

Horst/Peter Pakert **Selbsterstörungskräfte habe ich**

**in Selbstheilungskräfte verwandelt** 1996/2007/24

Mit fehlendem Wissen, wie bei mir, wie bei fast allen Menschen, zu sich selbst, in seiner Gesamtheit, hatten auch andere Menschen bisher keine Chance, nicht im Bewusstsein und auch nicht im Körper oder am Körper krank zu werden.

Das diese verheerende Krankheit, die gesamte Menschheit betrifft, ist mir mit Sicherheit kein Trost.

Bisher wollten nur wenige Not leidende Menschen für sich einige richtige Informationen haben.

**Richtige Informationen zu sich selbst muss es für alle Menschen geben.**

**Richtige Informationen für alle Menschen aufzubereiten ist heute möglich.**

Nichts ist selbstverständlich, so weiß ich es inzwischen, deshalb bin ich auch froh darüber, ausführlich über mich und meinen Lebens-, Leidens- und Genesungsweg berichten zu dürfen.

Mit 39 Jahren gab es für mich nur noch die Entscheidung entweder leben oder sterben. Ich wollte leben ohne Alkohol, Drogen, Spielen-Zocken usw. (Polytoxikomanie = Mehrfachabhängigkeit).

Im Verein für Sozialmedizin e.V. und im Institut für Naturheilkunde mit der privaten Suchtberatungsstelle in Hannover fand ich 1989 Menschen, die mir halfen, die mir den Weg zeigten, damit ich weiterleben kann.

Als Schwerstgeschädigter lernte ich mit kleinen Schritten fast ohne Über- und Untertreibungen seelisch gesund und erwachsen zu werden.

In meinem Leben habe ich noch nie eine ordentlichere Richtung gehabt, sagte ich in der Selbsthilfegruppe.

Unser Gruppenleiter Peter sagt, das stimmt nicht, und er hat Recht.

Denn mein bisher gehendes Leben war eine einzige Suchtkrankenkariere, die ich ausschweifend und exzessiv betrieben habe.

Wo ich mit Sicherheit im Nachhinein sagen kann, das habe ich ordentlich gemacht.

In dieser Suchtkrankenkariere habe nichts ausgelassen und nichts versäumt.

Kaum jemand hat das ausdauernder, ordentlicher gemacht als ich nach dem Motto: das, was man macht, sollte man zu 100 Prozent machen oder es lassen.

Dieser Weg ist mir bekannt, etwas zu 100 Prozent machen.

Deshalb fällt mir mein neuer Weg, den ich auch zu 100 Prozent gehe, nicht so schwer. Mein Suchtkrankenweg in meinem Übertreibungs- und Weglaufen, in meiner unrühmlichen Vergangenheit, war viel schlimmer.

Da musste ich mehr aushalten und ertragen lernen.

Ich sagte auch, dass ich Glück gehabt habe, dass mein Körper das ausgehalten hat.

**Das Menschen Glück gehabt haben, die nicht suchtkrank geworden sind und viele das Unglück gehabt haben, suchtkrank geworden zu sein.**

**Glück, Unglück und Zufall, das sind falsche Erklärungen!**

**Da bin ich in der Zeit von Bill und Bob, bei den 1935 gegründeten Anonymen Alkoholikern (AA). Denn man muss sich bloß die Mühe machen logisch zu denken, dann es ist auch zu erklären.**

Das ist der Unterschied von den Anonymen Alkoholikern und den einzigartigen, neuartigen Überlegungen, aus denen Programme entstanden sind, die dem neu gegründeten Verein für Selbsthilfe zur Weltfreiheit e.V. von Peter Pakert zur Verfügung gestellt wurden. Der Verein ist gemeinnützig.

Peter hat in 30jähriger Forschungsarbeit 18.000 Menschen (Stand 2007), die ähnlich wie ich suchtkrank, übertreibungskrank, zerstörerisch und orientierungslos mit sich und ihrer Umwelt umgegangen sind, durch sein neuartiges Programm ihnen ihre Menschenwürde und ihren Frieden ermöglicht.

Lieber Leser, lasst uns zumindest jetzt schon gemeinsam diese neuen Wege gehen.

Wir müssen lernen mit Krankheiten und Belastungen richtig zu leben, richtig damit umzugehen, wenn wir das Ziel zum Überleben haben und zufrieden werden wollen.

"Wenn ich das Eine will, ich das Andere muss."

Das Verstehen, sich und andere zu verstehen, ist schon fast die richtige Therapie.

Lasst uns nicht faul zurücklehnen und sagen: "Andere werden es schon machen".

Sondern sich ernst nehmen, anstrengen, denn die Zufriedenheit können wir uns erarbeiten. Das kann jeder leisten.

**"Suchtkrank zu sein ist nicht schlimm."**

Wer suchtkrank ist trägt keine Schuld daran, weil Anlagen dazu in uns vorhanden sind.

**"Schändlich ist es nur nichts Richtiges dagegen zu tun!"**

## **Wer ist in unserem Sinne ein Suchtkranker?**

Wer das zwanghafte Wiederholen über einen kürzeren oder längeren, menscheneigenen Zeitraum über- oder untertrieben hat und davon krank geworden ist, ist "**suchtkrank**".

Das entscheidet derjenige selbst und jemand, der sich wirklich damit auskennt.

Fast alle Merkmale einer Suchtkrankheit müssen vorhanden sein.

Somit kontrolliert das Suchtmittel ihn und nicht er das Suchtmittel, obwohl er sich lange Zeit einredet, er könne es.

In Wirklichkeit konnte er sich schon lange nicht mehr richtig selbst verwirklichen, aufgrund der vielen Verständigungsschwierigkeiten, die er mit sich, mit anderen und dem Suchtmittel hatte. Er weiß es in Wirklichkeit zuerst selbst, will es sich aber nicht eingestehen, denn das hätte ja Konsequenzen.

Wird er darauf angesprochen, streitet er es entschieden ab:

"Ich doch nicht, jeder andere, denn ich kann damit umgehen".

Wer also das Erfüllen seiner Grundbedürfnisse, ob körperlich oder seelisch, in einem ungesunden Maß über- oder untertreibt, wird mit Sicherheit davon krank und ist zuerst als Suchtkranker zu bezeichnen.

Krankheiten durch Ungerechtigkeiten waren bisher die Folgeerscheinungen.

**Die Ursachen jeder Suchtkrankheit sind:**

**Einen Fehlbedarf an**

- 1.) seelisch-geistigen oder**
- 2.) körperlichen Grundbedürfnissen zu haben.**

Wer diesen Fehlbedarf hat, bei demjenigen führt es unweigerlich zu:

**I.)** Verständigungsschwierigkeiten, mit sich, mit anderen oder beides, so wie irgendwelche Sachen.

**II.)** Ein innerer großer Druck entsteht, der nicht auszuhalten ist.

**Folge: III.)** Es müssen Ersatzhandlungen zur Erleichterung gemacht werden.

**IV.)** Später kommt ein stoffgebundenes oder nichtstoffgebundenes Suchtmittel hinzu, mit dem es übertrieben wird. Und dazu erhält der Benutzer einen Eigennamen als Krankheit, denn es wird damit übertrieben, und das richtige Maß geht verloren.

So ist auch jede Untertreibung eine Übertreibung, denn viel zu viel, zu wenig ist eine starke Übertreibung, weil viel zu wenig. Alles kann Suchtmittel sein.

Mit allem können wir es über- oder untertreiben und davon krank werden.

**Welche Vorraussetzungen müssen noch erfüllt sein, damit jemand die Chance hat suchtkrank zu werden?**

V.) Die Neigung zu dem jeweiligen Suchtmittel als Erbanlagen muss noch vorhanden sein.

"Die Neigungen der Seele."

"Die Erbanlagen des Körpers."

VI.) Das Suchtmittel selbst muss über kürzere oder längere Zeit konsumiert werden.

Wenn diese Voraussetzungen nicht gegeben sind, wird eine Suchtkrankheit nicht möglich werden.

Lieber Leser, entscheiden Sie selbst, ob bei einer vorliegenden Suchtkrankheit, nach Ihrem jetzigen Wissensstand, ein Eigenverschulden vorliegt.

Horst/Peter Pakert

**Die Einstiegsdrogen,**

1995/2007/24

**die Neigungsverstärker, sind Dämpfungsmittel!**

Es wird sehr viel über Einstiegsdrogen gesprochen und geschrieben, leider ohne den richtigen Sinn, dass richtige Verständnis und ohne richtige Erklärungen, habe ich den Eindruck.

Habe ich nicht die richtige Erklärung für mich, verstehe ich etwas nicht richtig, macht es mir Angst. Ersatzdenken und Handeln ist bei mir die Folge.

Unzufriedenheit, Unsicherheit lässt mich ein wenig leiden, manchmal ohne dass ich für mich dieses Leid als solches einordnen oder verspüren würde, lediglich die Unzufriedenheit oder Unlust macht sich bei mir breit, füllt mich aus.

Durch richtiges Erkennen und Verstehen löst sich meine Unzufriedenheit auf oder sie wird weniger. (Eine erkannte Gefahr ist nur eine halbe Gefahr.)

**Einstiegsdroge und Neigungsverstärker**

kann alles sein, was ich benutze, mit dem ich umgehe, mit dem ich über einen gewissen, für mich ungesunden Zeitraum umgehe.

Neigungsverstärker sind aber auch Dämpfungsmittel. Sie dämpfen und verdrängen Gefühle, die bei uns überwiegen, die wir nicht haben wollen.

Bei nachlassen der Drogenwirkung können diese Gefühle stärker als vorher zum Vorschein.

*(Jeder Suchtkranke macht viele Versuche und Experimente mit sich selbst und dem Suchtmittel.*

*Jede Art von Suchtkrankheit ist ein Teufelskreislauf, bestehend aus:*

*Vorstellung, Verwirklichung,*

*Suchtmittel,*

*Lügen, Scheinwelt*

*und neue Vorstellungen.)*

**Wenn ich dazu neige**, Alkohol als Hilfsmittel einzusetzen, weil ich die positive Erfahrung gemacht habe; Alkohol nimmt mir die Angst und ich es mit dem Alkohol übertreibe, mein persönliches gesundes Maß regelmäßiges überschreite, werde ich vom Alkohol krank.

**Wenn ich dazu neige**, es mir sympathisch ist, gut und **viel zu essen**, ich meinen persönlichen Bedarf an Nahrung über einen längeren Zeitraum weit übertreibe, hat es für mich ungesunde, nicht zufrieden machende Konsequenzen.

Mein persönliches Normalgewicht wird weit überschritten.

Körperliche und seelisch-geistige Schädigungen sind mit Sicherheit die Folgen.

Ungesundes, nicht richtiges Hungern, um abzunehmen, hat weitere Schäden zur Folge.

Auch das übermäßig Gegessene wieder zu erbrechen, um sich Erleichterung zu verschaffen, hat schmerzliche Folgen.

Abführmittel aus diesen Gründen eingesetzt, haben auch schwere Folgeschäden.

**Schäden auch die ich nicht näher eingehe, erwähne ich nur andeutungsweise:**

Schäden durch Übergewicht entstehen!

Schäden durch Erbrechen entstehen!

Schäden durch falsch eingesetzte Abführmittel entstehen!

Schäden durch falsches Hungern entstehen!

Eine Bulimie kann daraus entstehen (Fress-Kotz-Sucht, bis hin zur Krankheit).

Eine Medikamentenabhängigkeit bis hin zur Medikamentenkrankheit kann entstehen.

Somit kann übermäßiges Essen Einstiegsdroge für andere Suchtkrankheiten sein oder das übermäßige Essen selbst zur Suchtkrankheit werden!

**Wenn ich dazu neige, viel und übermäßig zu arbeiten,** weil es mir meine seelisch-geistigen Grundbedürfnisse befriedigt, ich mein persönliches Maß an Arbeit übertreibe, hat es krankmachende Folgen.

Arbeiten ist normal und für uns selbstverständlich.

**Wir arbeiten, um zu leben,**

**aber wir leben nicht um nur zu arbeiten!**

Faul sind wir von ganz alleine, dazu brauchen wir nichts zu tun.

Um übermäßig zu arbeiten, weil es mir etwas gibt, habe ich sicher viele Entschuldigungen, wie es Entschuldigungen für alles gibt, was ich übertreiben kann. Arbeiten ist selbstverständlich, es hat jeder dafür Verständnis, auch für zuviel arbeiten, auch für das übermäßige Arbeiten.

Arbeiten kann wirtschaftlichen und persönlichen Erfolg bedeuten. Wird ein Mensch davon krank, so ist das vollkommen normal, es hat fast jeder dafür Verständnis.

Das übermäßige, krankmachende Arbeiten wird leider nicht **als Droge** angesehen.

Verständnis hat jeder davor, dass Kinder oder Greise nicht arbeiten sollten.

**Arbeiten - übermäßig arbeiten - kann Einstiegsdroge sein.**

Kann ich meine, mir auferlegten Pflichten nicht mehr leisten, lässt die körperliche oder seelisch-geistige Kraft nach, greife ich eventuell zu einem Mittel, wovon ich denke, es hilft mir vorübergehend.

Brauche ich dieses Mittel häufiger bis hin zu ständig, kann ich davon krank werden.

So verhalte ich wie ein Suchtkranker, der nicht mehr aussteigen kann oder will, weil er sich falsche Prioritäten gesetzt hat.

**Umsteigemittel von der Arbeitssucht-Krankheit können** Alkohol, Medikamente, Zigaretten, Drogen, das Spielen oder andere Arten sein.

Einfach alles, was wir einsetzen, um die innere Not - vermeintlich - zu lindern.

**Somit ist übermäßiges Arbeiten Einstiegsdroge** in andere legale oder illegale Suchtmittel. Wenn ich es mit ihnen übertreibe, mein persönliches Maß mit ihnen überschreite, machen sie mich krank.

Eine Aufzählung der Entschuldigungen, warum ich gerade dies oder das mache oder übertreibe, schenke ich mir, weil jeder seine eigenen Ausreden und Begründungen als Entschuldigungen hat.

Um all unsere Grundbedürfnisse zu erfüllen, nachdem eigenen, gesunden Maß, müssen wir viele Dinge tun.

**Jede Übertreibung über einen gewissen Zeitraum kann krank machen, kann Einstiegsdroge sein.**

Ist das Übertreiben uns sympathisch, setzen wir es leicht, manchmal leichtfertig ein, ohne richtig nachzudenken oder nach einer gesunden Alternative zu suchen, haben wir gute Chancen davon krank zu werden.

**Habe ich eine Suchtkrankheit, bin ich unfrei.**

**Was macht mich unfrei?**

Verständigungsschwierigkeiten und die Suchtkrankheit selbst!

**Warum wurde ich Suchtkrank?**

**Warum gerade ich?**

**Warum gerade mein Partner, mein Kind, mein Freund?**

Alle, die suchtkrank geworden sind, suchen nach Antworten.

Alle Angehörigen von Suchtkranken suchen nach Antworten.

Meine Antworten dazu, könnten jetzt auch Ihre Antworten sein.

1.) Alle, so wie ich, hatten einen Fehlbedarf der seelisch-geistigen Grundbedürfnisse.

Die Folge war, dass unsere Seele, das Gemüt war gestört.

2.) Der Körper reagierte mit Störungen, er war somit auch gestört.

3.) Der Fehlbedarf hielt an, die körperlichen Grundbedürfnisse wurden weiterhin vernachlässigt. Die Seele, das Gemüt wurde krank.

4.) Der Körper wurde krank. Unnötige Krankenhausaufenthalte waren die Folge, oder unnötige Krankheiten und Schmerzen waren da.

5.) Als Ursache aller Suchtkrankheiten hatten wir nicht begriffen einen wirklichen Fehlbedarf der Bedürfnisse zu haben. Oder wir fanden keine Möglichkeit, diesen Fehlbedarf auszugleichen.

6.) In uns wurde der Druck sehr groß, so dass wir uns helfen, uns Erleichterung verschaffen mussten.

7.) Viele Ersatzhandlungen wurden nötig.

Diese vielen Ersatzhandlungen schädigten uns weiter, ohne dass wir es richtig bemerkten.

Unsere anfangs kleinen Schwachstellen wurden im Laufe der Zeit immer größer, bis wir nur noch schwach waren. Die einzige Stärke, die wir hatten, war der sinnlose, mörderische Kampf gegen uns selbst.

Selbstverständlich kämpften wir, mit Scheuklappen behaftet, auch gegen andere und alles, was uns an unserer scheinbaren Zufriedenheit hinderte.

8.) Das Suchtmittel selbst wurde uns zum Verhängnis. Es ließ uns, die ihre Krankheit zum Stillstand brachten, anhalten oder wir wurden dadurch selbst gestoppt, sodass wir alles weitere neu überdenken konnten und mussten.

Hilfe von außen, die sich auch als Druck oder Zwang äußerte, nahmen wir an und konnten, auch dadurch, von unserer Krankheit genesen.

Horst/Peter Pakert **Selbsterstörungskräfte habe ich**

**in Selbstheilungskräfte verwandelt** 1996/2007/24

Auf den folgenden Seiten werden Informationen veröffentlicht, die - richtig angewendet - jedem Menschen helfen können ein besseres und gerechteres Leben - in eigener Verantwortlichkeit - führen zu können, als er es bisher geführt hat.

Suchtkrank habe ich mich, so wie ich erkennen durfte, mein ganzes Leben verhalten.

Einige Fragen und Antworten, die ich in meiner Selbsthilfegruppe und in der Therapie bekam.

Um meine Suchtkrankheit/en zum Stillstand bringen zu können, bedurfte es bei mir vieler Antworten zu meinen Fragen.

**Was hilft einem Suchtkranken, abstinent zu leben, fragte ich.**

**Was ist notwendig, um ein abstinentes Leben anzufangen und durchzuhalten?**

Es sind einige von vielen Fragen auf die ich mir logisch erscheinende Antworten bekam.

Wir besprachen, was bei einem Suchtkranken vorhanden sein muss, was jeder Suchtkranke in etwa an Merkmalen oder Belastungen mitbringt und welche Sicherheiten eingebaut und beachtet werden müssen.

**Eine Aufzählung, so wie ich es mir aufgeschrieben habe, folgt jetzt:**

- Ein gewisser Druck von außen und innen muss vorhanden sein, der unterschiedlich gedeutet und empfunden wird, aber ausreicht, den ersten Schritt zu tun.

- Jeder muss seine Gruppe finden, die das gleiche Ziel des abstinenten Lebens hat.



- Jeder muss bereit sein, die Hilfe der Selbsthilfegruppe oder einer Einzelperson anzunehmen.

- Jeder muss sich für das Leben wollen entschließen.

**Merkmale, die alle Kranken in irgendeiner Form mitbringen, denn durch die Krankheit befinden sie sich in einem Ausnahmezustand!**

1.) Haben sie Verständigungsschwierigkeiten mit sich, mit anderen oder beides liegt vor (als erste Ursache jeder Suchtkrankheit).

2.) Damit können sie sich nicht aushalten. Der innere und/oder äußere Druck wird immer größer (als zweite Ursache jeder Suchtkrankheit).

3.) Ersatzhandlungen werden begangen, also eine Handlung, als Ersatz, für das Original (als Folge von 1 + 2, den Ursachen aller Suchtkrankheiten).

4.) Das Suchtmittel selbst. Es kann bei ihnen materiell oder nichtmateriell, stofflich oder nicht-stofflich sein (als Folge von 1 + 2 + 3).

5.) Der Verlust des geistigen Alters ist meistens zu finden.

Das geistige Alter stimmt bei vielen Handlungen schon lange nicht mehr mit dem biologischen Alter überein und ist somit Folge und Merkmal jeder Suchtkrankheit.

6.) Der Wertschätzungsverlust ist da.

Viele oder fast alle Werte haben sich bei ihnen verschoben.

Bei jeder Suchtkrankheit ist der Wertschätzungsverlust ausgeprägt vorhanden.

7.) Die Ängste werden groß oder sind groß, wie bei vielen anderen Krankheiten auch.

8.) Das Freudenkonto ist meistens leer.

Er oder Sie weisen Freude zurück, werten sie ab.

Wer Angst hat, kann mit Freude nichts anfangen.

9.) Die innere und äußere Verwahrlosung beginnt oder schreitet fort.

Hauptsächlich nur für sich selbst zu sehen.

Der Suchtkranke fühlt und verhält sich immer unter oder über seinem Niveau.

10.) Die Suche nach Hilfe wird ehrlicher und dringender.

**Die 6 Einsichten, seine Krankheit zum Stillstand zu bringen, sind bald ehrlich vorhanden.**

11.) Die Scheinwelt wird massiver, sie besteht aus einer nicht realen Welt.

Sie ist eine Welt zum Schein, eine Traumwelt.

Sie ist leider nur für andere Menschen zu erkennen, denn derjenige, der sich in seiner Scheinwelt befindet, erlebt sie als seine Realität, in der er Freud und Leid realistisch empfindet.

12.) Das Lügen und Betrügen nimmt zu.

Eine Maske aufsetzen, um mein wahres Ich zu verstecken.

Das maskenhafte Verhalten wird größer, die Mauern der Isolation stärker, ein Abkapseln von der Welt und von Freunden findet intensiver statt.

Die Verwahrlosung des Körpers und der Seele schreitet unaufhaltsam fort.

**Merke:** Der Suchtkranke kämpft sich mit Brachialgewalt durch das Leben.

Die Nächsten werden hilflos gemacht.

Der Suchtkranke gibt Schmerzen ab, um sich aushalten zu können.

Der Suchtkranke kann sich nicht begnügen, konsumiert ohne Freuden.

Dem Suchtkranken fällt es schwer zuzugeben, dass er leidet.

Der Suchtkranke ist Schauspieler, lügt und betrügt, macht Maske, macht Maskerade, macht andere hilflos, indem er ihnen die Schuld für sein Übel gibt.

Der Suchtkranke hat weder eine Beziehung zu sich und zu anderen.

Das muss alles neu erlernt werden.

**Die 6 Einsichten müssen ehrlich, aufrichtig für sich selbst bejaht werden und eingehalten werden.**

1.) So geht es nicht weiter.

2.) Ich schaffe es nicht alleine.

3.) Ich lasse mir helfen.

*Zwischen diesen Einsichten können Jahre oder Jahrzehnte liegen.*

4.) Ich bin suchtkrank, je nach Suchtmittel als Übertreibungsart.

Eine Untertreibung ist auch eine Übertreibung, weil zu viel zu wenig gemacht oder eingeführt wird.

5.) Ich glaube, dass ich mit dem Suchtmittel nicht kontrolliert umgehen kann.

Wenn das so ist, hat das Folgen.

6.) **Ich muss mein Verhalten ändern, mein Leben anders gestalten, wenn ich suchtkrankheitsfrei leben und zufrieden werden will.**

**"Suchtmittelfrei zu leben ist nicht möglich!"**

- Jeder Suchtkranke sollte verstanden haben, dass er von seinem Suchtmittel krank geworden ist, wenn nicht, kann er sich die Einsichten mit anderen erarbeiten.
- Sicherheiten müssen erarbeitet und eingehalten werden.

**Jeder Mensch der suchtkrank ist hat mindestens drei Suchtkrankheiten:**

- 1.) Das Suchtmittel selbst.
- 2.) Die Beziehung, der Kontakt dazu, der häufig wiederholt werden muss.
- 3.) Die Liebe oder die Hassliebe zum Suchtmittel.

Zu 1.) Das Suchtmittel kann schmecken oder ich mag die Wirkungsweise.

Zu 2.) Das "Training", der regelmäßige oder unregelmäßige Kontakt mit zeitlichen Veränderungen, Tageszeit oder die Zeitdauer.

Zu 3.) Die Liebe, die Anerkennung sich harmonisch geborgen fühlen, der Fluchtgedanke in die Scheinwelt.

**Mögliche Sicherheiten für den Patienten und Angehörigen:**

- Das Wissen um die Suchtkrankheit - Abhängigkeitserkrankung.
  - Ursachen einer jeden Suchtkrankheit kennenlernen.
  - Entstehungsbedingungen der Suchtkrankheit sich aneignen.
- Das Wissen erwerben, was hinderte mich daran, dauerhaft abstinent zu leben.
- Das Wissen erwerben, warum konnte ich meine Bedürfnisse nicht richtig befriedigen.
- Regelmäßige Gruppenbesuche, mich mit den Spielregeln der Gruppe identifizieren, mich wohl fühlen und mich ehrlich überprüfen lassen.
- Wenn nötig, einen neuen Freundeskreis suchen oder einen neuen aufbauen.
- Alle Angewohnheiten, die mich wieder zum Suchtmittel verleitet haben, ablegen.
- Verwandte, Bekannte, Freunde über meine Abhängigkeit oder Krankheit aufklären zum Beispiel:
 

"Wenn du mein Freund bleiben willst, biete mir kein Suchtmittel an, schütte mir auch nichts ins Glas, wenn ich mal rausgehe", oder "Hilf mir abstinent zu bleiben."
- Engste Mitarbeiter selbst informieren.
- Selbstkontrolle erarbeiten, so dass ich jederzeit weiß, ob ich in Gefahr bin.
- Meine Einfuhr auf abhängig machende Mittel kontrollieren, z. B. Spirituosen, Medikamente, Speisen und sonstige Getränke.

