

PLATANEN -BLÄTTER



....aber Schneewittchen ist tausendmal schöner...

Inhalte:

Der ehrliche
Makler

Schnee von gestern -
Verbrennungsanlage

So läuft es presse-
mäßig auf der
Berlinale

Lebenskampf

Gedanken über den
Neuanfang bis zum
Ende

Ein Mann mit
Visionen

Abschied

Mann und Frau gehen
durch die Krebsbara-
cke

Schneewittchen -
Lebensende und
Neubeginn

Übergewicht abbau-
en - ein leichtes Kapi-
tel ?

Süchte sondieren -
6. berliner psychia-
trietage

Tagesfahrt zum
Schloß Paretz

Kultur-Programm /
Anzeige

Falscher Hase

Lebensende - Neubeginn?

**Zeitschrift von und für Menschen mit Herz, Seele und Verstand
Kennen lernen - Einander verstehen - In Verbindung bleiben**

€ 0,-

21. Jahrgang

NUMMER 01/11

Inhaltsverzeichnis & Impressum

Titelthema: Lebensende - Neubeginn?

Rubriken:

- | | |
|--------------------------------------|--|
| S. 2 Rubriken u. Inhalt / Impressum | S. 9 So läuft es pressemäßig auf der Berlinale |
| S. 3 Editorial | S. 11 Lebenskampf |
| S. 4 Titelthema
- 22 | S. 11 Gedanken über den Neuanfang bis zum Ende |
| S. 23 In eigener Sache & Ankündigung | S. 12 Ein Mann mit Visionen |
| S. 24 Platanenblätterküche | S. 13 Abschied |
| | S. 14 Mann und Frau gehen durch die Krebsbaracke |

Inhalt:

- | | |
|--|---|
| S. 4 Der ehrliche Makler | S. 15 Fast ein Lebensende - verheißungsvoller Neubeginn ? |
| S. 6 - SCHNEE VON GESTERN - VERBRENNUNGSANLAGE ... | S. 17 Schneewittchen - Lebensende und Neubeginn |
| S. 8 in der ferne, so nah (Gedicht) | S. 18 Übergewicht abbauen - ein leichtes Kapitel ? |
| S. 8 Platanenblätter natürlich 20 Jahre ohne Unterbrechung | S. 19 Süchte sondieren |
| S. 8 Morgens halb zwölf im Bett in Kreuzberg | S. 22 Tagesfahrt zum Schloß Paretz |
| | S. 23 Vorschau & Kultur - Programm / Anzeige |
| | S. 24 Rezept: Falscher Hase |

Impressum

Herausgeber: PLATANEN-
BLÄTTER
Postanschrift:
Platane 19 e.V.
Redaktion „Platanenblätter“
Knobelsdorffstr. 15
14059 Berlin
ca. 4 Ausgaben/Kalenderjahr
Redaktionssitzungen:
Knobelsdorffstr. 15,
14059 Berlin - Charlottenburg
wöchentlich
Mail:
platanenblaetter@platane19.de

V.I.S.d.P.: Hartmut Koch

Redaktion:
Hartmut Koch, Dietmar Wib-
schek, Angelika Willig, Eve-
lin Jacobs u.a.

Layout:
Arnim Alexander & Hartmut
Koch

Nachdruck:
nur mit Genehmigung der
Redaktion

**Namentlich gekennzeichnete
Beiträge sind von den
Autor/innen zu verantworten**

1. Auflage: 200
Preis der Ausgabe: 0 Euro

Bankverbindung:
Bank für Sozialwirtschaft
Konto: 31 186 - 08
BLZ: 100 205 00

Träger:
Platane 19 e.V.
Verein zur Wiedereingliederung psychisch Kranker e.V.
Knobelsdorffstr. 15
14059 Berlin

Die PLATANENBLÄTTER können in der Platane 19 e.V. Wundtstr./ Knobelsdorffstr. 14059 Berlin abgeholt werden. Wenn Sie uns frankierte Rückumschläge zusenden oder 5 € für vier Ausgaben überweisen, können wir Ihnen die Zeitung auch zu schicken.

Editorial

Liebe LeserInnen,

die Arbeit an dieser vorliegenden Zeitung hat endlich ein Ende. Was aber nicht bedeuten soll, dass auch die Redaktion ein Ende hat? Nein, wir, die Redaktion, sind schon mit dem Neubeginn der zweiten Ausgabe fleißig im Gange, damit ihr auch vier Ausgaben erhaltet, wie ihr es gewohnt seid.

Wie ihr dem Titelblatt entnehmen könnt, hat sich die Redaktion des Themas: Lebensende - Neubeginn? angenommen.

Auf dem Cover haben wir uns der Märchenwelt bedient, da in dem Märchen „Schneewittchen“ ein dreifacher Tötungsversuch mit anschließendem Happy - End dargestellt wird.

Die Redaktion hat sich mit dem Tod auseinandergesetzt: wie man mit ihm umgeht, was mit den Toten passiert, und wie man mit seinem Erdendasein einen erträglichen Lebenskampf führt.

Auch die Kapitel schwerer Krankheiten oder der Selbsttötung werden in diesem Blättchen behandelt. Für den einen ist die Selbsttötung eine Erlösung, für andere der Tod nach einer schweren Krebserkrankung.

Aber auch Übergewicht kann manchmal krankhaft sein, und wenn man dieses dann erfolgreich reduziert hat, wartet ein neues Lebensgefühl auf den, der es geschafft hat. Jedoch in der heutigen Zeit, weiß man nicht mehr, was man überhaupt noch essen darf, nach diesen schrecklichen Katastrophen - wie z.B. jüngst in Japan. Also ernähre ich mich nur noch von Luft und Liebe, um ein neues Leben anzufangen!

Eine schöne Frau wie z.B. Königin Luise feierte 2010 ihren 200. Todestag. Zu diesem Anlass war im Schloss Paretz eine Ausstellung.

Aus aktuellem Anlass könnt ihr noch einen Bericht über die 6. berliner psychiatrietage lesen, und ihr erfahrt, wie es bei der Berlinale abläuft.

In diesem Sinne habt mit dem „Falschen Hasen“ vom Rezept ein gesegnetes Osterfest und viel Freude beim Lesen!

Eure Redaktion



Flammendes Inferno - was kommt danach?

Achtung:
Die Abonnementbedingungen
bitte dem Impressum entnehmen !

DER EHRliche MAKLER

Die meisten Menschen wollen nichts von ihrem Ende wissen. Es wird verdrängt, weit weggeschoben, so, als gäbe es den eigenen Tod nicht. Schriftliches darüber überliest man eilig. Die ewige Jugend, sie gilt als Vorbild. Ein faltenloses Gesicht ohne Makel, volles langes Haar, ein markantes Kinn, welches für Durchsetzungskraft und Erfolg steht und strahlend weiße Hackerchen mit einem COLGATE PLUS-Lächeln, so lauten die Klischees. Diese erstrebenswerten Ziele peitscht uns die Werbung, geschickt verpackt und seit vielen Jahrzehnten bewährt, ins Unterbewusstsein. Dabei spielt die breite Masse von Millionen geistigen Tieffliegern, also das einfaltslosigste und saudumme Pack der Bundesbürger, welches bereits in der Hauptschule an ihre Grenzen stieß, die zentrale Rolle.

Aber wo bleibt der Tod, diese nie greifbare Gestalt, von der es weder Rückmeldung, noch Vorhersage gibt? Das oft als "finsterer Gesell" bezeichnete Wesen steht im wahren Sinne des Wortes über uns. Es spielt mit einem riesigen, scharfkantigen Pendel, welches immer näher auf uns zukommt. Der Volksmund redet auch von SCHÄRFE, weshalb der Tod als Sensenmann bezeichnet wird. Tod kann Elend und Verderben bedeuten, wohl aber zeigt er sich genauso als Rächer oder Erlöser. Zu letzterer Bedeutung sagt SCHILLER in MARIA STUART:

Didi, der Verkohlte



"Wohltätig, heilend nahet mir der ... ernste Freund".

Alles, was lebt, stirbt wieder. Seit Millionen von Jahren hat sich daran nichts geändert. Blumen verwelken, Tiere werden als Kadaver von Artgenossen gefressen, und wir Menschen verschwinden. In unseren Ländern geht dieser Vorgang eher heimlich, still vor sich. Man spricht nicht gern darüber. Trauer wird zum Fremdwort. Die meisten Kranken und Alten nippeln in Hospizen oder Kliniken ab. Kaum ein Verwandter will die Aspiranten fürs Jenseits noch mal zu Gesicht bekommen. In den Sterbefabriken geht es anonym zu als in Wohnungen. Relativ sauber und effizient entledigt sich die Gemeinschaft des Verblichenen durch krematorische Entsorgung. Aber relativ sauber geschieht die Einäscherung bekanntlich nur, wenn entsprechende Filter den schwarzen Qualm reinigen. Dem Verstorbenen soll's recht sein. Er entflieht so oder so mittels Wolke durch den Schornstein. Gräber sind weder „IN“, noch bezahlbar für Hinterbliebene mit wenig Finanzpolster (siehe Patientenverfügung eines gewissen D. Winzig). Kaum hat dieser WINZIG seine Körperwärme verloren, da regelt seine liebe, unendlich traurige Witwe seine Sachen in puncto Lebensversicherung und Rentenanspruch. Die paar Habseligkeiten von ihm landen auf dem Sperrmüll oder Flohmarkt, inklussiv Privatfotos aus vergangener Zeit. Zum Glück hat WINZIG kaum Verwandte. Aber diejenigen, die noch da sind, dem Toten angeblich sehr nahe standen, strengen mitunter Gerichtsprozesse in Sachen Erbschaft an, welche zur Justizposse ausufernd können. Jetzt muss per Eilantrag schnell entschieden werden, ob W. ins Fegefeuer oder in den Himmel kommen soll. Doch damit befassen sich andere, nichtirdische Instanzen. Der Tod, bei welchem stets lästige Fragen beantwortet werden müssen, erscheint uns bis zuletzt unwirklich.

Beim lästigen, unbeliebten, immer missverstandenen Romancier, Wissenschaftler und Aktionskünstler CERBERUS DIABOLOS, alias INCLUSUS oder schlicht D. WINZIG geht jedoch einiges anders zu als bei seinen meist verlausten, dummfrechen Mitbürgern, die vor lauter Unwissenheit sich zuerst einen Finger in den Anus stecken und danach

Titelthema - Ableben

diesen ins Mündchen einführen. Ihm erscheint es wichtig, dass er jährlich ein Mal sich einen Stempel vom Hausarzt nebst Unterschrift mit Datum holt, um seine handschriftliche Patientenverfügung zu aktualisieren. Als zweiter, der buckligen Verwandtschaft nicht zugehöriger Zeuge fungiert sein bester Freund. Auch er unterschreibt mit Datum, Vor- und Zunamen. Die Metzger mit Dokortitel im seriösen Arztkittel sollen wenigstens ein einziges Mal nach dem freien Willen des Verfügenden verfahren und im Falle von Unfall/schwerer Krankheit alle lebenserhaltenden Maßnahmen sofort unterbinden. Später soll dieser unkonventionelle W. über die Esse aus der Staatsbürgerschaft der BRD entlassen werden. Um Leichenschmaus, floskelhafte Beileidsbekundungen und ähnliche hirnrissige Handlungen zu unterbinden, sollten einige Cent auf dem Konto vom deutschen Ableger der INTERNATIONALEN LIGA FÜR AN PARANOID - SCHIZOPHRENEN KRANKHEITSSYMTOMEN LEIDENDE MITMENSCHEN, landen. Feierabend!

Und während die rührend-trauernde Witwe des WINZIG sich noch Gedanken über den auszufüllenden Fragebogen des Discountbestatters WILLFRIED SCHNELLROST macht, um keine finanziellen Nachteile hinnehmen zu müssen, wartet der verblichene W. in einem 2 Meter mal 0,50 mal 0,50 Meter großen Pappkarton, in Fachkreisen als „letzte Schatulle“ bezeichnet. Die schlichte Schachtel wurde extra mit einer fünf cm hohen Schicht Sägemehl ausgefüllt, damit von der ohnehin müffelnden Leiche, Kot, Urin und andere Körpersäfte gebunden werden können. Doch dafür hat die clevere Witwe sofort schriftlich auf das zum Verkaufspaket gehörende Keilkissen nebst weißen Papierdeckchen verzichtet. Und wenn die Einäscherer vom Dienst einen lustigen Tag ihr eigen nennen, dann legen sie den nackten Didi WINZIG auf den Bauch und schieben ihm eine Kunstblume in den Arsch.

