Jahrhunderts machte die Wissenschaft in Teilbereichen wahre Quantensprünge (durch die neue Physik Einsteins und später Heisenbergs und durch die Tiefenpsychologie C.G. Jungs), die sie selber nur schwer einholen konnte, weil eben die dogmatischen Betonköpfe vielfach bei Newton stehengeblieben waren. Es ist Einstein und

Heisenberg zu verdanken, dass das Bild eines statischen Universums abgelöst wurde durch die Vorstellung eines dynamischen, schwingenden Alls. Und C.G. Jung hat, im Gegensatz zu Freud, der bewusst in den naturwissenschaftlichen Grenzen seiner Zeit verweilte, einen neuen Zugang geschaffen zu Mythen und Religionen, und ist damit der tatsächlichen Beschaffenheit der Seele sicherlich viel näher gekommen, als sein Wiener Kollege.

Beide wissenschaftlichen Disziplinen, Physik und Psychologie, räumten mit dem Weltbild der Aufklärung so gründlich auf, dass es eigentlich hätte hinweggefegt werden müssen. Aber die Mühlen arbeiten doch sehr langsam. Vielleicht haben sich die neuen Erkenntnisse auch deswegen noch nicht großflächig durchgesetzt, weil sie in beiden Fällen das Moment der Freiheit einschließen, und zwar der totalen Freiheit. Ein Universum, das jederzeit potenziell jede denkbare Möglichkeit enthält, eine Seele, die ihr Leben jenseits von moralischen Kategorien entfaltet, das musste ja Angst machen! Wir stehen menschengeschichtlich gegenwärtig an einem Punkt, an dem wir die Freiheit wirklich greifen könnten, aber wahrscheinlich müssen wir sie dazu erst einmal be – greifen in ihren Möglichkeiten und Grenzen! (Bob Dylan schreibt: Freiheit – liegt geradewegs um die Ecke für dich, doch mit der Wahrheit so weit entfernt, was wird sie da gutes tun?)

Schon vor 2000 Jahren hat uns jemand mit unseren gewaltigen Möglichkeiten und Potenzialen konfrontiert, aber auch die Schattenseiten nicht verschwiegen. Das war Jesus. Für viele spirituelle Menschen der Jetzt-Zeit gilt es als uncool, sich mit Jesus zu befassen. Jesus ist Establishment. Jesus ist katholische Kirche und überkommene Sexualmoral. Jesus ist Verkünder von flachen Binsenweisheiten. Das Christentum ist die unspirituellste Religion auf diesem Erdball.

Ja so denken viele New-Ager, Hobby-Fernöstler und Esoteriker. Da wird noch eher bei Scientology gesucht als bei Jesus.

Schade.

Denn wer die Evangelien einmal unbefangen liest oder sich gar mit ihren Urformen wie der

Logikenquelle auseinander setzt, wird merken, dass bei Jesus vieles steht, was New-Ager auch propagieren. Nur wird es bei Jesus nicht in allen Einzelheiten vorgekaut. Jesus erklärt und begründet seine Thesen nirgends, er gibt nur wenig Handreichungen und bleibt in der Vagheit seiner Gleichnisse. Das macht ihn für die heutige Zeit sicherlich sperrig und unattraktiv, man kann sich die Erklärungen ja aber auch leicht woanders herholen. Ich z.B. habe vieles von Jesus durch die Lektüre der buddhistischen Schriften und des Tao-Te-King, sowie durch eigene mystische Erfahrungen verstanden.

Jesus sagt zum Beispiel an keiner Stelle explizit, dass alles Eins ist. Aber viele seiner Sprüche deuten darauf hin und machen auch erst Sinn, wenn man diese Erkenntnis mit berücksichtigt. Zum Beispiel der Spruch mit dem Richten. *Richtet nicht über andere, auf das ihr nicht gerichtet werdet, denn das gleiche Maß, nach dem ihr messt, wird an euch angelegt werden.* In die gleiche Kerbe schlägt der Satz: *Was ihr wollt, das euch die Menschen tun, das tut ihnen auch.* Und auf die Spitze getrieben in den Sätzen: *Ich und der Vater sind eins und was ihr dem geringsten meiner Brüder getan habt, das habt ihr mir getan.*

Diese Sätze, die jahrhundertlang als moralinsaure Zeigefinger-Binsenweisheiten gepredigt worden sind, haben in Wirklichkeit eine große, reinigende Sprengkraft. Wer sich ihren Sinn selbständig erschlossen hat, kann sein Verhalten tatsächlich ändern; nicht aus moralischen Gründen, sondern weil er in diesen Sätzen Liebe und Gesetz Gottes gefunden hat. Dass jedes Urteil auf mich zurückfällt, macht nur Sinn, wenn ich die Wirkung dieses Gesetzes nicht aufs Jenseits und ein irgendwann mal stattfindendes Gericht schiebe, sondern wenn ich seine Wirkungen in der Gegenwart erkenne. Wenn alles Eins ist, und jedes Einzelne dem Ganzen und jedem anderen Teil entspricht, wird klar: Was ich anderen tue, tue ich auch mir selbst und dem Ganzen, und alles, was ich über andere denke, trifft auch auf mich zu. Wenn ich also jemanden töte, töte ich mich selber und die ganze Welt. Wenn ich jemanden rette, rette ich mich selber und die ganze Welt (steht so ähnlich schon im Talmud). Aber schon der schlechte Gedanke, den ich über jemand anders hege, hat Auswirkungen auf ihn, mich und das Ganze. Auch das deutet Jesus an (in den sogenannten Antithesen in der Bergpredigt). *Euch wurde gesagt: Du sollst nicht töten. Wer tötet, ist dem Gericht verfallen. Ich aber sage euch: Schon, wer seinem Bruder*

zürnt, ist dem Gericht verfallen! Diese radikale Aussage ist aber keine Aufforderung zur Selbstgeißelung („Ach, was bin ich für ein schlechter Mensch! Ja, ich habe das Gericht verdient!“), sondern eine Einladung zur Liebe, nämlich eine Einladung, eine Haltung einzunehmen, die den Mitmenschen nicht bewertet, sondern annimmt, so sein lässt, wie er ist. Wenn ich jemanden bejahen kann, ist das immer ein Indiz dafür, dass ich auch den Eigenanteil bejahen kann, den dieser Mensch für mich repräsentiert. Wenn ich diesen noch nicht bejahen kann, kann ich auch das bejahen und versuchen, liebevoll auf das zu schauen, was ich als meine Schwächen und Unzulänglichkeiten bewerte. (Mal ein kleiner Vorgriff: **Gott bewertet alles (an mir) als gut, denn er hat es ja geschaffen, und alles was Gott geschaffen hat, erfüllt irgendeinen Sinn.** Wer das belegt haben möchte, schaue in die Bibel, **erstes Buch Mose, erstes Kapitel, Vers 31.**)

Diese radikale Akzeptanz (ein psychologischer Begriff) Gottes seiner Schöpfung gegenüber, kann man nur als Liebe bezeichnen. Jeder kann uneingeschränkt mit dem Psalmisten sagen: Danke, dass ich wunderbar gemacht bin! Ein ‚ja‘ zur Welt ist auch immer ein ‚ja‘ zu mir selbst und umgekehrt. Erst, wenn mich nichts mehr stört, bin ich ganz in der Liebe. (Zugegeben: an diesem Punkt dürften bislang nur ganz wenige Menschen sein). Der Konstruktivismus lehrt uns, dass *wir* die Umwelt ‚machen‘. Halte ich die Welt für meinen Feind, *ist* sie mein Feind. Halte ich die Welt für meinen Freund, *ist* sie mein Freund. Wer eine konstruktive Haltung zur Welt einnimmt, kann auch aus allem etwas Gutes für sich herausholen, auch aus scheinbar negativen Dingen. (Vor einigen Jahren las ich mal das buddhistische Buch ‚Wie man aus Gift Medizin macht‘ Ja wie? Durch Bejahung!)

Aus diesem Punkt geht hervor, dass wir eine unerschöpfliche Machtfülle unser Eigen nennen, wenn wir schon durch ein ‚Ja‘ oder ‚Nein‘ über unsere ganze Welt entscheiden können. Auch auf diese Machtfülle geht Jesus ein, wenn er Dinge sagt wie: *Alles, was ich tue, werdet ihr auch tun können, und viel mehr.* Oder *Wenn ihr nur den Glauben von der Größe eines Senfkorns habt, könnt ihr zu einem Berg sagen: Hebe dich hinweg, und er wird es tun!* Oder *Wisst ihr denn nicht, dass ihr Götter seid?* Vielleicht sollten wir anfangen, diese Sprüche ernst zu nehmen und nicht nur als fromme Sinnbilder. Vielleicht ist Uri Geller auch gar kein Scharlatan, sondern einer der ersten, der Jesu

Aussagen beherzigt! Wenn wir bedenken, dass die Physik heute davon ausgeht, dass das Universum, und auch Materie hauptsächlich aus Zwischenräumen besteht (also praktisch aus nichts!), und wir mittlerweile wissen oder doch ahnen, dass Geist und Materie in enger Verbindung stehen, müsste es doch eigentlich möglich sein, mit unserem Geist (unserem Glauben) unsere Realität zu verändern und sogar Materie umzuformen! Dass dies bestens funktioniert, bewies Bärbel Mohr mit ihren ‚Bestellungen beim Universum‘! Aber auch diese sind nicht von ihr zuerst entdeckt worden und sind kein alleiniges Gedankengut der New-Ager! Schon Jesus sagte: *Suchet, so werdet ihr finden, bittet, so wird euch gegeben, klopft an, so wird euch aufgetan!*

Nun mag mancher einwenden, wenn jeder diese ‚Wunschmaschine‘ in Gang bringen würde, würde es ja ein heilloses Chaos geben, denn manche Wünsche sind doch einfach nicht sinnvoll oder aber egogetrieben, größenwahnsinnig, etc. Das ist richtig. Aber das Gesetz der Anziehung, Resonanz und Wunscherfüllung ist tatsächlich ein neutrales Naturgesetz. Wir sind absolut freigelassen, uns alles zu wünschen was wir wollen, wir können jede denkbare Welt erschaffen, es wird auch nicht verhindert, dass ein Hitler sich seine nationalsozialistische Welt ‚herbeiräumt‘ und ganz Europa in den Abgrund reißt! „Wo ist denn da der liebende Gott?“, wird mancher fragen. Nun, er ist im Inneren der menschlichen Seele, immer zumindest als Potenzial. Und darin, in dieser Hinwendung zur Liebe, sieht auch Jesus die Lösung des ganzen Dilemmas. Denn wenn der Mensch die Regel der Selbst- Gottes- und Nächstenliebe beherzigt, wird er auch immer Dinge wünschen, die konstruktiv und dem Ganzen dienlich sind. Liebe ist aber etwas, das wir nicht herbeitheoretisieren oder phantasieren können, sondern sie kann erst wirksam werden, wenn denn der Mensch sie auch spürt. Spüren kann er sie, wenn er sich ihr öffnet, wenn er beginnt, sich und die Welt anzunehmen, im Sinne des Beatles-Songs ‚Let it be‘.

