

# Zweifel

---

Es steht Dir absolut zu, alle meine Schilderungen, alles, was ich Dir gesagt, oder geraten habe grundsätzlich in Zweifel zu ziehen oder aber auch ohne jegliche Begründung abzulehnen, denn dies ist in der Tat Dein gutes Recht. Du musst Dir jedoch auch darüber klar werden, wer diese Zweifel hegt, woher sie kommen, wie sie entstehen und wem sie entstehen. Deshalb hinterfrage auch Deine Zweifel selber, nimm sie nicht einfach hin, lasse Dich nicht von Deinem Verstand oder Deinem Ego in irgendeiner Weise bevormunden. Trotzdem, wie ich schon sagte: Es ist unbedingt notwendig, dass Du aus eigener und voller Überzeugung handelst und nicht, weil irgendwer von Dir irgendetwas erwartet oder verlangt. Du musst lernen, eigenverantwortlich für Dich zu handeln, denn Deine Handlungen fallen stets auf Dich alleine zurück, auf niemanden sonst. Deshalb mache nicht einfach das, was andere Dir vorschreiben oder weil Du anderen Menschen gefallen möchtest.

Andererseits ist mir ist völlig klar, dass so gut wie jeder Arzt, Psychologe, Neurologe oder Wissenschaftler meine Schilderungen wie auch meine Handlungsempfehlungen äußerst kritisch begutachten, hinterfragen, wenn nicht gar verurteilen wird, dies versteh ich sehr gut. Es ist völlig logisch, dass sie meinen eigenen Zustand als krankhaft verändert bezeichnen werden, da er von der allgemeinen Norm abweicht, selbst wenn diese Norm nicht präzise allgemeingültig definiert werden kann. Da wäre beispielsweise das Depersonalisations- und Derealisationssyndrom (nach ICD-10: F48.1). Als Derealisation oder Derealisationserleben wird eine zeitweilige oder dauerhaft abnorme oder verfremdete Wahrnehmung der Umwelt bezeichnet. Das würde bereits relativ gut in dieses Schema passen.

Des Weiteren gibt es als Krankheitsbild die Bewusstseinsstörung mit den Untergruppen Bewusstseinseinengung, Bewusstseinsverschiebung und Bewusstseinstrübung.

Auch die Dissoziative Identitätsstörung beinhaltet ähnlich gelagerte Krankheitsbilder (nach DSM-IV: 300.14 Dissoziative Identitätsstörung, vormals Multiple Persönlichkeitsstörung bzw. nach ICD-10: F44.81 Dissoziative Identitätsstörung). Darüber hinaus existieren noch viele Untergruppen hinsichtlich dissoziativer Störungen. Es gibt also eine ausreichende Auswahl an Krankheitsbildern, die alle potenziell mehr oder weniger auf meine Schilderungen und Handlungsempfehlungen hin ausgelegt werden können.

Diese oben genannten Krankheitsbilder können die unterschiedlichsten Ursachen haben, beispielsweise eine Posttraumatische Belastungsstörung (nach ICD-10: F43.1).

Menschen beispielsweise, die einem schweren Trauma ausgesetzt waren, spalten ihre Persönlichkeit zu deren eigenen Schutz in verschiedene „Ich-Anteile“ auf.

(ICD-10 und DSM-IV: 300.14 sind krankheitsbezogene Klassifikationssysteme – das nur der Vollständigkeit halber.)

Das oben genannte soll nur einen sehr kleinen Ausschnitt dessen aufzeigen, was aus ärztlicher bzw. wissenschaftlicher Sicht für mich, meine Schilderungen und meine Handlungsempfehlungen relevant sein dürfte. Für mich persönlich trifft eine solche Sichtweise jedoch absolut nicht zu, denn ich sage: „Wer die Mechanik der Sinne, des

Verstandes, des Denkens, des Geistes und des Körpers kennt, flüchtet nicht einfach und läuft davon, sondern ganz genau das Gegenteil ist der Fall.“

Derjenige, der vollkommen frei von Furcht und Angst ist, kann als einziger wirklich den vollen Zugang zu all seinen Persönlichkeitsanteilen erhalten, denn er alleine ist in der Lage, hat den Willen und die Kraft gleichermaßen, alles zu untersuchen und zu hinterfragen!