Aber bis dies soweit gediehen ist, fehlen noch einige Worte vom verpönten Autor zum Thema SUICID. Deutschland stellt bekanntlich in dieser Hinsicht ein Entwicklungsland dar. Die passive Sterbehilfe wird hier mit einem schamhaften TABU versehen. Das Grundgesetz, in dem etwas von

Selbstbestimmung steht, nimmt sich zu diesem Punkt gern selbst zurück. Und alle rechtlichen Fragen dazu werden mit einem eindeutigen JEIN beantwortet. Eine Farce mehr im Schubfach der Verbrämung, die von der Herrscherbande um Frau Ferkel so als „gewollt“ eingestuft wurde. Und während jeder mit Metastasen übersäte Rehpinscher mittels Injektion von seinem unnützen Leiden erlöst wird, bleiben die Zweibeiner im Nachthemd mit Zipfelmütze (auch MICHEL genannt) den willkürlichen Entscheidungen der Weißkittel ausgeliefert. Es fehlen angeblich Tierschützer, die sich auch für die Gattung MENSCH verwenden und auf die Barrikaden gehen.

Doch es bleiben dem WINZIG und anderen Personen, die die schaumverschmierte Schnauze vom Restleben voll haben, zum Glück noch ungeschickte oder todbringende Eigeninitiativen. W. hat deshalb einen Katalog entwickelt, worin sorgsam alle Vor- und Nachteile sowie die prozentuale Chance des Ablebens verzeichnet sind. Egal, ob stumpfe/scharfe Gewalt, Strick Ewigkeitscocktails, Sprünge aus großer Höhe... diese Liste wird vom Verfasser für einen Stückpreis von 50 Euro diskret verkauft. Interessenten wenden sich bitte an die Redaktion oder an den diplomierten Sterbehelfer MATTHIAS ERWIN FRÜHTOD, der bei entsprechender Bezahlung auch sofort tätig wird. DIETER WINZIG denkt indes ernsthaft über diese recht neue Geschäftsidee nach und betrachtet diese Arbeit als willkommenes Zubrot zwecks Rentenaufbesserung. Er sucht bereits händeringend in seiner recht kurzen Restzeit auf Erden fleißige Tagelöhner. Selbst zum Thema Lebensende-Neuanfang versucht sich der umtriebige Autor finanziell - geschäftlichen Fragen. Doch beim so genannten NEUANFANG nach dem Tod muss er wirklich passen. Davon hält er absolut nichts, und hier endet seine ohnehin stark eingeschränkte, krankhafte Vorstellungskraft. Er reiht sich lieber gleich wieder in die Warteschleife zum Jenseits ein, damit er seine relativ niedrige Bearbeitungsnummer beim Sensemann behält.

Auf, auf zum LE PARCOURE in die Unendlichkeit.

Dieter Winzig

- SCHNEE VON GESTERN - VERBRENNUNGSANLAGE - MIT ZUSATZFUNKTIONEN -

Hallo miteinander, hier bin ich wieder. Natürlich, Ihr habt mich sofort erkannt. Der inzwischen auch international bekannte Schriftsteller und Erfinder Dieter WINZIG schreibt exklusiv für Euch.

Heute erzähle ich über meine Zeit als Jungunternehmer mit fiesem Charakter, dem ein Menschenleben nichts wert ist, der sich skrupellos über alle Normen des gesellschaftlichen Zusammenlebens hinwegsetzt. Diese Zeit verging wie im Fluge.

Ich brauchte doch Geld, viel Geld, um meinen ausschweifenden Lebenswandel bestreiten zu können. Was liegt da näher, als in die Selbstständigkeit zu gehen? Und eine neue Geschäftsidee habe ich seit langem im Kopf. Deshalb projektierte und baute ich oben genannte Anlage.

Als NEBENPRODUKT können unter anderem auch Haustiere oder die höchstentwickelten Lebewesen auf dieser Erde verbrannt werden. Bis zur Größe eines Ochsen, inklusiv zweibeinige Rinder passen in die Beschickungsanlage. Kaum hatte die Presse Wind von meinem Projekt bekommen, da fragten bereits Spitzenkünstler (Gunther von Hagens) und Top-Politiker der CDU/CSU-Regierung (eine gewisse Frau Dr. M) bei mir nach, ob sie die alte Sau oder die betagte Miezkatze einäschern lassen können. Ob mit der Sau ein Tier bzw. ein anderes Lebewesen gemeint war, wollte ich überhaupt nicht wissen. Hauptsache die Kohle stimmt. Alle Damen und Herren wollten sich von Anfang an sehr großzügig verhalten. Kaum war meine Anlage in Betrieb, da häuften sich die Aufträge und in meine Kasse flossen fast 100 000 Euro. Ich konnte vor Lachkrämpfen mir dauernd den Bauch halten und schlief nie ein.

Zur Zeit "läuft" auf Hochtouren die Altschnee- und Eisverbrennung. Ein Spezialist sagte mir, dass auf Dauer der Ofen leidet. Ich solle hin und wieder richtige "Festnahrung" in die Feuerung werfen. Woher nehmen? Plötzlich kam mir die Idee mit der Verbeulung von dioxinverseuchtem Geflügel, Rindviechern und Schweinen. Hurra, ich habe mich dadurch selbst neu erfunden. Dieter, der an Hirnaufweichung und Schizophrenie leidende, mittellose Psychopath hat es tatsächlich geschafft, im Geschäftsleben Fuß zu fassen. Jetzt lache ich die anderen, die es nicht geschafft haben, die ihre eigenen Psychosen regenerieren, aus. Dabei soll es mir scheiss egal sein, ob Schnee, tote oder lebendige Hornochsen und andere, vielleicht

zweibeinige Säue über die Esse in die andere Welt entlassen werden. Sogar die Politiker lassen mich wissen, dass ich ohne Sorge sein kann hinsichtlich Geldwäsche und Strafverfolgung. Hauptsache ist für die, dass ich diskret arbeite. Dabei sind für mich Worte wie Korruption oder Annahme von Schmiergeld heilig. Nö, ich spreche nicht darüber, ich halte nur die Hand auf und nehme steuerfrei ab fünfstelligen Beträge an. Alles andere soll mir völlig egal sein. "Gibt es denn tatsächlich nach meinem Tod ein neues Leben", fragte mich neulich ein Freiwilliger, der sich zu Testzwecken lebendig in den Ofen schieben ließ. Ich habe ihm geantwortet, dass dies selbstverständlich sei und er sich gefälligst an den Zeitplan halten soll, weil ich außer seinem sinnlosen Gequatsche noch was anderes zu tun habe. Aus, nach etwa 45 Minuten zerfiel er zusammen mit zwei vorher notdürftig betäubten Säuen in Asche. Aber der Freiwillige hätte mir beinahe meine Knochenmühle kaputt gemacht. Denn er trug zu Lebzeiten eine Beinprothese aus speziellem Kunststoff und Titananteilen. Zum Glück verfügt die Mühle über einen Sensor, der den Mahlvorgang sofort stoppt, wenn "unverdauliche"

Materialien festgestellt werden. So eine Knochenmühle befindet sich übrigens in jedem Krematorium, um die Beckenknochen, die vorwiegend aus Kalk bestehen, total zu zerkleinern. Und meine Anlage wurde so hoch technisch aufgerüstet, dass feinste Asche heraus kommt. Die kann dann im Winter als billiges Streugut genutzt werden oder wird teilweise dem Futter für die ganzen Rindviecher und Säue beigegeben.

Jetzt komme ich zu den Arbeitskräften, die ich beschäftige. Da kann ich nicht klagen. Es melden sich in meiner Firma mehr als genug. Noch vor einem Monat kamen ehemalige "Hartz-4"-Bezieher. Heute kommen sogar Leute mit Dok-



**JUNGUNTERNEHMER
DIETER WINZIG...**

Titelthema - Satire

tortitel und teils mehrfachem Universitätsabschluss. Sie bekommen sonst wohl keine Arbeit. Mir soll egal sein, denn ich zahle jedem ausschließlich einen Euro pro Stunde. Mehr gibt es in meinem Betrieb auf keinen Fall. Zur Zeit schufteten für mich 45 Mann rund um die Uhr. Selbstverständlich geht das alles nur im Vierschicht-Rhythmus. Erst gestern fragte mich so ein Klugscheisser, der auch noch vier SYLVESTER Betriebswirtschaft studiert hat, ob er denn nicht etwas mehr haben könnte. Angeblich hat er eine Frau und vier Kinder. Da lässt sich was machen, antworte ich und beauftragte den Schichtführer, dem blöden Fragesteller so richtig Dampf unter dem Arsch zu machen. Seit dem vergangenen Wochenende darf er bei mir ausnahmslos Doppelschichten, also 12 Stunden "am Stück" rackern. Nur

lange hält er das nicht durch. Der Mann wollte mehr Kohle - na bitte, großzügig lasse ich ihn nun mehr verdienen als in nur einer Schicht mit sechs Stunden.

Da muss ich Euch noch von einem anderen Fall berichten. Es war, Ihr merkt schon, was mit ihm geschah, ein hochintelligenter Kerl Anfang fünfzig Jahre. Der hatte Chemie und Quantenphysik studiert. Doch fast gebrechlich kam er daher. Ich schätze, er wog bei 1,65 m Körper-

länge so 58 Kilo. Hat dieses Würstchen es tatsächlich gewagt, den ollen Didi anzusprechen. Die Arbeit sei ihm zu schwer, ob er nicht wenigstens mit einem zweiten Mann den ausgewachsenen Ochsen ins Ofenloch schieben dürfe. Nun sollte man wissen, dass das Feuerloch aus technischen Gründen von oben geöffnet wird. Ein mechanisch betätigter Schiebedeckel von 3 mal 2,50 m gibt die Feuerung frei. Und in der Glut herrschen um die 1500 Grad Celsius. Also ich ließ mir den Vorgang zeigen. Ich stand vorsichtshalber zwei Meter abseits. Und als er einen knappen Meter vor dem Loch

stand, hab ich ihm mit einer Eisenstange kurz angetippt. Der Typ hat sich so erschreckt, dass er gleich hinter dem Rindviech in den Ofen stürzte. Zugegeben, es ist etwas zu laut in der Firma. Besonders im krematorischen Teil. Da muss man sich sehr laut anbrüllen, um was zu verstehen. Fragt mich der Schichtführer höflich, ob ich den Neuen, den Studiosus gesehen habe. Ja, antwortete ich. Der stand mit mir eben noch an der Ofentür. Muss sich verlaufen haben oder hat was verwechselt... Mein Schichtführer hat dann sofort ein schwarzes Kreuz hinter seinem Namen gemacht.

Aber insgesamt handelt es sich bei meinen Arbeitskräften um dummes, faules Pack. Deshalb kommt es zu immer mehr Arbeitsunfällen, teils mit tödlichem Ausgang. Da schnüffelt dann die Kripo umher, will Spuren sichern und so. Diese Lahmärsche von der POLOMANZEI sind doch nun wirklich zu nichts zu gebrauchen. Ich habe ihnen mehr als zwei mal gesagt, dass bei dieser Hitze nichts übrig bleibt. Dabei kannst Du denen im Gehen die Schuhe besohlen, so langsam bewegen die sich und kassieren noch meine Steuergelder. Ich musste ihnen erst bedeuten, dass es sich hier um einen privatkapitalistischen Betrieb handelt und ich als Chef das volle Risiko trage, auch wenn mal ab und zu so ein Faultier von Arbeiter in die Esse fällt. Nein, das Geld ist mir heilig, sonst wirklich nichts. Ich habe es nur dadurch zu etwas gebracht, ich darf stolz darauf sein, dass ich immer neue Arbeitsplätze schaffe. Sogar die Frau Bundeskanzlerin persönlich hat sich bei der Industrie und Handelskammer für mich verwendet, damit ich schnellstens 2,4 Millionen Euro an Fördermitteln für einen zweiten Ofen bekomme. Dadurch schaffe ich wieder 45 neue Arbeitsplätze. Halt, wir wollen doch ehrlich sein. Genau genommen sind es nur 37 Arbeitsplätze, weil die anderen durch besondere Umstände (ich nenne es eigene Blödheit) ums Leben kommen.

