



Das Tabu der Psychiatrie ist das EGO, dem die Psychiater wie einem transzendentalen Gott huldigen. Wenn sich Atheisten wundern, wie die Menschheit einem metaphysischen Phantom verfallen konnte, so vergessen sie das URTABU, aus dem heraus die Erfindung eines Gottes nur möglich war: das EGO. In einigen Jahrhunderten wird sich die egobefreite Menschheit fragen, wieso wir eine psychische Meta-Instanz benötigten, um mit dem Leben klar zu kommen. Für unsere Nachfahren wird rückblickend erkennbar sein, daß wir einem ähnlichen Wahn wie dem Gotteswahn verfallen waren: dem IDENTITÄTSWAHN. Jetzt wird deutlich, wie deckungsgleich die Dogmen der Spiritualität und der Psychiatrie sind, weil beide Disziplinen auf dem Irrtum basieren, es gäbe ein Ego, das entweder meditativ aufgelöst oder medikamentös in Balance gebracht werden müsse! Da es sich bei einer mystischen Erfahrung weder um eine Psychose (Dissoziation) handelt noch um echte Ego-Auflösung, sondern um Überhöhung eines Ich-Anteils zur Relativierung anderer, richtet sich meine Kritik gleichermaßen an die Spiritualität wie auch an die Psychiatrie: ganz egal, ob Du Dein Ego loswerden oder pflegen willst, Du bist ein Ego-Gläubiger, der sich mit einer Erfindung beschäftigt, die ihn davon abhält, DAS ECHTE LEBEN ZU SPÜREN! Das EGO erzeugt Seinsvergessenheit. Das Ego IST das Trauma.

DAS TABU DER PSYCHIATRIE

DAS EGO IST DAS TRAUMA!

Identitätswahn durch
Urschizophrenie

Tom de Toys © **POEMiE™**

DAS TABU DER PSYCHIATRIE

**Der ungelöste Identitätswahn
durch die Urschizophrenie der
traditionellen Objektkultur:
*das Ego ist das Trauma!***

Hrsg. G&GN-Institut @ **ÜBER-ICH.de**

LESEPROBE DER ORIGINALAUSGABE 2020

ISBN 9783751956284 © Herstellung und Verlag: BoD

DER AUTOR (*Nondualjazz.de*)

Tom de Toys wurde am 24.1.1968 als Thomas Holzapfel in Jülich geboren. Ihm wurden drei Diagnosen attestiert: **1988 "Verdacht auf Borderline-Syndrom", 2010 "Somatoforme Schmerzstörung" und 2014 "Verdacht auf bipolare Störung"** (mit ungewöhnlich langer manischer Episode, nämlich 3 hyperkreative Jahrzehnte), aber dank der **Auflösung der Ego-Illusion** "leidet" er nicht unter den Symptomen, sondern analysiert die Folgen des Egofanatismus. Schon seit einer mystischen Erfahrung am 5.5.1989 vertritt er die neuroatheistische Lebensphilosophie des **Lochismus**. In seiner essayistischen **Antiprosa** umkreist er die "letzten" Fragen nach dem Ich, Gott und dem Sinn des Lebens. Seine **Direkte Dichtung** beschreibt ekstatische Erkenntnisse im Zustand totaler Gegenwart. Nach 14 Jahren Berlin lebt er seit 2012 in Düsseldorf-Eller Süd. Gemäß seiner Klavierreform "DAS DESINTERESSIERTE KLAVIER" von 1986 spielt er seit 2019 nondualen Free Jazz. Außerdem liebt er seinen Job als Betreuungskraft: BETREUUNGSALLTAG.de

DAS BUCH "DAS TABU DER PSYCHIATRIE" (*Über-Ich.de*)

Parallel zur transreligiösen Neuropoesie entstanden viele Essays zum Hauptthema, der Frage danach, was das Bewusstsein und das Sein an sich eigentlich für **das sich von innen fühlende Subjekt** sind. Aus einer nondualen Mystik entwickelt De Toys dabei als **Essenz seines "perinzendentalen" Existenzgefühls** den Begriff der "Grundlosen Inwesenheit", die den Dualismus in einem Spürsinn überwindet. Einige der hier versammelten Essays erschienen im Magazin CONNECTION SPIRIT sowie als Gastautorenbeiträge für die LIGA DER LEEREN (LDL): URRUHE.de & NULLYOGA.de

I N H A L T (140 Seiten)

*(Orthografische Eigenwilligkeiten sind beabsichtigt.
Die Rechtschreibreform bleibt teilweise unbeachtet.)*

AUS DEM BUCH "MEHR JETZT"

- 8.7.2013: sOMatoform 017** - BRIEF DES HEILIGEN KINDES AN ALLE MÜTTER:
"DIE APOKALYPSE DER OHNMACHT" (ODER: "GEFANGEN
IN DER SADISTISCHEN SACKASSE DER KRÄNKUNG")
- 13.8.2013: sOMatoform 22** - NEURONAL IST NICHT NEUTRAL
- 20.8.2013: sOMatoform 24** - ASTROPHYSIK & ANDERE ANTWORTEN
- 23.8.2013: sOMatoform 25** - SEHNSUCHT & SELBSTSABOTAGE
- 24.8.2013: sOMatoform 26** - KREATIVER K(N)OPFDRUCK & KULTURKRITIK
- 26.+27.8.2013: sOMatoform 27** - GRUNDLOSE INWESENHEIT –
STATT ABSOLUTER ABWESENHEIT DURCH PERFEKTE PROJEKTION
- 28.8.2013: sOMatoform 28** - 1.BASISÜBUNG FÜR INTEGRALE INWESENHEIT
- 9.+10.9.2013: sOMatoform 31** - KEINE FLUCHT MEHR VOR DEM FLUCH
- 16.9.2013: sOMatoform 32** - NÜTZLICHKEIT & NARZIBMUS
- 1.10.2013: sOMatoform 36** - SEINSFÄHIGKEIT ZWECKS
ARBEITSFÄHIGKEIT & LIEBESFÄHIGKEIT
- 2.10.2013: sOMatoform 37** - DIE ÜBERWINDUNG BÜRGERLICHER URPSYCHOTIK
- 18.+19.8.2014: sOMatoform 86** - (N)ICH(T)SEIN

AUS DEM BUCH "GRUNDLOSE INWESENHEIT"

- 21.5.1992 - 9.6.1993: LOCHiSMUß** (Fragmente aus den Tagebuchnotizen
"Geheimes Wartungsbuch Für Eine Welt Ohne Größenwahn")
- 9./10.10.1994: DURCHRAISE** – Die Flugschrift
(Auszüge des Loch-Traktates aus Sebastians Trip)
- 24.5.1997: SELBSTMORD SINNLOS**
- 15./16.1.2000: JENSEITS VON GOTT IM 23.JHD. GELANDET!**
- 16.7.2009: WAS FÜR 1 STINKPARANORMALES LEBEN!**
(GEPFLEGT-PSYCHEDELISCHER UNTERBAU)
- 16.+20.2.2010: CRASHKURS "SEELE" (DAS STINKPARANORMALE POTENZIAL)**
- 5.-7.8.2012: JETZTSEITS STATT JENSEITS** – VON DER URPLÖTZLICHEN
DEFRAGMENTIERUNG DES FRAKTALEN STATT REIN FORMALEN DENKENS BEIM
NACHDENKEN ÜBER DIE EIGENTLICHE BEDEUTUNG DER SPRACHE ALS
KOMMUNIKATIONSMITTEL DES FREIEN GEISTES IN EINER FREIEN WELT
- 27.5.2013: MENSCHSEIN ALS SEINSMENSCH**
- 4.2.2014: LEIDEN ODER LIEBEN**
- 12.2.2014: SYMBOLISTISCHE SELBSTVERSKLAVUNG**
- 15.2.2014: SINNLICHE SACHLICHKEIT ODER SYMBOLISCHE SUBSTANTIVE**
- 21.1.2015: NACHTRAG**

6.4.2015: OBJEKTFREIE ZONE

9.4.2015: TRANSREALISTISCHER SOJETISMUS

5.5.2015: NEUROSMOG? DER ALLTAG ALS TAG IM ALL!

Zur Überwindung von spirituellem Neurosmog

AUS DEM BUCH "NULL NERD"

10./11.12.2013: GOTT & GEHIRN

6.-19.9.2014: SPIRITUELLE DEMENZ – DAS GEHEIMNISLOSE GEHEIMNIS

21.11.2014: NAMENFINDUNG & NAMENFREIHEIT

(GEGEN DIE IDENTIFIKATIONSNEUROSE)

3.+4.3.2015: ICH HABE KEIN SPIRITUELLES PROBLEM!

