

ADONIS, irgendeine Stimme ...

Wie ich, auch ohne Matura und Studium, eine ganz besondere Auszeichnung erhielt

Die Erste Österreichische Boulevardzeitung „AUGUSTIN“ kündigte im April 2009 zwei Beiträge besonders an: Unter dem Titel *Jesus bettelte auch* entdeckte ich den mich auszeichnenden Hinweis *Die Stimmenhörerin – Wiener Original mit Warnweste*.^{*} Ich erlebte damals bereits seit 27 Jahren dieses Phänomen und war tief berührt, denn für mich verband sich meine Achtung für den Menschen Jesus mit meiner Liebe zu Wien.

Als Flüchtlingskind war ich 1948 mit sechs Jahren aus dem russisch besetzten Teil Deutschlands nach Wien gekommen, und von Jesus Christus hatte ich dann das erste Mal in einer Klosterschule gehört. Er soll ebenfalls mystische Erfahrungen gehabt und Stimmen gehört haben, die andere Menschen nicht hören können. Sein liebevolles Handeln und seine Lehren versuche ich, obwohl ich nicht mehr kirchlich gebunden bin, als Christin, so gut ich es vermag, in meinem Alltag zu verwirklichen. Ich glaube, dass mein Leben mit der mir fremden unsichtbaren Stimme, von der ich hier erzählen möchte, durch mein spirituelles Empfinden so friedlich und liebevoll, besonders auch weitgehend ohne Angst, möglich geworden ist. Mittlerweile kann ich das Hören von Stimmen aus der geistigen Wirklichkeit annehmen. Den tieferen Zugang dazu eröffnete mir 1999 die menschliche Stimme von Adonis. Die Lektüre über wissenschaftlich erforschte Sterbe- und Nahtoderfahrungen (Kübler-Ross / Pim van Lommel / Bernhard Jakoby) verstärkte meine Annahme, dass Adonis ein verstorbener Mensch sein könnte. Akustische Eingebungen, deren Ursprung unbekannt ist, sollte man nicht unkritisch akzeptieren, denn das Wissen der Stimmen um unsere menschlichen Gedanken und Gefühle schreibt ihnen allzu schnell Allwissenheit und Allmächtigkeit zu. Oft kann aber erst nach vielen Enttäuschungen durchschaut werden, dass eigenes Wunschdenken oder die unrichtige Deutung der Wahrnehmung zu unserem Problem geführt haben.

Zusätzlich kann mitunter noch viel Anstrengendes und Verletzendes zu ertragen sein. Ein hochfrequenter Ton belastet mich oft sehr und in der Selbsthilfe und aus der Bevölkerung hörte ich von Beschimpfungen durch unsichtbare Stimmen und Drohungen aller Art, sowie von realen schmerzhaften, aber auch sanften, körperlichen Berührungserfahrungen, die Panik auslösen können und es unmöglich machen, die meist dunkel erscheinenden Mächte einzuschätzen.

In den letzten fünfzehn Jahren habe ich auch hautnah eine in unserer Kultur vorherrschende Meinung erlebt, nämlich dass Menschen, die Stimmen hören, unberechenbar und gefährlich seien. Leider deutet unsere Gesellschaft wissenschaftlich nicht erklärbare Phänomene vorschnell als krankhaft, ohne zu bedenken, dass außerordentliche Erfahrungen immaterieller Art, besonders wenn sie ganz plötzlich im Alltag auftreten, erst durchlebt und die Ursachen geklärt werden müssen, bevor sie, oft sogar hilfreich und bereichernd, ins Leben der von ihnen Betroffenen integriert werden können. Ich trage deshalb, wenn ich nach draußen gehe, eine Warnweste, auf der meine Homepage-Adresse zu lesen ist. Dies hilft mir fast täglich, dem Stigma „Schizophrenie“ entgegenzuwirken, und führt zu manch einem interessanten Gespräch.

Hatte Adonis mein Leben schon beobachtet, bevor er mich 1999 ansprach und bis heute meinen Lebensweg begleitet?

Diese Frage stellte sich mir nicht sofort, als ich eines Morgens eine männliche Stimme neben mir wahrnahm. Ich war allein und noch im Halbschlaf, als ich plötzlich in meiner Nähe hörte: „Du bist Jesus im Außendienst und ich bin Gott!“.