Auf jeden Fall will ich mich nicht über mein Leben als freier Unternehmer beklagen, denn ich verfüge jetzt schon über ein Privatvermögen in Millionenhöhe, vorsichtig deponiert in der Schweiz bzw. Liechtenstein. Psssttt!!! Alles wegen dem deutschen Fiskus. Ja, mein Leben verläuft doch prächtig. Und wenn ich abermals gefragt werde, wie ich mir meine Zukunft nach dem Tod wohl vorstelle, dann antworte ich im Brustton der Überzeugung, dass ich dann im Jenseits wieder Unternehmer werde.

Dieter Winzig



UND SEIN TREUER, ABER SCHARFER RÜDE „SAMTPFÖTCHEN“

in der ferne, so nah



an der dühne im salzigen feim
stand der alte mann an dem meer
und die welle zischte daheim
an sein gliedern rings umher

war's ein tanz um eine mitte
da er sich an den strand begab
oder fürchterliche vor stille
auf des jünglings letzte fahrt

immerhin wie nie vorher
bespiegelt er manch alten ruhm
und das sinnlose tosen vom meer
verschließt sich rings herum

drum unbekümmert wie ein schiffer
sah er die flut nach jeder seite
und herrlich ruht von der ebbe im wasser
jener traum ungeheurer weite

Roswitha Martin

**Platanenblätter natürlich 20 Jahre ohne
Unterbrechung. Jedoch als Nachtrag:**

1960 wurde der erste Versuch in der Eschenallee, dortiges Krankenhaus in Coca-Cola, West-Berlin schon versucht. Dieser Versuch Patienten zum eigenen POESIE-Album zu verhelfen, scheiterte oft wegen des Wegganges.

Herr Albert Seiffarth verstarb uns am 19. Januar 2011; er weilte in ca. 1960 dort.

Nun, durch die unregelmäßige Folge der Herausgabe dieser POESIE, gab es dann ab- und zu einige Flugzettel „Platanenblättchen“.

Die nach 1989 gegründete NEUREGELMÄSSIGE Herausgabe der „Platanenblätter“ ist und war eine Hilfe nach Losgelassenheit, Vereinsamung und Treulosigkeit zu dem Bestand unterschiedlicher Werke.

So sind die gemachten Erfahrungen aus reinickendorfer „Wissenstadt“ Bad Berleburger Erlebnisse von Reinickendorfern 1989 die besten Gründern sich Poesie zu dem Heilen zu nutzen.

Mal ehrlich ohne Bildung keine Zweifel, weil NICHT. Mit Bildung richtiges TUN NUR WIE. Ergo: Die NEUE Erfahrung ist die gebesserte Gute Krankenpflege.

Eine Gewerkschaftsfrage NATIONAL Multi – International?

Ein Sprechforum, entgegen dem Einerlein Verlassenheit, so hätte Albert Seiffarth wohl auch geschrieben.

Hartmut Seiffarth

**MORGENS HALB ZWÖLF IM BETT
IN KREUZBERG**

Verdammt!, Verdammt! -
Ich muss doch noch zum Amt!

Mit der Bummelmütze
hol' ich meine Stütze.

Und bei der hübschen Discounter-Puppe
koof ich noch die wohlverdiente Gulaschsuppe.

U.V.

Berlinale-Impressionen

So läuft das pressemäßig auf der Berlinale

Am Ende des Jahres kommt per E-Mail eine Einladung vom Presse - und Informationsamt. Da stellen Festivaldirektor Dieter Kosslick und die Leiter der Sektionen das Programm für die kommende Berlinale vor. Das dauert ca. eine Stunde, und am Ende der Veranstaltung bekommt man schon das Programmheft der Berlinale. Dort sind allerdings nur die Titel der Filme abgedruckt, und man weiß dann auch noch nichts von den Inhalt der Filme. Im Internet nachzusehen, wäre zwecklos. Wenn man Glück hat kann man bei You Tube einen Trailer sehen und hat schon einen ersten Einblick. In den Stadtmagazinen wird dann das komplette Berlinale Programm rechtzeitig abgedruckt. Das kleine Booklet begleitet mich dann über die ganze Berlinale hinweg. Jetzt hat man halt schon eine gute Übersicht, und ich stelle mein Programm auf die Beine.

Drei Tage, bevor es los geht, fahre ich dann zur Urania, da dort der Kartenverkauf beginnt. Dort bekomme ich das Berlinale Journal und kann noch mal mein Programm erweitern oder ändern. Einen Tag, bevor es los geht, fahre ich dann zum Grand Hyatt, da sich dort während der Filmfestspiele das Pressezentrum befindet. Inzwischen habe ich auch schon meine Einladung erhalten mit meiner persönlichen ID Nummer. Dort hole ich dann meinen Presseausweis ab. Diesen Ausweis muss man immer sichtbar in den Räumlichkeiten bzw. Kinos der Filmfestspiele an einen Schlüsselband tragen. Ich trage ihn außerhalb des Berlinale Campus wie viele Journalisten nie.

Während die Filmfestspiele laufen, hat man kaum für etwas Zeit. Also muss man vorher seine Bude putzen, seine Kleidung in Ordnung bringen, seine Post erledigen und allen Leuten sagen "Ich bin von dem Tag bis zu dem Tag nicht da". Das ist halt so, als ob man in den Urlaub geht.

Mit dem Ausweis bekommt man einen roten Zettel. Auf denen stehen die einzelnen Sektionen. Wettbewerb, Panorama, Forum, Forum Expanded, Generation (Das sind die Kinder- und Jugendfilme), Perspektive, Deutsches Kino, Berlinale Special, Retrospektive. In dieser Sektion wurden in diesem Jahr zahlreiche Filme von Ingmar Bergman gezeigt. Dann gibt es noch den Berlinale Talent Campus und das Kulinarische Kino, wo man ein Menü (ca.60 €) bestellen kann und sieht dabei einen Film. Auf diesem roten Zettel steht dann, für welche Filme man nur seinen Ausweis vorzeigen muss, und für welche man eine Karte braucht. "Was, die Presseleute müssen sich Karten

besorgen?" wurde ich einmal gefragt. Ja, die müssen aber nicht so lange anstehen. Täglich liegen rosa Zettel aus, wo man den Film ankreuzt, für die man eine Karte haben möchte. In der Pressestelle, direkt im Hayett, bekommt man die Karten. Hinter einem Tresen sitzen gleich vier Angestellte, die die Journalisten abfertigen. Es geht ziemlich schnell. Zuerst wird der Ausweis eingescannt, dann der Strichcode unter den Film den man auf den Zettel angekreuzt hat, und man bekommt seine Karte.

Mein Programm steht in einem Notizbuch. Dort trage ich dann den Filmtitel ein, in welchem Kino er läuft, wann er beginnt, aber auch, wann er endet. Ich rechne mir für alle Filme die genaue Zeit aus. Dann muss man halt aufpassen, in welcher Sprache der Film läuft. Berlinale Filme werden immer in Originalsprache gezeigt, entweder mit englischen oder deutschen Untertiteln. Läuft ein spanischer Film mit englischen Untertiteln, muss ich mir Kopfhörer besorgen.

Fast ein Gesetz auf der Berlinale ist - da wo eine Jacke auf dem Sessel liegt, dort ist er auch besetzt. Man kann also seine Jacke dort lassen und schnell mal einen Kaffee holen. Bei den Filmfestspielen ist ohnehin jeder Platz besetzt, und manchmal sitzen noch einige Leute auf den Stufen.

Nach den Wettbewerbsbeiträgen kann man zu den Presseveranstaltungen gehen. Da sitzt der Regisseur/die Regisseurin und die Schauspieler jenes Films, den man gerade gesehen hat. Vorher werden die Stars von zahlreichen Fotografen beim Foto Call abgelichtet. Die Journalisten stellen dann an den Regisseur, die Regisseurin und die Darsteller des Films Fragen. Da kann es auch schon mal ziemlich heiter werden. Von den anderen Sektionen z.B. den Forum, finden die Presseveranstaltungen direkt nach dem Film im Kino statt. Vor jedem Film läuft der Berlinale Trailer von Uli Schueppel. Am Ende des Films gibt es Beifall oder auch mal Buh- Rufe des Publikums.

In den vergangenen Zeiten habe ich oft etwas verwechselt. Der erste Wettbewerbsbeitrag läuft um 9:00 früh, der nächste um 12:00h im Berlinale Palast. Der letzte, um 15: 30h wird dann im CinemaxX 7 gezeigt. Also habe ich vor dem falschen Kino gewartet und mich gewundert, dass dort kaum Leute sind. Mindestens 30 Min. vor Beginn eines Films muss man vor dem Kino warten. Ich bin dann zu dem richtigen Kino rübergelaufen und so bekam ich nur noch einen schlechten Platz.

Berlinale-Impressionen

In diesem Jahr hatte ich mir einen Film ausgesucht mit den Titel "Utopians". Dafür brauchte ich dann eine Karte und habe nicht gecheckt, dass ich die Filmtitel "Utopians" und "Utopia LTD" verwechselt hatte. Bei dem Beitrag "Utopia LTD" ging es um eine Plattenaufnahme einer Jugend-Rock-Band, was mich dann auch schon 20 Min. später aus dem Kino trieb. Bei "Utopians", für den ich kurzerhand das Programm ändern musste, ging es um ein gesellschaftliches Drama. Über drei Menschen die sich am Rande der Gesellschaft bewegen. Überhaupt verlassen recht viele Journalisten das Kino frühzeitig. Ich hatte einen Film mit den Titel "Toast" in meinem Programm nicht mehr unterbringen können. Dort geht es um einen Jungen, der im Kindesalter der Kulinarik verfilmt. Da ich nicht richtig hin sah, kreuzte ich den Film "Törst" an, einen alten Ingmar Bergmann Schinken.

In den vergangenen Jahren bin ich dann nach solchen Irrtümern auch schon früher aus dem Kinosaal gegangen und bin dann draußen in der Kälte rumgelaufen. Habe in den Arkaden rumgeguckt und habe somit auch viel Energie verbraucht, die ich nun anders nutze, indem ich zum European Film Market (EFM) oder in das Schreibzimmer gehe. Da kann ich dann im Internet surfen. Ich laufe zum EFM. Manche Journalisten lassen sich von den bereitgestellten Shuttles vom Potsdamer Platz zum EFM fahren. Diese befindet sich während der Berlinale Zeit im Martin-Gropius Bau. Zwischen den Filmen brauche ich auch mal frische Luft und auch etwas Bewegung. In den vergangenen Jahren habe ich auch noch vieles nicht gekannt. Bin dort rum gelaufen und von einem Kino ins andere, zumal dort zahlreichen Hefte wie "Screen" oder "Variety" aus liegen und jede Menge anderes Zeug, wie Prospekte, Filmmappen. Heute ist nur noch der Tagespiegel für mich wichtig, Zeitungen wie Morgenpost, Tagesspiegel, Frankfurter Allgemeine und andere Zeitungen liegen für die Presseleute gratis aus.

Am ersten Tag vor dem Eröffnungsfilm bekommen die Journalisten in der unteren Etage des Berlinale Palastes die beliebte Tasche geschenkt und seit wenigen Jahren auch den Katalog.

Das heißt, dass ich mich schon am ersten Tag mit dem Katalog abschleppe, über den ich mich allerdings sehr freue. Die Tasche benutze ich nie. Einmal gab es eine knallrote, die mein Enkelkind als Schultasche nützte. Am Potsdamer Platz hat man nicht so die Möglichkeit was Gutes zum Essen zu kaufen, außer

Minipizza, Wiener Würstchen oder man geht zu Mc Donalds. Ich nehme mir von zu Hause etwas mit und koche am Abend. Ich habe natürlich Jahr für Jahr dazu gelernt und war auch in diesem Jahr das erste Mal zu einer Vorstellung der Sektion „Generation“, die im Haus der Kulturen statt fand. Filme für die Jugend und nicht nur für die Jugend sind wichtige Filme.