12.+13.3.2015: DAS MÄRCHEN VOM SELBSTMÖRDER UND DEM ZENMEISTER

30.3.2015: DIE SPIRI-PSYCHOSE

31.8.2015: NERVÖSE NONDUALITÄT (SPÜREN STATT DENKEN)

15.5.2016: DEPRESSION: DISIDENTIFIKATION STATT DISSOZIATION

21.10.2016: GES(CH)ICHTSLOSE LIEBE

28.3.2017: NONDU-(QU)AL-ITÄT

27.7.2015: MANIFEST DES NEUROATHEISMUS

(PERINZENDENZ STATT TRANSZENDENZ)

DAS EBOOK "NAHZONE"

2017: WAHN UND NIRWANA: ICH HABE NICHTS ALS DIE GEGENWART

2017: SPIRITUELLE SPRACHLOSIGKEIT

30.9.2017: BLOCKIERTER BODY

2017: KONTROLLE DER ICH-ILLUSION ALS URPSYCHOSE

AUS DEM BUCH "HOCHSENSIBLE DATEN"

**25.8.2010 & 1.9.2010: DIE GLÄSERNE QUAL(LE) –
DER SELBSTERKENNTNIS PSYCHOSYNTHETISCHER METASKEPTIZISMUS**

NEUES ÜBER DAS URTABU

16.11.2017: STR...OM SPÜREN STATT GOTTES GEFÄNGNIS

("ICH" BRAUCHE NICHT "IM" KÖRPER "ANZUKOMMEN":
DAS GANZE LEBEN IST DER DAHINSTRÖMENDE KÖRPER!)

**1.2.2018: SPALTSPIRIS, SPIEBERSPIRIS UND SPINAT –
DER HEISSE DRAHT ZUM LEBEN IST SELBER DAS LEBEN**

**20.2.2018: (APFEL)無(S) – JEDER APFEL IST EIN ABSOLUTER APFEL,
ABER DEN APFEL "AN SICH" GIBT ES NICHT – MU!**

**1.6.2020: MENSCH IN DER MITTE OHNE MITTE
(PSYCHOSYNTHESE FÜR "HINFORT"-GESCHRITTENE)**

6.-10.6.2020: DER SUBTILE SKANDAL

"Nondualität als anti-psychotische Ichlosigkeit, die den Autor erlöst hat von der Abhängigkeit des Egos von seinen Traumata, weil sich herausstellte: DAS EGO SELBST IST DAS TRAUMA, NICHT SEINE TRAUMATISCHEN INHALTE! Das letzte Tabu der egofanatischen Psychiatrie wird gelüftet und der Weg für eine Reform der Grundhaltung zu seelischen Symptomen/Syndromen geebnet, die den Mensch hin zu seiner RADIKALEN RESILIENZ durch Auflösung seines Egos als Selbstfolterinstanz führt. Das Tabu der Religionen war GOTT, aber das Urtabu, das die Erfindung Gottes ermöglichte, ist bis heute das Tabu der Psychiatrie: die Illusion des Ichs, auch EGO genannt – der IDENTITÄTSWAHN!"

ENTWAHNUNG STATT ENTWARNUNG

(im Buch DAS TABU DER PSYCHIATRIE, Tom de Toys 2020)

w w w . Ü B E R – I C H . d e

© POEMiE™

"Das therapeutische Gespräch kann bestenfalls zu Selbsterkenntnissen führen, aber NEUE Selbsterfahrungen werden nicht von den Krankenkassen gefördert, weil nur solche Verfahren bezahlt werden, die auf der verbalen Ebene hängenbleiben. Das ist ein Skandal, der symptomatisch für unsere körperlose Gesellschaft ist, in der der Geist damit Probleme hat, sich im Körper zuhause zu fühlen. Als Gesundheitsminister würde ich somatoformen Grübeln nicht nur Rehasport sondern Massage & Meditation verschreiben, die die RÜCKHOLUNG DES GEISTES IN SEINEN TEMPEL verschnellern – so ließen sich Steuergelder für Langzeittherapien und Psychopharmaka einsparen!"

1. BASISÜBUNG FÜR INTEGRALE INWESENHEIT
(im Buch DAS TABU DER PSYCHIATRIE, Tom de Toys 2020)

www.ÜBER-ICH.de

© POEMIE™

"Wir sind verseucht von dem Zwang, das gedachte Ich ständig auf seine Anwesenheit zu überprüfen und merken dabei gar nicht, wie abwesend wir sind. Unsere Bewusstseinsaktivität besteht aus der Selbstvergewisserung des Ich-Gefühls. Aber das Ich ist nur ein Gedanke, eine reingeistige Vorstellung. Es ist der allergrößte Selbstbetrug, den die Menschheit erfand und über Jahrtausende pflegte. Die Zivilisationsgeschichte besteht aus der Pflege von unterschiedlichen Ich-Vorstellungen und den dazugehörigen Gottesbildern."

OBJEKTFREIE ZONE

(im Buch DAS TABU DER PSYCHIATRIE, Tom de Toys 2020)

www.ÜBER-ICH.de

© POEMiE™

"Therapietrips sind Egotrips, weil sowohl neurobiologische als auch spirituelle Psychologien dem Dogma der DUALISTISCHEN DISSOZIATION huldigen anstatt die Überwindung der urschizophrenen Objektkultur durch Disidentifikation von allen Objekten anzustreben. Der Dualismus glaubt an ein sakrales Objekt im Zentrum des Geschehens, um das unser Universum kreist. Je nach Schule heißt dieses Zentrum Ich, Seele, Gott, Leere oder Nichts und ist transzendent. Psychische Probleme erfahren nur eine hypnotische Symptombehandlung anstatt die Illusion des Egos als eigentlichen Problemverursacher zu enttarnen. Die Mitte ist kein Objekt sondern ein Bewusstseinszustand entprojizierter Gegenwärtigkeit."

DISIDENTIFIKATION STATT DISSOZIATION

(im Buch DAS TABU DER PSYCHIATRIE, Tom de Toys 2020)

w w w . Ü B E R – I C H . d e

© POEMiE™

"Die klassische Psychiatrie STABILISIERT das ICH anstatt es als gedankliche/sprachliche Illusion zu zerplatZEN, weil Traumata die Body-ZENtrierung im leeren, ichlosen SEINSGEFÜHL blockieren! Mystische, transpersonale Erleuchtungserfahrungen können direkt in eine Psychose münden, wenn der Mensch sein dissoziiertes Ich als Wahrnehmungsorgan benutzt anstatt in einem freien Körpergefühl tiefenentspannt verankert zu sein. Daher plädiere ich für Ganzkörpermassagen statt Gesprächstherapie als Psychotherapie. Der Wegfall des Ichs bedarf eines BEFREITEN KÖRPERGEFÜHLS, damit das Denken nicht im virtuellen Nichts schwebt, sondern an die Wirklichkeit zurückgekoppelt werden kann."

BLOCKIERTER BODY

(im Buch DAS TABU DER PSYCHIATRIE, Tom de Toys 2020)

w w w . Ü B E R – I C H . d e

© POEMiE™

"Ich plädiere für eine Diskussion in der Psychiatrie über die Möglichkeiten, Psychosen und Depressionen nicht durch Stabilisierung der Ichillusion in den Griff zu bekommen, sondern durch Methoden der Rückkehr in ein enttraumatisiertes Körpergefühl. Die Disidentifikation des Bewusstseins von seinen Inhalten ist eine gesundheitsfördernde Nebenwirkung der Ankunft im ichbefreiten Körpergefühl. Ein ichbefreiter Mensch HAT keine Psychosen, denn nur einzelne Ichanteile können psychotisch oder depressiv sein. Eine zeitgemäße Psychologie muss sich fragen, mit welchen Methoden ein solches enttraumatisiertes, tiefenentspanntes Körpergefühl erreicht werden kann, anstatt ständig nur die Balance zwischen kranken und gesunden Ichanteilen herzustellen."

KONTROLLE DER ICH-ILLUSION ALS URPSYCHOSE
(im Buch DAS TABU DER PSYCHIATRIE, Tom de Toys 2020)

w w w . Ü B E R – I C H . d e

© POEMiE™

"Psychosynthetisch ist es ein Ich-Anteil, der als spiritueller Sucher auftaucht, aber das Irreführende ist, dass er GLAUBT, er sei SELBER die leere Mitte. Dadurch wurde mir klar, dass Therapie niemals vom Ego befreien kann, weil dieses weiter zur Selbstaktivität aufgefordert wird. Könnte es sein, daß KÖRPER-BEZOGENE Techniken besser vom Ego befreien als das Denken, Reden, Visualisieren, damit der Kopf AUFHÖRT zu rattern? Wäre ich Psychiatrie-Professor geworden, hätte ich mein Lebenswerk darauf ausgerichtet, eine Reform in der Sicht auf Ursachen geistiger Störungen anzustreben: nicht das Trauma muss weg, sondern das EGO, das ein Trauma HAT."