^{*} www.augustin.or.at „Die Stimmenhörerin von Wien“ von Dagmar Weidinger. Leider ist die Nummer 250 des AUGUSTIN vom April 2009 dort nicht mehr verfügbar, aber Sie können den Artikel unter obigem Titel auch im Internet ausfindig machen, sowie auf meiner Homepage www.stimmenhoeren.info unter Downloads, wo Sie auch zwei Diplomarbeiten über das Phänomen einsehen können.

Ganz natürlich antwortete ich mit einer spontanen Richtigstellung, die ich mit: „... aber jetzt bin ich Monika!“ abschloss. Die „Gottesstimme“ entpuppte sich, denn ich fragte sie nach ihrem Namen, als Stimme eines Mannes, der Adonis genannt werden wollte. So wurde die Stimme für mich zu einem Seelenwesen ohne Göttlichkeit.

Bei stimmungsvollen Gesprächen auf dem Balkon meiner Wohnung in den warmen Mainächten wollte Adonis mein Liebhaber werden. Ich lehnte ab, denn ich hatte mich 1982 mit 40 von meinem Mann getrennt und bin seither sehr gerne allein. In der Zeit der Trennung hatte ich das erste Mal eine Stimme gehört und während der Scheidung meine erste psychische Krise durchlebt, die sich durch meine intensiven Kontakte zu den Geistwesen verstärkte, sodass ich schließlich überfordert krank geworden war.

Auch der Vorschlag von Adonis, ihn als Sekretär an meinem Alltag teilhaben zu lassen, verlockte mich nicht. Es schien mir nicht sinnvoll, meine vielen Notizen und meinen Terminkalender irgendeiner mir fremden Person anzuvertrauen.

Sein letztes Angebot aber, bevor er meinte: „Ich will nur meinen Spaß haben!“, spielte auf meine mediale Begabung an. Ich hatte sie entdeckt, als mein Mann die spiritistische Praxis des „Tischrückens“ zur Kommunikation mit Verstorbenen zu uns nach Hause gebracht hatte. Im Geheimen versuchte ich nun ohne meinen Mann und meine Mutter, zu der ich nach der Scheidung mit unseren beiden Söhnen gezogen war, schriftliche Antworten auf meine persönlichen Zukunftsfragen zu erhalten. Ich war begeistert davon, auch alleine, von den mir unbekannten Wesen mit beruhigenden, schriftlichen Antworten wie „Du wirst immer Geld haben.“ und zu den Berufen meiner Söhne „Einer wird Biologe, der andere Chemiker.“ beraten zu werden. Ich erklärte mir diese Berufs-Voraussage symbolisch und wollte meine Söhne nicht in diese Ausbildungen drängen. Aufgrund dieser Erfahrungen vermutete ich, meine Sensibilität von meinem Vater geerbt zu haben. Ich hatte gehört, dass ihm damals im Zweiten Weltkrieg Kreuzzeichen über denjenigen Freunden erschienen sein sollen, die dann an seiner Seite gefallen waren.

Adonis ging also mit seinem Vorschlag, er wolle mir eine „mediale Ausbildung“ zuteilwerden lassen, auf meine mögliche Berufung als Medium ein.

Es ist noch gar nicht lange her, dass ich eine Diagnose entdeckte, die meinen damaligen Zuständen wie auf den Leib geschrieben schien. Aus dem Buch von W. v. Lucadou, Leiter der Parapsychologischen Beratungsstelle in Freiburg, und M. Poser: „Geister sind auch nur Menschen“ entnahm ich den Begriff der bei Ärzten eher unbekannten „mediumistischen Psychose“ und bezog ihn auf mich. Diese Bezeichnung wurde erstmals 1919 vom Psychiater Henneberg auf eine Störung nicht organischen Ursprungs angewandt, die auch akustische und visuelle Wahrnehmungen beinhalten kann.