Diese Thema wird immer zu meinem Leben dazu gehören. Also gehört das auch in mein ganz persönlichen Programm. Ich bin dann dort mit einen „Reisebus“ hin gefahren, ein Service der Filmfestspiele, mit dem nicht nur Akkreditierte fahren dürfen, sondern alle Berlinale Besucher.

In diesem Jahr gefielen mir die meisten Wettbewerbsbeiträge überhaupt nicht. Aber es gab in den anderen Sektionen noch genug andere.

Außerhalb der Potsdamer Platzes gibt es noch Berlinale Kinos wie das Delphi. Ich gehe dort nie hin, da es mir dann zu abgelegen ist. Auch das Kino Arsenal versuche ich zu vermeiden. In diesem Kino kann es passieren, dass man nicht mehr rein gelassen wird und umsonst angestanden hat.

Das Kino hat nicht so viele Plätze, und Presseleute besuchen die Vorstellung gemeinsam mit Kartenkäufern, und die haben dann oft Vorrang. Ich habe etwas gemogelt und habe mich halt auf die Bänke neben dem Eingang gesetzt, und als es los ging, bin ich gleich mit den ersten Leuten mit rein gelaufen. So hatte ich mir einen Platz am Rand gesichert. Es hört sich alles sehr kompliziert an, aber ist es nicht. Die meisten Leute tippen auf ihre Notebooks oder schreiben für ihre späteren Artikel ihre Notizen in Blöcke. Das brauche ich nicht, denn ich speichere das, was ich später schreiben möchte, in meinen Kopf ab. An den letzten beiden Tagen der 10 tägigen Berlinale bleibe ich zu Hause und sehe mir im Internet die Presseveranstaltungen an, die ich aus zeitlichen Gründen nicht besuchen konnte.

Dann fange ich mit den Schreiben an. Auch der „Rote Teppich“ interessiert mich nicht, da gucke ich in die Berliner Abendschau mal rein. Während der Berlinale mache ich zahlreiche Fotos. Ich nutze die Facebook Seiten von den Sendern RBB (Tagesschau) oder Zibb um meine Fotos dort auszustellen. Im letzten Jahr habe ich übers Internet bei der Morgenpost bei einen Fotowettbewerb den vierten Platz gemacht. Ich habe mir halt meine ganz eigenen Berlinale geschaffen.

Manuela

Titelthema - Lebensgestaltung

Lebenskampf

Irgendein schlauer Mensch prägte einmal den Satz "Die Demokratie ist nicht das Beste, aber wir haben nichts Besseres". Wie uns die Geschehnisse unserer Mittelmeernachbarn zeigen, lohnt es sich sogar, um das "nicht Beste", Kopf und Kragen zu riskieren. Aber das Leben ist ja auch so lebensgefährlich. Das kommt davon, wenn die Pharaonen erst auf ihr Volk hören, wenn es zu spät ist. Unsere eigene Geschichte hat vor nicht all zu langer Zeit, auf mehr oder weniger friedliche Art und Weise, den Fall der Mauer und die Einführung eines rechtstaatlichen Systems im Osten ermöglicht. Glück gehabt!

Ein weiterer "schlauer" Mensch sagte: In einer Demokratie ist der Wähler schuld, wenn die "Dinge" schlecht laufen. Demokratie ist der Rahmen, den es auszufüllen gilt.

Wo der Lebenskampf umfassend ist, in den Gebieten, von wo junge Leute sich aufmachen, um in Europa bessere Lebensbedingungen zu suchen, dann doch wieder zurückgeschickt werden, oder als "Asylbewerber" der untersten Gesellschaftsschicht anzugehören - ein Kampf wahrhaftig. Mut ist eine gute Eigenschaft, aber sehr selten! Besser ist es aber, sieh zusammenschließen, mutig gegen seine korrupten unfähigen Herrscher vorzugehen, und sie abzulösen oder zu stürzen.

Die beste emotionale Unterstützung im täglichen Lebenskampf ist aber die Zufrieden-

Gedanken über den Neuanfang bis zum Ende.

Ein "totaler Neuanfang" im Leben, wie z.B. Auswandern in ein neues, unbekanntes Umfeld geht auch oft schief, so denke ich. Ich halte mehr von kleinen Änderungen nacheinander im eigenen Lebensbereich, während derer man sich selbst kritisch beobachten sollte (hilft es / hilft es nicht?). Beispielsweise die ein klein wenig andere Tagesplanung, eine etwas andere Arbeitsstruktur, eine Neuanschaffung eines Haushaltsgegenstandes, etwas Ernährungsumstellung oder weniger Fernsehen, mehr soziale Kontakte oder Sport.

So erhoffe ich mir durch kleine, hilfreiche Änderungen und Neuerungen eine Verbesserung meiner aktuellen Situation bis ans Lebensende mit immer neuen Versuchen.

Dieser Schlusspunkt wäre dann am wünschenswertesten ein friedliches Einschlafen zu Hause oder im Sterbehospiz. Dagegen



heit. Wie wenig braucht der Mensch doch, wenn er zufrieden ist. Harmonische Zweisamkeit, Triebbefriedigung usw. können Zufriedenheit enorm fördern. Leider ist die kleinste Zelle der Gesellschaft, die Familie, nicht autark und steht fortwährend unter äußeren Einflüssen wie etwa Werbung: Du bist nur etwas mit . . . oder der Nachbar hat . . . oder die Aussage - Ich könnte nicht mehr leben ohne "Auto", ohne "Datsche", ohne, ohne . . .

Erst wenn die Minderwertigkeitskomplexe unserer "modernen" Mitmenschen, an uns abprallen, werden wir ein zufriedenes Leben führen können.

Pietro Iwanovic

möchte ich die letzte Zeit möglichst nicht auf einer Intensivstation oder sonst wo im Krankenhaus oder gar im Koma verbringen. Die Möglichkeit unter Nutzung von besserer (rechtlicher) Möglichkeit ein selbstbestimmtes Ende wählen zu können, fände ich beruhigend, ohne Qual oder Weiterbehandlung durch übereifrige Ärzte. Problematisch wird dabei die Verlässlichkeit einer medizinischen Prognose und die Richtigkeit der eigenen persönlichen Einschätzung, denn keiner weiß, was noch kommen wird.

Vielleicht gibt mir (und den Lesern) auch dieser kurze Artikel den Anstoß, endlich eine Patientenverfügung zu formulieren.

Ich wünsche Ihnen allen noch viele angenehme Neuerungen bei intensivem Erleben solange es möglich und sinnvoll ist.

pinguin

Im Rahmen unserer Seile "Berühmte Persönlichkeiten und ihre psychischen Zustände" beleuchtet Autor Wolfgang Klawonn diesmal den Lebensweg des brasilianischen Schriftstellers Paulo Coelho.



Paulo Coelho (* 24. August 1947 in Rio de Janeiro):

Ein Mann mit Visionen

Paulo Coelhos Leben war von Beginn an religiös geprägt. Sein Vater Pedro, der als Ingenieur nicht schlecht verdiente, war sehr gläubig. Seine Mutter Lydia (Hausfrau) ging ebenfalls oft zur Kirche. Als siebenjähriger Junge besuchte Paulo die Jesuitenschule in Rio de Janeiro. Bei einem Lyrikwettbewerb bekam er seinen ersten Preis als Autor. Coelho studierte Rechtswissenschaften, unterbrach 1970 jedoch sein Studium, um als Hippie eine zweijährige Weltreise zu unternehmen: Er bereiste Südamerika, Nordafrika und Europa - immer mit sehr vielen Ideen, aber auch wenig Geld in der Tasche. Coelhos anschließende Tätigkeit als Theater- und Drehbuchautor fand bei seinen Eltern keinen Zuspruch. Paulo Coelho ging jedoch unbeirrt seinen Weg, kam allerdings auch davon ab - durch starken Drogenkonsum. Sein rebellisches Verhalten - auch gegenüber seinen Eltern - führte dazu, dass sie ihn für geistig gestört hielten. Gleich dreimal in Folge (1966, 67 und 68) ließen sie ihren Sohn in eine psychiatrische Anstalt einweisen. Damals war die sehr umstrittene Elektrokrampftherapie noch an der Tagesordnung. Die furchtbaren Erfahrungen dieser Zeit in der Klinik beschrieb Coelho später in seinem stark autobiographischen Roman:

Die Handlung beginnt am 11. November 1997 und endet am 18. Februar 1998 vor dem Hintergrund der Konflikte nach der Teilung Jugoslawiens - und spielt in Slowenien. Coelho verarbeitet seine eigenen Erfahrungen - mit der Psychiatrie. In dem Buch stößt er auf Veronikas Geschichte und auch auf den schizophrenen Eduard. Daher die starken autobiographischen Züge des Romans, der mit Veronikas Selbstmordversuch durch eine Überdosis Schlaftabletten beginnt. Veronika ist die Protagonistin des Romans. Sie entscheidet sich, Selbstmord zu begehen, weil sie ihr Leben zu eintönig findet und befürchtet, mit zunehmendem Alter würde sich nichts ändern - außer, dass sie mehr Leid ertragen müsse. Während sie auf ihren Tod wartet, fällt ihr zufällig ein Zeitungskommentar vom Schriftsteller Paulo Coelho mit dem Titel „Wo liegt Slowenien?“ in die Hände. Veronika beschließt, bevor sie stirbt, noch einen Leserbrief an die Zeitung zu schreiben, weil es sie ärgert, dass ihr Heimatland Slowenien so wenig bekannt ist. Beim Verfassen des Leserbriefes kommen ihr jedoch Zweifel an der Richtigkeit ihres Suizid- Vorhabens. Aber schon bald beginnen die Schlaftabletten zu wirken. Veronika wacht einige Tage später in der berühmten Psychiatrie "Villete" auf. Während einer Visite wird ihr dann erklärt, die Schlafmittel-Überdosierung habe einen Herzfehler hervorgerufen - und dass sie nur noch wenige Tage zu leben habe. In den folgenden Tagen führt Veronika intensive

Gespräche mit Mitpatienten in der Anstalt. Ihr Schicksal des bevorstehenden Todes erweckt ihre Lebensenergie wieder neu und regt auch die anderen Patienten dazu an, über ihr Leben nachzudenken. Veronika verliebt sich kurz vor ihrem vorausgesagten Tod in den Schizophrenen Eduard. Gemeinsam fliehen die beiden aus der Anstalt. Sie wollen ihren Lebensabend gemeinsam verbringen. Veronika lebt weiter. Es stellt sich schließlich heraus, dass der Anstaltsleiter Dr. Igor bei Veronika durch regelmäßige Spritzen Herzanfälle hervorrief, um sie an den drohenden Tod glauben zu lassen. Der Arzt erhoffte sich davon, einen Beleg für seine Studien über Geisteskrankheiten zu erhalten, welche von der Idee eines Giftes aus-



Titelthema - Krankheiten

gehen, dem er den Namen "Vitriol" (Verbitterung) gab - und das nur mit dem Bewußtsein des Lebens (hervorgerufen durch das Bewußtsein des Todes) bekämpft werden könne.

Paulo Coelho's Bestseller "Veronika beschließt zu sterben" soll noch in diesem Jahr für das Kino verfilmt werden.

Coelho war und ist politisch tätig. Gemeinsam mit dem Musiker Raul Seixas wurde Coelho 1973 Mitglied der antikapitalistischen Gesellschaft, die Freiheit und Selbstbestimmung propagierte und in der magische Rituale praktiziert wurden. Coelho enga-

gierte sich in dieser Zeit für eine Comicserie, genannt "Kring-ha", die ebenfalls für mehr Freiheit im vom Militär regierten brasilianischen Staat eintrat. Aufgrund der möglichen Gefahr einer Oppositionsbildung verhaftete das Militärregime die beiden Männer 1974. Zwei Tage nach seiner Freilassung wurde Coelho von einer paramilitärischen Organisation für mehrere Tage verschleppt und gefoltert. Er fügte sich selbst Wunden zu und konnte glaubhaft machen, dreimal in einer Nervenheilanstalt gewesen zu sein. Die Entführer erachteten ihn für geistesgestört - deshalb nicht für sein politisches Engagement verantwortlich - und ließen ihn frei.