- Orte und Stätten am Anfang meiden, an denen ich, allein oder mit Freunden, meinen Suchtmittelkonsum ausgeübt habe.

- Einen Zeitplan erstellen über meinen Tagesablauf, Wochenablauf, Monatsablauf, Jahresablauf; zum Beispiel Geburtstage, vorhersehbare Feiern eintragen.

Es macht mich sicherer und glaubwürdiger.

- Gewissenhaft, ordentlich, sauber und pünktlich mit mir und anderen umgehen, sowie verantwortungsbewusst, jederzeit und an jedem Ort und überall handeln.

Dadurch werde ich vertrauenswürdig.

- Schloddrigkeit, Schluren, Faulheit und andere negative Dinge führen unweigerlich zum Rückfall.

Selbstdisziplin hat jeder Mensch.

Einen Mangel an Kompromissbereitschaft nennt jeder Suchtkranke sein Eigentum.

Dieser Mangel kann mit einer neuen Wertschätzung beseitigt werden.

- Die Bestandsaufnahme der Vergangenheit weiterverfolgen.

Durch neues Wissen wird die Vergangenheit aufgearbeitet.

- Große Probleme einzeln und nacheinander angehen, kleine Probleme versuchen, sofort anzusprechen oder zu erledigen.

Eine Anhäufung vieler kleiner Probleme kann das Fass zum Überlaufen bringen = **Rückfallgefahr.**

- Kontaktpflege zu Freunden oder sich neue Freunde schaffen.

- Wichtige Telefonnummern stets bei mir tragen. In der Zeit, wenn es mir gut geht, diese Kontakte pflegen.

Damit ich in der Zeit, wenn es mir mal schlecht geht, diese Sicherheiten für mich gebrauchen kann.

Die wichtigen Telefonnummern im ersten Halbjahr öfter wählen, das heißt üben, damit im Ernstfall keine Hemmungen aufgebaut werden.

In meiner Selbsthilfegruppe und in der Therapie durfte ich erfahren, dass ein Rückfall durch Angehörige verhindert werden kann, wenn sie sich aufmerksam und bewusst anders verhalten als früher.

Der Suchtkranke schult den Angehörigen, und das nicht immer zum Vorteil aller Beteiligten. Deshalb sollte der Angehörige auch hinzulernen.

**Richtige Handlungen der Angehörigen sind auch Sicherheiten für den abstinent lebenden Patienten:**

1.) Machen Sie keine Vorschläge mehr, wie er dies oder das tun soll.

Sie entmündigen damit nur den Patienten.

Lassen Sie ihn fragen, wenn er Hilfe braucht oder nicht mehr weiterweiß.

2.) Machen Sie ihm keine Vorwürfe mehr.

Sie verstärken nur noch die Schuldgefühle, unter denen der Patient schon genug leidet.

3.) Sprechen Sie von sich selbst, wenn Sie sich meinen

und nicht von "**man**", "**wir**" oder "**uns**".

Zeigen sie Selbstbewusstsein, auch wenn es noch nicht richtig vorhanden ist.

Es wird sich durch dieses Verhalten ergeben.

*(**Ich** habe gelernt von mir zu sprechen, dann sage **ich** auch "**ich**", wenn **ich** mich meine, denn **ich** bin für das, was mich verlässt verantwortlich.*

*Ein rundes, ausgewogenes und lebenswertes Leben strebe **ich** an.*

*Damit **ich** mich ausgewogen, richtig leben kann, muss **ich** mich richtig kennen.*

**"Ich" lerne mich endlich richtig kennen.**

*Jeder Mensch hat in unserer Selbsthilfegruppe und in der Therapie gelernt, dass er, wenn er sich meint, in der **Ich-Form** zu sich sprechen muss, weil sonst sein eigenes Unterbewusstsein sich nicht angesprochen fühlt.*

*Da der Mensch sich nicht belügen kann, ist jede **die-, wir-, man-Form** für das Unterbewusstsein fremd.*

*Da **ich** der Schreiber, da **ich** der Beauftragte, da **ich** der Weitergebende, da **ich** der Verantwortliche bin, taucht für viele Menschen mit einer anderen Schulung das Wort "**Ich**" zu viel oder an falscher Stelle auf.*

*Zum Schutz für andere Menschen und mich selbst ist die **Ich-Form** richtig.*

*Da ich weiter begründen kann, spreche ich von mir, heißt es "**Ich**".*

*Denn **ich** bin für das was mich verlässt verantwortlich.*

*So hat jeder Leser einen Ansprechpartner, einen Verantwortlichen, den er verantwortlich machen kann.*

*In der **Ich-Form** von sich zu sprechen, dann bin **ich** der Verantwortliche.*

*Erfolge heftet sich jeder Mensch gerne auf sein **Ich**.*

***Ich** bin für die Erfolge anderer nicht verantwortlich, deshalb gebührt ihnen der Dank, die Anerkennung.*

*Wenn **ich** mit meinen Aussagen anderen geholfen habe, habe **ich** zuerst mir geholfen, wenn meine Aussagen richtig waren.*

*Für die Richtigkeit meiner Handlungen bin **ich** verantwortlich.*

*Wenn jemand "**wir**", "**man**", "**uns**" sagt, dann verhält er sich wie ein Richter mit einem großen Spielraum der Deutungsmöglichkeiten, der Auslegungen.*

*Wenn jemand **wir** sagt, ist er nicht zu packen.*

*Wenn **ich** ihn packen will, frage **ich**: "Wen meinst du denn".*

*Ein Arzt hat sich aus eigenen Ängsten antrainiert:*

***"Wie geht's uns denn?"***

*Wer von "**wir**", "**man**" und "**uns**" spricht hat Angst.*

*Er will nicht allein sein, zu zweit lebt es sich leichter.*

*Mit dieser umgangssprachlichen Aussage kann **ich** viel leichter in einen dunklen Keller gehen, weil **ich** nicht mehr allein bin.*

*Bei vielen Menschen ist das Wort "**Ich**" zuviel oder an falscher Stelle eingesetzt.*

*Zum Schutz für andere Menschen und mich selbst ist die **Ich-Form** richtig.*

*Wenn "**ich**" mich meine, spreche "**ich**" in der **Ich-Form**, damit keine Zweideutigkeiten vermutbar sind.*

***Ich** habe nicht nur das Recht, sondern auch die Pflicht, wenn "**ich**" mich meine, das deutlich zu machen, damit "**ich**" bei meinem Wort genommen werde.*

***Damit übernehme "ich" die Verantwortung für mich.***

*Damit verhindere **ich**, dass **ich** mich vor anderen verstecken kann oder mich aus der Verantwortung schleichen kann, so wie es im deutschen Sprachgebrauch - feststehendes Gesetz - üblich ist.*

*In der Erziehung heißt es schon: "Nur der Esel nennt sich zuerst".*

*Entweder spricht der Esel über sich, oder **ich** spreche über mich und übernehme die Verantwortung, so dass mir kein Hintertürchen offenbleibt.*

***In der Selbsthilfegruppe sagte ein Freund:***

*Wenn **DU** ohne Suchtkrankheiten leben willst, musst **DU** die krankmachenden Suchtmittel weglassen.*

Wenn **DU** in Frieden leben willst, musst **DU** neue Informationen zulassen.

Wenn **DU** deine Schulden begleichen willst, musst **DU** dir Hilfe suchen usw.

Wenn **DU** heiraten willst, musst **DU** kompromissfähig werden.

**Wen meinst du damit, fragte Peter, unser Gruppenleiter.**

**Sprich von dir, also sollte es dann heißen:**

Wenn **ich** ohne Suchtkrankheiten leben will, musst **ich** die krankmachenden Suchtmittel weglassen.

Wenn **ich** in Frieden leben will, musst **ich** neue Informationen zulassen.

Wenn **ich** meine Schulden begleichen will, musst **ich** mir Hilfe suchen usw.

Wenn **ich** heiraten will, musst **ich** kompromissfähig werden.

**Erkenntnisse:** Ich muss anderen Menschen nicht sagen, wo es lang geht.

Also spreche **ich** von mir, daran können sich andere eventuell orientieren, das heißt, sie können sich Informationen raussuchen, die sie gebrauchen können.

Das Ganze nennt man Selbstdarstellung und hat mit Bevormundung nichts zu tun.

**Ich streiche folgende Redensarten bei mir:**

1.) "**Du musst**", ist eine Bevormundung.

Angebot für mich: "**Du kannst, wenn du willst**".

2.) **Wir, uns, du, ihr, euch**, wenn **ich** mich doch meine.

**Ich** spreche nur noch in der **Ich-Form**, wenn "**ich**" mich meine.

3.) **Ich** vermeide ab sofort spontane Aussagen oder Handlungen, weil **ich** die Handlungen meistens später bereue.

Dann bin **ich** hilflos, wenn mir nur Unüberlegtheit, Überreaktion und Handlungsweisen aus meiner Vergangenheit, damit nachgewiesen werden.

**Ich** sage in jeden Fall sofort **Stopp**, bei Fragen oder Handlungsweisen, die von mir gewünscht oder gefordert werden und gestatte mir die Zeit, die **ich** unbedingt brauche, um mir die richtigen Informationen, für eine Antwort oder Handlungen zu besorgen.

**Unser Gruppenleiter Peter gab mir noch folgenden Tipp:**

Dazu habe ich eine Meinung, aber ich weiß nicht ob die richtig ist.

Wenn ich mich so äußere, mache ich das in der richtigen Stärke und Schwäche.

Solche Äußerungen sind in Moment gesund für mich, weil ich dadurch die Überlegungen und Meinungen anderer Menschen zulasse.

*Ich kann so sämtliche Ungezogenheiten, die ich im Kopf habe prüfen, indem ich mich in Frage stelle. Zweifel kommen auf, die mich prüfen lassen.*

**Wer prüft, heiratet nicht so schnell.)**

4.) Hören Sie auf vor Angehörigen, Freunden oder Arbeitgebern die Krankheit zu vertuschen, zu verheimlichen.

5.) Sprechen Sie offen über die Krankheit ihres Partners, wenn Sie gefragt werden.

Beachten Sie dabei das Recht ihres Partners, dass er zuerst selbst über seine Krankheit sprechen darf.

5.) **Lügen Sie nicht mehr für den Patienten.**

6.) Nehmen Sie dem Suchtkranken keine Verantwortung mehr ab, wenn sie ihm gehört.

7.) Zeigen Sie ganz deutlich, dass Sie an der Grenze ihrer Belastbarkeit sind.

8.) Beseitigen Sie von ihm keine Reserven oder Leergut (Alkohol, Tabletten usw.).

Es sind seine Pflichten.

9.) Spionieren Sie nicht mehr hinter ihm her. Sie vergeuden nur ihre Kräfte.

Suchen Sie nicht nach seinen Verstecken. Dadurch leben Sie ruhiger.

10.) Erledigen Sie keine Wege für den Patienten, die er selbst erledigen muss.

11.) Nehmen Sie seine Suchtkranken-Alibis nicht mehr ernst.

Das Lügen und Betrügen gehört zum Krankheitsbild des Suchtkranken.

Er wird nach und nach ehrlicher.

11.) Reden Sie nicht mehr gegen ihn an.

**Keine Diskussionen im angetrunkenen, betrunkenen oder sonstigen Rauschzustand!**

13.) Verweigern sie intime Beziehungen, solange er sich für das Suchtmittel entschieden hat, sonst wäre es eine Dreierbeziehung, nämlich die Liebe zum Suchtmittel, die Liebe zu einem Partner und die Liebe zu sich selbst.

Verständlicher ist es, wenn Sie sich vorstellen, Ihr Partner bringt sein Suchtmittel als seine Geliebte mit. Eine Dreierbeziehung kann nicht in Ihrem Sinne sein.

Liebe, Euphorie und Panik, zwanghaftes Wiederholen, den Alkohol oder ein anderes Suchtmittel (z.B. Drogen, übermäßiges Sammeln - Sammelleidenschaft - die Leiden schafft, Arbeiten, Spielen-Zocken, Sport, Fußball) mehr lieben, als den Partner.

Zweimal gleichzeitig lieben geht nicht. Es entsteht Eifersucht, eine Dreierbeziehung.



**Eine normale Beziehungssucht:**

**Die Liebe nimmt ab. Eifersucht wird dominant.**

**Die Liebe zum Suchtmittel wird stärker.**

**Liebe ist von den Empfindungen positiv. Liebe ist deswegen auch negativ!**

13.) Fordern Sie keine Versprechen, solange er suchtkrank ist.

Er wird sie nicht einhalten können, weil die Krankheit stärker ist.

14.) Vermeiden Sie von Geld zu reden, das er sinnlos ausgibt.

Er weiß es selbst, und Sie verstärken dadurch seine Schuldgefühle.

Dadurch wird er nur besser im Lügen, denn er muss sich immer etwas Neues einfallen lassen.

Achten Sie selbst auf ihre Finanzen. Schützen Sie sich, sichern Sie sich ab!

Begleichen Sie nicht allein seine Schulden. Suchen Sie gemeinsam eine Lösung.

15.) Sprechen Sie keinen leeren Drohungen aus, die Sie nicht einhalten können.

Sondern teilen Sie ihm nur mit, was Sie auch einhalten können.

Sie werden nur noch unglaubwürdiger, wozu Sie schon gemacht wurden.

Sagen Sie nur das, was Sie sich leisten können.

16.) Trinken Sie z.B. keinen Alkohol mit ihm, damit er weniger zu trinken hat.

17.) Bestehen Sie darauf, dass er sich beraten lässt und Hilfe von außen zulässt.

18.) Machen sie Druck.

Sie können einem Suchtkranken nur zur Seite stehen, aber nicht wirklich helfen, so dass er seinen Suchtkrankenkreislauf verlassen kann.

19.) Erhöhen Sie mit allen Mitteln den Druck.

20.) Sehen Sie zu, dass die negativen Erfahrungen in Umgang mit seinem Suchtmittel so schnell wie möglich zunehmen.

21.) Sind Sie nur sein Gesprächspartner, bei dem er sich ein wenig erleichtern kann.

22.) Einem Suchtkranken das Suchtmittel zu verbieten ist aussichtslos.

Die Krankheit ist stärker als die Liebe zu ihnen.

**Einem Suchtkranken das Suchtmittel zu verbieten ist das gleiche, wie einem Tuberkulosekranken zu sagen: "Nun huste mal nicht mehr".**

**Deshalb hilft bei einer Suchtkrankheit auch kein Verbot.**

**Deshalb hilft bei einer Suchtkrankheit nur das Verstehen!**

22.) Helfen Sie dadurch, dass Sie diese Richtlinien, trotz der eigenen Angst, etwas falsch zu machen, einhalten.

23.) Helfen Sie dadurch, indem sie sich beraten lassen.

24.) Suchen Sie für sich Hilfe.

Angehörige brauchen richtige Informationen, damit sie richtig helfen können.

25.) Hilft alles nicht, will oder kann Ihr Partner nicht, müssen Sie sich entscheiden.

Auch Sie haben das Recht frei zu leben.

Sprechen Sie aber vorher unbedingt mit einem Amtsarzt oder einem Therapiezentrum.

26.) Sie müssen sich entscheiden mit ihm oder ohne ihn zu leben.

27.) Lassen Sie sich nicht länger hilflos, demütigend und unglaubwürdig machen.

Angehörige können somit auch etwas tun, mithelfen sich richtig zu verhalten, geben

Sie die Verantwortung an den Patienten zurück und Ihre Hilflosigkeit wird weniger.

Wenn ich bei meiner Beschreibung von "er" gesprochen habe, ist "er" der Patient, also

auch "sie" als Partnerin gemeint. Er, der Partner, kann somit auch eine Partnerin sein.

Horst/Peter Pakert

## **Alkoholismus**

1992/2007/24

Alkoholismus ist seit 1968 als Krankheit anerkannt und in die RVO aufgenommen.

Die RVO=die Reichsversicherungsordnung war von 1913 - dem Jahre ihres

Inkrafttretens - bis 1992 das Kernstück des deutschen Sozialrechts.

Bill und Bob gründeten 1935 die Anonymen Alkoholiker (AA).

Prof. Jelinek, ein ungarischer Tscheche, fand unterschiedliche Verlaufsformen der

Alkoholkrankheit heraus und teilte sie in fünf Gruppen ein.

Heute ist so ziemlich alles überholt.

Es muss dem heutigen Erscheinungsbild, dem neuen Sprachgebrauch, dem neuen

Verständnis für die Krankheit angepasst werden.

Suchtkrank ist derjenige, der sein Suchtmittel nur noch scheinbar kontrollieren kann.

Sucht ist zwanghaft etwas zu wiederholen, und davon kann man krank werden.

Krank ist ein Mensch dann, wenn der körperliche, seelisch-geistige und soziale Verfall beginnt.

Die Krankheit musste früher ausgelebt werden, bis zum totalen körperlichen, seelisch-geistigen Verfall. Das heißt derjenige war mit allem am Ende und konnte erst dann einen neuen Anfang machen.

Heute beginnt die Hilfe recht früh, und die Chancen stehen gut, dass frühzeitig geholfen werden kann, weil das Wissen um die Krankheit und die Hilfsmöglichkeiten jeweils den neusten Erkenntnissen angepasst wird.

In der Regel mit 5- bis 10-jähriger Verspätung durch den Gesetzgeber.

Ambulant vor Ort, in einzelnen Gruppen oder Beratungsstellen, die sich nicht festgeschrieben haben, sofort.

Freie Institutionen, so sagt das Wort schon, sind im Hilfsangebot frei und beweglich.

Horst/Peter Pakert

## **Alkoholismus**

1992/2007/24

Die klassische Einteilung der Krankheit Alkoholismus nach Prof. Jelinek:

1.) Alpha ---- Trinker:

**Säufer**        Trinken gelegentlich zur Erleichterung,  
                         gelegentlich exzessiv.

Prof. Jelinek behauptet: nicht krank.

Peter behauptet: kann schon krankhaft sein.

2.) Beta ---- Trinker:

**Säufer**        Trinken gewohnheitsmäßig oder beruflich viel.

Prof. Jelinek behauptet: nicht krank.

Peter behauptet: kann krankhaft sein.

3.) Gammaalkoholiker:

**Säufer**        Trinken häufig zur Erleichterung,  
                         häufig exzessiv mit Kontrollverlust.

Prof. Jelinek und Peter behaupten: hat Krankheitswert.

4.) Delta ---- Alkoholiker:

**Säufer**        Spiegeltrinker, Pegeltrinker,  
                         sind unfähig nichts zu trinken.

Hat Krankheitswert.

5.) Epsilon ---- Alkoholiker:

**Säufer**        Phasentrinker, Quartalssäufer oder Dipsomane.

Hat Krankheitswert laut RVO nach Prof. Jelinek.

Das wird leider heute - 1992 - noch als Richtlinie für eine stationäre Maßnahme benutzt.

Ein Trinker ist derjenige, der trinkt und sein verträgliches Maß einhält.

Ein Säufer ist derjenige, der sein verträgliches Maß weit überschreitet.

**Nochmal:** Ein Säufer ist eine Person, die das Maß eines Trinkers überschreitet.

Diese Definition muss es geben, sie muss wieder richtig eingeführt werden!

Es kann nicht im Sinne der gesunden oder kranken Menschen sein, dass Saufen als Übertreibung, als Trinken verniedlicht wird.

Der Übertreiber darf sich nicht mehr als Trinker bezeichnen, er darf auch von anderen nicht so bezeichnet werden.

**Der Übertreiber mit Alkohol ist Säufer**, auch wenn ihm oder seinen Angehörigen der Ausdruck nicht gefällt.

**Ein Säufer ist auch gleichzeitig ein Suchtkranker.**

Wer an einem Tag, bei einer Feier, sich betrinkt, ist Säufer, aber noch lange kein Suchtkranker.

Jeder Mensch der exzessiv trinkt, trinkt nicht, sondern er säuft.

Exzessiv heißt immer, dass Normalmaß überschreitend, heißt sich beschwippen, sich berauschen, bis hin zum Vollrausch.

**Alkohol bewirkt erst:** (Leistungssteigerung)

Heiterkeit, froh sein, vergessen und abschalten können, lustig sein, tanzen können. Schwächen überwinden.

Stärken, aus sich herausgehen können oder die Wirkung erzielen, die ich jeweils brauche, um mich wohl zu fühlen.

Irgendwann funktionierte das nicht mehr trotz großer Anstrengungen und erhöhten Alkoholkonsum.

**Alkohol bewirkt dann:** (Leistungsabfall) schlechtes Gewissen, Enttäuschungen, Verzweiflung, Kater, schweren Kopf.

Schmerzen, Kotzen, trockenes Brechen, Schweißausbrüche, krank sein, Zittern, Unruhe, gewaltige Ängste, Delirium und schließlich den Tod oder nicht leben und sterben können.

**Diese Bedingungen müssen vorhanden sein bei einer Suchterkrankung:**

1.) Das Suchtmittel selbst.

2.) Training

3.) Besonderheiten im Stoffwechsel zwischen Körper und Gehirn.

4.) Die Neigung zu, und das ist die Hauptsache.

Aversionen - Abneigungen müssen sichtbar gemacht werden.

Derjenige muss es zu spüren bekommen, dass er sich schädigt, entweder körperlich, seelisch-geistig oder sozial.

Ohne das spürbare Erlebnis der Nachteile, das heißt negative Erfahrungen im Umgang mit seinem Suchtmittel, ist ein Stillstand der Suchterkrankung nicht zu erreichen.

Ein Suchtkranker muss zuerst bereit sein, sein Leben zu ändern und dann für sich erkennen, dass er es alleine nicht schaffen kann - aber die Verantwortung für sein neues Leben hat der Gruppenbesucher, der Patient in jeder Phase selbst.

Nur so kann sich ein Erfolg einstellen.

Horst/Peter Pakert

1992/2007/24

## **1.) Suchtdenken ist somit eine angeborene Geisteskrankheit**

Mangelnder Realitätssinn (angeboren),

Neuronenverschaltungen - Nervenverschaltungen, die nicht richtig sind (angeboren), bewirken das ich Informationen von außen und innen anders gedeutet als von mir vermutet wird.

Meine Denkungs- und Handlungsweise kann somit gar nicht dem normalen Realistischen entsprechen, es wird als Suchtdenken und Handeln bezeichnet.

1.) Ich war unfähig (angeboren) mich mit der Realität abzufinden.

Ich wollte etwas anders.

2.) Die Diskrepanz (Gegensätze) zwischen Lebensverlangen und der Unfähigkeit es zu verwirklichen, war bei mir im übertriebenen Maße (angeboren) vorhanden, deshalb blieb mir gar nichts anderes übrig als viele Süchte auszuleben.

Suchtdenken ist somit eine angeborene Geisteskrankheit.

Nervenverschaltungen, die bei der Geburt schon nicht richtig sind, machen sich im späteren Leben durch Schmerzen des Gehirns bemerkbar.

Schmerzen des Körpers sind Warnungen.

Schmerzen des Gehirns.

(Angst sind Warnungen).

Der Suchtkranke erkennt diese Warnungen, deutet sie nicht richtig, deshalb versucht er mit einem Suchtmittel sich die Angst zu nehmen.

Es beginnt die Flucht vor sich selbst, weil man sich nicht aushalten kann.

Diese Flucht wird später zum Kampf, weil immer mehr Kräfte mobilisiert werden müssen, um sich doch noch irgendwie ertragen zu können.

**Schuldfrage: Nicht schuldig!**

## **2.) Suchtdenken ist somit eine angeborene Geisteskrankheit**

Mangelnde Kenntnis des Umfangs einer Suchterkrankung.

a.) Entstehungsbedingungen einer Suchterkrankung.

**Diese Bedingungen müssen vorhanden sein, ohne sie entsteht keine Abhängigkeit zum Beispiel die Alkoholkrankheit.**

1.) Alkohol, ohne Alkohol kann keine Alkoholkrankheit entstehen.

Einmal Alkohol genossen macht noch keinen süchtigen Alkoholiker.

2.) Training, ich muss mit dem Alkohol trainieren, manchmal Jahre, um die schon bestehende seelisch-geistige Abhängigkeit auszuweiten und die körperliche Abhängigkeit zu erreichen.

**Ein Beispiel dafür:** Wenn ich mich betrinke und es dreht sich im Kopf beim Hinlegen das Bett in meinem Zimmer, fährt Karussell, ist die körperliche Abhängigkeit noch nicht vollständig da.

