

Geistes **BLITZ**



Vorstellung

Wohnungslosigkeit
und BEW Obdach

Gastbeitrag

Altes Kräuterwissen –
neu entdeckt

Rubriken

Fortsetzungen, Witze,
Spartipps, Rezension

Liebe Leserin, lieber Leser,

in der ersten Jahreshälfte hatte das Redaktionsteam eine Menge um die Ohren, so dass die Redaktionssitzungen zeitweise nicht so regelmäßig stattfinden konnten und diese Ausgabe länger dauerte als üblich.

Doch das Warten hat sich gelohnt: Pünktlich zum Sommerloch ist die zweite Ausgabe in diesem Jahr fertig geworden, und es gibt einige Neuigkeiten: Die Perspektive Zehlendorf betreibt neuerdings einen Schrebergarten. Über seine Entwicklung werden wir in den nächsten Ausgaben fortlaufend berichten. (Hier auf der rechten Seite geht es los.)

Und wo wir gerade bei der Natur sind: In einer neuen Serie geht es um die Historie der Heilkräuter.

Auch die Geschichte von Paula T. setzt sich fort, diesmal mit einer extralangen Episode, und es bleibt spannend.

Ebenfalls fortgesetzt wird die Geschichte mit der nervenaufreibenden Wohnzwischenutzung. Wird sich alles zum Guten wenden?

Endlich gibt es auch wieder einmal die von einigen Lesern vermissten Spartipps. Wie meistens haben wir auch diesmal eine Buchrezension, außerdem eine Seite mit Witzen.

Wir hoffen, Ihnen wieder einmal eine abwechslungsreiche Lektüre zu präsentieren und wünschen Ihnen viel Spaß beim Lesen.

Herzliche Grüße
– die Redaktion –

Impressum

Redaktionsadresse:

Redaktion „Geistesblitz“

Perspektive Zehlendorf e. V.

Potsdamer Chaussee 68 A

14129 Berlin

Tel. 030 224 45 40 61

Erscheinungsweise: 3-4 x jährlich

Redakteur*innen:

M. Boche

H.-D. Frank

J. Lawrenz

Smiley

M. Schirrmeister

Gastautorin: Kei Mun

Mitarbeit: E. Eichler, I. Ruhl



Wir hören das Gras wachsen

Neues aus dem Schrebergarten der Perspektive Zehlendorf (Teil 1)



Die PZ hatte sich bereits im Oktober 2018 um einen Schrebergarten in der Kolonie Schlachtensee Süd beworben. Seit dem 1.6. ist der Garten nutzbar,

und es wurde bereits durch den träger-eigenen Zuverdienst ein Geräteschuppen erbaut. Aktuell zeigt sich der Garten noch in einer großen, kahlen Fläche, auf der es viel zu tun gibt. Ein maximal 24 m² großes Häuschen soll erbaut werden mit Sitzmöglichkeit, einer Küche und einem WC. Das Konzept ist bisher offen, der Garten wird als Ergänzung der Angebote der Tagesstätte dienen. Es soll eine Möglichkeit geschaffen werden, in der die Klienten mehr Natur erleben können, auch ein einfacher Spaziergang dorthin und gemeinsames Sitzen und Austausch im Garten wären schon eine Option.



Es ist noch unklar, ob sich ein Zier- oder ein Gemüsegarten entwickelt,



das kommt auf die Interessenlage an. Sollte Gemüse angebaut werden, könnte die Kochgruppe der Tagesstätte dieses beispielsweise für die gemeinsamen Mittagessen verwenden. Geplant ist eine feste Gartengruppe, bisher findet die Bewegungsgruppe dort statt. Der Garten liegt im Ulmenweg 4 an der Benschallee und ist per Bus (115/622, Haltestelle Lloyd-G.-Wells-Str.), mit dem Fahrrad und von der P95 auch zu Fuß gut zu erreichen.

E. Eichler

Dieser Text entstand aus einem Interview mit Herrn Süßenbach, dem Bereichsleiter der Tagesstätte.



Erfahrungsbericht über die Erlebnisse bei einer Wohnzwecknutzung

Dies sind meine autobiografischen Aufzeichnungen. (Teil 2)



So, Leute, ich bin umgezogen, in meine Zwischenumsetzwohnung. Der Umzug war sehr anstrengend, trotz der hervorragenden Hilfe der Umzugsfirma Borowski.

Geplant war ja, dass ich am Montag, dem 17.6.19, mit zwei Einpackhelfern der Umzugsfirma den Umzug vorbereiten und dann am darauffolgenden Tag umziehen würde. Aber es kam alles ganz anders als gedacht und geplant.