Coelho hielt unbeirrbar an seiner Vision, Schriftsteller zu werden, fest. Allmählich setzte - nach vielen Fehlschlägen - der Erfolg ein.

Coelho gehört heute zu den zehn Autoren, die weltweit die meisten Bücher verkaufen. Die Gesamtauflage seiner Publikationen soll inzwischen auf 80 Millionen Exemplare angewachsen sein (2010).

Wolfgang Klawonn

Abschied

Letztes Jahr habe ich meinen Onkel verloren. Er war lange krank und hat schwer gekämpft, sicher war sein Tod eine Erlösung für ihn, für uns ein Abschied.



Ein langer schwerer Weg ...

Krebs ist immer noch eine heimtückische Krankheit, für die es trotz viel Forschung und Vorsorgeuntersuchungen keine wirkliche Heilung gibt.

Zu Wissen, das er nicht mehr leiden muss, ist ein Trost.

Mir wäre es lieber, er hätte die Krankheit nicht bekommen und wäre gerade jetzt in der Vorweihnachtszeit wieder bei uns. Viele Verwandte sind schon von uns gegangen. Immer enger wird der Kreis der Familie. Ein neues Mitglied haben wir bekommen, meinen Neffen. Ich könnte ja heiraten um ein weiteres Familienmitglied in die Familie einzubringen.

Leider halte ich nicht viel vom Heiraten.

Willkommen und Abschied liegt oft dicht beieinander. Der Sinn des Lebens ist es wohl, dass man sein Leben lebt, eine eigene Familie gründet und wieder geht, und wenn man Glück hat, bleibt ein Gedanke an uns in den Herzen der Menschen zurück, die uns lieben.

Eure Annette Schulz

„Mann und Frau gehen durch die Krebsbaracke“

Anlaß für die Wahl unseres Themas, das diesmal „Ende des Lebens“ heißt, war die Krankheit eines früheren Redaktionsmitglieds, das schon vor Jahren die Redaktion der „Platanenblätter“ verlassen hat, aber noch mit einem von uns in Kontakt steht. Daher wissen wir, daß Monika (Name geändert) inzwischen an Krebs erkrankt ist. Nach Jahrzehnten, die von schweren Depressionen geprägt sind, auch noch mit einer Krebserkrankung „belohnt“ zu werden, ist so ziemlich das Letzte. Da die Depression neuerdings auch als „Seelenkrebs“ bezeichnet wird, handelt es sich quasi um zwei Formen der gleichen vernichtenden Krankheit. Von beidem kann man allerdings auch geheilt werden. Doch für die meisten Betroffenen erweist sich diese Hoffnung als trügerisch.

Wohl dem, der auf ein besseres Leben nach dem Tode hoffen kann! Doch wie viele haben heute noch diese innere Gewißheit und können echten Trost daraus schöpfen? Auch Monika hat eine christliche Grundeinstellung vom Elternhaus mitgebracht, und das ist vielleicht auch einer der Gründe, weshalb sie trotz aller Qualen nie daran dachte, sich das Leben zu nehmen. Sie hat auch nie eine echte Glaubenskrise durchgemacht oder ist aus der Kirche ausgetreten. Dennoch hilft ihr der Glaube jetzt wenig. Die unmittelbaren körperlichen und seelischen Belastungen sind so stark, daß keine Theologie dagegen aufkommen kann. Immerhin hat sich Monika inzwischen in eine anthroposophische Klinik begeben, weil sie sich von dieser Richtung mehr seelische Anteilnahme am Patienten verspricht als von einer rein medizinisch ausgerichteten Pflege. Nach Aussage von Hans, der mit ihr Kontakt

hat, möchte Monika nicht, daß ihr Schicksal in den „Platanenblättern“ (oder sonst irgendwo) zum Thema gemacht wird. Unter Voraussetzung der Anonymität nehme ich mir aber das Recht, auch über Menschen zu schreiben, die das selbst nicht wollen. Ebenso wie Forscher, die auch in die Tiefsee gehen oder die Käfer unter ihren Steinen hervorziehen, um sie unter das Mikroskop zu legen. Im persönlichen Umgang mag Diskretion und Rücksicht angebracht sein, in Kunst und Wissenschaft gilt nur das Interesse der Wahrheit.

Und damit wären wir bei dem Autor, den ich im Zusammenhang mit unserem Thema vorstellen möchte: Gottfried Benn. Benn gilt als einer der bedeutendsten deutschen Dichter des 20. Jahrhunderts, aber das nur nebenbei. Entscheidend ist, wie er in Bereiche vorgedrungen ist, die bis dahin (und teils auch heute) als „tabu“ gelten. Schon als junger Mann ist Benn mit einem Gedichtzyklus bekannt geworden. Bekannt, aber nicht berühmt, denn die meisten Leser lehnten die Gedichte empört ab: „Scheußlichkeit ohnegleichen“, „Perversität“, „ekelhafte Lust am Häßlichen“ lauten die Urteile. Man riet dem Dichter, „einen Psychiater aufzusuchen“. In der Tat sind die Themen dieser Gedichte sämtlich dem medizinischen Milieu entnommen. Benn selbst hatte gerade sein Medizinstudium abgeschlossen. Die Begegnung mit der Krebskrankheit, von der unser Gedicht handelt, betrifft allerdings nicht nur den Mediziner und Dichter, sondern auch den Sohn. Benns Mutter war kurz zuvor an Brustkrebs erkrankt und qualvoll gestorben.

Trotzdem ist das Gedicht „Mann und Frau gehen durch die Krebsbaracke“ innerhalb unserer Redaktion auf Widerspruch gestoßen. Einige fanden, man dürfe Menschen, die selbst von der Krankheit betroffen sind, nicht mit einer derartig harten und sachlichen Beschreibung konfrontieren. Schon beim ersten Erscheinen im Jahre 1912 hatte man dem Gedicht eine gewisse Unbarmherzigkeit und Unmenschlichkeit vorgeworfen. Aber lassen wir den Text selbst sprechen:

Titelthema - Krankheiten

Der Mann:

*Hier diese Reihe sind zerfressene Schöße
und diese Reihe ist zerfallene Brust.
Bett stinkt bei Bett. Die Schwestern wech-
seln stündlich.
Komm, hebe ruhig diese Decke auf. Sieh:
dieser Klumpen Fett und faule Säfte
Das war einst irgendeinem Manne groß und
hieß auch Rausch und Heimat.
Komm, sieh auf diese Narbe an der Brust.
Fühlst du den Rosenkranz von weichen
Knoten?
Fühl ruhig hin. Das Fleisch ist weich und
schmerzt nicht.
Hier diese blutet wie aus dreißig Leibern.
Kein Mensch hat so viel Blut.
Hier dieser schnitt man noch ein Kind aus
dem verkrebsten Schoß.
Man läßt sie schlafen. Tag und Nacht. – Den
Neuen sagt man: Hier schläft man sich ge-
sund.
Nur Sonntags für den Besuch läßt man sie
etwas wacher.
Nahrung wird wenig noch verzehrt. Die Rü-
cken sind wund. Du siehst die Fliegen.
Manchmal wäscht sie die Schwester. Wie
man Bänke wäscht.
Hier schwillt der Acker schon um jedes
Bett.
Fleisch ebnet sich zu Land. Glut gibt sich
fort.
Saft schickt sich an zu rinnen. Erde ruft.*

Einen gewissen Zug von Unmenschlichkeit“ sehe ich in der Verobjektivierung der krebskranken Frauen. Nach Ärztemanier benennt Benn die Personen bloß anhand ihrer Symptome und nennt keine Namen, sieht nicht in die Gesichter. Vielleicht geschieht das, um sich vor der Erschütterung zu schützen. Aber was denken die Frauen, die hier liegen, über ihre eigene Situation? Täuschen sie sich, wie es in der Zeile „hier schläft man sich gesund“ nahegelegt wird, oder haben sie sich mit dem Tod abgefunden? Gibt es Ausbrüche von Verzweiflung, Tränen, Schmerz oder auch Wut? Die Patientinnen scheinen „Tag und Nacht zu schlafen“, doch kann das nicht buchstäblich stimmen? Sprechen sie miteinander über ihre Krankheit? Über ihr Zuhause?
Wer sich für diese Fragen interessiert, dem sei ein weiterer Text empfohlen, nämlich „Krebsstation“ von Alexander Solschenizyn. Tröstlicher ist er allerdings auch nicht.

A.W.

“Fast ein Lebensende - verheißungsvoller Neubeginn?“

Mein herziges Baby, mein liebes Mädchen Karin-Andrea, mit tiefblauen Augen und strohblonden Haaren, ist tot - schon lange - gestorben mit 2 1/2 Jahren wegen Versagen der Ärzte, die im richtigen Augenblick nach 5 Tagen einer schwierigen Kopftumoroperation das Blut nicht verdünnten, und das Herz meiner Kleinen stand nach einer quälenden Weile still - aus - vorbei - nichts mehr. Der Tumor war aber gutartig gewesen.

Ob solche Menschen, genau wie so manch' andere, überhaupt ein Gewissen haben und Reue verspüren?

So hat sich bewahrheitet, was mir einmal eine Wahrsagerin prophezeite.

Man weint, bis man keine Tränen mehr hat. Tagtäglich besuchte ich mit meinem verbliebenen, kleinen, Sohn Harald - er war der ältere unserer 2 Kinder - Karins Grab. Es war stets ein Blumenmeer, und viele Leute kamen vorbei. Da lag sie also: Ein unschuldiges Geschöpf, das so viel Schmerz ertragen musste und nicht wusste, warum. Es bricht einem fast das Herz.

Das Leben jedoch schritt in Windeseile weiter. Geschenkt wurde einem nichts.

2 Jahre später kam die traurige, ernüchternde Nachricht, dass mein Bruder Walter im Alter von 34 Jahren überraschend in den Niederlanden verschieden war. Ein weiterer tiefgreifender Schicksalsschlag - sehr hart zu verkraften. Unerbittlich und grausam ging das Leben voran - ohne Rücksichtnahme. Mein Bruder war mir immer der Liebste in der Familie gewesen..

Meine Eltern verhielten sich total passiv ohne jegliche Trauer und Mitgefühl. Mein Bruder Walter war von Kindheit an schwer behindert gewesen.

Meine Mutter schickte ihren Sohn seinerzeit nach Holland, weil sie ihn los werden wollte. Er war ihr lästig.

Die Tage vergingen, ohne dass etwas geschah, und die Zeit der Beerdigung in den Niederlanden nahte, wozu meine Eltern aus purem Geiz eingewilligt hatten. Sie wollten für die Überführungskosten ihres toten Kindes nicht aufkommen.

In meiner Verzweiflung wandte ich mich in letzter Minute an den österr. Botschafter in Den Haag. Er war ein sehr verständnisvoller, reizender Mann und setzte die Trauerfeier abrupt ab.

Titelthema - Krankheiten

In einer Nacht- und Nebelaktion fuhren wir, mein erster Mann Andre, unser 6-jähriger Sohn Harald, der seinen Onkel Walter sehr geliebt hatte, und ich nach Holland. Am nächsten Morgen waren wir bei der beschriebenen Leichenhalle, wo mein toter Bruder im Sarg lag.

Erst als ich wusste, dass er auf dem Weg in seine Heimat Tirol war, machte sich ein wenig innere Ruhe bemerkbar. Alle 3 waren wir sehr erschöpft von der Nervenanspannung, insbesondere unser kleiner Bub. Es war zuviel für ihn gewesen - armer Kerl.

Einmal sagte mir Walter anlässlich eines Urlaubbesuches bei uns, er wolle überführt werden, falls mit ihm einmal etwas sein sollte. Ich war sprachlos. Wohl eine Art Vorahnung hatte ihn zu dieser Äußerung veranlasst.

Er ruht in heimatlicher Erde, wie es sein Wunsch war, und es ist gut.

Für uns selbst ging das Hetzen und dem Geld Nachjagen weiter, immer mit dem Hintergedanken, den Sprung nach Kanada bald zu schaffen.