MENSCH IN DER MITTE OHNE MITTE

(im Buch DAS TABU DER PSYCHIATRIE, Tom de Toys 2020)

w w w . Ü B E R – I C H . d e

© POEMiE™

"Das Tabu der Psychiatrie ist das EGO, dem die Psychiater in Therapieform huldigen. Bis vor kurzem war das Tabu GOTT. Atheisten vergessen das URTABU, das die Erfindung eines Gottes ermöglichte: das EGO. Wir sind dem IDENTITÄTSSWAHN verfallen. Die Psychiatrie glaubt an ein esoterisches Hirngespinnst: das EGO. Meine Kritik richtet sich an Spiritualität und Psychiatrie: egal, ob Du Dein Ego töten oder therapieren willst, Du bist ein Ego-Gläubiger, der sich mit einer Erfindung beschäftigt, die ihn davon abhält, DAS ECHTE LEBEN ZU SPÜREN! Dieses Abkoppeln des Existenzgefühls in (über-)ichhafte Objektkultur nenne ich Urschizophrenie. Das EGO erzeugt Seinsvergessenheit. Das Ego IST das tiefste Trauma."

DER SUBTILE SKANDAL

(im Buch DAS TABU DER PSYCHIATRIE, Tom de Toys 2020)

w w w . Ü B E R – I C H . d e

© POEMiE™

ENTWAHNUNG STATT ENTWARNUNG

Willkommen im wahrscheinlich unerwartetsten Buch des G&GN-INSTITUTS: über das **EGO-Trauma** als eigentliches Tabu der Psychiatrie, den *"ungelösten Identitätswahn durch die Urschizophrenie der traditionellen Objektkultur"*. **Eine BEST OF COMPILATION der Essenz mehrerer Bücher** vom Maler, Musiker, Lyriker und Performer Tom de Toys, dem im Laufe seines Künstlerlebens drei Diagnosen attestiert wurden: bereits **1988** *"Verdacht auf Borderline-Syndrom"*, **2010** dann *"Somatoforme Schmerzstörung"* und schließlich **2014** *"Verdacht auf bipolare Störung"* mit drei Jahrzehnte langer manischer Episode, in der seine Werke entstanden, darunter die hier verwendeten Publikationen:

- 1) **"MEHR JETZT"** (therapietrip.de);
- 2) **"GRUNDLOSE INWESENHEIT"** (boreoutyoga.de);
- 3) **"NULL NERD"** (nullnerd.de);
- 4) **"NAHZONE"** (nahzone.de);
- 5) **"HOCHSENSIBLE DATEN"** (5giga.de)

sowie bislang unveröffentlichte **Aufsätze zur Nondualität** als **anti-esoterische, anti-spirituelle, anti-mystische und erstrebt *anti-psychotische Ichlosigkeit***, die den Autor auf seinem 30-jährigen psychotherapeutischen Selbsterfahrungsprozess (Stationen und Methoden von 1984 bis 2014: Outer-Body-Experience, Kreuzmeditation, Imaginationsreisen, Psychosomatische Klinik, Gesprächstherapie, Kunsttherapie, Taijiquan, Psychosynthese, Psychiatrische Tagesklinik, Psychopharmaka, Nullyoga) gerettet bzw. erlöst hat von der **Abhängigkeit des Egos von seinen Traumata**, weil sich nachträglich herausstellte: **DAS EGO SELBST IST DAS**

TRAUMA, NICHT SEINE TRAUMATISCHEN INHALTE! **Das letzte Tabu der egofanatischen (konservativen klinischen) Psychiatrie** wird nun gelüftet und der **Weg für eine Reform der Grundhaltung zu seelischen Symptomen/Syndromen** geebnet, die den Mensch hin zu seiner **RADIKALEN RESILIENZ** durch **Auflösung seines Egos als Selbstfolterinstanz** führt. Diese Auflösung impliziert auch die Überwindung jeglicher religiöser, spiritueller und esoterischer Ideologien, die das Ego gegen andere Scheininstanzen austauschen wollen, wie z.B. den *Zeugen/Beobachter*, das *Nichts*, das *Selbst*, die *Leere/Stille* oder andere **Dissoziationen**, die der Autor als "SPIRI-PSYCHOSE" bezeichnet: das Ego identifiziert sich nur mit neuen Inhalten anstatt **echte Identitätsfreiheit** durch **Enttarnung des Egos als abstrakte Illusion** aller sich gegenseitig spiegelnden Ich-Anteile zu erreichen. Die These lautet daher: Das Tabu der Religionen war GOTT, aber das **Urtabu**, das die Erfindung Gottes ermöglichte, ist bis heute das Tabu der Psychiatrie: die Illusion des Ichs, auch EGO genannt – **der IDENTITÄTSWAHN!** Wer den Ansatz nachvollziehen möchte, 100% frei von esoterischem *Erleuchtungswahn*, den der Autor genauso wie die von ihm kritisierte anachronistische Ich-Psychologie ablehnt (in dem Punkt stimmt er sogar mit den egofanatischen Psychiatern überein!), wird hier unzeitgemäß visionär aufgeklärt, will heute doch jeder sein **Ich therapieren, ausbalancieren oder salonfähig coachen**, um das Selbstbewusstsein zu stärken und MEHR ERFOLG im Job und auf Partnersuche zu haben. Die bürgerliche Normalität ist *total psycho!* Der Autor gibt keine Entwarnung, erzählt nur von **ENTWAHNUNG**.

BRIEF DES HEILIGEN KINDES AN ALLE MÜTTER: "DIE APOKALYPSE DER OHNMACHT" (ODER: "GEFANGEN IN DER SADISTISCHEN SACKGASSE DER KRÄNKUNG")

Wenn ich in der ubahn sehe, wie überforderte mütter im stress ihre kinder total lieblos und verständnislos an der kurzen leine halten, versetze ich mich in die welt-sicht der kinder und denke mir meinen eigenen teil:

MUTTER, weiß du eigentlich, wie SCHUTZLOS ich dir AUSGELIEFERT bin? Du nutzt es SCHAMLOS aus, um deine SADISTISCHEN SPIELE mit mir zu treiben, dich an mir für irgendwelche schicksalsschläge zu RÄCHEN, an denen ich KEINERLEI SCHULD trage. Ich bin das UNSCHULDIGSTE wesen auf erden, ich bin nur ein KIND und stelle doch einfach nur fragen! Was soll ich denn anderes machen als kind, wenn nicht fragen an meine mutter zu stellen? Du bist doch die einzige, der ich vertrauen kann und die einzige, die mir garantiert ehrliche antworten gibt.

Mutter, oh mutter! Du hast die natürlichsten dinge für deine diktatur mißbraucht, all die banalen, normalen routinedinge für deine eigenen ängste zweckentfremdet, indem du sie an dein BEHAVIORISTISCHES BESTRAFUNGSSYSTEM gekoppelt hast! Aber bei all den wirklich wichtigen fragen hast du mich immer im stich gelassen! Ich wollte wissen, warum der himmel BLAU ist und wie TIEF es in die erde geht! Wie alt die welt ist und wie lange sie noch existiert! Warum die

natur es schafft, sich wie von geisterhand zu reproduzieren!
Warum pflanzen überhaupt wachsen und nicht ewig als
samenkorn im boden liegen bleiben! Warum es immer
wieder frühling wird! Warum eine zelle sich verändern kann!
Warum die sterne schon verglüht sind, obwohl wir ihr
flackerndes licht am himmel sehen! WARUM DAS ALLES
ÜBERHAUPT FUNKTIONIERT UND EXISTIERT!!! Warum
gibt es die welt, mutter!!!!!!!

Wenn wir uns nicht nur im **klinisch "geschützten raum"**
therapeutischer maßnahmen eingestehen, was wir wirklich
empfinden, sondern uns auch auf der straße mit wohlwollen
begegnen und daran denken, daß wir aus mindestens zwei
seiten bestehen wie eine medaille: dem kleinen gekränkten
kind und dem großen, erwachsenen weltbürger. Vielleicht
können wir uns dann etwas leichter VERZEIHEN, ohne
gleich auszuflippen und die welt zu zerstören! Ich würde
sehr gerne in einer welt leben, die respektvoll und
vorsichtig miteinander umgang pflegt, anstatt gleich
beleidigt zu sein und den alarmknopf zu drücken. Die
würde des menschen ist unantastbar, hat jemand gesagt.
Ist die würde der welt auch so unantastbar? Es lastet ein
seelischer druck auf der ganzen gesellschaft, ein
ZWANGSNEUROTISCHER ZIVILISATIONSDRUCK, der
die würde in eine bürde verdreht. Weil wir uns NICHT
wirklich geliebt & gesehen fühlen, sondern tagtäglich um
etwas liebe buhlen, um anerkennung und respekt. Das
mangelnde selbstbewusstsein der menschheit verhindert,
daß wir uns als eine familie empfinden, die in einem
biologisch abbaubaren raumschiff mit höchstgeschwin-
digkeit durch das weltall rast.