Aus der Vorbereitung wurde ein Ad-hoc-Umzug. Es kamen sieben junge Männer

der Umzugsfirma zu mir und fingen binnen ca. drei Stunden an, alles einzupacken und umzugsfertig zu machen, denn, jetzt kommt's – es wurde sofort alles verladen und noch am selben Tag in die Umzugswohnung gefahren und getragen. Ca. 21 Umzugskartons und noch vieles mehr.

Wie ging es mir damit, wird sich bestimmt der eine oder andere Leser*in fragen? Es war wie ein Film, der vor mir ablief. Ich funktionierte zu 100 Prozent. Mein Hirn raste gefühlte 1000 Prozent. Ich spürte weder Angst noch Erschöp-

fung. Es war eine extreme Ausnahmesituation für mich, die ich mit aller meiner zur Verfügung stehenden Kraft versuchte zu kontrollieren und zu bewältigen.

Was mir im Nachhinein auch recht gut gelang. Ich hatte mich zum Schutz und zur Hilfe für alle Eventualitäten mit meiner Ersatzbetreuerin, Frau Affeldt-Lefèbre (sehr zu empfehlen), verabredet. Sie sollte vor Ort erscheinen, nach dem Rechten schauen und mir als Gesprächspartnerin zur Verfügung stehen, wenn ich sie benötigen sollte. Hat auch alles gut geklappt. Sie kam, wie versprochen und verabredet, pünktlich. Wir sprachen aber nicht viel, denn ich war so im Umzugsstress, dass Sie mir dringend empfahl, mich baldmöglichst auszuruhen, was mir aber nur sehr schwer gelang. So sehr war ich gestresst.

Die erste Nacht habe ich nur zwei Stunden geschlafen und dann angefangen, die neue Wohnsituation zu realisieren. Aber ich war immer noch voll unter Strom und ungebundenen Tatendrangs, obwohl mir alle Muskeln und Gelenke schmerzten.



Ich wollte und musste Herr über die neue Lage werden, das war mein einziges Ziel. Also räumte und packte ich aus, was das Zeug hielt.

Mit meiner Ersatzbetreuerin habe ich jeden Tag per Smartphone Kontakt gehalten. Das war wichtig für mich, um geerdet zu bleiben. Denn in dieser akuten Stresssituation war eines meiner Krankheitssymptome, das Stimmenhören, sehr extrem. Zu unterscheiden, was jetzt Wahn war und was ich wirklich real hörte, war eine zusätzliche, starke Belastung für mich.

Am dritten Tag in Folge bin ich dann langsam zur Ruhe gekommen, konnte schlafen und war langsam zufrieden mit dem, wie ich meinen neuen Schutz- und Wohnraum eingerichtet habe.

Ich habe euch ein Bild mit reingestellt, damit Ihr mal eine Vorstellung von dem bekommen könnt, wie ich jetzt, für ca. sechs Monate, in meiner neuen Umsetzwohnung leben werde.

Gehabt euch wohl, zusammen.

Redaktionsmitglied M. Boche



Die Legende von Paula T. und ihrer Familie

Autobiographische Aufzeichnungen von Dieter Frank – Teil 5

Was der Fernschachexperte provozierte und die Folgen

Wir saßen alle, das Ehepaar Ellerbruck, der Fernschachexperte, genannt Wilfried Gansel, B., Paula und ich. Wilfried Gansel leitete das Schachtraining. Der war sehr arrogant und ließ mich spüren, dass er Vorurteile wegen meiner seelischen Erkrankung hatte. Außerdem war Ira Ellerbruck am Tisch superfreundlich zu mir. Das kam mir verdächtig vor. Ich sagte ihr dieses auf den Kopf zu. Sie wurde verlegen. Sie sagte, dass sie von Gansel über meine Behinderung informiert worden wäre. Dieser wiederum hatte von B. meine Behinderung erfahren und hielt mich für geistig minderbemittelt. So hatte ich das Gefühl.

Auf meine Frage an B., woher er das wüsste, antwortete er, Paulas Mutter hätte ihm dieses mitgeteilt. Ich fragte B. daraufhin, „was hat Frau T. Dir erzählt und

warum hat sie es Dir erzählt?“ Ohne B.s Antwort abzuwarten fuhr Paula dazwischen und sagte: „Meine Mutter hat nur Gutes über Dich B. berichtet.“ „Das glaube ich nicht“, antwortete ich, Du hieltest mich von Anfang an für geistig behindert und hast das glaubhaft für Deine Mutter ihr so erzählt.“ Dadurch gelangten diese Vorurteile in den Schachklub. „Komm, wir gehen“, sagte Paula zu mir. An B. gerichtet sagte ich: „Ich werde wahrscheinlich aus dem Schachklub austreten wegen dieses Vorfalls. Ich werde Dir in nächster Zeit sagen, ob ich weiter in den Klub komme.“ Dann ging ich mit Paula.