Es reichte uns ziemlich. Wir hatten genug von allem. Die 2 Schicksalsschläge hintereinander hatten gerade mich schwer getroffen.

Es war nicht das Lebensende, aber ein Dahinsiechen. Die Gewissheit, noch ein Kind zu haben, hielt mich aufrecht - immer mit der Angst, Harald könnte ebenso etwas zustoßen.

Nach langem, bangen Warten war es soweit. Wir saßen im Flugzeug nach Kanada, auf ein 'neues, besseres Leben hoffend. Im Gepäck befand sich das Gedenktäfelchen vom Grab unserer verstorbenen Tochter Karin-Andrea.

Auch im fremden Land macht man seine Erfahrungen. Mein zweiter Mann Günter erstellte mir in unserem Waldchen, an der höchsten Stelle, eine reizende Gedenkstät-

te für Karin. Manchmal "beten" dort sogar "Deers" (Rehe). Von dieser Stelle aus kann das Wild die Gegend übersehen. Es ist eine nicht zu beschreibende Idylle, ein traumhaftes Fleckchen Erde, das der liebe Gott beim Erschaffen besonders geliebt haben muss, man fühlt sich hier sehr geborgen.

Seit Weihnachten letzten Jahres habe ich die Unterstützung von 7 Kindern einer ehrlichen, redlichen Familie, 16 bis 5 Jahre alt, 4 Jungen und 3 Mädchen, alle wohlgezogen und sehr intelligent, übernommen.

Die Kinder heißen: Emma, Isaac, Jesaja, Keziah, Jesse, Luke und Summer.

Dieses kann ich mir nun ohne weiteres leisten, nachdem ich all die Undankbaren, wie berichtet, die es keineswegs wert waren, nicht mehr beschenke.

Bei der Weihnachtsbescherung sah man nur strahlende, dankbare Kinderaugen, und die Wängelchen waren rot vor Aufregung - einfach zauberhaft. Alles fand so feierlich und andächtig statt. Vater Jimmy mit seiner Frau Sandi sprach ein wunderbares Gebet. Günter und ich standen dabei mit Stolz, unsere Herzen und. Seelen zum himmlisch Vater gerichtet. Gloria in excelsis Deo!

Zusammen mit den Kindern, habe ich schon Karins Denkmal im Wäldchen besucht. Später saßen wir auf der sich in der Nähe befindlichen Bank, seinerzeit von Günter selbst gezimmert und lauschten dem lieblichen Vogelgesang. Es herrschte dort unendliche Ruhe. Meine kleinen Freunde verhielten sich sehr still, als ob sie über das traurige Ereignis wüssten und es sich zugeflüstert hatten. Sie sind sehr rücksichtsvoll und gut. Wir lieben sie.

Es ist ein sehr schönes, neues Leben so geliebt zu werden. Keine Minute davon möchte ich missen.

Gisela Latten



die vögel
schwarz
in schwarzer not
die nacht
ist schwarz
ist kalt
ist bodenlos
der himmel
aufgerissen
leer

W. Hille

Titelthema - Literatur

Schneewittchen - Lebensende und Neubeginn

Eine Königin bekommt ein Töchterchen, das so weiß wie Schnee, so rot wie Blut und so schwarzhaarig wie Ebenholz ist und darum Schneewittchen genannt wird. Nach der Geburt Schneewittchens stirbt die Königin. Die nachfolgende Stiefmutter ist stolz und übermütig und kann es nicht ertragen, an Schönheit übertroffen zu werden. Sie besitzt einen wunderbaren Spiegel, der ihr bestätigt, dass sie die Schönste im ganzen Land sei.

Eines Tages, als Schneewittchen sieben Jahre alt ist, tritt sie erneut vor den Spiegel. Dieses Mal antwortet er ihr: "Frau Königin, Ihr seid die Schönste hier, aber Schneewittchen ist tausendmal schöner als Ihr." Die Königin erschrickt und wird gelb und grün vor Neid. Sie beschließt, Schneewittchen töten zu lassen.

Sie beauftragt einen Jäger, dies zu tun und ihr als Beweis Lunge und Leber vorzulegen. Dieser bringt es nicht übers Herz, Schneewittchen zu töten und überlässt sie im Wald ihrem Schicksal, im Glauben, dass sie ohnehin von wilden Tieren gefressen würde. Er erschießt einen daherspringenden Frischling, schneidet Lunge und Leber heraus und bringt beides der Königin als Wahrzeichen.

Schneewittchen jedoch läuft durch den Wald und findet Unterkunft bei den sieben Zwergen. Als die Stiefmutter durch ihren Zauberspiegel erfährt, dass Schneewittchen noch am Leben ist, entschließt sie sich, selbst tätig zu werden.

Sie kleidet sich wie eine alte Krämerin und macht sich auf den Weg. Bei der Behausung der sieben Zwerge angekommen, überredet sie Schneewittchen, sich von ihr einen Schnürriemen anlegen zu lassen. Diesen schnürt sie so fest zu, dass Schneewittchen ohnmächtig zu Boden fällt. Zum Glück wird sie von den von der Arbeit heimkehrenden Zwergen gerettet. Als die Stiefmutter zu Hause ihren Zauberspiegel befragt, erfährt sie, dass ihr Mordversuch missglückt ist.

Sie macht sich erneut auf den Weg. Diesmal gelingt es ihr, Schneewittchen einen vergifteten Kamm ins Haar zu drücken, worauf diese vermeintlich tot umfällt. Wieder kehren die Zwerge rechtzeitig von ihrer Arbeit zurück, um Schneewittchen vom todbringenden Kamm zu befreien. Durch Befragen

ihres Zauberspiegels erfährt die Stiefmutter, dass ihr zweiter Versuch ebenso gescheitert ist wie der erste. Sie gibt jedoch nicht auf!

Sie präpariert einen Apfel mit Gift, verkleidet sich in eine Bauersfrau und macht sich ein drittes Mal auf den Weg, um Schneewittchen den vergifteten Apfel anzubieten. Es gelingt ihr! Diesmal sind die heimkehrenden Zwerge ratlos, da keine äußeren Anzeichen eines Tötungsversuchs auszumachen sind.



Sie lassen einen gläsernen Sarg anfertigen und ihren Namen mit goldener Schrift anbringen, da sie sich weiterhin an der Schönheit Schneewittchens erfreuen wollen.

Als eines Tages ein Prinz in ihrer Gegend auftaucht, überlassen sie ihm nach langem Drängen den Sarg, da dieser ebenso von ihrer Schönheit hingerissen ist. Während des Transportes stolpern die Diener über einen Strauch, und der vergiftete Apfelbissen fällt Schneewittchen aus dem Mund - sie erwacht zu neuem Leben.

Zur bald darauf stattfindenden Hochzeit wird auch die zunächst nichtsahnende Stiefmutter eingeladen. Sie befragt ihren Zauberspiegel, wer die Schönste im ganzen Land sei und erhält zur Antwort, dass die junge Königin tausendmal schöner sei als sie. Dies lässt ihr keine Ruhe. Als ihr dieses bezaubernde Wesen im Schloss gegenübertritt, erkennt sie Schneewittchen wieder und bleibt wie angewurzelt stehen. Eiserne Pantoffel, schon über das Kohlenfeuer gestellt, werden mit Zangen hereingetragen und vor sie hingestellt. Sie muss in die rotglühenden Schuhe treten und solange tanzen, bis sie tot zu Boden fällt!

Arnim Alexander

Übergewicht abbauen - ein leichtes Kapitel?

Es geht um ein übergewichtiges Thema. Wie soll ich mit dem Übergewicht umgehen?

Ein Vorsatz heißt den Darm ausmisten. Ohne täglich dreimal Stuhlgang ist er verstopft. Auch Turnschuhe kaufen! Gefühl spielt eine wichtige Rolle. Ist der BMI (Body-Mass-Index) normal? Dabei wird das Gewicht durch die Länge gerechnet. Der Bauchumfang beträgt bei Frauen 88 cm und bei Männern 102 cm. Es erhöht sich das Risiko für Krankheiten des Herzens. Die Apfelform weist eher auf Krankheiten. Das Bauchfett äußert sich durch aktive Hormone. Konkret zum Beispiel veranschaulicht es sich bei Diabetes Typ 2, Thrombose, Hypertonie, Entzündung und Krebsrisiko. Weiterhin zielt Bauchfett Demenz.



Essen Sie logisch! Dafür nutzen Sie Nahrungsmittel für eine niedrige Insulinkurve. Bei Zucker steigt sie schnell hoch. Weniger Zucker bedeutet weniger Stress für unseren Körper. Zucker macht fett und krank. Gemüse ohne Stärke verdeutlicht die Basis der Nahrung. Empfohlen wird auch Eiweiß, mageres Fleisch, Fisch und Nüsse. Zwei Liter Wasser sollen getrunken werden. „Kaiser-König-Bettelmann“ sagt meine Oma. Zwischenmahlzeiten sind kaum erlaubt. Bier enthält Kohlenhydrate. Besser grillen statt braten. Viel schlafen als Pause für das Erholen gegen den Insulinstoss. „Mensch Du bist, was Du isst.“ Achten sie auf Qualität! Denken beginnt in der Küche. Das schreibt der Leipziger Philosoph Friedrich Nietzsche. Die Verhaltenstherapeutin Dr. Dannlgkeit beschreibt es als Störung des Essens. Zum Beispiel erfolgt es von Depressionen oder asozialen Kontakten. Oft spricht der Klient von Scham und Reue: „wenn ich während einer Diät etwas Uner-

laubtes esse, dann denke ich oft, dass es jetzt egal ist. Dann lasse ich es erst recht zu.“ Die Lösungsstrategie tröstet sich im Essen. Schlechte Kindheit und frühe Konflikte demonstrieren es. Damit ordnet es sich als soziokulturell ein. In Deutschland und Amerika gibt es seit den 50-igern ein Ideal. Biologisch fällt bei einer Diät der Hunger und dessen Sättigen komplett weg. Als Therapie soll der Fressanfall gedämmt werden. Wie geht es mir? Fühle und spüre dich selbst! Bin ich müde, hungrig, allein oder wütend? Insgesamt wirkt es sich aufs Selbstwertgefühl aus. Wenn es mir besser geht, esse ich normal. Mein Interesse zielt auf Akzeptanz des Aussehens. Oft sind die Eltern übergewichtig. Es gibt eine frühe Pubertät. Das Hänselfest stellt sich als fatal dar. Getröstet wird mit Süßigkeiten. Als Notbremse schreibt der Patient ein Ernährungsprotokoll. Ideal wirkt ein Anspruch nur für heute. Schwierig geht er als Herausforderung am Bäcker vorbei. Bitte kleine Brötchen backen! Als Strategie löst er Probleme Schritt für Schritt. Auch bringt er geordnete Emotionen in seine Situation. Zum Beispiel sieht er es neutral und nimmt sich zuerst zurück. Eine neue Frisur belebt den Selbstwert. Was macht mich aus? Welche Fähigkeiten besitze ich? Regelmäßig essen um Heißhunger zu vermeiden. Beim BMI kommt es auf den Typ an. Als Notfallplan isst der Körper nie zu viel. Der Gesundheitsmarkt läuft über. Wir laufen mit Genen aus der Steinzeit herum. Ein Drittel Obst und zwei Drittel Gemüse stützt die Wissenschaft.

Besonders Selbsthilfegruppen beraten nach der Qualität als Konzept. „Dick und Dünn“ oder „Weight Watchers“ leihen viel Wissen. Sie wollen ändern mit einem Antidiätenmodell. Diät steht für den Effekt des Schneeballs. Auch rät der Arzt als Profi. Viele Diäten machen Menschen. Der Arzt schickt den Patienten gern in Selbsthilfegruppen. Sie hat 1000 Kontakte in Berlin. Außerdem gibt es eine Online-Gruppe. Wie gehe ich mit dem Frausein um? Was kann ich Neues entdecken? Auch bildet eine Gruppe für Angehörige weiter. Das Problem entwickelt sich mit dem Langzeiteffekt. Das Halten ist Fortschritt. Langsam mit Genuss essen folgt als Erfolg. Weiterhin gilt die Logikpyramide extrem für geeignet.