Wenn das Drehen aufhört und ich mir sage: "Gott sei Dank, jetzt kann ich mich wieder besaufen, ohne dass ich vor dem Hinlegen Angst haben muss".

Wenn das so ist, habe ich mir mit Sicherheit die körperliche Abhängigkeit ersoffen.

Der Körper hat sich an das Gift gewöhnt und ab dem Moment kann ich sagen:

Ich bin seelisch-geistig, so wie körperlich von meinem Suchtmittel abhängig.

3.) Besonderheiten im Leber - Hirnstoffwechsel, die das verkehrte Denken mitbewirken, müssen auch vorhanden sein.

4.) Die seelische Disposition zur Sucht ist angeboren.

Die seelische Disposition ist die Hauptursache jeder Suchterkrankung.

Disposition heißt: Neigung zu.

Wenn ich die Neigung zu meinen Süchten nicht in mir gehabt hätte, wäre ich nicht suchtkrank geworden.

### **3.) Suchtdenken ist somit eine angeborene Geisteskrankheit**

Wenn diese seelische Disposition nicht vorhanden ist, würde in mir eine solche Abneigung gegenüber diesen meinen Suchtmitteln sein, gewesen sein, und ich hätte keine Suchtkrankheit ausprägen können.

Ich hatte bisher keine Ahnung davon, dass die angeborene Neigung zu meinen Suchtmitteln so groß und ausgeprägt war. Wenn ich es damals als Kind, als Jugendlicher gewusst hätte, wäre ich trotzdem suchtkrank geworden, weil es damals, so wie heute, noch keine wirksamen Gegenmaßnahmen gab oder gibt.

Eine Früherkennung gibt es noch nicht!

Wirksame Gegenmaßnahmen wären:

- 1.) Die Früherkennung selbst.
- 2.) Selbstverständlich kein Suchtmittel, egal in welcher Form, benutzen.
- 3.) Sich die Angst bewusst machen, lernen was sie ist, lernen mit ihr umzugehen.
- 4.) Alle körpereigenen und in uns vorhandenen Energien kennenlernen und lernen sie in der richtigen Art und Weise zu handhaben (das wird im Dokument beschrieben).

Mit ihnen umgehen können heißt das.

**Ein Beispiel: Mir geht es schlecht.**

**Die richtige Vorgehensweise wäre hier:**

**Richtig überlegen.**

**Schwächen akzeptieren.**

**Mich ertragen lernen.**

**Mir helfen lassen.**

**Nicht mit Suchtmitteln hantieren und experimentieren.**

**Die Angst richtig einschätzen lernen.**

**Dann geht es mir gut. So wäre es richtig.**

**Ich habe es nur nicht gewusst!**

Sucht, ich muss mich und andere vernachlässigt haben.

Kaum ein Mensch hat sich so vernachlässigt wie ich, der es so exzessiv betrieben hat wie ich.

Wenn ich zu mir beziehungslos geworden bin, bin ich mir gegenüber hilflos.

Wenn ich hilflos bin, bin ich heimatlos. Ein Nichtsesshafter in seiner Gosse.

Die seelischen und körperlichen Schäden vermehren sich, wenn die Suchtkrankheit nicht zum Stillstand gebracht wird, es kommt zu schweren Verlusten.

**Verlust der Ehre = Würde = Niveau = Ansehen.**

**Verlust von Anstand, Recht und Sitte.**

**Verlust der Wertschätzung.**

**Verlust fast aller gültigen Werte.**

**Verlust der Zufriedenheit.**

**Verlust der richtigen Anerkennung.**

**Verlust der richtigen Liebe.**

**Verlust der richtigen Harmonie.**

**Verlust der richtigen Geborgenheit.**

**Verlust der richtigen Selbstverwirklichung.**

**Verlust des geistigen Alters.**

**Verlust des Freudenkontos, es ist leer und kann nicht richtig aufgefüllt werden.**

**Verlust der Belastbarkeit.**

**Verlust der Gesundheit.**

**Verlust der geistigen und körperlichen Hygiene.**

**Die innere und äußere Verwahrlosung schreitet unaufhaltsam fort.**

**Seelische Veränderungen ziehen körperliche Veränderungen nach sich.**

Diese Liste ist nur der Anfang davon, wie und wo sich ein Mensch schädigt und verändert. Weil er es aus scheinbar unüberwindlichen inneren Zwängen tut, ist das Leiden normal.

**Welche Verluste ein Mensch erleiden muss, damit er endlich sagen kann:**

**Jetzt ist Schluss. Jetzt ändere ich mein Leben.**

**Jetzt lasse ich mir von außen helfen.**

Das entscheidet jeder Mensch selbst, nachdem er des Leidens müde geworden ist oder wenn er für sich und andere keine Ausreden mehr findet.

Darüber als kann kein anderer Mensch entscheiden oder bestimmen.

Nur jeder Suchtkranke für sich selbst.

Zu erwähnen ist noch, dass sich keiner ohne Zwang von innen und außen behandeln lässt.



**Ich habe mich entschieden.**

**Ich habe mich für ein neues Leben und einen neuen Lernprozess entschieden und damit gegen meine Suchtmittel.**

**Ich habe mich dazu entschieden, mir von außen helfen zu lassen, weil alle meine Selbstversuche gescheitert sind.**

**Ich habe mich auch für das Ja-zu-mir-sagen entschieden.**

**Dafür sage ich jetzt etwas mehr "Nein" zu anderen.**

Ich gewinne dadurch Zeit und spare Kräfte.

Ich habe mich für mich und Weniger-leiden-wollen entschieden, denn ich denke, ich habe genug gelitten und im Dunkeln gelebt.

Jetzt muss ein wenig Licht in mein falsches Denken kommen, so dass mir ein verstehendes, bewusstes und abstinentes Leben ohne große Übertreibungen möglich wird.

Eine Ahnung davon, wie das geht, habe ich schon, denn es geht mir jetzt schon entschieden besser.

### **zu 3.) Suchtdenken ist somit eine angeborene Geisteskrankheit**

1.) Ich habe auch nichts zu den Auswirkungen meiner Suchterkrankung gewusst.

2.) Psychische oder seelische Auswirkungen.

Somatische Auswirkungen (somatisch: das was sich auf den Körper bezieht, körperlich).

3.) Soziale Erscheinung, wie zum Beispiel Trennung, Scheidung, Isolation, Einzelgänger, Freunde fallen lassen oder fallen gelassen zu werden.

Unfall, Führerscheinentzug, Krankenhausaufenthalte wegen körperlicher Schäden, wobei ein Suchtmittel die Ursache ist.

Wohnungswechsel, Flucht vor sich selbst oder anderen usw., das sind alles Erscheinungen, die - wenn wir der Norm entsprachen - nicht sein brauchten.

4.) Psychisch, gleich seelische Auswirkungen zum Beispiel angenommene oder eingeredete Depressionen und Flucht in dieselben.

Einzelne oder allgemeine Ängste, die erst klein sind und bei stärkerem, länger anhaltendem, wachsendem Konsum des Suchtmittels größer werden.

Die Wertschätzung in einzelnen oder vielen Bereichen geht verloren.

## **Beispiele mit Namensnennung für Suchtkranke**

### **Zur Selbstfindung oder zum besseren Verstehen.**

Beispiele:

Ich bin Spieler = Verlierer, von meinen Einsätzen, ein krank gewordener Mensch.

Ich bin Alkoholkranker, vom Alkoholmissbrauch, ein krank gewordener Mensch.

Ich bin Medikamentenkranker, vom Missbrauch, ein krank gewordener Mensch.

Ich bin vom übermäßigen Essen, ein krank gewordener Mensch.

Ich bin vom übermäßigen Fressen und Kotzen, ein krank gewordener Mensch.

Ich bin vom übermäßigen Hungern, ein krank gewordener Mensch.

Ich bin von der übermäßigen Mediennutzung, ein krank gewordener Mensch.

Ich bin vom übermäßigen Sport treiben, ein krank gewordener Mensch.

Ich bin vom übermäßigen Sammeln, meiner Sammelleidenschaft, die Leiden schafft, ein krank gewordener Mensch.

Ich bin vom übermäßigen Kaufen, vom übermäßigen Konsumieren, ein krank gewordener Mensch.

**Ich bin von den übertriebenen Anstrengungen,**

**Anerkennung zu bekommen,**

**Liebe zu bekommen,**

**Geborgenheit zu bekommen,**

**Harmonie zu bekommen,**

**ein krank gewordener Mensch.**

Jeder Suchtkranke oder derjenige, der am Anfang seiner Suchtkrankheit steht, stellt sich viele unterschiedliche Fragen.

**Aus mehreren hundert Fragen, die ich auch hatte, wähle ich ein Beispiel dafür, welche und wie viele Antworten möglich sind.**

Warum habe ich mit meiner Partnerin - Partner nicht über meine Probleme gesprochen, sprechen können?

1.) Weil ich selbst keine Antworten wusste. Ich hatte Angst, war hilflos.

2.) Ich hatte Angst, vor ihrer oder seiner Reaktion.

3.) Ich hatte Angst, sie oder er versteht mich nicht.

4.) Ich hatte Angst, was soll ich ihr oder ihm sagen, wie soll ich es ihr oder ihm sagen, da ich selbst nicht richtig weiß, was mit mir los ist.

5.) Ich hatte Angst vor Konsequenzen, sie oder er verbietet mir etwas, oder mein Leben ändert sich womöglich dadurch.

6.) Ich hatte Schuldgefühle aus dem Wissen heraus, nicht das Richtige zu tun.

7.) Erst habe ich das Problem als solches nicht richtig gesehen, später war es zu groß, um ehrlich darüber reden zu können. Den richtigen Zeitpunkt habe ich verpasst.

Er war mir auch gar nicht bewusst.

8.) Ich hatte die Ahnung, meine Partnerin, mein Partner kann mir nicht richtig helfen. Ich muss mit meinem Druck, als Angst, alleine klarkommen.

9.) Meine Selbstversuche waren noch nicht abgeschlossen.

10.) Mir fehlte der Mut.

11.) Ich hatte einen Mangel an Selbstbewusstsein.

12.) Mein Minderwertigkeitskomplex war inzwischen so groß.

Meine Goldwaage, meine innerste Feinstwaage ging so verkehrt, sie hängt in allen Bereichen schief, also habe ich mit ihr falsch abgewogen, und ein falsches, krankmachendes Ergebnis ist dabei herauskommen.

Nach diesem falschen Ergebnis habe ich gelebt und nur noch Leid verspürt.

Der Wunsch, alles möge ein Ende haben, wurde immer größer.

13.) Ich habe mich wichtig genommen, aber nicht ernst.

Meine Partnerin, meinen Partner habe ich nicht ernst genommen.

Ich habe vieles nicht ernst genommen, weil mir die richtige Wertschätzung abhandengekommen war. Mir fehlte die Ernsthaftigkeit, die Ehrlichkeit.

14.) Immer mehr unrealistische Handlungen musste ich begehen.

Das Lügen und Betrügen nahm zu und wurde zum Reflex.

15.) Das Vertrauen zu mir selbst, zu meiner Frau - zu meinem Partner für die Zukunft fehlte mir. Alle Versuche, mich richtig auszudrücken, sind gescheitert.

**Konnte ich nicht mit ihr - mit ihm sprechen oder wollte ich nicht?**

Ich konnte nicht mit ihr - mit ihm sprechen, weil ich nicht wollte.

Ich wollte nicht mit ihr - mit ihm sprechen, weil ich nicht konnte.

**Die richtige Begründung dafür ist in den vorhergehenden 15 Punkten zu finden.**

Weitere Erklärungen über die vielen Suchtkrankheiten brachten mir viele Erkenntnisse und Einsichten.

**Ich hoffe auch Ihnen wird jetzt so einiges klarer.**

**Lieber Leser, ich darf Ihnen empfehlen:**

- Nehmen auch Sie sich ernst.
- Machen auch Sie den ersten Schritt zur Hilfe.
- Lassen auch Sie sich helfen, wenn Sie Hilfe benötigen.
- Lassen auch Sie hilfreiche Informationen zu.
- Lassen Sie bitte "Glaube - Liebe - Hoffnung" zu.
- Lassen Sie zu, dass diese Informationen, die Sie bis jetzt gelesen haben, auch anderen zugänglich gemacht werden.
- Lassen Sie ein offenes Gespräch darüber zu.
- Lassen Sie all das Gelesene auf sich wirken.
- **Lassen Sie nicht nach in Ihren Bemühungen,  
so lange zu leben wie es geht,  
so schön zu leben wie es nur möglich ist,  
so zufrieden zu sein wie Sie es verdient haben.**

Horst/Peter Pakert **Die Suchtkrankheit oder Seelenkrankheit** 1995/2024

Jeder Süchtige, der seine Suchtkrankheit zum Stillstand gebracht hat (z.B. Alkohol, Drogen, Medikamente, Spielen-Zocken, geschäftsmäßiges Denken, Arbeitssucht, Sportsucht usw.), hat da die Türen zu gemacht, doch dann hat er irgendeine andere Suchtkrankheit oder andere Suchtkrankheiten, die er legal betreibt.

Das Muster der Sucht ist im Bewusstsein, im Unterbewusstsein.

**Der Mensch wird immer irgendwelche Verhaltensweisen an den Tag legen, die er krankhaft süchtig im Kopf hat.**

- **"Irgendwie ist es schon gegangen.**
- **Da bin ich mit durchgekommen.**
- **Das ist mir egal, das ist doch so üblich.**
- **Ich mache so weiter, begnüge mich so wie ich bin und will mich nicht ändern.**
- **Eine Veränderung meiner Lebensart lasse ich nicht zu, denn das ist mir zu anstrengend."**

**Der geschlossene Kreis der Hilflosigkeit.**

**Da ist man nicht bereit hinter seine ganzen Macken zu kommen, stellt nur einige Macken ab, um zum Beispiel den Alkohol auszuklammern, dafür werden andere Suchtkrankheiten weiter ausgelebt.**

**Die kleinen Selbstverständlichkeiten des Lebens waren nie da oder werden weiterhin ignoriert. Dahinter steckt Arbeitsscheu, Faulheit und Dekadenz.**

**Der Mensch spielt weiter das Spiel eines Suchtkranken und das heißt:**

**Kampf gegen sich und andere.**

**Wer sich durch sein Leben kämpft verliert!**

**So schädigt sich der Mensch erst selbst, dann seine Familie, dann Bekannte.**

Das Wort Freund wird schon vergewaltigt, dann die Umwelt usw.

Die Menschen haben die Wertschätzung verloren oder nie besessen.

Sie konnten sich nicht aushalten und wurden aus dieser Hilflosigkeit krank.

Der Streit und der Kampf, der in ihm tobt, wird nach außen getragen, weil er sich nicht aushalten kann. Deshalb ist ein Suchtkranker niemals ein glaubwürdiger, verantwortungsbewusster oder anständiger Mensch.

Der Suchtkranke ist der klassische Übertreiber, fast alles, was er macht, übertreibt er.

Wir stellen an ihm, bei ihm, irrealer Verhaltensweisen und Reaktionen fest.

Er ist kaum noch zu "normalen" Aktionen in seiner Umwelt fähig.

Zum Beispiel das Einnehmen einer Verteidigungsposition, obwohl - realistisch betrachtet - gar kein Angriff auf ihn vorliegt oder erfolgt ist.

**Was sind "Hintertürchen"?**

"Hintertürchen" sind Schlupflöcher, damit man doch noch, wenn es brenzlich wird, entfliehen kann.

Suchtkranke haben sich im Laufe der Zeit solche Schlupflöcher geschaffen.

"Hintertürchen" sind angebliche Sicherheiten für den Notfall.

Angeblich deshalb, weil nur die Angst zu haben keine Sicherheit bedeutet.

Etwas mehr Wissen gehört dazu.

Verlustangst ist auch ein "Hintertürchen".

Jeder, der sich ein "Hintertürchen" einbaut, denkt an "schwere Zeiten", und davor hat er Angst.

Er könnte ja etwas verlieren, Verluste erleiden, deshalb schafft er sich Sicherheitsreserven.

Die Verlustangst ist bei einem Suchtkranken mit seinem Sicherheitsdenken sehr groß, sie dominiert, ist bestimmend.

"Hintertürchen" sind nicht nur Sicherheiten für den Notfall.

"Hintertürchen" macht man sich auch auf, um durch sie hindurch zu schlüpfen und zwar in Situationen der Angst.

Weil man sich nicht traut.

Weil man Hemmungen hat.

Weil man behindert ist oder sich behindert fühlt.

"Ist die Suchtkrankheit zum Stillstand gebracht worden, ist die Behinderung weg."

Weil man sich als Freund oder einen anderen Freund schützen möchte.

Der Alkohol schlägt teilweise diese "Hintertürchen" zu, da über ihn, durch enthemmt sein, Ängste / Hemmschwellen abgebaut werden.

Die Sturheit oder "Geradlinigkeit" nicht nach links oder rechts zu sehen ist jedem Suchtkranken eigen.

Freude entsteht bei ihm, das unrealistische Denken wird größer.

Freuden lassen Mauern, Schamschwellen verschwinden.

Diese Mauern der Angst können so gewaltig sein, dass wir keine Gefühle mehr körperlich verspüren.

Oder diese Mauern können so sein, dass wir nur noch Angst verspüren, keine Freuden mehr erleben und wir uns durch diese Mauern abkapseln.

Der abstinent lebende Alkoholiker entdeckt durch neue Informationen, die er zulassen muss, nacheinander, hier, da und dort ein "Hintertürchen".

Die "Hintertürchen" liegen sozusagen hinter "Nebelwänden" und sind auch vom abstinent lebenden Alkoholiker noch nicht gleich klar zu erkennen, weil er sich noch teilweise in seiner Scheinwelt befindet.

Die Scheinwelt, - und damit der "Nebel" - haben sich erst nach ein paar Monaten oder Jahren gehoben. Mit Sicherheit nach Beendigung der Genesungszeit.

**Das Lügen und Betrügen wird als Sicherheitsdenken in das abstinente Leben gerettet. Das Lügen und Betrügen gehört zu jeder Suchtkrankheit!**

Das dieses im abstinenten Leben unnötig ist wird später, durchzunehmend andere Sicherheiten, erkannt und abgestellt.

Wer sich richtige Erkenntnisse erarbeitet, befindet sich in einem ständigen Umdenken. Ein Lernprozess hat begonnen und endet in der Zufriedenheit.

Unsicherheiten sind ein sicheres Zeichen für einen Umdenkprozess. Dieses braucht Zeit und dauert oft Jahre, die Unsicherheiten durch zufrieden machende Sicherheit zu ersetzen.

**Was macht der Alkoholiker mit seinen alkoholischen Hintertürchen, wenn er sie entdeckt? Er schlägt sie zu und zwar kompromisslos!**

**Kompromisslos; wenn er trocken ist,  
und er hält sie auf; wenn er noch nass im Kopf ist.**

**Denn wer wirklich abstinent lebt, hat sich irgendwann dazu entschieden:**

**Ich ändere mein Leben, gestalte es anders, weil ich wieder leben will, trocken leben will, gesund und vernünftig leben werde.**

Wenn ich leben will, muss ich kompromisslos schädigende Hintertürchen zuschlagen.

Das hat für alle Menschen Gültigkeit, die ein zufriedenes Leben führen wollen.

Es hat selbstverständlich auch Gültigkeit für alle ehemaligen Suchtkranken.

Jeder abstinent lebende, egal von welchem Suchtmittel, darf und muss seine Hintertürchen zuschlagen.

**Merke: Sobald ich ein unnötiges, mich behinderndes Hintertürchen entdecke, habe ich gelernt, muss ich es kompromisslos zuschlagen, sonst ist es eine Gefahr für mein abstinentes Leben. Ich könnte wieder rückfällig werden.**

Sollte ich mir diese Art von Hintertürchen für schlechte Zeiten offenlassen, wäre es für mich ein verkehrtes Denken.

**"Rückfallgefahr"**, musste mir mein Unterbewusstsein sofort signalisieren.

Wenn es richtig geschult wurde, macht es das auch.

Somit ist mein Unterbewusstsein mein sicherstes Frühwarnsystem.

**Bezeichnungen für Alkoholiker.**

Der kranke Alkoholiker

Der nicht kranke Alkoholiker

Der nasse Alkoholiker

trinkt Alkohol.

Der trockene Alkoholiker  trinkt keinen Alkohol.

Der Antialkoholiker

Der Co-Alkoholiker  kann Alkohol trinken oder auch nicht.

Der Edel-Alkoholiker  dieser Alkoholiker identifiziert sich mit keiner Gruppe.

### **Der Makel Alkoholiker - Suchtkranker zu sein!**

#### **Alkoholiker ein Makel in der Gesellschaft?**

Mit Sicherheit ja, denn vielfach erleben Menschen, die sich zu einer Suchtkrankheit bekennen, Nachteile.

Viele trockene Alkoholiker tun aber auch alles dafür, diesen Makel am Leben zu erhalten. Dazu ansatzweise einige Beispiele; den falsch vorlebenden, trockenen Alkoholiker demonstrieren.

#### **Die folgenden Beschreibungen dienen bestimmt nicht dazu, das Bild über einen ehemaligen Suchtkranken zu ändern:**

- Ihre ungerechten Handlungsweisen, ihre Verbissenheit und ihr immer noch vorhandener Kampfgeist, sollte ihnen aufgezeigt werden.
- Sie machen den Eindruck - im ersten Jahr ihrer Abstinenz - stehengeblieben zu sein, als ob sie nichts hinzugelernt haben. Sie haben einfach nur das herausragende Suchtmittel weggelassen, mit dem sie aufgefallen sind.
- Ihre Lebensqualität hat sich nicht nennenswert verbessert.
- Viele Unzufriedenheiten können sie nicht abstellen, deshalb ist ihre Unzufriedenheit, weiterhin groß.
- Sie können sich nicht aushalten. Sie sind ständig auf der Suche nach irgendwelchen Ersatzhandlungen und begehen sie auch. Kurzfristige Freuden sind ihre Ziele.
- Ängste sind noch übertrieben da.
- Da sie nicht gelernt haben, sich zu begrenzen, sich nicht richtig begnügen können, mit dem was sie erreichen, und auch nicht richtig genießen, leben sie weiter, mit ihren maßlosen Übertreibungen.

Ihr geistiges Alter ist noch lange nicht mit ihrem biologischen Alter identisch.

#### **Ihre Handlungen beweisen es!**

- Ihre Wertschätzung und ihr Gerechtigkeitsinn - ihre Goldwaage und ihr Mittelpunktsgedanken ist immer noch stark im Ungleichgewicht.



- Ihr Freudenkonto ist zum Teil noch leer.

Freude wehren sie ab oder es macht sie traurig, weil sie Freude nicht genießen können.

Wer Freude nicht festhalten kann, muss ständig neue Ersatzhandlungen begehnen.

Wer Freude nicht festhalten kann, schafft sich keine freudige Zukunft.

- Ihre innere Not ist groß.

Die gleiche Not haben auch Angehörige, die keine klassische Suchtkrankheit vorweisen können.

- Ihre Scheinwelt ist also nach wie vor vorhanden, in der sie realistisch leiden.

**Der abstinent lebende Alkoholiker sollte Vorbildfunktionen haben und kein abschreckendes Beispiel bieten.**

**Mit Vorbildfunktionen, damit es sich für alle Menschen lohnt, ein neues Leben, ohne krankmachende Suchtmittel, anzufangen.**

Abschreckung, den Trinkenden gegenüber, die sich schon lange quälen, so sollte kein trockener, abstinent lebender Alkoholiker sein.

"Wenn ich durch nicht trinken so werden sollte, wie der mir abstinent vorlebende, dann saufe ich lieber weiter, sagen viele Menschen."

Diese Beispiele gelten für alle Suchtkranken, die ihre Krankheit, ohne eine richtige Beziehungskunde erlernt zu haben, zum Stillstand brachten.

Sie leben falsch vor und wissen es sehr oft noch nicht einmal, weil sich Angehörige oder Freunde falsch begnügen.

**Der Suchtkranke sagt:**

Was wollt ihr denn, ich habe doch mit meinem Suchtmittel Schluss gemacht.

Was wollt ihr denn, ich habe doch eine Therapie gemacht.

Da sich Angehörige und Freunde sehr oft mit einer Suchtkrankheit nicht auskennen, geben sie ihm genauso falsch wie früherer nach.

Ein Suchtkranke - der seine Suchtkrankheit zum Stillstand gebracht hat - sollte, wie jeder andere Mensch auch, ein liebenswerter, umgänglicher Mensch werden.

Jeder Suchtkranke ist Einzelgänger, auch wenn er Familie hat.

Er fühlt sich einsam und alleine, weil er keinen Menschen an sich heranlässt.