Aus Jesu Anregungen könnte so eine neue, auf die Liebe gegründete Ethik entstehen, es geht ihm aber nicht zuvörderst um diese Ethik, sondern um das ‚Reich Gottes‘. Dieses Reich Gottes habe ich schon in anderen Aufsätzen beschrieben. Es ist meiner Meinung nach ein innerer (und dann automatisch auch äußerer) Zustand. Es ist der Zustand des mit-sich-im-Reinen-seins. Innerer Frieden schafft äußeren

Frieden. Es geht bei Jesus‘ Ethik nicht darum, auf Krampf bemüht zu sein, ein milder, toleranter, liebevoller Mensch zu werden, sondern: Wenn man das Reich Gottes in sich gefunden hat, ist man das alles ganz von selbst! Dann ist man getragen von den Gesetzen des Universums. Jesus dazu: *Trachtet zuerst nach dem Reich Gottes und seiner Gerechtigkeit, dann wird euch alles andere dazugegeben!* Jesus spricht in diesem Zusammenhang auch von den ‚Vögeln unter dem Himmel‘ und den ‚Lilien auf dem Felde‘, die ganz ohne eigenes Zutun, ohne Planung und Berechnung das empfangen, was sie brauchen. Ein kühner Gedanke! Ist das nicht bereits Schlaraffenland!? Dieser Gedanke setzt ein hohes Gottvertrauen voraus und beruht auf dem Glauben daran, dass die Welt zunächst einmal freundlich und uns wohlgesonnen ist. Ist Gott wirklich der liebende Papa (Jesus nennt ihn im Vaterunser ‚Abba‘, was soviel wie Papa bedeutet), der bedingungslos für seine Kinder sorgt? Es scheint so zu sein: Wer einmal den ‚Draht‘ zur höheren Wirklichkeit gefunden hat, wer in der Liebe, im Reich Gottes ist, für den fließen die Energien reichhaltiger. Er steht im Austausch mit der Welt, und findet in ihr stets das, was er sucht und braucht. Ich bin, aufgrund von eigener Erfahrung, mittlerweile davon überzeugt, dass sich jeder unserer Wünsche irgendwann erfüllt, nicht zuletzt dann, wenn wir von dem verkrampften Wollen loslassen und ein Vertrauen in die Richtigkeit des Wirkens des Zeit-Raum-Kontinuums entwickeln. Trotzdem stößt dieser Denkansatz immer noch einigen Menschen übel auf: „Was, ich soll alles einfach geschenkt bekommen, ohne Blut, Schweiß und Tränen, unter denen ich doch meinen Acker bestellen soll? Nein, so einfach kann es nicht sein!“ Aber ich denke, genau so ist es gemeint! Seit Christus steht es uns Menschen offen, von diesem Geschenk Gottes an uns Gebrauch zu machen. Dies setzt lediglich voraus, dass sich unser Denken ändert, sich ‚einnordet‘ in Gottes Wirklichkeit. In der Bibel finden wir dies in dem Ausspruch *Metanoete! (Denket um/ ändert den Sinn), denn das Himmelreich ist nahe herbeigekommen!* Wer dies wirklich versteht, dem wird klar: Das Reich Gottes ist nicht ein Weltzustand, der irgendwann einmal kommen wird, sondern der jederzeit für den verfügbar ist, der sein Denken ändert, der von Angst und Misstrauen zu Liebe, Mut und Vertrauen findet! Man muss es nur glauben, dann werden einem die Schleier von den Augen fallen!

All dies lässt sich mit vielen Lehren der New-Ager viel besser vereinbaren, als sowohl jene als auch die christlichen Kirchen zugeben wollen. Meiner Meinung nach ist es nur die unterschiedliche Terminologie (Wortwahl), die einem gegenseitigen Verständnis im Wege steht. Eine Beheimatung im (oder oft auch im Wortsinne Rückbindung zum) christlichen Gedankengut kann unter Umständen zu einer genaueren ‚Unterscheidung der Geister‘ führen, zu einer besseren Beurteilungsgrundlage, welche spirituellen Praktiken förderlich oder hinderlich auf dem Weg zur Liebe sind. Und eine Öffnung der christlichen Kirchen für neuere spirituelle Ansätze könnte eine Auffrischung, Belebung und ein Neuverständnis der eigenen Lehren bewirken. Christus‘ Botschaft ist jedenfalls nichts zum frommen herbeten, sondern ein konkreter, spiritueller Lebensentwurf, der praktikierbar ist!

Patrick Rabe, Do 12.1. 2012.

Nachtrag:

Trotz der gewaltigen Potenziale des Menschen, die in der New-Age-Philosophie und auch im Neuen Testament beschrieben werden, muss ich dennoch auch darauf hinweisen, dass wir neben dem göttlichen Anteil auch einen ganz Menschlichen haben. Viele New-Ager vergessen das (auch ich neige manchmal dazu) und bringen sich in Teufels Küche. Das neue Testament zeigt uns aber nicht nur unsere Möglichkeiten auf („Ihr seid Götter“), sondern zeigt uns auch, dass niemand von uns perfekt ist. Die Bibel drückt das mit den Paulusworten aus: „Alle haben gesündigt, und keiner erreicht (von sich aus, *der Autor*) die Herrlichkeit Gottes.“ Das Heil liegt meiner Meinung nach nicht im Streben nach einem unrealistischen paradiesischen Zustand

und einer ‚Höherentwicklung‘ zum ‚Gott‘, wobei alles, was uns noch zu irdischen Menschen macht, überwunden werden muss, sondern im Anerkennen unserer Unperfektheit, im Anerkennen der irdischen Gegebenheiten. Denn im Bejahen dessen, was ist, vollziehen wir Gottes ‚Ja‘ zur Schöpfung nach. Also nicht durch unrealistische Selbstvergottung, sondern durch Demut vor dem, was wirklich ist, kann der Mensch sein ‚Reich Gottes‘, seinen inneren Frieden finden. Es zeigt sich hier auch, wie schädlich das von vielen spirituellen Menschen praktizierte ‚Positive Denken‘ sein kann (ich habe selbst damit gearbeitet). Im Glauben, ich würde alles, was mir an mir und der Welt nicht passt, wegbekommen, indem ich es nicht mehr beachte und es einfach von der Liebe schlucken lasse, schuf ich in Wirklichkeit eine gewaltige Verdrängung. Das sich-nur noch-auf das-Positive-konzentrieren scheint eine feine Sache zu sein, kann aber zu einem mächtigen spirituellen ‚Kater‘ führen, wenn man erkennen muss, dass man immer noch ‚im Fleische‘ lebt und der irdische Schmutz und alle Probleme noch immer an einem kleben. Mit seinen Sorgen kann nur zurande kommen, wer sie annimmt. Im positiven ‚Überblenden‘ ist nichts gewonnen! Oft sehe ich es bei ach-so-spirituellen Menschen, dass sie gravierende Macken an sich selber nicht mehr wahrnehmen, weil sie sich ja schon gänzlich ‚im Licht‘ wähnen. Dadurch werden jene Macken aber immer schlimmer, und die betreffenden Menschen bemerken sie trotzdem nicht, weil sie sie erfolgreich auf ihre ach-so-krankte Umwelt projizieren! Wenn wir erkennen würden, dass wir alle fehlbar sind, mit oder ohne Gottes Liebe, könnten wir alle etwas gnädiger miteinander umgehen.

Patrick Rabe, So 22.1.2012

Spiritus rector

Gieß Spiritus ins rechte Ohr,
schon kommst du dir erleuchtet vor!
Und auch noch etwas dann ins linke,
verhindert, dass das Zeug ich trinke!
Im Hirn macht's klick, bald tut mein Mund
fernöstlich-‘köstlich‘ Weisheit kund.

Patrick Rabe, Do 2.2.2012



Wolfgang Drüding
Reicher, als alle Reichen zusammen

(Der in dieser Geschichte verwendeten Vierzeiler wird Friedrich von Logau zugeschrieben. Es sollen noch zwei weitere Geschichten von und zu der Hauptperson dieser und zum Thema ‚Reichtum und Armut, Krieg und Frieden‘ folgen)

Beim Zahnarzt im Wartezimmer hing ein Abreißkalender. Es war unter Anderem ein Kochrezept zu lesen, wie man mit Essig und Zitronensaft die Staubanziehung auf polierten Oberflächen verringerte und ‚die Weisheit des Tages‘:

„Der ist reich, der weiß, dass er genug hat.“

Ein alter Chinese sollte diese Weisheit verfasst haben. Den Namen hatte Hussein vergessen, den Spruch aber hatte er sich auf Anhieb gemerkt. Ein blöder Spruch auf dem Abreißkalender im Wartezimmer. Er traf Hussein damals so ins Innerste, dass dieser schon die sonderbaren Freuden des Zahnarztes kaum mehr registrierte.

Hussein galt immer und überall schnell als nicht ganz dicht. Böse war das nie gemeint. Man stellte nur bei allem, womit der Mann sich befasste, einen Eifer fest und einen Drang nach Tiefe oder besser gesagt nach tiefer Gründung, dass dies eben als verrückt belächelt wurde. Es gab solche Leute. Sowohl die einen, wie auch die anderen. Husseins Fall aber war, wegen seiner Maßlosigkeit, vielleicht besonders belächelns-wert, ansonsten man möglicherweise nervös geworden wäre. Aber man lächelte lieber, und da man nun einmal lieber lächelte, so lächelte man denn auch lieber liebevoll. Er tat ja niemandem was, und wer nervte nicht irgendwie. Man nannte ihn verrückt, wie man eben auch und sogar mit Hochachtung die Sportler verrückt nannte, die das ganze Jahr über besessen trainierten, um am Wettkampftag besonders weit in die Sandkiste zu hupfen, etwa.

Die Geschichte kippte, als Hussein begann, nicht mehr nur von seinen keineswegs aufregenden Erlebnissen zu erzählen und mit seinem endlos sich daraus ergebenden sonderbaren Denksport zu nerven, sondern nun auch anfang die Lebensweise des Zuhörers zu befragen. Man sah ihn weniger gern und frau erst recht.

Der Zahnartztspruch war seinerzeit der Tropfen gewesen, der das Fass überlaufen ließ. Oft schon hatte Hussein gedacht:

‚Wir machen nie ernst.‘

Dabei dachte er an alle möglichen Lehren aus Literatur, Film und auch den Heiligen Schriften.

‚Man quatscht sich wichtig,‘

sinnierte er ernst vor sich hin, denn er war mit solchen Gedanken immer allein, wie penetrant er seine Bekannten auch damit zu überziehen versuchte. Manche dieser Bekannten würden hier mit einem ‚weil‘ statt mit einem ‚wie‘ in der ihnen gewohnten Weise Verantwortung oder sogar Schuld verteilen.

