

**Rundbrief Netzwerk Stimmenhören e.V.**

7. Jahrgang

Heft 3

Oktober 2003

1,50 Euro



**Unser kleines  
Stimmenhörer  
journal**

### **Impressum**

UNSER KLEINES STIMMENHÖRERJOURNAL  
Rundbrief des Netzwerks Stimmenhören e.V. (NeSt)

### **Herausgeber**

Netzwerk Stimmenhören e.V. c/o Pinel  
Ebersstraße 67, 10827 Berlin  
*e-mail:* stimmenhoeren@gmx.de  
*Internet-Homepage:* www.Stimmenhoeren.de  
*Tel/Fax: Berlin:* 030-78 71 80 68 (Mi u. Do: 14 bis 17 Uhr)  
*Mannheim:* 0621-875 25 59 (Di: 10 bis 12 Uhr)  
*Frankfurt/M:* 069-59673776 (Sa: 17 bis 18 Uhr)

### **Redaktion**

Monika Bessert, Monika Büttner, Andreas Gehrke (Koordination),  
Undine Knaack, Ch. u. A. Müller (Layout u. Satz), Dietmar Wibscheck

### **Erscheinungsweise**

vierteljährlich, zum Ende des Quartals

### **Redaktionsschluss**

für Heft 4/2003, 14.11. 2003

### **Bezugspreis**

Jahresabo incl. Zustellung 10 Euro  
Förderabo 20 Euro  
Einzelheft 1,50 Euro (plus Porto)  
Für NeSt-Mitglieder ist Unser kleines Stimmenhörerjournal  
im Mitgliedsbeitrag enthalten

### **Bankverbindung**

Postbank Berlin, BLZ 10010010, Kto-Nr. 809101-103

### **Titelbild**

Fluke & Black Elephant Grafix

**Sämtliche persönlich gekennzeichneten Beiträge entsprechen nicht unbedingt der Meinung des Vorstandes oder der Redaktion**

Das Stimmenhörerjournal wird ins Internet gestellt. Autoren werden dort mit Vornamen bzw. Initialen und nur auf Wunsch mit vollem Namen genannt.

Die Redaktion behält sich vor, Beiträge zu kürzen.



***Liebe Leserinnen und Leser,***

Die dritte Ausgabe "Unseres kleinen Stimmenhörerjournals" widmet sich dem Thema "Glaube und Hoffnung". Kaum war der Themenvorschlag veröffentlicht, erreichte uns die Anmerkung, dass im Zusammenhang mit Glaube und Hoffnung unbedingt auch die Liebe zu erwähnen sei. So findet sich auch in einigen Beiträgen die Verbindung dieser drei Lebensbereiche sehr persönlich geschildert oder auch nachdenklich und kritisch betrachtet.

Insgesamt erreichte uns zu dieser Ausgabe des Journals nicht unbedingt eine Beitragsflut, sodass wir die Gelegenheit nutzen, alle mit dem Thema Stimmenhören konfrontierten Menschen zu ermutigen, ihre Erfahrungen und Gedanken auf diesem Wege mit anderen zu teilen. Sei es nun aus eigener Erfahrung, als Angehöriger bzw. Freund eines Betroffenen oder aufgrund einer beruflichen Tätigkeit in der Betreuung von Stimmen hörenden Menschen; wir möchten uns vielfältig austauschen und informieren.

Angeregt durch einen lebhaften Meinungsaustausch im Diskussionsforum unserer Internetseite, möchten wir im nächsten Journal zum Thema "Wie nimmt man die Stimmen wahr?" einmal genauer forschen. Redaktionsschluss ist der 14.11.2003. Die nächste öffentliche Redaktionssitzung findet am 28.11.2003 statt.

Nochmals weisen wir auf das Seminar "Stimmen verstehen – eine praktische Anleitung zum Umgang mit dem Stimmenhören" am 31.10.2003 (s. S.27) und auf unseren Kongress "Stimmenhören (k)eine Katastrophe" am 24./25.10.2003 in Berlin hin. Die letzten Kongressvorbereitungen laufen auf Hochtouren, sodass die wenigen Aktiven unseres Vereins alle Hände voll zu tun haben. Dies ist auch der Grund, warum sich die Fertigstellung dieses Journals etwas verzögerte. Wir bitten nochmals um Verständnis.

Vielleicht sehen wir uns am 24. und 25. Oktober in Berlin?

*Für die Redaktion  
Antje Müller*



## **Danksagung**

Die Arbeit des Netzwerkes Stimmenhören wurde in diesem Jahr mit insgesamt 2000,-Euro vom Selbsthilfefonds der Berliner Krankenkassen unterstützt. Hierfür bedanken wir uns ganz herzlich bei der:

***Barmer Ersatzkasse  
Deutschen-Angestellten-Krankenkasse  
Gmünder Ersatzkasse  
Kaufmännischen Krankenkasse  
Techniker Krankenkasse***

Für die finanzielle Unterstützung des diesjährigen Kongresses "Stimmenhören – (k)eine Katastrophe" bedanken wir uns bei:

***dem Paritätischen Wohlfahrtsverband, Landesverband  
Berlin  
dem Bezirksamt Neukölln  
der Deutschen Gesellschaft für Soziale Psychiatrie  
der Pinel-Gesellschaft e.V.***

sowie

***Herrn Peter-Christian von Taysen***

für eine großzügige Spende.

Unser Dank gilt auch allen Unterstützern, ehrenamtlichen Helfern, Mitgliedern und Sympathisanten, ohne deren Einsatz unsere Arbeit nicht möglich wäre.

***Der Vorstand  
Netzwerk Stimmenhören e.V.***

## Inhalt

### Zum Thema: Glaube und Hoffnung

- Dinge, die sind gewiss... Seite 6
- Stimmen und die Stimme Gottes Seite 7
- Glaube, Liebe und Hoffnung Seite 12
- Positive Stimmen Seite 14
- Keiner glaubt mir! Seite 18
- Die Welt in Ordnung bringen Seite 23

### Gedichte

- An Wen? Seite 11
- Brücken Seite 16
- Bringt Licht ins Leben Seite 25

Rezension: Vergiftung der Seele? Seite 21

Leserbriefe Seite 24

Seminarankündigung Seite 27

Literaturhinweise Seite 28

Bundesweite Kontaktpersonen/Gruppen Seite 29

Mitglied werden Seite 30

Beitrittserklärung Seite 31

## Dinge, die sind gewiss, ...

... so sicher wie das Amen in der Kirche. Instinkt! Hoffnung! Überleben! Stimmen sind Leben. Sie drücken Hoffnung aus. Hoffnung für diese Welt. Hoffnung für mich, für Eddy und meine Freunde. Die Hoffnung, der Glaube und die Liebe zu einem Menschen sind es, die mich am Leben erhalten. Was mir die Kraft gibt, jeden Tag aufs Neue zu erleben: zu wissen schlechte Zeiten gehen vorbei, dauern nicht ewig.

Gerade oder weil ich Stimmen höre, hat sich meine Sicht der Welt verändert. Dadurch ist sie aber nicht schlechter oder weniger wert geworden.

Sicher, ich kann einige Dinge nicht, die für andere selbstverständlich sind. Aber muss ich das? Ist es nicht dieses "Anderssein", das mich einzigartig macht; zu etwas ganz Besonderem?!