Draußen meinte sie zu mir: „Lass uns etwas trinken gehen“. „Lass mich in Ruhe, ich will heute von Dir nichts mehr wissen!“ Ich entfernte mich mit schnellen Schritten von ihr, so dass sie mir nicht folgen konnte. Dann fuhr ich alleine nach

Hause und berichtete den Vorfall meiner Mutter. Ich ging in mein Zimmer.

Nach ungefähr einer Dreiviertelstunde klingelte Paula bei uns an der Tür. Sie sagte: „Ich muss den Dieter sofort sprechen.“ Nach kurzem Gerede meinte sie: „Ich kann Dieter besser beurteilen als Sie.“ „Da sind sie aber im Irrtum. Ich bin seine Mutter und weiß besser Bescheid über ihn als Sie. Haben Sie ihrer Mutter von einer geistigen Behinderung erzählt? Fahren Sie jetzt nach Hause. Dieter braucht Ruhe.“ Dann ging sie weg.

Meine Angst

Nach diesem Vorfall glaubte ich, dass man mich meiden würde im Klub und mir zu verstehen gäbe, dass ich im Schachklub unerwünscht wäre. Doch ich hatte mich getäuscht. Denn durch meine Ängste war ich gezwungen, mit B. zu reden. Er versicherte mir, dass wegen meines Dienstes im Ausschank der Klub auf mich nicht verzichten könnte. Außerdem sei der Klub auch für Menschen mit Behinderung da.

Ich erwähnte die Spitzen, die der Fernschachexperte gegen mich gerichtet hatte. B. teilte mir mit, dass dem Fernschachexperten vor kurzem nach einer Kur seine Ehefrau aufgrund einer schweren Erkrankung

gestorben sei. Vor ihrem Tod war sie hin und wieder wegen ihrer Erkrankung leicht verwirrt und orientierungslos. B. hatte ihm erzählt, dass ich eine Behinderung hätte, und der Fernschachexperte glaubte, zwischen seiner Frau und mir Parallelen zu sehen. Das hatte er Wilfried Gansel mitgeteilt. B. versicherte mir auch, dass er mit Gansel wegen der Spitzen gegen mich reden wollte. Hinzu kam, dass viele Klubmitglieder mir sagten: „Wir haben nichts gegen Dich“. Deshalb blieb ich im Klub.

Wilfried Gansels Aha-Erlebnis über meine seelische Krankheit

Dass B. mit Wilfried Gansel über seine Spitzen mir gegenüber gesprochen hatte, hatte nichts genützt. Die Spitzen hörten nicht auf. Er hatte eindeutig Vorurteile gegenüber geistig behinderten Menschen. Für so einen behinderten Men-

schien hielt er mich. Er macht auch zweideutige Bemerkungen, die sich gegen mich richteten und mich verletzen – seelisch. Auch wenn Gansel nicht da war, fand das



Schachtraining unter B.s Führung statt. Dabei gab es für Schwarz eine Schachmatt-Stellung. B. sagte, „Schwarz setzt in drei Zügen Weiß schachmatt. Wer von Euch kennt den ersten der drei Schach-



züge? Wer es weiß, soll es am Schachbrett demonstrieren. Der Zug ist schwierig. Wer hat eine Idee?“. Wir überlegten alle, probierten die Figuren zu stellen und fanden dennoch nicht den Zug. Schließlich erklärte B. uns den Zug und zeigte ihn uns. Es war ein Turmzug. Ich prägte mir diesen ein, verstand ihn und fand ihn logisch. Denn nur der Turmzug setzte in drei Zügen matt.

Ein anderes Mal leitete Gansel ohne B. das Schachtraining. Gansel hatte die gleiche Figurenstellung auf dem Brett, so wie es B. gezeigt hatte. Gansel fragte uns „Wie kann man jetzt matt setzen?“ Ich meldete mich und sagte: „Schwarz setzt in drei Zügen matt.“ – „Das glaube ich nicht. Du würdest einen Zug beginnen, von dem Du glaubst, dass er zum Matt

führt“, erklärte Gansel. Ich rief B. herbei und deutete auf das Schachbrett. B. raunte mir zu, weil er merkte, dass Gansel den Zug nicht kannte: „Hast Du Dir den Zug gemerkt?“ Ich bejahte.

Daraufhin B. zu mir: „Zeig den anderen und Gansel den Turmzug. Das macht auf Gansel Eindruck!“ Ich führte den Zug aus und meinte: „So setzt Schwarz in drei Zügen matt.“ Gansel sah mich an, überlegte eine kurze Weile lang, stand auf und sagte dem dabeistehenden B.: „Von einem geistig Behinderten lasse ich mir nichts vormachen!“ – „Er ist nicht geistig behindert, sondern seelisch krank“, erwiderte B. „Das ist etwas Anderes“, meinte Gansel. „Jetzt wird mir einiges klar, was er so redet und vom Schach versteht“, fügte Gansel hinzu.