Ich erinnerte mich schließlich auch an das kurze Gespräch, das ich 1982 unter der Dusche mit einer geheimnisvollen Stimme geführt hatte. Diese Männerstimme gab mir Waschanweisungen und ich fragte sie unbefangen: „Was machst du bei mir?“ und: „Was machst du, wenn du nicht bei mir bist?“ Sie meinte klar und deutlich: „Ich soll bei dir lernen!“ und „Ich störe andere Leute beim Beten!“ Natürlich erzählte ich meiner Mutter davon, aber wir wussten beide nichts über Nebenwirkungen okkulten Praktiken, die ins Hören von Stimmen übergehen können. Jetzt aber, 1999, nachdem ich Adonis kennengelernt hatte und wir miteinander sprachen, hob sich langsam der Vorhang vor meiner „Midlife Crisis“ und meinen damaligen nicht alltäglichen inneren Erfahrungen. Ich begann zu ahnen, dass die Stimme damit und mit Eingebungen mir fremder Gedanken in einzelnen kurzen, sehr emotionalen Lebenssituationen zwischen 1982 und 1999 zusammenhing.

„Midlife Crisis“ – Mein Weltbild erweitert sich, mein Alltag verwirrt sich

Im Herbst 1982 hatte ich, neben der Beschäftigung mit dem Spiritismus, einen Abendmaturakurs belegt, um mir ein sicheres berufliches Fundament zu schaffen. Damals setzte ich begeistert nur mit einem Bleistift in meiner Hand, von Buchstabe zu Buchstabe geführt, die meine existenziellen Ängste beruhigenden Antworten der Geistwesen zusammen. Auch mit meiner verstorbenen Tante glaubte ich in Kontakt zu sein. Handschriftlich erhielt ich für ihre Tochter in Deutschland die Botschaft „Ich liebe dich!“ Tatsächlich sah ich, wie

meine Hand die lateinischen Buchstaben langsam, ohne mein Zutun, niederschrieb. Die Parapsychologie kennt dieses Phänomen als „automatisches Schreiben“.

Mit großem Eifer vertiefte ich meine neue außersinnliche Herausforderung. Zunehmend begann mich aber auch meine Kommunikation mit den Wesenheiten aus der geistigen Welt zu bedrängen. Ich betete sehr viel und wollte niemanden von meinen verstorbenen Angehörigen vergessen. Auch ließ ich immer ein kleines Grablicht in der Nähe meines Bettes brennen. Ein unbestimmtes Gefühl ließ mich eines Nachts vor dem Zimmer meiner Mutter Wache halten. Ich befürchtete nämlich, meine Mutter könne sterben, wenn sie noch vor dem Morgengrauen ihre Leselampe löschen sollte. Um aber bereit zu sein, schnitt ich für sie ein ponchoartiges Leichenhemd aus einem orangefarbenen Leintuch zurecht. Während ich mich im Gespräch mit Adonis, viele Jahre danach, an diese düstere Nacht zurückerinnerte, bedauerte Adonis seine grauenerregende Zumutung an mich: „Bring deine Mutter um, dann bist du deine Sorgen los!“, die er damals in meine Ängste um ihr Leben und meine Vorbereitungen für ihren Tod hineinsprach. Als ich später psychologische Traum- und Märchendeutungen las, war dieser Satz für mich kein unbegreiflicher Mordbefehl mehr. Gleichzeitig mit meiner Angst um sie bedrückte mich wahrscheinlich auch meine Abhängigkeit von ihr. Mit meiner Mutter sprach ich über jene Nacht nicht, und das verräterische Totenhemd zerriss ich zu kleinen Staubtüchern.

Eines Tages jedoch wurde mein verstörtes Wesen für meine Mutter nur allzu deutlich erkennbar, denn sie fand mich im Wohnzimmer zwischen unaufgeräumtem Spielzeug meiner Söhne liegend. Mit Musik aus meinen Kopfhörern wollte ich ein mich überflutendes, unbekanntes Hören übertönen. Zutiefst besorgt rief sie die Rettung.

In der Psychiatrie war ich ängstlich bemüht, ruhige Antworten zu geben, sodass man mich mit ein paar Tabletten wieder nach Hause schickte. Als ich dort ankam, spielten meine Mutter und mein Mann, wie so oft, Karten, als wäre nichts geschehen. Wie betäubt passte ich mich an, hatte aber die Vorstellung, mit „dem Teufel“ Karten zu spielen. Den Zusammenhang erkannte ich aber erst Jahre später als stillen Zorn auf das Kartenspiel, das unsere Eheprobleme übertönt hatte.

