

Meine persönlichen Sichtweisen des Stimmenhörens – Chuck Schneider

Meine Sichtweise über Stimmenhören hat viel mit den Themen Glaube und Sinnfrage zu tun, sowie mit meiner persönlichen Entwicklung, was Toleranz und Akzeptanz betrifft. Öfters ist es ein Wechsel zwischen Hoffnung und Zweifel.

Zuerst fange ich mit dem Thema Glaube an.

Ich zitiere John Lennon „Gott ist eine Konzept, mit dem wir unsere Schmerzen messen können“.

Um weiter bei Lennon zu bleiben: es ist leichter für mich zu sagen, an was ich nicht glaube:

Ich glaube nicht an Magie

Ich glaube nicht an I-Ching

Ich glaube nicht an die Bibel

Ich glaube nicht an Tarot

Ich glaube nicht an Hitler

Ich glaube nicht an Jesus (oder Mohamed)

Ich glaube nicht an Kennedy (oder Obama, aber ich werde für ihn stimmen)

Ich glaube nicht an Mantra

Ich glaube nicht an Gita

Ich glaube nicht an Elvis oder dass er lebt

Ich glaube nicht an Zimmerman

Ich glaube nicht an die Beatles

Aber im Vergleich zu Lennon oft nicht an mich selbst

An was glaube ich?

Die Gretchen- Frage oder noch besser die Frage von Spinoza – Gott oder Natur?

Ich glaube an die beobachtbare und messbare Natur. Zum Beispiel an die Wunder des menschlichen Gehirns. Das menschliche Gehirn ist ein wahres Wunder. Es hat ca. 100 Milliarden Neuronen – 1 Milliarde ist eine 1 mit 9 Nullen dahinter! Und jedes Neuron hat 1.000 bis 10.000 Verbindungen. Die Gesamtzahl von Verbindungen ist sehr schwer auszudrücken. Ich gebe euch einen Vergleich. Der Regenwald des Amazonas hat ca. 1 Milliarde Bäume. Zählt man jedes Blatt auf diesen 1 Milliarde Bäumen, kommt man ungefähr auf die Zahl von Verbindungen in unserem Gehirn hin.

Diese fast unvorstellbare Zahl von Verbindungen ergibt eine Rechnerkapazität von 10 Petaflops – ein Flop ist die einfachste

Rechnerstufe in einem Computer. 1 Petaflop ist eine 1 mit 15 Nullen dahinter. Wieder ein Vergleich – der schnellste Supercomputer der Welt hat maximal eine Zwanzigstel der Kapazität eines menschlichen Gehirns.

Diese Komplexität ist, was mich fasziniert. Meiner Meinung nach, je mehr die Naturwissenschaft über das Gehirn erforscht und erfährt, desto mehr findet man heraus, dass es noch komplexer ist und möglicherweise so komplex, dass wir nie verstehen werden, wie es 100% funktioniert.

Wie so ist das für mich so wichtig?

Weil wir durch diese unvorstellbare Komplexität – fühlen, hören und sprechen können. Und durch diese Komplexität gibt es eine große Bandbreite von Möglichkeiten zu fühlen, zu hören, zu sprechen – und sprechen und hören sind fast nicht trennbar.

Genau so wichtig ist die Tatsache, dass diese Komplexität in unserer Fähigkeit zu fühlen, zu sprechen und zu hören so beeinflussbar ist durch Umwelteinflüsse, egal ob sie physischer oder psychologischer Natur sind. Für mich sind diese 3 Aspekte, was uns wirklich zu Menschen macht. Alle Religionen und ihre Schriften, sogar die gesamte Weltliteratur beschäftigen sich fast ausschließlich mit Fühlen, Sprechen und Hören.

Aber ist es so wichtig, was ich glaube?

Vor über 15 Jahren, als ich zum ersten Mal dem Konzept des Stimmenhören-Akzeptierens- begegnet bin, war ich ein „Aufgeklärter“ Atheist – ich bin es immer noch – mit wenig Geduld oder Toleranz für „Aberglauben“ wie Religion, Esoterik oder ähnlichen „Humbug“. Damals haben wir - Marlene Weiterschan und ich - durch unsere Alltagsarbeit mit StimmenhörerInnen die Grenze der gängigen psychologischen, psychotherapeutischen und schulmedizinischen Interventionen erlebt. Personen, die durch ihre Stimme gequält wurden, haben wir wenig Hilfe bzw. Hoffnung bieten können.

Durch die Begegnung mit dem Konzept des Stimmenhören-Akzeptierens- und noch wichtiger - durch die Erfahrung mit Stimmenhörern und Hörerinnen und ihre Erklärungsversuche habe ich meine eigene Intoleranz konfrontieren müssen. Diese Auseinandersetzung mit ihren Erklärungen und ihrem Glauben und diese wirklich zu akzeptieren war für mich in meiner Arbeit und persönlichen Entwicklung sehr wichtig.

Es war nicht immer leicht - und ist es bis heute nicht. Aber ich habe die heilende Macht von diesem Akzeptieren gesehen, z.B. wenn StimmenhörerInnen ihre eigene Erfahrung akzeptieren, geht es ihnen

fast immer besser, und insbesondere wenn sie Akzeptanz in der Selbsthilfegruppe und in ihrem persönlichen Umfeld finden bzw. erleben.

Dieses Auseinandersetzen mit den diversen Erklärungen / Glaubensversuchen hat oft zur Sinnfrage geführt. Viele StimmenhörerInnen haben Trost, Hilfe, Hoffnung und neuen Sinn des Lebens in Religion oder ähnlichen Philosophien gefunden. Manche haben durch ihre Beschäftigung mit der Stimmenhören- Bewegung und Community (Gemeinde) einen neuen Sinn in ihrem Leben gefunden und das hat zu einer wesentlichen Verbesserung ihrer Lebensqualität geführt - sogar zu Recovery (Genesung).

Durch diese Erfahrung hat die Sinnfrage eine wesentliche Rolle in meiner psychotherapeutischen bzw. Betreuungsarbeit erhalten. Alle diese Themen sind mit Hoffnung verbunden, und Hoffnung ist sehr wichtig in unserer / meiner Arbeit. Ich habe diesen Beruf 40 Jahre durchgehalten nur durch ordentliche Hoffnungsschübe. Meine Arbeit in der Stimmenhörenbewegung hat mir diese Hoffnungsschübe oft gegeben.

Und jetzt wechsle ich zu dem Thema Zweifel.

In meiner Arbeit in der Sozialpsychiatrie begegne ich oft StimmenhörerInnen, die sehr gequält von ihren Stimmen sind und den Prozess des Stimmenhören- Akzeptierens nicht durchführen wollen bzw. können. Was haben wir ihnen anzubieten? Ich habe keine Antwort – die Schulmedizin auch noch nicht.

Ein Recovered Stimmenhörer hat mir einmal gesagt: Das Wichtigste, was Professionisten tun können, ist ein Träger der Hoffnung zu sein. Ich kann dieser Personen derzeit nur anbieten, ihr Hoffnungsträger zu sein, nicht aufgeben und versuchen, ihre Schmerzen zu lindern. Und darin sehe ich den Sinn meiner Arbeit.