Sicher, mit mir umzugehen ist nicht leicht. Manchmal bin ich unerträglich. Und trotzdem gibt es Menschen um mich herum, die mich lieben. Die mich akzeptieren, so wie ich nun einmal bin. Ohne Wenn und Aber und ohne zu fragen, oder mich gar verändern zu wollen.

Auch die Arbeit innerhalb einer Selbsthilfegruppe gibt mir Hoffnung. Hoffnung, dass es eines Tages mehr Menschen gibt, die zuhören, egal wie verrückt "Es" sich auch im ersten Moment anhören mag. Menschen, die erkennen, dass "Betroffene" Experten sind, von denen man noch einiges lernen kann. Menschen, die einen als Mensch sehen.

*Dörthe*



*„Seelenschwan“, Andreas Wachter, 1995*

## **Stimmen und die Stimme Gottes**

In März 2003 besuchte ich die Internationale Konferenz über Psychiatrie und Religion in der Freien Universität in Amsterdam. Thema: die psychologischen Seiten biblischer Konzepte und Personen. Teilnehmer waren überwiegend jüdische und christliche Theologen, zusammen mit Psychiatern, Psychologen und anderen Personen, die mit der Psychiatrie zu tun haben. Eines der Themen der Konferenz war die Prophezeiung. Das heißt, dass es Menschen gibt, die meinen, auf unmittelbare Weise mit Gott in Kontakt zu stehen. Sie glauben, die Stimme Gottes zu hören oder dass sie seine Absichten in Bildern oder Visionen wahrnehmen. Manchmal fühlen sie sich auch berufen, diese Botschaften anderen Menschen zu überbringen, zu verkünden. Was bedeutet es, wenn Menschen sagen, dass sie die Stimme Gottes gehört haben? Müssen wir sie schnurstracks auf antipsychotische Mittel verweisen? Oder könnte es auch etwas mit einer größeren Reichweite sein als nur ihre Innenwelt?

Erinnern wir uns an drei biblische Figuren: Abraham, Moses und Jeremia. Von allen dreien wird erzählt, dass sie von einer Stimme den Auftrag erhielten, die Richtung ihres Lebens zu verändern, dass diese Erfahrung zunächst durchaus beängstigend und verwirrend war, aber dass sie den Auftrag befolgten. Sie bekamen dann, hinterher, die Autorität von Propheten, die mehr als andere Menschen erfasst hatten, was in ihrer Zeit wichtig war. Diese Einsicht hatten sie aus ihrer besonderen Verbindung mit Gott erhalten.

Was sagen uns diese Vorbilder aus der - in diesem Falle biblischen - Tradition? Laden sie dazu ein, dass jeder, der aussergewöhnliche Wahrnehmungen hat (Visionen, Träume, Stimmen), sich als ein Abraham, Moses oder Jeremia aufschwingen kann? So einfach ist es nicht. Es gibt etliche Probleme bei der „Prüfung ob die Geister von Gott sind.“

### ***Erster Punkt: Die verweltlichte Gesellschaft (Säkularisierung)***

Eine wesentliche Schwierigkeit ist, dass heutzutage (in der modernen Zeit) viele Menschen mit etwas wie „Gott“ oder „dem Göttlichen“ kaum etwas anzufangen wissen. Unsere westliche Kultur ist in hohem Maße säkularisiert, das heißt durch die Ära der Aufklärung hindurchgegangen, wobei man sich von der grundsätzlichen Wichtigkeit des metaphysischen Denkens verabschiedet hat. Das hat vieles gebracht, z.B. beim Erklären von dem, was wir Krankheit oder Störung nennen. Wo man in alten Zeiten für jedes Phänomen eine übernatürliche Erklärung

gesucht hat (Besessenheit, Fluch), hat die nüchterne wissenschaftliche Erklärung gründlich aufgeräumt. Die Frage ist nur, ob man nicht auch das Kind mit dem Badewasser ausgeschüttet hat.

In einer Lebensanschauung, die im Denken keinen Platz für Gott hat, wird man außergewöhnliche Erfahrungen nicht mit Gott in Verbindung bringen. Am naheliegendsten ist es dann, die Wahrnehmungen als Halluzinationen, z.B. in Zusammenhang mit einer Störung oder mit außergewöhnlichen Umständen, zu deuten. Es gäbe höchstens Raum für die subjektive Deutung als eine persönliche religiöse Erfahrung, so wie es jedem freisteht, auch einen Sonnenuntergang oder eine Geburt auf religiöse Weise zu erfahren und zu deuten.

Gegen die starke normative Wirkung der Säkularisierung gibt es bekanntlich Widerstand aus den unterschiedlichsten religiösen Richtungen in der Welt.

#### **Zweiter Punkt: *Subjektivismus in der Religionsgemeinschaft.***

Wie ist es aber mit der „Stimme Gottes“ innerhalb einer Lebensanschauung, die von der Existenz Gottes oder des Göttlichen oder einer spirituellen Wirklichkeit ausgeht? Wird dort die Mitteilung, dass man die Stimme Gottes gehört hat, leicht akzeptiert?

Innerhalb der großen religiösen Traditionen, die auf ein heiliges Buch gründen, gibt es meistens Hauptströmungen, die Äußerungen, die beanspruchen, direkt von Gott zu kommen, außerordentlich skeptisch gegenüber stehen. Dort wird Religion primär als ein Prozess fortschreitender Textinterpretation und Entwicklung der Lehre gesehen, als Leben im Rahmen der vorgeschriebenen moralischen und rituellen Handlungen. Man ist sehr vorsichtig mit charismatischen religiösen Personen, weil diese, sich stützend auf was sie direkt von Gott erhalten hätten (Traum, Worte, Prophezeiungen), oft anderen Menschen als eine äußerst subjektive Botschaft aufzuerlegen suchen. Und: Wenn subjektive Erfahrungen Einzelner innerhalb einer Gemeinschaft Autorität erlangen, kann nicht verhindert werden, dass damit auch Missbrauch getrieben werden kann. Das Phänomen Gottesoffenbarung ist nämlich nicht den studierten Theologen vorbehalten. Auch (oder gerade) einfachen Gläubigen kann es zuteil werden. Deshalb war das Sich-Berufen auf eine direkte Erfahrung oft für einfache Gläubige ein Mittel des Widerstandes gegen das theologische Establishment.

In einer Kirchenorganisation gibt es deshalb immer eine Form der Überprüfung und geistiger Begleitung, um echt von falsch zu unterscheiden, insbesondere dann, wenn jemand meint, eine Botschaft für ande-



re zu haben. (Das ist nämlich etwas ganz anderes, als wenn man die Erfahrung nur als Fingerzeig oder Hilfe Gottes für sich selbst interpretiert.)

Ein wichtiger Prüfstein in den meisten Traditionen ist, dass eine „empfangene“ Idee nicht im Widerspruch zum bereits in Schrift und Tradition offenbarten Willen Gottes stehen darf. Der kollektive, in der Tradition gebildete Wissensstand über Gott bzw. die damit verbundenen Moralvorstellungen bestimmen die Bandbreite dessen, was an neuen Ideen akzeptabel gefunden werden kann.

### ***Dritter Punkt: Individuelle Aspekte***

In meiner Erfahrung als Ökonom, Theologe, Pfarrer und Seelsorger in der Psychiatrie habe ich viele Menschen kennen gelernt, nicht nur aus den Niederlanden, sondern auch aus vielen anderen Kulturen, Menschen aus den unterschiedlichsten gesellschaftlichen Gruppen, gläubig und ungläubig.

Ich glaube an die Existenz Gottes als eine eigene spirituelle Macht mit Realitätsgehalt, die unser eigenes Sein und Denken übersteigt.

