

224 Seiten THERAPIETRIP

M E H R

J E T Z T

NEUERSCHEINUNG



9 783735 756688

Dieses Tagebuch macht Lesen zu einem Bewusstseinstrip! Layouttechnisch ist "MEHR JETZT" ein unkonventionelles Buch; denn der Autor ist darum bemüht, seine künstlerische Authentizität zu bewahren. So finden sich u.a. an den Kapitelübergängen seine Zeichnungen von energetischen Körperpositionen, die man von seiner Homepage als Urengel-Darstellungen kennt. Desweiteren wurden drei Faksimiles von handschriftlichen Originaltextstellen abgedruckt, was eine Seltenheit sein dürfte. Welcher Autor schreibt heutzutage noch mit Stift und Papier! Inhaltlich ist das Werk sehr komplex, es verbindet und vermischt autobiografische Chronologie mit tiefenphilosophischer Weltanalyse: Einerseits erfährt der Leser intime Selbstreflexionen aus dem speziellen Alltag des Künstlers. Andererseits gehen diese Alltagsberichte oft nahtlos über in kosmologische und neurosoziologische Essays. So wird man Zeuge seines Aufenthalts in einer psychosomatischen Klinik wegen somatoformen Schmerzstörungen. Und im selben Atemzug reflektiert der Autor über die Bedeutungslosigkeit mystischer Erfahrungen für die Befreiung von traumatisch bedingten Neurosen. Das Schwierige an diesem Tagebuch ist seine ineinander verschachtelte Vielschichtigkeit. Der Vorteil: man wird in den ungefilterten Bewusstseinsstrom hinein genommen, als würde man selber laut denken. Und am Ende wird der Leser mit ekstatischen Erkenntnissen belohnt, die sich im Verlaufe der vier Jahre allmählich heraus kristallisieren. Dann weiß man plötzlich rückwirkend, wieso das Hauptthema von Anfang an ganz nebenbei die Überwindung der urschizophrenen Objektkultur war: Am Anfang stand die radikale Ich-Analyse, am Ende erfährt das geläuterte Ich seine totale Disidentifikation! Dieses Buch erklärt und entwickelt transpersonal-kosmische Ebenen schonungslos und direkt aus dem neurotisch-biografischen Sumpf... (G&GN-INSTITUT)

Tom de Toys

**M E H R
J E T Z T**

Bewußtseinswandel
von der Symbolistik
zur Präsentomatik

2010 - 2014

KOSTENLOSE LESEPROBE

Hrsg. G&GN-INSTITUT @ BoD

Als "somatoformer Schmerzpatient" stürzt sich der Autor, nachdem er zwei Jahrzehnte lang als Live-Lyrik-Performer bekannt war, in ein therapeutisches Abenteuer ohne Hoffnung auf Heilung! Aus der Verzweiflung über das Ohnmachtsgefühl gegenüber den Krankheitssymptomen schöpft er die radikale Freiheit seiner Gedanken, mit denen er um die ältesten philosophischen und psychologischen Fragen der Menschheit kreist, die als unlösbar gelten. Mit dem Mut eines Versagers, der sich nicht damit abfindet, verloren zu haben, bäumt sich der Autor gegen all jene traditionellen Meinungen auf, die dem Gesundwerden im Wege stehen und räumt dabei Tabus aus dem Weg, um einen neurosoziologischen Blick auf die "letzten Dinge" zu wagen: das ICH, GOTT, die MATERIE und den SINN des Lebens jenseits von Religion und Psychiatrie. Auf seiner Odyssee bei Orthopäden und Internisten mußte er jahrelang darauf warten, von einem Allgemeinmediziner auf dem neuesten Stand der Wissenschaft ganzheitlich wahrgenommen zu werden - anstatt Sprüche zu ertragen wie: *"Warum denn gleich zum Schmerztherapeut? So schlimm wirds ja wohl nicht sein!"* Keine Untersuchung führte zu organischen Diagnosen, so daß nur die Angst übrig blieb, lebenslänglich von Symptomen geplagt zu sein und sich die Schmerzen womöglich nur einzubilden. Aber nach drei Jahren auf Therapietrip geschah dann das Wunder: seitdem die traumatischen Ursachen für neurotische Muster gelöst wurden, verschwinden die schlimmsten Symptome wie ein böser Spuk! Diese Tagebuchnotizen sind weder esoterischer Lebensratgeber noch trockener Patientenbericht sondern die schockierende Enthüllungsgeschichte eines Künstlers, der unter den Selbstlügen der Gesellschaft so leidet, daß er bereit ist, sich alles einzugestehen, was nötig ist, um sich davon zu befreien!

"Manchmal wache ich auf und habe einfach keine lust, krank zu sein. Dann springe ich aus dem bett, als ob nichts wäre, und beginne den tag ohne übungen."

(Tom de Toys, 14.11.2010)

ACHTUNG! WARNUNG!

Dieses Buch ist nicht nur
das authentische Protokoll
einer echten Psychotherapie
sondern vorallem die

schrittweise & schockweise

BEFREIUNG DER SEELE

VON IHRER ZWANGHAFTEN

SELBSTOBJEKTIVIERUNG!

Es geht um nichts geringeres
als eine radikale Anleitung

zur **Überwindung der**

affirmativen Objektkultur

durch Traumabewältigung!

Seelisch labile Leser

sollten vorsichtig sein und

nichts überstürZEN...

Patientenrede:
LEIBHAFTIGES DENKEN
2011

Metatherapietrip 1:
KLINISCHES KARUSSELL
2010-2011

Metatherapietrip 2:
NEURONALER NONSENS
2012

Metatherapietrip 3:
AMBULANTE ANARCHIE
2013-2014

Antiprosa & Theorie:
DIE GLÄSERNE QUAL(LE)
DER SELBSTERKENNTNIS
2010

"Der Psychotherapeut ist zumeist daran interessiert, das Bewußtsein besonders gestörter Personen zu verändern. Die Disziplinen des Buddhismus und des Taoismus bemühen sich aber um eine Bewußtseinsveränderung normaler und sozial angepaßter Personen. Den Psychotherapeuten wird aber immer deutlicher bewußt, daß der normale Zustand in unserer Kultur sowohl der Rahmen als auch der Nährboden für geistige Erkrankungen ist. Ein Komplex von Gesellschaften, die über riesige materielle Reichtümer verfügen und darauf erpicht sind, sich gegenseitig zu zerstören, ist alles andere als eine Vorbedingung für eine soziale Gesundheit.

(...) Seit Freud beschäftigt sich die Psychotherapie mit den schädlichen Folgen der sozialen Repression für den Organismus und seine Funktionen. (...) Andererseits wird der Therapeut, der wirklich daran interessiert ist, dem einzelnen zu helfen, zur Sozialkritik gezwungen. (...) Von diesem Standpunkt aus gesehen hören die Probleme und Symptome, von denen der Patient loskommen will, sowie die hinter ihnen stehenden Faktoren auf, rein psychischer Natur zu sein. (...) Sie schließen die Konventionen der Sprache und der Gesetze, der Ethik und der Ästhetik, des Status, der Rolle und der Identität ein, sowie die der Kosmologie, Philosophie und Religion. Dieser ganze soziale Komplex ist nämlich das, was dem einzelnen sein Selbstkonzept vermittelt, seinen Bewußtseinszustand und das wirkliche Erleben seiner Existenz, ja mehr noch: er verschafft dem menschlichen Organismus die Vorstellung von seiner Individualität, die eine Anzahl sehr verschiedener Formen annehmen kann."

**Alan Watts, in: PSYCHOTHERAPIE UND
ÖSTLICHE BEFREIUNGSWEGE (1961)**

Patient-Nr.1008955, niedergeschrieben am 28.1.2011 im Zimmer 8.19, vorgetragen auf dem Symposium zum Thema "Psychosomatik zwischen Forschung & Versorgung" am 29.1.2011 nachmittags im TWW-Mehrzwecksaal (Theodor-Wenzel-Werk) anlässlich der Verabschiedung des Chefarztes Herrn Dr. Keller

LEIBHAFTIGES DENKEN

Rede zu Ehren von Dr. med. Wolfram Keller

Meine verehrten Damen & Herren Anwesende!

Obwohl auch ich hier im grauen Anzug stehe, wäre es eigentlich authentischer, wenn ich meine Wellness-Klamotten angezogen hätte, so wie Sie vermutlich den typischen Patienten vom hintersten Haus kennen... Nun ist die Katze also aus dem Sack: ich komme zwar auch von der "Front", aber nicht von der Wissenschaftsfront sondern noch schlimmer: VON DER ANDEREN SEITE. Station 8...

Das Wunderbare an dieser Klinik (und ich empfinde das historisch betrachtet wirklich als ein kleines Wunder!) ist allerdings, daß wir uns hier nicht mehr im Krieg befinden: Psychiater gegen Patient, gesund gegen krank, normal gegen verrückt etc.p.p. - die Psychosomatik beweist sich bei uns nicht nur als unglaublich sensibles, interdisziplinäres Zusammenwirken von Körper und Seele, sondern zudem als respektvolles Anerkennen des leidenden Menschen als MENSCH. Und nicht etwa als Monster, das betäubt und versteckt werden muß! Wir haben nicht das tragische Ende von Jack Nicholson im Kuckucksnest zu befürchten, dafür bin ich der lebende Beweis: meine Dienstzeit (als Patient) ist zwar noch nicht gänzlich abgelaufen, aber ich hoffe sehr, nach dieser Rede nicht in einer Zwangsjacke zu landen.

Spaß beiseite: ich habe meine Rede mit dem Titel versehen "Leibhaftiges Denken", und zwar im doppelten Sinne (1.Leibhaftiges denken; 2. leibhaftiges Denken), denn ich stehe vor Ihnen als Exemplar der Gattung "somatoforme Störung", soll heißen: organisch alles superduper, Schmerzen trotzdem nicht eingebildet. Und was ich nach 6 Wochen Therapie ansatzweise erkannt habe, ist wie sehr sich mein GEIST von meiner SEELE entfremdet hat, daß mein Körper ersatzweise zusammenbrechen mußte, weil eigentlich meine Seele schreit!

DAS ist eine Erkenntnis, die sich in Lehrbüchern im Grunde kaum vermitteln lässt, weil man sie ähnlich einer mystischen Erfahrung am eigenen Leibe ERFAHREN muß! Wie sich im Laufe der Therapie das Verhältnis zu sich SELBST verändert, manchmal schleichend und manchmal "hammerhart", um es modern zu formulieren. Am Anfang steht oft die verzweifelte Hoffnung, ein Patentrezept für Heilung konsumieren zu können, und ich habe Patienten erlebt, die deshalb nach wenigen Tagen wieder enttäuscht vordannnen zogen. Wer aber eine Weile durchhält, erlebt nach und nach eine seltsame Wandlung seiner eigenen Erwartungshaltung: der Kontakt zu den tieferen Schichten der Schmerzen wird hergestellt und der Kopf denkt nicht mehr gegen den Körper sondern beginnt, LEIBHAFTIG zu denken, indem der Gegenstand seines Denkens nicht mehr die Frustration über die Symptome sondern das leibhaftige Gefühl hinter den Schmerzen zeigt. Ist dieser Punkt erstmal erreicht, gibt es kein Zurück: Tränen fließen, Erinnerungen kommen hoch, die Ängste und Sorgen wollen gefühlt werden, der Mensch in dem Schmerzkörper beginnt, sich nach sich SELBST unendlich zu sehnen. Ja, es gleicht einer unendlichen Sehnsucht, weshalb ich die Station 8 auch gerne "Station 8 wie Unendlichkeit" nenne: die Sehnsucht, mit sich selbst Frieden zu schließen, bei sich anzukommen und endlich wieder durchzuatmen. DAS klingt so leicht, beinahe unwissenschaftlich, und ein vermeintlich "gesunder" Mensch könnte behaupten: Ich muß doch nicht bei mir ankommen, ich bin doch sowieso da. Aber wer nach so vielen Jahren oder gar Jahrzehnten Depression oder Anorexie plötzlich erkennt, wie sehr entfremdet und vorallem WARUM er das ist, der ist unendlich dankbar

für die Existenz einer Einrichtung, die den Mensch nicht nur beim Wort nimmt, sondern erstrebt bei der Seele und ihrem Leib. Und genau da erweist sich die humanistische Psychologie wirklich als Wissenschaft vom Menschen.

Lieber Herr Keller, ich hatte das Glück, Sie zufällig auf den Fluren zu treffen, sonst hätte ich von dieser Veranstaltung nicht gewußt. Überhaupt drang Ihre Verabschiedung vor einigen Wochen nur als Gerücht bis in die oberen Etagen des letzten Hauses. Ich kann daher natürlich nicht stellvertretend für alle Patienten sprechen, zumal wir ja hier zum Glück als Individuen mit unserer ganz individuellen Geschichte wahrgenommen werden, aber ich erlaube mir, diese einmalige und letzte Gelegenheit zu nutzen, Ihnen zu versichern, daß ich die Dankbarkeit sehr vieler Patienten leibhaftig miterlebt habe und darum von Herzen behaupten kann: hinter mir stehen viele, denen geholfen werden konnte, sozusagen auf der anderen Seite, um im anfänglichen Bild zu bleiben, und wir befinden uns alle im selben Saal, im selben Boot, im Leben. WIR LEBEN! Es tut gut zu wissen, daß es eine Klinik gibt, in der die Menschen ERNST genommen werden, die nach einer langen Odyssee hier stranden.

Möge Ihnen, Herr Dr.Keller, auch noch ein langes und schönes Leben außerhalb der Klinik bevorstehen - jetzt müssen Sie raus, die Therapie ist vorbei! Und vorallem: Sie dürfen sich jetzt "draußen" so ENTSPANNEN, wie wir es hier drinnen Tag für Tag üben! Alles Gute für Sie!

P.S. Vielen Dank nochmal an alle 13 PflegerInnen & 19 Therapeuten/Ärzte, die mich in der Abteilung "Psychosomatik mit internistischem Schwerpunkt" unglaublich persönlich & sehr individuell betreut haben! ALLE haben mir mit ihrem jeweiligen Charakter geholfen (auch jene, deren Methode mir -natürlich sehr subjektiv gesehen- bis zum Schluss irgendwie etwas suspekt blieb), MICH SELBST teilweise besser zu verstehen, meinen "unvollkommenen" Zustand dort zumindest "selbstgnädig" zu akzeptieren, wo blinde Flecken aus Zeitmangel (oder/und mangelnder innerer Bereitschaft, die mir selbst wie ein blinder Fleck im Weg steht?) NOCH NICHT ausreichend beleuchtet werden konnten, und das Bestmögliche aus den insgesamt 7 Wunderwochen rauszuholen. Die Arbeit an der VERBESSERUNG MEINER VERFASSUNG geht "draußen" weiter, der Schmerz macht zwar auch weiter, aber die Seele ist etwas WEITER & DURCHLÄSSIGER geworden und ich kenne nun einige Tricks & Techniken, wie ich mich heilsamer um mich kümmern kann ;-). Und die entscheidenden Fragen lauten immer wieder in allen Situationen: "WAS MACHT DAS MIT MIR?" und "WAS WÜRDE ICH MIR STATTDESSEN WÜNSCHEN?", um meinen echten Gefühlen auf die Schliche zu kommen anstatt einem schmerzhaften Ereignis traumatisch ausgeliefert zu sein...

© ***www.THERAPIETRIP.de***

© ***www.sOMatoform.de***

© ***www.MehrJETZT.de***

© ***www.URENGEL.de***

1

KLINISCHES

KARUSSELL

"Es handelt sich um Gefühle der Lebensfreude, der Glückseligkeit oder Euphorie, der Gelassenheit, Freude, Ruhe, Verantwortlichkeit, des Vertrauens in die eigene Fähigkeit, Streß, Angst und Probleme zu bewältigen. Die subjektiven Anzeichen des Selbstverrats, der Fixierung, der Regression und eines Lebens, das mehr durch Furcht als durch Wachsen gekennzeichnet ist, sind Empfindungen wie Angst, Verzweiflung, Langeweile, Genußunfähigkeit, latente Schuldgefühle, Schande, Ziellosigkeit, Gefühle der Leere, des Mangels an Identität usw."

Abraham Maslow, in: PSYCHOLOGIE DES SEINS (1968)

"Nach einem Sinn des Lebens zu fragen hat nur Wert und Bedeutung, wenn man das Bezugssystem Mensch-Kosmos im Auge hat. Es ist dabei leicht einzusehen, daß der Kosmos in dieser Bezogenheit eine formende Kraft besitzt. Der Kosmos ist sozusagen der Vater alles Lebenden. (...) Leben heißt sich entwickeln. Der menschliche Geist ist nur allzu sehr gewöhnt, alles Fließende in eine Form zu bringen, nicht die Bewegung, sondern die gefrorene Bewegung zu betrachten, Bewegung, die Form geworden ist."

Alfred Adler, in: DER SINN DES LEBENS (1933)

"Tatsächlich könnte man die besondere Krankheit des zivilisierten Menschen darin sehen, daß ein Block oder eine Spaltung zwischen seinem Gehirn und dem Rest seines Körpers besteht. Dies entspricht der Spaltung zwischen dem geistigen 'ICH' und dem physischen 'Ich', Mensch und Natur und der Konfusion der verwirrten Schlange Ouroboros, die nicht weiß, daß ihr Schwanz zu ihrem Kopf gehört. (...) Sobald es offenbar wird, daß das geistige 'ICH' der Wirklichkeit der Gegenwart einfach nicht entfliehen kann, da das geistige 'ICH' nichts anderes ist als das, was ich jetzt weiß, wird der innere Aufruhr enden. (...) Wenn die Spannung aber nachläßt, fangen Geist und Körper an, den Schmerz so zu absorbieren wie das Wasser einen Schlag oder Schnitt. (...) Soweit Worte es überhaupt beschreiben können, besteht diese Verwandlung in dem Wissen und Fühlen, daß die Welt eine organische Einheit ist. (...) Die Wahrnehmung eines Hauses auf der anderen Straßenseite oder eines Sterns im weiten Raum ist nicht weniger 'ICH' als ein Jucken meiner Fußsohle oder eine Idee in meinem Kopf. In einem anderen Sinne bin ich auch das, was ich nicht weiß. Ich bin mir nicht meines Gehirns als eines Gehirns bewußt. (...) Wenn mein Gehirn aber nichtsdestoweniger 'ICH' ist, ist die Sonne 'ICH', die Luft 'ICH' und die Gesellschaft, deren Mitglied ich bin, auch 'ICH'. Denn alle diese Dinge sind genau so wesentlich für meine Existenz, wie es mein Gehirn ist."

Alan Watts, in: WEISHEIT DES UNGESICHERTEN LEBENS (1951)

Am Anfang sollte natürlich der beste Satz stehen, zu dem ich überhaupt fähig bin, aber in meinem derzeitigen Zustand fühlt sich fast jeder Satz austauschbar und beliebig an und ich wünsche mir bereits heute nichts sehnlicher als den letzten, den allerletzten Satz herbei, der den geduldigen Leser dafür entschädigt, eine womöglich sehr lange Durststrecke zu bewältigen, die ich ihm zumuten muß, um die Wahrheit herauszufinden. Und sogar diese Hoffnung auf Wahrheit könnte sich im Verlaufe der Geschichte als absurde Selbstlüge erweisen, so daß sich der ganze literarische Entwurf einmal mehr als idiotischer Köder in einem leeren See verrät und mich, den vermeintlichen "Autor", als Scharlatan bloßstellt. Ich will niemanden vorsätzlich belügen oder in menschliche Abgründe einweihen, die sich am Ende wie ein erbärmliches Kartenhaus in verbrauchte Luft auflösen, aber ich bin momentan nicht in der Lage, im Vorfeld darüber zu urteilen, welche Fragen geschweige denn welche Erkenntnisse wirklich hilfreich genug sind, um das entstehende Buch zu rechtfertigen. Mir bleibt nur das geringste Mindestmaß an Urvertrauen in diesen Schreibimpuls übrig, der direkt nach diesen einleitenden Worten wieder versiegen könnte, wie es schon früher mehrmals geschah. Denn das hier ist keineswegs mein "Debut", was die Prosa betrifft, auch wenn mich die meisten bis jetzt eher als Lyriker, oder noch nicht einmal das, sondern nur als herumnörgelnden Mystiker kannten. Aber es gibt einen gravierenden Unterschied zu allen bisherigen Ansätzen, den ich vorausschicken möchte, um zu erklären, was mich persönlich daran reizt, das Projekt trotz aller Skepsis in Angriff zu nehmen: Ich befinde mich offensichtlich an einem seelischen Wendepunkt meines Lebens, der sich genauso einschneidend anfühlt wie die unerwartete Verwandlung vor zwanzig Jahren, als sich dank der spontanen Loch-Erfahrung sämtliche religiösen Zweifel in schockierendes Wohlgefallen auflösten und mich zwangen, ein umfassendes, grenzenloses Ja zum Leben auszusprechen. Was damals eine Art "Rückkehr in die erleuchtete Materie" erlaubte, könnte diesmal vielleicht eine Heimkehr in den durchleuchteten Körper darstellen, denn das akute Problem lautet nicht mehr, ob es ein Ich, Gott und den Sinn des Lebens gibt, was mich damals so qualvoll der Leichtigkeit der Jugend beraubte, die sich zunächst als erotische Krönung der kindlichen Verspieltheit angekündigt hatte - sondern: warum dieses organische Raumschiff, in dem sich mein Geist durch das irdische Dasein manövriert, immer unkontrollierbarer dahin schlingert und sich wesentlich früher als angestrebt wie ein Schrotthaufen anfühlt, der zwar durch gewisse schamanische Routinetricks auf Lichtgeschwindigkeit gebracht werden kann, dessen Kapitän aber kein Ziel mehr vor Augen hat und der Steuermann dementsprechend nervös, unkonzentriert und schwindlig von der Orientierungslosigkeit auf einen eindeutigen Fahrtbefehl wartet, der seinen Posten mit Freude statt Kettensätzen erfüllt. Wahrscheinlich werde ich nach der Verwandlung nie wieder in dieser Form denken geschweige denn schreiben können und mich sogar wundern, daß es mir überhaupt möglich war. Auch darin liegt ein fast nekrophiler Anreiz zum historischen Dokumentieren des bevorstehenden Kostümwechsels. Ich weiß einfach nicht, inwiefern ich als geflügelter Gewinner oder mehrfache Mogelpackung aus diesem Melodrama emporsteige, ob es sich zu einem postmodernen Heldenepos ausweitet oder mein neuer Doppelgänger aus einem Paralleluniversum auf der Bühne erscheint und mich überflüssig macht wie eine alte Schlangenhaut, die man in die Vitrine legt und bestaunt, aber froh ist, eben nicht in dieser Haut zu stecken. Helden, Gewinner, Doppelgänger, Gott, das Ich und der Sinn des Lebens, all das sind pathetische Attribute der Schriftstellerei, die das imaginäre Selbst umkreisen, bevor es implodiert. Was sich jenseits der Literatur auf der anderen Seite des implodierten Dichters befindet, gilt es für mich jetzt zu erkunden. Mein ganz persönlicher Marsch durch die KONKRETE Seele hat begonnen, weil ich die Tränen nicht mehr unterdrücken kann. Ich leide an mir selbst trotz aller mystischen Erkenntnisse. Mit etwas Geduld und Glück kann ich eventuell einen echten Menschen dahinter entdecken und mich von den Schmerzen befreien, um irgendwann wieder arbeitsfähig zu sein und das Leben in seinem ganzen Ausmaß zu genießen. Mir steht definitiv kein netter Kuraufenthalt bevor, als würde ich mit einem Lastminute-Angebot auf die langersehnte Insel unter Palmen fliegen. Aber trotzdem wirkt es wie ein Lottogewinn in letzter Minute, denn zum ersten Mal nach dieser langjährigen Odyssee macht sich ein Gefühl des Ankommens in mir breit, das auf die Tränendrüse drückt. Wer so viele Orthopäden, Internisten und Physiotherapeuten verschlissen hat, wartet verzweifelt auf diesen

erlösenden Augenblick, von einem Arzt endlich ganzheitlich gesehen statt ausgelacht zu werden, wenn man nackt vor ihnen steht und Sprüche ertragen muß wie zum Beispiel: "Aber Sie sind doch sportlich gebaut und sehen klasse aus. Was wollen Sie denn?", oder sogar: "Warum denn gleich zum Schmerztherapeut? So schlimm wirds ja wohl nicht sein!" Und nachdem alle Untersuchungen ergeben, daß man rein organisch "absolut gesund" ist, bleibt ein großes Fragezeichen im Kopf zurück und die doppelte Angst, nicht nur lebenslänglich von Symptomen geplagt zu werden, sondern sich sämtliche Schmerzen darüber hinaus nur einzubilden. Wenn dann endlich ein Arzt das Sprechzimmer nicht schon nach fünf Minuten mit breit grinsendem Händeschütteln unter vorgetäuschter Zeitnot verläßt, sondern einem eine geschlagene Stunde lang zuhört und einem glaubt, daß man leidet und tatsächlich Hilfe sucht (warum ginge man sonst bitte zum Arzt?), dann gleicht es einer waschechten Offenbarung zu erfahren, daß sich solche "somatoformen" Schmerzen sogar als Gehirnströme messen lassen und die abenteuerliche Aufgabe erfüllen, sich wie ein kratzender Zaubermantel schützend um einen viel größeren Schmerz zu legen, der sich als geheimer Schatten auf einem blinden Fleck der Seele eingenistet hat. Diesen Zoo aus verborgenen Vogelnestern detektivisch aufzuspüren und den ganzen Schwarm aus Fledermäusen, Papageien, Kolibris und Adlern wortwörtlich auffliegen zu lassen, könnte ein vorläufiges Ziel der Therapie sein oder zumindest die erste Etappe, denn wünschenswert wäre auch das Erlernen der Vogelsprachen, um Herkunft und Flugrichtung der Vögel nachzuvollziehen sowie zu verstehen, wovon sie sich ernähren. Mein gruseliger Verdacht dabei ist, daß es sich um Aasgeier handelt, welche die toten Anteile der infizierten Psyche nach und nach vertilgen, bis das Absterben meiner Seele ein Ende hat. So lange gewährleisten sie den Kreislauf der Reinigung, damit die Leuchtkraft der Seele nicht gänzlich verloren geht. Insofern freue ich mich, den unsichtbaren Schatten begegnen zu dürfen, falls meine Vermutung stimmt. Mögen mir die Geister gnädig sein und die Schmerzen vertreiben.