Auszug aus: 23.8.2013

sOMatoform 25: SEHNSUCHT & SELBSTSABOTAGE

Die gesamte zivilisation als versuch, unsere angst vor der kosmischen entgrenzung zu bändigen, indem wir symbole und rituale erfinden, die das entgrenzte nur darstellen, ohne sich ihm direkt ausgeliefert zu fühlen. Die kontrolle des kosmischen wird als subtiler zwang zur zivilisation geschichte machen.

Ich frage mich, ob es **punktgenaue sensible psychopharmaka** gibt, die einen weder dumpf noch dick machen, sondern nur haargenau diesen strudel in schach halten, mich von dieser **qual des überflüssigen metadenkens befreien könnten**. Ich habe KEINE reale frage, für die ich die metamethode benötige, denn ich suche weder gott noch sinn noch mich – ich kann diesen gedankentrichter NICHT MEHR gebrauchen! Er war mir ein werkzeug des geistes, solange die existenzfragen ungelöst waren und ja doch, ich war damals sehr dankbar dafür, daß mein geist so lange wie nötig durchhielt, um in eine schier unerwartete ebene aus absoluten antworten eingeweiht zu werden, die manch einer vielleicht erst im augenblick seines sterbens oder gar nie erreicht, aber danach hätte die metamethode des totfragens aufhören müssen! Stattdessen dreht sich die spule total ausgeleiert immer weiter und produziert nur leere fließbänder am laufenden fließband.

Auszug aus: 24.8.2013

**sOMatoform 26:
KREATIVER K(N)OPFDRUCK
& KULTURKRITIK**

Solange das wörtchen "**somatoform**" nur ein trendbegriff bleibt, der für fachkundige seriosität stehen soll, die mit statistischen analysen und psychosomatischen definitionen den gott im weißen kittel davor bewahrt, SEINE EIGENE UNSICHERHEIT zu verraten, solange wird auch der hilfesuchende patient nicht INDIVIDUELL ernst genommen. Aber jeder patient hat eine ANDERE lebensgeschichte, das IST banal und zugleich wissenschaftlich, denn hier beginnt der medizinische schwierigungsgrad, die richtige therapie und die richtigen medikamente zu finden, anstatt uns den stempel "somatoform" aufzudrücken und schlimmstenfalls sogar als **hypochondrianer** im regen stehen zu lassen.

Auszug aus: 28.8.2013

sOMatoform 28: 1.BASISÜBUNG FÜR INTEGRALE INWESENHEIT

ganzkörpermassagen, um das DIREKTE SPÜREN der eigenen körperlichkeit zu rehabilitieren und intensivieren, damit die psychotische selbstentfremdung nicht nur theoretisch sondern vorallem durch direkte selbsterfahrung geheilt werden kann! **Das therapeutische gespräch kann nur bestenfalls zu selbsterkenntnissen führen, aber die NEUEN selbsterfahrungen werden nicht von den krankenkassen gefördert, weil nur solche verfahren bezahlt werden, die auf der verbalen ebene hängenbleiben.** Das ist genau genommen ein skandal, der aber symptomatisch für unsere körperlose gesellschaft ist, in der der geist damit probleme hat, sich im körper zuhause zu fühlen. Als gesundheitsminister würde ich allen somatoformen grüblernaturen nicht nur rehasport sondern **massage & meditation** verschreiben, die die RÜCKHOLUNG DES GEISTES IN SEINEN TEMPEL verschnellern – **so ließen sich unmen-gen an steuergeldern für langzeittherapien & psychopharmaka einsparen! Täglich 1 stunde ganzkörper-massage mit druckpunktaktivierung**, die den verhärteten schmerz absichtlich verstärkt und dadurch traumatische erinnerungen aus der verdrängung zurückholt.

Auszug aus: 1.10.2013

sOMatoform 36: **SEINSFÄHIGKEIT ZWECKS** **ARBEITSFÄHIGKEIT & LIEBESFÄHIGKEIT**

Definition von "Psychose" als urschizophren-existenzielle Selbstentfremdung des Menschen von seiner eigentlichen GRUNDLOSEN INWESENHEIT hin zur Verlagerung seines Identitätsgefühls in eine veräußerlichte Objektstruktur, die sogar das Wort ICH nicht mehr als individualisierte, persönliche, ureigene, innerste Seinsfühlung empfindet, sondern ihm materialistisch-konkrete Attribute zudenkt, die das quasi mystische, nicht neurobiologisch reduzierbare Urwort der subjektiv-identitären Selbstbefindlichkeit in einen greifbaren Begriff aus hyperreflexiv-objektivierten Beobachtungen "seiner selbst" umwandelt. Durch diese Verwechslung des Inflationären mit dem Identitären entsteht die zivilisatorische OBJEKTKULTUR der "Deskription des Ontologischen" als strukturelle Alltagsästhetik sowohl biologisch notwendiger als auch abstrakt überflüssiger Konsumartikel wie z.B. symbolische Kunstwerke. Der wahre Luxus besteht aber in der objektfreien Selbsterfahrbarkeit der "Diskretion des Ontischen" im authentischen Subjekt der nicht mehr sich selbst objektivierungssüchtigen ichfreien ICH-FÜHLUNG als Kernfühlung auf Tuchfühlung mit dem in sich selbst wesenden kernfreien Wesenskern.

Der Fehler im religiösen System der Objektkultur: daß nämlich JEDES Objekt (sowohl theoretisch vergeistigte als auch biologisch pragmatische!) nur als konsumierbarer Ersatz für die mißlungene Ankunft in der ureigensten Anwesenheit dient, die eben keinem konsumierbaren Artikel aus materiellen und metaphysischen Attributen gleicht, sondern als Anwesenheit des Seienden in seiner innersten Identität mit sich selbst eine existenzielle INWESENHEIT der gesamten objektivierbaren Bewegung in ihrer eigenen Urruhe meint. Hier mündet die Suche nach einem finalen Selbst in der existenziellen Entdeckung der ontisch-kybernetischen Teilhabe am Universum als eigener Bestandteil desselbigen, weshalb die wahre Mitte des Ganzen in jedem Teil automatisch PASSIERT ANSTATT FABRIZIERT werden zu müssen.

Die Freudschen FÄHIGKEITEN ZU ARBEITEN & LIEBEN bedürfen als dritte Komponente für ein nicht zwanghaft hedonistisches, sondern taoistisch-tiefenentspannt sinnlich sinnerfülltes Leben der **Frommschen FÄHIGKEIT ZU SEIN** als mystisch-materielle "**SEINSFÄHIGKEIT**" durch transreal-überbewußten Nachvollzug des apriorischen Vorhandenseins als in sich ruhende Identisierung des Bewusstseins mit sich selbst als verkörperte Selbstbewusstheit des Universums in seinen sich individualistisch spiegelnden Details...

Auszug aus: 18.+19.8.2014

sOMatoform 86: (N)ICH(T)SEIN

Es gibt keinen widerspruch zwischen dem ich und dem ganzen, denn dabei handelt es sich nicht um dualistische gegensätze, sondern ergänzende aspekte derselben sache, dem sein als solches. Das ich ist ein konkreter bestandteil des ganzen, das ganze besteht aus der summe aller ichs, die in ihrer eigenen sache sprechen. **Das ich, das sich entfremdet und abgespalten vom ursprung empfindet, ist letztlich ein sprachsublimiertes meta-ich, das sich vergeistigt glaubt, weil wörter substanzlos sind und ihre tatsächliche biochemische basis nur indirekt bemerken.** Dadurch entsteht die **urschizophrene illusion**, daß es ein "absolutes" ich jenseits des materiellen geben müsse, während die materie in wahrheit ihre perinzendente selbstleere als aspekt ihres seins schon beinhaltet. Darum ermöglicht die **heimkehr ins tiefenorganische jetzt** die erleuchtete erkenntnis als permaekstatische erfahrung, daß ichsein und nichtsein identisch sind...

Auszug aus: 24.5.1997

SELBSTMORD SINNLOS

Es ist jedesmal mein Gefühl, einen Verbündeten zu verlieren; denn die, die sich umbringen, haben weitergedacht – leider nicht weit genug. Wie auch, wenn uns von klein auf verschwiegen wird, daß jeder Mensch ein heiliger Teil des Wunders LEBEN ist und kein Grund die Absage ans SEIN rechtfertigt. Warum? Weil das Sein selber GRUNDLOS existiert und sich jedes noch so unerträgliche Problem letztlich als vergänglich herausstellt. Außerdem: Tief in der "Seele" gibt es einen stillen, leeren, friedlichen Ort, an dem der Mensch zu sich kommt, um JA zu sagen. Weil er GEBOREN wurde. Und damit das Recht und die Möglichkeit erworben hat, alles, RESTLOS ALLES, in das Abenteuer der Anwesenheit einzubauen. Da gibt es keine Frage nach "Sinn" und sterben tun wir sowieso früh genug.