Die Familie kann diesen Leidensweg abkürzen oder verlängern - durch richtige oder falsche Verhaltensweisen.

## **Angehörige werdet glaubwürdig!**

Durch richtige Denkweisen und richtige Handlungen für die Suchtkrankheiten.

Es ist keine Schande krank zu sein, aber es ist keine Schande, nichts Richtiges dagegen zu tun.

Das Falsche tun, heißt Verlängerung des Leidens, sowohl für den Suchtkranken als auch für den Angehörigen.

Das Falsche tun, Fehler machen, ist sicherlich normal. Wir machen alle Fehler.

In Bezug auf die Suchtkrankheit können wir die Fehlerquellen eingrenzen und auf ein Minimum beschränken.

### **Ein Beispiel als Vergleich:**

**"Wie kann ich eine Suchtkrankheit zum Stillstand bringen?"**

Oder anders ausgedrückt: Ich ziehe in ein Haus, das renovierungsbedürftig ist.

- Ich fühle mich in diesem Haus unwohl, unharmonisch, unzufrieden, unausgeglichen, unlustig, unruhig, unmöglich, nicht geliebt, nicht anerkannt.

- Kann mein Zuhause nicht vorzeigen.

- Schäme mich meiner Behausung.

- Erfinde Ausreden, warum ich keinen Besuch empfangen kann.

- Lasse keinen herein.

### **Renovierungsschritte:**

Ein erster Schritt, um sich wohl zu fühlen, ist eine Bestandsaufnahme der Schäden und die Idee, wie es später aussehen soll.

Es gilt einen Plan zu erstellen.

Der zweite Schritt ist das Überprüfen des vorhandenen Kapitals.

Es muss für mich leistbar und realistisch sein. Auch hier muss ein Plan her.

**Der dritte Schritt ist, mir jemanden zu suchen, der mir dabei hilft zu renovieren.**

**Für den suchtkranken Menschen heißt das, ich suche mir:**

**1.) eine Einzeltherapie oder**

**2.) eine Gruppentherapie, die ich leisten kann, oder noch besser Beides.**

### **Ein trockener Alkoholiker ist Zeit seines Lebens gefährdet, aber nicht krank!**

Wenn er seine Krankheit zum Stillstand gebracht hat, ist er nicht mehr als alkoholkrank zu bezeichnen, auch nicht als Behinderter anzusehen!

Dadurch, dass er seine Krankheit zum Stillstand gebracht hat, ist seine Lebensqualität gestiegen.

Kein Mensch wird als behindert oder krank bezeichnet, der seine Krankheit zum Stillstand gebracht hat, bei dem sich die Lebensqualität verbessert oder soweit gesteigert hat, dass es ihm gut geht, er arbeiten kann, wieder leistungsfähig ist.

### **Warum soll dann ein trockener Alkoholiker noch krank sein?**

Während einer Therapie befindet sich der Alkoholiker auf seinem Genesungsweg, er erholt sich von seiner Krankheit.

Nach drei bis fünf Jahren ist sein Erholungs- und Genesungsweg abgeschlossen, aber nur dann, wenn er sich und seine Therapie ernst nimmt.

Wenn wir uns von einer Krankheit erholen, leiden wir nicht mehr durch die Krankheit, sondern an ihren Auswirkungen. Diesen Weg bezeichnen wir als Genesungsweg oder als Regenerationsphase - ich befinde mich auf dem Wege der Besserung.

Wenn ich in meiner Genesungszeit sage: "Ich bin suchtkrank, aber ich kann es nicht ändern", befinde ich mich in meiner Erkennungszeit, in meiner Verstehenszeit, bis hin zum Begreifen, also in meiner Therapiezeit.

So habe ich es gemacht, so habe ich mich mit meiner Therapie verstanden.

Wenn ich erkannt, verstanden, begriffen habe, Suchtkranker zu sein, der seine Krankheit zum Stillstand gebracht hat, kann ich mich nicht mehr als krank bezeichnen. "Stillstand ist Rückgang", auch bei einer Suchtkrankheit.

Sie geht so weit zurück, dass wir uns eines Tages erschrocken erinnern, nicht mehr an sie gedacht zu haben.

Deshalb ist die Aussage: "Ich bin suchtkrank, aber ich kann es nicht ändern", falsch. Schon ab dem Zeitpunkt, an dem ich - als Alkoholiker - nichts mehr trinke, bin ich nicht mehr krank.

**Durch eine Therapie ändere ich immer etwas.**

**Durch die richtige Therapie, ändere ich vieles richtig.**

Wer noch nass im Kopf ist, ist noch als Suchtkranker zu bezeichnen und er darf sich mit ruhigem Gewissen auch selbst so bezeichnen.

Er ändert kaum etwas in seinem Leben. Manchmal lässt er nur das Suchtmittel weg und wechselt, wie beschrieben zu anderen Suchtmitteln, die er krankhaft übertreibt.

## **Wodurch kann ich wieder alkoholkrank werden?**

- 1.) Indem ich wieder Alkohol in meinen Körper gelangen lasse.
- 2.) Durch nasse Denkweisen.

Eine richtige Begründung dafür, warum ich mich noch als Suchtkranker bezeichnen kann, wenn ich aufgehört habe zu trinken, ist die, dass solange ich keine richtige Therapie gemacht habe, ich nicht erkannt, verstanden und begriffen habe, dass ich Suchtkranker bin, mache ich nur eine Pause vom Saufen.

Wer nur pausiert, selbst wenn diese Pause ein bis fünf Jahre dauert, er nach dieser Zeit wieder anfangt zu saufen, ist nicht rückfällig geworden, sondern hat nur eine Pause vom Saufen eingelegt.

**Nehmen Sie sich ernst, aber nicht wichtig.**

**Erkenntnisse: Alkoholiker bleibe ich, weil Alkohol für meinen Körper Gift bedeutet und diese Gifte Teile meines Gehirnes zerstört haben, die nicht wieder zu reparieren sind, also kann ich wegen dieser Schäden, den Alkohol mit der Seele nicht kontrollieren!**

**Somit muss ich lernen, wie ein Fresser der Essen braucht, um zu leben, das richtige Maß bei meinen Spielarten zu finden, und ich lasse Gifte, zum Beispiel Alkohol, Drogen usw., worüber ich die Kontrolle verloren habe, weg.**

Einige Fragen und Antworten, die ich in meiner Therapie bekam.

Um meine Suchtkrankheit/en zum Stillstand bringen zu können, bedurfte es bei mir vieler Antworten zu meinen Fragen.

**Was hilft einem Suchtkranken, abstinent zu leben, fragte ich.**

**Was ist notwendig, um ein abstinentes Leben anzufangen und durchzuhalten?**

Es sind einige von vielen Fragen auf die ich mir logisch erscheinende Antworten bekam. Wir besprachen, was bei einem Suchtkranken vorhanden sein muss, was jeder Suchtkranke in etwa an Merkmalen oder Belastungen mitbringt und welche Sicherheiten eingebaut und beachtet werden müssen.

**Eine Aufzählung, so wie ich es mir aufgeschrieben habe, folgt jetzt:**

- Ein gewisser Druck von außen und innen muss vorhanden sein, der unterschiedlich gedeutet und empfunden wird, aber ausreicht, den ersten Schritt zu tun.
- Jeder muss seine Gruppe finden, die das gleiche Ziel des abstinenten Lebens hat.

- Jeder muss bereit sein, die Hilfe der Gruppe oder von einer Einzelperson anzunehmen.
  - Jeder muss sich für das Leben wollen entschließen.
  - Sicherheiten müssen erarbeitet und eingehalten werden.
  - Utensilien, die mich an meine Suchtkrankheit erinnern, notfalls beseitigen, dazu gehören Gläser, Krüge, Spritzen und Medikamente, die nicht mehr benötigt werden.
  - Zur Not muss ich auch bereit sein umzuziehen, wenn ich in meiner alten Wohnung keine Chance habe, abstinent zu leben.
  - Zur Not muss der Partner oder die Arbeitsstelle gewechselt werden.
  - Eine vernünftige Aufklärung oder sogar eine Therapie muss gemacht werden.
  - Engste Mitarbeiter oder Freunde über die eigene Krankheit wie erwähnt informieren, damit sie gegeben falls helfen können oder damit sie mir keine Stoffe anbieten, die mir gefährlich werden können.
  - Sich selbst besser einschätzen zu lernen, damit ich frühzeitig erkennen kann, ob ich mich in Gefahr befinde.
  - Ich muss mir eine neue Disziplin erarbeiten.
- Dazu gehört auch, dass ich mir einen neuen Zeitplan und eine neue Ordnung schaffe.
- Neue Richtlinien und Gesetzmäßigkeiten (eigenes Thema) müssen erarbeitet werden.
  - Ärzten, Heilpraktikern und anderen Behandlern gegenüber ehrlich sein.
  - Bei bevorstehenden Narkosen besonders ehrlich sein. Sonst besteht Lebensgefahr!
- Aufrichtigkeit kann in diesem Fall ihr Leben retten.
- Bitte haben Sie keinen falschen Stolz oder eine falsche Scham!
- Bei Einnahme von Medikamenten sich notfalls beim Apotheker erkundigen.
  - Mit Schuldzuweisungen vorsichtiger sein.
  - Eine Suchtkrankheit ist eine schuldlose Erkrankung.
  - Es hilft es auch manchmal, ein Tagesbuch zu schreiben.
  - Es kann einmal sein, dass kein Freund zu erreichen ist, so kann sich das Aufschreiben des Problems als recht hilfreich erweisen.
  - Durch glaubwürdiges Vorleben wieder vertrauenswürdig werden.
  - Lieber die Wahrheit sagen, als wieder mit einer Lüge leben zu müssen.
  - Hilfsbereitschaft zeigen, aber sich nicht aufdrängen.

- Sich einen gesunden Egoismus erarbeiten.
- Kritikfähig werden. Über Kritik nachdenken, meistens ist etwas Wahres daran.
- Kompromissfähig werden, denn es müssen viele Kompromisse im Leben gemacht werden.

- Die Arbeit an sich selbst nicht vernachlässigen.

Alle seine Sicherheiten einhalten, ist die Arbeit an sich oder mit sich oder Persönlichkeitsarbeit.

- In den ersten Jahren Euphorie und Panik meiden.
- Über Nüchternheit die Zufriedenheit erlangen und damit auch zufrieden sein.
- Sich richtig begnügen lernen. Weniger ist manchmal mehr.
- Ich will nie wieder sowie damals leben, deshalb halte ich Teile meiner grausamen Zeit bei mir wach.
- Ich ändere mein Leben, langsam, aber doch stetig.
- Wenn ich nicht weiß, was ich will, muss ich zuerst herausfinden, was ich nicht mehr will. Dadurch ergibt sich wie von selbst ein neues Ziel.
- Ich will **nie wieder** so wie früher sein, denn so wie ich es heute nach meiner Aufklärung empfinde, muss ich ein schlimmer, maskenhafter Mensch gewesen sein. Heute darf ich ehrlich zu mir sein und diese Empfindungen auch zulassen.

Da ich abstinenter Suchtkranker bin, neige ich zu Übertreibungen.

**Nie wieder**, ist über meine Zeit hinaus, aber ich benenne dies auch bei meinen weiteren Beschreibungen, weil es mir sympathisch ist.

Wenn ich bedenke, dass meine Seele weiterlebt und wieder Lebewesen beseelen wird, ist diese Übertreibung doch keine Übertreibung, denn ich möchte auch in meinem späteren Leben anständig durchs Leben gehen dürfen.

Denn ich glaube an eine Wiedergeburt und an ein Leben danach.

Für mich fest, dass die Seele weiter existiert, da Energien sich nicht verbrauchen oder verschwinden können.

**Wer kann schon wissen, ob nicht doch Informationen wieder benutzt werden und zur neuen Lebensgestaltung vom Unterbewusstsein wieder gebraucht werden, womit es wieder das Kindheits-ich neuschult?**

- Nie wieder möchte ich in meiner Gosse liegen.

- Nie wieder diese Qualen aushalten müssen.
- Nie wieder von einem Suchtmittel oder von einem Menschen restlos abhängig sein, so dass ich mir meinen Tod wünsche.
- Nie wieder so schmutzig, dreckig, unsauber sein und auch nicht mehr so denken zu müssen.

Meine jetzige Hygiene am Körper und in der Seele gefällt mir besser.

- Dass sich "Hintertürchen" von Zeit zu Zeit wieder öffnen werden, mich wieder zu diesem alten Leben verführen wollen, ist mir klar. Aber ich habe gelernt, sobald ich welche entdecke, sie dann kompromisslos zuzuschlagen.

- Dass ich in meinem Suchtkrankheitskreislauf ab und zu penetrant gestunken habe, wurde mir heute schon mehrmals erzählt. Jetzt schäme ich mich dafür.

(Gifte und Geruchsstoffe werden zum Teil über die Haut nach außen transportiert.)

- Ich möchte auch nie wieder, so wie damals, ohne Schamgefühl leben.

- Nie wieder so rücksichtslos mit Menschen umgehen (Freunde fallen lassen).

- Ich möchte auch nie wieder so rücksichtslos mit Lebewesen umgehen.

Achtung hatte ich vor nichts und niemandem.

Ich war meistens nur mit mir beschäftigt, um in Ruhe konsumieren zu können.

Heute bin ich für alle diese Sicherheiten dankbar.

Heute macht es mich zufrieden, das Gefühl zu haben, dass Richtige zu tun und auch in den letzten Jahren richtiger gehandelt zu haben.

Heute bin ich dankbar für jede Sicherheit, die ich einhalten kann.

Heute bin ich dankbar dafür, Menschen gefunden zu haben, die mich verstehen und so annehmen wie ich bin.

**Nachtrag:** Abstinente lebenden Menschen kommen diese Gedanken - Außenseiter zu sein - in unserer Gesellschaft.

**Peters Antwort dazu:**

Jeder der seinen Weg geht ist ein Außenseiter.

- 1.) Er hat eigenständige Ziele.
- 2.) Er hat eine eigenständige Wahrheit.
- 3.) Er gibt sich eigenständige Gesetzmäßigkeiten. Diese Gesetzmäßigkeiten sind auch Richtlinien, die meistens nur für ihn Gültigkeit haben und er kann sie richtig befolgen.

- 4.) Seine Vorgehensweise, seine Selbstverwirklichung macht ihn zufrieden.
- 5.) Seine Ordnung und seine Zeiteinteilung ist nur für ihn gültig.
- 6.) Er ist ein eigenständiger Mensch und kann mit diesen Vorgaben, mit diesen Anlagen, mit diesen Neigungen und Eigenschaften sich Gleichgesinnte suchen.
- 7.) Er ist der Mittelpunkt seiner Welt. Alles dreht sich um ihn herum.

Horst/Peter Pakert **Selbsterstörungskräfte habe ich**

**in Selbstheilungskräfte verwandelt** 1996/2007/24

Voraussetzung für ein zufriedenes Leben ist die richtige Erfüllung aller meiner "Grundbedürfnisse".

Wenn ich nicht suchtkrank werden will, muss ich meine körperlichen und seelischen Grundbedürfnisse kennen und wissen wie ich sie alle richtig befriedigen kann.

Kein Mensch hat mir etwas von den Grundbedürfnissen - die jeder Mensch hat - gesagt, obwohl ich zur Grundschule gegangen bin.

Die Grundbedürfnisse gehören zu den Selbstverständlichkeiten des Lebens, die wir beherrschen müssen, wenn wir zufrieden werden wollen.

Diese lebenswichtigen Informationen braucht der Mensch zu sich selbst, damit jeder Mensch das Beste aus seinem Leben machen kann.

Der Mensch kann nur etwas erhalten, pflegen und behüten, was er kennt.

**Jede Seele beseelt in einer Symbiose einen Körper mit dem Auftrag:  
das Beste aus diesem kurzen Leben, aus dieser Existenz, in dieser materiellen  
Realität, durch die richtige Erfüllung seiner 13 Grundbedürfnisse, zu machen.**

### **I.) Körperliche Grundbedürfnisse**

- 1.) Essen
- 2.) Trinken
- 3.) Schlafen
- 4.) Atmen
- 5.) Sauberkeit / Hygiene
- 6.) Wasserlassen
- 7.) Stuhl absetzen
- 8.) Wärme- und Kälteschutz, behütet sein.

### **II.) Seelische Grundbedürfnisse**



Von den fünf seelisch-geistigen Grundbedürfnissen brauchen wir unbedingt:

- 1.) die richtige Anerkennung,
- 2.) die richtige Liebe,
- 3.) die wohltuende und richtige Harmonie und
- 4.) die unbedingt notwendige und richtige Geborgenheit.
- 5.) Diese können wir uns nur selbst richtig geben, über eine richtige Selbstverwirklichung.

Wenn ich die körperlichen und seelisch-geistigen Grundbedürfnisse richtig erfüllen kann, erreiche ich meine Zufriedenheit.

Habe ich die richtige Zufriedenheit erreicht, bin ich auch in der Lage eine richtige "Beziehungskunde" zu verwirklichen. In mir ist das Gefühl der Freude.

Diese Grundbedürfnisse dienen allen Menschen als Grundstock und sind als Grundmuster für alle Menschen gleichermaßen gültig.

Was wir mit diesen Anlagen machen, wie wir sie einsetzen, hängt von unseren Neigungen und unseren Möglichkeiten, unsere Vorstellungen verwirklichen zu können ab. Durch unsere Erziehung und Schulung, durch die Umwelt, erhalten wir Informationen, die uns dazu befähigen sich auszuprobieren.

Erfahrungen sind unsere Erkenntnisse. Unsere Erkenntnisse sind unsere Erfahrungen, die wir durch Auswertung der Taten gemacht haben.

Dieser Erfahrungsschatz ist unser Realitätssinn und der Gerechtigkeitssinn.

**Das Streben eines jeden Menschen hat immer gewisse Ziele.**

**Nach Harmonie, Geborgenheit, Ausgewogenheit, zufrieden zu sein!**

Da, wo diese meine Bedürfnisse befriedigt werden, ist meine Heimat, mein Zuhause.

Die acht körperlichen Grundbedürfnisse, die für alle Menschen gleich sind, dienen erstmal nur den Zweck, den Körper am Leben zu erhalten, ihn nicht sterben zu lassen.

Die Zufriedenheit muss sich jeder selbst erwerben.

Mit seinen seelischen Fähigkeiten ist er dazu in der Lage.

Dafür bekommt der Mensch als Grundstock eine gewisse Erziehung durch seine Eltern und Erzieher. Er wird aber auch durch seine erweiterte Umwelt geprägt.

Diese ist bei allen Menschen anders und wird als anders empfunden, eingeordnet, bewertet, gedeutet und anders erkannt.

Somit hat jeder Mensch seine eigene Wahrheit, die immer aus einer Tatsache und einer Sichtweise besteht.

**Einige Beispiele, weshalb die acht körperlichen Grundbedürfnisse für alle Menschen gleich sind und warum sie erfüllt werden müssen:**

1.) Essen + Zwang = Hunger (Sucht = Abhängigkeit = Hörigkeit) ist normal.

Die Nahrungsaufnahme in irgendeiner Form muss gewährleistet sein.

Eine gewisse Grundmenge braucht jeder Körper, sonst stirbt er.

2.) Trinken + Zwang = Durst ist normal, weil ich meine Grundbedürfnisse befriedigen muss. Der Wasserhaushalt des Körpers muss stimmen, sonst wird er krank oder er stirbt.

3.) Schlafen + Zwang

Das Schlafen brauchen wir zur Erholung, Regenerierung von Körper und Seele.

Wenn es nicht richtig erfolgt, leidet der Mensch, die Lebenserwartung nimmt ab, sein Leben wird verkürzt.

4.) Atmen + Zwang

Atmen müssen wir regelmäßig, um unseren Sauerstoffbedarf zu decken und Kohlendioxid auszuatmen, abzugeben. Atmen wir nicht richtig, werden wir krank.

Unser Leben wird verkürzt.

5.) Sauberkeit/Hygiene + Zwang

Eine gewisse Sauberkeit und hygienische Versorgung muss jeder Körper haben, damit sich keine Infektionen bilden und der Körper nicht frühzeitig stirbt.

6.) Wasserlassen + Zwang

Die Entsorgung der wasserlöslichen Giftstoffe muss geregelt werden, sonst stirbt der Körper.

7.) Stuhl absetzen + Zwang

Schlackenstoffe, Ballaststoffe, fettlösliche Giftstoffe und Bakterien werden über den Darm ausgeschieden, entsorgt, damit der Körper nicht stirbt.

8.) Wärme und Kälteschutz, behütet sein ist mit Zwang ein Muss. Vor Auskühlung und Überhitzung muss der Körper geschützt werden, damit er nicht stirbt.

Wie Sie gelesen haben, brauchen wir all diese körperlichen Selbstverständlichkeiten, um zu leben, um gesund zu bleiben.

**Wer seine fünf seelischen Grundbedürfnisse über seine Selbstverwirklichung nicht befriedigen kann, nicht genügend Anerkennung, Liebe, Geborgenheit, Harmonie bekommt (und gibt) und nichts umsetzen kann (Selbstverwirklichung), vernachlässigt mit Sicherheit auch seine körperlichen Grundbedürfnisse.**

**Er ist ein kranker, unzufriedener Mensch und sein Leben endet dann früher!**

Einige Beispiele dazu:

Das Essen: Er isst zu wenig, unvernünftig, zu viel, zu unregelmäßig, zu ungesund oder alles zusammen genommen im Wechsel nicht richtig.

Das Trinken: Er trinkt zu wenig, zu viel, das Falsche, also ungesund, nicht vernünftig.

Das Schlafen: Er schläft schlecht, träumt nicht oder zuviel, schläft zu wenig oder zu viel, meistens aber ungesund, nicht vernünftig.

Das Atmen: Er atmet zu schnell, zu langsam, ungenau, unrhythmisch, unregelmäßig, ungesund, unvernünftig.

Die Sauberkeit: Er wird gleichgültiger in seiner Hygiene, vernachlässigt das richtige Umgehen mit seiner natürlichen Reinlichkeit, die ihn sonst zufrieden gemacht hat. Anstrengungen zur Körperpflege werden nicht mehr unternommen oder übertrieben, also unvernünftig, ungesund.

Das Wasserlassen: Das unvernünftige Essen und Trinken hat Folgen beim Wasserlassen. Die Nieren arbeiten nicht richtig. Der Wasser und Säure-Basenhaushalt gerät durcheinander. Störungen im Urogenitalbereich sind die Folge.

Die Gesundheit ist in Gefahr. Das Leben bedroht.

Den Stuhl absetzen: Störungen der vernünftigen Ess- und Trinkgewohnheiten haben Störungen im Magen-Darm-Trakt zur Folge. Durchfälle, Verstopfungen, Erbrechen, Schmerzen und Operationen stellen sich im Wechsel ein. Das Leben ist bedroht.

Das Behütet sein: Für eine vernünftige Abschirmung gegen zuviel Wärme oder Kälte kann durch Missempfindungen nicht mehr richtig gesorgt werden.

Nervenschäden verhindern zusätzlich das richtige Empfinden für den Körper.

Gerät der Körperhaushalt durcheinander, reagiert der Körper mit Schmerzen, Krankheiten und Ausfällen, die wiederum viele Folgen im Bereich der eigenen Zufriedenheit haben. Ein lebensbedrohender Zustand kann entstehen.

**Fünf seelische Grundbedürfnisse hat unsere Seele als Erbanlagen:**

### **1.) Anerkennung, die ich mir nur selbst richtig geben kann.**

Alles was wir tun, wonach wir streben, hat Anerkennung zum Ziel.

Anerkennung bekomme ich, indem ich Anerkennung gebe.

Da sich alle Menschen an dem System des Gebens und Nehmens beteiligen, brauche ich nur abzuwarten, aufzupassen, wenn für mich Anerkennung zurückkommt.

Fehlende Anerkennung über einen kürzeren oder längeren Zeitraum macht unzufrieden. Die Vernachlässigung des Körpers und der Seele beginnt, schreitet fort bis zum Tode, der eher als normal eintritt.

Erst verspüren wir das Leid durch fehlende Anerkennung nicht.

Später können wir es nicht aushalten und ertragen.

Ersatzhandlungen sind die Folge.

### **2.) Liebe = Freude, die ich mir nur selbst richtig geben kann.**

Für Liebe, Freude gibt es viele Beschreibungen.

**Liebe ist ein freudiges, positives Gefühl.** So empfinden wir es jedenfalls.

**Liebe = Freude** fängt bei, ich mag etwas an, es ist mir ein wenig sympathisch und geht weiter bis hin zur Euphorie.

**Liebe = Freude** brauchen wir für unser Seelenheil, damit unser Gemüt gesund bleibt und wir den Körper nicht vernachlässigen.