Ich kann nicht sagen, selbst je eine Erfahrung gehabt zu haben, die ich als eine direkte Gotteserfahrung deuten würde; allenfalls besondere Ereignisse, denen ich nachträglich einen religiösen Mehrwert zuwies: aus einem Gefühl, dass Gott dort eine führende Rolle gespielt hatte.

Mittlerweile kenne ich aber Menschen, innerhalb und außerhalb des Christentums, die mir erzählen, regelmäßig den Eindruck zu haben, dass Gott, oder das Göttliche, Bilder oder Worte zu ihnen schickt. Ob traditionell oder New-Age, ob Amerikanisch oder Europäisch, ob Arabisch oder Karibisch, ob kirchlich gebunden oder ungebunden, sehr viele Menschen haben spirituelle Erfahrungen, die sie mit dem Konzept Gott in Verbindung bringen. Gott als Schöpfer, als tragender Grund, als Versöhner und Erlöser. Offenbar kommt es oft vor, dass dabei auch Bilder gesehen oder Worte gehört werden.

### ***Zusammenfassung***

Für eine Kategorie von Menschen sind die außergewöhnliche Wahrnehmungen verwoben mit dem, was wir eine psychiatrische Störung nennen. Oft mit unangenehmen Erfahrungen, mitunter das gesellschaftliche Funktionieren beeinträchtigend. Ich bin aber davon überzeugt, dass auch Menschen, die regelmäßig psychotisch sind, sehr wohl ein gesundes geistliches Leben führen können, einschließlich wahrhaftiger religiöser Erfahrungen, tröstend und Wegweisend. Nur ist es für sie

(und für ihre Begleiter) noch komplizierter als sonst, die Dinge auseinander zu halten.

Es würde gläubigen schizophrenen Menschen nicht gerecht werden, ihre erzählten religiösen Erfahrungen in einen Topf mit Halluzinationen zu werfen. Ebenso wenig wäre es richtig, ihre Probleme mit dem Stimmenhören oder Bildersehen nicht ernst zu nehmen. Es geht um ein sorgfältiges Suchen nach der Unterscheidung zwischen heilendem Spirituellen einerseits und problematischem Halluzinieren andererseits.

Religiöses Leben ist sehr faszinierend, mit vielen Möglichkeiten, aber es bedarf, wo es das Gefühlsleben der Menschen berührt, Sorgfalt und Unterscheidungsvermögen.

*Jos Aarnoudse*

*Erschienen im niederländischen „Klankspiegel“ vom März 2003,  
zusammengefasst und übersetzt von R. W. Born*



*„Abendstern VI“, Georgia O’Keeffe, 1917*



**An wen?**

Du, den ich nicht kenne, wenn ich dich wüßte!  
Der du am Boden liegst verzweifelnd, verzweifelt,  
dem kleinliche Menschen und Pharisäer  
hochmütig den Rücken drehn,  
weil du den Scheitel nicht trägst wie sie,  
weil du das Schuhband anders bindest als sie  
weil du nicht denkst wie sie.

Den sie hungern lassen aus Ärger,  
weil du den heißeren Drang hast als sie,  
vom Alltagsgeleise abbiegst in unbekanntem Pfad.

Den sie für einen Narren wännen,  
weil du den Pfennig nicht umwendest wie sie,  
nicht rechnen kannst wie sie.  
Den sie für wahnsinnig halten,  
weil du mit ausgebreiteten Armen  
dem sinkenden Tagesgestirn nachschaust  
und nachschauend ausrufst:  
Auch mir, auch mir die Sonne!

*Detlev von Liliencron (1844-1909)*

## **Glaube, Liebe und Hoffnung**

Diese drei Grundelemente wurden angeblich vom Apostel Paulus in der Bibel aufgezählt. Nun, was ich hier schreibe ist meine eigene spirituelle Erfahrung mit den Stimmen im Kopf.

Ich bin tagtäglich nur für die Welt da. Und wenn es mir doch irgendwie zuviel wird, schließe ich alle Rollläden, bis mein Zimmer fast ganz dunkel ist. Dann gebe ich mich der Meditation hin, der inneren Welt, die parallel zu meiner Umwelt existiert. Es ist mehr ein Wieder-zu-sich-selbst-Finden als Abschalten. Zirka zwei Stunden täglich widme ich mich meinen Visionen und meinem inneren Reich. So mache ich ein "Reset". Danach widme ich mich wieder der alltäglichen Wirklichkeit. Mit all ihrer Schönheit und ihren Fassaden, ihren positiven und negativen Seiten. Diese Methode der Selbsterfahrung bringt mir immer wieder viel Hoffnung. Mir gefällt dieser Weg. So kann ich mich meiner Umwelt wieder voll widmen, denn die ist wichtig! Ich gehe in mich selbst, höre mir an, was die Stimmen sagen, oder schreibe es auf. Es wäre gut jemanden zu haben, mit dem man über die Inhalte der Stimmen sprechen kann. Hakt nach! Was sind die Wünsche, Träume und Erwartungen in bezug auf die Inhalte der Stimmen? Ist es etwas aus der Vergangenheit, etwas, was früher einmal jemand zu mir sagte? Ist es meine Angst, die ich vor etwas verspüre, oder gar Ekel vor etwas? So ähnlich habe ich mich mit meinen Stimmen auseinander gesetzt. Aber es soll nur eine Anregung sein. Schließlich ist ja jede Psyche etwas anders! Findet heraus, was euch gut tut! Arbeitet daran! Es ist hart, aber nicht unmöglich!

Was den Glauben anbelangt, habe ich durch seltsame Umwege zum christlichen Glauben gefunden. Ich bin (war?) überzeugter Atheist. Aber gegen Jesus habe ich nichts. Im Gegenteil, ich liebe Jesus über alles! Um mich kurz zu fassen: Findet den Glauben, der euch gut tut. Man darf auch etwas mischen. Ich persönlich bin ein Steinzeitchrist. Egal! Lasst euch aber keinen Glauben aufdrängen oder einreden. Denn nur das, was aus eigener innerer Überzeugung kommt, tut der Seele gut. Mit Glaube muss man auch umgehen können.

Noch ein paar Worte zur Liebe: Für mich ist sie das, was ich gerade vor mir sehe: ein unbeschriebenes Blatt. Sie ist eine Erfahrung für den Moment. Sie ist unbegreiflich. Sie ist universell. Liebe durchdringt jedes Teilchen, jedes Atom. Liebe bringt Leben! Hier eine Bibelstelle: "Also hat Gott die Welt geliebt<sup>1</sup>, worauf er seinen eingeborenen Sohn gab, um die Welt zu retten!" So stark ist die Liebe! Sie ist übergöttlich. Darum hat Jesus gesagt: "Liebe deinen Nächsten wie dich selbst!"<sup>2</sup> Wei-

terhin existieren im Christentum Vergebung und Gnade. Beides muss aus Liebe getan werden. Der letzte Satz der Bibel lautet: "Die Gnade des Herrn Jesu sei mit allen."<sup>3</sup> (Und glaubt bitte nicht an die Hölle!)

*Timo Riess*

*Zitate: 1 Joh 3 Vers 13, 2 Mat 22:39, 3 Off 22:21, Luther-Bibel, Deutsche Bibelgesellschaft Stuttgart, 1985*



*„Seelenvogel“, Andreas Wachter, 1995*

## Positive Stimmen

Ich möchte in dem Artikel über meine Mutter berichten, die zwar auch Stimmen hört, aber zum Unterschied zu so vielen Stimmenhörern, auch "positive" Stimmen. Ausgehend davon, möchte ich anschließend eine ungewohnte Hypothese treffen bezüglich dem Ursprung der Stimmen.