Witze

Ei ei

Sitzen zwei Spiegeleier auf einem Baum. Fährt eine Gurke auf einem Fahrrad vorbei, darauf das eine Spiegelei zum anderen: „Sachen gibt’s, die gibt es nicht ...“

Vierbeinig

Was hat vier Beine und kann fliegen?
Zwei Vögel.

Stroh

Was machen zwei Blondinen, die sich Strohballen an den Kopf werfen? Na klar, Gedankenaustausch.



Ordnung muss sein

Zwei Skelette fahren auf ihren Rädern durch die Gegend, das eine Skelett hat einen Grabstein dabei. Das zweite Skelett zum ersten: „Was willst du denn mit dem Grabstein?“ Darauf das andere: „Denkst du ich fahre ohne Papiere?“

Strom

Die letzten Worte eines Elektrikers:
„Ist da noch Strom drauf?“



Pony

Klein-Frieda zu ihrem Papa: „Du Papa, ich wünsche mir ein Pony zu Weihnachten.“ Weihnachten sagt der Vater zu Frieda: „Der Frisör-Termin ist gemacht.“

Sinnlich

Und ein kleiner Spruch zum guten Schluss: Lache und die Welt lacht mit dir, furze und die Welt hört auf zu lachen ...
Mein Lieblingsspruch: „Du, ich kann zaubern. Ich kann machen, dass die Luft stinkt.“

Die Witze wurden von Julia Lawrenz gesammelt und ihr von verschiedenen Leuten zugetragen.



Vorstellung des BEW Obdach

Seit wann gibt es das BEW Obdach und wie viele Bewohner*innen leben im BEW Obdach?

Das BEW Obdach existiert mittlerweile seit Anfang 2013 als Projekt, das auch Wohnraum anbietet. Bereits ab Herbst 2012 wurden aber auch schon Klient*innen in Wohnungsloseneinrichtungen betreut.

Wer kann durch das BEW Obdach unterstützt werden?

Das BEW Obdach wendet sich an Menschen, die aufgrund einer psychischen Beeinträchtigung wohnungslos geworden sind oder bei denen unmittelbar ein Wohnungsverlust bevorsteht.

Wie genau sieht die Unterstützung aus?

Die Unterstützung kann auf verschiedene Weise erfolgen. Zum einen bieten wir Menschen mit einer psychischen Beeinträchtigung, die wohnungslos sind, an, sie im Alltag zu unterstützen und mit ihnen Behördengänge zu machen und eine Wohnung oder eine betreute Wohnform zu finden. Wohnungslosigkeit bedeutet dabei fast immer, dass die Klient*innen nicht auf der Straße leben, sondern z. B.

aus Wohnungsloseneinrichtungen oder aus stationärer Behandlung kommen. Manche konnten vorübergehend auch bei Freunden oder Verwandten unterkommen.

Das Besondere am BEW Obdach ist auch, dass wir Menschen direkt in Wohnungsloseneinrichtungen betreuen. An zwei Standorten bieten wir außerdem das BEW Obdach auch als Gemeinschaftswohnen an (2 Personen/4 Personen), bis eine Wohnung oder eine andere un-

terstützende Wohnform gefunden wurde. Dieses Angebot hat aber immer auch Übergangscharakter. Ziel ist die gemeinsame Suche nach einer geeigneten Wohn- oder Betreuungsmöglichkeit.

Was sind häufige Gründe für Wohnungslosigkeit bei Menschen mit psychischen Beeinträchtigungen?

Die Gründe für Wohnungslosigkeit sind sehr unterschiedlich. Menschen mit einer depressiven Erkrankung oder auch Angsterkrankung haben z.B. während einer schweren Episode große Probleme zum Amt zu gehen, Mitunter kommt es auch zu drastischen Mieterhöhungen, die vom Amt nicht übernommen werden, weil sie über der Obergrenze liegen. Dies kann dazu führen, dass das Amt



nach einer knappen Frist die Mietzahlungen einstellt, was dann bei einigen Vermietern schnell zu einer Wohnungskündigung führt. Ein anderer Grund sind Schwierigkeiten in der Nachbarschaft, die bei einigen psychischen Erkrankungen in einer Krise entstehen können. Andere halten die Einsamkeit in der Wohnung nicht mehr aus und ziehen z. B. zeitweise zu Verwandten, wo sie aber nicht immer dauerhaft bleiben können. Manchen Menschen in psychischen Krisen fällt es auch schwer, die Mietwohnung zu pflegen, wie es der Vermieter wünscht. Wenn dann bestimmte Grenzen überschritten werden, kann das auch zu einer Kündigung der Wohnung führen.

Wie viele Mitarbeiter sind im BEW Obdach tätig und was sind deren Aufgaben?