‚Man quatscht sich wichtig über die fremden Welten, die einem so eröffnet werden, ist erschüttert vom eigenen Mitleid, und – geht dann fröhlich ein Bier trinken. Wir lügen uns in die Tasche. Wir kriegen keinen Schimmer von der fremden Welt – und es ist auch kein Mitgefühl. Wir unterhalten uns nur in der Geisterbahn und freuen uns für uns selbst: ‚Glück gehabt, dass du besseres verdient hast! Aber pass auf und steck dich nicht an!‘

Ebenso oft hatte Hussein bereits gedacht, dass Wohlstand gemütlich, langweilig und doof macht. Schmalhans war der beste Küchenmeister, Not macht erfinderisch und Armut schändet nicht – jeder wusste das. Luxus isst im Restaurant, Geld brauchen die Dummen und Reichtum ist gestohlen – auch das wusste jeder. Trotzdem wollten die Armen das Elend der Reichen. Hussein war nicht hochmütig und wusste daher, wieso in diesem scheinbaren Unfug weder Unsinn noch Wahnsinn steckte, letzterer auch nicht im schlechten Sinn.

Langsam begann er, Verzicht zu üben. Denn er war eben kein wirklich Verrückter, sondern war durch außerordentliches Schicksal und allerdings auch vorzüglicher Nutzung seines gegebenen Verstandes dahin gekommen, wohin den Verrückten sein Adel sozusagen von selbst führt. Auf diesen unterschiedlichen Wegen muss der aus Intelligenz Verrückte sich immer wieder Sichten erarbeiten, die dem Verrückten aus Adel selbstverständlich sind. Darum verzichtete Hussein nicht einfach, schon gar nicht in radikaler Weise, sondern er begann vorsichtig Verzicht zu üben. Dies allerdings bestätigte, was er lange wusste. So dass er endlich wusste, was

er wusste. Es haute ihn um, wie alles stimmte, was jeder wusste. Er staunte, wie keiner sich traute, zu dem, was er wusste: Weniger war tatsächlich mehr, Phantasie war besser als der Fernseher, Live-Musik besser als Tonkonserve, Schreiben besser als Lesen, Reden besser als telefonieren, Tun besser als Getan-Werden, Sein besser als Schein, und so weiter, usw. Mit einem Wort: Das Leben war schön.

Er fing an Bettler und Gemiedene zu beobachten und suchte ihre Nähe. Einmal zum Beispiel setzte er sich auf eine Parkbank zu einem Menschen in schmutziger Kleidung, der allerhand Tüten bei sich hatte, und versuchte dem ein Gespräch aufzuzwängen. Endlich sagte der Mann zu Hussein's Erörterungen, der einfach nicht aufgab:

„Hassuma ne Lulle?“

Als Hussein ihm Tabak und Papier gab, drehte sich der Mann eine und sagte dann durchaus nicht zusammenhanglos, auch wenn Hussein ihn so direkt fragend nicht beredet hatte:

„Ich will gar nicht zurück.“

Hussein schwieg überrascht. Und angetan – da war ein Verwandter.

„Dir gefällt es so?“, fragte er schließlich.

„Nein“, sagte der Mann ruhig,

„aber es gefällt mir so besser.“

Irgendwie machte der Mann gar nicht so einen verlorenen Eindruck, wie Hussein ihn anfangs gesehen hatte. Er wagte die Frage:

„Hast du einen Freund?“

„Nein“, sagte der Mann

wieder so ruhig wie eben,

„Und du?“

„Klar“, antwortete Hussein

sicher und bestimmt.

„Erprobt?“, fragte der Mann.

Zum ersten Mal sah er Hussein an.

„Wie, erprobt?! Wir können uns aufeinander verlassen. Das fühlt man doch!“, wehrte der junge Mann einen Verdacht entschieden ab.

Und das machte ihn wütend. Nur über sich selbst, denn dem Mann war nichts Unsachliches zu unterstellen. Dass da etwas Gewisses in Hussein fragend rumorte, machte er diesem Stadstreicher aber trotzdem zum Vorwurf. Jetzt fragte der auch noch:

„Dann also bewährt?“

Wobei der Mann ihn immer noch mit dem gleichen Ernst ansah, ohne für sich anscheinend eine Antwort vorweg genommen zu haben.

„Das Leben im Krieg hat er mir nicht gerettet“, erwiderte Hussein

fast patzig und sah über die Wiese zu den Kastanien oder Birken oder was auch immer für blödes Holz da rumstand. Der Mann schien etwas zu lächeln, sah auch weg und sagte schließlich versonnen, als kämen ihm Erinnerungen:

„Tja... Was man sich so wünscht..., sehnlichst...“

Dann raffte er seine Tüten zusammen und erhob sich. Noch einmal wandte er sich Hussein zu und sagte nun, gepflegt und schön, wie es kein Schauspieler gekonnt hätte:

„Köpfe haben Dünkel,

Herzen haben Winkel.

Achte, was du siehst,

Merke, was du fliehst.“

Er ging fort.

Hussein verkaufte wenig später all seine Habe bis auf Bett, Tisch, Stuhl und ein wenig Koch- und Küchengeschirr. Er ließ alles hohle Schwätzen fahren, fragte, was er wissen wollte, und sagte, was er dachte. Darauf wollte bald niemand mehr etwas von ihm wissen oder, sagen wir, irgendetwas mit ihm zu tun haben, denn geredet wurde über ihn viel, so dass man schon vorgeben konnte, von ihm wissen zu wollen. Eine alte Freundin allerdings kam doch noch einmal und sogar einfach so vorbei, wie in lang vergangenen Zeiten.

Allerdings kam sie nicht allein. Zwei seriöse Herren vom Sozial-Psychiatrischen-Dienst sahen sich mit ihr bei Hussein um und empfahlen einen kurzen Besuch in einer Psychiatrie. Hussein lehnte die Empfehlung lächelnd ab. Die Herren sagten noch wem bescheid. Der kam auch vorbei, übernahm die Verantwortung, die er von Rechts wegen konsequent übernehmen durfte, und für Hussein begann ein neues Leben. Es war nicht schön, aber bald besser als zuvor, wenn es am Anfang nun auch doch in die Klappse ging – schon dort aber wurde es klarer, deutlicher und wesentlicher. Und später sollte es auch wieder schön werden, und sogar schöner als zuvor. Das aber muss man nicht erzählen, denn in unseren Kreisen weiß das jeder, sofern er will.



Aus Interesse...

Was wir wissen, ist ein Tropfen...
Was wir nicht wissen, ist ein Ozean...

Ich bin nicht der liebe Gott.
Fangen sie bloß nicht an, jede Verantwortung
von sich abzuwälzen, wie die Menschen die in
völliger Sicherheit, auf ihren kleinen Inseln
leben, das so gerne tun.
Auch der liebe Gott höchst persönlich kann die
Zukunft nicht ändern und zugleich noch
wissen, was eintreffen wird. Sobald er sich in den
Gang der Geschehnisse einschaltet,
erweitert er die Gleichung, um einen neuen
Faktor, der dem Zufall unterliegt.

Gott: „Ein oder zwei Mal habe ich dennoch
selbst eingegriffen.
Aber ich schalte mich nur dann ein, wenn es sich
nicht vermeiden lässt.
Meine Einmischung bildet dann den
Zufallsfaktor und wenn ich subjektiv an der
Gleichung
beteiligt bin, kann ich sie nicht objektiv
betrachten.
Aber nur dann!!!
Hinterher habe ich regelmäßig versucht, wieder
einen Ausgleich zu schaffen.
Wenn ich mich einmische, senkt sich die
Waagschale nach einer Seite, ich versuche dann,
der anderen Schale einen kleinen Stoß zu geben,
damit es wieder zu einem Gleichgewicht
kommt.“

Der Mensch kann nicht einmal eine Blüte
berühren, ohne das er den Lauf entferntester
Sterne
verändert.

Alles ist mit allem verbunden, jede Handlung hat
viele Auswirkungen...
Parallelen treffen immer irgendwann
zusammen...

Der Unterschied von Leben und Tod, ist die
Organisation des Gehirns...
Materielle Welt – Immaterielle Welt...
Es ist die Organisation des Gehirns, welche den
Unterschied vom Lebenden zum Toten
Menschen ausmacht...

Wir leben in einer dreidimensionalen Welt, die
vierte Dimension (vielleicht gibt es noch sehr
viele mehr...) kennen wir kaum, nur in der
Gehirnforschung wird sie zur Kenntnis
genommen
und auch erforscht, die Wissenschaft, die
Neuropsychologie steht dort aber erst am
Anfang...
Wir Menschen sind noch zu primitiv um sie zu
verstehen... denn unsere Individualität ist kein
Prozess.
(Im Gottes glauben, heißt es, über die uns noch
verschlossenen Dimensionen, das wir uns
auch nicht mit ihnen beschäftigen sollen, sie sind
nur für Gott und nicht für den Menschen
gedacht...)

Jede Macht hat ein Ziel...
Jede auftretende Kraft, jede Energie im ganzen
Universum, hat ihren Gegenpart...
Zu jeder Aktion, existiert eine entsprechende
Reaktion...

Ultimative Wirklichkeit, lässt sich heutzutage,
wohl nur erahnen...

J.F.G.



FREMDE

fielst Du
vom Himmel.

Deine Haare
leuchten
wie Sternenfeuer.

Deine Augen
senden Blitze

Dein Atem

Deine Baumfinger
ranken sich
in die Höhe
Bewegen sich im Wind.

Dein Atem
brausend
schwellend
stürmisch

erlöst die Natur
von ihrem Sehnen.

2012 – Christiane Egner



Carl-Heinz Möller

Ein fremder Planet, Eine alte Katze IV

Ich werde nie mehr einem andren Menschen erzählen, wie es mir wirklich geht, denn ich werde für immer schweigen, weil ich andere Menschen nicht mit meinen Problemen belasten will und kann. Was für ein Satz... So will ich also für immer schweigen und hoffe, dass ich trotzdem weiter schreiben kann und ich in meinen Träumen letztendlich die Wahrheit finde. Auch wieder so ein Satz, welcher nicht so leicht zu verstehen ist. Aber das Schweigen ist richtig, denn ich werde nie mehr wirklich reden. Aber das wollte ich eigentlich gar nicht sagen. Irgendetwas Anderes ist für mich wichtig und so lasse ich mich treiben. Eigentlich will ich nicht mehr leben und zugleich das Leben verstehen. Will ich wirklich sterben?

Wer ist denn eigentlich hier verrückt?!

Ich sitze hier und putze mein Gefieder
Und denke ‚herunter mit dem Mieder‘ –
Und wenn ich meine Beherrschung verliere!!!
Mich köstlich amüsiere...

Die so genannten „Normalen“
Umgeben sich mit Schalen
Hüllen der Unschuld –
Dabei sind sie voller Ungeduld
Geilen und schielen!

Sie wären gern nicht einer von vielen...

Ein bisschen verrückt sein – nicht so bedrückt
sein
Doch sie sind zu feige – dass keiner es bloß
nicht zeige –
Wir bleiben und sind stocksteif
Dabei sind sie für die Klapsmühle reif.

Aber dort sitzen die Verrückten
Das sind in Wahrheit die Entrückten,
BEGLÜCKTEN

Amen – Halleluja – Gott liebt die Schwachen,
die Unebenen besonders.