Ich bin 39 Jahre alt, habe Französisch studiert und ich beschäftige mich schon länger mit den Themen "Religion, außergewöhnliche Phänomene und populäre Wissenschaft". Vor ungefähr zehn Jahren begann meine Mutter, sie ist jetzt 66 und seit langem verwitwet, sich mir anzuvertrauen, sie würde von außen in den Geräuschen Stimmen hören, negativ mit bedrohlichem Inhalt, auf den ich an dieser Stelle noch nicht näher eingehen möchte.

Als ich dann in Frankreich Urlaub machen wollte, kam es fast zum Eklat: Eine Stimme hätte ihr gesagt, ich solle nicht nach Frankreich fahren, ich würde dann verunglücken. Meine Mutter versuchte daraufhin, mir die Reise auszureden. Ich hätte sie fast zum Nervenarzt geschickt, aber dann geschah Folgendes: meine Mutter hörte eine "positive Stimme", die ihr sagte, sie solle nicht auf die Stimmen hören. Natürlich war sie sich zu diesem Zeitpunkt noch im unklaren über die Art und Herkunft der "positiven Stimme". Die Stimmen sagten später, dass sie ihre Schutzengel seien, was ich für glaubwürdig hielt, weil die Aussagen oft ihrer inneren Einstellung widersprachen. Ein dafür interessantes Beispiel ist die letzte Ölung für meinen Großonkel. Meine Mutter war der Ansicht, dass es besser sei, die letzte Ölung durchzuführen; da sagten die Stimmen: "Gott braucht keine Riten, um seine Barmherzigkeit zu zeigen." Meine Mutter ist streng katholisch erzogen, und die Probleme "Gott ist strafend, er schickt uns in die ewige Verdammnis, wenn wir nicht rechtzeitig bereuen" beschäftigten sie zu dieser Zeit sehr. (Es gibt sogar einen Theologen, der aus der Kirche austrat, weil er diesen Höllenglauben nicht mehr akzeptieren konnte.) Die wichtigsten Aussagen der Stimmen habe ich dann auf einer Homepage zusammengefasst. (<http://home.t-online.de/home/klauspeterlehmann/engel.htm>) Ich zitiere hier die wichtigsten Aussagen der Stimmen:

Gott ist die Liebe, die immerwährende Liebe.

Die Liebe ist das Wichtigste auf Erden.

Du sollst alle Menschen lieben.

Alle Menschen kommen in den Himmel, wenn sie an Gottes Barmherzigkeit glauben.

Gott vergibt alle Sünden, selbst die größte Gotteslästerung.  
Gott liebt alle Menschen, gleich welcher Rasse oder Religion.  
Gott verdammt niemanden.

Zum Schluss nannten die Stimmen alle wichtigen Aussagen hintereinander. Bei der "Verabschiedung" sagten sie: "Du wirst uns bald nicht mehr hören, aber wir sind immer in deiner Nähe." (Das trat dann auch tatsächlich ein.)

Meine Mutter fand dann folgendes Engelbuch, was leider relativ unbekannt ist, ihr aber sehr viel gab: "Die Antwort der Engel - ein Dokument aus Ungarn", aufgezeichnet von Gitta Mallasz, Daimon Verlag, Einsiedeln, 1996. Gitta Mallasz hat auch Vorträge vor dem C.G.Jung-Institut in Zürich gehalten. Zitat aus der Buchbeschreibung: "Auf der Suche nach der Wahrheit inmitten einer Zeit des Krieges, der Lüge, des Schreckens und der Not öffnet sich vier jungen ungarischen Menschen plötzlich und unvermittelt eine neue Dimension, die sie auf den Weg zu sich selbst führt..."

Vor kurzem habe ich dann einen Bericht über Schizophrenie gehört. Bislang nahm ich an, dass diese Krankheit sich deutlich und grundlegend von dem Stimmenhören unterscheidet. Es kam u.a. die Aussage, die gehörten Stimmen würden fordern, sich das Leben zu nehmen (man sei nichts wert). Das erinnerte mich an manche Aussagen der "schlechten Stimmen". Meiner Mutter wurde das ebenso "befohlen", auch berichten andere Stimmenhörer von diesem Befehl. Weitere Aussagen dieser Stimmen möchte ich hier nicht zitieren, es bringt auch nichts. Typisch ist auch das "Vorgehen" zu täuschen: Die Stimmen sagten, sie (meine Mutter) müsse sich das Leben nehmen, um mich zu retten! Das hört sich religiös an, aber das würde meine Mutter nie tun, soweit ist sie zudem noch im christlichen Glauben gefestigt.

Meine Überlegung ist folgende: Könnte es nicht sein, dass es sich bei Schizophrenie und dem Stimmenhören um ein und dasselbe Phänomen handelt, nur dass die "Schizophrenen" garnicht mehr "lebensfähig" sind? Auch bei den Stimmenhörern gibt es große Unterschiede: Die einen kommen jetzt gut zurecht, während andere große Probleme haben und vielleicht beim Psychiater in Behandlung sind.

Das Stimmenphänomen insgesamt wäre dann als "Einbruch einer anderen Dimension" aufzufassen.

*Klaus Peter Lehmann*



Schimmernde Täler in Morgenröte  
leuchtende Strahlen im Morgenlicht  
Herzen erwachen

Hände suchen dich neben mir  
Leere im Bett  
Fülle im Himmel  
Vergessen der Qual, des Hasses  
und des Verrats

Hundeelend ging es mir  
konnte nicht atmen, nichts essen  
habe nichts gefühlt

Hass, Hass, Hass  
auf alles da oben  
Quäler, Teufel, Dämonen  
warum habt ihr sie mir genommen

Liebe, Liebe, Liebe  
ohne sie  
schweige ich

Hörner des Stolzes  
Hörner des Hochmuts  
ich bitte um Gnade  
für meinen Hass auf euch

Hände, sie kamen, nachts, im Schlaf  
deine Hände  
ich fühlte sie  
quer in meiner Brust

Sie wühlten meine Seele auf  
Sie erweckten meine Wehmut  
mein Verzeihen  
meinen Schmerz  
meinen Mut  
meine Zuversicht  
meinen Glauben

Hände von oben  
sie ergriffen mich  
sie führen mich  
sie lieben mich noch immer

Verzeih mir, meine Liebe  
verzeih mir  
ich lasse dich los  
ich glaube  
ich hoffe  
ich bete für dich, für deinen Frieden

Mein Schmerz ist geheilt  
ich sprieße in der Morgenröte  
der Sonnenstrahl auf meiner Haut  
wie liebende Hände  
ohne Zorn mehr  
ohne Wut mehr  
einfach in Wehmut

Ursula



## **Keiner glaubt mir...**

Anfang 1970, ich kannte meinen Mann etwa zwei Jahre, nahm ich zum ersten Mal bewusst in mir Stimmen wahr: "Wie kann man so einen Mann heiraten, mit dem wirst du keine 25 Jahre zusammen sein.

Ich kenne dich ganz genau, nur du weißt nicht, wer ich bin!" Die darauf folgenden Jahre hörte ich kaum etwas. Anfang 1974 suchten wir eine größere Wohnung. Nun meldete sich die Stimme erneut: "In der Steinbrecherstraße 2 wird eine Wohnung frei, zieh dort hin, dann habe ich dich besser unter Kontrolle."