Im BEW Obdach arbeiten Kolleg*innen montags bis freitags. Die Aufgaben sind sehr unterschiedlich und häufig ähnlich wie in anderen Bereichen der Perspektive Zehlendorf. Die Klient*innen lernen mit Unterstützung z. B., wie sie sich häuslich gemütlich einrichten, ihren Wohnbereich pflegen und andere alltägliche Verrichtungen erledigen. Im Gemeinschaftswohnen gibt es moderierte Gespräche mit den Bewohner*innen und ein gemeinsames Frühstück, das die Klient*innen mit den Mitarbeiter*innen vorbereiten.



Welche Freizeitangebote gibt es für die Klient*innen?

Für die Klient*innen des BEW Obdach gibt es keine speziellen Freizeitangebote. Es können aber diejenigen Angebote der Perspektive Zehlendorf wahrgenommen werden, die für Klient*innen aller Bereiche offen sind. Außerdem sind die Klient*innen des BEW Obdach auch zu bereichsinternen Angeboten des IBW 50+ und der TWG immer herzlich eingeladen. Hierzu gehören z. B. eine Kreativgruppe oder das einmal monatlich stattfindende Kaffeetrinken.

Können die Zimmer in den Wohngemeinschaften von den Klient*innen selbst gestaltet werden?

Die Zimmer dürfen und sollen selbstverständlich selbst gestaltet werden. Das ist zu Beginn der Betreuung häufig auch ein zentrales Thema. Menschen, die länger z. B. in einer Wohn-

ungsloseneinrichtung gelebt haben, hatten dort für die Gestaltung und die persönliche Ausstattung ihres Zimmers nur sehr wenig Spielraum. Insofern macht es neuen WG-Bewohner*innen häufig große Freude, sich nach den eigenen Vorstellungen und nach persönlichem Geschmack ihr WG-Zimmer einzurichten.

Ilja Ruhl / Petra Ziewald

Spartipps für den Alltag

Folge 5

1. Fleckentfernung

Für viele Flecken werden nicht unbedingt teure Spezialreiniger aus dem Drogeriemarkt benötigt. Oft helfen auch Dinge, die Sie sowieso bereits im Haushalt haben. Ein Universal Tipp zur Fleckenentfernung ist das Kochwasser von Kartoffeln oder von weißen Bohnen (wenn es kalt ist und ungesalzen). Damit können Sie aus Stoffen den Flecken lösen.



Butterflecken können Sie mit Seifenlauge entfernen. Rostflecken sollen mit Zitronensaft auswaschen.

2. Essen unterwegs

Wenn es sich nicht vermeiden lässt, unterwegs zu essen, können Sie trotzdem einige Hinweise beherzigen, um Geld zu sparen. Besonders teuer ist es dort, wo viele Touristen unterwegs sind. Das lässt sich bereits in vielen „Ecken“ von Berlin beobachten.

Versuchen Sie nach Möglichkeit, nicht in der Nähe von Sehenswürdigkeiten und anderen touristischen Attraktionen ein Lokal zu finden. Dort, wo die Einheimischen einkehren, ist es oft billiger.

Auch in der Nähe von Universitäten und Hochschulen gibt es oft günstigere Lokale. In vielen Uni-Mensen dürfen auch Gäste essen, wenn sie einen etwas höheren Preis zahlen als die Student*innen.



Der ist aber oft immer noch günstiger als im Restaurant.

3. Einkäufe längerfristig planen

Es ist sinnvoll, sich Produkte, die man einkaufen möchte, auf einen Zettel oder einen kleinen Aushang (z. B. auf einer Tür) zu notieren. Denken Sie dabei auch an Produkte, die Sie erst zu einem späteren Zeitpunkt benötigen. Wenn Sie dann ein Sonderangebot sehen, können Sie rechtzeitig „zuschlagen“.

4. Platz sparen

Oft wird behauptet, dass man größere Artikel (z. B. Elektrogeräte), die einen Mangel aufweisen, nur in ihrer Originalverpackung innerhalb der Gewährleistung zurückgeben kann. Tatsächlich darf in einem solchen Fall die Rücknahme nicht verweigert werden, weil die Originalverpackung vielleicht schon weggeschmissen worden ist.

Bei vielen Stapeln sich deshalb Verpa-



ckungskartons. Man weiß ja nicht, ob man ihn nicht nochmal braucht, falls das Produkt ohne eigenes Zutun den Geist aufgibt. Sie können also den Artikel auch ohne Verpackung zum Händler zum Umtausch bringen. So lässt sich in der Wohnung Platz sparen.

Für den Notfall kann man ja einen etwas größeren Karton mit Füllmaterialien (z. B. Zeitungspapier oder Knippelfolie) aufbewahren, in die auch kleinere Artikel zum Transport passen.