**Liebe = Freude**, wie alle seelisch-geistigen Grundbedürfnisse, bekommen wir hauptsächlich von anderen.

Dass wir auch Liebe abgeben müssen, sollte für jeden Menschen selbstverständlich sein. Gefühlsenergie haben wir Menschen sehr viel.

Jedenfalls meistens überwiegt in uns das Gefühl der Freude.

"Wer Liebe = Freude gibt, wird Liebe = Freude empfangen."

Nur wer sich so, wie er beschaffen ist liebt, kann Liebe = Freude geben.

Schwierigkeiten gibt es immer dann, wenn freudige Gefühle nicht abgegeben werden können, wir sie mit keinem Lebewesen teilen dürfen.

**Angst können wir lange Zeit allein aushalten.**

**Freude und Liebe müssen wir viel eher abgeben - teilen,**

damit wir uns besser aushalten können und nicht zu leiden beginnen.

### **3.) Die Harmonie**

Harmonisch, im Gleichklang oder auch ausgewogen.

Sich ausgeglichen zu fühlen, ist unser Bestreben seit Menschendenken.

Die Natur und alles was lebt ist immer bemüht im homogenen Gleichgewicht zu sein.

**Der Mensch mit seinen überzogenen Lebensansprüchen stört dieses Verhältnis erheblich. Katastrophen sind die Folge.**

Eine seelische und körperliche Katastrophe tritt immer dann ein, wenn wir über einen bestimmten, uns eigenen Zeitraum, **körperliche und seelisch-geistige Grundbedürfnisse** vernachlässigen oder sie nicht erfüllt bekommen.

#### **4.) Die Geborgenheit**

Um mich richtig geborgen zu fühlen, muss ich mich in mir selbst zu Hause fühlen.

Wenn ich mich in mir zu Hause fühle, mir ausgefüllt und selbst genug vorkomme, habe ich auch das Gefühl der Geborgenheit, bin im Einklang und Harmonie mit mir.

Habe ich mich ein wenig lieb, erkenne mich so an wie ich bin, mit all meinen Fehlern, Vorteilen und Nachteilen.

Wenn ich mich geborgen fühle, mich harmonisch empfinde, mich lieb habe, mich anerkenne, kann ich auch viel leichter geben. Somit bekomme ich auch viel leichter Grundbedürfnisse zurück, die mich dann zufrieden machen.

#### **5.) Die Selbstverwirklichung**

Ich verwirkliche mich selbst, habe Vorstellungen, die ich in die Tat umsetze.

Vorstellung + Tat = "Beziehungskunde", viel mehr heißt und bedeutet es nicht.

**Vorstellungen, Ideen, Pläne zu haben** ist selbstverständlich.

Es ist uns angeboren, uns ein Bedürfnis und sobald und solange unser Gehirn funktionsfähig ist, werden wir Vorstellungen entwickeln.

Diese Vorstellungen können uns bewusst werden oder sie laufen unbewusst ab.

Die Verwirklichung der Vorstellungen hängt von unseren Fähigkeiten und Möglichkeiten ab, die wiederum bei jedem Menschen anders sind.

**Bewusste Vorstellungen + Taten** haben und begehen wir mit dem Tagesbewusstsein.

**Unbewusste Vorstellungen + Taten** haben und begehen wir mit unserem **Unterbewusstsein**.

So wie wir unser Unterbewusstsein mit dem Tagesbewusstsein geschult haben, werden wir unbewusst reagieren.

Selbstverwirklichen kann ich mich aber nur richtig, wenn ich mich mit meinen Bedürfnissen richtig kenne.

Somit müssen wir alles tun, um uns selbst erst einmal richtig kennenzulernen.

**Wenn ich nicht weiß "wer" ich bin, "wie" ich bin, "was" ich bin,**

**wie will ich dann richtig mit mir umgehen?**

**Was wollen wir eigentlich?**

**Was macht uns zufrieden?**

**Was ist für mich gerecht, richtig und gesund?**

Wenn eines meiner Grundbedürfnisse nicht richtig erfüllt wird, entsteht in mir eine große Unzufriedenheit.

Wächst diese Unzufriedenheit, wächst auch der innerliche Druck.

Kann ich über diese Unzufriedenheit nicht sprechen, habe ich Angst und habe Verständigungsschwierigkeiten mit mir selbst oder mit anderen.

Kann ich die Unzufriedenheit, also den Druck, nicht beseitigen, kann ich mich selbst irgendwann nicht mehr ertragen. Um mich zumindest zeitweilig wieder ertragen zu können, begehe ich Ersatzhandlungen, um das nicht richtig erfüllte Grundbedürfnis scheinbar doch noch zu befriedigen.

Da aber die Unzufriedenheit dadurch ständig weiterwächst, weil eine Ersatzhandlung keine Originalhandlung ist, fange ich irgendwann an, die Ersatzhandlung auch zu steigern und zwar in einem ungesunden, krankmachenden Maß.

**Ersatzhandlungen, durch Schuldgefühle, bei einem Suchtkranken.**

Wenn ein Suchtkranker sein sechs Einsichten nicht ehrlich mit **JA** beantwortet, muss er weiterhin schädigende Ersatzhandlungen begehen.

Wenn er ehrlich geworden ist, findet er auch die richtigen Hilfsmöglichkeiten.

**Ein Beispiel eines noch kranken Alkoholikers, der sich übernimmt:**

Ein Suchtkranker, nach einer Woche der Abstinenz oder  
ein Suchtkranker, nach zwei Wochen der Abstinenz oder  
ein Suchtkranker, nach drei Wochen der Abstinenz,

**braucht einen Erleichterungsschluck, wenn er sich übernimmt.**

Wenn er so reagiert, hat er seine Krankheit noch nicht zum Stillstand gebracht und auch noch nicht gelernt, wie er sich mit seinen Kräften richtig einteilen muss.

### **Ein Beispiel für einen abstinent lebenden Suchtkranken:**

Ein Suchtkranker, nach einem Jahr der Abstinenz,

ein Suchtkranker, nach zwei Jahren der Abstinenz,

ein Suchtkranker, nach drei Jahren oder mehr der Abstinenz,

**der sich immer noch schuldig fühlt, versucht meistens die Schuld abzarbeiten.**

**Dabei begeht er wieder schädigende "Ersatzhandlungen"!**

**Ersatzhandlungen, die ihn nicht zufrieden machen.**

Handlungen aus dem Schuldgefühl heraus sind meistens negativ sich oder andere schädigende "Ersatzhandlungen". Sie sind selten ehrlich gemeint, sondern sollen nur eine Erleichterung für sich selbst bringen, weil man sich nicht aushalten kann.

Schuldgefühle machen Druck, der wiederum eine Erleichterung erforderlich macht.

Ehrliche Einsichten fordern Sühne als Wiedergutmachung.

Ein ehrliches Bemühen einer vernünftigen Vorlebensweise, ist gleichzeitig die richtige Wiedergutmachung.

Habe ich meine vermeidliche Schuld bei einem Menschen abgetragen, muss ich mich davor hüten, ein Habenkonto für ihn einzurichten.

**Es würde für mich bedeuten:**

- Der andere Mensch steht jetzt in **meiner Schuld**.

- Da der andere Mensch keine Schuld verspürt, sich nicht in meiner Schuld fühlt, arbeitet er bei mir auch nicht diese Schuld ab.

- Meine Unzufriedenheit wird wieder groß.

Ich werde ungerecht und kann mir selbst und andern erklären, warum.

Wenn ich diese Zusammenhänge nicht verstehe, muss ich mich um Verständnis bemühen.

Wenn ich diese Zusammenhänge erkenne und verstehe, muss ich dieses System sofort bei mir ändern.

**Wird nichts geändert entsteht: I - II - III - IV.**

**I.** Verständigungsschwierigkeiten

**II.** Der Druck ist wieder groß.

**III.** Ersatzhandlungen, die mich oder andere schädigen, sind erneut die Folgen, wenn das auch noch nicht ausreicht folgt

**IV.** das Suchtmittel selbst, zum Beispiel der Alkohol oder andere Suchtmittel, die mich wieder krank machen.

Eine Ersatzhandlung, ist eine Handlung als Ersatz für das Original.

Wer sich begnügen kann, mit dem Ersatz zufrieden ist, wird diese Ersatzhandlung als richtig und vernünftig ansehen.

Wer sich nicht begnügen kann, für denjenigen ist eine Ersatzhandlung negativ.

Er wird unzufrieden sein.

Suchtkranke in ihrer Scheinwelt machen hauptsächlich Ersatzhandlungen.

Nichts kann man ihnen recht machen.

Liebe und Anerkennung werten sie ab.

Wenige Werte sind bei ihnen noch von richtiger Bedeutung.

Ihre Schuldgefühle versuchen sie - meistens mit Erfolg - ihren Angehörigen zu geben.

**Hintertürchen des Suchtkranken** sind unlogische Denkungsweisen mit fehlendem richtigem Bezug zur Realität. Diese Denkungsweise ist für den Suchtkranken normal.

Er zaubert sich seine eigene Realität, durch sein um-sieben-Ecken-Denken.

**Das heißt aber auch Scheinwelt.**

**Diese Scheinwelt ist für ihn, mit seiner "logischen Denkungsweise", die Realität.**

*(Was ist eine Scheinwelt?)*

*Eine Scheinwelt zum Schein. Eine nicht reale Welt. Sie kann positiv oder negativ sein.*

*Die Scheinwelt ist gekennzeichnet durch mangelnden Realitätssinn oder die*

*Unfähigkeit sich mit der Realität abzufinden oder auch sich in ihr nicht richtig zu*

*Recht zu finden. Die Scheinwelt heißt aber auch viele selbstschädigende*

*Ersatzhandlungen können begangen werden.*

*In der Scheinwelt werden Fehler begangen, die nicht mehr bedauert und betrauert*

*werden. Der Mensch, der dieses Verhalten hat, verzeiht sich zu schnell.*

*Deshalb werden so viele Fehler in der Scheinwelt gemacht.*

*Schmerzen oder Ängste lassen ihn nicht anhalten.)*

Häufiger als wir annehmen haben Menschen mit Problemen = Schwierigkeiten ein "Suchtkranken-Denken".

Richtig hinter die Kunst des Lebens zu blicken, ist spannend.

Gedankensprünge sich erlauben zu dürfen, ist spannend.



Das richtige Verstehen lernen ist spannend, durch richtige Erklärungen ist das Erlernen aber möglich.

Das richtige Erkennen können ist spannend und durch richtiges, aufmerksames Hinsehen und Hinhören möglich.

### **Ein "bewusstes Leben" das sind die Zauberworte in meiner Therapie.**

- Es ist mir alles richtig bewusst, begreiflich geworden.
- Ich bin mir meiner bewusst geworden, meines Könnens und meiner Kraft.
- Ein bewusstes Leben führe ich jetzt, unter Berücksichtigung der geschriebenen und ungeschriebenen Gesetze. Diese richten sich je nach Land und ortsüblichen Sitten und Gebräuchen und danach verhalte ich mich jetzt.
- Auch beachte ich das jeweilige Alter und Geschlecht der Menschen.
- Richtige Erwachsenenentscheidungen treffen können, ist mir ein Bedürfnis.
- Ich kenne wieder meinen Wert, habe jetzt in fast allen Bereichen eine neue Wertschätzung.
- Ich bin nicht mehr hilflos, nicht mehr heimatlos.
- Ich bin in mir ausgefüllt, bin mir erst einmal genug.
- Ich bin zufrieden, was will ich mehr.

### **Einige meiner Erkenntnisse, was mir am meisten geholfen hat:**

- Dass mich meine Eltern nicht in Stich gelassen haben.
- Dass meine Eltern losgelassen haben, so dass ich gezwungen war, mich um meine Suchtkrankheiten zu kümmern. (Sie hatten mich aufgegeben.)
- Dass ich die richtige Selbsthilfegruppe und Therapie für meine Suchtkrankheiten gefunden habe.
- Dass ich genügsam und dankbar werden durfte.
- Dass ich erkennen durfte: **"Ich bin suchtkrank, brauche Hilfe und lasse Hilfe zu".**

Ich bin unheilbar krank (suchtkrank), aber ich kann von meiner Krankheit genesen!  
(Wiederherstellen der Arbeitskraft.)

Eine Heilung im Suchtkrankenbereich gibt es nicht.

Diese Krankheit ist schleichend und zuerst unsichtbar, aber bis an unser Lebensende vorhanden. Sie wird bei falschem, sich längere Zeit vernachlässigenden Verhalten wieder ausbrechen.

Um die Suchtkrankheit zum Stillstand bringen zu können, bedarf es wie erwähnt:

**"Sechs ehrlicher Einsichten!"**

*Wer sie alle bejahen kann oder mit "stimmt" unterschreibt, befindet sich auf dem Weg der Genesung.*

- 1.) So geht es nicht weiter.
- 2.) Ich schaffe es nicht allein.
- 3.) Ich lasse mir helfen.

*Nach genügend vielen und großen negativen Erfahrungen mit seinen Suchtmitteln sind diese Einsichten mit Sicherheit vorhanden.*

- 4.) Ich bin Alkoholiker, Abhängigkeitskranker, Suchtkranker, Alkoholkranker, Alkoholsüchtiger, Trinker oder Säufer.

*Vergleich: Der Führerschein Klasse zwei schließt drei, vier und fünf mit ein.*

Ein Säufer schließt den Trinker mit ein.

Ein Trinker ist derjenige, der trinkt und sein verträgliches Maß einhält.

Ein Säufer ist derjenige, der sein verträgliches Maß weit überschreitet.

Die Krankheit und das Suchtmittel selbst müssen anerkannt werden.

- 5.) Ich weiß, dass ich keinen Alkohol mehr trinken kann, wenn ich zufrieden leben will. Deshalb passe ich auf, dass kein Alkohol, egal in welcher Form und keine abhängig machenden Mittel, die unnötig sind, in meinen Körper gelangen.

Dieses muss sich der Alkoholiker sagen, will er zufrieden leben.

- 6.) Ich muss mein Verhalten in fast allen Bereichen ändern, mein Leben anders gestalten, wenn ich zufrieden, trocken leben will.

**Bin ich ein Alkoholiker?**

**JA, weil ich das ein Leben lang bleibe.**

**Denn diese Krankheit kann ich nur zum Stillstand bringen, denn sie wird latent in mir vorhanden sein, weil ich mir die Schranke, den Alkohol kontrollieren zu können, versoffen habe.**

**Somit bin ich:**

- 1.) Ein trockener Alkoholiker.**
- 2.) Ein nüchterner Alkoholiker.**
- 3.) Ein abstinent lebender Alkoholiker.**

**4.) Ein Antialkoholiker, weil ich aus Überzeugung gegen den Alkohol bin und ich lasse ihn nicht mehr, egal in welcher Form, in meinen Körper gelangen.**

Nach der Abstinenz bezeichne ich mich als Antialkoholiker, so schütze ich mich ich vor neugierigen Menschen. Wer ehrlich mehr wissen will bekommt von mir die Aussage, dass ich abstinent lebender Alkoholiker bin.

**Auszug:** Von den vielen Übertreibungskrankheiten als Alibi-Funktion, ist eine Krankheit 1980 gnädig in die **RVO** aufgenommen worden, die Alkoholkrankheit. *(Die **RVO**=die Reichsversicherungsordnung war von 1913 - dem Jahre ihres Inkrafttretens - bis 1992 das Kernstück des deutschen Sozialrechts.)*

Allerdings mit einer falschen Begründung wurde die Alkoholkrankheit in der WHO (Weltgesundheitsorganisation) aufgenommen und damit rechtens.

Ein Anfang, aber gleichzeitig das Ende der richtigen Forschung,  
der richtigen Begründungen,  
der richtigen Behandlungen.

Damit hat der Alkoholranke plötzlich einige Rechte.

Richtige Hilfe bekommt der Kranke als menschlicher Mensch damit aber noch lange nicht. Die Ursache oder die Ursachenkrankheit wird wieder nicht bedacht.

**Da der Gesetzgeber weiterhin die Alkoholkrankheit haben will, behandelt er mit der Freigabe von alkoholfreiem Bier, Wein, Sekt, Likör usw., die Alkohol enthalten dürfen.**

Dieser falsche Kompromiss hat vielen Menschen durch Rückfälle das Leben gekostet. Seit 2006 gibt es alkoholfreies Bier mit 0,00 Prozent Alkohol.

Auch das hat vielen Alkoholikern durch Rückfälle das Leben gekostet!

*(Seit 1989 habe ich als abstinent lebender Alkoholiker bewusst keinen Alkohol in meinen Körper gelassen oder gegen andere Suchtmittel bewusst vertauscht.*

*Die ganzen Jahre zuvor wurde und wird von der Alkohol-Lobby alkoholfreies Bier, das bis zu 0,5 Prozent Alkoholanteil enthält, verkauft und das wurde auch von vielen Alkoholkranken konsumiert.*

*Wie oft sagte mir ein Arzt, trinken sie weniger oder wenn dann alkoholfreies Bier.*

*Da ich in unserer Selbsthilfegruppe über Alkohol und andere Suchtmittel aufgeklärt wurde, nahm ich diesen Rat, diesen Weg in den meist sicheren Tod, nicht an.*

*Es ist egal ob ich alkoholfreies Bier mit 0,00 Prozent Alkohol oder alkoholfreies Bier, Wein, Sekt, Likör usw., die Alkohol bis zu 0,5% Alkohol enthalten dürfen, bewusst in meinen Körper aufnehme. Oder ich esse bewusst Eis, Kuchen, Schokolade oder sonstige Lebensmittel, die Alkohol enthalten, oder ich nehme Medikamente z.B. Tropfen, Zahnpasta, (Mundwasser), die Alkohol enthalten, dann ist es ein Rückfall! Dann entscheide ich mich wieder für meine unrühmliche Vergangenheit, für die Krankheit und den Tod. Freunde, die ich hatte, die diesen Weg gegangen sind, sind meistens nach kurzer Zeit grausam krepirt!*

*Bewusst Alkohol in den Körper gelassen oder alkoholfreies Bier mit 0,00 Prozent setzt mit der Vorstellungskraft den Prozess der Alkohol-Dehydrogenase (ADH) in Gang. Sie dient im Menschen auch beim Abbau von toxischen Alkoholen.*

*Das im Magen und in der Leber vorhandene Enzym katalysiert hauptsächlich die Oxidation von Ethanol zu Acetaldehyd unter Beteiligung des Cofaktors NAD.*

***Diesen Vorgang im Körper und in der Seele verständlicher ausgedrückt bedeutet:** der Körper stellt hauptsächlich in der Leber das Alkoholabbauenzym Alkohol-Dehydrogenase (ADH) für die jemals größte konsumierte Alkoholmenge bereitet.*

***Vereinfach ausgedrückt:** Die Leber meldet über die Nerven dem Gehirn; ich bin bereit, der Alkohol kann kommen.*

*Mit dem Alkoholfreien geht es los.*

*Dann kommen meistens die richtigen Biere und die Hochprozentigen.*

*Alkoholiker, die länger abstinent gelebt hatten, wollen "das Verpasste" nachholen und krepieren dann meistens sehr schnell.*

*Es passiert aber auch, trotz der Kontrolle von Beschreibungen von Inhaltsstoffen, Beipackzetteln oder Nachfrage im Restaurant, beim Bäcker, in der Eisdiele usw., dass unbewusst Alkohol in den meinen Körper gelangt.*

*Beim Backen und Kochen verflüchtigt sich der Alkohol nicht vollständig, denn nach einer langen Garzeit können noch immer 35% der zugegebenen Alkoholmenge vorhanden sein. Zwar verdunstet Alkohol, aber beim Kochen verbindet er sich mit dem Fett und das hält die Alkoholmoleküle im Essen fest.*

*Wird es mir durch den Geschmack, Geruch bewusst, sage ich sofort "Stopp" und spucke das im Mund befindliche aus.*

*Da beschriebene den Prozess Alkohol-Dehydrogenase (ADH) in Gang kommt, bin ich auf der Hut, und wenn ich die Möglichkeit habe, dann bleibe ich in meiner alkoholfreien Zone zu Hause.*

*Dieser Ausnahmezustand kann im Normalfall bis zu 24 Stunden anhalten.*

**Nachtrag:** *Es gibt zu viele schlecht ausgebildete Ärzte, die in ihrem Studium nur eine unzureichende Ausbildung über Suchtkrankheiten z.B. Alkohol-, Drogen- und Medikamentenmissbrauch erhalten.*

*Das Geschäft mit dem Alkohol, den Medikamenten, den Drogen usw. kostet so jedes Jahr beim genaueren Hinsehen Millionen Menschen in Deutschland das Leben.*

*Unsere Krankenhäuser sind zum überwiegenden Teil mit Patienten belegt, die an den direkten oder indirekten Folgen ihrer Zwangskrankheiten = Übertreibungskrankheiten = Suchtkrankheiten leiden und dann meistens zu früh qualvoll versterben - krepieren.*

***In den Zeitungsanzeigen wird die Todesursache geschönt auf Herzversagen, Unfall, langes Leiden usw. Die Folgeerkrankungen der Alkoholkrankheit oder anderer Suchtkrankheiten werden verschwiegen.***

**Auszug:** *Alkohol ist einer der "härtesten Drogen", die wir haben, so sind die körperlichen Reaktionen allerdings etwas anders. Die therapeutische Breite ist sehr groß, deshalb wird diese Droge auch sehr unterschätzt.*

*Beim Konsum von Alkohol wird die Produktion der Endorphine nicht eingestellt, sondern es werden hauptsächlich nur Nerven und Nervenzellen mit ihren Ärmchen vergiftet. Das Absterben der Ärmchen oder der Zelle selbst ist nur eine Frage der Zeit und der Dosis. Es entstehen Polyneuropathien (vielfache Nervenschädigungen).*

*Da der Alkoholiker sich oft in eine lebensbedrohliche Situation begibt, trainiert er sein Gehirn auf sofortige Ausschüttung von Endorphinderivaten = Morphiaten.*

*Die Morphiatausschüttung streben auch zum Beispiel Spitzensportler an, damit sie ausdauernder werden und keine Schmerzen mehr verspüren.*

*Das wird solange geübt, bis es zum Reflex geworden ist und das heißt Suchtkrankheit.*

**Auszug:** *Konsumieren Frauen ihrer Schwangerschaft Alkohol, riskieren sie schwere Behinderungen fürs Kind, doch viele Frauen gehen das Risiko ein.*

*Schwangere, die Alkohol trinken, können bei ihrem Kind das fetale Alkoholsyndrom (FAS) auslösen.*

*Kinder mit FAS weisen körperliche Entwicklungsstörungen auf und sind in ihrem Verhalten auffällig. Schäden, die von einem Fetalen Alkoholsyndrom stammen, sind meist bleibend und Chancen auf Heilung bestehen kaum. Sie führen oft zu großen Schwierigkeiten in Schule und Beruf sowie im gesamten Alltag.*

*Viele Menschen, die an FAS leiden, sind ihr ganzes Leben auf fremde Hilfe und Fürsorge angewiesen.*

*Laut der Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung werden in Deutschland jedes Jahr etwa 10.000 Neugeborene mit Alkoholschäden zur Welt gebracht.*

*Fetale Alkoholspektrum-Störungen stellen demzufolge die häufigste aller angeborenen Erkrankungen dar.*

*Von diesen Kindern zeigten etwa 4.000 das Vollbild des Fetalen Alkoholsyndroms. Das wäre ein FAS pro etwa 200 Geburten.*

*Viele Menschen in Deutschland fordern von den Politikern, dass sie Warnhinweise auf Alkoholflaschen und Anzeigen, um Schwangere und Autofahrer von den Gefahren des Alkoholkonsums zu warnen.*

#### ***In Frankreich gibt es den Warnhinweis:***

*Der Konsum von alkoholhaltigen Getränken während der Schwangerschaft kann selbst in geringen Mengen schwere Konsequenzen für die Gesundheit des Kindes nach sich ziehen.*

**Auszug:** *Drogen in der Schwangerschaft können jedem Baby schaden.*

*Drogen aller Art gehen sowohl über die Plazenta auf das Ungeborene als auch über die Muttermilch auf das Baby über. Der Drogenmissbrauch kann zur Fehlgeburt, Frühgeburt, niedrigem Geburtsgewicht und auch Totgeburt führen.*

*Weil Drogenmissbrauch häufig auch mit und Nikotin-Rauchen, dem verbunden ist, spielen deren negative Auswirkungen auch eine Rolle.)*

#### **Das Europamagazin der ARD berichtete am 20.12.2015:**

Die Europäische Lebensmittelverordnung schreibt vor, dass die Käufer über sämtliche Zutaten aufgeklärt werden müssen.

Bisher ausgenommen sind alkoholische Getränke. **Warum?**

Wenn man heute eine Milchtüte öffnet, Orangensaft, Softdrinks, egal was, man findet alle Zutaten auf einer Liste.