Diese Sache nahm ich nicht ernst und ignorierte sie. Einen Tag später kam mein Mann nach Hause und erzählte, dass wir in der Steinbrecherstraße 2 eine Wohnung bekommen könnten. Ich traute mich nicht meinem Mann zu sagen, dass mir die Stimme das schon berichtet hat. Es hätte sein können, er hielt mich für verrückt – davor hatte ich Angst.

Das Nächste, was mich überraschte, war die Frage einer Hausbewohnerin – "Sind SIE eine geborene Lieberstedt und heißt DU Christina?" Ich antwortete nur erschrocken JA. Da sehr viel Arbeit durch den Umzug war, habe ich die Frage gar nicht richtig wahrgenommen. Nach kurzem Wohnen kam die Tochter (Jahrgang 1959) dieser Bewohnerin und fragte, ob sie bei mir bleiben könnte, bis ihre Mutter von der Arbeit zurück sei. Kurze Zeit später klingelte diese, stürmte ins Wohnzimmer, riss die Tochter förmlich aus der Wohnung und eilte nach oben; das alles machte mich wiederum stutzig. In dieser Zeit wurde auch noch meine Mutter sehr krank, da sagte mir die Stimme: "Hol deine Mutter zu dir." Dieses tat ich noch 1974 und pflegte sie bis zu ihrem Tod 1975. Durch starkes Bemühen seitens der Bewohnerin lernten wir uns näher kennen. Von da an war auch die Stimme immer präsent: Zum Beispiel bot sie mir an, Gardinen zu nähen, und wenn ich Hilfe bräuchte, wäre sie immer bereit dazu. Dieses bekam ich sowohl im Geist als auch reell gesagt.

Silvester 1975 hatte mein Mann Dienst und die Nachbarn gegenüber baten mich, zu ihnen zu kommen. Im Laufe des Abends wurde ich im Geist gefragt, ob es recht wäre, wenn sie mit einem Glas Sekt herunterkommen würde. Punkt 24 Uhr klingelte sie an der Tür! Solche merkwürdigen Sachen wiederholten sich ständig aber keiner, auch mein Mann nicht, glaubte mir, dass ich Stimmen höre. Wenn ich von den Stimmen erzählte, bekam ich als Antwort: "Du bist schon wieder betrunken!" Aus Verzweiflung hüllte ich mich immer mehr in Schweigen.

Es war Silvester 1977, wir gingen schon vor 24 Uhr schlafen, als ich im Tiefschlaf meine Mutter nach mir rufen hörte. Ich war sofort hellwach und sprang hoch. Mein Mann bekam es mit und fragte, was los sei. Ich erzählte, was ich gehört hatte und die Antwort war, "Du spinnst!" Selbst als wir gemütlich mit den Hausbewohnern zusammensaßen und die FRAU mit ihrer Tochter von einer Beerdigung zurückkam und zu mir sagte: "Einen schönen Gruß und ich wüsste schon Bescheid", sagte mein Mann kein Wort dazu. Wir sahen uns nur fragend an. Kurz darauf hörte ich im Geist - die Alte ist tot, jetzt habe ich das Sagen!

1984 fragte mich eine Arbeitskollegin, ob ich mit zum Polterabend ihres Bruders komme. Wir fuhren zusammen nach Geitele. Dort sah ich eine Frau und sagte, dass ich diese Dame kenne. Meine Bekannte meinte, gehen wir doch hin und begrüßen sie einmal. Sie sieht mich, im nächsten Moment fällt sie nach hinten in Ohnmacht.

1996, nach dem Tod meines Mannes, wurde die Stimme besonders aggressiv. Selbst in der Nacht ließ sie mich nicht zufrieden. Sie ist ständig präsent und diktiert mir, was ich alles machen soll, zum Beispiel weckt sie mich um 5 Uhr und verlangt, dass ich aufstehen soll. Es kommt auch wiederholt der Spruch: "Du kannst machen, was du willst, mich kriegst du nicht, aber ich mache dich kaputt."

Als 1999 die Tochter auszog, hörte ich im Geist: "Nun weißt Du, dass ich es bin" und sie nannte ihren Namen. "In Zukunft halte die Schnauze und sprich mit keinem darüber!"

Als ich Anfang 2002 total am Ende war, erzählte ich dieser Person im Haus, dass ich kaum noch schlafe, weil mich eine Stimme terrorisiert. Ich habe das Gefühl, mir platzt der Kopf! Da tat sie so, als höre sie so etwas zum ersten Mal. Ich sagte dann, es sei ihre Tochter. Darauf hin forderte sie mich förmlich auf, sie anzuzeigen, obwohl sie genau wusste, das alles abgestritten würde.

*Christina*



*„Jack-in-the-Pulpit II“, Georgia O’Keeffe, 1930*

## Rezensionen

### Vergiftung der Seele?

*Zum Buch "Ausbruch aus dem Angstkäfig" von A.Gehrke*

Lieber Andreas,

erst mal meine Anerkennung für deine Leistungen, die darin bestehen, zum Ersten sehr weitgehend auf dich selbst gestellt (Wobei du nicht alleine warst, sondern mit deiner Familie lebstest, der auch meine Anerkennung gebührt) in die fruchtbare Auseinandersetzung mit dem Stimmenhören und seiner Bedeutung für dein Leben zu gehen. Zum Zweiten hast du es geschafft, deine Erfahrungen zu einem nachdenkenswertem Buch zu machen, so dass andere StimmenhörerInnen parallel zu deinen Reflexionen ihre eigenen anstellen können. Traurig die Rolle der Psychiatrie in deinem Erleben, deren zu Anfang von dir geschilderter Optimismus nach dem Motto "Machen Sie sich keine Sorgen, wir werden mit Ihrem Stimmenhören schon fertig" dich im Grunde eher in der Einsamkeit festnagelte, statt dir herauszuhelfen, denn diese Haltung war gepaart mit einer Ignoranz jeden sinnhaften Gehalts sowohl der Inhalte als auch des Stimmenhörens an sich. Und so warst du selbst gefordert, den Sinn deines psychischen Prozesses zu finden.

Ich halte deine Ausführungen für einen großen Mutmacher für andere StimmenhörerInnen, führst du doch vor, dass Selbsthilfe auch unter großen Erschwernissen möglich ist. Ich meine natürlich auch die Selbsthilfe einer Gruppe, wie des Netzwerkes Stimmenhören (NeSt). Selbsthilfe ist aber auch und vor allem Selbsterkenntnis und Selbstentfaltung, ist das Finden von Wegen, sich selbst positiv zu beeinflussen in Krisensituationen, ist die Entwicklung zu einem freundlichen Umgang mit uns selbst. Hier hast du sehr aus dir selbst geschöpft und das bewundere ich.

Sehr richtig finde ich auch deine Ausführungen, dass durch negative Stimmen und die dadurch veränderte Denkweise des/der Stimmenhörenden eine Art seelische Vergiftung durch Negativität der Gedankenwelt stattfindet. Trotzdem finde ich hier auch den Angelpunkt des größten Widerspruchs, den ich zu deinen Thesen habe: du schreibst über Traumatisierte, die den Täter hunderttausendfach zum Teufel wünschen. Hier stellst du folgende Fragen: "Welche Tat wirkt nun schwerer? Die Tat, die das Trauma verursachte, oder die Tat der hundertmaligen Flüche?"