5. Schuhe pflegen

Wenn Schuhe regelmäßig gepflegt und richtig behandelt werden, halten sie meist sehr viel länger. Vor allem bei Lederschuhen kann man so auf lange Sicht viel Geld sparen.

Wenn irgendwie möglich, sollte man möglichst mehrere Paar Schuhe besitzen. So besteht die Möglichkeit, nach einem Tag auf ein anderes Schuhpaar zu wechseln. So hat jedes



Paar Zeit, sich vom Tragen zu erholen und zu trocknen.

Werden Lederschuhe nass, so sollten sie auf keinen Fall direkt an einer Wärmequelle (z. B. Heizung) getrocknet werden, weil das Leder sonst schnell brüchig wird und kaputt geht. Nasse Glattlederschuhe am besten mit Zeitungspapier austopfen und ihnen in Ruhe Zeit zum Trocknen geben. Anschließend gut mit Lederfett einfetten.



Gastbeitrag

Altes Kräuterwissen – neu entdeckt

In dieser kleinen Abhandlung möchte ich euch die Geschichte der Heilkräuter näherbringen. Dazu werden wir uns berühmte Menschen ansehen, die sich um das Wissen in der Medizin und der Heilung der Menschen verdient gemacht haben.

Fangen wir also an:

Bevor der Mensch begann, von Ackerbau und Viehzucht zu leben, waren seine einzigen Nahrungsquellen die Pflanzen und Tiere, die er in der Natur fand. Wir können daher davon ausgehen, dass die menschlichen Selbstversuche mit Kräutern bereits auf eine Tradition zurückgehen, die sich über mehrere Jahrtausende erstreckten, bis zurück in die Jungsteinzeit.

Es war daher nur eine Frage der Zeit, wann der Mensch die mächtigen Wirkungen vieler Pflanzen am eigenen Leib erfahren würde – im Guten wie im Schlechten. Hinzu kam sicherlich die Beobachtung des Verhaltens von Tieren, die in unterschiedlicher Weise auf bestimmte Pflanzen reagierten. Nach dem Aufkommen der Viehzucht konnten die Beobachtungen nicht nur an wilden Tieren gemacht werden, sondern auch an Haustieren.

Tiere als Vorbild

Oft waren es auch Tiere, die den Menschen als Vorbild oder Warnung in Bezug auf die heilende oder giftige Wirkung von Pflanzen aufmerksam werden ließen. Kühe und Schafe zeigten beispielsweise einen auffallend sicheren Instinkt für giftige Pflanzen. So fressen sie zum Beispiel keinen Oleander, um nur ein bekanntes Beispiel zu nennen, und zeigen dem aufmerksamen menschlichen Beobachter damit an, dass er auch diese Pflanze meiden sollte.



Und zum Beispiel sich in Schafgarbe wälzende Schafe ließen auf die wundheilende Wirkung der Pflanze schließen, Feldhasen bedienten sich der unterschiedlichsten Heilkräuter, um sich ihrer Parasiten zu erwehren. Und Berggämsen griffen auch schon auf die antibiotische Wirkung des Alpenwegerichs zurück.

Diese Liste an Beispielen ließe sich endlos fortführen und geht somit weit bis vor den Menschen zurück.

Fremde Mächte

Die schädlichen, heilenden oder bewusstseinsverändernden Wirkungen vieler Pflanzen erlebten unsere Vorfahren als eine fremde Macht, die ihnen aus der Natur entgegentrat – einer Natur, die ihnen vielfach als Ansammlung bedrohlicher Kräfte erschienen sein musste. Da es ihnen nicht möglich war, das Zusammenspiel von Pflanzenwirkstoffen und menschlichem Organismus in chemischen Begriffen zu verstehen, verwundert es nicht, dass sie vielen Pflanzen



magische Wirkungen zuschrieben. Das Vorhandensein von Heilpflanzen als Grabbeigabe in frühgeschichtlichen Begräbnisstätten deutet auf eine solche übernatürliche Deutung hin.

Die Vorstellung, dass zwischen Pflanzen und außermenschlichen Mächten eine Verbindung besteht, findet sich in praktisch allen Kulturkreisen. Ein verbreitetes Deutungsmuster ist die Zusammenordnung von Pflanzen zu bestimmten

Altes Kräuterwissen – neu entdeckt



Mama Coca präsentiert die göttliche Pflanze der alten Welt
(Aquarell von Albert Robida)

Gottheiten eines religiösen Systems. Dieser Ansatz begegnet einem etwa in der indischen Tradition des Hinduismus, der im zweiten vorchristlichen Jahrtausend entstanden sein dürfte.