I.03: 7.11.2010

Total wichtig: der Unterschied zwischen Privat- und Intimsphäre! Das "literarische" Moment an diesem Blog soll die Gratwanderung sein, private Probleme eines stellvertretenden Individuums so RADIKAL und dabei doch ABSTRAKT genug (anstatt in biografisch-voyeuristischen Intimitäten!) zu beleuchten, daß ein "betroffener" Leser seine eigenen Probleme einfach nur vom Thema her deutlich und doch nur so vage wiedererkennen kann, daß genug Platz "zwischen den Wörtern" für ihn selbst bleibt, um die eigenen spezifischen Symptome und die dahinter verborgenen Geschichten in den begrifflichen Rahmen hinein zu projizieren. Soll heißen: wenn ich es schaffe, einen Wiedererkennungseffekt beim Leser auszulösen, ihm quasi einen sanften Spiegel vorzuhalten, in den er in dieser (Somato)Form noch nicht sehen konnte, dann besteht schon Grund zur Freude, denn das ist mein Anliegen: das neu entdeckte Phänomen der SOMATOFORMEN STÖRUNG als modernes Großstadtabenteuer zu erforschen und mein (hoffentlich eintretendes) vermehrtes (und bitte, bitte: heilsames!) Wissen darüber weiter zu geben, um andere dazu anzuregen, ihre zelluläre Matrix leibhaftig zu durchleuchten anstatt nur dank ihres jahrelangen komischen Gefühls wie hypnotisiert zu ahnen, daß irgendwas faul an der Sache ist, die sie im Spiegel sehen! Je stärker die Schmerzen wurden, je ausgeprägter die Symptome sich zeigten, desto mehr sah ich im Spiegel meine eigene Oberfläche als schrottreifen Roboter, der wie ein zu eng geschnürtes Korsett um meine Seele liegt und mir die Luft zum Atmen raubt. Aber ich brauche die Lungen zum Atmen, die Beine zum Gehen, den Kopf zum Denken, die Hüfte zum Lieben und den Darm zum Entsorgen. Ich will mir den Appetit auf das pralle Leben nicht mehr von geheimen Kräften in mir verderben lassen! Auch bei manchen Leuten auf der Straße wirkt es oft auf mich so, als ob eine psychische Ursache hinter der schlechten Körperhaltung oder den schrägen Übersprungshandlungen liegt, die demjenigen aber in dem Moment völlig unbewußt ist, weil ihm noch keine Alternative visionär erschien. Wir sind so selbstverständlich geprägt von unserer natürlich dahinfließenden Geschichte, daß wir gar nicht bemerken, wie krankhaft groß der Einfluß bestimmter Erlebnisse auf uns sein kann, wenn wir uns nicht genug schützen, ja: Schüt-ZEN! Aber wie schützt sich zum Beispiel ein Kind vor den Übergriffen einer Übermutter, die ihre eigenen Urängste aufs Kind überträgt, um es vor dem bösen Leben zu schützen? Dahinter verbergen sich

große pädagogische Diskussionen, ob sich Kinder besser surreal an der Hitze des Feuers verbrennen sollen, um wortwörtlich "anhand" der selbstgemachten Urschock-Erfahrung nie wieder die Finger neugierig in den Kamin zu strecken - oder ob es genügt, dem Kind mit ernstem Blick die Wörter "Feuer gleich heiß" ins Hirn zu brennen, als ob ein Kind das Wort "heiß" spüren könnte wie echte Hitze. Womit eine ganz andere Debatte angestoßen würde, nämlich eine Sprachspürkritik: inwiefern das phonetische oder geometrische Erscheinungsbild eines Wortes seinen sinnlichen Inhalt transportiert! Fühlt sich echte Hitze genauso an wie das Wort "Hitze" aussieht? Wird mir bei den Buchstaben H,i,t,z,e in richtiger Reihenfolge heiß??? Oder bedarf es eines Mindestmaßes an behavioristischer Kopplung von Wort und Tat, um der Geometrie Geist einzuhauchen? Wieviel Hitze muß ich gleichzeitig zum Hören oder Sehen des dazugehörigen Wortes spüren, um für alle Zeiten auf diese Kombination konditioniert zu sein? Und jetzt wird es erst spannend: wieviele Jahre brauche ich, um meinen psychischen Code zu knacken? Irgendwann fühlt sich die geistige Matrix nur noch wie eine verbrannte Festplatte an, spätestens dann tut das Denken weh. Jeder einzelne Gedanke wirkt wie fremdbestimmt, aber du kannst die Marionettenfäden nicht sehen, an denen sich dein Geist aufgehängt hat. Die Nerven glühen, die Hände zittern, das Hirn qualmt, der Darm brennt und die Füße gehen über heiße Lava - du würdest dich am liebsten zischend in kaltes Wasser stürZEN und dabei den sOMatoformen Indianerschrei "iiii-schiiii-aaaaasssss!" ausstoßen und wieder eins werden mit dem Universum, das doch so wundervoll kühl und still in sich selber ruht und von all diesen Problemen nichts weiß, die sich auf diesem kleinen Planeten wie ein großkotziges Kasperletheater abspielen. Was helfen mir schon die anderen Dichter, die ihren Ekel über die Zivilisation in offiziell anerkannte (sublimierte!) Worthülsen verpackten, und dafür sogar berühmt wurden? Der Ekel vor unserer kollektiven Selbsthypnose als sogenannter radikaler Konstruktivismus hilft mir nicht mehr weiter, ich ekel mich nur noch vor mir selbst, und das völlig entsublimiert als Opfer und Täter in einer Person, der sein Schicksal endlich selber in die Hand nehmen muß, wenn er so alt werden will, wie er es tatsächlich will. Ich WILL die versteckten Dateien in meinem Geist finden, die den Monitor von innen zerfressen! Mein Kopf ist mittlerweile ausgehöhlt genug, um mit einem mikroskopisch kleinen schamanischen Quantenuboot rund um die neuroelektrische Glibbelmasse durch die Hirnflüssigkeit zu schippern wie um ein organisches Märchenschloss mit Wassergraben, um mir die verkohlten Innenwände wie einen knöchernen Sternenhimmel mit synaptischen Sonneneruptionen anzuschauen und die Ruine zu betreten. Ich betrete die Ruine meines überlebten Ichs...

I.13: 30.11.2010

[SMS im perfekten sonnenuntergang bei eiseskälte am spree-ufer hinterm hauptbahnhof] Aus dem bis dato durchdachten zeigt sich die "letzte" uralte frage jetzt brandneu gestellt: was ist für mich eine WASCHECHTE "mystische" (also weder esoterisch definierbare noch klassisch religiös dogmatische!) SEYNSERFAHRUNG, wie und wieso passiert sie mir in dieser natürlichen (aber trotzdem schockierenden!) klarheit, und welcher ich-anteil speichert sie im gehirn und kann das erlebte im (inneren selbst-) gespräch jederzeit integral-synästhetisch abrufen? Wenn der unendliche geist in die persönliche körperform eintaucht anstatt sich von (psychoiden & medialen) ich-blasen hypnotisieren zu lassen, entsteht automatisch das "kosmisch erweiterte" körperbewußtsein: das LEERE (hautlose, ichlose, stimmenlose, bildlose, sprachlose) als Freier Geist in sich ruhende gesamt-Ych fühlt seine energetisch glühende präsentomatik in der zellstruktur ganz von INNEN als interaktiv-kybernetisch-verzahntes quantenfeld ANSTATT die materie von AUSSEN wie einen kalten klumpen spiegellabyrinthisch zu reflektieren. [pause/zuhause] Das EINSWERDEN von körper & geist zu einem "ichfrei" LEUCHTENDEN LEIB (wie beim taijiquan empfunden) als existenzielle voraussetzung für eine gesunde balance zwischen dem inneren zen-meister (1.ich: repräsentant der Leere = radikales kosmiker-ich; ruhepol), dem inneren schamanen (2.ich: repräsentant des Lebens = rituelles statt zwanghaftes praktiker-ich; kraftpol), dem inneren forser (3.ich: repräsentant der Lust = neugieriges statt zwanghaftes skeptiker-ich; handlungspol) und dem inneren künstler (4.ich: repräsentant der Liebe = kreatives statt zwanghaftes kind-ich; schöpferpol), provoziert "leider" die anschließende unmittelbare seinsföhlung, die nicht nur wie ein schallmauer durchbrechender orchestraler om-urknall

sämtliche religiösen fragen wegfeigt, sondern darüber hinaus sogar ALLE ANTWORTEN restlos lebenslänglich löscht. DAS ist das eigentlich traumatische an dieser ansonsten durchaus faszinierenden transpersonalen sache: die "spirituelle" seinsfühlung ist zugleich ein "anti-religiöser" seinsschock, weil sich die ganze verfluchte verzweiflung über die allzu flehentlich herbei gesehnte esoterische sicherheit (das klammern an der hoffnung auf einen transzendentalen sinn des lebens) in ein wesentlich tiefergreifendes wohlgefallen auflöst, ja geradezu implodiert: das bewußtsein ZOOMT DURCH DEN KÖRPER HINDURCH in die leere "zwischen" den zellen, bis sich sogar die illusion von "zellen" zersetzt und nur noch die subatomare leere in ihrer unendlichen ausdehnung übrig bleibt. DIE IMPLOSION DER INTEGRALEN IMMANENZ ohne transzendente offenbarung: es bleibt einfach "nichts" übrig. es ist nichts "dahinter", wenn man "hindurchschaut". die materie "an sich" erweist sich in dieser feinststofflichen wahrnehmung als nicht existent. nicht da. obwohl sie doch ganz offensichtlich vorhanden ist: es gibt also "etwas" UND "nichts" ZUGLEICH auf verschiedenen ebeneN der materie! diese vermeintliche absurdität ist während der erfahrung kein paradoxes rätsel sondern nichts weiter als die überbewußte "perinzententale" empfindung der transdualistischen ebenenlosigkeit. sobald sich aber irgendein ich-anteil wieder vom geist abspaltet und den körper dialektisch reflektiert, verliert der geist seine SCHAU DURCH DEN LEIB und ist von diesem ich abgelenkt, das ihm erklären will, was er dort "sah", wo das sehen aufhört. es ist zu außergewöhnlich und sensationslos zugleich für all diese irritierten ichs, die nur das kulturell abgesegnete mittelmaß als konsumprodukt dulden. all diese zwanghaften ich-anteile, die nie ruhe geben, bevor alles restlos geklärt ist! diese schockierten identitätsabteilungen, die einen auf trab halten, einen rundum beschäftigten wollen mit der lösung der frage, WARUM ES KEINE FRAGE GIBT. erst das loslassen von dieser angst, OHNE WARUM nicht leben zu können, ermöglicht die "auferstehung" der ichs als erwachsene ressourcen: der zen-meister telepathiert schmunzelnd (statt mitleidend zu grübeln), der schamane beginnt zu tanzen (statt seine zehnnägel in yogiknotenposition abzunagen), der forscher braucht nur noch demütig zu beschreiben (statt weltformelhaft zu erklären), und das kind malt ein bild oder schreibt ein gedicht (statt größenwahnsinnige konzepte für gesamt-kunstwerke zu schmieden). das ist das ende vom streiß als deconditionierung des verkrampften kontrollwahns. ENTWAHNUNG von all den plärrenden stimmen, die den großen seinsschock nicht verkraften! ENTWAHNUNG von allen gedankenkonstrukten, die das raumschiff "körper" UND seine subatomare leere als TOTALE LEERE DER MATERIE AN SICH leugnen, weil sie zunächst ihre eigene seelische leere enttarnen müssen, um die leere der ganzen existenz zu ertragen! was ist also psychotisch an einer mystischen erfahrung? keineswegs die erfahrung an sich (eher ist ein leben OHNE mystik krank: neurotisch praktisch angepasst!) sondern die damit einhergehende traumatisierung des gottsuchenden ichs, das unter schock steht, weil die kultur ihm eingeredet hat, gott MÜSSE es irgendwo oder irgendwie als letzten halt im "unglaublichen" ganzen geben. denn noch immer herrscht ein subtiles moralisches verbot, atheist zu sein, nur daß die inquisition heutzutage nicht mehr von der kirche ausgeht (die hat sich selbst pädophil zu tode gefickt, nachdem der priesterliche aggressionsstau nicht mehr durch mittelalterliche folter und hexenverbrennung abgebaut werden konnte) sondern von jedem stinknormalen nachbarn, der überhaupt nicht darüber nachdenkt, was das leben eigentlich ist und darum nicht spürt, daß er mit seiner gleichgültigen hinnahme allgemeingültiger glaubenssysteme (mit der flachvolksweisheit als kleinkariertesten gemeinsamen nenner: "man kann nicht an nichts glauben, jeder glaubt etwas.") und deren frömmelnden nachplapperei nur ein sklave der gesellschaftlichen doktrin bleibt. noch immer bimmeln sonntags die kirchenglocken, als wäre die postmoderne nur als beruhigungsspritze für intellektuelle erfunden worden! diese glocken sind neurosmog hoch drei! vergewaltigung meiner sinne! aber allein ihre penetrante regelmäßigkeit soll einem suggerieren, es ginge nicht ohne gott. deshalb beginnt das zutiefst erschütterte, entwurzelte, bodenlos irritierte ich, diesen indirekt kulturell induzierten seinsschock der leere mithilfe von intuitiven visionen und paranormalen phänomenen zu lindern anstatt ihn tatsächlich zu bewältigen, indem es zu seiner quelle zurückkehrt: dem leeren selbst, das sich im kosmischen spiel absolut neutral verhält und die seinsfühlung an sich genießt wie eine erlösung von künstlichen qualen. denn weder arbeit noch gott MACHT frei sondern die freiheit der freien gedanken an sich IST frei. tatü tata. warum fällt es der masse so schwer, in dieser "mitte" anzukommen, die doch ganz simpel als mystisch befreites

körperbewußtsein auf alle darüber schwebenden ich-balloons wartet, bis ihre bunt schillernden selbstlügen platzen und die heiße luft verpufft!!! selbst wenn mir arme und beine fehlen würden oder ich vollständig gelähmt wäre, bliebe das gehirn als organische bewußtseinszentrale eine lebende zellmasse, die sich von innen als "anwesend" empfinden darf und ihre eigene konsistenz überprüfen könnte: das bewußtsein sollte eine reise durch mein gehirn machen, um die einzelnen ich-räume besser kennen zu lernen. der geist kann durch die elektrischen synapsentunnel fliegen und wie ein manager seine firma besuchen. wo genau "wohnt" das kosmiker-ich und wie speichert es die erfahrung der "unendlichen leere" ab? wenn die neurobiologen sogar das gottes-areal im gehirn suchen, also den ort, wo die nerven den glauben "abbilden" (oder sogar radikalkonstruktivistisch erfinden!), dann sei es ja wohl jedem mensch als sein eigener "arationaler autodidakt" erlaubt, sein gehirn meditatief zu bereisen und zum beispiel den riesigen unbespielten tanzsaal zu entdecken, wo die ungenutzten synapsen-enden wie lose stromkabel aus den feuchten ruinenwänden hängen und elektrisch zischen und knistern. vielleicht ließe sich DORT endlich ein gigantischer kronleuchter installieren, fußbodenheizung verlegen und die hohe decke als lichtdurchflutete tempelkuppel sanieren, um das originale urengel-orchester einzuladen, dort wieder offiziell zu konzertieren, wo sowieso hinter schalldichten mauern heimlich lebenslängliche generalproben stattfinden, die wir als tinnitöses hintergrundrauschen mit gänsehaut spüren... die kulisse ist perfekt und das durchleuchten hat methode!

II.01: 14.12.2010

01.Kliniktag: Ein balkon voller tanzender schneeflocken, während der vorgänger noch auscheckt. Das lächeln meiner freundin zum abschied. Mein erstes mittagessen: Panierter seelachs in curry. Windstille. Zigarette mit schwarzem kaffee und zucker. Diffuse sonne über weißen dächern erinnert an Turner. Die fernen vögel in hohen wipfeln. Mein lernziel als wunsch im profilgespräch mit der schwester: BEIM arbeiten ENTSPANNEN anstatt meinen körper erst bis zur gnadenlosen erschöpfung zu foltern, weil ich nicht LOSLASSEN kann, bevor "alles perfekt" erledigt ist. Die bekannten extempole vereinigen: meditation UND hochkonzentration in derselben handlung (Fließender Wille)! Rotwein verboten. Ein paar richtig gestörte wandeln auch durch die flure. Das sprücheklopfen und lästern wie draußen. Aus dem alltag gerissene muster: verhaltens-selbstläufer! Ich auch? Klinischer smalltalk, um sich von sitzungen zu erholen? Oder stupide ablenkung, um zeit tot zu schlagen bis zum nächsten event? Früh schlafen!

II.03: 16.12.2010

03.Kliniktag: Knochenglühen und die übliche ganzkörper-verspannung beim konzentrieren auf jede abstrakte selbstreflexion: Leistungsdruck. Perfektionismus. Kontrollwahn. Angst zu versagen, meine prozesse nicht bis zu ende zu bringen. Tränenausbrüche immer wenn plötzlich mein geist über der klinik schwebt und das psychospektakel von oben betrachtet. Während da draußen die weltroutine auch ohne mich weitermacht, darf ich in diesem klinischen schutzraum auf allen ebene ganzheitlich entschleunigen, um die GEHEIMEN GEFÜHLSMUSTER hinter dem ich-gerede (den biografischen anekdoten) offen zu legen, ein tieferes verständnis über die störungen zu entwickeln, blinde flecken der seele sanft auszuleuchten. Dankbarkeit über die extravagante chance, mit wohlwollenden augen von fremden leidensgenossen und therapeuten einen anderen blick auf mich selbst zu erhaschen. Wir sind unsere eigenen seelenprofis, indem wir uns ineinander bespiegeln: patienten lösen gegenseitig hilfreiche projektionen aus!

19.12.2010

ECHTE TAPFERKEIT

TAPFER sind...
diejenigen, die NICHT lebenslänglich
ihre tiefere Weisheit verdrängen,
um trotz seelischer Leiden
nur "heldenhaft" durchzuhalten,
sondern sich einzugestehen trauen,
daß sie sich ändern wollen,
um aus dem Rollenspiel auszubrechen!

TAPFER sind...
all jene, die NICHT "tapfer" sind,
sondern den Schritt wagen,
sich fremder Hilfe anzuvertrauen!

TAPFER sind...
wir, die wir das Abenteuer beginnen,
in die Abgründe unserer Seele zu steigen,
um Diamanten zu bergen!

III.03: 4.1.2011

22.Kliniktag, B: Fluchtimpuls nach der ersten gruppe. Schwer, die totale verdrängung der andern ertragen zu müssen. Das gleiche gerede, gejammer, gefangensein tag für tag und nacht für nacht ist noch schlimmer als draußen! Die gut gemeinten ratschläge von harmoniesüchtigen leuten für leute, die sprüche klopfen und gar nicht ahnen, wie tief DER VERSCHACHTELTE RAUM in das seelenmark reicht. Eigentlich hatte ich mir verboten zu lästern, weil es nur eigene projektionsmuster verdeckt, aber ich möchte kein teil eines antitherapeutischen affenzirkus sein, weder drinnen noch draußen. Ungeduld. Langeweile durch diese langsamkeit der kollektiven prozesse. Wahrscheinlich mein eigener leistungsdruck. Ich bin es gewohnt, bis zum umfallen zu powern. Ich übe zu schweigen und dort abzuwarten, wo ich genervt bin und gerne ausrasten würde. Werde mir selbst dabei fremd, schau mir zu, wie ich mir zuschau. Wie gönne ich mir eine "PRODUKTIEFE" THERAPIEPAUSE, ohne mich stumpfsinnig abzulenken? Dem tränendruck folgen!