So etwas kann nur schreiben, wer keine Tat, die traumatisierte, erlebt hat. In mein Leben übersetzt müsste die Frage lauten: "Was wirkt schwerer, ein Mordversuch oder der daraus resultierende Fluch gegen den Täter?" Wenn ich es so formuliere, merkst du vielleicht die Ungeheuerlichkeit des Vergleichs: was ist ein gedachter oder auch ausgesprochener Fluch gegen den Versuch, jemanden um die Ecke zu bringen? Hier merke ich deinen esoterischen Einfluss, denn solche Vorhaltungen sind mir in esoterischen Zusammenhängen öfter begegnet. Trotzdem ist es natürlich richtig, dass auch der Hass und die Wut nach einer solchen Tat einem gehörig die Seele vergiften können (auch Angst zum Beispiel, die zur Identifikation mit dem Aggressor führen kann, bei der man die Gedanken des Aggressors übernimmt).

Es ist etwas dran an deiner These mit der Vergiftung der Seele, auch wenn ich mit Sicherheit nie den Weg der Vergebung des Verbrechens gehen werde und mich auch frage, wo diejenigen, die diesen Weg auch für mich schon oft genug propagiert haben, aufhören: Vergeben sie auch die Verbrechen des Dritten Reiches, den Judenmord, den Mord an Psychiatrie-Erfahrenen und Behinderten (unter ersteren mit Sicherheit viele Stimmen-hörerInnen) und einen verbrecherischen Krieg mit Millionen Opfern?

So erstrebenswert ich es finde, die Liebe zu leben, so sehr ist es für mich eine Sache der Liebe, so etwas nie zu vergeben, Liebe nämlich zu den Opfern solcher Taten. Aus esoterischer Sicht bleibe ich durch das Ausbleiben dieses Vergebungsaktes gebunden. Ich habe bisher immer geantwortet, dass ich das dem Verzeihen in solchen Fällen vorziehe.

Generell denke ich, dass ich es sehr schön finde, dass du durch diesen Akt der Vergebung dich befreien konntest. Es führen jedoch mehrere Wege nach Rom und ich kann mir gut vorstellen, dass ich nicht die einzige Traumatisierte bin, die deinen Weg für sich ablehnt. Die Traumatisierung setzt sich oft in den Stimmen fort, es ergehen Bedrohungen (bei mir telepathischer Natur), die eine Befreiung von der Opferrolle erschweren, vor allem, wenn der oder die Täter noch leben. Wenn ich aber diese Stimmen als Täter wahrnehme, kann ich ihnen nicht vergeben, ohne dem Täter zu vergeben. Und dass ich das ablehne, hatte ich schon erwähnt. Warum auch: tut der irgendwas zu meinen Gunsten?! Mitnichten!

Trotzdem sehe auch ich die positive Bedeutung einer größeren Achtsamkeit in den Gedanken. In meinem Fall geht es eher darum, mich von dem Hass nicht so beherrschen zu lassen, sondern mir andere

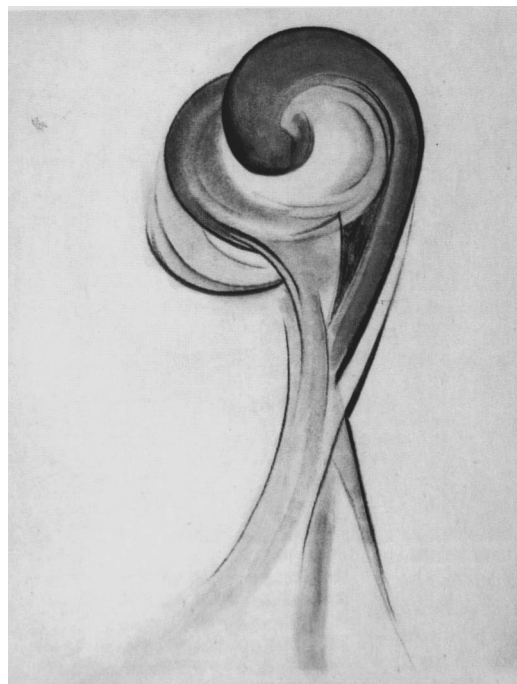
Menschen zu suchen, denen ich tatsächlich in Freundschaft und Liebe begegnen kann. Die wiederum meine Gedanken positiv prägen.

Du siehst: viele Wege führen nach Rom. Trotz dieser Kritik, die sicher erstmal herbe ist und aus der du dir bitte keinen Schuldvorwurf ableiten solltest, darum geht es mir nicht. Es ist eine Kritik an esoterischen Richtungen, mit der ich deine Leistungen und deinen Weg in keiner Weise schmälern oder schlechtmachen will. Es geht mir mehr um die Übertragbarkeit von Erfahrungen und Denkmodellen. Und uns Traumatisierten wird dieses Lebensmodell des Vergebens meines Erachtens nicht gerecht. Unsere Flüche sind berechtigt.

Davon abgesehen finde ich dein Buch sehr lesenswert.

*Liane*

*Das Buch „Ausbruch aus dem Angstkäfig“ finden sie in unseren Literaturhinweisen auf S. 28.*



*„Special No. 12“, Georgia O'Keeffe, 1917*

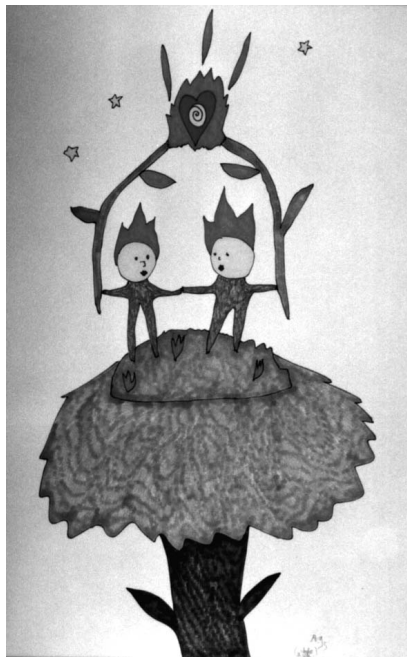
## Die Welt in Ordnung bringen

Ein kleiner Junge kam zu seinem Vater und wollte mit ihm spielen. Der aber hatte keine Zeit für den Jungen und auch keine Lust zum Spiel. Also überlegte er, womit er den Knaben beschäftigen könnte.

Er fand in einer Zeitschrift eine komplizierte und detailreiche Abbildung der Erde. Dieses Bild riss er aus und zerschnipselte es dann in viele kleine Teile. Das gab er dem Jungen und dachte, dass er nun mit diesem schwierigen Puzzle wohl eine ganze Zeit beschäftigt sei. Der Junge zog sich in eine Ecke zurück und begann mit dem Puzzle. Nach wenigen Minuten kam er zum Vater und zeigte ihm das fertig zusammengesetzte Bild.

Der Vater konnte es kaum glauben und fragte seinen Sohn, wie er das geschafft habe. Das Kind sagte: „Ach, auf der Rückseite war ein Mensch abgebildet. Den habe ich richtig zusammengesetzt. Und als der Mensch in Ordnung war, war es auch die Welt“.