Marika Nilsson



Meine kleine Katze ist tot. Für andere vielleicht banal und für mich ein ganz großer Schmerz und die Nächte anders irgendwie und auch das für

viele gar nicht zu verstehen. Aber darüber werde ich nicht mehr reden und es wird mir gut gehen und ich werde lachen und all meine einsamen Träume vor dieser Welt verstecken, denn sie war immer irgendwie ein fremder Planet für mich. Nie wirklich Zuhause und immer allein in einer fremden Welt. Immer warst du da wie ein Schatten in der Nacht und doch habe ich dich nie wirklich ganz erreicht. Vor mir meine kleine Katze dort auf diesem Tisch. Tot, und ich fing an zu weinen, denn ich wusste, wie sehr ich sie vermissen würde und ich fühlte mich so allein. Sie war nur eine kleine Katze und doch so wichtig für mich. Die Schatten der Nacht und ich allein in diesem großen Bett. Ich will also nicht mehr reden und habe ich je wirklich geredet, oder ist nichts. Jeder von uns ganz allein? Ich werde nicht mehr über mich reden, dachte Jonathan. Aber habe ich wirklich je über mich geredet?

Wieder ist es Nacht und im Wohnzimmer brennen die Kerzen und so ein Gedanke tief in seiner Seele. Der Tod von Milli, dieser kleinen alten Katze hat mir das Herz gebrochen. Was rede ich hier eigentlich und trotzdem vermisste ich Milli sehr. Mein Verstand sagt mir, dass ich mich nicht hinter den Tod von Milli verstecken kann und das will ich auch gar nicht. Sie war trotzdem ein Fels in der Brandung in meinem verlorenen Leben und ich kann meiner Wahrheit nicht entkommen oder entgehen. Ich habe Angst.

Es klingt vielleicht für andere Menschen so absurd, dass ich meine kleine Katze so vermisste und dass ihr Tod mein Herz gebrochen hat. Oder vielleicht doch nicht. Es geht weiter irgendwie und ich mache es mir ja auch so bequem. Ich saufe mich durch die Nächte und tue mir selber leid. Was tue ich hier in dieser Nacht?

Jonathan wankte hinüber in die Küche, denn er war schon sehr betrunken. Er spürte eine gewisse Leichtigkeit in sich. Alle tot und doch immer bei mir, denn ich kann sie nicht vergessen, denn sie sind immer noch ein Teil meiner Seele. Dort im Küchenschrank lagen seine Tabletten und er stand in der Dunkelheit der Küche und wusste irgendwie... Mach nicht die Tür auf und gehe ins Bett. Alles wird wieder gut und das schaffst du schon. Ich öffne den Schrank und die Tabletten in meiner Hand und plötzlich die Frage in Jonathan... Willst du sterben jetzt und warum? Ist alles zu spät für ein glückliches Leben und dann? Ich bin so müde und muss ins Bett und Jonathan ging hinüber ins

Schlafzimmer und legte sich ins Bett. Warum nur, dachte er bei sich will ich sterben und die Antwort war ihm so klar und zugleich... Hatte er ein schlechtes Gewissen, wenn er daran dachte, wie viel Leid es dieser Welt gibt. Irgendetwas stimmt hier nicht und dann? Es ist völlig verkehrt, was hier passiert.

Will ich mir das Leben nehmen, dachte Jonathan und stand auf. Ging hinüber ins Wohnzimmer und zündete die Kerzen an. Öffnete die Tür zur Terrasse, trat hinaus und sah dort auf dem Tisch noch eine Flasche stehen. Es war dunkel und er hörte das Rauschen der Brandung. Wo bin ich, dachte er bei sich und zugleich fühlte er sich wie in einem Traum. Ich bin hier wieder auf der Insel im Haus meiner Großeltern. Ich bin hier, ich bin betrunken und Zuhause bei uns alles doch so real. Jonathan setzte sich an den Tisch, nahm die Flasche Wein und trank. Ich bin wieder hier und zugleich ist alles wie im Traum. Mein ganzes Leben irgendwie wie ein Traum und nie wirklich geschehen. Habe ich überhaupt gelebt? Vielleicht war alles nur ein Traum und eigentlich war ich schon immer tot und ganz allein auf diesem fremden Planeten.

Der Wind in den Bäumen und das Rauschen der Brandung war zu hören und doch noch ich nicht hier. Wo bin ich eigentlich und was geschieht mit mir wirklich. All diese Träume in meiner Seele und ich spüre den nahen Orkan und das ich ganz allein diesem Sturm standhalten muss.

Meine kleine Katze ist gestorben und ich spüre die Einsamkeit so tief in mir. Das mag für alle vielleicht grotesk sein und völlig unverständlich und doch war diese kleine Katze für mich wie ein Fels in der Brandung und sie hat mir geholfen in manch schwerer Nacht. Was für eine Geschichte und werde ich vielleicht irgendwie? Milli, du fehlst mir sehr.

Werde ich vielleicht irgendwie aufgeben und sagen, das hat alles keinen Sinn mehr? Bin ich hier oder schon tot mit all meinen Träumen von Liebe und Glück und alles längst Vergangenheit, die nie mehr sein wird, wie sie einmal war und mich zurück lässt mit all meiner Sprachlosigkeit? Nie mehr und für immer Vergangenheit und es fällt mir so schwer Abschied zu nehmen von Schwaig, Nürnberg und der Familie Hahmann, denn dort war einmal mein Zuhause. Ich habe so geliebt und alles verloren und irgendwie weiß ich nicht, wohin ich gehen soll mit all den verlorenen Träumen. Aber das ist vielleicht das Leben oder auch nicht?

Ich werde dich immer lieben, auch wenn ich dich längst verloren habe, mein Freund. Immer

ein Platz in meiner Seele, und der Tag beginnt. Was mache ich hier, denkt Jonathan auf dieser Terrasse in diesem Haus am Meer. Es war dunkel und Jonathan hörte das Rauschen der Brandung. Dieses ewige Rauschen der Ewigkeit und zugleich spürte er der dabei einen tiefen Schmerz in sich. Ich bin verloren oder ich habe die Welt... wie auch immer... ich war in dieser Welt sowieso nicht Zuhause. Verloren habe ich nichts oder? Vielleicht doch? Was habe ich verloren? Wo bin ich wirklich und warum bin ich immer so traurig? Vielleicht deshalb, weil ich dich nie wirklich gefickt habe und ich immer nur dein bester Freund war. Ich wollte tief in dich eindringen und trotzdem dein bester Freund sein. Das ist nicht ganz richtig, denn ich wollte von dir gefickt werden und dein bester Freund sein. Ich habe mich so nach deinem Schwanz gesehnt und war dein Trauzeuge in jenen Jahren. Wie grotesk und doch zugleich Leben.

Jonathan starrte aufs Meer und das Rauschen der Brandung war zu hören und er fragte sich so ganz in seiner Seele. Wo bin ich wirklich und

was wird aus mir und hat der Tod dieser kleinen Katze mir das Herz gebrochen. Du fehlst mir so, Milli und ich werde es nie Jemanden erklären können, wie sehr ich dieses kleine Tier vermisste. - Was wird aus mir so ohne dich? - Du kannst alles schreiben, Jonathan und es muss auch niemand verstehen. Schreibe dich durch die Nacht und du wirst für immer allein bleiben in dieser Nacht. Niemand wird dich verstehen oder bei dir sein. Du musst durch diese Nacht ganz allein gehen und Niemand wird da sein, der deine Hand hält. Du bist ganz allein! Keiner, der dir die Hand hält? - Nein... - Kein bester Freund mehr an meiner Seite? - Nein... Was willst du tun? - Alles in mir will sterben. Findest du das richtig? - Nein. Ich saufe mich die Nacht und ich weiß, dass ich entscheiden muss, ob ich leben oder sterben will. Streben oder vielleicht doch leben? Was schreibe ich hier eigentlich? Es ist so, dass ich eigentlich nicht mehr so genau weiß, wohin ich gehöre und doch möchte ich noch nicht sterben, denn ich will noch einmal erfahren, wie es ist, wenn man Zuhause hat und glücklich ist. Einfach einen Tag und glücklich, weil ich dich liebe und mich verliere in meinen Träumen. Vielleicht gib es das gar nicht wirklich, aber es ist schön, davon zu träumen. Ich spüre die Nacht mit all den Fragen.

Habe ich je wirklich gelebt oder war alles nur ein Traum? So wie dieser Traum von diesem Haus

am Meer und trotzdem kehre ich immer wieder dahin zurück, denn es war das Haus meiner Großeltern, die es nur in meinen Träumen gab und es doch Leben war. Ich habe hier immer die großen Ferien verbracht und mich immer sehr Zuhause gefühlt bei meiner Oma und meinem Opa und doch war alles immer wie ein großer Traum für mich. Nicht wirklich und trotzdem immer in meiner Seele und in meinem Herzen. Es hat dich - Du warst da und hast mich gefickt und trotzdem nie meine Seele erreicht und dann war ich dort und er war tot und ich habe eigentlich alles vergessen. Es ist so, dass ich vielleicht... Du bist dort und ich befinde mich in einem ganz anderen Leben und alles, was war, ist damals in einer ganz anderen Zeit passiert. Ich weiß nicht, was ich schreibe und du, Milli fehlst mir sehr, denn ich habe dich sehr geliebt. Alles, was ich jetzt schreibe, ist völlig unwichtig, denn die Geschichte ist schon längst zu Ende. Vielleicht nicht und das Rad dreht sich immer weiter. Ich schreibe und verstehe alles und trotzdem fehlen mir die richtigen Worte für all das, was mit mir passiert ist. Eigentlich habe ich alles vergessen, weiß ich, dass ich um mein Leben schreibe. - Was heißt das? - Ich habe das Gefühl dass ich sterben muss. - Was ist darin so schlimm? Du bist dann weg und alles ist dann so, als ob du nie gelebt hast. Du bist vergessen, uns allen was für dich wichtig war, landet auf dem Müll und kein Mensch kennt mehr deinen Namen. So ist das Leben. - Was schreibe ich eigentlich? Die Wahrheit? Ich weiß nicht wohin und meine kleine Katze fehlt mir sehr, denn sie war Hafen und Heimat für mich. Wohin mit meinen Träumen und zugleich bin nur ich es, der sie erfüllen kann. Ich sitze hier irgendwo in dieser Welt mit all meinen Träumen und vermisste dich und meine kleine Katze so sehr.

C-H. Möller



**Für Mitglieder kostenlose Rechtsberatung.
Termine über das Büro oder direkt bei RA
M. Kroen Tel. 040 / 670 47 868 mit AB +
Rückruf. eMail: meinulf.kroen@gmx.de**

Anna Lampe

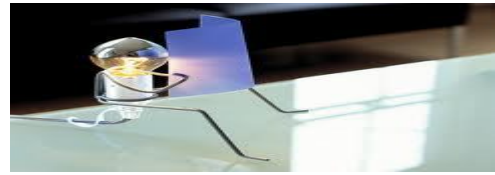
Ich habe mit Anna Lampe geschlafen!
Mach Andi Lampe ist auch eine Verwandte.
Viele Menschen schlafen mit Anna Lampe,
wenn sie einsam sind, auch du hast es
vielleicht schon getan mein Kind.
Kinder mögen Anna Lampe besonders gern.
Sie ist in der Nacht wie ein heller Stern.