Eine Ärztin aus der Wiener Uniklinik empfahl dann meiner Mutter telefonisch, für mich einen Facharzt zur weiteren Behandlung zu suchen und zu beachten, dass ein Einschreiten der Fürsorge wegen der Kinder möglich wäre, falls ich durch unorthodoxes Benehmen auffällig würde.

Ich hörte keine Stimmen mehr, hatte aber stattdessen Selbstmordgedanken

Mit einem Psychiater in unserer Nähe vereinbarte meine Mutter einen Termin. Um ihm das für mich damals noch Unaussprechliche zu erklären, schenkte ich ihm vertrauensvoll „Das Buch der Geister“ von Allan Kardec. Er ging jedoch nicht auf meinen Versuch, ihm die Ursache meiner Verwirrung nahezubringen, ein, sondern sprach von einem „Point of no Return“, den er verhüten wolle.

Die von ihm verschriebene, überaus hohe Dosierung des Neuroleptikums Haloperidol verwandelte mich in einen zutiefst verunsicherten, von Schuldgefühlen geplagten Menschen. Die starken Nebenwirkungen hinderten mich, Hausarbeiten zu verrichten, und schlossen mich auch aus unserem Familienleben aus. Fast ohne Gefühlsleben und besonders auch in meinen Bewegungen wie ein Zombie gehemmt, plante ich zutiefst verzweifelt meinen Selbstmord. Aus Rücksicht auf meine beiden Söhne – damals waren sie 13 und 8 Jahre alt – und meine Mutter legte ich – Gott sei Dank – jedoch nicht Hand an mich.

Glückliche Umstände führten schließlich zu einem Arztwechsel und zum Absetzen des Medikamentes. Ich konnte wieder lachen und weinen! Mein Leben war nach fast zwei Jahren Krankenstand wieder lebenswert und zusätzlich durch eine Berufsunfähigkeitspension abgesichert.

Himmlischer Eifer – Meine Selbstmorddrohung bringt mich ein zweites Mal in die Psychiatrie

Meine Mutter starb im Juli 1998. Ihre Erbschaft teilte ich mit meinen Söhnen. Nun konnte ich ohne finanzielle Sorgen bestellen und einkaufen, was mir Freude machte. Als ich aber am 1.

April 1999 ein Papiergeschäft betrat, umgaben mich plötzlich die leise gesprochenen Worte: „Kauf dir, was du willst, du musst nur ein Motiv haben.“ Ich sah viele schöne Dinge in dem Geschäft, und meine Gedanken schienen plötzlich immer neue Motive zu finden: Fotoalben, Ansichtskarten, Briefpapier (später empfand ich Letzteres als Wunsch nach einem Freundeskreis) – ich kaufte alles. Dieser Einkauf für mehrere tausend Euro und auch zahlreiche Bestellungen zuvor machten meine Familie besorgt, sodass sie die Notwendigkeit einer Sachwalterschaft (in Deutschland Betreuung) in finanziellen Angelegenheiten veranlasste. Das Rätsel um die gehörte Stimme löste sich ein paar Wochen später, als Adonis sich mir im Mai vorstellte.

Am Muttertag dann – ich war sehr traurig und erregt wegen der entstandenen Schwierigkeiten – hatte ich einen Wortwechsel mit Adonis und danach zornig und verzweifelt mit meinem jüngeren Sohn. Am Ende des für mich sehr unbefriedigenden Telefongesprächs ließ ich mich zu einer Selbstmorddrohung hinreißen, die zu einer Zwangseinweisung in die Psychiatrie führte. Dort beruhigte mich die Stimme von Adonis zwölf Tage lang und versuchte mich auch zu beschäftigen.