Wann endlich sitzen alle vorm Computerschirm und schieben Informationen hin und her anstatt durch die REALE REALITÄT zu tanzen?!

Aber unser Maßstab ist ein anderer: ein MYSTISCHER MAßSTAB, der aus einer banalen und dabei durchschlagenden Erfahrung resultiert: daß wir da sind. Das ist DAS GROßE DAS. Die Antwort.

Die Angst verschwindet. Für immer. Immer anwesend. Immer in dir. Angekommen. **GRUNDLOS GLÜCKLICH.**

Auszug aus: 16.+20.2.2010

CRASHKURS "SEELE" **(DAS STINKPARANORMALE POTENZIAL)**

Das Wort SEELE hat nie jemand erwähnt, denn da war keine Zeit, um die Dinge "*von innen*" zu betrachten. Alle tun so, als sei das das echte Leben: SEELENSURROGATIS ist ein Virus, den der Mensch als Begleiterscheinung seines Zivilisationsprozesses in einem Rutsch gleich mit erfunden hat. Keine Kultur ohne Verlust der Seele! Entweder Seele oder Kultur! Aber was ist die Seele? Wo fängt sie an und wo hört sie auf? Wie lange dauert sie? Ist sie frei? Ist sie groß? Und warum? Vielleicht gibt es die Seele ebenso wenig wie die **Archetypen von C.G. Jung**. **DIE SEELE. Das letzte Phantom menschlicher Psychologie... wieviele Modelle, wieviele Schulen, wieviele Sekten und Religionen!** Die Welt ist voller Sehnsucht nach Seele. Sogar Gott hätte gern eine Seele, wenn es ihn gäbe, um nicht als philosophische Formel vor sich hin zu vegetieren. Suchst Du nach Gott? Du suchst vergeblich. Genauso wie nach der Seele. Oder der Welt: **Auch die Welt gibt es nicht!** Das ist wohl neu für Dich? Denn Du glaubst, daß Du in der Welt wohnst. Aber in Wirklichkeit BIST DU "Welt". Die gesamte unendliche Materie, die der Physiker in eine Weltformel packen möchte, ist kein Abziehbild außerhalb Deiner selbst sondern bist DU SELBST. **Die Welt betrachtet sich durch Deine Augen selbst von innen.** Von ganz innen. Alles betrachtet alles. Alles ist innen. Es gibt keine Welt außerhalb dieser Welt.

Auszug aus: 4.2.2014

LEIDEN ODER LIEBEN

Wir geben der realität einen namen. Und dann glauben wir irgendwann nur noch den namen anstatt der realität selbst, obwohl die REALITÄT das ist, was namen ermöglicht. Die namen sind selbst realität als geschriebene und gesprochene wörter, sie stehen für nichts anderes als sich selbst, so wie ALLES sich selbst darstellt. Aber wir halten die wörter für etwas anderes, für symbole und stellvertreter anderer realitäten (oder einer sogenannten "*letzten*" realität) außerhalb der realität, von der sie sich abgrenzen wollen. Um ein ideologisch aufgeladenes wort wie "gott" oder "ego" davor zu schützen, nichts weiter als selbst nur ein WORT für die fünf sinne zu sein, wird behauptet, das wort sei ein SYMBOL für das eigentliche dahinter. Das eigentliche an sich bleibt per se reine glaubenssache, denn wenn es erfahrbar würde, wäre es nicht mehr das echte, sondern nur ausdruck der materiellen illusion. **Spätestens hier hat die URSCHIZOPHRENIE DER OBJEKTKULTUR angefangen, den klaren verstand zu vernebeln und das *symbolische* gegen das *direkte* leben auszutricksen, ja letztlich sogar kulturell auszutauschen!** Das EGO ist diese abstrakte stille, eingefroren "*jenseits*" vom gehirn, so wie GOTT dieser abstrakte stillstand, das ewige eis "*jenseits*" der permanenten bewegung sein soll. Beide, ego und gott, sind nur ausdruck der SEHNSUCHT des menschen, zur ruhe zu kommen, anstatt sich als heimatlos herumtreibend und herumirrend zu empfinden.

Auszug aus: 12.2.2014

SYMBOLISTISCHE SELBSTVERSKLAVUNG

Die beiden kardinalfehler der menschlichen zivilisation: 1. die verwechslung von SYMBOLISCHEM mit KONKRETEM leben; 2. die verwechslung von ÖKONOMISCHEN mit EXISTENZIELLEN fragen. Fehler 1 und 2 hängen direkt miteinander zusammen: je symbolischer gelebt wird desto pseudo-existenzieller die ersatzfunktion ökonomischer probleme zur **verdrängung** des antipräsentischen sinn(es)- & seinsverlustes! Und genauso auch umgekehrt: je ökonomischer gedacht wird (anstatt existenziell) desto pseudokonkreter verfestigen und verankern sich die symbolischen gesellschaftsstrukturen in den produktionswegen, bis die TECHNOLOGIEN DER SYMBOLE das direkt-organische leben manipulieren und kontrollieren und keinerlei kritische nische außerhalb der materialisierten symbole dulden! **Das endstadium dieser seinsvergessenen, sinn(es)fernen handhabung der wirklichkeit als subtil metaphysischer ersatz für direktes, konkret sinnerfülltes leben im absoluten jetzt ist die permanente vergewaltigung des humanen im systemischen **konsumzwang symbolischer produkte**, die zur legitimation von identität benötigt werden.** Ein leben außerhalb von symbolen bedeutet automatisch den totalen verlust von identitätsbeweisen, mithilfe derer die kulturelle grundversorgung überhaupt nurmehr möglich ist. Aufgrund der allmählich komplett digitalisierten *diktatur der symbole* geht der ökonomische faschismus der objektkultur nahtlos über in einen digitalen faschismus.

Auszug aus: 6.4.2015

OBJEKTFREIE ZONE

Wir leben in einer Welt aus dualistischen Objekten und haben darüber vergessen, uns einfach so *in unserer Haut* anwesend zu spüren, ohne daß sich ein zusätzliches Ich seiner selbst vergewissern braucht. Wir sind verseucht von dem Zwang, das *gedachte* Ich ständig auf seine Anwesenheit zu überprüfen und merken dabei gar nicht, wie abwesend wir sind. **Unsere Bewusstseinsaktivität besteht aus der Selbstvergewisserung des Ich-Gefühls. Aber das Ich ist nur ein Gedanke, eine reingeistige Vorstellung. Es ist der allergrößte Selbstbetrug, den die Menschheit erfand und über Jahrtausende pflegte. Die Zivilisationsgeschichte besteht aus der Pflege von unterschiedlichen Ich-Vorstellungen und den dazugehörigen Gottesbildern.** Das Ich lässt sich immer nur von außen definieren. Es ist ein Objekt wie der Stuhl, die Banane, die Galaxien und Gott. Manche behaupten, es sei das Gehirn, manche erklären den ganzen Körper zum Ich. Wiederum andere meinen, es sei letztlich identisch mit Gott. Aber was alle bei ihren Versuchen übersehen, ist die Tatsache, daß sie sich dieses Ich als ein Objekt vorstellen und dadurch immer außen bleiben. Sich selber *von innen* zu spüren, bedeutet das Denken an sich zu unterbrechen und in die Mitte des Bewusstseins zurückzukehren, wo niemand mehr wohnt, sondern nur Wahrnehmung passiert. **Hier wird alles für wahr genommen. Kein Ich fragt sich mehr, wer es sei.**

Auszug aus: 3.+4.3.2015

ICH HABE KEIN SPIRITUELLES PROBLEM!