III.18: 20.1.2011

38.Kliniktag, B: MEINUNGSKARTE (IHRE MEINUNG IST UNS WICHTIG!)* = "Wie können wir für Sie unsere Leistungen verbessern?" [*MEINE meinung ist zumindest MIR SELBST wichtig genug] -> 1) Anatomische betten mit orthopädischen matratzen für schmerzpatienten anstatt der billigen krankenhauses-typischen pritschen, die eine zusätzliche verschlimmerung von wirbelsäulen-schmerzen bewirken; 2) Schnarcher bereits bei der anamnese diagnostizieren, um schlafstörungen von mitpatienten zu vermeiden; 3) Vorgespräche für anwendungen zügiger führen, damit die 1.woche nicht ungenutzt verstreicht: bessere koordinierung, wie schnell therapeuten auf einen "von allein zugehen", damit das vorgespäch nicht im nachgespräch mündet; 4) Flexiblere offenheit für individuelle patientenorientierte problemlösungen im stationsalltag, ohne dringliches auf teamsitzungen zu verschieben, weil pfleger nicht ohne absprache mit ärzten entscheiden dürfen; 5) Den HUMOR von patienten nicht dazu mißbrauchen, deren ERNSTE probleme zu verharmlosen!

C: Grandiose gruppensitzung mit mehreren outings der gefühlsmuster HINTER unseren bitterbösen provokationen & anfeindungen auf der kuckucksstation! Realität ist extrem subjektiv und durch unsere

AKTIVE VERGANGENHEIT so stark verzerrt, daß es gar keinen sinn macht, sein ALLEINIGES recht auf die eigene wahrnehmung einzufordern, als ob nur die anderen zu "bekloppt" wären, um die "wahrheit" zu sehen. Die dahinter liegenden kränkungen & verletzungen, ja sogar richtig existenzielle traumata, machen mich sprachlos. Es tut uns gegenseitig unendlich leid, wieviel mist jeder erlebt hat, der uns hypnotisch zwingt, derart brutal überzureagieren. Wir sind patienten UND menschen: Das soziale zusammenleben auf der station kann explosive kräfte wie schlummernde urmonster zum leben erwecken, aber wir können uns ohne angst vor verurteilung zutrauen, die schamhaften muster dank der ehrlichen thematisierung zu durchleuchten. Therapie ist dann ein WERTFREIER SCHUTZRAUM für heftige selbsterkenntnisse...

III.24: 27.1.2011

45.Kliniktag, C: MEINUNGSKARTE (FORTSETZUNG) 6) Einzeltherapie-sitzungen sollten nicht nur 1/2h sondern 1 volle stunde dauern (evtl sogar 3x pro woche), damit der schwerpunkt auf der psychologischen analyse liegt, um die erlebnisse & erkenntnisse der anderen "kreativen" methoden besser aufzuarbeiten (zu verarbeiten) bzw ins volle bewußtsein hinüber zu retten und dadurch NACHHALTIG zu verankern; 7) Für wochenenden sollten ausnahme-regelungen eingeführt werden, um über nacht draußen zu bleiben, wenn die selbstverantwortung eines patienten einschätzbar ist. Für mich wäre es heilsamer/entspannter gewesen, um in RUHE wäsche zu waschen & bürokratie zu erledigen anstatt der verluste durch stressige fahrzeiten; 8) ANSTATT EINER KRITIK NUN 1 LOB+DANK: Sowohl die menschlichen als auch fachlichen kompetenzen aller teammitglieder (ärzte & pflegepersonal) sind umwerfend! Die atmosphäre ist insgesamt: -warmherzig, -wohlwollend, -humorvoll, -respektvoll, -bemüht ums individuelle, -verständnisvoll für die macken; 9) In der öffentlichkeitsarbeit sollte/könnte noch deutlicher werden, daß dieser mehrwöchige "crashkurs seele" NICHT mit dem anspruch auf totale heilung unternommen wird, sondern das erstaunlich PROGRESSIVE im wirklich ganzheitlich-interdisziplinären ansatz liegt (eine grandiose symbiose aus spezialistentum & panoramablick), mit dem ziel, ein tieferes VERSTÄNDNIS (im doppelten sinne) für sich selbst & die bedeutung (funktion) der symptome zu wecken. Dadurch lernt man, sich DANACH "draußen" kompetenter um die reduktion der symptome zu kümmern. Vor 20 jahren dauerte eine stationäre therapie in der regel 3 monate (ich war 1988 als 20-jähriger in Bad Honnef mit der diagnose "verdacht auf borderline-syndrom"), aber das wichtigste therapie-ereignis war in einer extra-sitzung der buchtip des psychologen: "ÜBER DAS MARIONETTENTHEATER" von Heinrich von Kleist. Danach folgte ambulant psychohygiene mit redundanter verhaltenstherapie, die alles künstlerische als alltagsuntauglich verteufelte!

III.26: 29.1.2011

47.Kliniktag, A: Gestern abend spontan eine patienten-abschiedsrede für das heutige symposium zum dienstzeitende von Dr. K geschrieben. Es floss einfach in einem rutsch aus mir raus, so wie gewöhnlich gedichte kommen. Bin gespannt, ob mir die nötigen 6-8 min gegeben werden, ob es erwünscht ist oder nicht passt, oder der ablaufplan schon zu knapp ist. C bringt meinen grauen anzug mit. Gerade beim aufwachen eine vision: über die urfunktion der räumlichen realitätsabbildung im gehirn und ihre neurotische zweckentfremdung zur überkompensation des mangelnden selbstvertrauens (als seelischer boden & innere wurzeln) im virtuellen raum der symptome, den die neurotischen rituale, objekte und meinungen als psychoiden ERSATZRAUM gegen die abgrundtiefen ängste ausschmücken, die den mensch einstmals ins emotional-imaginär bodenlose entwurzelten. Das KLAMMERN an den ersatzräumen als gefühl absoluter sicherheit, die das trauma symbolisch von der außenwelt abriegelt, die einem den boden unter den füßen wegzog...

B: Das therapeutisch gewollte LOSLASSEN von den objekten des psychoiden ersatzraums (die sublimierte kopfdroge!) führt zur reaktivierung des traumas mit schwindelgefühl, schweißausbrüchen und weichen knien (wie ein entzug!): dieser absturz ins bodenlose auf einer achterbahn der freigesetzten schmerzhaften erinnerungen im freien fall, der durch das neu zu entwickelnde

SELBSTVERTRAUEN ALS SINNLICHER TEMPEL & KÖRPEREIGENER ANWESENHEITSRAUM allmählich abgedämpft, aufgefangen und ausgetauscht wird. Das empfinden für meine eigene anwesenheit als geöffneter, offener und ERLAUBTER RAUM NEBEN ANDEREN ohne zusätzliche schutzvorkehrungen (wie z.b. bei mir: eine perfekte poetische formel für das ontische wunder der existenz des weltganzen als ewiges mystisches & letztes wissenschaftliches rätsel) anstatt mit einem fast unsichtbaren emotionalen panzer als realitätsverzerrende SOMATOFORME SEIFENBLASE durch die gegend zu laufen: Der blick durch das kanonenrohr mit einer farblosen fischlinse - NEIN!

C: Die wiederentdeckung des eigenen "grundlosen" (objektfreien) KÖRPERRAUMS als innerer ankunft ("inwesenheit") auf mutter erde (als LEERE MATERIE) im unendlichen NICHTS ermöglicht die überwindung der verlagerten urangst, daß der nachbarraum mich verbieten, vernichten und verschlingen könnte. Dadurch wird es unnötig, die neurotische hoffnung, das kleinkindliche betteln & flehen um existenzberechtigung auf das gegenüber zu projizieren und sich bei jeder normalen kritik, auseinandersetzung, meinungsverschiedenheit, bei jedem interessenskonflikt und jeder motivationsdifferenz unwichtig zu fühlen, sich kleinlaut und schüchtern zurück zu ziehen anstatt den erwünschten fliegenden teppich im außenraum MIT ZU EROBERN. Die erde als fliegender teppich trägt JEDEN, der seinen eigenen platz definiert, denn die definition für einen standort beinhaltet auch automatisch alle anderen standorte. WIR-klichkeit ist daher immer ein subtiles bis explosives gemisch aus der überlagerung VIELER frequENZEN!

IV.04: 3.2.2011

52.Kliniktag: Brief an meinen präklinischen therapeuten: Lieber herr H! In den 7 wochen klinik habe ich nun gemerkt, daß ich nach all den wunderbaren sitzungen bei ihnen trotzdem nicht weiß, was PSYCHOSYNTHESE "eigentlich" (im unterschied zu ähnlichen ansätzen) ist. Auch in der klinik wurden körperreisen, entspannungstechniken und imaginative visualisierungsverfahren nebst tiefenassoziativen gesprächen gemäß humanismus eingesetzt - alles kam mir bekannt vor! Aber was ist die SPEZIELL "psycho-synthetische" technik? Oder ist es im grunde "nur" das transpersonale menschenbild mit der LEEREN MITTE, um die sich alle ich-anteile allmählich ausbalanciert ordnen? Und die konkreten übungen: sind dann ein gemisch aus dem besten aller anderen schulen? Ich habe DANK IHNEN ALS MENSCH+THERAPEUT einige seelische schätze aus dem psychoiden sumpf heraus kristallisiert, die mir in der klinik SEHR halfen, VIELSCHICHTIG vorzugehen! JETZT bin ich auf einer heißen neuen "körperspur" gelandet, wo sich die rückkehr zu ihnen "falsch" (unnötig/überflüssig) anfühlt, weil ich auf einer transsymbolischen (neurosoziologischen) tiefenverhaltensebene üben muss, den DIREKTEN kontakt zu mir selbst nicht wieder gänzlich zu verlieren. DANKE für ihre unendlich kostbare starthilfe durch die symbolisch-emotionale TRANSFORMATION VON SCHATTENELEMENTEN zwecks entwicklung archetypisch-energetischer KRAFFFIGUREN (für kompetenzen als bodenschätze rund um die bodenlose mitte), ohne die ich jetzt nicht auf der piste der "echten gefühle" so sanft gelandet wäre! Die klinik war sozusagen ein zwischenstop auf dem flughafen der inneren verwandlung zum auffüllen des tanks (mit selbstliebe als superbenzin), dessen LECK ich bei ihnen bereits entdecken und symbolisch reparieren durfte. Ein herz wurde ins rollen gebracht und ich versuche, diesem fast vergessenen herz einige flügel wachsen zu lassen... Nicht abgeschickt, nur als gedächtnisstütze für das finale treffen. Als ich im frühling bei ihm begann, dienten die psychosynthese-sitzungen (begründer der richtung: Roberto Assagioli, zunächst geschätzter italienischer kollege von Freud, der sich mit dieser eigenen vision später von der "reinen" analyse als unbefleckter lehre abwandte) auch einem praktischen zweck: die 40 pflichtstunden "selbsterfahrung" für meine eigene (aufgrund der symptomverstärkung abgebrochene) ausbildung zum "psychologischen berater" zu sammeln, weil ich mich auf "transpersonale kunsttherapie" spezialisieren wollte - ein gebiet, das es begrifflich so explizit leider noch gar nicht gibt, obwohl manche psychosomatischen kliniken bereits damit arbeiten...

Kurzer klinikbesuch bei perfektem sonnenstand für ein reflexfoto direkt am eingang! termin im büro der patientenbetreuung wegen der auswertung meiner verbesserungsvorschläge (Meinungskarten 1-5 am 20.1.2011 & Meinungskarten 6-9 am 27.1.2011). tenor war leider, daß bereits alles nach besten möglichkeiten getan würde und manches nicht abänderbar sei, wie z.b. daß die matratten den richtlinien der krankenhaus-standards entsprechen. mein gegenargument: auf einer station für explizite schmerzpatienten sollte ein gewisses kontingent orthopädischer betten standard SEIN anstatt den betroffenen erst in der vorletzten therapiewoche zu zeigen, wie man mit anatomischen kissen und handtuchwürsten das gesetzliche defizit ausgleicht, um die verspannungen nicht unnötig zu verstärken. dann das skandalöse crashkurs-syndrom, daß therapiesitzungen nur eine halbe stunde dauern: den versicherungen ist zuzutrauen, daß sie die gesprächszeit am liebsten auf 20 min kürzen würden! dann sollte man heilsame erkenntnisse schon im vorfeld selbst fixundfertig erarbeiten, damit der therapeut sie nur bestätigend abhaken braucht und einen nach genau 20 min zufrieden rausschmeissen kann? oder wie sollen die kostbaren "therapeutischen effekte" entstehen, wenn die zeitnische zu klein ist, um überhaupt etwas heranwachsen zu lassen? soll da die stressdiagnose mit noch effektiveren stressfaktoren bekämpft werden? und dann das problem mit den schnarchern: man würde ja alle so gut es ginge nach jeweils akutem bedarf UMLEGEN, nämlich insofern betten FREI sind. DAS ist kein auswertungsergebnis sondern der empirische ausgangspunkt meiner kritik! am ende hatte ich irgendwie das gefühl, daß mir als wichtigste botschaft die freude über mein abschließendes "lob" übermittelt wurde, während man meine mitgelieferten lösungsansätze für all das, was die meinungskarten als solche auszeichnet, anscheinend eheramtlich überlesen hatte, wie z.b. die aufnahme der schnarchfrage ins vorgespräch. ich konnte zwar einige meiner ideen spontan rekonstruieren, aber wozu? und noch viel wichtiger für mich persönlich: WARUM wollte ich diesen ausflug "überhaupt" (sprich: tiefenseelisch) machen, welche psychodynamische funktion hatte es, DAFÜR extra hinzufahren? denn trotz "logischer" enttäuschung über den zeitaufwand (ich erfuhr ja nichts neues, sämtliche erläuterungen rechtfertigten auf prosaische weise den status quo, der mir doch sowieso wirklich vertraut genug ist, quasi "aus nullter hand"), hatte ICH MICH vor über 1 monat entschieden, diesen nachmittag dafür zu investieren. der WILLE zu dieser aktion basierte nur oberflächlich gesehen auf der abhängigkeit von dem erhofften "erfolg" - tiefer betrachtet war es im grunde wiederum eine ÜBUNG für mich, etwas aus freien stücken zu wollen und das unterfangen aus reinem tiefenorganisch-ästhetischen selbstzweck genießen zu können, unabhängig davon, wie mein konkreter beitrag "verwertet" wird. also ich drehe den spieß einfach um: KEINE enttäuschung wegen nicht zu erfüllender erwartung sondern MEINE freude darüber, daß ich genau pünktlich zur perfekten sonnenuntergangsreflektion unter den fenstern der eingangshalle entlang gehen durfte, um ein foto zu schießen, für das sich jeder ausflug lohnt! so wie es mein neurozen-spruch vom alten "kämpfe künstler" manifest schon längst sagte: "FÜR MICH STATT GEGEN ANDERE" - und DAS hat ja auch wieder mit der natürlichen (selbstverständlichen) DEMUT zu tun: ich tue, was ICH tun "muß" (aufgrund der inneren stimme, der intuition) und erlaube dem anderen ebenfalls, so zu sein, wie ER sein muß. dadurch entsteht diese angstfreie neugier und höfliche ehrlichkeit im dialog, dieses aufeinander zu anstatt voneinander weg oder gegeneinander hindurch. nach über 1 monat "im draußen" trat magischerweise tatsächlich "ausgerechnet" heute morgen das lang ersehnte gefühl von entspannung als echter pause ein, das ich in den letzten wochen wieder zu sehr vermisste. irgendwie stand ich 1 monat lang unter einer art schock oder betäubung, seitdem ich draußen bin - und alles rotieren diene bloß dazu, wieder trotz der nicht endenden schmerzen "fuß fassen" zu können in einer gewissen routine. aber ich ertrug es mit jener sanftmütigen GEDULD, die sie mir gewünscht hatte: mich nicht zu verfluchen (weil ich mich "selbständig" foltere und die ergebnisse meiner arbeit darum nicht wertschätze) sondern zumindest entspannt zu beobachten, WIE ich mich stresse. zu sehen, wie die symptome wie sternschnuppen kommen und gehen, wenn ich mich durch meteoritenhaufen manövriere, und dabei die weite des universums einatmen, ganz gleich, wieviele sterne verglühen und wieviele dunkle randzonen es gibt, die einfach zum planlosen "ewigen spiel" dazugehören und zu der größe des universums beitragen. welch passend astropoetischer schlußpunkt, jetzt da ich mich

spurten muß, um noch pünktlich um 9 in der schillingbar zu meinem eigenen auftritt zu erscheinen. ein glück wenigstens, daß ich weiß, was ich lese! doppeltes glück sozusagen: ich fand zwei alte texte (1 antiprosaischen & 1 neuropoetischen), deren aussagen mir heute so sinnvoll erscheinen, als wären sie brandneu geschrieben, was mich selbst glücklich macht, weil es bedeutet, daß mir mein werk nicht ganz so fremd wurde, wie ich befürchtet hatte...

V.23: 13/14.4.2011

Auch der METASKEPTIZIST ist nur ein ich-anteil, der sich allerdings anmaßt, "das ganze" zu überblicken und zu durchschauen (als gäbe es einen "blickwinkel" im absoluten außerhalb), ohne in meiner mitte zu ruhen: er kritisiert alle selbstfiguren (kraftpole) als billige abziehbilder der psychе und glaubt, außerhalb des systems zu operieren, indem er so jähzornig darüber reflektiert, als sei er idealistisch frei und erhaben. aber er ist nicht im geringsten FREI sondern FRUSTRIERT, geradezu genialisch deprimiert! weil seine tragödie darin besteht, vom neurotischen zweifel besessen zu sein wie ein narziß, der nur sein spiegelbild zum einswerden kennt, und deshalb nie bei sich ankommt. denn das vollständige wirkliche bei-sich-ankommen ist keine geistig-grammatische angelegenheit - es ist eine LEIBHAFTIGE ankunft in der tatsächlichen leeren mitte! ein ZERSETZEN ALLER ZWEIFEL durch die plötzliche grundlose freude, in der eigenen geöffneten, frei atmenden haut zu stecken! das aushöhlen und durchfluten des kopfes mit reiner liebesenergie aus 4 ebenern, die sich einerseits allmählich sowohl zufällig als auch willentlich aus dem lebenslänglichen prozess der persönlichkei herauschälen als auch andererseits jederzeit durch bestimmte meditatiefe körperhaltungen (im liegen mit füßen nebeneinander nach süden gerichtet oder auch stabil stehend mit weit ausgestreckten armen) in einem rutsch komplett nachvollzogen & vorempfunden werden können (im paranormalen sporttraining wie yoga, urengelpositionen und alle selbsterfundenern übungen, die dem individuum gerecht werden, ohne den dispokredit für esoterische gurus zu überziehen): zunächst die Grenzenlose SEINSLIEBE (1. aus dem NORDEN [oben=himmel] kommend: als mystisch-spirituelle durchleuchtung zur überwindung metaphysisch-religiöser fragen), dann die Grundlose SELBSTLIEBE (2. aus dem SÜDEN [unten=erde] kommend: als psychosynthetisch-transpersonale akzeptanz der komplexen eigenen anwesenheit durch Grundlose Inwesenheit), danach die Große SITUATIONSLIEBE (3. aus dem OSTEN [links=biografisch] kommend: als neurosoziologische Große Geduld mit den lebens-technischen umständen), und zu guter letzt dann (als heimliche vorbereitung auf die Erweiterte Sachlichkeit) die Greifbare SACHLIEBE (4. aus dem WESTEN [rechts=visionär] kommend: als jene konkret-gegenständliche lebenswelt in direkter reichweite, wo sich die äußere architektur & der innere wunschtraum spiegelneuralisch deckungsgleich anfühlen). hier beginnt erst das Großartige Lebensgefühl, diesen fluchtlosen ZUSTAND DER EXISTENZ als real-existentes märchen zu begehren (an dieser stelle tauchen Jenni & Autumn vor meinem geistigen auge auf, denn ich bete seit dem neuseeländischen erdbeben, daß sie noch leben und glücklich und unversehrt sind, weil ich sie trotz des schmerzhaften abschiedes natürlich als seelenschwestern nicht aufhöre zu lieben und zu vermissen!) - und durch das eigene leben wie ein fluoreszierender fliegender fisch im leeren ozean zu schweben. alles leicht gesagt, aber nur mit viel müße und demut erreichbar (und immernoch millionen von menschen in problematischen gebieten politisch verwehrt - das ist der große SPIRITUELLE SKANDAL DES PLANETEN!!!) und dem radikalen verzicht auf unnötige umwege und ablenkungen. aber so mancher groteske umweg entpuppt sich skurrilerweise nachträglich als heimlicher glücksgriff, weil er unbrauchbare nebenstrecken und seitenflügel des windkanals ausleuchtete (durch den der engel der geschichte gleitet), deren magnetfelder spätere mutationen hervorrufen, die wiederum relevant werden. daher alle augenwinkel besser panoramisch offen halten für die gegenwärtig bedeutungslosen nebensächlichkeiten, die morgen sinn & liebe spenden!