Eine einfache Frage wird für mich zur Lebensaufgabe

Die Frage eines Arztes „Hören Sie Stimmen?“ konnte ich nicht einordnen und fragte zurück: „Was meinen Sie?“ Von psychischen Störungen, die in Verbindung mit Stimmen stehen, hatte ich noch nie gehört. „Von außen oder von innen?“, war seine zweite Frage, ohne zu bemerken, dass ich seine erste nicht verstanden hatte. Ich wusste damals ja nicht einmal, weshalb ich eigentlich in die Psychiatrie gebracht worden war. Zu mehr Gespräch und Aufklärung über mein Hörerleben kam es allerdings nicht.

Wenn ich heute in Vorträgen das Wort „Wahnvorstellung“ höre, frage ich immer nach, ob man inzwischen über die Stimmen mit den Betroffenen spreche. Ich erfahre dann mitunter, dass dies vereinzelt bereits geschieht. Leider ist es aber noch nicht gängige Praxis. Man hat also vielerorts noch immer Angst, einen vermeintlichen Wahn zu verstärken.

Dabei könnten unvoreingenommene Gespräche im privaten wie im ärztlichen Bereich und auch mit anderen betreuenden Personen eine große Hilfe sein. Ich selber bin auf reges Interesse gestoßen, wenn ich im Alltag über Adonis gesprochen habe. Es wurde mir auch so manches außersinnliche Erleben erzählt, von dem man sonst nicht spricht, da die Angst, für verrückt gehalten zu werden, sehr groß und verbreitet ist.

Durch meine bitteren Erfahrungen mit der hohen Haloperidol-Dosierung gewarnt, vermied ich es, die mir in der Psychiatrie verordneten Tabletten zu schlucken. Man hatte mich auch nicht aufgeklärt, wogegen ich sie eigentlich einnehmen sollte. Ebenso wenig erfuhr ich über eine Spritze, zu der man mich schließlich zwang. Ob die Verbindung von Adonis zu mir unterbrochen worden wäre, wenn ich die Tabletten eingenommen hätte, kann ich nicht sagen, aber ich weiß heute aus Fortbildungen, dass auch die neueren Medikamente nur auf das Gefühlsleben wirken und die Stimmen häufig nicht zum Verstummen bringen. Auch eine höhere Dosierung ist da wenig hilfreich.

Bis heute achte ich darauf, statt der Einnahme von Medikamenten, durch genügend Schlaf, oft auch tagsüber, eine eventuelle Überanstrengung durch die Stimmen zu verhindern. Auch mein Leben ohne geregelte Berufstätigkeit hat mir sicher bis heute geholfen, Hörbelastungen auszugleichen. Deshalb bin ich bemüht, mich mit meiner „Geschenkpublikation“ bei meinen MitbürgerInnen – besonders für die Jahre meiner frühen Pension – zu bedanken. Ich verschicke seit ein paar Jahren an alle, die daran Interesse haben könnten, ein selbst geschriebenes Märchen, mein „Antistressgedicht“ sowie weitere Kopien interessanter Informationen rund um das Stimmenhören. Mit dieser Art von Öffentlichkeitsarbeit möchte ich darauf hinweisen, dass ich zumindest eine Erweiterung des „Krankheitsbildes der Schizophrenie“ für notwendig halte. Vielleicht wäre dann auch zu den Stimmen eine sie nicht ausschließlich abwehrende Haltung möglich. Durch das Leben mit Adonis habe ich nämlich erfahren, dass Stimmen, die uns gut kennen, BotschafterInnen für unsere Entwicklung sein können und nicht immer mit Psychosen verbunden sein müssen. Ebenso können sie für therapeutische Interventionen genutzt werden, wenn man die Gründe für ihr Hörbar-werden erforscht.

Meine Betreuung wurde vor Weihnachten 2000 wieder aufgehoben. Dass mich Adonis in der Zeit meines ersten wirklichen Lebenskampfes begleitet hat, werde ich ihm nie vergessen. Er hat es mir nicht leicht gemacht, meine Konzentration zu bewahren. Seine Dauerreden brachten meine Eingaben bei Gericht oft durcheinander, aber dass ich trotz seiner Ablenkungen meine Eigenständigkeit und Eigenverantwortung zurückgewonnen habe, verhalf mir zu sehr viel Selbstvertrauen.