In Wahrheit ist er derjenige, der das große Feld der Furcht und der Angst durchschritten hat. Er kann sich demontieren und wieder zusammensetzen, wenn er das denn möchte, denn er ist nicht mehr länger Spielball der Inhalte. Es verhält sich vielmehr genau umgekehrt: Er kann mit den Inhalten verfahren, ganz wie es ihm beliebt. Der ängstliche Mensch hingegen befindet sich ausschließlich auf der Flucht und versucht eine solche vollständige Sichtweise unter allen Umständen zu verhindern – dies ist vielleicht der gravierendste Unterschied.

Nun, wer sich selber wirklich vollständig kennt, wer den Mut und die Entschlossenheit besitzt, sich wirklich ganz zu schauen, nur wer die Kraft hat, sich furchtlos auch selber zu hinterfragen, nur derjenige ist dazu befähigt, das Unnötige vom Nötigen und das Wichtige vom Unwichtigen zu unterscheiden und auch beides letztlich voneinander zu trennen.

Selbstverständlich lässt der „Wissende“ das Unnötige und das Unnütze zurück, wozu gäbe es sonst Entwicklung, Lernen, Wachstum und Evolution, wenn nicht genau aus diesem Grunde? Das, was für Dich in Deiner gegenwärtigen Situation Sinn macht, hat durchaus eine Relevanz für Dich in Deinem Dasein. Bedenke jedoch, dass dieses Dasein lediglich ein winziges Teil eines Ganzen darstellt, deshalb ist der Sinn, den Du siehst, immer nur Spiegelbild Deiner gegenwärtigen eingeschränkten Kenntnis. Diese, Deine Sichtweise lässt sich jedoch nicht willkürlich auf andere, oder gar alle Daseinsbereiche übertragen; eine solche begrenzte Sichtweise hat keinerlei universelle Gültigkeit.

Letztendlich musst Du Dir einfach selber vertrauen, musst in Dich hineinhorchen und vor allem in Dich hinein FÜHLEN, denn dies kann niemand sonst für Dich tun. Ich für meinen Teil halte mich durchaus für gesund, und das sehr wohl in geistiger Hinsicht. Die körperliche Gesundheit hinkt im Vergleich zur geistigen Gesundheit doch sehr stark hinterher, aber das ist nun einmal so und muss weder bewertet noch groß beachtet werden. Sagen wir so: Ich habe morgen frei, ich bin krank, gleich gehe ich mit meinem Hund Gassi, die Sonne scheint, sieh, letztlich sind alle Dinge gleichviel wert. Gleichmut ist der Schlüssel, jedoch nicht zu verwechseln mit Gleichgültigkeit oder Teilnahmslosigkeit. Verwechsle beides nicht miteinander, denn beides sind durchaus gegensätzliche Positionen.

Ganz gleich nun, wie Deine Entscheidung ausfällt, ob Du mir nun glaubst oder nicht, ob Du mich als krank bezeichnest, oder nicht: Ich werde von Deiner Meinung ohnehin nicht berührt, denn ich bleibe stets das, was ich bin, nicht mehr und nicht weniger. Darum sei stets frei in Deinem Handeln, höre auf Deine Stimme tief in Deinem Inneren und ziehe diese Stimme Deinem Denken vor, denn wie ich bereits sagte: Die „Innere Person“ mit ihrem „geistigen Auge“ irrt sich niemals. Aus diesem Grunde sollte Dein „geistiges Auge“ auch stets Dein Führer sein. Dies ist aber nur möglich, wenn Du Deiner „Inneren Person“ auch Dein vollstes Vertrauen schenkst, Dich ihr bedingungslos überstellst. Vertrauen und Hingabe sind der Schlüssel.