"UNGEHALTENE" REDE ZUM HEUTIGEN GEBURTSTAG VON PROF. PETER RECH: einem mensch wie peter zum geburtstag zu gratulieren, hat zugleich etwas absurdes und konsequentes: er ist nicht gerade der typ zum altwerden im sinne von senil oder naseweiss, eher das gegenteil ist der fall: im kontrast zu seinem zerfurchten gesicht steht diese furchtlose seele, die -wie mir scheint- immer jünger wird, immer offener für das selber-kindsein und selber nicht "weiterwissen" außer den nächsten direkten schritt, der so nahe liegt, daß er sich aus dem offensichtlichen nichts aufdrängt. wenn einer OFFEN ist, dann dieser ehemalige "anti-professor". offen für ALLES: das weltganze in seiner "ungeheuren" tatsächlichkeit - und das "banale" menschsein im allerkonkretesten. er wäre prädestiniert dafür gewesen, als sektenführer in gewissen kreisen anerkennung zu finden (und die kunsttherapie wirkt manchmal ja wie eine sekte!), so sehr lieben ihn viele FREUNDE für seine geduld, seine totale aufrichtigkeit im spontanen umgang mit den problemen des gegenübers, seine besondere art von quasi "unschuldiger" traurigkeit, dieses unbefangene mitfühlen (trotz all des enzyklopädischen wissens in seinem blanken schädel) und dabei nichts "besser" wissen sondern nur ohr sein, ganz ohr und ganz herz - das ist peter! aber er wäre wahrhaftig nicht dazu geeignet gewesen, selbst eine sekte zu gründen, denn er ist eben KEIN guru sondern ein lebenslänglicher mitstudent, der jeden tag neugierig auf das ist, was nur dieser eine tag bringen kann. und das an jedem einzelnen tag immer wieder aufs neue... wie soll man so jemandem gratulieren, als sei der geburtstag der einzige tag mit geburtsfühlung! man kann ihm nur wünschen, daß diese tuchfühlung zum urgrund noch weitere kostbare jahre des ECHTEN LEBENS AUS LIEBE webt und ihn einhüllt in das unendliche kleid des vorhandenseins. auch peter wird irgendwann abdanken müssen, aber bis dahin feiern wir noch das geborene, als wäre der horizont eine illusion und die wegstrecke des lebens ein leerer fluß - ja, wir baden in unserer anwesenheit und genießen die sonne, die auch nicht mehr darüber sagen kann, woraus ihre strahlen gemacht sind außer daß sie scheint, WEIL sie die sonne im eigentlichen IST, so wie wir LIEBEN, weil wir LEBENDIG sind! in diesem sinne, lieber herr rech, haben sie weiterhin recht und ein anrecht darauf, ihren rachen ganz frei von jeder rache zu öffnen und das flüssige gold der geburt des dialogischen geistes aus der geburt eines leuchtenden sprachfeldes zu trinken und wieder auszuspucken, um das feld zu bewässern. diese geburt des individuellen geistes aus der geburt der befreiten sprache genügt dir nicht: du willst, daß wir den geist TEILEN, indem wir uns mitteilen. und darum hebt eure gläser an, leute, und trinkt auf euch selbst! heute ist unser aller geburtstag wie gestern und morgen und übermorgen! peter selbst darf also problemlos mit anstoßen, alles andere wäre falsche bescheidenheit :-)

V.39: 7./8.6.2011

Wer meint, dieses fantasy-scifi-geschwafel sei spiritueller hokuspokus, der übertrage die "logik der leere" nur spaßeshalber zum beispiel auf die moderne astrophysik, wo seriöse fachleute darüber diskutieren, ob es einen Big Bang gab und falls ja, was davor war und was vor dem davor und so weiter (man erinnere sich an das inflationäre bild der schildkröten, die auf schildkröten stehen, von William James!): Aus der sicht der totalen leere gab es den urknall ebenso wenig wie es materie gibt, die angeblich aus diesem nichts entstand, weil das gesamte SEIN niemals entstand sondern als ewige nichtexistenz in sich selber ruht. Denn in wirklichkeit IST die materie das NICHTS auf einer anderen ebene ihrer selbst. Aber die überwindung des dualismus aus halber leere (metaphysik) & halber fülle (reduktionismus) findet nicht in einem dritten "komplett"-zustand statt, den der superschlaue geist gerne als philosophie, poesie oder religion kreierte, sondern in der erkenntnis, daß jede paradoxie eine scheinparadoxie aufgrund der verwechslung bzw fahrlässigen identifizierung von ebennen darstellt. Materie ist nunmal materie, darum heißt sie so - und die leere ist eben leer, sonst wäre sie doch nicht die leere. Beide wahrnehmungen sind aggregatzustände des ewigen seins, das auch jetzt nur ein wort namens SEIN ist. Das sein selbst ist das sprachlose mysterium, allerdings nur für denjenigen, der sich außerhalb dieser ewigkeit wähnt, indem er sich von der sprache versklaven lässt und ihr antworten abverlangt, die letztlich nur satzimmanente wahrheiten ergeben. Und genau

das ist die eigentliche urschizophrenie unserer zeit: wir empfinden uns nicht mehr identisch mit dem, was wir im tiefsten inneren JENSEITS DES SPRECHENS sind, nämlich das sein selbst in seiner unendlich hohlen elementarhaftigkeit als absolut bodenloses energiefeld (traditionell-esoterisch auch als "leerer ozean" bezeichnet). Stattdessen erfinden wir wörter wie ICH und GOTT, die wir auf unsere geistige kinoleinwand projizieren und sich dann fragen lassen: "Ich will wissen, wer ich bin!" (ohne all die subjektiven objekte) oder: "Wenn es gott gibt, warum tritt er nicht in erscheinung?" (als platonisch perfektes objekt-an-sich). Und schon ist man aufgrund der verwechslung von ebenen ein gefangener seines eigenen denkens. In wahrheit IST dieses ich einfach die summe aller ichs so wie gott per definitionem keine einzige erscheinung (kein phänomen sondern phantom!) ist. Beides übereinander gelagert als sich ergänzende aspekte aller atome (ihr "harter" teilchencharakter mit "weicher" welleneigenschaft) ergibt jenes spiegellabyrinth, in dem sich die leere selbst reflektiert - die materie wird fensterlos gläsern wie eine rahmenlose tür hin zur selben seite...



2

NEURONALER

NONSENS

"Das Wort 'psychosomatisch' existiert nun schon so lange, daß es in die Umgangssprache eingegangen ist; dummerweise ist es aber auch wieder nur so ein semantisches Spukgespenst. Das Konzept einer 'Psyche' oder 'Seele' wurde von den Theologen ausgeliehen, die gar nicht in der Lage sind, etwas auszuleihen, da sie völlig bankrott sind. Alles, was wir wissen oder wahrnehmen - unsere ganze Tunnelrealität -, wird in unserem Gehirn und Nervensystem registriert."

Robert Anton Wilson, 1983 in: DER NEUE PROMETHEUS

"Ich hatte immer den Eindruck, daß den Psychotherapeuten im großen und ganzen die metaphysische Dimension fehlt; mit anderen Worten, daß sie die Mentalität von Versicherungsbeamten besitzen und in einer geschrubzten, desinfizierten Welt leben, in der es keine Mystik, Magie, Farbe, Musik und Ehrfurcht gibt und wo im Herzen kein Platz ist für den Klang eines Gongs aus einem fernen Tal. (...) Abraham Maslow schrieb im Jahre 1954, die amerikanische Psychologie sei >>überpragmatisch, überpuritanisch und zu sehr zweckbestimmt. ... Keine Lehrbücher enthalten Kapitel über Spaß und Fröhlichkeit, über Muße und Meditation, über Faulenzen und Trödeln, über ziellose, nutzlose Aktivitäten.<< (...) Karl Pribram ging es um das heikelste aller erkenntnistheoretischen Probleme, nämlich um die Frage, wie das Hirn eine Welt hervorrufen könne, die gleichzeitig die Welt ist, in der es selbst enthalten, was zu der absurden Frage führt, ob denn das Hirn sich selbst hervorrufft. Gleichgültig, ob man sie metaphysisch, psychologisch, physikalisch oder neurologisch formuliert, die Frage bleibt bestehen. Wie können wir wissen, was wir wissen, ohne zu wissen, was das Wissen ist? Diese Frage gilt es zu beantworten, wenn das überhaupt möglich ist, bevor wir behaupten können, die Wirklichkeit sei materiell, mental, elektrisch, spirituell, eine Tatsache, ein Traum oder irgend etwas anderes. Aber immer, wenn ich über dieses Rätsel nachdenke, überkommt mich ein seltsames Gefühl, als könnte ich mich meines eigenen Namens nicht entsinnen. (...) Die orthodoxe Psychoanalyse hat sich in zunehmendem Maß als ein religiöser Kult erwiesen und die klinische Psychiatrie als ein System der Gehirnwäsche. Heute ist das Feld offen für Strömungen und Methoden, die von der stillschweigend vorausgesetzten mechanistischen Metaphysik des 19. Jahrhunderts weitgehend frei sind."

Alan Watts, in: ZEIT ZU LEBEN (1972)

Nach über 1 Jahr Pause gebe ich mich geschlagen, die Schmerzen behindern mich mittlerweile so sehr, daß ich den Gang zu den Ärzten neu wage. Das Experiment geht also weiter, die Empfehlung der Klinik wird endlich befolgt: DIE REAKTIVIERUNG DES THERAPIETRIPS!! Ich spüre nicht, ob ein Schmerz wirklich organisch ist oder "nur" seelisch, die Psyche geht bei mir durch den ganzen Körper, sie glüht wie ein geistiger Lavastrom in den Adern. An Tagen ohne besonderen Stress spielt der i-Ü-Tinnitus plötzlich verrückt oder ein Hexenschuss reißt mir den Boden unter den Füßen weg und der Ischias brennt in den Beinen! Und nachts, wenn ich mich eigentlich richtig tief fallen lasse, finde ich keine Position ohne irritierenden Druck auf der Haut, überall zieht es und klemmt Muskeln und Nerven ab, weder Kissen noch Decke schmiegen sich glatt genug an meine Körperform, ich bin der betäubte Prinz auf der Asche, mein Name ist rastlose Ratlosigkeit. Zwischendurch rauschen Erkenntnisse & Erinnerungen durch das Kostüm, mein Gedächtnis kehrt bruchstückhaft ohne Vorwarnung heim und ich kann ihm nur folgen, entrinnen unmöglich! Karneval der Seele! Karneval der seltsamen Synchronizitäten! Helaaf! Helaaf! Helaaf!

Seit meiner auslaufenden Jugend verfolgt mich das subtile, beklemmende Gefühl, in dieser Welt nur zwei Möglichkeiten zu haben: entweder mitzumachen oder zu boykottieren. Beides macht traurig und einsam, weil kein echter Spielraum bleibt, um spontane, nicht vorgegebene Abenteuer selbst zu erfinden mitsamt allen Spielregeln für diese freien, verrückten Begegnungen. Daher rührt wohl mein manchmal melancholisches Gedenken an außergewöhnliche Menschen und große Ereignisse, die ich verpasste und darüber hinaus auch in ferner Zukunft verpassen werde, weil ich zu spät oder zu früh geboren wurde. Wahrscheinlich blieb mir deshalb nur diese Notlösung, Künstler zu werden, um mir ein absolut freies Spielfeld von Grund auf zu erschaffen und so ein Stück unabhängige Kreativität inmitten des streng strukturierten Gesellschaftsapparates zu basteln. Im kreativen Prozess fühle ich mich nicht einsam, weil das Universum mein Partner ist. Der Kontakt mit dem Ganzen & Geistigen bringt einen Glücksrausch mit sich, der nur mit erfüllter Liebe vergleichbar ist. Kein Glaube an Gott ist vonnöten, wenn das Individuum mit dem Universum verschmelzen kann, denn dann gibt es kein unlogisches -utopisches- außerhalb des unendlichen Ganzen mehr (als ideales an-sich "hinter" den Dingen), das inflationär transzendent (immer 1 Ebene "jenseitiger" als die jeweils sinnlich -phänomenologisch- "letzte" stellbare Frage) bis zur Happy-Higgs-Hypnose gesucht werden muß, sondern ein tiefes transreales DURCHDRINGEN SEIN von dieser grundlosen Existenz bis in die untersten, innersten, unsichtbarsten Schichten der Materie. Und selbst wenn die Diktaturen der Dummheit die Welt regieren, so herrscht dennoch im Herzen des freien Wilden ein gewisser Urfrieden, weil er den ursprünglichen Sternenhimmel klar SEHEN & SPÜREN kann.

3

AMBULANTE

ANARCHIE

"Die normale Anpassung des durchschnittlichen, vernünftigen, gut angepaßten Menschen impliziert eine fortgesetzte erfolgreiche Zurückweisung vieler Tiefen der menschlichen Natur, sowohl der konativen als auch der kognitiven. Anpassung an die Welt der Wirklichkeit bedeutet Spaltung. Es bedeutet, daß man vielem in sich selbst den Rücken kehrt, weil es gefährlich ist. Doch steht jetzt fest, daß man eine ganze Menge verliert, indem man so verfährt, denn diese Tiefen sind auch die Quelle des Vergnügens, der Fähigkeit zu spielen, zu lieben, zu lachen und - was am wichtigsten ist - kreativ zu sein. Indem man sich gegen die Hölle in sich selbst schützt, schneidet man sich auch vom Himmel in sich selbst ab. Im Extremfall haben wir es mit dem Zwangsneurotiker zu tun, flach, starr, gespannt, gefroren, kontrolliert, vorsichtig, außerstande zu lachen oder zu spielen oder zu lieben, unfähig, einmal törricht, vertrauensvoll oder kindlich zu sein."

**Abraham A. Maslow, in:
PSYCHOLOGIE DES SEINS (1968)**

"Dein sogenanntes 'Ich' BESITZEN zu wollen, resultiert aus demselben Denkfehler wie der Wunsch, die eigenen Augen zu SEHEN oder das Gehirn beim Denken zu BEOBACHTEN; denn Du BIST das alles selbst, niemand sonst wohnt da, wo Du DICH suchst, als der Suchende - Du kannst Dein eigenes Beobachten nicht besitzen, das ganze Universum ruht in seiner eigenen glasklaren Sprachlosigkeit, ohne sich selbst zu erklären..."

**Sebastian Nutzlos, in:
SPRACHSKEPSIS & SPRACHMYSTIK (1989)**

"Als Psychotherapeutin glaube ich, daß wir die Integrität unserer Visionen anerkennen und sie als eine Möglichkeit betrachten sollten, Zugang zu einem äußerst genialen Teil unseres Selbst zu erhalten. (...) Es gibt keine Elite, der dieses Geschenk gehört - der Samen dazu ist in uns allen angelegt. Um seine Früchte zu ernten, müssen wir als erstes das unbegrenzte Ausmaß unserer Möglichkeiten erkennen und jedem entgegentreten, der darauf besteht, uns klein machen zu wollen. Daß wir begrenzte geistige Wesen sind, ist ein Mythos, der seine Wurzeln in Ignoranz und falschen Vorstellungen hat: Jeder von uns hat unendlich viele Facetten, ist ein leuchtendes Wesen mit ungeahnten Möglichkeiten."

Judith Orloff, in: JENSEITS DER ANGST (1995)

gestern endlich: nach unzähligen telefonaten für montag einen termin für ein erstgespräch bei einer diplomierten "psychologischen" psychotherapeutin erhalten, die auf psychosomatik, stress, trauma und zwang spezialisiert ist! große erleichterung und ein gefühl von freude steigt in mir auf, eine vorfreude auf eine neue option. obwohl mir noch immer nicht einleuchtet, warum ich seit jahren keine MASSAGEN verschrieben bekomme, denn ich bin sicher, daß ich weit weniger verspannungsschmerzen hätte, wenn mich ein physiotherapeut TÄGLICH EINE STUNDE richtig durchkneten würde. denn NUR die ursache soll ja im seelischen liegen, aber die symptome AN SICH sind handfest. warum also nicht auch dort hand anlegen, wo etwas weich zu kneten ist? die darmspiegelung wurde ja auch deshalb gemacht, weil die blutungen AN SICH ERNST genommen werden. als symptom. als reale körperliche gefährdung. nicht nur als hinweis auf eine ECHTE entzündung sondern ALS blutung. wenn die kassen keine massagen mehr übernehmen, weil die störung ja "nur" somatoform sei (als ob die symptome dadurch weniger real wären!), warum sagt man dann nicht auch gleich: ach, diese sturzbachähnlichen darmlutungen sind doch auch nur somatoform, da braucht man nix untersuchen oder dagegen tun, das ist ein reizdarm, das klingt doch super als medizinische "ausschlußdiagnose", und jetzt bluten sie mal schön weiter! reizdarm, reiznacken, reizmuskeln, reizhaut, reizohr, reizsinne, reiznerven, reizhirn, reizträume, reizgedanken, reizgefühle, reizvisionen, reizseele, reizkunst? guten tag, frau doktor, ich habe eine REIZSEELE. ist das irgendwie therapierbar? oh, nein, ach so, na gut, dann bedanke ich mich trotzdem und wünsche ihnen noch einen SCHÖNEN SCHMERZFREIEN TAG AUF DIESEM PLANET!!!!

**26.6.2013, sOMatoform 012
DER M.I.T.-MENSCH ALS MENSCH IM TANZ**

Dem romantischen dualismus aus beschleunigtem ichverschleiß und entschleunigter begegnungsfähigkeit fehlt der psychoanalytische skandal der gesellschaft: daß wir nicht arbeiten, weil wir schon sin(n)d, sondern den sinn immer noch suchen! Die sogenannte ICHZEIT der leistungsspirale ist ja in wirklichkeit eine einzige ICHFLUCHT, um den geheimen ICHPANZER, der den inneren abgrund bewacht, immer weiter zu verfestigen, während die echte DUZEIT (das transtopische überdu) ein natürlicher nebeneffekt der gelungenen SELBSTANKUNFT ist, dieses ankommens in der ureigenen 'Grundlosen Inwesenheit', die das wahrhaftige eigensein als empathisches entgrenztsein im ganzen empfindet, weil das abstrakte ich seine neurotische zwangsjacke auszieht und dadurch automatisch hautnah zu jedem objekt als subjekt du sagt anstatt sich nur durch ansammeln von informationen über die welt von der LEEREN MITTE als hohlheit der formalen verkleidung des seins abzulenken und den inhalten der welt nicht direkt auszuliefern. Sogesehen ignoriert ein zu simpler dualismus aus hektischen zeitleistungen und heiliger zeitlosigkeit die sensible entfremdung der menschlichen seele von ihrer präsentischen selbstliebe, dem großen ja zur totalen anwesenheit, völlig egal, ob beim olympischen sprint oder mystischen stillstand. Der unterschied zwischen GEHETZTEN (verspannten) und GEDULDIGEN (tiefenentspannten) menschen liegt nicht in den konkreten beschäftigungen, da ALLE tätigkeiten entweder teilnahmslos (lustlos) ERLEDIGT oder begeistert (lust-ig) ERLEBT werden können, sondern der sinnerfühlten ganzheitlich erfüllten wahrnehmung von GEGENWART als solcher an sich, diesem einzigen zeitausschnitt, in dem wir leibhaftig vorhanden und dennoch nicht greifbar (außer in b-griffen) sind, weil wir dahinfließen im reißenen strom der ereignisse, die letztlich nicht kontrolliert werden können, sondern nur maßlos miterlebt, mitgeföhlt und mitgeteilt. Hier wird der mensch erst zum zeitfreien mit-mensch: mit sich selber und der direkten umgebung als MENSCH IM TANZ mitführend und im gemeinsamen erlebnis mitteilend...

Der klassisch-idealistische philosoph ist gelangweilt, seitdem sich seine metaphysischen FRAGEN nach absoluten dingen wie gott und sinn in radikaler sprachkritik auflösten. Der modern-realistische neurophilosoph stellt nur solche fragen, die sich bewußtseinsgemäß erfolgreich beantworten lassen. Beide suchen damit festen boden, ohne ihre dualistische entfremdung zu überwinden. Der postmodern-visionäre antiphilosoph hat dagegen keinerlei fragen mehr sondern erfindet eigene ANTWORTEN auf das gefühl der bodenlosigkeit, die sich rasant durch die zeit bewegen. Aber warum hat der transrealistische antiphilosoph KEINE "GROßEN" FRAGEN mehr? Weil sich die wirklichkeit für sein empfinden in jedem detail als absolute identität von subjekt und objekt anfühlt, so daß keinerlei form, muster, substanz, element oder bewegung auf einen urstoff, ursprung oder eine ursache befragt werden braucht: das universum IST selber das große gefühl des seins, das sich nie von außen abstrakt wahrnehmen kann, weder als kosmischen biocomputer noch als innerste leere: der trichter der regression reicht in beide richtungen, die über ein möbiusbandmäßiges wurmloch ineinander übergehen! So wie man schon früher das prinzip gott im doppelten jenseits vermutete (als angebliche identität von privater und weltseele im göttlichen nullpunkt), kann auch der introspektive neurobiologe niemals aus seiner eigenen haut fahren, um HINTER SEINER HAUT den atomkern von einer dualistisch umgestülpten "anderen seite" zu beobachten. Aber genau diese mythologische sehnsucht treibt die zum kollektiven ich erwachte urschizophrene menschheit in ihren gigantomanischen heiligen higgswahn. Gegen urmythen hilft nur meditation, insofern das bedürfnis geweckt wird, aus dieser asymptotischen spirale zu springen und das erlösende gottlose moment selbst zu erfahren: das unendliche ist die entdeckung des konkreten in all seinen inwesenden facetten, aus allen substanziven werden kybernetische verben, aus allen sinnen werden sinnlichkeiten, aus allem wahrgenommenen wird in sich ruhendes wahres - die welt ist ein einziges ekstatisches ereignis ohne letzten horizont...