In meiner Mitte wohnt nur dieses grenzenlose Loch, um das herum all die Facetten einer Persönlichkeit angesiedelt sind, die "ich" sagen können und damit zugleich "du" sagen, weil ALLES zum Du wird, wenn es kein absolutes Ich mehr im Zentrum der Wahrnehmung gibt. (...) Das Problem mit der Mitte entsteht erst dadurch, dass sie wie ein Objekt von einem Ich dingfest gemacht werden möchte, wodurch sie sich automatisch außerhalb dieses Ichs befindet, von dem sie so gerne vereinnahmt werden möchte. Erst wenn das Ich in seine eigene leere Mitte heimkehrt, erledigt sich das Problem von alleine, weil dann keine zwanghafte Person mehr existiert, die etwas außerhalb ihrer selbst sucht. (...) Kein abgehobener Geist, der ein gedankliches Korsett um den Körper schnürt sondern ein ichfreier Körper, der sich selber wahrnimmt und sprechen lernt. Hier beginnt das tatsächlich Nonduale ohne **abgespaltene Transzendenz**, die einen esoterischen Dualismus erzeugt, der lediglich pseudo-nondual verschleiert wird. (...) Echte Spiritualität ist ab jetzt diese fluchtlose Fähigkeit, ganz und gar anwesend zu sein. **Grundlos inwesend. Ganz da. Im ewigen Du. Immer jetzt.**

Auszug aus: 12.+13.3.2015

DAS MÄRCHEN VOM SELBSTMÖRDER UND DEM ZENMEISTER

der selbstmörder möchte nicht wahrhaben, daß seine eigenen zellen aus leere gemacht sind, er hält an dem glauben an sein eigenes ich fest, um das alles kreisen soll. für ihn ist das ich in der mitte seiner gedanken genauso selbstverständlich wie die leere für den zenmeister. daß dieses ich leer sein könnte, erscheint ihm so gruselig wie die leere des universums. der zenmeister hingegen empfindet es als das natürlichste auf der welt, daß einfach alles im innersten leer ist, sogar diese **traurigkeit** darüber; denn sie ist auch nur ein weiterer ich-gedanke neben den vielen anderen. (...) der selbstmörder betrachtet die leere grundsätzlich von außen, der zenmeister von innen. (...) auf einmal tauchen nun beide ganz ein in das gefühl des anderen. der zenmeister kann wieder traurig sein über die vergänglichkeit aller dinge, und **der selbstmörder hat keinen grund mehr, sich umzubringen**, weil er die bedingungslose **leere seines eigenen ichs** radikal spürt.

Auszug aus: 30.3.2015

DIE SPIRI-PSYCHOSE

Hältst Du Dich für erleuchtet oder erwacht? Dann steckst Du mitten in der klassischen Spiri-Psychose oder wie die alten Zen-Meister sagten: *Du stinkst nach Zen!* (...) Die Erkenntnis, dass es den Schlafzustand nicht gibt, weil alles im Grunde hellwach ist, geschieht, sobald etwas anderes vor sich geht: die Heimkehr in das innerste Zentrum des eigenen Körpers, wo diese sprachlose Leere tatsächlich wohnt, die man vor langer Zeit in einer mystischen Erfahrung gespürt hatte. Als diese Erfahrung geschah, warst Du schon so lange daran gewöhnt, jede Gemütsregung als reingeistiges Objekt außerhalb Deines Körpers durch Dein abgespaltenes Ich zu betrachten, daß Du nicht fähig warst, diese unendliche Leere als Dein eigenes Zentrum zu begreifen. Der Geist spielte den Streich, sich nicht selbst zu entleeren sondern die Leere nur zu betrachten, sie meditativ zu erfassen. Er füllte sich quasi mit Leere an und behauptete fortan, leer zu sein, obwohl er **randvoll mit gedachter Leere** war.

Auszug aus: 15.5.2016

DEPRESSION: DISIDENTIFIKATION **STATT DISSOZIATION**

Therapietrips sind Egotrips, weil sowohl neurobiologische als auch spirituelle Psychologien dem Dogma der DUALIS-TISCHEN DISSOZIATION huldigen anstatt die **Überwindung der urschizophrenen Objektkultur durch totale Disidentifikation** von allen Objekten anzustreben. Der Dualismus glaubt an ein sakrales Objekt im Zentrum des Geschehens, um das unser gesamtes Universum kreist. Je nach klinischer oder spiritueller Schule heißt dieses Zentrum Ich, Seele, Gott, Leere oder Nichts und ist prinzipiell transzendent. **Psychische Probleme erfahren nur eine hypnotische Symptombehandlung anstatt die Illusion des Egos als eigentlichen Problemverursacher zu enttarnen** und in der *"randlosen Mitte"* anzukommen. Diese Mitte ist eben kein Objekt mehr sondern ein **perinzentender Bewusstseinszustand der entprojizierten, offenen Gegenwärtigkeit** – ankommen heißt, nur noch *"grundlos inwesend"* zu sein.

Auszug aus: 30.9.2017

BLOCKIERTER BODY

Die **klassische Psychiatrie** STABILISIERE nur das ICH anstatt es als *gedankliche/sprachliche Illusion* zu zerplatzen, weil **Traumata** die Body-ZENTrierung im leeren, ichlosen SEINSGEFÜHL blockieren! Mystische, transpersonale Erleuchtungserfahrungen können direkt in eine Psychose münden, wenn der Mensch nur sein **dissoziiertes Ich** als Wahrnehmungsorgan benutzt anstatt in einem freien Körpergefühl tiefenentspannt sinnlich verankert zu sein. **Daher plädiere ich für meditative Ganzkörpermassagen statt Gesprächstherapie als Psychotherapie.** Der Wegfall des Ichs an sich bedarf eines **BEFREITEN (=enttraumatisierten) KÖRPERGEFÜHLS**, damit *das ichlose Denken nicht haltlos im virtuellen Nichts schwebt*, sondern an die reale Wirklichkeit des eigenen Körpers als EMOTIONALE/EKSTATISCHE EXISTENZGRUNDLAGE zurückgekoppelt werden kann: Wenn die körperlichen Prozesse GEDACHT werden (also Gefühle, Empfindungen, Sinneseindrücke, organische Aktivität) anstatt nur abstrakte Gedanken, die den Körper ignorieren, tabuisieren und sabotieren, dann ist der Mensch ohne Ich-Illusion in sich angekommen und empfindet seine **absolute Identität nur noch in dem, was real passiert anstatt in einem metaphysischen Ich-Gedanken!**

Auszug aus: 2017

KONTROLLE DER ICH-ILLUSION **ALS URPSYCHOSE**

Während die herkömmliche (kassenärztlich zugelassene) Gesprächstherapie gänzlich verschweigt, daß DAS ICH eine Illusion ist und darum bemüht ist, diese Illusion irgendwie zu stabilisieren, damit der Mensch wieder alltagstauglich und dadurch arbeitsfähig wird, übertreibt und überhöht die Psychosynthese die Idee einer ichfreien Mitte, um die Stabilität letztlich einfach nur anders herzustellen: in einem angeblich "*transpersonalen*" Zentrum, das je nach Ausrichtung auch religiös interpretiert werden kann. **Beide Hauptrichtungen, Analyse genauso wie Synthese, verwehren dem Patient die viel größere Chance, sein Ich zu DURCHSCHAUEN und gänzlich aufzulösen und in dem tieferen, tiefenorganischen, sinnlichen SEINSGEFÜHL anzukommen, das kein Ich und kein Denken benötigt, um stark und stabil zu sein!** Dieser weitere Skandal ist die katastrophale Folge des ersten Skandals der Tabuisierung des illusionären Charakters des Ichs und führt dazu, daß unsere Gesellschaft vom Ansatz her bereits **krank und kaputt** bleiben wird, weil sie nur ichgläubige "*Surrogates*" schafft (Roboterkörper mit virtuellem Bewusstseinskern), die sich gegenseitig kontrollieren, indem sie je nach Ideologie einen beliebigen Ichanteil für ihre Sache bevorzugen und gegen andere Ichanteile ausspielen.

Ich plädiere daher für eine progressive Diskussion in der Psychiatrie über die Möglichkeiten, Psychosen und Depressionen nicht durch Stabilisierung der Ichillusion in den Griff zu bekommen, sondern durch alternative Methoden der Rückkehr in ein enttraumatisiertes Körpergefühl, das sich jenseits des Denkens als geradezu mystisches SEINSGEFÜHL definieren lässt, ohne überhaupt irgendeiner Ideologie anzugehören. Denn der Mensch, der seine Existenz ohne Ichbrille von innen fühlt, ist nicht nur ichbefreit sondern dadurch auch ideologiebefreit und damit wesentlich offener, mitfühlender, erfahrungsbereiter und experimentierfreudiger als jeder noch so humanistisch programmierte Ichanteil, der als *"wahre Mitte"* verabsolutiert wird. **Ein ichbefreiter Mensch HAT keine Psychosen, denn nur einzelne Ichanteile können psychotisch oder depressiv sein.** Psychosen sind dann nicht mehr lebensbedrohliche, unkontrollierbare Monster, die durch Medikamente betäubt werden müssen, sondern es sind lediglich unbequeme Ich Tendenzen, mit denen sich der Mensch nicht mehr identifiziert! Die totale Disidentifikation des Bewusstseins von seinen eigenen Inhalten ist eine gesundheitsfördernde Nebenwirkung der Ankunft im ichbefreiten Körpergefühl. **Eine zeitgemäße Psychologie muss sich fragen, mit welchen Methoden ein solches enttraumatisiertes, tiefenentspanntes Körpergefühl erreicht werden kann, anstatt ständig nur die Balance zwischen kranken und gesunden Ichanteilen herstellen zu wollen.**

Auszug aus: 16.11.2017

STR...OM SPÜREN
STATT GOTTES GEFÄNGNIS
"ICH" BRAUCHE NICHT "IM" KÖRPER
"ANZUKOMMEN": DAS GANZE LEBEN IST
DER DAHINSTRÖMENDE KÖRPER!