Ebenfalls in vielen Kulturen anzutreffen ist die Vorstellung, bestimmte Pflanzen seien Heimstätte oder Besitz von Geistern, deren Zauberkräfte für die besondere Wirksamkeit der betreffenden Gewächse verantwortlich seien. Damit einher geht in der Regel die Vorstellung,

dass man, um eine mächtige Pflanze gefahrlos nutzen zu können, dem ihr inwohnenden Geist durch bestimmte Rituale eine Art Ausgleich leisten müsse. Aus Südamerika ist beispielsweise die Vorstellung überliefert, der Benutzer von Kokablättern müsse den Schutzgeist Mama Coca günstig stimmen. Derartige magische Vorstellungen scheinen sehr tief im menschlichen Denken verwurzelt zu sein, hielten sie sich doch offenbar auch in der Konkurrenz mit dem naturwissenschaftlichen Denken der Neuzeit noch erstaunlich lange. So sollen noch im 20. Jahrhundert britische Landarbeiter die Anordnung zum Fällen von Hohlunderbäumen verweigert haben, mit der Begründung, sie hätten Angst vor dem Schutzgeist, der den Baum bewohne.

Schamanismus

Der Glauben an das Wirken von Geistern war jedoch keineswegs gleichbedeutend mit einer passiven Hinnahme natürlichen Geschehens. Für die Heilkundigen früherer Jahrtausende bedeutete der Glaube an die





Existenz einer Geisterwelt, dass man mit dieser in Kontakt treten müsse, um sie beeinflussen zu können. Wenn man unterstellt, dass Pflanzen von Geistern belebt werden,

und zugleich beobachten kann, dass dieselben Pflanzen bestimmte Krankheiten beeinflussen, so folgt daraus eine gewisse innere Logik, wenn man den Ursprung der Krankheit ebenfalls in der Geisterwelt sieht.

Man kann annehmen, dass derartige Vorstellungen in der vorgeschichtlichen Zeit auf der ganzen Welt verbreitet waren. Noch heute lassen sie sich bei den überlebenden Naturvölkern beobachten.

Ein typisches Beispiel für eine medizinische Praxis, die die Geisterwelt mit einbezieht, ist der Schamanismus. Er ist heute etwa im Amazonasgebiet oder in Sibirien anzutreffen.

Im schamanischen Glauben versucht der Schamane, den man sich tatsächlich eher als „Medizinmann“ denn als Priester vorstellen muss, mit den Geistern Kontakt aufzunehmen, die den Kranken heimsu-

chen. Für den Weg ins Geisterreich dienen oft psychoaktive Pflanzen, die Halluzinationen hervorrufen. Die sibirischen Schamanen etwa bedienen sich häufig des Fliegenpilzes. Parallel dazu wendet der Schamane jedoch auch pflanzliche Heilmittel wie Tees und Salben an, die eine vom Geisterglauben unabhängige medizinische Wirkung besitzen.

Dies zeigt, dass der Glaube an übernatürliche Mächte die genaue Beobachtung von Ursache und Wirkung in der Natur keineswegs behindern muss.

Damit möchte ich für das Erste dieses Kapitel schließen, denn es gibt sicher noch vieles zu berichten. In den nächsten Kapiteln werden wir uns die alten Hochkulturen anschauen und solche großen Leute wie den alten Hypokrates und Aristoteles.

Kei Mun (Gastautorin) und Julia Lawrenz

Neues aus der Patientenbibliothek im Theodor-Wenzel-Werk

Demnächst wird es in der Patientenbibliothek auch Hörbücher im Ausleihangebot geben. Nachdem so oft nach Hörbüchern nachgefragt worden ist, hat sich die Bibliothek dazu entschlossen, Hörbücher neu mit ins Mediensortiment aufzunehmen.

Allerdings ist die Voraussetzung zum Hören der CDs ein eigenes Abspielgerät. Das kann die Bibliothek nicht mit zur Verfügung stellen.

Hier, einige Titel, die wir unter anderem anbieten werden:
Gedichte zum Leben – von Uwe Tarnow
Verflucht seist Du – von Inge Löhning (Kriminalroman)

Hesse Projekt – Schönherz & Fleer

Heiliger Zorn, Mordgeschichten aus Oberbayern – Oliver Pötzsch, Andreas

Föhr u. v. m.

Spieler – David Baldacci (Thriller)

Die Schattenbucht – Eric Berg

Alle Perspektivler*innen können sich kostenlos für eine Woche in der Patientenbibliothek Bücher, Zeitschriften, DVDs, Hörbücher usw. ausleihen. Bringt einfach euren Perso-

nalausweis mit und schon könnt Ihr kostenlos Medien ausleihen.

Öffnungszeiten sind Di und Do von 13-16 Uhr. Telefon: 030 8109-1546

M. Boche (Redakteur)



Buchrezension

Hallo,

heute möchte ich euch ein Buch vorstellen, welches ich verschlungen habe.