8.7.2013, sOMatoform 017

Wenn ich mal wieder in der ubahn sehe, wie manche überforderte mütter im stress ihre kinder total lieblos und verständnislos an der kurzen leine halten, versetze ich mich in die weltsicht der kinder hinein und denke mir meinen eigenen teil, in etwa so:

**BRIEF DES HEILIGEN KINDES AN ALLE MÜTTER: "DIE APOKALYPSE DER OHNMACHT"
(ODER: "GEFANGEN IN DER SADISTISCHEN SACKGASSE DER KRÄNKUNG")**

MUTTER, weiß du eigentlich, wie SCHUTZLOS ich dir AUSGELIEFERT bin? Du nutzt es SCHAMLOS aus, um deine SADISTISCHEN SPIELE mit mir zu treiben, dich an mir für irgendwelche schicksalsschläge zu RÄCHEN, an denen ich KEINERLEI SCHULD trage. Ich bin das UNSCHULDIGSTE wesen auf erden, ich bin nur ein KIND und stelle doch einfach nur fragen! Was soll ich denn anderes machen als kind, wenn nicht fragen an meine mutter zu stellen? Du bist doch die einzige, der ich vertrauen kann und die einzige, die mir garantiert ehrliche antworten gibt. Dachte ich jedenfalls. Ich habe sehnsucht nach ehrlichen antworten! Hunger nach wahrheit! Bitte fütter mich doch mit GEIST, damit ich lerne, mein Gehirn zu gebrauchen! Ich will meine synapsen miteinander verdrahten, die richtigen datenautobahnen in meinem kopf herstellen, um das britzelnde neuronnenfeuer in die sinnvollsten richtungen zu lenken, wo alles miteinander vernetzt werden kann und ich am ende ein super aha-erlebnis erhalte! Aber ich traue mich nicht mehr, dich auch nur irgendetwas zu fragen, denn du MIßBRAUCHST meine spontane, direkte, gutgläubige, ahnungslose art jedesmal immer wieder und wieder! MUTTER, warum bist du immer nur böse auf mich? Warum zeigst du mir nicht diese welt, wie sie ist und erklärst mir, wie ich darin einigermaßen zurechtkomme? WARUM folterst du mich stattdessen mit oberkommandos und bestrafst mich mit ignoranz? Dieser LIEBESENTZUG ist auf dauer unerträglich! Du erniedrigst mich, machst mich noch hilfloser, als ich

sowieso schon als kind überhaupt bin! Anstatt mir mit all deiner liebe und deinem verständnis für meine neugier die antworten zu geben, die mir die angst vor der welt nehmen, ergeht ein gewitter aus ZORN und VERZWEIFLUNG über mich, und ich werde noch kleiner, als ich doch sowieso schon bin. Kleiner und verängstigt. EINGESCHÜCHTERT von dieser furcht, daß du jetzt wieder ausflipst und deine sadistischen spiele mit mir treibst! Ich fühle mich HILFLOS. Ohnmächtig. Habe keinerlei ahnung, was abgeht! Ich stehe mit meinen großen glotzenden augen vor dir und verstehe die welt nicht! MUTTER, was tust du mir an? Was tust du der menschheit da an!!! WIR SIND KINDER, NICHTS ALS KINDER!!! Wir wollen die welt kennenlernen! Du hast uns doch dahin gebracht. Jetzt sind wir da. Und können nicht mehr zurück! Wenn du mich jedesmal so ENTWÜRDIGEND im eiskalten regen stehen lässt, friert mein herz irgendwann ein! Hörst du, mutter, mein herz friert ein!!! Es wird kalt und hart, wie aus stein. Bist du dann erst zufrieden? Bin ich dann dein SOLDAT, der sich auch an der welt rächen soll? Bin ich dann stark genug, um die welt nicht mehr zu nahe an mich heran zu lassen? Aber ich wollte doch IN die welt GANZ hinein, SO NAHE WIE MÖGLICH, so weit wie möglich, ja sogar bis an das andere ende der welt wollte ich! MUTTER, du hast mir den stoß in die welt verpasst, jetzt bin ich da und will sie sehen! Ich staune und schreie vor glück, es ist der schönste schock, den ich mir vorstellen kann: IN DIE WELT ZU KOMMEN!!! In dem moment war ich doch wie auf droge, mutter, ich konnte nicht ahnen, wieviel schmerzen du hast! Deine schreie klangen für mich so, als ob du genauso viel spaß daran hättest wie ich selbst! Ein konzert aus urschreien, stöhnen und wimmern, deine stimme war die allererste musik, die ich hörte! Ich habe mitgesungen, so laut ich konnte! Ja, schon bei der geburt habe ich mich in szene gesetzt und versucht, mich an dein perverses level zu gewöhnen: das RUMSCHREIEN konnte ich gleich von anfang an richtig gut, und das RUMRENNEN im kreis klappte dann auch irgendwann! Aber DU, du kannst es viel besser: im kreis rennen und rumschreien, du bist ja die MUTTER, das große Vorbild, du bist schon viel länger auf erden als ich und hast viel länger geübt, um nicht SCHWINDLIG zu werden beim rennen im kreis, so wie ich heute schwindlig bin von den ganzen gedanken, die mir durch den kopf kreisen, mich foltern und zwingen, zu denken, was ich nicht denken will, und zu fühlen, was nicht meine gefühle sind! ICH WILL MEINE EIGENEN GEFÜHLE ENDLICH ZURÜCK!!! Mutter, du hast mich um meine gefühle beraubt, indem du mir angst eingejagt hast! Ich habe vor jedem mensch heute angst, wenn er mich anschaut und keine mine verzieht! Ich bin so sehr süchtig nach netten blicken und netten gesten, daß es mir selbst schon unheimlich und peinlich ist! Ich habe bei jedem mensch das gefühl, daß er mich gleich hintergehen könnte, mich ausnutzt und ausbeutet, mich heimlich mißbraucht und mir regelrecht in den rücken fällt, hinter meinem rücken schlecht über mich redet und sich nur lustig macht, ohne daß es mir auffällt, solange ich gutgläubig mitspiele und denke, ich würde geliebt! Viel zu spät merke ich, daß ich ERNIEDRIGT wurde, meine spontane, direkte und fröhliche art übergangen wird, ja übergangen wie über leichen! Meine frohnatur, meine lebenslust, meine ganze power wird plötzlich platt gemacht! Dann fühle ich mich wie ein ferngesteuerter zombie, der von einem käfig aus kranken gedanken hypnotisiert wurde! Meine gefühle sind meistens so unschuldig und kindlich wie damals, denn ich vergesse im alltag sehr gerne, wieviel angst ich vor der welt eigentlich habe! Ich bin ja inzwischen erwachsen und habe mir selbst einen reim auf das leben gemacht! Und ich sage dir: DIESES LEBEN IST GAR NICHT SO SCHRECKLICH, WIE DEINE ANGST, DIE DU AUF MICH ÜBERTRAGEN HAST!!! Ich habe es sogar geschafft, an keinen gott glauben zu müssen, um die existenz des universums zu ertragen! Ich habe tatsächlich den KREISEL IM KOPF durchbrochen und ganz ungewöhnliche antworten gefunden, selber entdeckt! Solche antworten, die größer und weiser sind (tatü tata! synchronizität um 10:32h) als alle probleme, die mütter auf ihre kinder projizieren! Aber ich habe nach all diesen jahren der eigenen forschung das gruselige gefühl, daß ich nur deshalb den ansporn zu fragen und forschen hatte, weil du mich damals im stich gelassen hast! Weißt du eigentlich, wie schutzlos ich dir ausgeliefert WAR? Ich habe mir einen sehr kreativ SUBLIMIERTEN SELBSTSCHUTZ antrainiert, habe karriere gemacht, eine firma gegründet und kriege geführt! Als prääsident konnte ich tun und lassen, was ich wollte, die presse hat zwar getobt, aber es war mir egal! ICH war das volk und ich hatte meinen eigenen spaß! So wie es alle "da oben" gern machen! Wir ärgern uns gegenseitig wie damals als kinder im sandkasten, bombardieren uns mit förmchen und schaufeln, nur daß das spielzeug jetzt nicht mehr aus plastik ist! WIR LEGEN DIE WELT IN SCHUTT

UND ASCHE, MACHEN ALLES KAPUTT UND HABEN UNSEREN SPAß DABE!!!! (tatü tata, 10:56h)
Hast du das wirklich gewollt, mutter? Hast du dir damals darüber gedanken gemacht, daß dein verhalten auch MEIN späteres verhalten beeinflusst? Ihr mütter könnt euch als diktatoren aufspielen, uns zwingen zu gehorchen, indem ihr uns DROHT. Nehmt uns unser spielzeug weg, verbietet uns, spaß zu haben, macht uns moralisch kaputt mit euren befehlen und strafen! Für was wird ein kind denn von seiner mutter gelobt? Für das aa machen? Fein machst du das, ganz fein! Braves kindchen! Für das hausaufgaben machen? Schön machst du das, wirklich schön, nein wie schön! Ich mache aa, ich mache hausaufgaben, ich mache alles, was du willst, um GELOBT & GELIEBT zu werden! Mutter, oh mutter! Du hast die natürlichsten dinge für deine diktatur mißbraucht, all die banalen, normalen routinedinge für deine eigenen ängste zweckentfremdet, indem du sie an dein BEHAVIORISTISCHES BESTRAFUNGSSYSTEM gekoppelt hast! Aber bei all den wirklich wichtigen fragen hast du mich immer im stich gelassen! Ich wollte wissen, warum der himmel BLAU ist und wie TIEF es in die erde geht! Warum das wasser in der badewanne sich nicht andersrum sondern sorum in den abfluss dreht! Warum man alles, was man nicht versteht, mit einem komplizierten namen wie "magnetismus" benennt, und sich einbildet, man hätte es dann verstanden, obwohl es nur ein NAME für das rätsel ist und keine erklärung! Keine ECHTE erklärung! Wie alt die welt ist und wie lange sie noch existiert! Warum die natur es schafft, sich wie von geisterhand zu reproduzieren! Warum pflanzen überhaupt wachsen und nicht ewig als samenkorn im boden liegen bleiben! Warum es immer wieder frühling wird! Warum eine zelle sich verändern kann! Warum die sterne schon verglüht sind, obwohl wir ihr flackerndes licht am himmel sehen! WARUM DAS ALLES ÜBERHAUPT FUNKTIONIERT UND EXISTIERT!!! Warum gibt es die welt, mutter!!!!!! Warum sehe ich heute anders aus als damals, als ich aus dir raus kam! Warum sehe ich in einigen jahren genauso wie die runzligen, buckligen alten aus, obwohl ich doch heute über so viele faltenfreie muskelpakete verfüge und aufrecht gehe, insofern ich nicht gerade einen hexenschuss habe! Warum ist alles in bewegung??? WARUM, WARUM, WARUM??? Ich will so vieles WISSEN!!! MUTTER, wo sind deine antworten auf das leben? Wo ist deine weisheit, die man den früheren frauen gerne nachsagt? Vielleicht haben sich nur MÄNNER solche "weisen" frauen AUSGEDACHT, um ihren frust in eine fantasie zu verwandeln, damit der schmerz nicht so schlimm ist! Vielleicht lastet ja auch auf den frauen der druck, ein perfektes, engelsgleiches überwesen darstellen zu müssen, obwohl ihr auch nur einfache menschen seid! Wir wollen euch als madonna und topmodel! Und machen uns dann lustig, wenn ihr "blond" seid! Aber im grunde weiß jeder, daß wir menschen allesamt superblöd sind, ganz egal, ob wir über laufstege flanieren oder das gottesteilchen in einem ringbeschleuniger suchen! WIR SIND DIE BESCHEUERTE MENSCHHEIT, die ihren eigenen ursprung nicht kennt und sich nicht damit abfinden kann, daß alles vielleicht sogar GRUNDLOS geschieht! Wir erfinden uns götter und göttinnen, omnipotent und erotisch hoch drei! Wir verbergen unsere ängste voreinander und massakrieren uns gegenseitig, sobald wir auffliegen! Die apokalypse ist nur der schleichende versuch, alles so in den griff zu kriegen, daß keiner merkt, daß wir nichts merken! WIR SPÜREN NICHTS, sind unangreifbar, unantastbar, unnahbar und selbstherrlich! Wir werden mechaniker, lehrer, politiker, bäcker, prääsidenten und stars, um unsere angst vor den mitmenschen zu tarnen. Und künstler! Wir spielen die ganze maskerade aus angst, vor dem anderen NACKT zu sein! Weil wir in unseren zellen gespeichert haben, was uns krank macht! Wir sind an die angst von geburt an gewöhnt! Wir haben gelernt, WIE "man" scheidet, WIE "man" hausaufgaben macht, WIE "man" heiratet und kinder kriegt und sich als kleiner beamter wie ein respektloser besserwisserchef aufspielt! Von gamma minus bis alpha plus spielen wir reibungslos mit! Diese schöne neue welt ist in wirklichkeit eine veraltete welt, eine untergegangene epoche ohne ekstase! WIR SIND DIE BLOCKIERTE MENSCHHEIT! DIE OBERAFFEN, DIE IHREN HEIMATPLANET ZERSTÖREN, UM IHREN INNEREN SCHMERZ NICHT ZU SPÜREN!!! WIR SIND DIE ANGSTHASEN, DIE SICH DEM LEBEN NICHT HINGEBEN SONDERN ES MANIPULIEREN! WIR SIND SOWAS VON EKLIG, SOWAS VON PEINLICH, SOWAS VON IDIOTISCH!!! Wir sind alle kleine gekränkte kinder geblieben, die auf erlösung von ihrem urschmerz warten. Mutter, ich danke dir für alles, was du mir unabsichtlich angetan hast, denn nur durch diesen schmerz hatte ich das bedürfnis, mir alles in einem rutsch von der seele zu schreiben. Ich weiß nicht, ob ich dadurch einen kleinen schritt weiter komme, denn es fällt mir noch immer sehr

schwer, an den richtigen stellen zu WEINEN und den schmerz zu SPÜREN. Außerdem kann es auch sein, daß ich hier alles in einen einzigen pott werfe, was gar nicht zusammen gehört. Ich werde es nachfühlen und weiter erforschen, vielleicht lösen sich ja die gedankenknoten, indem ich es erstmal überhaupt auf den tisch bringe. Wenn ich mich gar nicht traue, meine ohnmacht zu thematisieren, dann kann ich auch nie etwas dran ändern. TABUS kontrollieren den alltag, noch immer muß man die echten gefühle verbergen und abends ins kissen heulen. Ich glaube, daß einige menschen viel glücklicher wären, wenn wir uns trauen würden, nicht so erwachsen zu tun, wie wir uns gerne einreden. Wenn wir uns nicht nur im klinisch "geschützten raum" therapeutischer maßnahmen eingestehen, was wir wirklich empfinden, sondern uns auch auf der straße mit wohlwollen begegnen und daran denken, daß wir aus mindestens zwei seiten bestehen wie eine medaille: dem kleinen gekränkten kind und dem großen, erwachsenen weltbürger. Vielleicht können wir uns dann etwas leichter VERZEIHEN, ohne gleich auszuflippen und die welt zu zerstören! Ich würde sehr gerne in einer welt leben, die respektvoll und vorsichtig miteinander umgang pflegt, anstatt gleich beleidigt zu sein und den alarmknopf zu drücken. Die würde des menschen ist unantastbar, hat jemand gesagt. Ist die würde der welt auch so unantastbar? Es lastet ein seelischer druck auf der ganzen gesellschaft, ein ZWANGSNEUROTISCHER ZIVILISATIONSDRUCK, der die würde in eine bürde verdreht. Weil wir uns NICHT wirklich geliebt & gesehen fühlen, sondern tagtäglich um etwas liebe buhlen, um anerkennung und respekt. Das mangelnde selbstbewußtsein der menschheit verhindert, daß wir uns als eine familie empfinden, die in einem biologisch abbaubaren raumschiff mit höchstgeschwindigkeit durch das weltall rast. Ansonsten hätten wir ganz andere fragen, ganz andere sehnsüchte, ganz andere ehrgeizige ziele, die das gesamte dasein betreffen, anstatt uns gegenseitig sadistisch zu versklaven. Solange wir uns um die förmchen im sandkasten zanken, bleiben uns die sterne fern. Wir sind gefangen in unserer eigenen ablenkung vom ganzen, die augen auf den sand gerichtet, aber noch nicht einmal nahe genug, um die spiegelung der sterne in den sandkörnern zu bemerken...

26.+27.8.2013, sOMatoform 27
GRUNDLOSE INWESENHEIT - STATT ABSOLUTER
ABWESENHEIT DURCH PERFEKTE PROJEKTION

Mein kleines trostpflaster: Einen existenz-philosophischen vorteil hatte die zwanghafte auslagerung des wahrnehmungszentrums in harmonisierte objektstrukturen wie bilder, gedichte und liebesgefühle: das bedürfnis der identifizierung des ichs mit immer abstrakteren, immer absoluteren projektionen ermöglichte die enttarnung der 3 metaphysischen ideale als die schizophreusten menscheitslügen: den SINN, das eigene ICH und das prinzip GOTT als transzendente illusionen des weltflüchtigen angstmusters. Erst die ontologische unmöglichkeit der absoluten abwesenheit in einer perfekten projektion führt zu der empirischen selbsterfahrbarkeit mystischer offenbarung von nullheit & ganzheit der unendlichen materie, wenn kein zwanghafter druck auf irgendeine(r) ebene brauchbare antworten liefert, um sich weiterhin an einem utopischen unort zu verstecken, wo die geistige selbstreflektion zur verdrängung der angst vor der radikalen rückkehr ins bodenlos körperliche mißbraucht wird. Die sehnsüchtige, zwanghaft verzweifelte FOLTER DER SELBSTBEFRAGUNG nach "ewigen antworten" gebirt übermenschliche fantasmagorien zur schmerzverdrängung, die allerdings ausnahmslos alle NICHT EWIG als ersatz für die blockierte inwesenheit in sich selbst funktionieren. Der fluch des verfallsdatums aller harmoniefabrikate von obsessiver onanie über ordentliche objekte bis zu ominösen obskurrilitäten (3o2) treibt die kreativität in den kreisel der inflationären dimensionensprünge, bis das geflüchtete ich nur noch ohnmächtig vor einer letzten weißen nebelwand auf erlösung aus einem metaphysischen nichts wartet, das sich irgendwann ebenfalls als die allerletzte kollektive illusion offenbart und das ich in die kniee zwingt. Wo keine antwort, ist fragen umsonst! Wo jede antwort nur nach einer weile neuromagnetischer sättigung zur nächsten überfrage hinleitet, wird fragen letztendlich zur spirituellen sisyphosarbeit, weil sich der hysterische hunger an sich als unstillbar erweist. Jede ontologische frage schreit nach einer immer originelleren esoterischen antwort von der nächsthöheren ebene, jede ebene löst sich nach einem moment der balance in

banalität auf. Das psychische gleichgewicht, die seelische stabilität stürzt in die nächste krise, bis ganz am ende des strudels DAS FRAGEN AN SICH ALS FINALE FATAMORGANA der vor sich selbst flüchtenden seele in einer mystischen apokalypse implodiert und das isolierte denken von allen wörtern befreit ab nach hause schickt, um nochmal von vorne zu beginnen, wo es ursprünglich entstand: im gehirn des ureigenen schmerzkörpers, der sich nach der tortur seiner selbstsuche die odysianische tiefenentspannung gönnt, denn die folter ist längst überstanden, sie findet nur noch im GEDÄCHTNIS DES SCHMERZES statt und darf endlich ab heute als triviale und dabei schockierende kindheitserinnerung aus dem befinden gelöscht werden, um neues leben mit echten gefühlen, den heiteren wie den betrübten, erstrahlen zu lassen! Ich will mir die STIMMUNGEN MEINES ECHTEN ALL-TAGS zurück erobern! Ich will endlich sagen: ich bin wirklich in dieser und jener stimmung, die mein in-der-welt-sein erzeugt - anstatt aus der sicheren engelsdistanz eines vergeistigten grüblerstandpunktes außerhalb aller realen erlebnisse nichts zu empfinden außer den heiligen highlights jener momente, in denen ich ausnahmsweise bereit war, mich selbst loszulassen und in der begegnung beim anderen zu entdecken. Das größere, offene, echte SELBST aus der vergänglichen nähe der urstofflichen (also sowohl fein- als auch grobstofflichen) begegnung geboren. Die badewanne, das bett, der baum und das bild. Und die umarmung geliebter menschen. DAS LIEBEN ist keine objektkultur sondern die tiefste bereitschaft, DAS GANZE ERLEBTE JETZT kompromißlos zu spüren, den tod aller ereignisse in ihrer momenthaften schönheit zu akzeptieren, die volle ekstase der fließenden lebendigkeit zu ertragen, ohne den fluß in einem künstlichen stausee am FREIEN FLIEßEN zu hindern. Das was ich in meiner fotografie so sehr mag: die besonderen augenblicke zu würdigen, aber bereit dazu sein, dieses besondere immer und überall zu entdecken, weil ICH in jedem moment an diesem frieden des existenten mit sich selbst BETEILIGT BIN. Das universum umgibt uns, aber das schauspiel das findet nur hier auf der erde statt. Jedenfalls solange wir keine weltraumkolonien gründen. Ich möchte mit meinem geist endlich dort wieder ganz ankommen, wo ICH WIRKLICH BIN. Die unendliche mystische leere ist sowieso immer zu spüren, aber im körper und nicht irgendwo außerhalb! Die angst vor der rückkehr des ichs in den eigenen körper liegt nicht nur am übertriebenen schmerzgedächtnis sondern zur anderen hälfte am gesellschaftsuntauglichen overflow permanenter gottfreier offenbarkeit (statt einmaliger göttlicher offenbarung) der letzten antwortfreien fraglosigkeit: die überwindung der religiösen urschizophrenie dank der lochistischen entdeckung der selbsterfahrbarkeit dieser mystischen nullheit im eigenen körper. Die GRUNDLOS POSITIEFE URSTIMMUNG des bodenlosen durchdrungenseins von unendlicher leere erzeugt eine übersensibel komplett-zelluläre permaekstase des geistes im absolut sinnlichen als in sich und durch sich selbst SINN-lichter urgrund anstatt nur inflationär tabuisierte versinnbildlichung einer hinter das weltliche verbannten urenergie zu bleiben. Der glaube von astrophysikern an den beweis ihrer urnalltheorien durch die faszinierende hintergrundstrahlung folgt ebenso harmoniesüchtigen hoffnungen wie die absurdesten esoterischen ganzheitssysteme, die bei aller sehnsucht nach ganzheit doch nur psychologisch halbe sache machen, weil sie den geist aus der sinnlichen selbsterfahrbarkeit immer nur in ein virtuell überweltliches außerhalb seiner selbst katapultieren - anstatt zum beispiel dem sogenannten urnall als rückverfolgung aller ausdehnungen aller bestandteile des universums in jeweils alle richtungen (wie die punkte auf der oberfläche eines luftballons beim aufblasen) direkt in sich selbst zu lauschen, weil dieser urnall ÜBERALL stattfindet. Das IMAGINÄRE JENSEITS aller traditionellen glaubenssysteme hypnotisiert das entfremdete ich ebenso paranoid wie die modernsten projektionen, die sich nicht mehr gott sondern higgs oder hightec nennen und den fanatischen geist daran hindern, sich sehnsüchtig ins INTEGRALE JETZTSEITS zurück zu bewegen. Erst durch die zwanghaft philosophische inflation der imaginären abwesenheit taucht diese panische ahnung der INTEGRALEN INWESENHEIT im bewußtsein auf, das sich durch die subtile harmoniesucht in einer selbsthypnose versklavt hat. Wer das imaginäre durch das integrale überwindet, wird mit einer normalwelt aus illusionistischen ichblasen konfrontiert und bewegt sich fortan in einer kollektiven scheinwelt aus materialisierten projektionen, in der das zelebrieren symbolischer rituale mithilfe modernster technologie als neuronale realität anstatt klassischer illusion empfunden wird. Nett verpackt in den begriffen der zeitgemäßen wissenschaftlichkeit läßt sich die eigene abwesenheit leicht vertuschen, zumal die aktive beteiligung

an den neuen ritualen der objektkultur als sterile ersatzsinnlichkeit das gefühl suggeriert, wirklich lebendig zu sein, obwohl man sich nicht mit SICH SELBST sondern den beschäftigungsmaßnahmen identifiziert, an denen die "schöne neue" industrie aller zweige milliarden verdient! Unterhaltung, konsumartikel, freizeit, wellness, hobbys, medizin, pädagogik, politik, digitale medien - der omnipräsente habensmodus, den bereits erich fromm kritisierte, zur verdrängung der ontischen inwesenheit, weil der zuende gedachte seinsmodus in einer permanenten seinsfühlung mündet, die den entwöhnten geist überfordert. Viel leichter fällt es dem seinsfernen ich, sich mit einigen wenigen transzendentalen sensationen zu begnügen, die als symbolische mystikkonserven beliebig oft abrufbar sind, ohne die seele zu nah zu berühren. Die dualistische anwesenheit in der symbolischen nähe der mystischen erinnerung dient als ersatz für die duoistische inwesenheit des nahen in seiner eigenen nähe. Ich will lieber aus dieser radikal-transdualistisch GELUNGENEN GEGENWART heraus leben anstatt in der dialektischen verspanntheit eines kulturellen gedächtnisspeichers, obwohl diese INTEGRALE INTENSITÄT eher einsam und eigenbrötlerisch macht, weil sie den schlaf der rituell abwesenden stört. Die zivilisatorische routine wurde schon oft genug ohne erfolg auf veränderung kritisiert, von philosophen und psychologen, soziologen und esoterikern. Mal dogmatisch und demagogisch, mal visionär sanft oder utopisch sachlich. Aber keine kritik hat den zivilisatorischen prozess nachhaltig verbessert, wir trichtern unseren kindern noch immer die peinlichsten lügen und feindbilder ins hirn und begehen noch immer rassistische völkermorde und verschwenden ressourcen, um unseren lebensstandard zu sichern. Der mensch ist ein monster, das sich nicht gerne im spiegel zuschaut. Und die massenmedien dokumentieren nur diese kollektiv-schizoide katastrophe, komprimieren sie sogar ästhetisch auf ein paar klischeéhafte sentimentalitäten im showbuiseness, über die sich die betroffenen selber am meisten amüsieren, ohne darin allerdings ihre selbstentfremdung genügend tief zu erkennen. All diese nutzlosen gedanken kommen mir wieder hoch ins bewußtsein, sobald ich in meinen körper zurückkehre. Das alte gelangweiltsein von der ordinären objektkultur und das geschockte trotzdem-offen-bleiben für jede unerwartete ganzheitliche begegnung, die nicht durch eindimensional intrapsychisch-egomanen konsum sondern durch mehrdimensional interaktiv-ekstatischen kontakt entsteht. Eine arationale authentizität des erweiterten ichs im begegneten du, eine gemeinsame erfahrbareit von direkter nähe als mystischer beweis für beide ichs, daß ihre summe nicht auf handfeste bedürfnisse reduziert werden kann sondern erst die berührung der hände ein kraftfeld DAZWISCHEN ontisch offenlegt, das sich emotional transhumanistisch statt technologisch ausbauen lässt und die perinzendente mystik des materiellen den sinnen zugänglich macht anstatt die details der materie in fahrlässig versachlichter sensibilität romantisch zu mystifizieren. Der dualismus folgt aus dem mangel an du, das überhaupt erst vom erweiterten ich wahrnehmbar wird. Das symbol für das normal-psychotisch festgefahrene inflationäre ich ist die kreiselnde spirale, während das integrale ich kein symbol mehr benötigt: es atmet das loch in seiner offenen mitte, die überall spürbar bleibt, wo das ich jeweils wohnt. Diese perinzendentale poetologie sucht nicht nach transzendentalen scheinthemen sondern ruht im permanent ontologischen existenzgefühl, das sich automatisch in beispielhaften begegnungen ausdrück verschafft. Und solange nichts beispielhaftes passiert, darf das befreite ich sich selbst einfach nur wortlos empfinden, bedarf keiner verbalen beweise seiner eigenen existenz sondern IST die sich-selbst-spürende INWESENHEIT der bewußten materie ALS s.ubJEktiv-o.bJEktiv (so-je-tistisch) transreale identität mit sich selbst aus der leeren mitte. Das kreiseln um ein imaginäres zentrum sabotiert in diesem angstbefreiten endstadium seine eigene absurdistische selbstsuche und fällt durch den trichter in seine direkte KOMPLEXE KÖRPERLICHKEIT zurück, ohne sich einen metaphysischen begriff für materie einbilden zu müssen...