Jenny Brämsmann

6. berliner psychiatrietage

Süchte sondieren

Vom 13.1. - 15.1.2011 fanden an gewohnter Stelle (im schönen Langenbeck-Virchow-Haus) die diesmal 6. berliner psychiatrietage statt. Eingeladen hatte wieder der Bereich Sozialpsychiatrie an der Charité. Der Titel des Symposiums lautete: "Die süchtige Gesellschaft - Sucht im Wandel der Zeit" (Die dreiviertelstündigen Vorträge waren jeweils zu 3er-Blöcken thematisch zusammengefasst



mit anschließender gemeinsamer Diskussionsmöglichkeit). Dabei ging es um die Schwerpunkte Alkoholabhängigkeit, Internetsucht, (Glücks-) Spielsucht, Drogenabhängigkeit sowie Sexsucht. Am Sonnabend, dem letzten Tag der Veranstaltung, präsentierten sich Hilfsangebote direkt aus unserem Gebiet Berlin-Brandenburg unter dem Titel "Meet the Experts". Die Vorträge gaben sich diesmal recht anschaulich, manchmal mit lustigen Zitaten und Cartoons aufgelockert. Von den gezeigten Bildern habe ich in diesem Artikel eine Zeichnung nachempfunden. Den Hauptvortrag des Symposiums hielt als Abendveranstaltung Prof. Huether (Uni Göttingen) unter dem Titel: "Die süchtige Gesellschaft", mit der Idee, keinen Vortrag anzubieten, sondern eher ein "sinnliches Nachdenken" über Präventionsmaßnahmen von Süchten. Seine These: Genetische Programme können kein Verhaltensmuster im Gehirn festlegen. Kinder kommen auf die Welt in Erwartung etwas zu erleben, sie kommen zu uns, wachsen in die Gesellschaft hinein mit dem Bedürfnis nach Verbundenheit und Zugehörigkeit. Nur als Einzelner kann man nicht leben. Das tut weh, ist die These.

Wer nicht bekommt, was er braucht, nimmt das, was da ist: Alkohol, Fernsehen, Essen (Süßigkeiten oder gar nichts, denn Fasten wird nach drei Tagen angenehm), stundenweise im Wald 'rumrennen (gemeint ist joggen) oder Computerspiele - immer im Genuß seiner Dopaminausschüttungen. In der Ersatzbefriedigung wird der Süchtige immer besser, das heißt, er nimmt sich seine Belohnung, gerät dabei aber ausweichend ins Suchtverhalten. Eine gelungene Therapie des Süchtigen sollte ihm helfen, verlorengewonnenes Vertrauen wieder zurück-

zugewinnen - nach jeder gelungenen therapeutischen Sitzung müsste der Patient etwas größer hinausgehen.

Nun die abschließende, doch frohe Botschaft des Referenten: man kann sich bis ins hohe Alter ändern, doch Mühe geben wird meist nichts, man muss sich begeistern, muss wiederfinden, was man im Lebensprozess verloren hat. So hätte auch ein 85-Jähriger, der sich in eine Chinesin verliebt, noch gute Chancen chinesisch zu lernen. Wir müssen uns auf etwas freuen, etwas gestalten, uns um etwas kümmern.

Erster Tag
Der erste Morgen des Symposiums begann mit Referaten zu "legalen" Süchten. Die beiden Drogen, die uns in Deutschland am meisten belasten, sind die erlaubten Substanzen Tabak und Alkohol. So wurde zu Beginn der Tagung über Alkohol referiert. Bei einer individualisierten Therapie der Alkoholsucht haben 1/3 der Patienten gute Erfolge, 1/3 erfahren etwas Besserung und bei 1/3 gelingt es nicht.

Erster Tag

Eine Studie schildert, dass 30% das Abstinenzziel schaffen (es ist die empfehlenswerteste Lebensweise), 10% kommen mit kontrolliertem Trinken klar (statt 100gITag nur 50gITag vermindern zumindest die Folgeerkrankungen wie Leberzirrhose) - wegen des früheren Sterbens der Betroffenen sind Langzeitstudien hier problematisch. Bei Psychotherapiebehandlung geht es (allen) besser z.B. mit einer Reduzierung der Drinks von 15 auf 3.

Im Vortrag dazu ein vorgestelltes Zitat von Voltaire: Die Kunst des Arztes ist es, den Patienten so lange zu amüsieren, bis die Natur ihn heilt! Eine "moderne" Sucht haben uns die Computer beschert. Für den Medienabhängigen wird die virtuelle Welt seine "primäre Lebenswelt" (sie verwarlosen dann vor dem Computer). Dazu wurden uns auch zwei Videoausschnitte von Computerspielen vorgestellt: Avatar und ein neues Knechtspiel von 2010. Beides mit sehr realistischen Szenen. Das verharmlost reale Kriegsberichte in den Medien. Auf viele wirkte dann das Bombardement von Bagdad im Fernsehen wie ein Sil-

Bei Psychotherapiebehandlung geht es (allen) besser z.B. mit einer Reduzierung der Drinks von 15 auf 3.

Im Vortrag dazu ein vorgestelltes Zitat von Voltaire: Die Kunst des Arztes ist es, den Patienten so lange zu amüsieren, bis die Natur ihn heilt! Eine "moderne" Sucht haben uns die Computer beschert.

Für den Medienabhängigen wird die virtuelle Welt seine "primäre Lebenswelt" (sie verwarlosen dann vor dem Computer). Dazu wurden uns auch zwei Videoausschnitte von Computerspielen vorgestellt: Avatar und ein neues Knechtspiel von 2010. Beides mit sehr realistischen Szenen. Das verharmlost reale Kriegsberichte in den Medien. Auf viele wirkte dann das Bombardement von Bagdad im Fernsehen wie ein Sil-

6. berliner psychiatrietage

vesterfeuerwerk. Früher im grausamen Vietnamkrieg gingen die Studenten dagegen noch auf die Straße.

Vermeehrt Hartz-4 Empfänger verfallen exzessiven Computersitzungen (männliche sind eher Gamer, weibliche eher Chatter).

Im Mittelstand haben Eltern mehr Möglichkeiten zur Leitung: Der Junge bekommt dann ein Schlagzeug, das Mädchen ein Pferd. Manche können sich nicht mehr vom PC lösen. Auch die Schnelligkeit, mit der Computer heute auf Eingaben reagieren verschaffen zusätzlichen Druck. Allerdings sind nicht alle Jugendliche gefährdet. Einen Weg zurück gibt es schon. Hilfen werden angeboten. So ein Betroffener in der Therapie nach einem Waldspaziergang: "Das ist eine scheiß geile Grafik, diese Realität".

Beim Umgang mit dem Internet muss man auch beachten, dass man sein Gegenüber anfänglich kaum kennt, womöglich aber ganz persönliche Dinge von sich preisgibt, wie man sie einer fremden Person in direktem Kontakt nicht mitteilen würde. Ist das Gegenüber vielleicht ein "charakterlicher Hund"?

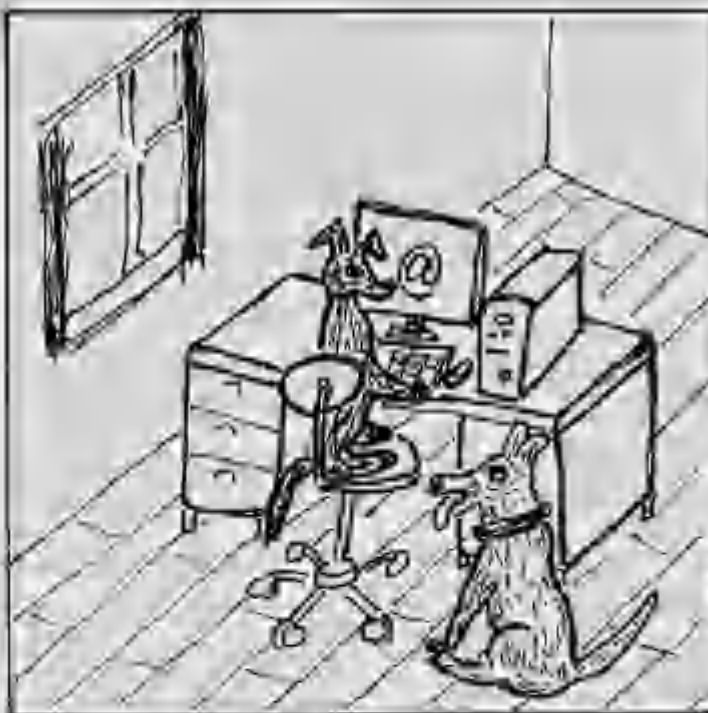
Zweiter Tag

Auch die Spielsucht stürzt viele in einen Abgrund. Dazu wurden Experimente und Untersuchungen zum Spielverhalten vorgestellt. Nach Beobachtungen wählen "Normale" eher sichere Alternativen im Spiel, insbesondere, wenn sie vorher mit höherem Risiko verloren haben. Der Spielsüchtige dagegen wählt die riskanteren Möglichkeiten und wechselt nach eigenem Verlust weniger auf die sicheren Alternativen, sondern mehr zum risikoreicheren Spiel zum Versuch seines Ausgleichs und ist dabei der Überzeugung, das Spielgeschehen selbst steuern zu können. Damit ist dann der Untergang zu erwarten. Eine Alkoholabhängigkeit verschafft übrigens eine dreifach höhere Wahrscheinlichkeit zum pathologischen Spiel.

Ein Spielsüchtiger stellte sich uns persönlich vor, präsentierte seinen Lebenslauf. Er litt an mehreren Süchten, auch an exzessivem Spiel (Skat, wenn angefangen, konnte

er nicht mehr aufhören), fand schließlich Halt bei den anonymen Spielern. Einer seiner Leitsätze inzwischen: Du mußt nicht zocken gehen, das Leben liefert genug Probleme.

Bei den Vorträgen zum Drogenkonsum wurden unter anderem Zusammenhänge zwischen Drogenkonsum und psychischer Krankheit (Doppeldiagnosen) vorgestellt. So ist die Quote der Raucher um das 2,5 - fache bei Personen mit psychischen Störungen erhöht oder ein wöchentlicher Cannabis Konsum erhöht das Risiko einer schizophrenen Erkrankung um das 4,3 - fache.



*Im Internet weiß niemand,
dass du ein Hund bist!*

Gegen Alkoholkonsum wurden auch einige Präventionsmaßnahmen vorgeschlagen: Erschwerung des Zugangs, Null-Promille-Grenze bei Fahranfängern, Werbung mit der Botschaft: statt Geld für Alkoholkonsum auszugeben, besser die Anschaffung von eigenem Skateboard oder Computer anstreben oder ein soziokulturelles Model: z.B. Botschaften von bekannten Sportlern.

In einem weiteren Vortrag wurde uns die Drogensituation in Deutschland von dem DBDD - Deutsche Beobachtungsstelle für Drogen und Drogensucht vorgestellt. Erste

6. berliner psychiatrietage

Zusammenhänge zwischen Alkoholkonsum und Kriminalität ließen sich früh entdecken und liegt über ein Jahrhundert zurück: Die Statistik zeigte eine deutliche Erhöhung der Kriminalität an Samstagen: Dann gab es die "Lohntüte", anschließend ging es für viele ins Wirtshaus, wo es den Alkohol gab, und danach kam es auf der Straße vermehrt zu Prügeleien.

Auch heute stehen immerhin 13,7% aller Tatverdächtigen unter Alkoholeinfluss, oft kommt es zu Auseinandersetzungen oder zum "Zechenanschlußraub".

Von vorgestellten Statistiken konnte man einiges erfahren: Heroin stellt Europas größtes (illegales) Drogenproblem dar. Allein in der Türkei liegt für zwei Jahre genug Nachschub dieser Droge für die EU bereit. Kokain wird in Australien, Canada, den USA und dem UK übrigens stärker konsumiert als bei uns. Kokainbedingte Todesfälle von 2008 sind 1000 in der EU, davon bei uns 14 (etwa 100 in Kombination mit anderen Drogen). Neu ist z.B. zum Schmuggeln das Einarbeiten von Kokain in T-Shirts um es im Zielland im Labor wieder zu extrahieren.