*Verfasser unbekannt*



*„A. und ich“, Andreas Wachter, 1995*

## Leserbriefe



### **Tragisches Thema**

... vorgestern kam das neue Stimmenhörerjournal, und ich habe es gleich auf einen Rutsch durchgelesen. Da ist Euch wieder eine runde Sache gelungen. Das Thema "Stimmenhören und die Psychiatrie" ist ja ein sprödes und oft tragisches Thema; auf jeden Fall wichtig. Wenn ich auch froh bin, dass ich es immer ohne geschafft habe, geistig gesund zu bleiben (bzw. immer wieder rasch zu werden). Kümmernisse und Verunsicherungen gibt es viele; psychische Krankheiten (Psychosen) sind etwas anderes. Anderen geht es da schlechter als mir. Ich bin immer wieder entsetzt, wenn ich höre oder lese, wie stark Medikamente eingesetzt werden und Persönlichkeiten abqualifiziert und unterdrückt werden, bloß weil das Phänomen Stimmenhören falsch interpretiert wird. Aber es gibt wohl auch bessere Varianten der Betreuung und Hilfe.

Verblüffend war der niederländische Krankenbericht: Dass man sie so früh und scheinbar allein hinausließ und eine Menge persönliche Entscheidung zuließ. Ob das alles nur Halluzination oder wahre Erfahrung ist, weiß sie (und ich) nicht sicher. Aber wenn es so geht, ist das sicher besser als starke Medikation.

Gut fand ich auch, dass ihr in der Mitte eine Erklärung der unterschiedlichen Bezeichnungen der "Profis" gegeben habt (Frank Puchert). Vielleicht hilft es einigen "Betroffenen". Es ist wohl so, dass Information wesentlich ist und sicher bei vielen viel früher hätte gegeben werden müssen. ...

*Auszug aus einem Leserbrief von Wiltrud Henningsen*



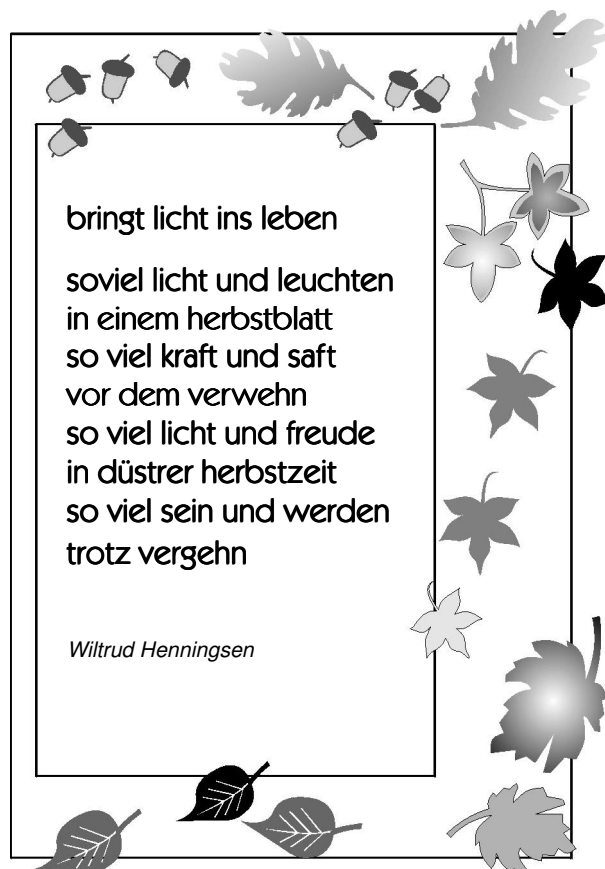
### **Stimmen als Stichwortgeber**

Ich weiß nicht, ob es anderen Stimmenhörern auch so geht: die Stimmen werden bei mir manchmal zum Stichwortgeber. Sie sprechen mich auf bestimmte Lebensereignisse an und fragen mich danach. Bisher habe ich daraufhin eigentlich immer angefangen, die ganzen belastenden Dinge wieder hochzuholen. Das bringt mich auf die Idee, euch andere StimmenhörerInnen zu fragen, ob ihr das auch kennt und wenn ja, wie ihr damit umgeht, um zu vermeiden, dass ihr ständig und immer



wieder mit euren alten Problemen konfrontiert werdet. Ich würde in Bezug auf dieses Problem gerne von euch lernen. Schreibt ans Stimmhörerjournal. Längere Briefe können auch an mich weitergeleitet werden, meine Adresse liegt der Redaktion vor.

*Ann*



*Wiltrud Henningsen, > in sprache gebunden fünf<, Verlagsnummer 99347, Münster 2003, ISBN 3-9808865-0-6*



„Kastanienbaum“, Anneliese Grisard, 2003

## Seminar

### “Stimmen verstehen – eine praktische Anleitung zum Umgang mit dem Stimmenhören”

*Kurzfortbildung der Deutschen Gesellschaft für Soziale Psychiatrie am 31.10.2003 in Berlin von 10 bis 18 Uhr*

#### **1. Erfahrungen, Erwartungen, Einführung in das Thema**

- mögliche Ursachen
- Erklärungsmodelle
- Erscheinungsweisen von Stimmen
- Stimmenhören verstehen lernen

#### **2. Subjektives Erleben**

- Erfahrungsübung
- Erfahrungsberichte
- Video: “Hören Sie Stimmen?” (Dokumentarfilm des NDR)
- Diskussion

#### **3. Umgang mit den Stimmen**

- Was ist hilfreich – kurz- mittel- und langfristig?

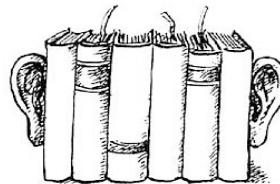
#### **4. Mit Stimmen arbeiten**

- Arbeitsbuch “Stimmenhören verstehen und bewältigen”
- Das therapeutische Interview (Romme/Escher)
- Entwicklung von Bewältigungsstrategien

#### **5. Vorstellung des deutschen Netzwerks Stimmenhören**

- Entwicklung
- Aufgaben
- Ziele
- Stimmenhören und Selbsthilfe

#### **6. Abschlussrunde**





## Literaturhinweise

### *“Die innere Stimme”*

von P. Baker bei: Netzwerk Stimmenhören  
(2,50 Euro, für Betroffene 1 Euro)

### *“Stimmenhören akzeptieren”*

Romme, M. / Escher, S.  
NEUNPLUS1 Verlag, ISBN 3-936033-09-9  
zu beziehen auch über den Verlag: Fax-Nr.030/25 76 92 99

### *“Stimmen hören - Botschaften aus der inneren Welt”*

Stratenwerth, I./ Bock, Th.  
Piper Taschenbuchverlag ISBN 3-4922-991-3

### *“Die Bettelkönigin”*

Stratenwerth, I./ Bock, Th.  
Ein Buch für Menschen ab 8 Jahre  
Kore-Edition (Göre bei Kore) ISBN 3-933056-01-2

### *“Stimmenhören verstehen und bewältigen”*

Coleman, R. / Smith, M.  
Psychiatrie-Verlag (Psychosoziale Arbeitshilfen, 14)  
ISBN 3-88414-247-X

### *“Aufbruch aus dem Angstkäfig”*

Gehrke, A.  
Paranus Verlag, ISBN 3-926200-53-7

## Video

Zu Lehrzwecken kann das Video  
*“Hören Sie Stimmen? Neue Erkundungen über ein uraltes Phänomen”*  
im Netzwerk Stimmenhören e.V. entliehen werden.  
Autoren: Stratenwerth, I. / Bock, Th., produziert durch den NDR 3.