SEINSFÄHIGKEIT ZWECKS ARBEITSFÄHIGKEIT & LIEBESFÄHIGKEIT

Meine ganz allgemeine Definition von "Psychose" als urschizophren-existenzielle Selbstentfremdung des Menschen von seiner eigentlichen GRUNDLOSEN INWESENHEIT hin zur Verlagerung seines Identitätsgefühls in eine veräußerlichte Objektstruktur, die sogar das Wort ICH nicht mehr als individualisierte, persönliche, ureigene, innerste Seinsföhlung empfindet, sondern ihm materialistisch-konkrete Attribute zudenkt, die das quasi mystische, nicht neurobiologisch reduzierbare Urwort der subjektiv-identitären Selbstbefindlichkeit in einen greifbaren Begriff aus hyperreflexiv-objektivierten Beobachtungen "seiner selbst" umwandelt. Durch diese Verwechslung des Inflationären mit dem Identitären entsteht die zivilisatorische OBJEKTKULTUR der "Deskription des Ontologischen" als strukturelle Alltagsästhetik sowohl biologisch notwendiger als auch abstrakt überflüssiger Konsumartikel wie z.B. symbolische Kunstwerke. Der wahre Luxus besteht aber in der objektfreien Selbsterfahrbarkeit der "Diskretion des Ontischen" im authentischen Subjekt der nicht mehr sich selbst objektivierungssüchtigen ichfreien ICH-FÜHLUNG als Kernföhlung auf Tuchföhlung mit dem in sich selbst wesenden kernfreien Wesenskern. Das wiedererwachte Basisbedürfnis der ureigentlichen Identität des Subjekts mit sich selbst untergräbt und überwindet neurosoziologisch die anezogene kollektiv-urschizophrene Normalität der zwangsneurotischen Ablenkung vom "Ankommen im Apriorischen" durch die hypnotisch-objektkulturellen Beschäftigungstherapien, die vor der authentischen Auflösung aller inflationären Illusionen bewahren sollen, indem sie die ANGST VOR DER INNERSTEN LEERE als kulturellen Wert traditionell mitliefern und notfalls mit Drogen, Medikamenten, moralischen und ökonomischen Repressalien sowie personifizierten Abschreckungsbeispielen schüren und fördern. Der Mensch wird so umfassend MIT SICH auf Trab gehalten, daß er neben dem Abarbeiten von endlosen Verbesserungssurrogaten seiner per se unentrinnbaren Lebenslage als permanentes Totarbeiten GAR KEINE ZEIT findet, um den eigentlich simplen Fehler im quasi religiösen System der Objektkultur zu bemerken: daß nämlich JEDES Objekt (sowohl theoretisch vergeistigte als auch biologisch pragmatische!) nur als konsumierbarer Ersatz für die mißlungene Ankunft in der ureigensten Anwesenheit dient, die eben keinem konsumierbaren Artikel aus materiellen und metaphysischen Attributen gleicht, sondern als Anwesenheit des Seienden in seiner innersten Identität mit sich selbst eine existenzielle INWESENHEIT der gesamten objektivierbaren Bewegung in ihrer eigenen Urruhe meint. Hier mündet die Suche nach einem finalen Selbst in der existenziellen Entdeckung der ontisch-kybernetischen Teilhabe am Universum als eigener Bestandteil desselbigen, weshalb die wahre Mitte des Ganzen in jedem Teil automatisch PASSIERT ANSTATT FABRIZIERT werden zu müssen. Antihumanistische Psychotherapie, die nur behavioristisch-freudianisch darum bemüht ist, genügend pervertierte Lebenskraft und profilineurotischen Lebenswillen im "betriebsblinden" (systemgläubigen) Matrixmensch zu erzeugen, um sich in seinsfernen statt seinsfühlenden Arbeitsstrukturen eingliedern zu lassen, die bei zu GERINGER ANPASSUNGSFÄHIGKEIT aufgrund zu hoher Sensibilität für den Selbst-Betrug zu erneuter Krankheit führen - solch antirevolutionäre Psychotherapie verhindert die Freisetzung von MEHR AUTHENTIZITÄT DES INDIVIDUUMS zugunsten der rationalen Unterdrückung der Seelensuche nach leeren Spiegelungen, seitdem sich die Seele nicht selbst sucht sondern aus sich ganz selbst heraus passende Weltformen, worin sie sich bewußt kreativ entfalten kann wie eine Amöbe, die den geeigneten Druckausgleich zwischen Innen & Außen in jedem Moment durch ihr eigendynamisches Fließen herstellt. Die Freudschen FÄHIGKEITEN ZU ARBEITEN & LIEBEN bedürfen als dritte Komponente für ein nicht zwanghaft hedonistisches, sondern taoistisch-tiefenentspannt sinnlich-sinnerfülltes Leben der Frommschen FÄHIGKEIT ZU SEIN als mystisch-materielle "SEINSFÄHIGKEIT" durch transreal-überbewußten Nachvollzug des apriorischen Vorhandenseins als insichruhende Identisierung des Bewußtseins mit sich selbst als verkörperte Selbstbewußtheit des Universums in seinen sich individualistisch spiegelnden Details...

Ich kann das volumen meines gehirns und die räumliche ausdehnung meines gesamten körpers durch die nach innen gerichteten augen wahrnehmen und die ovale form meiner augen und deren bewegung in ihren schädelhöhlen spüren, als wäre mein bewusstsein in einen humanoiden roboter verpflanzt worden, dessen technik nun von meinem gesamt-ich erkundet wird. Die augen sehen sich dabei als DAS SEHENDE ICH und das gehirn denkt sich als DAS DENKENDE ICH. Es gibt keine identität außerhalb all dieser sinnlichen ichs und im tod werden die einzelnen ichs ihre allmähliche zersetzung erleben. Der kleine zeh wird sein erkalten empfinden, die blutbahn wird ihren eigenen stillstand bemerken, die lungen das ineinanderfallen der flügel, das herz seinen ausbleibenden schlag und das gehirn seine sich auflösenden gedanken. Ich wünsche mir, daß ich den abschied des körpers von sich selbst sehr bewußt miterleben darf und die vernichtung des ichs als allmähliche auflösung der selbstwahrnehmung begreifen kann. Den finalen moment des tatsächlichen todes stelle ich mir als gleichzeitiges verschwinden der identität vor, so daß es in dieser sekunde kein ich mehr gibt, das seinen eigenen tod nachvollziehen könnte. Das bewusstsein der zellen verteilt sich dann wieder auf das bewußtlose dahinströmen der einzelnen elemente, so wie das universum anscheinend noch nichts von seiner eigenen existenz zu wissen vermag, wenn die gehirne zerfallen, die sich als bestandteil des universums entdecken. Vielleicht wäre es eine erleichterung und erlösung, wenn das universum urplötzlich erwachen würde und mit seiner kosmischen stimme den menschen ansprache: "ICH BIN DAS UNIVERSUM - WAS MACHEN WIR JETZT?", aber womöglich verhindert sein eigenes unendlichsein die option, sich seiner selbst bewußt zu werden, da ein bewußtes ich die begrenzung auf einen klar definierten räumlichen körper voraussetzt anstatt einen unendlichen raum, der nur aus gigantischer leere mit ein paar auskondensierten felsbrocken besteht. Hätte das universum ein ich, daß sich trotz seiner unendlichkeit im bewußtsein der menschen bemerkbar machen könnte, wäre es vielleicht der ersatz für den fehlenden gott, der von vielen so sehnlichst herbeigebetet wird, aber sich noch nie als das höhere wesen gezeigt hat, das durch alles hindurch weht und dabei darüber steht. Egal, wie sich ein gott bisher bemerkbar gemacht hat, es war nie der gott selber sondern nur eine art karneval, eine menschliche maskerade, ein spiel mit den formen, die wir wahrnehmen können. Das formlose gesicht der unendlichkeit selber läßt sich nur von innen ertasten, sobald das bewußtsein des menschen sich selbst als dieselbe materie begreift, die es da draußen bestaunt, also sich selber als unendlich erkennt und dadurch zu der stimme des universums mutiert. Das gehirn eines menschen verwandelt sich durch seine eigene wahrnehmung als kosmischer staub in ein sprachrohr des universums - das ich des gehirns ist nicht länger ein zwanghaftes festhalten an sich als identität, sondern nur mehr die fähigkeit der materie, ihr eigenes sprachloses vorhandensein zu bemerken und gegenüber sich selbst zu artikulieren. Gehirne kommunizieren miteinander, indem sie sich gegenseitig bemerken und immer wieder bestätigen: "WIR SIND DA!" Das universum bestätigt sich selbst seine eigene existenz, indem es in form von gehirnen mit sich selbst kommuniziert. Das universum ist sogesehen autistisch, es hat gar keine andere wahl. Es sei denn, es wäre nicht wirklich unendlich, sondern hätte ein nachbaruniversum, mit dem es sich austauschen könnte: "HEY, ALLES KLAR, NACHBAR? WIE GROß BIST DENN DU? IST HINTER DIR NOCH EIN UNIVERSUM ODER SIND WIR DIE EINZIGEN BEIDEN?" Die direkte nachbarschaft des paralleluniversums, das nahtlose nebeneinander, das drängeln und quetschen im unendlichen, der versuch, miteinander zu sprechen, obwohl keine organe zur bildung von sprache vorhanden sind, nur die sterne und galaxien, die spiralarme und gasnebel, das licht der sonnen, die dunkelheit der schwarzen löcher - genügen die kosmischen objekte als sprachorgane, sprechen sie miteinander, ohne daß wir es ahnen? Redet das universum womöglich pausenlos mit sich selbst? Ist jedes atom im tiefsten inneren seiner selbst bewußt, ohne daß wir es hören? Müßten wir die geheime gebärdensprache des universums erst lernen, um uns selber zu hören, die moleküle unserer eigenen gehirne beim sprechen mit nachbarmolekülen, die leere zwischen den einzelnen elementen, wie sie über sich selbst referiert: "ICH BIN DIESE LEERE ZWISCHEN DEN ATOMEN UND IN DEREN TIEFSTEN INNERSTEN NICHTEXISTENZ!" und die atome, wie sie sich gegenseitig im chor antworten: "WIR SIND DIE MATERIE, AUS DENEN DAS UNIVERSUM BESTEHT! WIR SIND DAS UNIVERSUM!" Wäre der

mensch endlich glücklich? Hätte er den verlorenen gott hintenrum wiedergefunden? Könnte er überhaupt das universum als gott akzeptieren? Wären wir dazu bereit? Wären wir fähig, dem universum als gott zuzuhören und seine stimme als göttlich zu interpretieren? Oder wären wir einfach nur überfordert, geschockt und enttäuscht, weil es dann zu trivial wäre? Wenn das universum ganz laut und deutlich feststellen könnte: "ES GIBT KEINEN GOTT AUßERHALB MEINER EIGENEN UNENDLICHKEIT!", wären wir zu dieser banalen erkenntnis bereit? Oder benötigt der mensch ein geheimnis, ein grundsätzliches, ewiges "hinter den dingen", ganz gleich, wie weit wir schon hinter das hinterste hintertürchen vorgedrungen sind? Aber wieso gibt es dann doch immer schon einzelne menschen, die dazu bereit sind, sich allen illusionen zu entsagen und der schockierenden wahrheit die stirn zu bieten? Ja, die sich sogar darauf freuen, "das letzte geheimnis" zu lüften und endlich den klaren blick hinter die kosmischen kulissen zu wagen! Wieso gibt es sie, diese verführer, banausen und ketzer, die nichts weiter zu bieten haben, als die stupide erkenntnis, daß es nichts weiter erkennbares gibt außer der selbsterkenntnis? Aber hat sich ein gottsuchender mensch, der die enttarnung seines glaubens als des kaisers neue kleider fürchtet, jemals wirklich bemüht, seine SELBSTERKENNTNIS zu zelebrieren? Haben wir uns eigentlich beigebracht, wie sich die selbsterkenntnis anfühlt, die so groß und so tief ist, daß sie sich selbst als die göttliche unendlichkeit wahrnimmt? Haben wir unseren kindern überhaupt eine ahnung davon vermittelt, was sie erwartet, wenn sie NICHT mathe und deutsch pauken, sondern sich fragen, warum sie "da" sind und was dieses "da" eigentlich ist? NEIN! HABEN WIR NICHT! GANZ IM GEGENTEIL! WIR UNTERDRÜCKEN DIE KOSMISCHE SELBSTERKENNTNIS DES MENSCHEN MIT ALLEN MITTELN, WEIL WIR SELBST ANGST VOR DER WAHRHEIT HABEN! WIR SIND KLEINE SCHISSER UND VERTUSCHEN DAS GEGENÜBER DEN NEUGEBORENEN! Es bedarf einer gnade und eines glücks, wenn wir als einzelne aus dieser metaphysischen superhypnose aufwachen und den kollektiven tiefschlaf bemerken, von dem wir umgeben sind, der sich in hektischer geschäftigkeit zeigt und in ablenkungen, die so geschickt und elegant wirken, daß wir ihnen ganz fasziniert ausgeliefert sind, weil wir dazugehören wollen, mitspielen wollen, nicht ausgestoßen sein wollen. Wir trauen uns kaum, unser alleinsein zu spüren, wir plappern und konsumieren und zeigen uns stolz, wie wir uns plappernd und konsumierend über wasser halten, während die mangelnde selbsterkenntnis verdurstet: in der wüste ertrinkt! Wir sind die weltbesten in der verdrängung und schreien im inneren lautlos gegen die lüge an! Weil wir so laufen gelernt haben von kindesbeinen an! SETZ EINEN SCHRITT VOR DEN ANDEREN UND FRAG NICHT NACH, WAS EIN "BEIN" IST. Warum hat ein vogel denn flügel, aber ein mensch nur zwei beine, mit denen er nicht fliegen kann? Aber warum, fragt der vogel, habe ich nur meine flügel und diese idiotischen krallen? Ich würde so gerne auf zwei beinen laufen und hätte dazu gerne zwei arme und hände, um flugzeuge zu bauen, dann könnte ich alles! DER MENSCH HAT SICH NOCH GAR NICHT ENTDECKT, ER IST BETÄUBT VON DER ANGST VOR DEM UNIVERSUM UND ERFORSCHT DIE UNENDLICHKEIT NUR IN DER HOFFNUNG, DEN GOTT HINTER DEN STERNEN DOCH IRGENDWANN ANZUTREFFEN. Aber was wäre, wenn gott wirklich erschiene? Als unvorstellbar fantastisches wesen, das alle erwartungen von allen religionen erfüllt und zu uns spräche wie eine art überpräsident: "Meine verehrten damen und herren, mein name ist gott. Ich bin gekommen, um..." BUH! BUUUH! BUUUUUUUH! Nein, würde die masse dann grölen, du kannst nicht DER gott sein, auf den wir seit abertausenden jahren sehnsüchtigst warten, du bist zu trivial, zu konkret, zu geheimnislos, zu direkt, zu greifbar, zu echt, zu normal. Also ein bißchen hokuspokus muß immer sein. Weil wir die ankunft des gottes nicht wirklich trainiert haben, wir sind einfach schlecht vorbereitet, die heiligen hausaufgaben noch nicht gemacht, zu viel mathe und deutsch gepaukt, darüber vergessen, die SELBSTERKENNTNIS DER UNENDLICHKEIT zu trainieren. Aber nur übung macht meister. Wollen wir MEISTER sein? Wollen wir wirklich nicht nur im fußball sondern im universum meister sein? Wollen wir meister in der erkenntnis des universums sein? In der erkenntnis, daß unser gehirn aus demselben stoff wie das universum gemacht ist? Daß wir das universum DURCH UNS erkennen können? Daß wir sogar so überheblich und größenwahnsinnig werden können, den spieß einfach umzudrehen und zu behaupten, das universum erkenne sich DURCH UNS? Haben wir denn den mut dazu, wenn das bedeutet, im selben atemzug das universum als göttlich anzuerkennen anstatt einen gott hinter der unendlichkeit zu

suchen? Oder sind wir die schreienden kleinkinder, die einen fußball zur ablenkung benötigen, ein bordell, ein kasino, ein kino, eine familie, ein haus, einen job und eine lebensversicherung? Haben wir all diese dinge nur aus diesem einzigen grund: damit wir nicht merken, daß alles ein ende hat und wir nur teil der unendlichen leere sind, die sich MATERIE nennt und wie diese krabbelviecher der schizophrenen unter der haut juckt? Ja, die unendlichkeit juckt uns im geiste, aber wir wissen nicht, wo wir uns kratZEN sollen! Wir müssen die stelle in unserem bewußtsein erst finden, wo sich DAS GANZE überhaupt denken lässt! All die verrosteten vorhängeschlösser an den massiven holztüren, die wir seit vielen jahrhunderten zwischen den neuronalen zentren verschlossen hielten. Und die futuristischen schweren tresortüren mit digitalen zahlenschlössern, die noch hinzukamen, seitdem wir modern wurden. Wir haben unser bewußtsein perfekt vor der unendlichkeit abgeschottet und spielen hinter verschlossenen türen katz und maus! DAS NENNT SICH KULTUR! ZIVILISATION UND FORTSCHRITT! Aber es kommt eines tages der tag, der kein tag wie die anderen ist: weder die hölle noch paradies, sondern die ERDE. Erst dann, wenn wir nicht mehr den planeten in panik verbauen sondern aus reinstem gewissen innehalten, uns einander anschauen und mit einem lächeln begrüßen: "WILLKOMMEN IM GANZEN, WIR SIND DAS UNIVERSUM!", hat die menschheit ihr kosmisches ziel erreicht, sich als das sprachrohr des universums zu würdigen, sich vor sich selbst zu verneigen wie früher vor gott und sich gemeinsam als eine familie mit dem nachnamen "mensch" um die gesundheit des ganzen zu kümmern, das wir durch uns zu seiner selbstbewußtheit gebracht haben. In dieser zeitlosen sekunde werden die galaxien stillstehen, kein stern wird verbrennen, die meteoriten halten auf ihrer flugbahn inne, das ganze universum hält seinen atem an, um einen gigantischen seufzer der erleichterung wie ein gebet auszustoßen! Zumindest in dieser nutzlosen vision, die ich nun hier von drei bis fünf uhr morgens niederschrieb, weil ich aus irgendeinem sofort wieder vergessenen traum mitten in der nacht aufwachte und von hunger getrieben eine fertigtasagne in die mikrowelle schob und dazu cola-banane trank und das leben liebte, weil ich als halbtagskünstler sogar halbnachtkünstler sein kann, wenn es denn sein muß. Und anscheinend mußte das gerade jetzt sein, auch wenn ich noch nicht ganz verstehe, wozu es im grunde gut ist, wie das ja häufig bei solchen visionen ist: du fühlst dich zwar selbst in dem "zustand" so überklar und erkenntnisreich wie es in inspirierten momenten halt ist, aber der nutzen der kreativen ergebnisse bleibt manchmal jahrhunderte lang ein einziges großes fragezeichen, während wir blöden, überwältigten visionäre schon längst wieder zu staub zerfallen sind, womit wir dann gleich wieder beim anfang des textes wären...

31.12.2013, sOMatoform 60 ICHFÜHLUNG & SEINSFÜHLUNG

Tiefere ursache für "angst vor selbstauflösung" ist objekthaftes (objektivierendes) festhalten an ich-projektionen: Du ruhst nicht in ichfreier mitte sondern bist nur in seelischer balance, wenn äußere strukturen den vorstellungen über das gewohnte ich entsprechen! Das "gewohnte" gibt gefühle von sicherheit, als ob das verbale "ich" in den angehäuften (geistigen wie materiellen) lebensobjekten wohnte. Ein haus voller gerümpel von generationen! Der ganze soziale, seelische und sachzwanghafte schrott des konditionierten ich-gebäudes, der marode charakter des gestrigen, das in die zwanghafte zukunft projiziert wird! Das ANKOMMEN IN SICH SELBST und die erst dadurch mögliche offene begegnung mit dem fremden, "anderen", nicht vertrauten, nicht gewohnten (alles nicht-ichige) setzt eine existenziell-emotionale AUFLÖSUNG DER ICH-OBJEKTE voraus, um die spirale des zwangs als fatamorgana verpuffen zu lassen! Wenn ich bedenke, wieviele jahre ich selber seit der anfänglichen mystischen urerfahrung lochistischer ichbefreiung benötigte, um diese erkenntnisse nichtneurotisch nachzuvollziehen, kann ich von niemandem erwarten, die theorie der objektkultur zu begreifen, der selbst noch die sprache zum zwanghaften OBJEKTIVIEREN der ich-fühlung benötigt (mißbraucht) anstatt in der metasozialen ichbefreiten mitte zu ruhen, von wo aus das POETISIEREN dieser seinsföhlung überhaupt erst zustande kommt, insofern "poesie" als ein postpoetologisches projekt echter, erfüllter situationen verstanden wird, die durch kontakt zwischen antinarzißtischen polen entstehen, das leben gemeinsam spontan verstehen und in dem (zer)fließen der gegenwart als ein strom aus ekstatischen ereignissen vergehen. Ein jeder tropfen im wasser zerfließt subatomar ebenso wie das "element" wasser - das flußbett bleibt leer, aber rauschend...