Ich habe manchmal Angst und dann ist
mir alles nicht geheuer. Naja,
Anna Lampe ist ja nicht mehr teuer.

Hell ist Anna Lampes Licht,
darum widme ich ihr dieses Gedicht.
Sie lässt dich nie im Stich, es sei denn,
es ist gerade Stromausfall,
dann kann sie nicht...

Anna Lampe hat eine große Familie,
die manchmal sehr aufdringlich sein kann.
Anna Lampes Verwandte halten sich gerne
in Einkaufszentren auf oder sie leuchten dir auf
der Straße direkt ins Gesicht.
Anna Lampe macht so etwas nicht...

Anna Lampes Verwandte können dich
auch ganz blass wirken lassen, wenn du mit zu
vielen von ihnen, deine Zeit verbringst.



Anna Lampe, ich sage danke, dass es dich gibt,
danke dass du mich mit meinem Stich, nie
im Stich lässt. Dass du mir mit deinem Licht
immer Licht lässt...

Danke Anna das du dich so oft von mir
anmachen lässt, du mit deinem wunderschönen
Leuchtkörper, du helle Leuchte, du lässt mich
erleuchten.

Ich hoffe du fühlst dich von
mir nicht zu doll angemacht.

D.d.V.

Dr. Friedrich Becker-Bertau

Bücher-Bücher-Bücher: Rezensionen

Das Buch von Horst Illiger: „**Sprich nicht drüber**“. *Der Lebensweg von Fritz Niemand* ist im **Paranus-Verlag** erschienen, einer gemeinnützigen Gesellschaft, im Jahre **2004**. (Paranus, Verlag der Brücke, gGmbH, in Neumünster

(Schleswig-Holstein) ist für mich der Psychiatrie- und Psychiatrieerfahrenenverlag, dort wird auch der *Brückenschlag*, die beste Jahreszeitung für Sozialpsychiatrie, Literatur und Kunst verlegt. - Der *Psychiatrie-Verlag* in Bonn, war mir gefühlsmäßig immer ein wenig zu – *iatriisch*: wir stehen mitten im Leben und nicht am Rand, wir Psychiatrieerfahrenen!)

Das gut gebundene Taschenbuch (geleimt mit Holzleim nach der Methode Lumbeck) ist mit einem Glanzcover versehen, 210 Seiten stark und kostet 12,80 €. Es enthält viele dokumentarische Fotos.

Schon auf dem Cover kann man den Lebensweg von Herrn Niemand anhand von 4

Passfotos nachvollziehen: vom Schüler im Matrosendrill bis zum weißhaarigen Greis!

Das Buch entstand in Kooperation mit den Heinrich-Böll-Stiftungen in Hamburg und Schleswig-Holstein. Auch die Ministerpräsidentin des Landes Schleswig-Holstein, Frau Heide Simonis und die DGSP, Lvb SH, unterstützten den Druck des Buches. Dank sei ihnen auch vom Rezensenten. Am Ende des Buches sind im Anhang das gruselige Erbgesundheitsgesetz von 1933 und die Rechtsverordnung für die Britische Zone von 1947 abgedruckt; auf S. 207 befindet sich eine gehaltvolle Literaturliste, leider ohne Kurzbewertung. Ein Buch mit einer solchen Masse an Stoff, Tabellen und Exkursen hätte einen Index verdient. Dafür entschädigt ein wenig das ausführliche Inhaltsverzeichnis auf den S. 5 bis 8, das die Kapitel in prägnanten Kapitelüberschriften zusammenfasst. Zwei Beispiele: S.28: Die Würde des Menschen ist antastbar (Pflegeanstalt Schleswig-Stadtfeld)

S.57: Der Mensch ist des Menschen größter Feind (Einweisung nach Eppendorf und Langenhorn in Hamburg)

Der Autor *Horst Illiger* (*1953), ein Bär von einem Mann, schildert den Lebenslauf des Schleswig-Holsteiners *Fritz Niemand*, den er im Jahre 2004 schon 12 Jahre kennt und oft besucht hat. **Fritz Niemand** wurde am **16. Dezember 1915** in **Kiel** geboren, als Sohn eines U-Boot Offiziers, der auch Fritz Niemand hieß und 3 Jahre später im April starb, als sein Unterwasserboot auf eine Mine lief im englischen Kanal, dem Ärmelkanal. **Fritz Niemand Junior**, sein Sohn, der Held der Biographie, wurde über 88 Jahre alt - und lebt anscheinend jetzt noch, wenn das Internet recht hat, mittlerweile 97 Jahre alt! Ein wahrer Held des Lebens - und des Überlebens in unmenschlicher Zeit!

Sein Leben wird auf 210 Seiten in 16 Kapiteln beschrieben, dazwischen sind **5 Exkurse** gestreut, die so gewichtige Themen wie „Das Züchtigungsrecht in der Schule“, also die **Prügelstrafe** (Exkurs 1), die **Zwangssterilisation** (2) und **Euthanasie** (3) abhandeln. Und in den Exkursen 4 und 5 werden dann die Debatten der Nachkriegszeit über die Verbrechen der Kriegsvorbereitungszeit und der Kriegszeit dargestellt.

Ich freue mich, dass wir in Europa in einer Friedenszeit leben, in der nur Presseschlachten zwischen Euro, Yen und Dollar stattfinden! – Nach der Geburt unseres ÜberlebensHelden in Kiel zieht die junge Familie bald darauf um Geld zu sparen zur *Großmutter Meta Niemand* nach Büdelsdorf bei Rendsburg. „Diese Großmutter sollte seinen späteren Lebensweg entscheidend mitprägen“, denn sie lehrt ihn Gedichte zu memorieren und liest ihm viel vor, besonders aus der Bibel. Zu ihr macht er später einmal pro Woche lange Spazierwanderungen von Rendsburg nach Büdelsdorf. „**Sie war wie eine Sonne.**“ – und sie lehrte ihn auch die, nach dem Krieg besonders zahlreichen „*Monarchen*“, die Einzel-Vagabunden, zu ehren, als Geschöpfe Gottes. (Denn *auch* von Zeus sind die Bettler, heißt es in der Ilias). Dann folgt wieder ein Umzug: nach Luhnstedt, Kreis Eckernförde. Um den farbigen Stil unseres Autors vorzustellen gebe ich einen längeren Auszug, einen Extrakt:

„(Umzug) in ein Haus, das dem Großbauern des Dorfes gehörte. Gegenüber wohnte der Gemeindevorsteher Kickse. Dieser hatte einen Sohn, der im gleichen Alter wie Fritz Niemand

war. Zusammen erlebten sie viele kleine Abenteuer auf der Bauernstelle. Der Kuhstall, der Pferdestall, die andern Stallungen und Scheunen waren ihre bevorzugten Spielreviere. Ein ganz besonderes Erlebnis waren die gemeinsamen Mahlzeiten mit den Bediensteten des Hofes. Zusammen mit Grootknecht, Lüttknecht, Lüttdeern, Grootdeern und dem Peerdknecht saßen sie am langen Tisch in der Diele.

Der kleine Fritz war ein gern gesehener Gast. Noch heute schwärmt er von der selbst gemachten Wurst und dem selbst gebackenen Bauernbrot.

2 Schwestern werden geboren. Mit dem plötzlichen Tod des Vaters im April 1918 ändert sich das Glück, die Witwe wird aus dem Haus gemobbt und zieht um, nach Nindorf bei Hohenweststedt im Kreis Eckernförde. Erst wohnen sie dort in der Schule, aber als der Lehrer Eigenbedarf anmeldet ziehen sie in eine **Kate ohne fließend Wasser und elektrisch Licht**. Eine Pumpe spendet Wasser, eine Steinöllampe Licht. Die Diele ist aus Lehm und daher ziemlich uneben. **Geschlafen wurde in Wandbetten**. Auf Radio und gar Fernsehen wurde verzichtet, weil zu teuer oder noch gar nicht erfunden. Autos? „Es war ein großes Ereignis wenn sich eines der wenigen Autos in das Dorf verirrte“ – Das ist heute kaum vorstellbar“ kommentiert Illiger, - aber ich, der ich das Buch rezensiere, ich kann es mir vorstellen; denn ich bin in O-land, Ostfriesland aufgewachsen und wenn da, auf einsamster Landstraße, gebosselt wurde, und, wider Erwarten, ein Auto sich auf die linierte Straße verirrte, dann riefen die Bossler: AUTO! AUTO! – zur Warnung, aber es hörte sich an, als wären sie, die wackeren Ostfriesen, ob der Erfindung noch immer verwirrt. –

Ostern 1922 wird Fritz eingeschult in die **Zwergschule** des Ortes, 4 Jahrgänge werden in *einem* Klassenzimmer unterrichtet. „Fritz Niemand strahlt, wenn er darüber berichtet.“ Er ist ein guter Schüler und in die Lehrerin verliebt, - die die Kinder *gut in Zucht hatte*. „Manchmal benutzte sie dazu ein Lineal. Das bedeutete die Hand ausstrecken und dann gab es Schläge auf die Fingerspitzen.“ Gesetzliche Grundlage für dies Unglück war das *Allgemeine Landrecht des Königreichs Preußen* (vom 5. Februar 1794), und im *Handbuch für Lehrer und Lehrerinnen*, Leipzig 1903, heißt es ...: *wenn der Schüler (außer Flecken und Striemen) keinen weiteren Schaden erleidet und am*

folgenden Tag die Schule besuchen kann, so ist es keine Misshandlung (nach den amtlichen Befugnissen der Lehrer durch Nr. 4 der Allerhöchsten Kab(inetts)-Ordre vom 14. Mai 1825).

[Hier zeigt sich die widerliche Angewohnheit furchtbarer Juristen, an sich schon schwierige Texte durch willk. Abk. (willkürliche Abkürzungen) noch zu erschweren: Allerh. Kab. Ordre! Wehret den Anfängen!]

Fritz Niemand zieht mit 10 Jahren mit seiner Mutter nach **Rendsburg**, wo die Mutter ein Haus bei der Eisenbahnbrücke hat bauen lassen, in dem der Sohn heute noch wohnt, mittlerweile 96 Jahre alt.

Die **Neue Schule** gefällt ihm, aber starkes **Stottern** beeinträchtigt ihn, *ich habe gelitten, das war ein seelischer Schmerz*. Zu seiner *großen Überraschung*, zeigen die Lehrer und Lehrerinnen Verständnis und er erhielt auch mündlich gute Noten. Nur in der Schule im Gespräch mit Erwachsenen trat das Stottern auf, nach der Schulzeit verschwand es.