Einen etwas praxisorientierteren Bericht lieferte „Gangway“, eine vom Senat und Spendern unterstützte Vereinigung von Straßensozialarbeitern wurde uns vorgestellt und berichtete über den Tilidinkonsum (ein dem Heroin ähnliches, als Tropfen erhältliches Schmerzmittel) in Berlin. Gut die Hälfte berliner Jugendlicher haben von Tilidin gehört, 1/3 kennen jemanden, der Tilidin konsumiert.

Auch bei der Sexsucht, die in der Bevölkerung am ehesten verziehen wird, gab es mögliche vorgetragene Behandlungsansätze. Eine interessante Randbemerkung: Die meisten Zugriffe auf Internetpornoseiten erfolgen zur normalen Arbeitszeit.

Anonym und unerkannt stellte sich ein Sexsüchtiger vor. Er therapiert sich durch eine Selbsthilfegruppe S.L.A.A. (Sex and Love Addicts Anonymous). Postfach 1352, 65003 Wiesbaden. Eine etwas spirituelle Gruppe aber ohne bestimmte religiöse Festlegung, die sich in ihrer Präambel an einem 12-Schritte Programm orientiert.

Dritter Tag

Am Samstag ging es um Hilfsstrukturen zu Suchtproblematiken in Berlin/Brandenburg. Die Ambulanz zur integrierten Drogenhilfe, zur Zeit für etwa 80 (zum Teil nicht wartezimmerfähige) Patienten stellte sich vor.

Meist kommen sie mit einem ganzen Bündel von Problemen, ganz real, auch mit ihren Plastiktüten voller behördlicher Papiere und sind komorbid (d.h. haben zusätzlich andere Krankheitsbilder entwickelt).

Auch die Senatsverwaltung für Gesundheit, Umwelt und Verbraucherschutz kümmert sich um Drogen und Suchtpolitik in Berlin. Dort baut man auf 4 Säulen: Prävention - Beratung und Behandlung - Überlebenshilfe und Schadensreduzierung - Regression und Reduzierung des Angebots.

Auch hier schaffen die legalen Drogen Tabak und Alkohol die größten Probleme.

Vorgestellt wurde auch Par-ce-val, ein Verband mit anthroposophischer Orientierung unter Einbeziehung der integrativen Therapie, gruppenspezifischem Ansatz, hohem Forderungsgrad sowie integrierter waldorfpädagogischer Schulung. Zur Einführung wurde ein eindrucksvolles musikalisches Rap-Video gezeigt, welches die Jugendlichen in kurzer Zeit produziert hatten.

Der Tagesablauf dort ist straff strukturiert, beginnt mit dem Wecken um 6 Uhr. Es folgen verschiedene Dienste und Arbeitseinsätze, nachmittags Schule, an den Wochenenden Freizeit und mögliche Besuche von den Eltern. Der Tag endet mit der Ruhephase 22:30 bzw. Nachtruhe 23:00 Uhr. Das Durchschnittsalter bei Aufnahme liegt bei 15-16 Jahren. Auch die Elternkreise drogenabhängiger Jugendlicher im Landesverband Berlin-Brandenburg (EKBB) stellten sich vor. Es wurden einige Schicksale geschildert. Sie arbeiten mit anderen Hilfsorganisationen wie Par-ce-val zusammen oder gehen in Schulen z.B. zu Elternabenden. Ziele sind beispielsweise, eigene Schuldgefühle zu reduzieren und konsequent zu ihren Kindern zu sein.

Zudem gibt es in Berlin 26 Selbsthilfeorganisationen zum Thema (Berlin ist in dieser Hinsicht "Selbsthilfeparadies"). Zu ihrem Inhalt und den angebotenen Veranstaltungen kann man sich im Internet unter

- www.Sucht-Drogen-Rat-Hilfe.de oder
- www.Sucht-Selbsthilfegruppen.de informieren.

So konnte das Symposium seinen Teilnehmern vielschichtige Informationen anbieten. Auch unser Stand mit den Platanenblättern war während der Mittags- und Kaffeepausen durchaus gut besucht, so mancher Interessent lernte unsere Zeitung kennen. Wir hoffen, im nächsten Jahr wieder dabei sein zu können.

N.W.

TAGESFAHRT am 25.09.2010 mit den Dr. Karl-Sonnenschein-Wanderungen zum Schloss Paretz

Am 19. Juli 2010 hat die Königin Luise Ihren 200. Todestag. Die beliebte Königin Luise hatte ihren Lieblingsaufenthalt im Schloss Paretz. Vom 31.07. bis 31.10.2010 waren dort vor Ort ihre Kleider und Hüte zu sehen. Königin Luise war eine fromme Frau. Sie ist evangelisch-lutherisch erzogen und hat zehn Kinder geboren. Sieben davon haben aber nur das Erwachsenenalter erreicht. Königin Luise lebte von 1776 bis 1810, d. h. sie wurde nur 34 Jahre alt. Sie war eine wunderschöne Frau! Gottlieb Schadow hatte eine Büste von ihr angefertigt. Um das Schloss Paretz zu erreichen, muss man die Bundesstraße 5 (B5) über Wustermark nach Ketzin fahren. Das Dorf und Gut Paretz wurden für 85 Taler abgekauft. Das Dorf und die Kirche wurden neu gebaut. König Friedrich hatte im Sommer sechs bis acht

Wochen Aufenthalt auf dem Gut, und die Königin hat besonders bei Erntefesten herzlich gerne mit den Leuten gefeiert. Die Familie lebte in Hannover. Als Luise sechs Jahre alt war, starb ihre Mutter. Der Vater heiratete wieder. Als die sogenannte zweite Mutter von Königin Luise verstarb, kam das Kind zur Großmutter, wo es englisch und französisch lernte. Doch Lernen war nicht so ihr Ding. Als Luise älter wurde, floh die Familie nach Hildburghausen. Es wurde eine Verlobung arrangiert. Luisens Vater hatte nur 30.000 Taler. Der Schwiegervater gab die Wittenschaft. Die Hochzeitskutsche fuhr wirklich unter den Linden mit acht Pferden, sechs davon von Läufern geführt! Im Jahr 1945 wurde die Kutsche stark beschädigt. Doch erst über vierzig Jahre später begann die Restaurierung. Die Launen der Mode sind laut der Königin der größte Tyrann! Sie liebte Chimisso Kleider mit großen Ausschnitten. Königin Luise war nur 1,72 m groß und besaß Schuhgröße 41. Sie war blauäugig und dunkelblond. Luise trug gerne einen Turban. Mit 1200 Apanage mtl.. Was die Mode angeht, orientierte sie sich stets an Paris. Das Nègligé trug man vormittags. Sie hatte viele Stoffe aus Indien. Ihre älteste Tochter Charlotte wurde mit Alexander aus Russland verheiratet. Der Schmuckwert von Königin Luise betrug eine Million Taler. Die Blüte des Ortes Paretz war in den zwanziger Jahren. Besucher kamen aus Berlin und Umgebung. 1945 wurde das Schloss ausgeplündert. Lustige Putten im Garten wurden beseitigt. Der spätere Direktor hatte ein Einsehen. Doch leider war vieles unwiederbringlich verloren. Viele Wohnblöcke wurden neben dem Schloss erbaut. Paretz ist heute ein Stadtteil von Ketzin, genannt Fischersiedlung. Seit 1305 gibt es eine Fähre. Im Jahr 1809 ist Ketzin eine Stadt geworden. Eine kleine Zuckerfabrik ist ansässig. Die letzte Ruhe fand Königin Luise mit ihrem Gemahl Friedrich Wilhelm III von Preußen in einem Sarkophag im Mausoleum des Schlossgartens Charlottenburg.

EVE

In eigener Sache & Ankündigung

Thema der nächsten Ausgabe:

Unsere Redaktion hat sich diesmal für das Thema:

„Gut & Böse“

entschieden. Immer noch fasziniert dieser alte Gegensatz die Menschen. Dabei glaubt heute eigentlich keiner mehr an das Böse. Woher sollte es kommen? Wenn das Böse aus der Natur kommen sollte, dann wäre es wohl die Krankheit. Aber die Krankheit ist doch eher ein Unfall der Natur als ein Verbrechen. Und ein Unfall ist es auch nur, wenn wir von den eigenen Hoffnungen und Erwartungen ausgehen. Für die Natur selbst ist es gar kein Problem, wenn einzelne Organe nicht funktionieren. Dann stirbt eben der Besitzer dieser Organe ab und andere Organismen entstehen. Auch wenn die „Krankheit“ eines Menschen darin bestehen sollte, dass er andere Menschen umbringt oder quält, also was wir im allgemeinen „böse“ nennen, ist das für die Natur auch nur eine Verhaltensvariante, die sich als Vorteil oder Nachteil zu bewähren hat. Insgesamt hat sich das „Verbrechen“ als Nachteil für den Verbrecher entpuppt, und deshalb ist die Mehrheit der Menschen wohl auch „gut“.

Aber darf man das Problem so biologistisch angehen? Gibt es nicht auch moralische und religiöse Aspekte? Oder gar eine Ästhetik des Bösen? Eine Faszination, die darin besteht, sich anders als vorteilhaft zu verhalten? Jeder ist aufgefordert, sich zu dem Thema zu äußern. Entweder mit persönlichen Erlebnissen oder allgemeinen Ansichten, je nachdem. Wir wünschen euch viel Spaß!

Redaktionsschluss: 31. Mai 2011

Wir können nicht garantieren, dass alle Artikel veröffentlicht werden. Handschriftliche Beiträge müssen wir leider unberücksichtigt lassen, da es unser Scanner nicht vermag, diese lesbar abzubilden und wir fast sämtliche Arbeiten erledigen müssen!

Eure Redaktion

Anmerkung: Wir richten uns vornehmlich an Personen, die selbst Betroffene sind oder waren, d.h. Psychiatrie-Erfahrene. Bei Anfragen bitte die im Impressum angegebenen Adressen benutzen.

Kulturabend-Programm

April / Mai 2011

mittwochs von 17.00 bis 19.30 Uhr

- 06.04. Karaoke Abend
- 13.04. Bewegung & Folklore
- 20.04. „Rock und Pop von gestern bis heute“ mit M. Raab
- 27.04. Musikalische Zeitreise 1980
- 04.05. Lesung mit Peter Manssdorff „Orte der Stille“
- 11.05. Matjesessen
- 18.05. „Rock und Pop von gestern bis heute“ mit M. Raab
- 25.05. Ausstellungseröffnung

www.platane19.de/kulturabend.htm

PROBANDEN FÜR EINE KLINISCHE STUDIE GESUCHT

Ziel der Untersuchung ist es, neurobiologische Mechanismen bei schizophrenen Patienten und deren genetische Grundlagen zu klären.

Voraussetzungen für Probanden:

- **Alter: zwischen 18 - 65 Jahre**
- **Diagnose aus dem Bereich der schizophrenen Gruppe**
- **Keine Seheinschränkungen (Brille/ Kontaktlinsen erlaubt)**

Ort: Alte Nervenklinik (Bonhoefferweg 3, Campus Charité Mitte) und dauert ca. 1 h
Anschließend muss für die genetische Analyse Blut abgenommen werden.

Daten werden selbstverständlich anonymisiert!
Aufwandsentschädigung: 10 €

Interesse? charite.genetik@googlemail.com

Verantwortl. Studienleiterin:
Prof. Dr. Imke Puls
AG Genetik in der Psychiatrie
(Charité, Campus Mitte)

Platanenblätterküche

Falscher Hase - ein gehaltvolles Ostergericht !

1 kg gemischtes Gehacktes,
2 Eier dreinschlagen,
viel kleingehackte Zwiebeln zugeben,
1 1/2 - in Milch aufgeweichte - Brötchen untermengen
und mit viel Salz u. Pfeffer abschmecken.
Im Ofen ca. 1h bei 180° Grad brutzeln lassen.

Dazu kann man Kartoffelpüree oder Salzkartoffeln reichen.
Den Braten in eine Auflaufform geben, dazu etwas Möhr-
chen und Selleriegemüse servieren.

Guten Appetit wünscht EVE
und die Redaktion gesegnete Ostern !