DIESES LOCHISMUS-MANIFEST beginnt mit seinem ende, damit du weißt, worauf ich hinaus will: die gegenwart ist deine einzige heimat, egal wer du bist, was du machst und ob du dabei glücklich bist. Flüchten kann nur diese einbildung des geistes, doch ALLES, worein du dich flüchtest, ist auch ein bestandteil des jetzt: deine sehnsucht und hoffnung, dein tagträumen und schwelgen in schönen erinnerungen, einfach ALLES, was wahrnehmbar ist, findet im einzigen augenblick statt, der real ist: dem hier und jetzt. Auch all das gestrige und das zukünftige sind darin enthalten. ES GIBT NUR DAS JETZT, das sich von augenblick zu augenblick fortpflanzt. Du kannst es materialistisch interpretieren oder auch spirituell, jeder dualismus mitsamt seiner erklärungen ist selber nur ausdruck der bandbreite des augenblicks. Der moment selber, in dem du JETZT BIST, enthält die gesamte vielfalt aller gegensätze, jede beschreibung ist richtig und doch nur relativ, nämlich in bezug auf die argumente, die dazu passen. Die anderen argumente, die deiner weltanschauung widersprechen, benötigen andere ansichten, die dazu passen. Ein jedes modell hat seine eigene rechtfertigung, aber eins haben sie alle gemeinsam: sie finden JETZT statt. Der tatsächliche augenblick, in dem alles passiert, jede handlung und jeder gedanke, gestattet die unglaublichsten widersprüche und die extremsten modelle der wirklichkeit, denn der moment kennt keinen widerspruch, er vereinigt ganz einfach alles in sich wie ein tisch, auf dem der gesamte nahrungsvorrat ausgeschüttet wird, um den hunger zu stillen. Der eine wacht grade erst auf und will frühstücken, der andere kommt von der arbeit und braucht etwas deftiges. ALLES liegt auf dem tisch nebeneinander bereit, fein sauber geordnet, und wartet auf unsere hungrigen mäuler. Wir sitzen zusammen am tisch und genießen das jeweilige essen, das zu unserer situation haargenau passt. Wer einen zuckerstoß braucht, wird den rinderbraten verschmähen, und umgekehrt. Aber BEIDES liegt griffbereit nebeneinander, die marmelade und das gewürzte fleisch, sie widersprechen sich nur in bezug auf den appetit, aber nicht absolut. ALLES rechtfertigt die eigene existenz aus sich selbst heraus, weil es DA IST. Wer es und wann gebrauchen kann, ist davon abhängig, was uns geschieht und unserem zustand entspricht. Wenn du die welt in einer bestimmten weise erlebst, weil die sonne sie jetzt so beleuchtet, dann warte ein paar wenige augenblicke und schon sieht alles anders aus: die sonne ist weiter gewandert, die schatten sind länger geworden, die farbe des lichts hat sich verändert, die stimmung der landschaft ist nach nur wenigen sekunden ganz anders. Ein permanenter wechsel von stimmungslagen ist unvermeidlich, die welt ist in einer unendlichen bewegung! Das kannst du an deinem eigenen körper sofort nachvollziehen. Grad eben wolltest du etwas essen, jetzt mußt du dich kratzen, gleich wirst du jemanden anrufen, dann gehst du einkaufen, und später ins kino. Das ganze leben geschieht nach und nach, aber immer nur jetzt. Wenn du dich jetzt nicht für das entscheidest, was sich genau jetzt als genau richtig anfühlt, wirst du es niemals tun, denn du kannst es nur JETZT tun. Du kannst dich zwar dazu entscheiden, es in einem anderen jetzt tun zu wollen, aber damit entscheidest du dich automatisch im selben atemzug, etwas anderes jetzt zu tun. Du tust immer in jedem moment irgendwas, das entscheidende ist lediglich, ob du es willentlich akzeptierst oder fremdbestimmt tust. Ob du dich ferngesteuert empfindest oder es selbst kontrollierst. Die kontrolle bewahren ist nichts als das eingeständnis, dem augenblick nicht zu entfliehen sondern hinein zu tauchen und mit dem moment zu verschmelzen, der jetzt "über die bühne" geht. Und die bühne ist dein BEWUßTSEIN, dein bewußtes sein. Daß du dir darüber bewußt bist, zu SEIN, weil du dir deines daseins bewußt bist. Du kannst es als quantenmechanisch, elektrisch, magnetisch, religiös oder leer empfinden, als illusion oder handfeste wahrheit, es stimmt immer in bezug auf die ebene, wo die realität so aussieht, wie du sie gerne sehen willst, aber ganz gleich, WIE du die realität interpretierst, haben alle erklärungen eines gemeinsam: sie sind da. Und dieses "da" ist das geheimnis, das alles verbindet und kommunizieren lässt. Die bewußtheit für alles auf allen erdenkbaren ebenen. Sagt einer zum beispiel "gott" oder "seele", ein anderer sagt aber "materie", so sagen sie beide genau das, was ihnen am da-sein am besten gefällt. Beides ist DA, weil wir es mit diesen wörtern benennen. Wir geben der realität einen namen. Und dann glauben wir irgendwann nur noch den namen anstatt der realität selbst, obwohl die REALITÄT das ist, was namen ermöglicht. Die namen sind selbst realität als geschriebene

und gesprochene wörter, sie stehen für nichts anderes als sich selbst, so wie ALLES sich selbst darstellt. Aber wir halten die wörter für etwas anderes, für symbole und stellvertreter anderer realitäten (oder einer sogenannten "letzten" realität) außerhalb der realität, von der sie sich abgrenzen wollen. Wir definieren zum beispiel das wort "seele" als etwas anderes als materie und dann fügen wir die bewertung hinzu, daß materie illusion sei und seele echt. Will man dann wissen, was eigentlich WIRKLICH KONKRET mit den wörtern gemeint ist, stellt man erstaunt fest, daß das verteufelte wort auf alles gemünzt ist, was sinnlich erfahrbar ist, außer das heilige wort, das als genauso akustische und visuelle erscheinung von der degradierung ausgenommen wird, weil es auf etwas hindeuten soll, was HINTER der realität sein soll, gut versteckt und durch die normalen sinne nicht wahrnehmbar, weil alles wahrnehmbare ja realität, also illusion sei. Um also ein ideologisch aufgeladenes wort wie "gott" oder "ego" davor zu schützen, nichts weiter als selbst nur ein WORT für die fünf sinne zu sein, wird behauptet, das wort sei ein SYMBOL für das eigentliche dahinter. Das eigentliche an sich bleibt per se reine glaubenssache, denn wenn es erfahrbar würde, wäre es nicht mehr das echte, sondern nur ausdruck der materiellen illusion. Spätestens hier hat die URSCHIZOPHRENIE DER OBJEKTKULTUR angefangen, den klaren verstand zu vernebeln und das symbolische gegen das direkte leben auszutricksen, ja letztlich sogar kulturell auszutauschen! Wer jetzt ohne symbole "direkt konkretistisch" lebt, gilt als reduktionistischer hedonist, welch perverse verdrehung! Der ganzheitliche sinn(es)mensch mag symbole genauso wie andere zeichensysteme, wenn sie mit ihrem ästhetischen design überzeugen. Er nimmt sie als sinnlich erfahrbare realität ebenso ernst und wahr wie alles andere, doch er verweigert den glauben an ihre stellvertreter-funktion, weil er begonnen hat, DAS LEBEN ALS GANZES zu lieben, anstatt es nur als schwachen abglanz, als hinweis auf etwas größeres zu bewerten. Die SINNERFÜLLTE SINNLICHKEIT DES SINNFREIEN SEINS ist für den daseinsverliebten so selbstverständlich wie die tatsache, daß kein sinneseindruck alleine den "letzten" lebenssinn repräsentiert, weil leben bewegung heißt, nicht symbolischer stillstand. Das EGO ist diese abstrakte stille, eingefroren "jenseits" vom gehirn, so wie GOTT dieser abstrakte stillstand, das ewige eis "jenseits" der permanenten bewegung sein soll. Beide, ego und gott, sind nur ausdruck der SEHNSUCHT des menschen, zur ruhe zu kommen, sich irgendwo hinsetzen und bleiben zu dürfen, anstatt sich als heimatlos herumtreibend und herumirrend zu empfinden. Der mensch möchte der bodenlosen unruhe der bewegung des seins entkommen und projiziert seine sehnsucht nach erlösung in eine metaphysische urruhe anstatt zu versuchen, IN SICH SELBST als bewegte materie zu ruhen, indem er sich mit dem verbündet, was ihm sowieso am allernächsten ist: dem augenblick als totales, immerwährendes fließendes jetzt, absoluter moment der vergänglichkeit, der einen niemals im stich lässt, weil man darin schwimmt wie ein molekül in seinem eigenen kraftfeld. Das absolute sein reiht sich mit jedem moment aneinander und zerfällt gleichzeitig am anderen ende der schnur, die das jetzt bildet. Die hauchdünne leine des lebens ist durchsichtig wie eine glaskette. Das glas kennt keine zwei seiten, die medaille des daseins hat keine ränder, die materie ist in sich unendlich und beinhaltet die ganze bandbreite der ebener, die wir ihr entlocken können: die leere UND die fülle, das harte UND das weiche, das hiersein UND das fortsein, das raumzeitliche UND das energetische, das physikalisch-logische UND das paranormal-obskure. Die vielfalt der ebener des tatsächlichen seins reicht wie die natur von amöben bis zu dinosauriern, von bloßem stein bis zu organischer bewußtheit, von astronomischer leere bis zu schwarzen löchern. Das sein kann sich in seine symbole verkleiden, in karneval, konventionen, rituale und radikale, aber selbst das denkbar radikalste und originellste hat seinen platz neben dem denkbar beliebigen austauschbarsten. Im angesichte des seins selbst existiert eine mystische gleichwertigkeit, die jedes detail an seinem geeignetsten platz würdigt, wo es seinem selbstsinn den besten ausdruck verleihen kann. Das konservative und das revolutionäre, wo sollte es sein, wenn nicht NEBENEINANDER im echten sein! Nur die menschen fügen sich den eingebildeten schmerz des widerspruchs selber zu und bekämpfen das sein mit sich selbst. Aber auch das ist dem SEIN egal - nur wir selbst sind die leidtragenden anstatt liebenden, obwohl jeder nur liebe will...

Die beiden kardinalfehler der menschlichen zivilisation: 1. die verwechslung von SYMBOLISCHEM mit KONKRETEM leben; 2. die verwechslung von ÖKONOMISCHEN mit EXISTENZIELLEN fragen. Aus 2 resultieren die oberflächlichen wirtschaftssysteme, die nur auf abstrakt-materielle gewinnvervielfachung zielen anstatt nach dem sinn allen seins zu suchen. Aus 1 resultiert die urschizophrene objektkultur, deren kreativität zur metaphysischen überkompensation von konkreter sinnlosigkeit mißbraucht wird, indem jedes ästhetische phänomen (von architektur bis zur agrarpolitik) nicht als glücksbringender selbstzweck konsumiert wird sondern nur als stellvertretender hinweis auf eine transzendente verträstung dient. Fehler 1 und 2 hängen direkt miteinander zusammen: je symbolischer gelebt wird desto pseudo-existenzieller die ersatzfunktion ökonomischer probleme zur verdrängung des antipräsentischen sinn(es)- & seinsverlustes! Und genauso auch umgekehrt: je ökonomischer gedacht wird (anstatt existenziell) desto pseudokonkreter verfestigen und verankern sich die symbolischen gesellschaftsstrukturen in den produktionswegen, bis die TECHNOLOGIEN DER SYMBOLE das direkt-organische leben manipulieren und kontrollieren und keinerlei kritische nische außerhalb der materialisierten symbole dulden! Das endstadium dieser seinsvergessenen, sinn(es)fernen handhabung der wirklichkeit als subtil metaphysischer ersatz für direktes, konkret sinnerfülltes leben im absoluten jetzt ist die permanente vergewaltigung des humanen im systemischen konsumzwang symbolischer produkte, die zur legitimation von identität benötigt werden. Ein leben außerhalb von symbolen bedeutet automatisch den totalen verlust von identitätsbeweisen, mithilfe derer die kulturelle grundversorgung überhaupt nurmehr möglich ist. Ein verzicht auf symbolische gesten, gestaltungen und geständnisse führt zur stigmatisierung als identitätsloser mensch, der kein grundrecht auf überlebensstrukturen mehr hätte, weil alle produkte und produktionswege zum überleben auf rein symbolisch-moralischen strukturen basieren. Aufgrund der allmählich komplett digitalisierten diktatur der symbole geht der ökonomische faschismus der objektkultur nahtlos über in einen digitalen faschismus, der sich als pseudodemokratische freiheit der teilhabe aller menschen am symbolischen schwachsinn tarnt, indem schlichtweg verschwiegen wird, daß gar keine alternative zur symbolischen objektwelt geboten wird. Jedes wort, jedes produkt, die gesamte phänomenologie der symbolischen kommunikation interpretiert antisymbolisch-direktes verhalten als provokanten tabubruch, weil keine verhaltensmuster existieren, um adäquat auf konkretes gestikulieren mit ebenso konkretistischen gesten zu reagieren. Die pädagogik fördert nur das begreifen und speichern und reproduzieren der allgemein abgeseigneten symbole, die keinerlei existenzielle frage mehr stellen. Das studieren und einüben der KOMMUNIKATION ÜBER SYMBOLE suggeriert eine soziale integration als behavioristische massenhypnose. Anstatt die kritik der moderne an sich selbst als ablenkung vom eigentlichen echtsein im da-sein zur verwandlung der gesellschaft in eine symbolbefreite spontane flexibilität zu verwerten, versteift das soziale auf einem gefrierpunkt, der jede erwärmte, befreite bewegung als sabotage des symbolischen allgemeinwohls anzeigt. Und da die abhängigkeit von symbolen nicht nur religiös sondern nun auch ökonomisch vollendet scheint, zwingt jede spontane abweichung von der etablierten struktur zur restriktiven reaktion der struktur selbst, allerdings nicht mehr notwendigerweise personell induziert sondern durch vollautomatische regelkreise, die das bürokratische gruselkabinett unterstützen und mögliche lücken in diesem abstrakten pudding sofort wieder schließen...

SINNLICHE SACHLICHKEIT ODER SYMBOLISCHE SUBSTANTIVE

Die geschichte der menschheit ist die der immer komplexeren selbstentfremdung durch immer abstraktere symbolismen. Am ende dieser antipräsentischen entwicklung steht der komplett ausgehöhlte mensch ohne körper, ohne sinne, ohne gegenwart, ohne kontakt. Das LOCK-OUT-SYNDROM der metaphysierten menschheit, die sich nur noch indirekt-metaphorisch real empfindet, das bewußtsein komplett abgedriftet in eine totalkontrolle durch glaubenssysteme aller disziplinen. Sowohl wissenschaft als auch kunst und spiritualität dienen nicht mehr der direkten selbsterfahrung und selbsterkenntnis, sondern nur noch als symbolistische kommunikationssysteme zur legitimierung von datenflüssen, die unsere identität von außen definieren. Die matrix der zivilisation steckt in der entfremdeten wahrnehmung der sinnlichen welt als symbolische verkehrsschilder anstatt konkrete sinneseindrücke, die das körperliche vorhandensein mit konkretem sinn füttern. Existenzielle sinnhaftigkeit wurde von der individuellen sinnlichkeit abgespalten, die sinne dienen nur noch als empfänger der symbolischen sinnvermittlung durch kollektive medien anstatt als kreator von eigenen visionären befindlichkeiten. Der ausstieg aus dieser primitiven, doch technisch hochentwickelten matrix führt in eine identitäre isolation, weil die symbole der indirekten versinnlichung als hohle hirngespinnste auffliegen und den erwachten geist derart frustrieren und deprimieren, daß das bewußtsein von nun an die kommunikation über symbole verweigert und die konkrete welt der sinneserfahrung als LEBENSWELT für sein wohlbefinden zurückerobert. Das gleicht einer inneren revolution, als würde der stecker gezogen, um die geräte der dauerberieselung zum schweigen zu bringen, den datentransfer der massenhypnose zu unterbrechen und die gigantische kosmische stille zu spüren, die hinter den bildern verborgen blieb. Der geist kann jetzt endlich die leere empfangen und die absolut konkreten informationen der eigenen anwesenheit als GRUNDLOSE INWESENHEIT interpretieren. Die moleküle der direkten, organischen wahrnehmung werden ihrer ursprünglichen aufgabe zurück übergeben: der WELTWAHRNEHMUNG als transsymbolistische bewahrheitung und direkte bewahrung von weltwahrheit ohne symbolische filter vor den konkreten sinnen. Die zivilisation muß sich entscheiden, ob sie den symbolischen göttern als maschinellen machthabern bis in den untergang folgt (nach einer leichtgläubig glorifizierten übergangsphase in eine totalschizophrene cyborg-symbiose) oder die behavioristische fremdkontrolle gegen ganzheitliche selbstkonkretion eintauscht, um das direkte, empirische, echte leben zurück zu gewinnen. Die wichtigsten indizien zur detektivischen selbstüberführung als opfer der symbolistischen versklavung sind der aberglaube an die etablierten metaphysischen idealismen gott, ego und liebe anstatt diese substantive in fließende verben, reflexivpronomen und adjektive (göttlich, mich, lieben) zu transformieren! Das festhalten an dinglosen, bedingungslos unsachlichen substantiven ist der beweis für die subtile zwangsneurotik des geistes, dem diese symbole als konservative genußmittel angedreht werden. SYMBOLISTISCHE SUBSTANTIVE ERSETZEN SINNLICHE SACHEN! Der körper lässt sich für diese unsichtbare matrix der hypertrophierten hohl-hedonistischen herrschaft (reingeistiger genuß ohne materielle substanz) mißbrauchen, an der nur jene verdienen, die über die technologien der symbolverwaltung verfügen, die paradoxerweise die materielle, biochemische basis zur eigenen dematerialisierung verschleißt und das humane schlußendlich in eine transhumanistische selbstausslöschung überführt: absorbiert von der totalen assimilation, wie wir sie bisher nur aus distopischen science-fiction-filmen erahnen. Die klasse der alpha-plus menschen lebt gut von der sucht der sehnsüchtigen gamma-minus masse, solange der schwindel vertuscht werden kann. Unmengen symbole werden zur unterdrückung des freien geistes erfunden, die unterhaltungsindustrie schafft und recycelt tagtäglich neue symbole für status, prestige und soziale integration. Wer ohne SOZIALE SYMBOLE lebt, fällt durch die maschen des neurotischen netzes und landet im abseits, das kein heiliges jenseits bereithält: die echte, primäre realität im diesseits ohne dualistische abschreckung. Das diesseits ist die konkretisierte unendlichkeit ohne jenseits. Die illusion einer abseitigen, aussätzigen, moralisch verwerflichen boykotthaltung soll davon abhalten, den stecker zu ziehen, den symbolen den saft abzudrehen und sich als göttliches geschöpf ohne schöpfer zu spüren. Die kulturellen symbole zur zivilisierten integration in den identifikationswahn des kommunikationskonsums schüren die angst vor der befreiung, indem sie

sämtliche dualismen als existenzielle entscheidung zwischen allgemeiner anteilhabe oder identitätsloser isolationshaft mit hämischem süffisanten grinsen vermarkten. Anders gesagt: Wer nicht mitspielen will, wird vom spielfeld verbannt. Wer aber trotzdem auf dem spielfeld stehen bleibt, wird gebrandmarkt als außenseiter, verräter und spielverderber. Der ausstieg aus diesem symbolspiel wird verhindert, indem die grenzenlosigkeit des spielfeldes suggeriert wird, wodurch die erkenntnis der "ewigen möglichkeit" des EXISTENZIELLEN EBENENWECHSELS verhindert werden soll, der die grenzenlosigkeit jenseits der asymptotischen annäherung an die grenzlinie überwindet. Jenseits der grenzenlosen symbole erwartet dich geistiges vakuum, denn du kommst zu dir und hast nur die rolle des mitspielers abgelegt wie eine digitale haut gegen die künstliche kälte des spielfeldes, wo alle godotsuchend herumstehen und dumm aus der wäsche glotzen, wenn sich die regeln mal wieder zum nachteil der hypnotisierten masse verändern. Godot kann nicht kommen, denn jeder ist selbst ein geklonter godot. Du kannst dich nur gegen die artifizielle identität entscheiden, indem du den dualistischen schwachsinn nicht glaubst und die angst vor der isolationshaft als zwangsneurotisches hirngespinst auffliegen lässt. Die symbole der substantivischen komplettkontrolle sind hohl wie die zellkerne der matrix. Das spielfeld ist zwar unendlich, aber die flucht findet nach innen statt, wo die nummer des trikots von einem sehnsüchtigen geist endgültig gelöscht wird. Ein mutiger, tapferer, selbstbewußter und radikalierter geist, der sich im vakuum als sein sich selbst sehendes auge verschluckt, um sowohl sein reflexives ego als auch das traditionelle prinzip gott wie eine feudalistische fatamorgana diabolischer dialektik in ihre pauschalisierten pixel zu zersetzen, bis das übrig bleibt, was man noch echtes empfinden nennen kann. Echtes authentisches leben ohne die filter der substantivierten unsachlichkeit, vor denen sich freigeister so ekeln, weil sie dich ohnmächtig versklaven wollen und als conserve einreihen. Das upgrade von antonin artaud findet nicht in der anstalt statt, also gar nicht, denn die reale anstalt ist überall. Die radikale revolution bleibt eine unsichtbare ebene der ekstase, das vakuum ist eine heilige energie, ja ich rufe ginsberg und goll als gespenster der freiheit an! Niemand kann einem anderen wirklich verbieten, die wahrheit zu sehen, denn das bewußtsein kennt keine filter, sobald man die ebene wechselt. Das spielfeld ist grenzenlos, aber der rasen nicht grün sondern nur gläserne simulation. Zieh den stecker und atme die echte luft - dein zuhause heißt erde...