**Wenn aber ein Teelöffel Alkohol darin ist, ist die Liste weg.**

**Man hat keinerlei Informationen mehr. Die Alkohol-Industrie ist mächtig.**

Bis jetzt haben die Lobbyisten, in diesem Fall die Alkohol-Lobby, noch fast immer einen Weg gefunden, ihre Forderungen bei den Politikern durchzusetzen.

Sie konzentrieren sich vor allem auf die einflussreichen Personen im

Regierungsapparat und den Fraktionsspitzen, die Entscheidungen vorbereiten und durchsetzen. Dieser Personenkreis umfasst die gesamte Ministerialbürokratie mitsamt dem Kanzleramt, die Referenten in den Regierungsfractionen, wichtige Politiker wie Ausschussvorsitzende oder Fraktionssprecher für zentrale Politikbereiche wie Gesundheit, Wirtschaft usw.

Die Lobbyisten wollen Gesetzentwürfe möglichst schon in der Entstehungsphase prägen und als bedenklich empfundene Konzepte ausschalten.

Horst/Peter Pakert **Die Suchtkrankheit oder Seelenkrankheit** 1995/2024

Mit Sicherheit ist die Menschheit überwiegend krank, im Bewusstsein der Seele erkrankt, am schwächlichen, im schwächlichen Körper erkrankt und die Ursache dafür sind immer zuerst Verständigungsschwierigkeiten, sind Schwierigkeiten der Verständigung und die führen immer zu Krankheiten des Bewusstseins einer Seele und des menschlichen Körpers.

Das Beste konnte bisher das Bewusstsein mit dem Menschen in dieser materiellen Welt nicht machen. Denn das Beste ist die eigene, innere Zufriedenheit.

Das Bestmögliche in dieser Welt, mit diesem Leben zu machen, misst der Mensch - die meisten Menschen - nach Äußerlichkeiten und damit haben viele Menschen das Bestmögliche versucht zu machen oder auch erreicht.

Ob der Mensch damit innerlich - gefühlsmäßig - zufrieden war oder ist, ist nicht messbar, ist bisher nicht messbar gewesen.

**Der Mensch - als sein eigener größter Feind - wird weder auf dieser Website, noch in den Lernprogrammen zur Seele, etwas finden, "was er einfach nur zu glauben hat"!**

Alles kann im eigenen Leben, mit den eigenen schon gemachten Erfahrungen ausprobiert und nachvollzogen werden. Mit der menscheigenen Kreativität macht der Mensch dann das Richtigste aus seinem Leben.

Da es die Hauptaufgabe einer Seele, eines Bewusstseins ist das Beste aus jeder Existenz im Erwachsenenalter mit dem Erwachsenen-Ich zu machen, wird jeder Mensch nach der Richtigkeit seines Lebens forschen.

Dazu muss ein Mensch zu seinem Erwachsenen-Ich im Tagesbewusstsein der Seele wechseln, um ein Erwachsenenleben führen zu können.

Erwachsen werden, erwachsen leben, erwachsen sein ist erlernbar, wenn die Seele zum Leben hinzugenommen wird.

Du kannst als "Wissen-wollender" hier anfangen, Dich richtiger kennenzulernen.

"Werde erwachsen, werde Dein eigener Therapeut, werde Dein eigener Überprüfer auf Richtigkeit = Supervisor.

Begnüge Dich mit den eigenen Erfolgen, der inneren Zufriedenheit.

Werde Dein eigener Freund, denn als Dein Freund hast Du die Pflicht, Dich zu schützen und Schaden von Dir abzuwenden."

Die Neigung zu oder die Neigung gegen aus den Genen oder die Zusammensetzung der Seele ist dafür verantwortlich ob ein Mensch suchtkrank wird.

Die Neigung zu oder gegen seelisch-geistiger Art oder des Körpers ist so geprägt gewesen, somit ist es damit genaustes zu erklären.

**Es liegt in unseren Anlagen, sich nicht mit weniger zu begnügen, wenn wir doch mehr haben könnten. Somit ist der Anfang einer Suchtkrankheit - als Geburtsstunde - uns in die Wiege gelegt worden.**

**Wir Erwachsenen hatten bisher mit dem legalen Wissen keine Chance nicht krank zu werden.**

**Wer unschuldig bisher krank wurde, wurde vom Menschen trotzdem bestraft.**

**Ein Beispiel:** Erfolglose Besuche in einigen Selbsthilfegruppen hatte ich hinter mir, viele Therapeuten hatte ich kennengelernt, wobei mich keiner richtig verstanden hat. Ein angeblich hoffnungsloser Fall sollte ich sein.

Diese Aussage bekam ich zuvor von Therapeuten.

Es stand in meinem Lebensbuch, dass ich Peter finde mit seiner Lebensschule, wo ich angeblich hoffnungsloser Fall sofort verstanden wurde.

Die Beschimpfung, ich sei ein Fall - ein hoffnungsloser Fall - ist von mir widerlegt worden!



Viele Menschen, so denke ich heute, wurden fälschlicher Weise auch als hoffnungslose Fälle eingestuft, abgestempelt und abgeschoben.

**Geben Sie nicht auf, suchen Sie weiter, wenn es Ihnen so ergangen ist wie mir.**

**Bei Ihrer Suche werden Sie verstehende Menschen finden.**

**Helfen aber auch Sie mit, dass man Sie verstehen kann.**

In Hannover fand ich 1989 den Verein und das Institut für Naturheilkunde mit der privaten Suchtberatungsstelle, wo Hilfe zur Selbsthilfe angeboten wird, damit sich jeder Mensch selbst richtiger helfen kann, als er es bisher konnte oder durfte.

Dass ich den von Peter Pakert 1977 gegründeten Verein für Sozialmedizin gefunden habe war kein Zufall.

In meinem Lebensbuch stand geschrieben, dass ich dem Peter begegnen werde, der dieses Wissen hat, damit ich weiterleben kann, sonst wäre mein Lebensweg sicherlich schon zu Ende.

Da aber noch weiteres in meinem Lebensbuch steht, das mir nicht bekannt ist, lerne ich diese Informationen kennen, die ich zu meiner weiteren Lebensführung brauche. Da mein Lebensweg, meine Aufgabe, in diesem Leben noch lange nicht zu Ende ist, habe ich den Mut meinen Weg weiterzugehen.

Ich habe schon immer, auch auf der Flucht vor mir selbst, daran geglaubt, dass ich die Freuden, die für mich bestimmt sind, noch erleben werde.

Mit Freude werde ich somit meinen weiteren Lebensweg beschreiten.

**Auszug:** Am 14.7.1989 hatte ich das letzte getrunken, meine letzte Alkoholvergiftung. Tabletten und Drogen hatte ich einige Zeit zuvor weggelegt, weil ich das Gefühl hatte, sie bringen mich um.

Nach dem Krankenhausaufenthalt im August 1989 ging ich in den Verein für Sozialmedizin in Hannover. Dort besuchte ich eine Intensivgruppe, in der ich nichts verstand, weil ich noch legalen, krankmachenden Süchten nachging.

Ich spielte - zockte, soff Unmengen Kaffee, Cola und Sonstiges.

Fraß täglich bis zu 10.000 Kalorien, hatte regelmäßig meinen Spaß auf Kosten anderer und arbeitete wie ein Besessener, der nicht genug bekommen konnte.

Nach dem halben Jahr Intensivgruppe wurde mir empfohlen zur Therapie nach Bad Essen zu fahren. Ich nahm an.

Im Einführungsgespräch zur sechsmonatigen Therapie in Bad Essen sagte ich, ich war und bin alkohol-, medikamenten-, drogen - und spielsüchtig.

Ich wollte einen neuen Anfang machen, bemühte mich, gab was ich geben konnte, doch es war nicht genug.

Die Kraft ging mir aus, und ich spielte in Bad Essen, obwohl ich auch vom Spielen suchtkrank geworden war. So bekam ich neue Kraft, und die Informationen vom Therapiezentrum prallten von mir ab.

Ich war wieder zu stark, und die Therapeuten ließen los, gaben verantwortungsbewusst ab, mit der Überweisung für eine Einzeltherapie.

Sie konnten mir nicht helfen, weil ich es noch nicht zuließ. So wie ich war konnten die Therapeuten nichts mit mir anfangen, denn ich machte sie hilflos.

Als ich nach vier Monaten 1991 die Paracelsus-Klinik verlassen musste, war in mir Hoffnung, ich schaffe es trotzdem irgendwie, weil ich leben wollte.

Ich konnte es nicht richtig einordnen, warum ich vorzeitig gehen musste, betrachtete mich als abgewiesen, rausgeschmissen. Die Arbeit des Therapiezentrums sah ich als unkorrekt mir gegenüber an. Diese Ansicht möchte ich heute korrigieren und dazu etwas sagen, sowie über mich und meinen weiteren Genesungsweg.

Schuld an meinem gescheiterten Leben hatten bisher immer die anderen, so auch nach vier Monaten Therapiezeit das Therapiezentrum.

Ich bekam von den Therapeuten die Möglichkeit angeboten in eine therapeutische Wohngemeinschaft zu gehen.

Nach 24 Stunden Bedenkzeit entschied ich mich für meinen Weg zurück nach Hannover, zu meiner Selbsthilfegruppe, das sagte mir meine innere Stimme: "Stelle dich der alten Umgebung, flüchte nicht".

Hoffnung kam in mir auf. Ich wusste nicht ganz genau, was ich richtig wollte.

Mit Sicherheit, so wurde mir klar, wollte ich nicht weiter vor mir flüchten.

Somit wusste ich zumindest, was ich nicht mehr wollte.

Der Verein für Sozialmedizin und dessen erster Vorsitzender Klaus-Peter Pakert, ein Suchttherapeut und Spezialist für hoffnungslose Fälle, da sah ich meine Chance.

Ich bekam in Bad Essen eine Überweisung für eine Anlaufstelle zur therapeutischen Nachbehandlung.

Die Überweisung, so erlebte ich, war nutzlos, da die BfA den Suchttherapeuten nicht in ihren vier Anlaufstellen für Hannover berücksichtigt hatte.

Einen anderen Therapeuten wollte ich nicht, ich wollte leben, kein Risiko mehr eingehen, da ich schon schlechte Erfahrungen genügend hatte.

So kam ich im Februar 1991 in Hannover an.

Deprimiert und schwach ging ich in meine Gruppe und berichtete.

Aus Angst und Schamgefühl versuchte ich es erst einmal nur mit der Gruppe.

Dann drei Wochen später war meine Kraft aufgebraucht, und ich ging auf den Suchttherapeuten und ersten Vorsitzenden zu und sagte:

"Ich kann nicht mehr, hilf mir bitte, sonst muss ich sterben".

Alkohol, Drogen oder Medikamente wollte ich nicht mehr konsumieren, weil ich genau wusste, sie bringen mich um.

Als ich mich nach dem Therapiezentrum in Bad Essen bei Peter zu einer Einzeltherapie meldete, war ich angeblich ein hoffnungsloser Fall.

Es stand in meinem Lebensbuch, dass ich Peter finde mit seiner Lebensschule.

Wo ich angeblich hoffnungsloser Fall sofort verstanden wurde.

Die Beschimpfung, ich sei ein Fall - ein hoffnungsloser Fall - ist von mir widerlegt worden!

Viele Menschen, so denke ich heute, wurden fälschlicher Weise auch als hoffnungslose Fälle eingestuft, abgestempelt und abgeschoben.

**Ich sowie viele meiner Freunde durften erleben, wie rücksichtslos der Apparat des Suchtkrankengeschäfts über Leben und Tod entscheidet. Das muss aufhören! Ich wünsche mir, dass dieser Krieg aufhört, dass die Verantwortlichen bereit sind Neues hinzunehmen.**

**Es darf in Zukunft keine negativen Kompromisse in der Suchtkrankenbehandlung mehr geben, sondern ehrliche, anständige Hilfe. Darauf hat der Kranke ein Recht.**

**Dieses Recht wird ihm von Seiten der Rentenversicherungsträger und der Politiker streitig gemacht, weil sie über den Therapieverlauf bestimmen.**

**Das bedeutet die Behandler müssen wieder auf die Schulbank.**

**Das bedeutet auch, dass alle Verantwortlichen neu hinzulernen müssen.**

Wir haben eine Seele, die schon im Vorfeld der Erziehung therapiert werden muss, und die Therapie von Peter, der hauptsächlich die Seele berücksichtigt, hat schon vielen Patienten geholfen ein neues, freies und menschenwürdiges Leben zu führen. Meine Therapie bei Herrn Peter Pakert bezahlte ich ab 1991 selber, weil ich leben wollte und die Krankenkasse dafür nicht aufkam.

Erfolgreiche Therapien hatte ich hinter mir, viele Therapeuten kennengelernt, wobei mich keiner richtig verstanden hat.

Jetzt verschulde ich mich noch mehr, weil ich leben wollte.

So fragte ich meine Eltern machte "bitte, bitte", nur weil ich leben wollte.

"Ist das Recht oder Unrecht."

"Viele stationäre Maßnahmen können gespart werden."

Leider sind die Verantwortlichen in der Politik, die Krankenkassenverbände, Rentenversicherungsträger immer noch so dumm und uneinsichtig, dass sie lieber Althergebrachtes sehr teuer bezahlen als auf wissende, erfahrende Menschen zu hören.

Mir ist wörtlich mehrfach gesagt worden:

Dafür gibt es Gesetze, die das regeln (verstaubte Gesetze, PsychKG).

Wir zahlen lieber einhunderttausend Mark für eine anerkannte stationäre Behandlung, als dass wir zehn bis zwanzigtausend Mark für eine nicht anerkannte ambulante hilfreiche Therapie bezahlen.

Obwohl das Zahlenmaterial, das Milliarden DM eingespart werden können, das Gegenteil beweist.

**Wann werden Verantwortliche endlich wach und sparen nicht am falschen Ende?  
Dummheit schützt nicht vor Strafe.**

**Verantwortliche müssen bestraft werden und nicht die, die sich selbst schon nicht verstehen und sich nicht richtig helfen können.**

**Auch nicht die, die das Mühlrad der "anerkannten Psychotherapie" geraten sind.  
Viele dieser Menschen habe ich kennengelernt.**

**Sie sind fast alle im ersten Jahr ihrer Abstinenz stehen geblieben.**

**Sie sind weiterhin unfrei, und Freiheit ist eines unserer höchsten Ziele.**

**Um das Alte zu erhalten werden Kriege geführt, dafür wird gekämpft.**

**Peter wie auch ich wollen weder Krieg spielen noch kämpfen.**

**Wir wollen darauf aufmerksam machen, dass im Gesundheitswesen am falschen Ende gespart wird.**

**Bis heute zahlt aber wieder die Zeche der Beschränktheit des Beamtenapparats die Allgemeinheit. Das muss aufhören.**

**Peter sagte (1998):**

Viele Millionen hat der Verein für Sozialmedizin Hannover e.V. allein in den letzten 20 Jahren mit seiner guten Gruppenarbeit an Therapiekosten eingespart.

90% aller Patienten und Angehörigen (etwa 16.000 Personen) bleiben allein durch die Gruppenarbeit seit Bestehen des Vereins trocken oder nehmen keine unnötigen Medikamente mehr oder leben zufrieden mit den Betroffenen und deren Kindern.

Die Angehörigen werden weniger krank, die Kinder der Suchtkranken lernen besser in der Schule, und auch bei ihnen sind keine Suchtkrankheiten zu erkennen.

Eine Suchtkrankheit ist eine Familienkrankheit.

Das wird vom Verein seit seiner Gründung am 09.08.1977 berücksichtigt.

**Physische Abhängigkeit kann, muss aber nicht notwendigerweise mit psychischer Abhängigkeit einhergehen.**

Von psychischer Abhängigkeit wird auch gesprochen, wenn der Körper sich endgültig an eine bestimmte Menge einer Droge gewöhnt hat, sodass eine Steigerung der Dosis nötig ist, damit sich die gewünschte Wirkung, der angestrebte Zustand, einstellt.

In diesem Fall muss von Krankheit gesprochen werden.

Peter spricht schon von Krankheit, wenn eine Hörigkeit vorliegt.

**"Ein Suchtkranker ist immer auch ein höriger Mensch!"**

Diese Aussage hat mich fasziniert.

Das lässt für mich den Schluss zu, dass die "Hörigkeit" immer die Ersterkrankung bei einer Suchtkrankheit ist und später andere Krankheiten hinzukommen.

Peter hat mir diese Überlegungen am nächsten Tag bestätigt.

Dieses sei eines seiner vielen Erkenntnissen aus der Forschungsarbeit.

**Können hörige Menschen abstinent leben?**

**Nein**, sie können nur lernen, nicht mehr hörig zu sein.

Sie können lernen, sich die richtige Anerkennung und die Liebe richtiger als bisher selbst zu geben und von außen Ankommendes nicht mehr so hoch zu bewerten.

Die Selbstvernachlässigung muss in ein besseres und richtigeres Selbstbeachten umgewandelt werden.

Dann werden auch sie in Harmonie und Geborgenheit leben können.

Die Zufriedenheit kommt dann wie von selbst durch eine bessere Selbstverwirklichung.

Eine weitere Sicherheit könnte das Wissen über Suchtkrankheiten sein.

Horst/Peter Pakert **Suchtkranke haben es nicht leicht** 1995/2007/24

### **Therapeuten haben es auch nicht leicht!**

Suchtkrankheiten ziehen sich durch alle Altersklassen und soziale Schichten.

Doch was diesen Menschen als Hilfe angeboten?

Jedes Jahr werden Millionen von Geldern für Therapien ausgegeben, die Ergebnisse sind jedoch niederschmetternd. Alle bekannten Therapieformen, seien sie nun von ärztlicher oder privater Stelle, zeigen wenig Erfolg.

Der Anteil der Menschen, denen wirklich geholfen wird, ist verschwindend gering.

Bei der Masse der Hilfesuchenden stellt sich entweder gar keine Besserung ein oder sie ist nur von kurzer Dauer.

Und wie sieht es mit der Prävention heute aus?

Sicher bemühen sich die Schulen um Aufklärung im Bereich Zigaretten, Alkohol und Drogen, aber letztendlich zucken auch unsere Pädagogen nur hilflos mit den Schultern. Viele Ärzte und Therapeuten, die sich seit Jahren mit Suchtkranken befassen, geben heute schon zu, dass sie als Außenstehende immer noch keinen Zugang zur Denkungs- und Handlungsweise suchtkranker Menschen haben.

Eine Suchtkrankheit verstehen zu lernen, wenn sie falsch geschult wurden, ist noch schwieriger. Deshalb bemühen wir uns ja auch für sie Wissenswertes aufzuschreiben, damit sie als Behandler in Zukunft ihre Patienten besser verstehen und ihnen dadurch schneller und wirksamer in einer Gesprächstherapie helfen können.

Hilfe für Menschen wird aus Hannover, aus Deutschland schon seit vielen Jahren angeboten, für Menschen, die nicht mehr flüchten oder kämpfen wollen.

Richtige Hilfe muss es für alle Menschen geben und nicht nur für einige wenige Menschen, die den Verein und das Institut für Naturheilkunde mit der privaten Suchtberatungsstelle finden und ihr Wissen in die Welt tragen.

**Auszug:** Die Zeichen der Zeit, die Ungerechtigkeiten, die Gewalt, die Krankheiten lassen sich in der Zivilisation des Menschen nicht mehr übersehen.

In der berechtigten Hoffnung, dass die Ungerechtigkeiten auf dieser Welt groß genug sind, richtige Hilfe heute überall notwendig geworden ist, ist es jetzt Zeit ernsthaft über Wahrheiten zur Seele, zum Bewusstsein zu schreiben, zu sprechen, sonst bringt der Mensch sich und alles andere um.

Jede Seele beseelt in einer Symbiose einen Körper mit dem Auftrag: das Beste aus diesem kurzen Leben, aus dieser Existenz zu machen.

Die Seele ist Träger des Lebens, also Inbegriff aller unbewussten und bewussten Vorgänge, die unsere Lebenskraft gewährleisten.

Eine Seele hat ein Bewusstsein und besitzt der Mensch eine Seele, kann ihm etwas bewusstwerden, wenn das Bewusstsein Zugriff auf den Körper hat.

Die Seele, das Bewusstsein ist der Bestimmer und nicht das Körperliche, denn nur das Bewusstsein ist in der Lage einerseits bewusst zu denken, andererseits unbewusst zu denken und handeln, wobei das Denken eine interne Handlung ist, die über den Körper nach außen gegeben werden kann und als Selbstverwirklichung bezeichnet wird.

Eine einmalige Seele kann elektrische Impulse als Informationen in ein Gehirn geben, diesen dazugehörenden Körper dadurch steuern und lenken und vom Körper zurückkommende Informationen als elektrische Impulse meistens richtig lesen.

Werden sie nicht richtig gelesen ergeben sich Fehlreaktionen.

Richtig lesen kann nur das Unterbewusstsein.

Damit sind wieder die angeborenen Verständigungsschwierigkeiten erklärt.

Die Seele ist ein energetisches System, ein untereinander funktionierender Verbund, ein perfekter nicht zerstörbarer Organismus.

Die Seele ist noch viel mehr.

Die Seele hat eine viel größere Bedeutung als wir Menschen seit Menschen-Überlieferungen bisher dachten!

**Weit über 90 % der Störungen, der späteren Krankheiten, die den Menschen betreffen, haben den Ursprung in seiner einmaligen Seele, in seinem einmaligen Bewusstsein mit seiner heute schon grob nachvollziehbaren Funktionsweise.**

**Mit seinen Fähigkeiten, Neigungen zu oder gegen: Zuneigungen - Abneigungen.**

Das kostbare Gut, dass wir leben dürfen, weil wir noch beseelt sind, dass der Mensch dieses eine Leben hauptsächlich bewusst erleben darf, darf nicht länger vom Menschen mit seiner einmaligen Seele ignoriert werden.

Die Seele als unser Leben bestimmender, Leben spendender Faktor ist so weit enträtselt worden, dass für jeden Menschen nachvollziehbare Fakten geschaffen werden können, wenn wir den Mut haben die Seele als energetisches System, als Tatsache akzeptieren und damit ein neues, richtiges, gerechteres, authentischeres und gesünderes Leben zu führen als es früher trotz großer Anstrengungen nicht möglich war.

Jede Seele ist der Benutzer eines menschlichen Körpers.

Jede Seele bestimmt über das Leben eines jeden Menschen.

Einerseits bestimmt das Tagesbewusstsein das Leben bewusst, andererseits bestimmt das geheimnisumwobene Unterbewusstsein, das sich nicht in seine Bestimmung hineinsehen lässt, das meiste für den Menschen unbewusst.

Jeder Mensch hat eine einmalige Seele und einen einmaligen Körper.

Das ist die zweimalige Einmaligkeit.

Damit zufrieden zu werden, das wird jeder Mensch können, wenn er sich richtig, frühzeitig, schon als Kind richtig mit seiner Seele kennenlernen darf.

Wenn jedes Kind endlich das Recht erhält, über seine Seele das richtige Wissen bekommt und später über sich bestimmen darf.

Das Wissen, dass Kinder brauchen, um nicht krank zu werden, ist schon lange da.

Das Wissen wurde ihnen bisher durch Ignoranten, durch Besser-Wisser, durch Abwerter, durch Übertreiber verwehrt.

**Menschen, die als Kinder schon in der Schule Wissen zur Seele wollten:**

**"was"** das Tagesbewusstsein "ist",

**"was"** das Unterbewusstsein "ist",

**"wie"** das Tagesbewusstsein funktioniert,

**"wie"** das Unterbewusstsein funktioniert und

**"wie"** funktioniert das Zusammenspiel zwischen Körper und Seele,

**wurde das richtige Wissen bisher verweigert, weil die Leben spendende, die Leben bestimmende Seele überhaupt nicht richtig geforscht wurde.**



Die Seele des Menschen wurde auch der Mystik, der Esoterik oder dem Glauben, den unterschiedlichen Glaubensrichtungen zugeordnet und damit soll es gut sein.

Der verantwortungslose Umgang mit Kindern, mit Jugendlichen, mit Menschen geht weiter, weil die Seele nicht miteinbezogen wird.

**Die bisherige Menschheit hat die richtige Funktionsweise und den richtigen Umgang mit der Seele bis heute ignoriert. Das Unrecht muss geändert werden!**

**Nochmal:** Die Seele ist für den jeweiligen beseelten materiellen Körper eine Leben gebende Instanz, die diesen Körper, nach seiner Art, für eine kurze Zeit leben lässt.

Die Seele ist mehr als der Mensch in seiner Ignoranz, mit seiner Selbstüberschätzung, mit dem falschen Vorteilsdenken, mit der Unrühmlichkeit der gesamten Menschheit, bisher mit der Seele gemacht hat, bisher aus der Seele gemacht hat.