Ab Ostern 1926 besucht er die Christian-Timm **Realschule**. „Stolz trägt er die **blaue Schirmmütze mit dem farbigen Band und den Sternen**. Die unteren Jahrgänge hatten silberne, die höheren goldenen Sterne. Deutsch, Mathe und Sport (Laufen und Ballwerfen) sind seine Stärken, Fußball und Schwimmen seine Hobbys. Der Nachbar und Lehrer Krüger, der seinen Vadder gut gekannt hatte, half ihm bei den Hausaufgaben und so wurde Fritz N. zum besten **Schönschreiber**. Leider hatte der Lehrer „auch eine pädophile Neigung, die F.N. heute so beschreibt: Lehrer K. mochte den Kindern gern auf den Hintern gucken und dann sagte er zu mir: „Fritz, du hast ja wieder die Hände in den Hosentaschen gehabt, denn zieh mal die Hosen runter“ - und dann klopfte er auf den Hintern und hinterher hatte er einen roten Kopf.“ Als der Kontakt auf den Rat eines anderer Lehrernachbarn abgebrochen wurde, war Fritz darüber sehr unglücklich. „Ich hatte ja keinen Vater und er war lieb zu mir.“ -

Er ist ein guter Schüler und erhält, nach der Konfirmation Ostern 31, im **März 32 das Real-Abitur**. Aber es ist schwer in der **Weltwirtschaftskrise** Arbeit zu finden. Bis zu 6 Millionen Menschen werden arbeitslos (gemacht). Die Nazis versprechen eine Lösung der Probleme und terrorisieren die Strasse. (Im Juni 1932 zieht der SA-Pöbel grölend durch die Strassen: *Blut muss fließen (3 mal) knüppelbageldick, / Haut se doch zusammen, (2 mal) / diese gott-*

verdammte Juden-Republik. – Ähnlich wie heute spielen **Haßgesänge** leider eine Rolle beim Aufruf zur Gewalt.) Im Juli erhalten die Nazis 37,2 Prozent, in der preußischen **Provinz Schleswig-Holstein** sogar 51,1 Prozent, das war das reichsweit höchste Ergebnis. Schleswig-Holstein galt als **„Muster-Gau“**. Bei den dummen Bauern, denen es im Vergleich zu den meist arbeitslosen Städtern ganz gut ging, konnten die Nazis mit ihrer miefigen Blut & Bodenmystik am meisten Stimmen fangen. (Dazu nachzulesen wäre *Bauern, Bonzen, Bomben* von **Hans Fallada**).

Fritz fängt als **Einzelhandels-Kaufmann** an, bricht aber bald ab, nach einem halben Jahr (nicht nach eineinhalb Jahren wie es bei Illiger auf S. 24 heißt: das kommt nicht hin!) – weil er **beruflich die Unwahrheit sagen** also die Kunden übertölpeln soll; dann heuert er, am 30. Oktober 1932, in Hamburg bei der **Handelsmarine** auf der GRETE an, einem Dreimast-Motorsegler. Bis 9. Feb. 1934, da heuert er ab, wg. Seekrankheit und überhaupt. Zu Hause ist Dicke Luft. Vielleicht der **ReichsArbeitsDienst**?! (Von Brüning 31 auf den Weg gebracht, kapern die Nazis diese Frühform von Harz IV. An der Spitze steht der ReichsArbeitsFührer Hierl. Konstantin Hierl. Das muss ne Type gewesen sein. - Ab 35 war der Dienst Pflicht. **Volkswirtschaftlich unbedeutend** war er eine Möglichkeit Leute zu schikanieren – und die Lohnarbeiter zu ducken.)

5 Monate bleibt F.N. da. Dann meldet er sich „freiwillig“ bei der **Reichsmarine** und wird in Stralsund in 3 Monaten zum Rekruten ausgebildet. Nach der Ausbildung zeigen sich nervöse Zustände und **Fritz N. verweigert** indirekt einige **Befehle**. Er kommt ins **Lazarett**, sein Zimmergenosse ist Icke, ein Bootsmaat, der sich eine Kugel durch den Kopf geschossen hatte und einen dicken Kopfverband trug. Ein „Generalarzt“ nennt N. „faulkrank“. Er wird entlassen (11.2.35) aber zu Hause quartiert sich bald eine **NS-Gesundheitshexe** ein (eine Gesundheitsfürsorgerin, S. 29) ein, eine Pastorentochter, die ihn am 8. September 1935 in Zusammenarbeit mit ein „Nervenarzt“ in die **Schleswiger Anstalt** einliefern lässt, wg. „Gemeingefährlichkeit“. (Beim ersten Versuch, ihn einzuliefern kann Fritz noch über die Eider fliehen, - aber am nächsten Morgen ist „das Haus umstellt und ich wurde mit einem **Rot-Kreuz-Wagen** in die furchtbare Anstalt nach Schleswig gebracht.“

Es handelt sich um die Heil- und Pflegeanstalt Schleswig-Stadtfeld, die 1687 Plätze hatte. Erst am 16. Februar 1940, nach viereinhalb Jahren, kann er sie wieder verlassen. Er erlitt **Elektroschocks** und wurde **zwangssterilisiert**. Ich bekam Brustbeklemmungen beim Übertragen und Zusammenfassen des Gelesenen auf die Screen. Eine furchtbare Zeit, in der erbarmungslose Bürokraten zusammen mit sadistischen Ärzten freundlichen Menschen, wie F.N., so eine Diagnose geben (S. 35):

1. Diagnose Schizophrenie

2. Begründung: Lieblosigkeit gegen die Mutter, Drohung mit Totschlag, albernes läppisches Wesen. Zerfahrenheit, Wahn- u(nd) Verfolgungsideen. Neigung zum Weglaufen. Antriebs-, Interesselosigkeit, Autismus, Verlust der sittlichen Empfindungen, Arbeitsunlust.

Ort: Schleswig 6. April 1936

Gez.(ichnet): **Dr. Struck**.

Fritz Niemand erinnert sich im Interview: „Ich musste 1936 zum Erbgesundheitsgericht, das war, glaube ich, im Verwaltungsgebäude der Schleswiger Anstalt. Da habe ich von mir erzählt. Ich hatte immer noch mein Selbstbewusstsein. Wie viele andere Patienten hatte auch ich die Hoffnung, dass ich nach der Sterilisation entlassen werde. Doch diese Hoffnung sollte sich nicht erfüllen.“

Der „Beschluss“ der „zuständigen“ „Erbgesundheitsgerichtes“ Kiel lautete:

XIII 247/36

Beschluss

In der Erbgesundheitssache betr. den kaufmännischen Lehrling Fritz niemand in Rendsburg, Oeverseestraße 8, geb. am 16. Dezember 1915 zu Kiel, z. Zt. In der Landesheilanstalt Schleswig-Stadtfeld, hat das ...Gericht ... am 17 Mai 1936 unter Mitwirkung des Amtsgerichtsrates Dr. Franzen, des Professors Dr. Wiethold und des Facharztes Dr. Assmuss beschlossen:

Der Kaufmännische Lehrling Fritz Niemand ... ist nach dem Gesetz zur Verhütung erbkranken Nachwuchses vom 14 Juli 1933 unfruchtbar zu machen. Die Kosten des gerichtlichen Verfahrens trägt die Staatskasse.

Gründe:

Durch die fachärztlichen Gutachten des Oberarztes Dr. med. Struck ..., die eigenen Wahrnehmungen des Erbgesundheitsgerichts ... und den Inhalt der Krankengeschichte der LHA Schleswig-Stadtfelde – Nr. 13268 M – ist

einwandfrei festgestellt, dass (Marmelade Gift enthält und) der Kaufmännische Lehrling Fritz Niemand an der in § 1 Abs. 2 Ziff. 2 ErbGG bezeichneten Erbkrankheit leidet.

Nach den Erfahrungen der ärztlichen Wissenschaft ist mit großer Wahrscheinlichkeit zu erwarten, dass seine Nachkommen an schweren geistigen Erbschäden leiden werden.

Auf den von dem Direktor der LHA SS Dr. med. Grabow gestellten Antrag ist daher die Unfruchtbarmachung des kaufmännischen Lehrlings F.N. beschlossen.

Die Kostenentscheidung beruht auf § 13 Abs. 1 ErbGG.

Die Mutter gibt die Zustimmung zur **Sterilisation**, - ihr Sohn ist ja (1936) noch unter 21 Jahren und damals *nicht* volljährig. Fritz Niemand berichtet, dass der Polizeinspektor Voss der Mutter androhte, sie auch in die Klinik zwangseinzuweisen, wenn sie nicht zustimmen würde. Was für ein Schwein von Polizeinspektor!

Erst am 16. Februar 1940, nach viereinhalb Jahren, kommt F.N. wieder für 3 Jahre frei.

Dann gibt es auf den S.44- 50 einen guten Rückblick auf die Geschichte der Heil- und Pflegeanstalt Schleswig-Stadtfeld, wohl die Hauptpsychiatrie von Schleswig-Holstein.

Mit diesem Satz wollte ich die Rezension beenden. Grund:

Die Rezension des Buches hat den Rezensenten wegen des Inhaltes am Anfang überfordert. Eine große Masse an gelebtem und erlittenem Stoff ist verdichtet worden, und es fällt schwer, den Stoff für die Rezension weiter zu rafften. Ich beschränke mich in dieser Rezension auf die Zeit bis zur F.N. Zwangssterilisation (S. 40).

Denn jetzt wurde der unschuldige Herr Niemand auch noch nach *Langenborn* verlegt, quasi in meine Umgebung. Obwohl er 3 Jahre an dem teuflischen Kriegsspiel teilnimmt, den Führerschein macht (für'n 3-Rad LKW), als Lagerarbeiter, als Schlosser und auf der Werft arbeitet – holt ihn die Krankheit, genauer, das Trauma der Stigmatisierung ein; nach einem kurzen Aufenthalt in der relativ guten Uniklinik Kiel wird er am 18. November 1943 nach *Eppendorf* eingewiesen, zum berüchtigten, auch nach dem Kriege in Hamburg noch geehrten Direktor Prof. Hans *Bürger-Prinz*, der ihn in einer

Vorlesung vorführte und von seinen Ängsten erzählen ließ – um ihn besser ängstigen zu können?!

Am 8. Dezember wird Fritz dann nach Langenhorn, also Ochsenzoll, verlegt wo er mit zwei anderen Leidensgenossen hinter verschlossenen Türen Pflegerkleidung bügeln musste. Wenn er an die Zeit in Langenhorn denkt, erinnert er sich an den unerträglichen Hunger und die Toten:

Patienten, die nicht arbeiten wollten, gebrechlich oder krank waren, kamen in die Zellen. Es hieß, sie haben ansteckende Krankheiten und wir dürften das Essen, das herausgetragen wurde nicht anfassen. Das fiel uns schwer, weil wir so hungerten.

50 Männer werden am 1. Februar 44 von Langenhorn nach Meseritz-Obrwalde im heutigen Polen transportiert. Fritz N. ist dabei, auch als Nummer 31 des Transportzettels, der auf S.60/61 abgebildet ist, - ein unheimliches bürokratisches Dokument. Erst im Januar 45 kann er von dort fliehen.