Der Autor heißt Andreas Eschbach. Das Buch ist im Bereich Thriller anzusiedeln und wirklich sehr spannend, wenn auch recht fantastisch: TEUFELSGOLD.

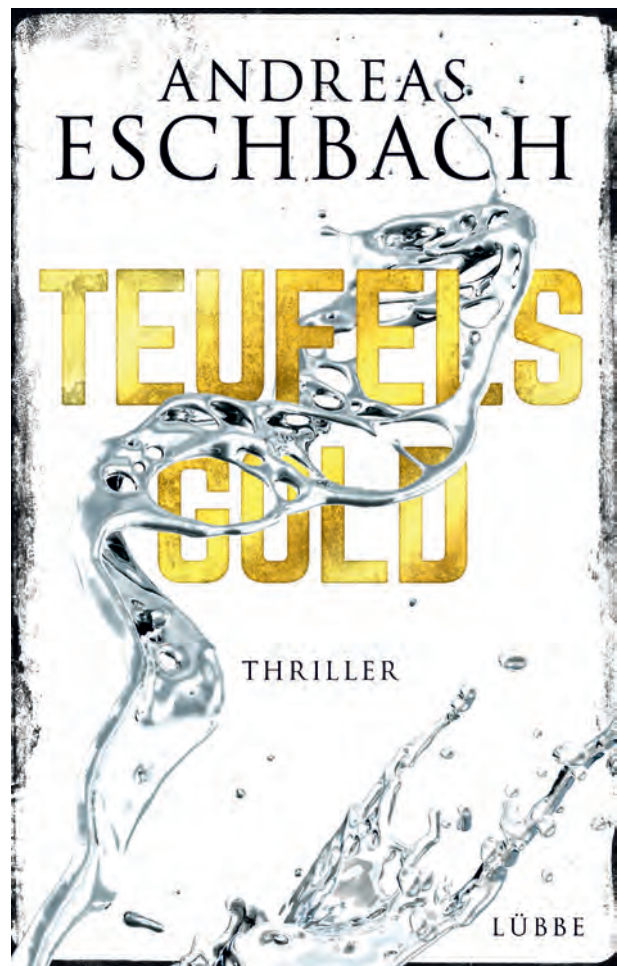
Klappentext:

„Nach dem Ende der Kreuzzüge taucht er das erste Mal auf: der Stein der Weisen, mit dem man Gold machen kann – gefährliches Gold, radioaktives Gold nämlich. Der Stein zieht eine Spur der Verwüstung durch Europa. Die Deutschordensritter erklären es zu ihrer geheimen neuen Aufgabe, ihn zu finden und sicher zu verwahren. Für alle Ewigkeit.

Doch in unserer Zeit kommen zwei Brüder dem wahren Geheimnis des Steins auf die Spur: Er ist ein Schlüssel, der unser aller Leben zum Guten hin verändern könnte. Oder öffnet er die Pforten der Hölle?“

Mein Fazit:

Wer etwas Krimi, Witz, Fantastisches und Alchemie haben möchte und sich auf die Geschichte einlässt, der wird von der ersten Seite an gefesselt sein und



Andreas Eschbach:
Teufelsgold
Verlag: Bastei Lübbe
513 Seiten, Taschenbuch
11,00 Euro

seine Freunde an diesem Buch haben.

Der Autor hat einen für mich angenehmen Schreibstil, und ich musste ab und an dabei auch recht schmunzeln.

Der Spannungsfaden wird vom ersten Moment an gut gezogen.

Die ca. 510 Seiten sind leider schneller zu Ende gelesen, als man denkt.

Ein Buch, das ich gerne weiterempfehle.

Julia Lawrenz

Reise zu mir selbst

J. Lawrenz

**Ich war dumm zu glauben ich würde es nicht schaffen,
würde mich nicht finden können,
heute weiß ich es besser.
Es war ein langer Weg und meine Reise ist noch nicht zu Ende,
denn steinig ist der Weg.
Hilfe anzunehmen fiel mir schwer,
doch brachte es mir den Erfolg.
Heute bin ich wieder wer.**

Ich bin ich, I am what I am.

You are what you are.

**Die Reise ist noch lange nicht vorbei und ich gehe meinen Weg.
Freunde begleiten mich dabei, denn für mich ist es noch nicht zu spät.
Gerade sitze ich im Zug und denke daran wie es war und wie es kam.
Hohe Flüge und ein tiefer Fall
Dann kam es zu dem ersten Knall.**

Ich bin ich, I am what I am,

you are what you are.

**Heute weiß ich so einiges besser, bin schlauer geworden.
Ich habe ein Ziel.
Der Weg ist noch weit.
Die Straße ist lang.
Ich werde es schaffen, Ich glaube daran.**

Ich bin ich, I am what I am ...

You are what you are