## Bundesweite Kontaktpersonen/Gruppen

- **Aachen** (Selbsthilfegruppe)  
Aachener Laienhelfer-Initiative e.V.(ALI), Südstr.6, 52064 Aachen
- **Berlin** (geschl. u. offene Selbsthilfegruppe, trialogische Gruppe)  
c/o Pinel, Ebersstr. 67, 10827 Berlin
- **Bremen** (Selbsthilfegruppe)  
T. Mährländer, Karl-Schurz-Str. 1a, 28209 Bremen
- **Chemnitz** (Kontaktperson)  
B. Hommula, Heinersdorferstr. 50, 09114 Chemnitz
- **Cottbus** (Kontaktperson)  
K. Ju-Nipkau, Calauer Str. 69, 03048 Cottbus
- **Erfurt** (Kontaktperson)  
M.-P. Neuhaus, Zum Steinweg 5, 99189 Elxleben
- **Euskirchen** (Kontaktperson)  
K. Sebastian, Wildkatzenweg 8, 53902 Bad Münstereifel
- **Frankfurt am Main** (Selbsthilfegruppe)  
A. Born, Eschersheimer Landstr. 110, 60322 Frankfurt/M.
- **Hagen** (Kontaktperson)  
U. Bornhoff, Kipperstr. 45, 58135 Hagen
- **Halle/S.** (Kontaktperson)  
Ch. Schubert, Telemannstr.19, 06124 Halle/S.
- **Hamburg** (Selbsthilfegruppe, therapeutisch begleitete Gruppe)  
Th. Bock, UKE, SPA, Martinistr. 52, 20248 Hamburg
- **Kassel** (Kontaktperson)  
A. Galli, Frankfurter Str. 141b, 35121 Kassel
- **Mainz/Michelstadt** (Kontaktperson)  
U. Ihrig, Im Gräsig 8, 64711 Erbach
- **Mannheim** (Selbsthilfegruppe, teilweise therapeutisch begleitet)  
Prof. Kick, Lameystr. 36, 68165 Mannheim
- **Mannheim** (Kontaktperson f. eine trialogische Gruppe)  
K. Römer, Beim Johannkirchhof 16-18, 68219 Mannheim
- **Nürnberg** (Kontaktperson)  
K. Sandner, Langfeldstr. 27, 91058 Erlangen
- **Oberhausen** (Kontaktperson)  
W. Geilert, Ebereschenweg 95, 46147 Oberhausen
- **Stuttgart** (Kontaktperson)  
I. Peters, Silcher Str. 49, 71332 Waiblingen

Weitere Kontaktwünsche u.a. in: Dresden, Hannover, Köln, Quedlinburg ...

## **Mitglied werden im Netzwerk Stimmenhören e.V.**

*Unsere Hauptziele sind, uns gegenseitig zu helfen und zu stützen und mehr Toleranz, Verständnis und Akzeptanz in der Gesellschaft für das Phänomen Stimmenhören zu erreichen.*

*Dabei setzen wir auf eine gleichberechtigte Zusammenarbeit und Partnerschaft von Stimmen hörenden Menschen, deren FreundInnen und Angehörigen und in psychiatrischer und psychotherapeutischer Praxis und Forschung Tätigen. Mitglied im NeSt kann jede/r werden, die/der unsere Ziele unterstützt und zur Verwirklichung beitragen möchte.*

### **Das NeSt bietet:**

#### **Kommunikation**

In Selbsthilfegruppen, trialogisch besetzten und therapeutisch begleiteten Gruppen besteht die Möglichkeit des Erfahrungsaustauschs und der aktiven Mitarbeit.

#### **Unser kleines Stimmenhörerjournal**

Mitgliederrundbrief des NeSt, informiert u.a. über Aktivitäten der Stimmenhörer-Bewegung im In- und Ausland, enthält Erfahrungsberichte, erscheint vierteljährlich und kann - unabhängig von der Mitgliedschaft - abonniert werden.

#### **Fortbildungsseminare**

Wir bieten zu unserem Thema ein- und zweitägige Seminare an, möglich ist aber auch der Besuch verschiedener Einrichtungen für eine zwei- bis dreistündige Kurzfortbildung. Damit möchten wir Verständnis wecken und einen neuen Zugang zum Stimmenhören vermitteln.

#### **Koordination und Kooperation**

Wir arbeiten mit anderen Verbänden zusammen, um die Diskussion zum Phänomen Stimmenhören auch dort voranzutreiben, indem wir u.a. auf ihren Veranstaltungen Vorträge halten und Arbeitsgruppen gestalten.

#### **Veranstaltungen**

Zu unserem Thema haben wir schon mehrere Tagungen durchgeführt und bieten diese auch weiter an.

#### **Internet**

Auf unserer Home-page im Internet finden Sie u.a. die bisher erschienenen Stimmenhörerjournale sowie nationale und internationale Kontaktpersonen.

## Beitrittserklärung

An das NeSt c/o Pinel Ebersstraße 67 10827 Berlin	Bankverbindung: Postbank Berlin Kto-Bezeichnung: Netzwerk Stimmenhören e.V. Bankleitzahl: 100 100 10 Kto-Nummer: 809 101-103
--	---

Hiermit erkläre ich meinen Beitritt zum Netzwerk Stimmenhören

Name: \_\_\_\_\_ Vorname: \_\_\_\_\_  
Straße: \_\_\_\_\_ PLZ/Ort: \_\_\_\_\_  
Bundesland: \_\_\_\_\_ Telefon: \_\_\_\_\_  
Ich bin  
 Stimmenhörer/in  
 in der Psychiatrie Tätige/r (Zutreffendes bitte ankreuzen)  
 Angehörige/r  
 Interessent/in

Ich zahle einen Jahresbeitrag von Euro:.....

Heimbewohner/innen, die nur ein Taschengeld bekommen: 6,-; Sozialhilfeempfänger/  
innen oder Bezieher/innen von Arbeitslosenhilfe bzw. entsprechender Rente: 15,-; sonst  
mindestens:32,- und ab einem Einkommen von netto Euro 1000,-; 47,-. (Der Jahresbei-  
trag wird bei Eintritt und in den folgenden Jahren im April fällig.)

Datum/Ort..... Unterschrift.....

Ich habe meinen Jahresbeitrag in Höhe von .....Euro auf o.a. Konto überwiesen

Datum/Ort..... Unterschrift.....

Mit der Weitergabe meiner Anschrift an Vereinsmitglieder bin ich einverstanden Ja/Nein

Mit der Weitergabe meiner Telefonnummer bin ich einverstanden Ja/Nein.

Ich bin bereit, als regionale Kontaktperson für das Netzwerk tätig zu werden und damit  
einverstanden, dass meine Anschrift mit/ohne Telefonnummer auch an Interessierte  
weitergegeben wird Ja/Nein.

Ich verfüge über folgende Kenntnisse, Fähigkeiten oder Erfahrungen, die ich in eine  
Mitarbeit beim Netzwerk Stimmenhören einbringen kann (bitte Rückseite benutzen):

### Einzugsermächtigung

Hiermit ermächtige ich Sie widerruflich, den von mir zu entrichtenden Mitgliedsbeitrag  
für das Netzwerk Stimmenhören e.V. jährlich in Höhe von Euro..... von meinem  
Konto..... einzuziehen.

Konto-Nr.....BLZ.....

bei.....

Wenn das angegebene Konto die erforderliche Deckung nicht aufweist, besteht seitens  
des kontoführenden Geldinstituts keine Verpflichtung zur Einlösung.

Ort.....Datum.....

Name.....

Anschrift.....

Unterschrift des Kontoinhabers:.....