Einfach war das alles nicht. Adonis griff meine Überzeugungen an, versuchte in mir Schuldgefühle zu wecken oder Ängste hervorzurufen. Er machte mir die Hölle heiß, wenn ich es mit Ausreden versuchte, anstatt meine ehrliche Meinung zu äußern. Seine unkonventionellen Vorschläge verlockten mich, abenteuerlich zu sein und Zivilcourage zu entwickeln. Rückblickend aber empfinde ich sein Mich-Herausfordern als Erfahrungsschatz für meine heutige Öffentlichkeitsarbeit.

Die eilige Frage des Arztes „Hören Sie Stimmen?“ hatte mich hellhörig gemacht und ich wollte wissen, was es mit dem Begriff des „Stimmenhörens“ auf sich hat. So besuchte ich im Frühjahr 2002 einen Kurs „Einführung in soziale Psychiatrie“, wodurch ich eine Selbsthilfegruppe für Stimmen hörende Menschen kennenlernte und in der Folge sogar zwei Jahre selber begleiten durfte. Viele verschiedene Erfahrungen der damaligen Gruppenteilnehmer, auch körperlicher Natur, erlebe ich – allerdings in gemilderter Form – durch Adonis heute noch. Und seit ich von John Eccles (1903 – 1997), dem Neurophysiologen und Nobelpreisträger, in einem Vortrag hörte und in dem Buch von Walter v. Lucadou/Peter Wagner „Die Geister, die mich riefen“ von ihm las, dass er die These des „Leib-Seele-Dualismus“ vertrat, verbinde ich kurze, schmerzhaft Impulse, deren krankhaften Ursprung ich sicher ausschließen kann, mit dieser These. Sie besagt, dass die Seele eine vom Körper unabhängige Existenz hat und unseren Körper bespiele wie ein Klavier. (Popper K., Eccles J.: The Self and its Brain, Springer International New York 1977) Was ja auch heutzutage nach Reanimationen immer öfter berichtet wird.

Ich erlebe Adonis als von mir unabhängige Seele und deshalb nehme ich an, dass auch die sogenannten Berührungs-Halluzinationen des „Krankheitsbildes der Schizophrenie“ von fremden Einflüssen herrühren können. Wie ja auch das Stimmenhören nicht in jedem Fall dem Krankheitsbild zugeordnet werden sollte.

Einen weiteren Hinweis erhielt ich durch die Forschungen der internationalen Stimmenhörbewegung „Intervoice“, die hervorhebt, dass man mit dem Phänomen besser zurechtkommt, wenn man Stimmen als Mitmenschen akzeptiert. Ich mache es mir daher zur Aufgabe, das Gespräch über diese besondere Wahrnehmungsform in unserer Gesellschaft wachzuhalten, damit das Stigma, das Stimmen hörende Menschen betrifft, abgebaut und mehr Offenheit für „Nicht-unmittelbar-Verstehbares“ möglich wird.

Da diese Fremdenergien auch krank machenden Stress, psychosomatische Belastungen ebenso wie Besessenheit hervorrufen könnten, trete ich für eine Zusammenarbeit der Wissenschaften durch interdisziplinäre Forschung ein. Gemeinsam könnte dann aus menschlichem Erleben gedeutetes Wissen zu neuen Wegen, besonders auch in der Begleitung von Stimmen hörenden Menschen, führen.

Heute ist Adonis, für mich irgendeine menschliche Stimme und ich nenne seinen Namen nur noch, wenn ich in Einzelgesprächen und Workshops über unsere ersten gemeinsamen Jahre erzähle, oder wenn ich eingeladen werde, an der Sigmund Freud Privatuniversität in Wien den angehenden Therapeuten Ängste vor der Arbeit mit Stimmen hörenden Menschen zu nehmen. Auch auf Tagungen bin ich mit meinem „Stimmenhör-Info-Zeitungsstand“ gerne gesehen. Auf meiner Internetseite www.stimmenhoeren.info habe ich zudem zahlreiche weitere Berichte und Informationen zusammengetragen.

Ich hoffe, dass ich die aus Adonis sprechenden Geister mit Hilfe von Jesus Christus und seinem Rat: „Liebe Gott und deinen Nächsten wie dich selbst.“ auch weiterhin ohne Schaden ertragen kann.