Der Körper ist *"da"* und mit ihm dieses Ich, das sich als körperlich anwesend entdeckt und versucht, das Beste daraus zu machen. Verschont wird keiner. Jede **Schonhaltung** erweist sich als relativ günstig UND ungünstig zugleich in bezug auf verschiedene Kontexte, so daß *"Gesundheit"* (eine aus Sehnsucht nach festgefrorener Ewigkeit geborene idealistische Hohlformel wie *"Gott"*!) letztlich auch nur als ein gnadenlos-grundloses Akzeptieren **permanenter Positionswechsel** erfahrbar wird. Wer Schmerzen kennt, weiß wie es sich anfühlt, zum Leben trotz aller Quälerei JA zu sagen. Warum sagt man JA: WEIL MAN *"IST"*. Und WER sagt *"ja"*? Niemand. Der denkende Körper sagt selber JA. Niemand wohnt *"in"* dem Körper. Da ist keine Seele, kein Selbst und kein Ich irgendwo tief da drinnen, als wäre der Körper nur ein Kostüm, das ein Rätsel versteckt. Da ist Körper und DER schmerzt. Aber das Ja kommt nicht von woanders, sondern weil keiner den Schmerz von außen beobachtet und denkt: *"ist der Schmerz gut oder schlecht für mich?"* Dieses MICH hat sich irgendwann als eine **grammatikalische Illusion** entpuppt – unter dem Kostüm aus Haut und Knochen zeigte sich

NICHTS, eine gähnende Leere, das Bewusstsein schaut quasi durch sich selbst hindurch und es macht "plopp" und **der ichhafte Zeuge des Ganzen verpufft in der hohlen Materie. Das nenne "ich" auch schon lange Lochismus.** Die Verwendung des Wortes ICH bekommt eine andere, neue Qualität: nicht mehr als eine Zentrale, die alles kontrolliert, sondern als das, was die Sinne empfangen. Ich bin geprägt von den Büchern, die ich in meiner Jugend empfohlen bekam: "ICH UND DU" von Martin Buber und "HABEN ODER SEIN" von Erich Fromm. Aus der Fusion beider Werke entstand dieses **Gefühl, daß beim Du-Sagen das Ich automatisch erzeugt wird** und sich mit jedem Du wie eine Strömung in ein neues Ich verwandelt.

Die **Psychosynthese** war nur ein Schritt im Prozess dieses Menschen, der seine Schmerzen zunächst gar nicht spürte, weil er ein supertolles Ich HATTE, das diese Schmerzen verdrängte, indem es sich ANDERE Gedanken machte als die, die das Jetzt selbst generiert. Nach zahlreichen Schmerzepisoden mit ebenso vielen Therapiemethoden passierte* am Ende einer **Depression** endlich das "Plopp!" und die Extragedanken waren dank der **Disidentifikation** verschwunden und der Schmerz wurde gespürt. Aber auch ALLE ANDEREN Sinnesempfindungen waren in das Bewusstsein zurückgekehrt.

* dank Fluoxetin & Risperidon!

In der **Psychosynthese** lernte mein Bewusstsein, sich wie ein Spiegelkabinett zu sezieren: die hyperreflektierende Wahrnehmung aller Ichanteile, die sich als unterschiedliche Bedürfnisse der konditionierten Person herauskristallisierten. Mein Alltag gleicht einem **"psychosynthetischen Automatismus"**, weil KEIN Zeuge im Zentrum irgendwas sehen will, sondern der Mensch insgesamt viele sich **"widersprechende"** Sinneseindrücke gleichzeitig empfindet, verarbeitet und auslebt und nicht als widersprüchlich empfindet sondern als wertfrei ergänzend.

Diese von Grund auf falsche Hoffnung auf etwas Allmächtiges, Übermenschliches, Übernatürliches, Übersinnliches ist überflüssig, wenn die reale Strömung des Lebens empfunden wird. Dann braucht niemand mehr *"im Körper anzukommen"*: das Universum erwacht zu seinem Selbstbewusstsein in Form eines Menschen, der ALLES **"WAHR"**-NIMMT. Die Auflösung der Ich-Falle kann therapeutisch zwar dadurch eingeleitet werden, daß sich das Ich so lange narzißtisch bespiegelt, bis es all seine **Charakterpanzer** durchleuchtet hat, aber die Auflösung geschieht nicht als *"therapeutischer Effekt"*, sondern erst wenn die ichhafte Identität gelangweilt von sich selbst kein Gesicht mehr im Spiegel erkennt sondern hindurchschaut und das SCHAUEN an sich als Qualität entdeckt. Das Bewusstsein hat sich dann selber entdeckt, ohne an einen Inhalt gekoppelt zu sein, ohne also einen Namen (wie z.B. Materie, Körper, Geist, Gott) für DAS UNENDLICHE GANZE zu benötigen.

Auszug aus: 1.6.2020

MENSCH IN DER MITTE OHNE MITTE **(PSYCHOSYNTHESE FÜR** **"HINFORT"-GESCHRITTENE)**

Psychosynthetisch gesprochen ist es nur ein Ich-Anteil, der als "*spiritueller Sucher*" auftaucht, aber das Irreführende an ihm ist, dass er GLAUBT, er sei SELBER die "*leere Mitte*". Ich habe zwar früher bereits gewusst, dass der Sucher eine **zwangsneurotische Überkompensation** zur Traumatisierung darstellt, kannte aber das Trauma nicht und dachte, ein solches finden zu müssen, damit sich das "*ganze Ich*" entspannen darf. Darüber hinaus hoffte ich, in einer "*leeren Mitte*" anzukommen, indem ich mich von diesen suchenden Ich-Anteil disidentifiziere. Erst später widerfuhr mir das Verpuffen des Egos, das all das tut, sogar das Loslassen und Ankommen in der Leere. **Erst dadurch wurde mir klar, dass Therapie und Retreats niemals vom Ego befreien können, weil dieses Ego durch solche Maßnahmen nur weiter zur Selbstaktivität aufgefordert wird.** Deshalb empfinde ich Nullyoga-Statements korrekt, dass jede Methode lediglich zu noch mehr Leistungsdruck des Egos führt, sich selbst loslassen zu wollen – anstatt **los-*"gelassen"* zu SEIN.** **Ich wollte anfangs auch Therapeut werden, aber jetzt scheint mir die Paradoxie therapeutischer Effekte zu dominant, weil sie letztlich nur das Ego immer wieder stabilisieren.**

Könnte es sein, dass **KÖRPERBEZOGENE Techniken viel besser vom Ego befreien** können als das Denken, Reden, Visualisieren, damit der Kopf **AUFHÖRT** zu rattern und eine *"mystische" Seinsfühlung* zunehmen kann?

Dieser wahrnehmende Mensch, der sich jetzt *"ich"* nennt, nutzt seine **Egolosigkeit als Technik**, um sich bestimmten Ich-Anteilen entweder willentlich hinzuwenden (wenn sie konstruktive Lösungen anstreben) oder sie nicht aufzublasen, wenn ihre traumatischen Themen stressen. Auch jener Anteil mit seiner **paranoiden** Frage *"Wer bin ich?"*, entgleist nicht mehr zur **psychotischen Dissoziation**, sondern wird als eine konditionierte Stimme erkannt, die redet und redet, ohne zu kapieren, dass der Spiegel, in den sie hineinredet, leer ist, ohne Hintergrund, ein Loch!