Nur die Seele mit ihrem Bewusstsein kann denken, bewerten, wertschätzen oder nach außen hin, über den Körper oder mit dem Körper Taten begehen, für die er verantwortlich ist. Interne Taten des Bewusstseins ist das Denken, wobei das Gehirn mit seinen Gedächtniszellen bei Beseelung eines Menschen durch das Bewusstsein mit einbezogen wird und Leben bestimmend ist.

Um richtig mit dem Bewusstsein, mit dem Gehirn, denken zu können, müssen weitere Naturgesetzmäßigkeiten und die tatsächliche Funktionsweise der Seele berücksichtigt werden. Ohne Grundlageninformationen zu sich selbst kann sich ein Mensch nicht richtig zufrieden stellend leben.

Der Mensch wird in seinen Grundfesten erschüttert, wenn er nicht richtig mit sich umgeht. Kennt er seine körperlichen und seelischen Grundbedürfnisse nicht richtig, wird er sie nicht richtig erfüllen und wird krank.

Ein rundes, ausgewogenes, lebenswertes Leben strebt jeder Mensch an.

Damit der Mensch ausgewogen, richtig leben kann, muss er sich richtig kennen.

Weil richtigeres Wissen zur Seele, zum Menschen, zum Leben mit sich, mit anderen, das menschlicher ist, bisher ignoriert oder abgewertet wurde, wollen wir es richtiger, menschlicher machen, deshalb muss die Seele mit einbezogen werden.

**Die Suchtkrankheit hat ihre eigenen Spielregeln.**

**Der Körper eines Menschen aber auch.**

**Die Seele eines Lebewesens erst recht. Ständig empfindet sie neu.**

**Zum Vorteil vieler Menschen, oder wie wir immer sagen, zum Glück vieler Menschen ist die Seele und ihre Funktionsweise kein Geheimnis mehr.**

Seit 30 Jahren haben viele tausend Menschen davon profitiert, ihr neues Wissen zu leben. Sie haben gelernt ihre Suchtkrankheiten (= Zwangskrankheiten) zu bewältigen, diese Krankheiten zum Stillstand zu bringen und dauerhaft zu einem Leben mit mehr Arbeitsfähigkeit, Einfallsreichtum, Güte und Zufriedenheit für sich zu finden.

Vielen Menschen ist vieles gemeinsam gelungen, was sie vorher für unmöglich hielten. In dieser Ansicht wurden sie bestärkt.

Zu dieser Ansicht sind sie durch die Legalität gekommen.

**"Krank durch die Normalität."**

Menschen müssen zusammengeführt werden und nicht getrennt werden.

Alle Menschen gehören zusammen.

Ganz besonders kranke Menschen mit der gleichen Grundkrankheit!

Es gibt zwar unterschiedliche Menschen, die aber alle einmalig - zweimalig sind.

Alle Menschen haben eine "einmalige Seele" und einen "einmaligen Körper"!

Alle Menschen müssen wie eine große Familie angesehen werden.

Das Zusammengehörigkeitsgefühl muss gefördert werden.

Alle Menschen müssen zusammengeführt werden, damit jeder Mensch sich richtiger, damit jeder Mensch anderen richtiger helfen kann.

**"Wie"**, das lernt der Mensch in seiner Lebensschule, wenn er die Seele hinzunimmt, wenn er das richtige Wissen zur Seele, zum Bewusstsein, zum Leben hinzunimmt, wenn er das richtigere Wissen dazu zulässt.

Jeder Mensch wird zum gütig wissenwollenden Menschen, der in seiner Lebensschule lebt, die ihn 24 Stunden am Tag begleitet.

Die Seele - das Bewusstsein der Seele mit seinen vielen Funktionsfähigkeiten, Mitteln und Möglichkeiten lassen den wissenden Menschen ein zufriedenes Leben führen, ein Leben mit sich, ein Leben im Beruf, ein Leben in der Familie, ein Leben in der Freizeitgestaltung.

**"Das Leben ist nicht nur zum arbeiten da."**

**"Das Leben ist zum leben mit Lebensqualität da."**

**Mit diesem Auftrag ist jede Seele auf Erden in einem Menschen tätig.**

Ich betrachte es als meine Pflicht, Erkenntnisse aus meiner Lebensaufgabe anderen Menschen mitzuteilen, wenn die Möglichkeit, wie heute, dazu besteht.

Bei den vielen mich umgebenden Menschen mit dem Namen Peter habe ich mich abgrenzend kenntlich gemacht, so dass es nur den einen - der Peter - gibt, und das bin ich.

Durch meine neuen Vorgehensweisen, mit der Seele - dem Bewusstsein zu arbeiten, beschreite ich einen bisher unbekanntem Weg zur Seele, der zu einer sehr hohen Erfolgsquote mit der eigenen Zufriedenheit führt.

In der heutigen Zeit müssen gerade in diesem Bereich neue Wege beschritten werden, um effektivere Lösungen anbieten zu können und um erfolgreicher als bisher ambulante Therapien zu betreiben, wodurch stationäre Maßnahmen zum großen Teil überflüssig werden.

**"Es ist ein Glück für uns, dass die Suchtkrankheit so einfach ist, dass zwar jeder einfache Mensch sie versteht, verstehen kann, Therapeuten als Profis damit aber total überfordert sind!"**

Diesen scheinbaren Widerspruch werden Sie aber selbst beim Weiterlesen aufklären und es sich auch selbst richtig erklären können.

**Jede Suchtkrankheit ist erst einmal eine seelische Erkrankung.**

**Das Gemüt ist krank. Die Seele ist krank.**

Später kommt der Körper und das Gehirn als manifeste Ausdrucksform dieser Krankheit hinzu. "Das Gehirn ist körperlich".

Zum besseren Verständnis nochmal: Das Gehirn ist körperlich, es gehört zum Körper und besteht hauptsächlich aus Nervenzellen.

Psychiater bemühen sich früher vergebens, diese, so wie sie sagten, Geisteskrankheit zum Stillstand zu bringen, zu lindern oder sogar zu heilen.

Menschen mit angeblich fehlendem Fachwissen, die aber an dieser Krankheit erkrankt sind, halfen sich selbst, weil sie sich miteinander - um-sieben-Ecken-denkend - gut verstehen und verständigen konnten. Auch heute noch ist das die richtige Therapie.

Fehlendes Fachwissen gleichen diese Menschen, mit ihrem unschätzbaren Wissen über die Wirkungsweise der Suchtmittel, so aus.

Das Verstehen von sich selbst, diesen Krankheitssymptomen und Verständnis für diese tödliche Krankheit mit ihren Ursachen zu haben, ist das Kapital des Suchtkranken.

**Auszug:** Eine "Suchtkrankheit", wie die Übertreibungskrankheiten heute noch bezeichnet werden, eine Bewusstseinskrankheit, viele Krankheiten wurden mir solange eingeredet, bis ich es selbst glaubte.

Ich musste vom Alkohol krank werden.

Ich musste hilflos Ungerechtigkeiten mitansehen, ohne das Richtige dagegen tun zu können. Zweifel hatte ich trotzdem immer, solange ich zurückdenken kann.

Meine frühere Krankheit, meine Alibi-Krankheit, meine Vorzeigekrankheit, meine eingeredete Krankheit - ich dachte, sie sei von Vorteil (ich hielt das Leben nur im Suff einigermaßen aus) - begann ich mit Alkohol vor der Realität zu entfliehen, was mir nicht gelang. Begonnen hat alles bei mir im Alter von 8 Jahren heimlich als Kind.

Dass dieses Vorteilsdenken mit Alkohol keinerlei Vorteile für mich hatte, war mir schon in den ersten Wochen klar. Auch das Rauchen mit 8 Jahren und sonstige Fluchtversuche brachten keine Erleichterungen für mich - im Gegenteil.

Ich musste gegen meine Überzeugung lange Zeit mitmachen, sonst folgte die Bestrafung sofort. Von Bestrafungen, die Erwachsene für richtig gehalten haben, kann ich Bücher schreiben.

Solange ich bewusst denken kann, begleitete mich, bis heute, das Unrecht, wie mein Schatten. Dass ich trotzdem nicht aufgeben liegt am Erkennen meiner Seele, am richtigen Erkennen meines Bewusstseins und seiner Lebensaufgabe.

Die Flucht mit Alkohol behielt ich bis zu meinem 31. Lebensjahr als Alibi bei.

Damit war ich schwanger bis zum 13.12.1976, 10.05 h.

Um 10.10 h war ich bewusst nicht mehr schwanger, denn ich entschied mich bewusst gegen den Alkohol - bis heute 2007.

Ein neuer Mensch wurde in der Fachklinik Oerrel - Haus Niedersachsen geboren.

Aus dem anfänglich hilflosen, neugeborenen Menschen wurde in einer sehr schnellen Entwicklungszeit ein erwachsener Mensch.

**Am 09.08.1977 gründete ich mit 23 anderen Menschen den Verein für Sozialmedizin Hannover e.V. in Hannover. Der neue Verein "Selbsthilfe zur Weltfreiheit e.V. " ist am 30.01.2005 gegründet worden.**

**Auszug:** Zeit meines Lebens habe ich mich mit Menschen beschäftigt.

Ich selbst stand sehr oft vor ausweglosen Situationen, die mir seelische und körperliche Schmerzen verursacht haben, die ich nicht richtig deuten konnte.

Deshalb wurde ich auch suchtkrank.

Sehr oft habe ich erlebt, dass andere Menschen geweint haben, gelitten haben, verzweifelt waren und bei mir ist dann eine Hilflosigkeit entstanden.

Diese Hilflosigkeit konnte ich zeitweise kaum ertragen.

Diese Hilflosigkeit über Jahre hinweg Leid zu sehen und nur begrenzt ohne Hintergrundwissen helfen zu können, hat mich eines Tages dazu bewogen, mich noch mehr, noch intensiver mit den Menschen auseinanderzusetzen.

Deshalb machte ich ein "privates Medizinstudium" und wurde Heilpraktiker und Suchttherapeut. Sechseinhalb Jahre dauerte meine Ausbildung, wobei mir ein Arzt als Lehrer privat zur Verfügung stand.

Ohne ihn, seine Geduld, sein Wissen, sein Können und seine große Disziplin, hätte ich die Prüfungen nicht geschafft und eine Selbständigkeit wahrscheinlich nie erreicht.

Einige Erkenntnisse von der Seele, von Menschen ergaben, dass es eine Grundkrankheit für viele Krankheiten gibt. Es ergab sich, dass die Ursache dafür, bewusst schuldlos krank zu werden, im Bewusstsein seiner Seele gefunden wurde.

Die Ursachen sind Verständigungsschwierigkeiten des Bewusstseins.

Die Ursachenkrankheit heißt Bewusstseinskrankheit in der Seele.

Der Mensch hat sich die verschiedensten Verständigungsmöglichkeiten als Sprache, als Symbole gegeben und so besteht auch die Möglichkeit zwischen Menschen, die sich verständigen, dass es auch zu Verständigungsschwierigkeiten kommen kann.

Diese Verständigungsschwierigkeiten, hauptsächlich vom Tagesbewusstsein eines Bewusstseins erzeugt, führen zur Bewusstseinskrankheit.

Verständigungsschwierigkeiten sind die Ursache für die Bewusstseinskrankheit, sind Ursache für die weltweit verbreiteten Zivilisationskrankheiten, sind Ursache für die meisten menschlichen körperlichen Krankheiten (der Körper als Spiegelbild der Seele)

Wer die Seele in ihrer Gesamtheit nicht verstehen kann, versteht sich nicht, kann andere nicht richtig verstehen, kann sein Leben nicht richtig ändern, weil er

Verständigungsschwierigkeiten hat.

Das Tagesbewusstsein oder das Unterbewusstsein steuern und lenken über das Gehirn den Körper ungesund oder schädigend durch die eigenen Selbstzerstörungskräfte, die vom Bewusstsein erzeugt werden.

Die Konsequenzen - die weltweite Zivilisationskrankheit - die weltweite Bewusstseinskrankheit, die immer körperliche Krankheiten als Ausdrucksform der seelischen Befindlichkeit am/im menschlichen Körper zeigt, ist weltweit feststellbar, doch leider bisher nicht der Seele - dem Bewusstsein zugeordnet, weil die Seele erfolgreich - bis heute - weltweit ignoriert wurde.

Die uns angeborenen Verständigungsschwierigkeiten der Seele sind als Ursache jeder Suchtkrankheit für mich eindeutig bewiesen.

Da ich keine Chance hatte nicht krank zu werden, Verhaltensweisen mir angewöhnte, die ich für mich ablehnte, Verhaltensweisen, die gegen gute Sitten und Gebräuche, geschriebene und ungeschriebene Gesetze verstoßen haben, bin ich bestraft worden.

So beteiligte ich mich am Unrecht, stellte ich später fest.

Selbstverständlich erhielt ich meinen Stempel.

Ich sei "so" oder "so" oder "so". Ich bin dieses, das und jenes.

Dabei wollte ich in Harmonie und Geborgenheit das Richtige tun, menschlich sein.

So wie ich es erlernte, ein Leben durch andere, über andere oder eine Sache zu führen, meinen Spaß zu haben - Freude auf Kosten anderer zu haben -, wurde ich nicht zufrieden. Ich wurde immer unzufriedener, immer kränker, immer unausstehlicher.

Dabei wollte ich die richtige Anerkennung, geliebt werden, aber keiner hatte mich richtig lieb, noch nicht einmal ich selbst.

Das änderte sich, als ich am 13.12.1976 mein Leben änderte.

Ich wurde zum positiven Egoisten.

Nur wenn es mir gut geht, kann ich anderen richtig helfen.

Ich erforschte mich, meine Bedürfnisse und stellte fest, dass alle anderen Menschen auch so funktionierten wie ich, ähnliche Bedürfnisse, ähnliche Verhaltensweisen usw. hatten.

Im Laufe der Zeit wertete ich meine Vergangenheit aus, konnte damit anderen Menschen helfen, und ich wusste plötzlich, wie sie funktionierten, weil ich wusste, wie ich funktionierte.

So ergab es sich, dass ich mir richtig helfen konnte, dass ich anderen richtig helfen konnte und das fasste ich alles in Worte, die es umgangssprachlich nicht gab, womit mich jeder Gleichgesinnte sofort verstanden hat.

Weil ich mein Hilfsangebot, mein Suchangebot, mein Forschungsgebiet ausdehnte, entdeckte ich sehr schnell - schon 1977, 1978, 1979 - die Ähnlichkeiten, die Seele, die für alles verantwortlich ist.

Mein Studieren, mich zu studieren, die Seele zu studieren, zahlte sich später aus.

Ich konnte mich bei mir, bei anderen festlegen, weil ich mir grenzenlos vertraute.

Wofür der ganze Leidensweg gut war, wusste ich lange Zeit nicht.

Heute ist es mein Lebenswerk, meine Erkenntnisse weiterzugeben.

Das Erkennen der Seele muss schon früher möglich gewesen sein (spekulativ).

Geistige Größen, von denen ich aus Büchern gutes und falsches lernte, hätten schon viel früher auf die Enträtselung der Seele kommen können, wenn sie ihre Gedanken zu Ende gedacht hätten. Wenn sich schon vor vielen Jahren viele Verantwortliche ernsthaft darum bemüht hätten herauszufinden, wie es kommt das in Hannover mit todkranken Menschen in der Gruppe über 92% Erfolge und mit Unikattherapien 100% Erfolge erzielt werden, könnte der gesamte Krankbereich, der bisherige Suchtkrankbereich - von der Seele ausgehend - heute schon anders aussehen.

Deshalb klage ich die Legalität, die Normalität, die Ignoranz, die Ungerechtigkeiten dieser Welt an!

Mit dem neuen Verein "Selbsthilfe zur Weltfreiheit e. V.", mit vielen Freunden helfen wir Kindern und Erwachsenen nicht erst behandlungsbedürftig krank in der Seele, im Bewusstsein zu werden.

Nach Aufklärung an falschen Kompromissen festzuhalten, die Leben kosten, die Krankheiten verursachen, durch die Legalisierung falscher Informationen, ist vorsätzlich und strafbar. Aber wo kein Kläger ist, ist auch kein Richter.

Bis heute konnte ich keine richtige Aufklärung über die einmalige Seele, das Bewusstsein feststellen.

Von falschen Informationen krank gewordene Menschen habe ich viel zu viele kennengelernt.

Keiner dieser Menschen, auch ich nicht, hatte die Chance nicht krank zu werden.

- Der Peter - der sich nicht davon hat abhalten lassen, dass es noch mehr gibt als der Mensch, als die Menschheit bisher gefunden und bisher anderen angeboten hat.

Ich habe zusammengetragen, dass was zur Seele tatsächlich gehört.

**"Wie"** die Seele tatsächlich funktioniert.

**"Was"** die Seele tatsächlich "ist".

**"Was"** die Seele ansatzweise kann.

Dass die Seele existent "ist".

Dass die Seele aus vielen Energieformen, jeweils einmalig zusammengesetzt, besteht.

Dass die Seelenenergien im Mikrokosmos angesiedelt sind.

Dass die Seele nur vom Schöpfer in ihrer Perfektion mit Funktionsweisen zusammengestellt - erschaffen - wurde usw.

Ich habe mein 60-jähriges Leben regelmäßig über viele Jahre ausgewertet, so wie es für mich als Mensch erträglich - makroskopisch, mikroskopisch - möglich war.

Das sind die gesichertesten Informationen für mich.

Gespräche mit vielen tausend Menschen ließen mich und andere den Erfahrungsschatz immer wieder prüfen. Zusammengetragenes Wissen aus dem gesamten

Lebenskreislauf von vielen Menschenleben war so möglich.

Anderes Leben wurde dabei mit einbezogen.

Forschungen über den feinstofflichen Bereich waren notwendig.

Forschungen als Grundkenntnisse waren notwendig.

Forschungen als wissenschaftliche Erkenntnisse wurden bedacht, benutzt oder umgewertet, neu definiert, neu geordnet. Die kleinsten Teilchen, die der Mensch kennt - Neutrinos - unseres bekannten Universums, konnten ansatzweise mit einbezogen werden (in Italien nachgewiesen als feinstofflich).

Der gesamte energetische Lebensraum konnte ansatzweise, weit überzeichnend sichtbar - erlebbar - beweisbar gemacht werden, durch exakte Berechnungen und Gegenrechnungen. Viele Unterteilungen wurden notwendig.

Wissenschaftliche Naturgesetze wurden berücksichtigt. Wissenschaftliche, rechnerisch beweisbare Naturgesetzmäßigkeiten haben sich ergeben, wurden mit einbezogen.

Der Glaube grundsätzlich beflügelte mich.



Weiteres Wissen aus der Welt des Wissens, des Glaubens, der Langzeitüberlieferungen wurde zusammengetragen und ausgewertet.

Es wurde logisch bewusst gedacht mit neuen Fakten neu erschaffen, errechnet und gegengerechnet als Wahrscheinlichkeitsrechnung und als

Verhältnismäßigkeitsrechnung. 30 Jahre wurde es auf Richtigkeit überprüft.

"Die Hoffnung stirbt zuletzt", "ist" ein bestätigendes Ergebnis aus Überlieferungen.

Alles ist zu verbessern, vieles zu erforschen.

Die Grundidee, dass alles erschaffen wurde als Mittel zum Zweck für irgendetwas, ist bedeutsam für eine höhere Macht, bedeutsam und logisch bewiesen worden.

Die höhere Macht, die auch der Polarität unterliegt, ist ermittelbar und beweisbar geworden. Einer höheren Macht zur Freude erschaffen, spielt dabei eine größere Rolle, als bisher gedacht.

**Die Seele "ist" enträtselt worden nach dem 13.12.1976.**

**Dazu konnte eine neue anerkannte Wissenschaft entstehen.**

So wie diese Wissenschaft für sich bisher seit 30 Jahren praktiziert wurde mit Menschen, mit Unikattherapien, weil notgedrungen die Hilfe zum Zufriedensein vordergründig war, kann sie ab sofort publiziert werden.

Da es sich bei der Seele um das Intimste eines Lebewesens handelt, war es eine Pflicht, eine Mindestzeit der Prüfungen, der Überprüfungen, einzuhalten.

Mit diesem Allgemeinwissen zur Seele kann schon jeder Mensch zu seiner Zufriedenheit damit bewusst arbeiten. Daraus wird eine neue Volkswissenschaft zur Seele entstehen, weil jeder Mensch dieses Wissen braucht.

Alles das, was der Mensch zur Seele wissen darf, "ist" mir preisgegeben worden von meinem Unterbewusstsein.

*("Was" etwas tatsächlich "ist", "ist" gleichzeitig die Bedeutung dessen.*

***"So" "ist" das also!***

*Das Wort "ist", "ist" eines der bedeutsamsten, umfangreichsten und inhaltlich aussagekräftigsten Worte. Weil das Wort "ist" etwas beschreibt, "was" es tatsächlich "ist", so dass eine Ausschließlichkeit entsteht, dass nur das gemeint "ist", "was" tatsächlich gesagt wurde.)*

Die Seele "ist" perfekt logisch aufgebaut.

Alles "ist" unzertrennbar miteinander verbunden.

Der verantwortungsbewusste Umgang, mit dem sich daraus bewusst und logisch nachvollziehbaren Wissen war bisher und "ist" auch weiterhin für mich eine Pflicht. Einerseits "ist" es heute verblüffend einfach eine Seele darzustellen und zu beweisen, andererseits "ist" die Perfektion, die Komplexität einer jeden einmaligen Seele für jeden Menschen mit seiner eigenen Seele ein einmaliges Erlebnis, sein Leben bewusst zu einem gewissen Anteil erleben zu dürfen.

Jede Frage zur Seele, zum Bewusstsein, kann bis heute beantwortet werden, soweit ich als Mensch Einblick in die Funktionsweise der Seele nehmen durfte.

Das alles kann und wird in Lernprogrammen für Kinder, für wissen-wollende Menschen beschrieben werden.

Die Seele "ist" geordnet, nachweisbar für jeden Menschen, der sich mit seiner Seele bewusst, genauer und richtiger als bisher erleben will.

**Jeder Mensch muss - so früh wie möglich - alles Wesentliche über seine Seele wissen, weil kein Mensch ohne seine Seele leben kann, weil jeder Mensch das Recht haben muss, das Beste aus dieser Verbindung in dieser materiellen Welt in eigener Verantwortung zu machen.**

**Damit hört das mysteriöse Rätselraten zur Seele auf.**

**Damit "ist" die Seele real und keine Lebensweisheit, keine Lebensanschauung, kein zu verschweigendes, bestrafendes Mysterium mehr.**

**Der Mensch lebt - mit Wissen oder ohne das Wissen zu seiner Seele - immer mit seiner Seele. Richtiger "ist" es deshalb über seine eigene Seele das wichtigste, das richtigste Wissen zu haben.**

Jeder Mensch darf weiterhin mit seinen Vermutungen, mit seinem Glauben, mit Erkenntnissen leben und daran festhalten, dass die Seele dieses, das oder jenes sei, weil die Gedanken, die Phantasien eines Menschen frei sind und frei sein müssen und für jeden anderen Menschen erst einmal tabu zu sein haben.

Kein Mensch darf dazu gezwungen werden, sich in seiner Überzeugung, die er zu sich hat, zu verraten.

Der kostbare Mensch mit seiner kostbaren Seele wird weiterhin erforschenswerte Fragen zu beantworten haben. Das Leben, der Lebenskreislauf, geht weiter.

Für 100 Menschenleben "ist" der Mensch, "ist" das Leben als Mensch, ist die Seele zu komplex, um die Seele richtig, umfangreich in ihrer Perfektion, mit ihren ganzen Möglichkeiten richtig zu verstehen.

Für jedes Leben gibt es ein eigenes Lebensbuch, das im Leben mit dem Menschen umgeschrieben wird usw.

Die bisher gefundene Anfangswissenschaft zur Seele wird genügend unzufriedene Menschen finden, die weitere Fragen zur Seele, zum Bewusstsein, zum Menschen, zum Leben beantworten haben wollen, um mit neuem Wissen zur Seele zufrieden zu werden. Das richtige Grundwissen zu dieser Wissenschaft "ist" selbstverständlich geordnet, zugeordnet vorhanden.

**Wissen zur Seele.**

**Wissen zur Funktionsweise der Seele.**

**Wissen zu materiellen Körpern.**

**Wissen zu den Grundbedürfnissen von Körper und Seele.**

**Wissen zum Entstehen von neuem Leben.**

**Wissen zur Beseelung.**

**Wissen zur Weiterentwicklung eines Körpers, durch Vermögen = Können der perfekten Leben spendenden Seele, die in ihrer Einmaligkeit einmaliges leisten kann = Vermögen.**

Um nicht krank zu werden, um mit Lebensqualität, mit Freude in Ruhe erwachsen und in Ruhe alt zu werden, muss das sich "richtige Verstehen" erlernt werden.