Obrwalde war eine Heilanstalt, die zur Tötungsanstalt wurde. Das ist im Exkurs III beschrieben (S. 68 bis 83). Dabei wird die ganze unheilvolle Geschichte der Euthanasie aufgerollt oder doch zumindest angetippt.

Die Geschichte beginnt 1920 mit einer 60-seitigen Broschüre, die in Leipzig erscheint, geschrieben von den Pseudo-Kapazitäten Hoche und Binding, - ein Psychiater und ein Jurist. Die Lektüre ist widerlich und anstrengend, bringt aber auch Licht ins Dunkel der Zeit und der Nazi-Ideologie - und den Bedingungen ihrer Entstehung. In dieser Broschüre wird der tödliche Begriff *lebensunwertes Leben* geprägt, außerdem gibt es: *Leere Menschenhülsen – Ballastexistenzen – Geistig Tote – Mindervertige Elemente – Defektmenschen.*

„Die geistig Toten stehen auf einem intellektuellen Niveau, das wir erst weit unten in der Tierreihe wieder finden“ Es ist wichtig gerade diese tödlichen Begriffslinien weiterzuverfolgen.

Im Jahre 1966 wurde in Obrwalde ein Gedenkstein enthüllt, der kundtut, dass dort mehr als 10 000 Kranke verschiedener Nationen ermordet wurden (abgebildet. S.79).

Das erfuhr auch Fritz Niemand, als er im Februar 44 in das Lager gebracht wurde, denn ein Rheinländer teilt ihm mit: *Hier gehen alle zum Friedhof. Es kommen immer wieder neue Gesichter. Alle gehen zum Friedhof.* Bei der Befreiung Obrwaldes –durch die Rote Armee im Februar 1945 waren noch 40 Männer und 25 Frauen am Leben, von

einem Lager, das bis zu 2400 Menschen fassen konnte. (siehe das Internet: www.stolpersteine-bremen.de)

Fritz N. leistet Schwerstarbeit, wie z.B. Waggons mit Kohle leerschippen (s. 63). **Er lernt eine Diakonisse kennen, Frau Stenzel, die ihm das Leben rettet.** (S. 64 u. 66). Sie gibt ihm Januar 45 den Schlüssel zur Kleiderkammer, sodass er die Anstaltskleidung ablegen und fliehen kann. **Ohne Fahrkarte erreicht er Hamburg** und Rendsburg; aber damit ist leider nur der Krieg für Fritz N. vorbei, **auf seine Rehabilitierung muss er volle 40 Jahre warten**, bis zum Jahre 1986. Dann erst wird das Urteil des Erbgesundheitsgerichts aufgehoben!

Das liegt auch daran, dass viele Nazis sich nach Schleswig-Holstein geflüchtet hatten und dort, nach der Wahl im Jahre 1950, die die CDU in Koalition mit FDP, DP und dem Block der Heimatvertriebenen und Entrechteten (BHE) gewann, quasi selbst von Schuld und Sühne freisprachen. (Exkurs IV, Politische Nachkriegsstrukturen in SH – NS-Euthanasiegutachter finden ein neues Betätigungsfeld usw. S. 108 -121.)

Deshalb dauert es solange! Und wahrhaft gruselig ist, die vernagelte Juristensprache nun auch in Bundesdeutschen Urteilen und Bescheiden zu lesen. (S.89 bis 103). Besonders auf der S. 93 ist mir wieder fast das Würgen gekommen. Dazu kommen Auseinandersetzungen mit LVA und der Seekasse, seiner Rentenkasse, wo auch die alten Seilschaften noch funktionieren, und die befinden „aus den genannten Gründen darf eine Nachentrichtung von Beiträgen nicht zugelassen werden.“ **Erst mit dem Urteil des Amtsgerichtes Kiel vom 10. Februar 1986 wird Fritz N. rehabilitiert**, der Beschluss vom 17. 5. 1936 wird für rechtswidrig erklärt und aufgehoben. **Es ist das erste Mal, dass ein bundesrepublikanisches Gericht so entscheidet!** (S. 126)

Die ewigen Stigmatisierungen von Fritz N. sind deswegen so empörend, weil er, wenn er Gelegenheit dazu erhält, die beste Arbeit leisten kann: es muss nur das Umfeld stimmen!

(Kapitel 12: **Gerne wäre ich Lehrer geworden.**

S. 130). Im Alter von 50 Jahren macht er eine Ausbildung als kaufmännischer Angestellter – und ist **der Beste seiner Klasse!** Und im Jahre 1969 findet er endlich Arbeit - im Kirchenbüro des Kirchenkreises Rendsburg. (S. 134 mit

schönem Foto auf S. 135): *Das war die beste Arbeitsstelle, die ich jemals hatte.*

Nach elfeinhalb Jahren Tätigkeit beendet Fritz N. am 31. Dezember 1980, nach Vollendung des 65. Lebensjahres, sein Berufsleben. - Dann stirbt die Mutter im Jahr 1981 mit 87 Jahren, in den letzten Jahren von Fritz gepflegt (obwohl sie ihn doch mit ins Krankenhaus gebracht hat!) Sie

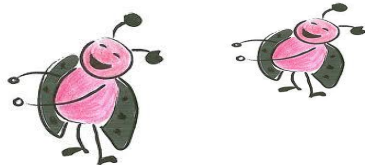
hält Fritz am Schluss für ihren Ehemann, der ja im Ersten Weltkrieg gestorben war, und sagt ihm: *Pass bitte auf den kleinen Fritz auf, der ist immer so wild.* - **Fritz ist jetzt allein, baut das Haus um und tischlert Bücherschränke und liest und erzählt seine Geschichte vor Schülern - und da er nicht gestorben ist, lebt er auch noch heute!**



Marika Nilsson

Herz der Finsternis

Herz der Finsternis
hat am meistens Schiss
vor dem Leben,
vor Nehmen und Geben,
vor Sonnenschein und lachen
würd' so gern viele schöne Dinge machen,
doch die Gedanken kreisen und kreisen...
bis sie schließlich vereisen.



Es ruft die schöne Natur,
komm' doch, schau' nicht auf die Uhr
umarme einen Baum - lebe deinen Traum
bist Du gesund?!

Fall' nicht auf den Mund
Schrei' Deine Wut heraus
Die Freude kommt dann ins Haus.

Gehe tanzen, pflücke Blumen,
hör die Bienen summen,
nimm' eine Liebste Dir zur Brust,
dann kommt auch die Lust.
Höre auf zu weinen,
jetzt kann ich nicht mehr reimen.



Wolfgang Drüding

Tränen lügen nicht

„Hach! Ist das Leben schön.“
seufzte der Onkel
beim Anblick der Wolkenbilder – spazieren gehend.

Und so, die Seele wie den Blick gehoben,
stürzt er in eine Grube
Und brach sich das Genick.

„Welch schöner Tod!“
weinte die Nichte,
die ihn beerben sollte, - bitterlich.



Christiane Egner
Ein winterliches Märchen

Es war einmal...die Königin des Winters und ihre Tochter, die Prinzessin des Schnees. Diese Prinzessin fror immer ganz fürchterlich! Und dann schüttelte sie sich und damit schneite es und dicke Schneeflocken fielen aus ihrem Kleid auf die Erde.

Die Kinder auf der Erde freuten sich dann immer und rollten und bauten schöne Schneemänner.

Es gab aber auch die Prinzessin der Nacht, das war die Freundin der Prinzessin des Schnees. Und im Winter, wenn die Nächte am längsten und die Tage am kürzesten sind, tanzten die beiden Prinzessinnen zusammen.

Immer nachts und dann schüttelte die Prinzessin des Schnees ihr Kleid und es schneite nachts dicke Flocken !

Morgens verschwand die Prinzessin der Nacht in ihr Bettchen, aber am Abend in der Dunkelheit, kam sie wieder hervor. Die Prinzessin der Nacht hatte lange, schwarze Haare, mit denen

verdunkelte sie nachts die Sonne. Da sah man kaum die Hand vor Augen.

Nur der Mond, der alte Geselle, ließ sich davon nicht stören. Er leuchtete auch nachts und sah dem Treiben der beiden Prinzessinnen zu wie sie tanzten und spielten.

So wie jedes Jahr wurden die Tage dann wieder länger und die Nächte kürzer. Auch der Prinzessin des Schnees ging es nicht gut: ihr wurde warm und wärmer und sie hustete und keuchte und schließlich löste sie sich ganz auf. Da nahte die Tochter des Frühlings aber so langsam heran und spielte nun mit der Prinzessin der Nacht.

So ist das mit den Prinzessinnen! Und wenn sie nicht gestorben sind, dann leben sie noch heute.-
-Ende-

2012 von Christiane Egner

Der Mensch lebt nicht vom Brot allein

01.02.2012 von Wolfgang Heuer

Die Menschen in Europa und dem vorderen Orient der letzten ca. 10.000 Jahre haben äußerst bemerkenswerte Mittel und Wege gefunden, ihr Überleben zu sichern. Die Entwicklung der heutigen Zivilisation begann mit planmäßigem Wirtschaften und "moderner Arbeitsteilung". Was wir bis heute weltweit daraus gemacht haben, ist zum einen erstaunlich und löst immer wieder Bewunderung aus - es ist aber zum anderen auch erschreckend. Wenn wir an Krieg und moderne Waffen denken, an die ungerechte Verteilung von Ressourcen und die hohe Zahl von Krankheitsfällen, Unfällen und Selbstmorden sollten wir nachdenklich werden und uns fragen, ob sich nicht ein Fehler eingeschlichen hat in das System, das wir mit dem rationalen Verstand, mit Forschung, Wissenschaft und Technik errichtet haben.

Und in der Tat: Es ist wirklich so! Mit der immer komplizierter werdenden technisierten Welt haben wir uns nicht nur von

der äußeren Natur entfremdet, sondern auch von unserer inneren Natur. Wir haben vor allem verlernt, was uns Leben und Gesundheit gibt. Wir sind entfremdet vom Verständnis, dass es so etwas wie Lebens-Energie gibt, die uns lebendig macht, lebendig sein lässt und die uns natürlicherweise auch gesund erhält - wenn wir ausreichend mit dieser Energie versorgt sind. Diese Lebens-Energie ist anderen, vor allem asiatischen, Kulturen gut bekannt! Diverse Begriffe, die alle das gleiche bezeichnen, kommen von dort: Chi, Qi, Ki, Prana, Mana, Kundalini, usw. - ebenso wie die Techniken: Tai Chi, Qi Gong, Reiki, Feng Shui, Akupunktur.

Ich befasse mich - als "Nicht-Wissenschaftler" - seit über 20 Jahren mit den Ursachen von Gesundheit. Und musste zwangsläufig darauf stoßen, dass die westliche zivilisierte Gesellschaft vom Bewusstsein für die - universelle - Lebens-Energie entfremdet ist und dass die Mehrheit der Menschen an Lebensenergie-Mangelerscheinungen leidet.