Hätte ich noch mein **manisch-panisches Ego**, wäre der Mensch davon überfordert: es würde mich auffressen oder in den Selbstmord treiben. Das Leben OHNE MITTE ist eine Erlösung vom Ego, OHNE biografische Traumata lös(ch)en zu müssen, um sich die Befreiung zu verdienen! **Wäre ich Psychiatrie-Professor geworden, der von Kritikern *"spiritueller Suche"* ernst genommen würde, hätte ich mein Lebenswerk darauf ausgerichtet, eine Reform in der *klinischen Sicht auf Ursachen geistiger Störungen* anzustreben (auf die Formel gebracht: **nicht das Trauma muss weg, sondern das EGO, das ein Trauma HAT**), aber da ich nur zu der gebrandmarkten Gruppe *"ehemaliger Patienten"* zähle, begnüge ich mich damit, Artikel wie diesen zu verfassen...**

Auszug aus: 6.-10.6.2020

DER SUBTILE SKANDAL

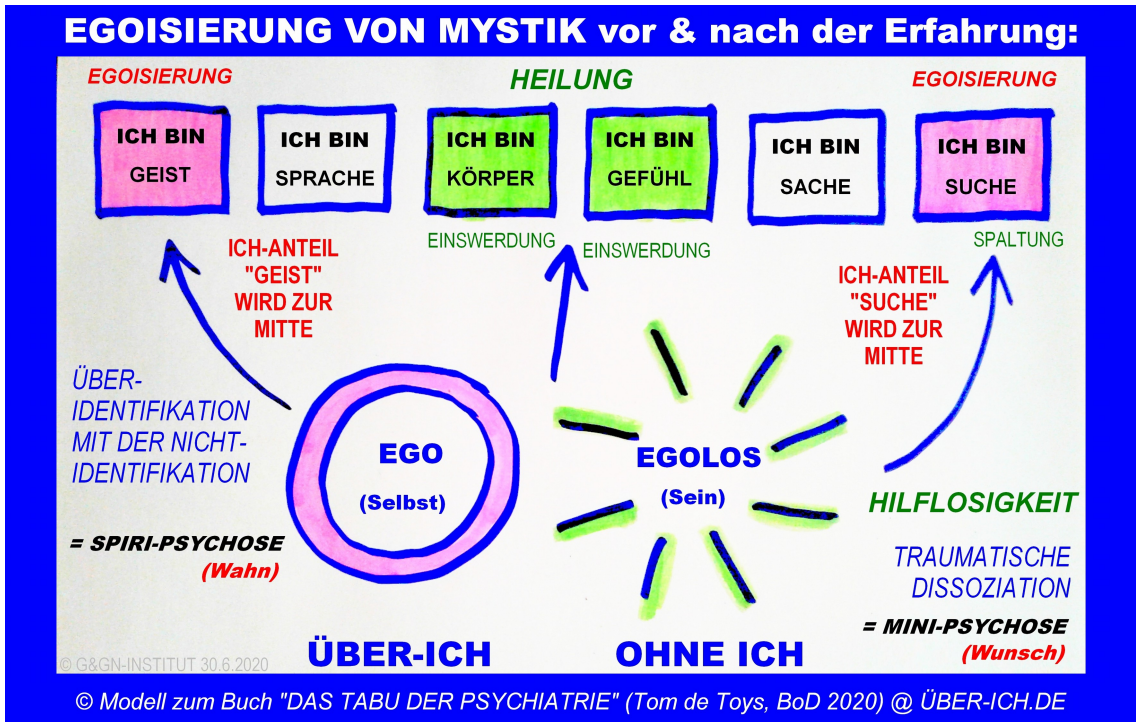
Das allerletzte, größte und eigentlich einzige echte Tabu der Psychiatrie ist das EGO höchstselbst, dem die konservativen klinischen Psychiater in jeder kassenärztlichen Therapieform wie einem transzendentalen Gott huldigen. Bis vor kurzem war das Tabu der Religionen GOTT. Wenn sich Atheisten wundern, wie die Menschheit einem metaphysischen Phantom verfallen konnte, so vergessen sie das **URTABU**, aus dem heraus die Erfindung eines Gottes möglich war: das EGO. In einigen Jahren wird sich eine *egobefreite Menschheit* fragen, wieso wir eine **psychische Meta-Instanz** benötigten, um mit dem Leben klar zu kommen. Für unsere Nachfahren wird erkennbar sein, daß wir einem ähnlichen Wahn wie dem *Gotteswahn* verfallen waren: dem IDENTITÄTSWAHN. Indem wir uns einbildeten, ein persönliches Ich im angeblichen Zentrum unseres Bewusstseins zu besitzen, gaben wir dieser **inneren Kommandozentrale** die alleinige Befugnis, an alles mögliche (und unmögliche) zu glauben, was für den **Machterhalt dieses Ichs** brauchbar schien. Wir waren wie Surrogates, deren User ein WORT für den *blinden Fleck in der Wahrnehmung* war (Alan Watts) – und wurden dadurch zu Wortgläubigen! **Insofern dient das psychiatrische Dogma des Egos als Psycho-Realität auch zur Machterhaltung aller systemischen Wortschöpfer**, die das kollektive Bewusstsein infiltrieren.

Gott spielt im Ego-System aus heiligen Begriffen und Bildern **aus psychiatrischer Sicht** eine bedeutsame Rolle. Wenn alle anderen Illusionen in einer **Depression** zusammenbrechen, bleibt ER für das EGO der letzte Rettungsanker. Zwei Illusionen füttern sich gegenseitig, so daß es niemandem auffällt, daß der Mensch KEINE benötigt!

Das Ego führt Glaubenskriege, aber die, die dagegen rebellieren, sind genauso **egoverseuchte Esoteriker**, die von Erleuchtung sprechen. An diesem Punkt wird deutlich, wie deckungsgleich die Dogmen der Spiritualität und der Psychiatrie sind, weil beide Disziplinen auf dem Irrtum basieren, es gäbe ein Ego, das entweder meditativ aufgelöst oder andersrum notfalls medikamentös in Balance gebracht werden müsse! **Ausgerechnet die Psychiatrie, die spirituelle Erfahrungen als psychotisch abstempelt, glaubt selber an ein esoterisches Hirngespinnst, dessen Wahnhaftigkeit ebenso wie der Erleuchtungswahn der Mystiker jedem als eine psychische Realität anerzogen wird: das EGO.** Wer die Realität des Egos infrage stellt, rüttelt an den ältesten psychophilosophischen Säulen, auf denen unsere Kultur aufgebaut wurde.

Meine Kritik richtet sich an Spiritualität **und** Psychiatrie: **egal, ob Du Dein Ego töten oder therapieren willst, Du bist ein Ego-Gläubiger**, der sich mit einer Erfindung beschäftigt, die ihn davon abhält, **DAS ECHTE LEBEN ZU SPÜREN!** Dieses Abkoppeln des Existenzgefühls in (über-)ichhafte Objektkultur durch **Einbildung einer Ego-Zentrale**, nenne ich **Urschizophrenie**. Das EGO erzeugt Seinsvergessenheit. **Das Ego IST das tiefste Trauma.**

NICHT IM BUCH ENTHALTENES MODELL



Diese Leseprobe wird immer wieder ergänzt, falls mir neue Modelle oder andere Erläuterungen der Fragen einfallen, die das Buch aufwirft. Für kritisch-konstruktives Feedback bin ich offen und dankbar!

"See, life is spontaneous. It happens—in the words of the Taoists zìrán 自然, which means 'of itself so'—that's the Chinese expression for nature, what happens by itself. What isn't pushed, but it just pops up, you see?" ALAN WATTS

自然

Tom Holzapfel

Mit Gastbeiträgen von Harald 'Sack' Ziegler, RoN Schmidt, Tanja 'Lulu' Play Nerd, Oskar Kabel, Pier Zellin, Der Digitalpoet und Christian Holzapfel

8,80 EUR
BoD 2020

SENIORENZEN

Integrative Empathie durch
ZEITLUPENBEWUSSTSEIN



demenzyoga.de

Einführung in das psychosoziale Konzept der "Integrativen Empathie" aus den drei Basiskompetenzen OFFENHEIT, GEDULD und NEUGIER. Das Buch thematisiert das sogenannte *Zeitlupenbewusstsein*, das unserer hektischen, panischen, gestressten Gesellschaft noch fehlt.



9 783750 441880

MIT GASTBEITRÄGEN VON: Tanja 'Lulu' Play Nerd,
Oskar Kabel, Der Digitalpoet und
Liga der Leeren



Tom de Toys, Lord Lässig, Dr. Egon Denkmal, Samuel Lépo, Arwin Ängstirn, Bruno Brachland, Freiherr von Freifahren, Tomithy Holeapple, Siegfried Sühnd, Sebastian Nutzlos, Herold Himmelfahrt

POETOLOGIE.de



9 783751 952668

"Manche Stellen erinnern mich an Hans Arp, andere an Ernst Meister. Und durch alle Gedichte weht der Wind des Lochismus, der mir mit Zen und Taoismus verwandt zu sein scheint. De Toys hat seinen ganz eigenen und eigenwilligen Stil, sein Ton trifft direkt in die Seele, ohne die Umwege einer blumigen Bildersprache zu bemühen. Seine Poesie ist psychologisch und transpersonal."

Pier Zellin, in: Versuch einer Rezension der Neuropoesie

METAPOETOLOGIE DER NEUROPOESIE – Poetologie der Direkten Dichtung:
Sekundärliteratur, Gedichtbeispiele, Essays, Interviews und Rezensionen

POETROPIE / ORIGINALAUSGABE 2020 © G&GN-INSTITUT
Herstellung und Verlag: BoD – Books on Demand, Norderstedt
ISBN 9783751952668

POETROPIE™

POETROPIE



METAPOETOLOGIE DER NEUROPOESIE

inkl. Corona spezial: KLIMA, KOSMOLOGIE & KULTURPOLITIK