**30.3.2014, sOMatoform 67
WERK & WERTE**

Diese langeweile, diese traurigkeit, sich nutzlos an den rand gedrängt zu fühlen wie ein alter mensch auf dem gesellschaftlichen abstellgleis. Auf halber strecke schon im jenseits als nochlebender. In voller blüte dem verfall anheim zu fallen. Kulturelle werte für die zukunft, eine ungewisse zukunft ohne mich als mensch, geschaffen zu haben. Und letztendlich doch noch im register eines lexikons wie all die anderen geführt zu werden. Weil man ehrlich war. Weil wahrheit lebenslänglich über den unterhaltungswert des allzu nur-persönlichen zu siegen hatte, weil man den privaten spaß nicht frei von visionären pflichten so genießen konnte, als sei alles gut, als gäbe es kein leid und keine lügen. Aber nichts hat sich geändert, keine kunst zeigt große wirkung. Was geschieht, folgt immer nur der spur des geldes und der gier. Die ideale wurden nie verraten, sondern existierten nur in den vertraumten köpfen. Das geheime werkbewußtsein, all die jahre, all die qualen, all die kreativen perfektionen, ideale projektionen, inspirierte abstraktionen, unter paradoxen alltagskonditionen, von der bürgerlichen waage in der toten schwebel festgehalten, scheintot, zombie, lebende legende, kunstskandale ohne echte politische randale, kunst verdammt zur schönheit, weil der bürger alles schön macht, was ihn stören könnte, was ihn wecken könnte, was die seifenblase platzen lässt, den schein der heilen welt des privatistischen, des nichtbetroffenen und nicht berührten. Wer sich von der wirklichkeit BERÜHREN lässt, riskiert den untergang in tränen der verzweiflung, weil so wenig wirkliches vorhanden ist. Was übrig bleibt, sind hohle symbole mit leeren worten kommuniziert. Kommunikation ist nicht mehr dieser austausch von erlebten und von jedem neu erfahrbaren ereignissen, sie beschränkt sich auf wiederholbare (beliebig reproduzierbare, austauschbare) trockenübungen...

Du bist höchstwahrscheinlich sehr jung, wenn du das liest, ja, vielleicht sogar noch jünger als ich damals, als sich mir die eine entscheidende frage zum ersten mal aufdrängte: WAS IST DAS ICH? Es soll zwar auch alte menschen gegeben haben, die erst auf dem sterbebett zur nötigen ruhe kamen, um sich nach der tieferen wahrheit des eigenen selbst zu befragen, aber vielleicht ist das auch nur ein gerücht, weil wir ganz einfach angst haben zuzugeben, daß wir überhaupt fragen stellen, die altklug und naseweis klingen und nicht unbedingt alltagstauglich. Ich bin mir fast sicher, daß jeder einmal im verlaufe des lebens die krise darüber kriegt, nicht zu wissen, wer oder was das ich eigentlich sei. Manche leben womöglich in einer art dauerkrise, obwohl sie nach außen entspannt und zufrieden wirken. Aber im inneren tobt ein orkan um eine geheime mitte, die entweder als paradiesische windstille oder als alles verschlingendes schwarzes loch vorgestellt wird. Und da sind wir auch gleich schon beim knackpunkt, warum wir beinahe verzweifeln, wenn es um diese mitte geht: unsere abhängigkeit von allen möglichen vorstellungen, die wir uns machen, ohne die mitte zu kennen. Was ist diese mitte? Was ist in ihr? Ist überhaupt etwas in ihr? Oder gibt es sie nur, weil wir sie von außen umkreisen, umzingeln und auf den punkt bringen wollen? Den nullpunkt der kreismitte? Das mathematische loch? Die nichtexistente lücke zwischen zwei punkten, die ein linie ergeben? Das immer kleiner werdende bindeglied zwischen den einzelnen punkten? Das UND zwischen den dingen? Das BIN zwischen den ich-zuständen? Das große "ich bin" ohne das ich? Großer geist? Gott? Ewigkeit? Unendliche leere? Oder ein urgrund aus bodenloser energie? Aber egal, wie man es nennt, es sind letztlich nur namen und bilder: das auge kann sich nicht selbst sehen! Das ich kann nur gedanken, gefühle und seine bewußtheit wahrnehmen, doch kann es nicht gleichzeitig "ich" sagen und sich dabei beobachten, denn der beobachter IST dann das ich, das auf das WORT "ich" schaut und sich dann selbst wieder von außen betrachten müßte, um dieses ichich zu definieren. Hier beginnt die inflationäre regression in immer weitere dimensionen - der wahnsinn klopft an die tür, eine massive, verrostete tür, die sich mit ohrenbetäubendem quietschen nur einen winzigen spalt breit öffnet, durch den dieser eisige sog auf die andere seite einsetzt. Diesem sog widerstehen wir ständig, solange wir WEITERFRAGEN, wo unser ich wohnt, weil wir SPÜREN, DASS wir da sind, daß es uns gibt, und die hoffnung besteht, eines tages mithilfe der richtigen, unausweichlichen, letzten erleuchtung zu sehen, wer oder was wir hinter der kulisse unserer vorstellungen sind. Diese heimliche sehnsucht treibt alle an! Diese sehnsucht nach mehr - nach mehr jetzt...

ANTIPROSA
&
THEORIE

"Der Mensch unterwirft also seine Existenz einem außerhalb seiner selbst liegenden Zweck. Daß ein solcher äußerer Zweck allein schon den Menschen verkümmert und versklavt, setzt eine schlechte Ordnung der materiellen Lebensverhältnisse voraus, deren Reproduktion durch die Anarchie einander entgegengesetzter gesellschaftlicher Interessen geregelt wird, eine Ordnung, in der die Erhaltung des allgemeinen Daseins nicht mit dem Glück und der Freiheit der Individuen zusammengeht. (...) Die Welt des Wahren, Guten und Schönen ist in der Tat eine 'ideale' Welt, sofern sie jenseits der bestehenden Lebensverhältnisse liegt, jenseits einer Gestalt des Daseins, in welcher der größte Teil der Menschen entweder als Sklaven arbeitet oder im Warenhandel sein Leben verbringt und nur eine kleine Schicht überhaupt die Möglichkeit hat, sich um das zu kümmern, was über die Besorgung und Erhaltung des Notwendigen hinausgeht. (...) Die ontologische Sonderung der ideellen von den materiellen Werten beruhigt den Idealismus in allem, was die materiellen Lebensvorgänge betrifft. Aus einer bestimmten geschichtlichen Form der gesellschaftlichen Arbeitsteilung und Klassenschichtung wird ihm eine ewige, metaphysische Form des Verhältnisses von Notwendigem und Schönerem, Materie und Idee. (...) Unter affirmativer Kultur sei jene der bürgerlichen Epoche angehörige Kultur verstanden, welche im Laufe ihrer eigenen Entwicklung dazu geführt hat, die geistig-seelische Welt als ein selbständiges Wertreich von der Zivilisation abzulösen und über sie zu erhöhen. Ihr entscheidender Zug ist die Behauptung einer allgemein verpflichtenden, unbedingt zu bejahenden, ewig besseren, wertvolleren Welt, welche von der tatsächlichen Welt des alltäglichen Daseinskampfes wesentlich verschieden ist, die aber jedes Individuum >von innen her<, ohne jene Tatsächlichkeit zu verändern, für sich realisieren kann. (...) Hatten zur Zeit des kämpferischen Aufstiegs der neuen Gesellschaft alle diese Ideen einen fortschrittlichen Charakter, so treten sie in steigendem Maße mit der sich stabilisierenden Herrschaft des Bürgertums in den Dienst der Niederhaltung unzufriedener Massen und der bloßen rechtfertigenden Selbsterhebung: sie verdecken die leibliche und psychische Verkümmernung des Individuums."

**Herbert Marcuse, in: ÜBER DEN AFFIRMATIVEN
CHARAKTER DER KULTUR" (1934-38)**

DIE GLÄSERNE QUAL(LE) DER SELBSTERKENNTNIS (PSYCHOSYNTHETISCHER METASKEPTIZISMUS)

Eonanda schlenderte durch den leise erwachenden Wald in Richtung Strand, die taufrische Morgenluft tief einatmend, und versuchte, all die einander widersprechenden Gedanken zu sortieren, die er in den verstaubten Büchern der Hotelbibliothek gefunden hatte. Mal wieder war er mitten in der Nacht aus einem Traum aufgeschreckt, der ihn seit frühester Kindheit verfolgte. Darin verriet er den anderen Kindern, daß er nur träumte und daher jederzeit aus dem Spiel wieder verschwinden könne. Die Kinder starrten ihn jedesmal ungläubig an und rannten nach einer Weile verängstigt weg. Aber dieses Mal war eines stehengeblieben und hatte mit großen verwunderten Augen gefragt: "WIE MACHST DU DAS?" Nachdem er im Traum unfähig war zu erklären, wie es ihm möglich ist, zwischen zwei Welten zu pendeln, schlich er sich über die leeren Hotelflure in den Gedächtnissalon und griff willkürlich ein Buch nach dem anderen aus den hohen Regalwänden. Instinktiv öffnete er jedes Buch auf einer Seite, die sich spontan für die Finger am besten anfühlte, und hatte nach nur einer einzigen Stunde ein gigantisches Mosaik aus Zitaten im Kopf, die die Frage nach der EXISTENZ AN SICH von allen philosophischen Seiten beleuchteten. Mit diesen schwindelerregenden Sätzen aus sämtlichen Traditionen der menschlichen Kulturgeschichte schlenderte er nun durch den Wald und war froh, als er die Brandung schon aus der Ferne hören konnte. Es war wohl noch Ebbe und diese friedliche Stille im halbdunklen Dämmerlicht übertrug sich auf seine zerbrechliche Stimmung. Am Strand angekommen atmete Eonanda tief durch, die heranplätschernden Wellen beruhigten seine Nerven... Da bemerkte er eine gläserne Riesenqualle direkt vor seinen Füßen. Augenblicklich wurde ihm bewußt, daß dieser glibbrige Organismus seine Zwillingschwester aus Urzeiten war, und setzte sich zu ihr in den feuchten Sand. Irgendwie hatte er das Gefühl, daß sie ihn leicht erwartungsvoll anschaute, weil ihre gläsern glänzende Haut diese allumfassende stumme Frage ausstrahlte "WAS IST PASSIERT?" - und sein Bedürfnis weckte, sich ihr zu offenbaren, dieser Qualle zu erzählen, was sich seit damals verändert hatte, warum es so anstrengend war, mit einem menschlichen Hirn zu leben und daß er unendlich froh war, den quallenartigen Rohzustand des Bewußtseins nicht gänzlich vergessen zu haben. Und so flüsterte er bereitwillig und dankbar in den Schaum:

"Ich bin kein Selbstmörder, darum schaue ich dem Skandal meiner Seele entspannt ins Gesicht: Alles dient nur meiner Beruhigung, damit ich wieder funktioniere. Eine Hypnose wird gegen eine andere ausgetauscht, jeder Zustand meines Ichs ist eine dekadente Selbstlüge. Solange ich mich einigermaßen glücklich, zufrieden und ausgeglichen fühle, kann ich ALLE FIGUREN LIEBEN und zur Selbstbespiegelung nutzen. Aber sobald die Große Verwirrung eintritt, hilft KEINE EINZIGE weiter sondern starrt mich wie eine verstaubte Puppe im Setzkasten an: eine hohle Erinnerung an gute Tage, fast meine ich das hämische Grinsen der eingefrorenen Mundwinkel zu erkennen. Selbst Buddhas, Zenmeister und Schamanen, sogar die geheimnisvoll goldenen Engel, sie alle entwickeln jetzt plötzlich eine gruselige verschmitzte Art, mich wie Zombies schelmisch aus den Augenwinkeln zu betrachten, abwartend, ob ich bemerke, daß sie sich gegen mich verschworen haben, um dann in schallendes Gelächter auszubrechen, mit dem Finger auf mich zu zeigen und im Chor loszuprusten: Ätsch, verarscht! Wir sind nur billige Abziehbildchen Deiner

jämmerlichen Psyche, um Dich davon abzulenken, daß Du Dich mit unserer Hilfe in ein Identitätskorsett zwängst, das sofort zu Staub zerfällt, wenn Dir der Boden unter den Füßen weggezogen wird. Und dann? Zittern dir die Kniee, alle Gedanken spielen sich gegeneinander aus, alles dreht sich wüst im Kreis, bis der ganze erbärmliche SEELENSCHWINDEL auffliegt! Hoch soll er fliegen! Erbarmen! Habt Erbarmen mit mir, oh Ihr seltsamen Schattenspiele, Ihr selbsterfundenen Geister, seid gnädig mit mir, lasst bitte Gnade walten! Ich erwarte keinen Boden unter den Füßen, jedenfalls keinen allzu festen, geschweige denn Flügel - nur einen Weg aus der Verwirrung, die GRUNDLOS AUS DEM NICHTS über mich kam und wie eine SEELENSÄURE meine gesamte Identität wegätzt. Dies ist das schaurigste Vakuum, das mir widerfahren kann. Es vernichtet jeglichen Glauben an irgendeine Möglichkeit, ECHT zu sein. Es bleibt nur diese hohle Mogelpackung einer menschlichen Gestalt übrig als organischer Roboter, der immerzu diese letzte Zahl 'UNENDLICH' ausspuckt und jede andere Zahl auf unendlich zurückführen kann. Jedes System, jedes Konzept, jedes Modell überführt sich selbst als verschleierte Unendlichkeit, jedes Spiel trickst sich selbst aus, jede Geste wird irgendwann auffällig, verdächtig, ja, fürchterlich nichtssagend. Alles nur lächerliche Überkompensation eines geschickten Trickbetrügers: DAS GROSSE ICH, das sich an irgendeine Figur klammert, sie liebkost und anfleht, und hofft, sie wieder zum Leben erwecken zu können. Aber diese Puppen schweigen und glotzen ins Leere. DAS LEERE. Irgendwo da draußen. Hinter dem Setzkasten... Das Ich jongliert verzweifelt mit zerplatzten Seifenblasen. Die Verwirrung ist größer und älter als alle Figuren, ja selbst das kosmische Urmonster liegt wie betäubt in meinen grenzenlosen Armen. Ich sehe sie alle, die ganze Armee meiner Figuren, inmitten Ihrer Bewegung eingefroren - abgeschaltet! Umgeben mich wie billiges Pappmasché. Ich hasse Euch! Ihr Versager! Ihr fahnenflüchtigen Feiglinge! Verräter! Genußsüchtige egoistische Schmarotzer!!! Solange ich dieser großartige blonde Künstler war, dieser superschlaue, selbstreferenzielle Mystiker mit unendlicher Seelenruhe und kosmischem Durchblick - ja, solange ich diese ganze idiotische Erleuchtungsnummer repräsentierte, habt Ihr in meinem Glanz gebadet. Aber jetzt? Jetzt, da ich EURE HILFE ein einziges Mal wirklich bräuchte, um JENSEITS ALLER PROJEKTIONEN mit meiner verlorenen Echtheit auf Tuchfühlung zu gehen, da zieht Ihr Eure selbstgefälligen Gewänder aus, tauscht sie sogar untereinander aus wie Theaterkostüme und lacht Euch tot über meine nicht zu überbietende Blödheit! Hätte ich Euch doch nie geglaubt! Euer geheucheltes Wohlwollen, Euer Spaß an meiner Verzweiflung, meiner Neugier und Abenteuerlust. Ihr seid meine eingebildeten NACKTEN GÖTTER! Eure Knochen sind blank gescheuert und liegen fein säuberlich vor meinem geistigen Auge: ein weisser Knochen neben dem anderen! Wie die Betonskelette der Hochhäuser, die allesamt gleich ausschauen, exakt gleich, jeder Millimeter im rechten Winkel, jede tragende Säule im selben Abstand - nur die Fassaden vertuschen die Austauschbarkeit! Ich entsage all diesen Fassaden, ich schaue hindurch und erkenne Euch, oh Ihr entblößten verdammten Gottheiten, Ihr leeren, hohlen, absurden Spielgefährten, die meine Seele vernebeln! Meine Würde reicht tiefer als Eure erhabenen Sätze, ich mache mich frei von Euren Zauberformeln und schreibe meine eigene Geschichte! Denn MEINE GESCHICHTE ist die Gegenwart! Diese Gegenwart des Heimatlosen, Entwurzelten. Die Große Gegenwart der andächtigen Bodenlosigkeit, die jetzt durch mich hindurch strömt und kein Erbarmen kennt. Kein Wunsch nach Gnade lässt Rasen ausrollen. Die Muttererde bleibt unter mir gläsern, ich schaue durch den Kristallplanet hindurch zu den Sternen auf seiner anderen Seite. Der Himmel umgibt mich in alle Richtungen und hat keinen Horizont. Ich schwebe inmitten der Hochgeschwindigkeitsleere durch meine eigene Hohlheit und

tausche die Zellen meines gläsernen Körpers gegeneinander aus: Jede Zelle springt durch den hohlen Zellkern der gegenüber liegenden, mein gesamter Körper stülpt sich mehrfach ineinander um und verwandelt sich in einen einzigen Platzregen aus kernlosen Zellmembranen, die miteinander tanzend das magnetische Feld erzeugen, aus dem diese Stimme ertönt, die kein Ich hat und trotzdem mehr Kraft und mehr Klarheit verbreitet als die Summe aller Ichs, die mir bislang zur Verfügung standen. Und diese Stimme spricht in der Sprache des magnetischen Drucks telepathisch zu mir und formt keine Wörter sondern spricht frei von grammatischen Zwängen, befreit von dem Silbenzwang, als eine einzige, unendliche Druckwelle, tief und geduldig mich durchflutend und als Lichtwesen erkennend. Als Wunder. Als gottlosen Gott und Verbrecher - SEELENRÄUBER UND SEELENRETTER bin ich! Mein eigener! Selbsträuber und Selbstretter! Ohne Rezept. Ohne Gnade. Ohne Geschichte. GEDULD heißt das Zauberwort! Warten und frei von jeglicher Hoffnung entspannen und das grausame Seelenchaos als nicht wiederholbares Bewußtseinsabenteuer genießen. Am Ende wie neugeboren aufstehen und weitergehen. Weitergehen als wäre rein gar nichts geschehen. Niemand hat irgendwas jemals bemerkt. Ich bin noch da. Ein Verwandelter. Ausgehöhlter. Das Drama war bloß eine innere Illusion. Autos FAHREN. Büros ARBEITEN. Sonne SCHEINT. Mittagspause. Ein nettes Gespräch auf der Straße. Zufälle, die keine sind. Und die Zukunft PASSIERT von alleine."

Bei diesem Gedanken schaute Eonanda vom Sand auf und sah plötzlich den orange glühenden Sonnenball, wie er sich langsam durch den Dunst aus dem Horizont des Ozeans erhob. Der Tag wollte beginnen, die Erde drehte sich unaufhaltsam weiter und legte den Blick auf das kosmische Schauspiel frei. Eonandas Magen knurrte. Zeit für ein kräftiges Frühstück! Die Qualle wurde von einer letzten Welle erfasst und in den glitzernden Schaum zurückgespült. Eonanda stand auf, räkelte sich, klopfte den Sand von der Hose und drehte sich um. Die Bäume leuchteten jetzt saftig grün und er freute sich auf den Heimweg ins Hotel. Die ersten warmen Sonnenstrahlen trafen seinen Nacken, der Wald duftete ihm entgegen, er fühlte sich wieder fähig, in der Zivilisation mitzuspielen, und setzte sich in Bewegung, seinen Namen vor sich her murmelnd und freundliche Sprüche einstudierend: "Guten Morgen, geht es gut?" Danke, BESTENS...

© **www.THERAPIETRIP.de**

© **www.sOMatoform.de**

© **www.MehrJETZT.de**

© **www.URENGEL.de**

Eonandas ungewollte Einführung in den neuroschamanischen METASKEPTIZISMUS

Als Vorbereitung auf meinen THERAPIETRIP diene dieser "ketzerische" Versuch, die Methode der PSYCHOSYNTHESE (gemäß Roberto Assagioli) nach mehreren Monaten Selbsterfahrung antiprosaisch zu durchleuchten, um mich selbstkritisch zu fragen, inwiefern ich überhaupt selbstverantwortlich offen mit dieser wundervollen Methode umgehe (die meinem "fantasiereichen" Vorstellungsvermögen eigentlich hundertprozentig entspricht) oder sie durch das metaskeptische Denken fahrlässig unterlaufe. Denn dann wäre die (vielleicht paradoxe) Frage, ob dieselbe Methode der archetypisch isolierten Imaginationen auch zur Heilung von eben diesem abstrakt kontra-emotionalen Blockade-Zustand beitragen kann oder sich selbst ad absurdum führt, wenn keine Verbindung zwischen Bildern und Gefühlen hergestellt werden kann, weil sich dahinter liegende Traumata zu einer neurotisch "perfekt" funktionierenden Persönlichkeitsstörung verfestigt haben, die keine Durchlässigkeit mehr erlaubt, wo die Tränen zu schmerzhaft wären, um nicht daran zu zerbrechen (oder in eine Psychose abzurutschen?). Aber dann dient sie tatsächlich als grandiose Vorbereitung auf eine klinische Crashkurs-Therapie, in der sich das ängstliche Ich Schritt für Schritt traut, durch die bereits zutage beförderten (aus dem Seelensumpf ins Bewußtsein gehobenen) Bilder hindurch zu steigen, um mit seiner EXISTENZIELLEN SEHNSUCHT NACH SEINEM EIGENEN SCHMERZFREI AUTHENTISCHEN LEBEN den verdrängten Schmerz auf der anderen (direkt-emotionalen) Seite der Erinnerung aufzuwecken und konkret körperlich zu bewältigen. Das überaus spannende (und zen-meisterlich GEDULD fordernde) daran ist, daß sich hinter jedem einzelnen Bild wieder weitere kybernetisch hervorsprudelnde Bilder entwickeln können, ohne das bildhafte Rätsel des symbolisierten Problems notgedrungenenerweise zu entschlüsseln (erst wenn die Not keinen Fluchtweg mehr sucht, und das hat leider sehr viel mit Gnade zu tun, nicht nur mit Wille, denn der trickst sich immerfort gerne selbst aus!) - eine "schlimmstenfalls" (d.h. untherapierbare?) asymptotische Endloskette, die nur überwunden wird, wenn irgendeins aus dem Psychopool sämtlicher Bilder als völlig beliebige Urfantasie bildbefreit GEFÜHLT STATT NUR GESEHEN werden kann, denn nur genau dann und dort (an einer fast willkürlichen Stelle des inneren Kinos!) beginnt dieser heilsame Zusammenbruch des Kartenhauses, auf dessen Karten nur die Zahl "Unendlichkeit" mitsamt der gesichtslosen Allegorie der Urfantasie als leuchtende Figur steht: auf allen Karten dieselbe Darstellung mit derselben Überzahl! Doch bei einer beliebigen Karte beginnt die Figur plötzlich zu leuchten und durchscheinend zu werden, dort beginnt die Überwindung des Sprachlichen und Bildhaften zugunsten der reinen, verdrängten Emotion! Daraus folgt, daß gemäß des psychosynthetischen Ansatzes auch die Bildergeschichte des "Metaskeptizismus" nur das "urängstliche" Sprachrohr eines ganz bestimmten sublimierten Ich-Anteils darstellt, der Angst davor hat, sich in die GESAMTE LEERE PERSON (DAS UREIGENTLICHE SELBST) integrieren zu lassen, weil diese "Rückkehr ins Tiefenorganische" alle narzißtischen Sicherheiten des hypertrophierten Intellekts in ein schockierendes Wohlgefallen ohne wohlsortierte Gefälligkeiten sondern permanentes GeGEnwärtsRAUSCHen auflöst...