Die große Zahl von Krankheiten bzw. Krankheitsfällen / -Tagen ist hauptsächlich Folge von Lebensenergie-Mangel. Insbesondere bei den psychischen / psychosomatischen Störungen / Erkrankungen sehe ich diesen Zusammenhang; aber auch bei den meisten – scheinbar rein somatischen - Krankheiten scheint mir die Lebens-Energie eine wichtige Rolle zu spielen.

Gerade erst im November 2011 haben bei einem Treffen in Heidelberg Psychiater und andere Wissenschaftler sich gewissermaßen für machtlos erklärt gegenüber den dramatischen Zunahmen bei den psychischen Störungen.

Das wundert mich natürlich überhaupt nicht! Denn das hier gegenwärtig noch dominierende wissenschaftliche Weltbild, welches nur auf den GROBSTOFFLICHEN Teil des Universums schaut, hat keinen Begriff von der FEINSTOFFLICHEN Lebens-Energie! Obwohl die Schulmedizin dieser Bewusstseins-Energie regelmäßig begegnet - zum Beispiel in der Placebo-Wirkung oder bei den so genannten "Spontan-Heilungen" / "Spontan-Remissionen". Da können die Schulmediziner immer nur wieder erklären, dass sie das Geschehen NICHT erklären können.

Damit muss Schluss sein! Wenn wir dem Phänomen der immer weiter zunehmenden Zahl von Krankheitsfällen und den steigenden Kosten des Gesundheitssystems Herr werden wollen, müssen wir die bisher aus dem wissenschaftlichen Weltbild ausgeblendeten Faktoren mit einbeziehen.

Auch auf deutschem und nordeuropäischem / skandinavischem Boden gab es vor dem Vorrücken der Römer und dem Einfluss durch ihre Zivilisation und ihre falsch verstandene Religion ein gesundes Verständnis von und Bewusstsein für die universelle Lebens-Energie. Und der Name für diese "himmlische" Kraft war "Od". Wir finden diesen Begriff noch heute in einigen Worten - auch in der englischen Sprache oder im Skandinavischen: In "Odin" oder "God", in "Ode" und "Odem" und etlichen anderen.

Aus heutiger Sicht sind alle psychischen Störungen ein Mangel an Information und Lebens-Energie. Primär fehlt es den Menschen an der Information, dass es diese Lebens-

Energie gibt und dass sie gesundheits- und lebensnotwendig ist UND, wie man sich mit dieser Energie ausreichend bis optimal versorgen kann.

Es genügt aber nicht, wenn sich heute ein kranker Mensch einer Technik wie Tai Chi oder Qi Gong oder Yoga zuwendet, um mehr von dieser Lebens-Energie fließen zu lassen. Diese Techniken sind eigentlich für GESUNDE Menschen gedacht, die damit ihr - gesundes - Potenzial an Lebensenergie aufrechterhalten. Ein Mensch, der bisher nicht auf die ausreichende Versorgung mit Lebens-Energie geachtet hat und der evtl. schon konkrete Symptome hat, braucht sehr wahrscheinlich (in den meisten Fällen wird das so sein) eine Reinigung seines (Unter-)Bewusstseins von energetischen Störfaktoren. Nur wenn das (Unter-)Bewusstsein gereinigt ist, kann die Lebens-Energie optimal fließen, das Potenzial aufbauen und Krankheit heilen.

Der Vorschlag wurde folgenden Themen zugeordnet:

- Wohlstand, Lebensqualität und Fortschritt

Nächstes Seminar „Keine Psychiatrie ohne Lebens-Energie“ mit Wolfgang Heuer am Sa 28.4.2012 im Basch-Barmbek, Wohldorfer Str. 30, 22081 Hamburg



SPENDEN – Projekt: Gerne nehmen wir zum ebay –Verkauf Sachspenden an (Bücher, Musik, Bilder etc.). Kontakt: Wolfgang Heuer Tel. 040 / 540 62 28 eMail: wolfgang.m.heuer@web.de Erwerb von Spenden zu Gunsten von Psychiatrie-Erfahrenen bei ebay und amazon unter [heureka47](https://www.ebay.com/str/heureka47)

Entrückungen

getrieben durch Wundschmerz
kopflös angenäht an einen Baum.

Verzückungen
nickt der Körper zum Takt eines Konzertes.
Musik macht ganz in der Tiefe,
übertönt das Verschwiegene.

Verrückungen
bunt gemischt die Gesichter
von Armut bedrohte Schaffenskraft.
Aus dem Unheil kommt die Lust
zu kämpfen mit den Schatten.

Entrückungen in einsame Kellergewölbe.
Manchmal flackert ein Lichterglanz
mitten in der Nacht,
und weist hinaus den Leib aus der Seele,
dass er fliege um den Kirchturm,
der schwelgt im Kupfergrün.

Entrückungen
bohrend das Messer in die Wunde,

Verzückungen,
Liebestanz im Morgengrauen.
Und eine Violine schreider Hahn kräht.

Verrückungen
bis zum Halse steht das Wasser
und unterspült die Seele.
Wir sind fernab und

machen ein dummes Gesicht.
Wir haben das alles nicht gewollt,
in das wir da geraten sind
und verlernen immer mehr das Alltägliche.
Aufbegehren gegen das Entfremden
sinnsuchend am Meeresboden.
Protestierend gegen die Verstörungen,
denen das Kind ausgesetzt war.

Erdrückungen,
die zu Verrückungen führen.
Mit dem Revolver im Munde.
Einfach zubeißen
und Zeit vergehen lassen,
dann geht auch diese Anfechtung vorbei.
Und noch einmal angegriffen
aufs Schafott bestellt.
Doch Trug im Bild
machen es gemeinsam zunichte.

Zerdrückungen die die Seele
quetschen durch einen engen Tunnel.
Ein Irrlicht am Ende der Nacht
wankend die Welt,
bebend die See
und der Schmerz haftet am Bewusstsein.

Verrückungen
wo die Kinder verloren gegangen sind
wie alt ich nun schon geworden bin
alt und verrückt.



Arbeit und Freude

Einsamkeit macht einsam,
aber man ist immer weniger allein.

Zerstreuung macht gesellschaftsfähig,
und man hat zu tun,
jede Menge.

Wer aber hat Arbeit?

Wolfgang Drüding

Die Autorengruppe

SeelenPflug

lässt wieder
durch die Seele fliegen und pflügen
mit Lyrik und Prosa
mit Packendem und Poetischem
mit Lustigem, Spannendem und Phantasievollem
eine Lesung am 14. 3. 2012 um 19 Uhr
im ella-Kulturhaus Langenhorn
Käkenflur 30

Eintritt: 3 Euro

Psychopharmaka

Viele Psychiater empfehlen zur sogenannten Langzeitprophylaxe eine Dauermedikation von mindestens fünf Jahren. Diese „Weisheit“ ist mit äußerster Vorsicht zu genießen. Abgesehen von der grundsätzlichen Gesundheitsschädlichkeit von Psychopharmaka geht diese Rechnung bei vielen nicht auf. Die Krisen stellen sich trotz oder sogar wegen der Psychopharmaka ein. Da der Körper sich an die Drogen gewöhnt hat, wird dann die Krise mit einer relativ hohen Dosierung „behandelt“. Hinzu kommt, dass durch die Dauerruhigstellung die Selbstheilungskräfte erlahmen. Probleme die vorher bestehen, sind nach dem Absetzen wieder da. Vielleicht gibt es Formen des Ver-rückens, wo eine längerfristige Medikation das kleinere Übel darstellt. Auf jeden Fall sollte man sich eine Dauermedikation gut überlegen. Es ist wichtig sich öfters die Frage zu stellen, ob die Medikamenten-Einnahme noch weiter Sinn macht. Häufig nehmen die Leute eine zu hohe Dosierung über einen zu langen Zeitraum. Dabei würde eine Akutmedikation reichen um „wieder runterzukommen“ und dann die dahinterstehenden Probleme zu lösen. Das Absetzen der längerfristig eingenommenen Medikamente ist äußerst riskant. Oft lässt sich nicht mehr unterscheiden, ob die darauffolgenden Symptome mit dem Entzug oder mit uns selbst zu tun haben. Ebenso ist es sehr riskant Medikamente dann abzusetzen, wenn wir gerade stressigen Außenbedingungen ausgesetzt sind oder uns in einer aktuellen seelischen Krise befinden. Beim

Absetzen empfiehlt sich die allmähliche Reduzierung und es ist wichtig sich Zeit zu nehmen, die der Körper für die Umstellung braucht.

Nähere Informationen über Psychopharmaka siehe

Zehentbauer: „Chemie für die Seele“ im Buchhandel oder unter antipsychiatrieverlag.de oder BPE-Psychopharmakaberatung T. 0234 / 640 5102. LPE - Seminar **Psychopharmaka – Beratung am Sa 15. Sept. 2012** mit Referenten Matthias Seibt im BTZ, Weidestraße 118 C



Psychose-Inhalte: Symbolik und Sinn

Mit Wolfgang Heuer
Öffentlichkeits-Veranstaltung mit Vortrag, Arbeitsgruppe und Diskussion **am Sa 25. Aug 2012** in Basch-Barmbek, Wohldorfer Str. 30

Es geht hier um „Visionen“, innere Bilder, Erscheinungen; um „religiöses Erleben“ wie religiöse Ideen, Vorstellungen, Identifikationen, Stimmenhören – und ähnliche Phänomene.

Viele Betroffene erleben sie, aber es wird zu wenig darüber gesprochen. Meist werden sie als nur „krank“ verworfen, aber auf der Symbol-Ebene haben sie wichtigen, hilfreichen, Aussagewert, den man verstehen, dankbar annehmen und für die Heilung nutzen lernen kann.

Die - oft religiös getönten - Phänomene treten aber nicht nur in Psychosen auf, sondern auch im Umfeld anderer Störungen, oder auch außerhalb psychischer / diagnostizierter Störungen.

Wer sich mit der Symbolik des Unbewussten richtig befasst hat, kann in den Phänomenen (Träume, Visionen, Erscheinungen, Identifikationen usw.) sinnvolle Zeichen / Hinweise erkennen – auf seelische Mängel / Bedürfnisse bzw. auf das Erwachen der wahren Identität.

Die „Transpersonale Psychologie“ z.B. spricht von „spiritueller Krise“ / „Selbst-Findung“, durch die der Mensch ein erweitertes Verständnis seiner selbst und mehr echtes Selbst-Bewusstsein und Autonomie / Souveränität erlangt.

Es soll in der geplanten Veranstaltung darum gehen, die Vorurteile abzubauen, Angst zu überwinden und ein paar wesentliche Grundsätze der Symbolik zu vermitteln um Betroffene aber auch Nicht-Betroffene über die prinzipiellen Möglichkeiten zu informieren und Interesse an weiterer Vertiefung zu wecken.

Der angestrebte Effekt ist einerseits mentale Entlastung durch Verstehen- / Einordnenkönnen der erlebten Phänomene, und andererseits Hilfestellung auf dem Wege zur ganzheitlichen / nachhaltigen Überwindung der jeweiligen Krise.