Die Seele ist erkannt: "wer", "wie", "was" sie wirklich "ist"!

Damit kann beantwortet werden:

"Wer" die Seele "ist" (die Einzelteile der Seele),

"woraus" die Seele ausschließlich besteht,

"wie" die Seele tatsächlich funktioniert,

"was" die Seele tatsächlich für Grundaufgaben hat,

die Größenordnung der Seele, die Bedeutsamkeit der Seele,

ansatzweise die Mittel und Möglichkeiten der Seele und viel mehr.

Als Beispiel mit dem Menschen und seiner Seele kann die Seele durch jeden Menschen ganz bewusst erlebbar und beweisbar gemacht werden.

Da alles, was den Menschen, als System, mit der Seele, als System, für einen gewissen Menschen-Zeitraum, miteinander verbunden "ist", aber nicht unzertrennbar verwachsen "ist", kann auch an dieser Stelle in jede Richtung weitergedacht werden. Denken in diesem Verbund, in dieser Verbindung Seele - menschlicher Körper, kann aber nur das Bewusstsein in der Seele.

Das Unterbewusste unbewusst, das Bewusste ganz bewusst.

**"Wie"** im Einzelnen, "**wann**", "**wieso**", "**weshalb**", "**warum**", zu welchen Zeiten, denn die Erdzeit - in Bezug auf unsere Sonne - ist immer dabei, wird in späteren Kapiteln beschrieben.

Auf das Beschriebene muss der Mensch mit der eigenen Logik, im Bewusstsein seiner Seele zu finden, in eigener Verantwortlichkeit, mit der Wahrscheinlichkeitsrechnung und der Verhältnismäßigkeitsrechnung, aber auch mit dem nachvollziehbaren Vorteilsdenken eines Erwachsenen im Erwachsenenalter nachvollzogen, nachgerechnet, gegengerechnet umso auf Richtigkeit, Vernünftigkeit und Gerechtigkeit, überprüft werden zu können, dann "ist" es gesund und fortschrittlich. Wo die Seele herkommt, "ist" so einfach zu beantworten, wie die Frage, woher alles in der Natur herkommt.

Von einer höheren Macht, vom Schöpfer aller Dinge.

Damit "ist" die Volkswissenschaft zur Seele vom Menschen gefunden, vom Menschen - dem Peter - bekanntgegeben worden.

Der Mensch hat mit seiner Seele schon so viel Falsches und jetzt Richtigeres bekannt gegeben und wird auch noch sehr viel Richtigeres zur Seele bekannt geben, wenn der Mensch das richtige Grundwissen zu seiner Seele hat.

**Richtige Hilfe wird in Form von richtigen Informationen den Lesern, den Kindern, allen logisch denkenden Menschen in diesen Homepages auszugsweise angeboten, dem Menschen, der in Erfahrung bringen will, aufrichtig wissen will:**

- "**Wer**" ich wirklich bin. "**Wie**" bin ich wirklich. "**Was**" bin ich wirklich.
- "**Woraus**" bestehe ich wirklich.
- "**Wie**" ich entstanden bin.
- "**Wer**" in mir überhaupt, "**wie**", aus welchen Gründen heraus, am richtigsten für mich denken kann.

- "**Was**" ich wirklich als Unterbewusstsein, als Teil der Seele bin, "**wie**" ich wirklich in der Seele funktioniere, welche Aufgaben ich tatsächlich habe, mit welchen Fähigkeiten ich tatsächlich ausgestattet bin.

- "**Wie**" funktioniert das Zusammenspiel zwischen Körper und Seele wirklich.

- "**Wie**" ich nur mit mir, nur durch mich wirklich zufrieden werde.

Als Mensch, mit einer einmaligen energetischen Seele - mit einem einmaligen materiellen Körper, Mensch der Artenvielfalt in dieser materiellen Welt, habe ich das Recht, das vorhandene Richtige zu wissen.

Der Mensch kann nicht ohne seine Seele leben.

Die Seele spendet dem Menschen für seine Lebenszeit das Leben.

Beseelt lebt der Mensch. Entseelt "ist" der Mensch tot.

Beseelt kann der Mensch in dieser einmaligen Verbindung das Beste aus der jeweiligen Verbindung machen.

Dazu muss der Mensch seine Seele kennen.

Dazu muss der Mensch seine Seele, mit seinen Fähigkeiten, in seine Zivilisation miteinbeziehen.

Da jede einmalige perfekte Seele eines Menschen gleiche Funktionen hat, alles in der Seele unzertrennbar miteinander verbunden "ist", kann sich jeder Mensch mit seiner Seele identifizieren - erkennen - und dann gerechter, richtiger leben, als ohne richtige Erkenntnisse zu sich selbst.

Horst/Peter Pakert      **Erfahrungen und Erfolge**      1995/2007/24

Suchtkrankenverhalten, Übertreibungen, sich nicht begnügen können oder wollen, sich berauschen, ist uns Menschen angeboren.

Wenn ich das Suchtkrankenverhalten als normal ansehe und mich somit in der Norm = normal verhalte, also etwas normal betreibe, damit aber auch mein persönliches Normalmaß überschreite oder unterschreite und das über einen kürzeren oder längeren Zeitraum, habe ich gute Chancen, krank davon zu werden.

Die Zivilisationskrankheit, die Bewusstseinskrankheit, mit allen seinen Übertreibungen und den vielen daraus entstandenen Folgekrankheiten, ist schon seit Jahrtausenden eine Pandemie, die alles, jeden infiziert und vor keiner Grenze, vor keinem Alter, Geschlecht oder Geburt, halt macht.

Die Bewusstseinskrankheit wird immer größer.

Der Körper als Spiegelbild der Seele bekommt immer mehr Krankheiten, gegen die wir durch die Behandler versuchen anzugehen.

Die Ursachen für diese vielen Krankheiten werden auch hier nicht berücksichtigt.

Wird die Ursache der Bewusstseinskrankheit - das Kind darf Erwachsener spielen - nicht beseitigt, werden immer weitere Krankheiten auftauchen.

**Da die "Suchtkrankheiten" - die Bewusstseinskrankheit - vor keinem Menschen, der übertreibt, Halt macht, hatte ich, der Peter, es bisher in 30 Jahren mit fast allen Berufen, mit allen Bevölkerungsschichten jeden Alters zu tun, weil sie krank und hilflos geworden waren.**

**Diese Krankheit ist in jedem Land, in jedem Haushalt, in jedem Beruf zu finden!**

Deshalb ist kein Mensch besser oder schlechter, sondern nur in der Seele, im Bewusstsein zuerst krank. Diese Krankheit, egal mit welchem Namen sie bisher belegt wurde, die durch das Bewusstsein ganz bewusst entsteht, ist heute zu lindern oder frühzeitig bei Kindern zu verhindern.

Die Bewusstseinskrankheit beinhaltet das Unvermögen (= das nicht richtig Können) mit der eigenen Seele, mit dem sich darin befindlichen Bewusstsein richtig umgehen zu können. Diese Bewusstseinskrankheit kommt aus der Seele, aus dem Bewusstsein, aus dem Tagesbewusstsein vom Kindheits-Ich und macht aus uns Menschen - anlagebedingt - kranke Menschen.

**Das Tagesbewusstsein ist wie erwähnt der Bestimmer in uns Menschen und wird in drei Ich-Formen aufgeteilt: Kindheits-Ich, Eltern-Ich und Erwachsenen-Ich.**

**Das wird wissenschaftlich durch die TA - Transaktionsanalyse bestätigt.**

**Die Suchtkrankheit = Abhängigkeitskrankheit = Hörigkeitskrankheit ist ein und dieselbe Suchtkrankheit, nur jeweils ein anderer Ausdruck dafür.**

**Die Grundkrankheit dafür ist immer die Bewusstseinskrankheit.**

**Das Erwachsenen-Ich, als dritte Ich-Form im Bewusstsein, wird erst ab ca. dem achten bis zehnten Lebensjahr wach (im Dokument beschrieben).**

**Bis zum achten Lebensjahr ist das Kindheits-Ich Chef des Tagesbewusstseins gewesen und wird jetzt nicht freiwillig die Chefposition im Tagesbewusstsein hergeben.**

**Das Kind will Chef in dieser Verbindung bleiben.**

**Das Kindheits-Ich gibt heute die Chefposition im Tagesbewusstsein nicht ab.**

**Das Kind spielt die Erwachsenenfähigkeiten mit seinen Möglichkeiten nach.**

**Das ist die Bewusstseinskrankheit.**

**Das Kindheits-Ich ist nicht für das Erwachsenenleben gedacht!**

**Das Erwachsenen-Ich ist für die Zeit eines erwachsenen Menschenlebens gedacht, kann seine Fähigkeiten als Erwachsenen-Ich einsetzen.**

**Das Kindheits-Ich wird zum Diktator in dieser Verbindung.**

**Das Kindheits-Ich ist überfordert. Das Kind wird im Tagesbewusstsein krank.**

**Dann wird der menschliche Körper krank.**

**Das Kindheits-Ich ist mit dem Erwachsenenleben eines Menschen überfordert.**

Dem Menschen sind diese und weitere Zusammenhänge im Tagesbewusstsein bisher nicht bewusst geworden. Das Kindheits-Ich hat die eigene Entlarvung lange verhindert. Deshalb ist die Seele, das Bewusstsein mehr als der Mensch bisher von der Seele angenommen hat.

In der heutigen Zeit hat unser Kindheits-Ich im Tagesbewusstsein der Seele zu viel Macht, über die Verbindung Seele - menschlicher Körper.

**Auszug:** Bei allen angehenden Erwachsenen sind Veränderungen festzustellen.

Leider nicht die Richtigen, weil sich die Erwachsenen nach den Zwängen der Umwelt richten müssen. Die anfänglich guten Vorsätze waren schnell dahin, weil die angehenden Erwachsenen sich inzwischen ihre Gedächtnisse mit vielen überflüssigen, unwichtigen, ungerechten Informationen blockiert hatten.

Diese Erwachsenen, diese Eltern hatten bei dieser Gesellschaftsordnung keine Chance nicht im Bewusstsein krank zu werden.

Hochrechnungen verschiedenster Möglichkeiten dieser Welt ergaben, dass 99% der Menschen mit ihrem Kindheits-Ich ein Erwachsenenleben führen.

Das Kindheits-Ich im Tagesbewusstsein der Seele hat leider die Möglichkeit Gedächtniszellen im Gehirn des Menschen mit Kindheitsereignissen oder mit gravierenden Ereignissen zu blockieren, davor Mauern aus Angst zu bauen, so dass diese Gedächtniszellen für die weitere Intelligenz dieses Menschen mit seinem Bewusstsein, dass diese Intelligenz haben kann, ausfallen.

**Auszug:** Leider sind wir Menschen noch so weit degeneriert, dass unsere dominanteste Persönlichkeit im Tagesbewusstsein, trotz schon genügend vorhandener Gedächtniszellen im Gehirn, nicht pünktlich von alleine wach werden kann.

Der bisherige Chef, das Kindheits-Ich, wird zum Diktator schon in der Kinderzeit, in der Zeit zwischen dem achten bis zum zwölften Lebensjahr.

Überschreitet das Erwachsenen-Ich das Wachsein von 12 Jahren, ist es vom Diktator Kind nicht wieder einzuschläfern. Die einzige Möglichkeit sind Behinderungen durch das Kindheits-Ich, so dass Stillstand eintreten muss.

Stillstand ist immer Rückgang, aber keine Weiterentwicklung.

Der Mensch bleibt als Kind, als Jugendlicher geistig stehen, kann aber als Kindheits-Ich die Fähigkeiten des Erwachsenen-Ichs nachspielen, so dass der Mensch als Erwachsener anzusehen ist.

Das geistige Alter geht aber mit der Schädigung - der Zivilisationskrankheit - immer weiter zurück, bis der Mensch für sich keinen Ausweg sieht.

Körperliche Krankheiten werden vorgeschoben.

Der Körper als Spiegelbild der Seele (der Bewusstseinsbefindlichkeit).

**Auszug:** Jeder Mensch muss so lange und so gut es geht so sein dürfen, wie er tatsächlich ist. Auch das erwachsene Kind - er denkt, er sei erwachsen - darf so sein, wie das Kindliche, das Kindische von diesem Menschen gelebt wird.

Die Phantasie eines kindlichen Diktators im Tagesbewusstsein der Seele hat zu der weltweiten Bewusstseinskrankheit geführt.

Das geistige Alter einer Seele hat meistens nichts mit dem biologischen Alter eines Körpers zu tun, Die Seele, das Bewusstsein geht darin seine eigenen Wege!

Für die Allgemeinheit der Menschen ist das biologische Alter nur ein Anhaltspunkt, wie es in den meisten beseelten Menschen abläuft.

Die Schonhaltung eines Suchtkranken ist die Maske.

Bei der Schonhaltung eines Suchtkranken gibt es viele Verdrängungen.

Die Krankheit wird zurückgedrängt, verdrängt und die Maske hält.

Verkrampft - disharmonisch.

Es fällt auf, wenn seine Kräfte nachlassen und die Maske bröckelt.

Merkmale sind zum Beispiel Arroganz, übertriebenes Auftreten und so weiter.



Angehörige sind hilflos und oft handlungsunfähig. Unter dem Motto, der schaffst es sowie so nie, machen die Angehörigen auch Maske, um das Kranke zu zudecken.

**Die Hilflosigkeit des Suchtkranken besteht aus:**

- 1.) Verständigungsschwierigkeiten,
- 2.) Hilflosigkeit, Angst,
- 3.) Aggressionen,
- 4.) Ersatzhandlungen.

Ersatzhandlungen machen wir deshalb, weil wir das Original nicht immer bekommen können, oder die Ersatzhandlung für uns vernünftiger ist, als gar nicht zu handeln.

Aus diesen vier Faktoren entsteht letztendlich Selbstmitleid!

Was ist das Original für den oben aufgeführten Aufbau?

Sich verstehen, keine Verständigungsschwierigkeiten zu haben.

Das Selbstmitleid ist weg.

**Das obige Muster sieht nach Jahren des Leidens anders aus.**

- 1.) Verständigungsschwierigkeiten,
- 2.) sich nicht aushalten können,
- 3.) wegen der Hilflosigkeit und Angst,
- 4.) Aggression,
- 5.) Ersatzhandlungen.

Das Selbstmitleid ist nun mit Sicherheit da.

Sich überhaupt nicht mehr aushalten können, ist somit hinzugekommen.

**Was heißt Selbstmitleid?**

Ich tue mir selbst leid. Ich leide durch mich selbst.

Ich füge mir selbst Leid zu. Mitleid habe ich mit mir.

Warum? Weil es mir guttut. Weil ich glaube, es hilft mir.

Warum tut es mir gut?

Reize und Kräfte sind in mir, die ich nicht abgeben kann.

Deshalb richte ich diese Kräfte gegen mich.

Ich habe den Eindruck etwas getan zu haben, bin somit nicht ausschließlich hilflos.

Anteilnehmen oder mich verstehen wäre gesünder!

Hilflosigkeit fordert förmlich die Aggressionen heraus, sie sind sofort da.

Aggressionen sind Kräfte, die gegen ein Ziel gerichtet werden müssen, damit sie sich, wenigstens so, selbst verbrauchen.

Die erste Möglichkeit mit meiner Hilflosigkeit und den Aggressionen umzugehen ist die, sie gegen andere zu richten.

Die zweite Möglichkeit ist, sie gegen mich selbst zu richten.

Die dritte Möglichkeit ist, sie in eine Sucht zu investieren, aus der leicht eine Suchtkrankheit werden kann.

Die Hilflosigkeit und die Aggressionen nehmen große Formen an.

Bei der ersten Möglichkeit kommt mit Sicherheit keine Anerkennung zurück.

Bei der zweiten Möglichkeit entsteht keine Anerkennung durch mich selbst.

Bei der dritten Möglichkeit entsteht vorübergehende Anerkennung, die am Ende Krankheit und wiederum Hilflosigkeit bedeuten, und der Kreislauf beginnt von vorne.

Dies ist eine kurze Beschreibung eines Suchtkreislaufes unter Berücksichtigung der Hilflosigkeit und der dazu gehörenden Aggressionen.

**Auszug:** Geschädigt hat sich der Mensch mit Sicherheit, weil er sich vernachlässigte im seelischen Bereich und dadurch verlernt hat sich die richtige Liebe = Freude, Anerkennung, Harmonie und Geborgenheit zu geben.

Somit hat er sich auch falsch selbstverwirklicht.

Seine Harmonie fehlte bei ihm genauso, wie das Sich-in-sich-geborgen-fühlen.

Er hat es immer als leicht vorhandene Unzufriedenheit gedeutet oder als das Bestreben nach übertriebener Freiheit. Dieses Gefühl begleitete ihn regelmäßig.

Obwohl er sich immer sehr groß angestrengt hat, waren diese Gefühle und Bedürfnisse nach kurzer Zeit wieder da.

Dass sein Freudenkonto dabei immer leerer wurde, hat er nicht bemerkt.

Er hat auch selbst nicht bemerkt, dass er seelisch-geistig immer jünger wurde.

Die vielen Hinweise: "**Du verhältst dich, wie ein Kind**" oder "**Was du machst, ist kindisch**", nahm er nicht ernst.

Er tröstete sich damit, wieder einen neuen Versuch zu machen, um sich selbst zu helfen, auch wenn es ihn viel Kraft und Anstrengung kostete.

Genauso wenig konnte er sich erklären, dass er es nicht schaffte zufrieden zu werden, trotz großen Einsatzes und guter Vorsätze.

Es war nur das Bestreben nach Harmonie, Geborgenheit, nach einem Zuhause, nach innerer Ruhe und Glaubwürdigkeit.

Er konnte sich auch nicht erklären, warum er unter seinem eigenen Gerechtigkeitssinn so leidet, wo er immer für andere da war und versuchte es ihnen recht zu machen.

So verlor er sich als Freund und andere als Freunde.

So wurde er zum Einzelgänger. Ein Fremder unter vielen Menschen.

**Auszug:** In den letzten 50 Jahren verbreitete sich die Bewusstseinskrankheit weltweit, sogar bis in die bisherigen tief-degenerierten Dritte-Welt-Länder.

Nicht nur die Deutschen haben sich die Blindenbrille aufsetzen lassen.

Wir haben uns anderen Ländern angepasst.

Umgekehrt haben einige Länder mit dem Erfindungsreichtum - in Scheinwelten zu leben - andere Länder überholt.

Mit der Blindenbrille ist es den meisten in Deutschland lebenden Menschen nicht schwer gefallen alle Dummheiten mitzumachen, das Unrecht mitzumachen, ja sogar wieder führend in der Dummheit zu sein.

Beweise für Unrecht gibt es genug.

Seit Jahrhunderten, seit Jahrtausenden, verändern sich die geschriebenen und ungeschriebenen Gesetze.

Das, was bisher "so" war, ändert sich teilweise sofort oder später.

Es kommt auf die Machthaber an, die meistens vom Volk - entweder blind oder schwarzblind - im Groben gewählt werden dürfen (Monarchie, Diktatur, Demokratie).

Da die Zivilisationskrankheit (wie eine Pandemie) weltweit angestiegen ist, sogar Länder, die von Europa, Amerika, Russland früher Unterstützung brauchten, uns in der Computertechnik teilweise überholt haben, im Unrechts-Verhalten, im Übertreibungsverhalten "in Bezug auf" gleichgezogen haben, werden auch sie ihre Kinder nicht richtig, also falsch erziehen, wenn nicht von außen eingegriffen wird. Gemeinsam Kindern richtiger helfen als bisher, das können alle Erwachsenen, wenn sie es wollen.

Heute geht es nicht um ein Einzelschicksal, das gerne aufgebauscht wird.

Heute geht es um alle Kinder dieser Welt.

**Erwachsene werdet wach. Fehler einzusehen ist Stärke!**

Mit Augenwischerei, oder von der Hand in den Mund leben, in Wirklichkeit, das als Erfolg zu feiern ist eine große vorsätzliche Lüge.

Wenn diese Dummheiten nicht Gründe genug sind zum Umdenken, was dann?

Scheinbar führend, scheinbar gewonnen ist gewonnen.

In diesen Scheinwelten können wir für kurze Zeit weitermachen oder anfangen endlich richtiger mit dem Bewusstsein ganz bewusst umzudenken.

Das jeder Sieg, das jeder scheinbare Gewinn Spaß - als Freude = Liebe - blind macht, ist jedem der Liebe kennt bekannt.

Der Preis der für diese "Lieben", für diese Vorlieben bezahlt werden muss, heißt wieder mehr Unrecht für andere, mehr Unrecht für sich selbst.

**Ein Leben durch andere, über andere oder irgendeine Sache findet statt.**

**Das Leben mit sich selbst wird nicht richtig gelebt.**

**Das eigene Leben wird vergeudet!**

**Die Erziehung von außen, von innen, durch sich selbst ist falsch beziehungsweise unrichtig, und das Ergebnis ist immer die eigene Unzufriedenheit.**

**So hetzen der Suchtkranke oder wir alle durch dieses Leben.**

Es werden Suchtmittel zum Über- oder Untertreiben eingesetzt, damit die Unzufriedenheit weniger wird oder sie von anderen gar nicht mehr bemerkt wird.

Wieder ein Versuch sich selbst zu helfen, aber trotzdem geht die Suchtkrankheit schleichend weiter.

Wegen einer Bewusstseinskrankheit, mit der ich mich ständig in einem Ausnahmezustand befinde, wofür mich aber keine Schuld trifft, bin ich in Wirklichkeit nicht verantwortlich zu machen.

Leider wird es heute immer noch so gemacht nach dem Motto:

**Nach vorne schnell gelebt und später nach rückwärts ausgewertet.**

Das ist immer falsch, obwohl es in der Allgemeinheit legal ist.

Deshalb die Kernaussage: **"Nicht alles das, was legal ist, ist auch richtig"**.

Der hoch-kritische Mensch sollte das einmal richtig im Zusammenhang überprüfen.

Daher kommt auch die Aussage von mir, dass 99% der Menschen bewusstseinskrank sind. So ist es auch zu erklären, dass der Mensch sich bewusst unvernünftig verhält, dass der Mensch sich selbst Schaden zufügt, dass der Mensch anderen Menschen

Schaden zufügt, dass der Mensch sich nicht menschlich verhält, nicht gütig verhält, wie in seinen Anlagen mitgegeben, sondern dass er sich doch teils sehr grob fahrlässig gegen seine Natur, gegen seine Menschlichkeit entscheidet, und er macht nicht das Beste aus seiner Existenz, nicht das Beste aus diesem Leben.

Damit ist ursächlich das Bewusstsein, ursächlich das Tagesbewusstsein, ursächlich der Chef im Tagesbewusstsein dafür verantwortlich was aus diesem Menschen wird, wenn er seine Mittel und Möglichkeiten, seine Fähigkeiten nicht richtig für sich einsetzt nach seinem Können, nach seinem Wissen in dieser materiellen Welt.

Die Unvernunft im Tagesbewusstsein besitzt hauptsächlich mit Älterwerden dieses Menschen das Kindheits-Ich. Das Kindheits-Ich, als zuerst wach gewordene Ich-Form im Tagesbewusstsein der Seele, will die Chef-Position nicht wieder hergeben und entscheidet sich später, dann als Chef der Seele, als Chef dieses Menschen, als Chef über diesen materiellen Körpers, als Chef über dieses Leben, durch die Zivilisationskrankheit - die Bewusstseinskrankheit - falsch und unvernünftig, so dass die Seele, so dass das Bewusstsein seinen Auftrag nicht richtig erfüllen kann: das Beste aus der jeweiligen Existenz in einem materiellen Körper, mit einem Körper, über einen Körper, in dieser materiellen Welt zu machen.

Horst/Peter Pakert      **Erfahrungen und Erfolge**      1995/2007/24

Wegen erlittener Ungerechtigkeiten entsteht im Bewusstsein, ausgehend vom Tagesbewusstsein, im Tagesbewusstsein vom Kindheits-Ich mit seinem Gerechtigkeitssinn die Bewusstseinskrankheit.

Dadurch leidet der menschliche Körper als Spiegelbild der Seele und als Ausführungsorgan des Bewusstseins der Seele.

Diese Zwangskrankheiten, Übertreibungskrankheiten verlieren ihre Bedeutung, wenn der Mensch sich mit seiner Seele, seinem Bewusstsein richtiger kennenlernt und seine Vergangenheit umbewertet.

Durch gütigeres, richtigeres und gerechteres Erfüllen der Bedürfnisse der Seele und des Körpers sind die Übertreibungskrankheiten und die Bewusstseinskrankheit in der Seele, mit dem Körper überflüssig geworden.

Jeder Suchtkranke hat die richtige Beziehung zu sich verloren, also kann er die richtige Beziehung zu anderen nicht haben.

Der Suchtkranke muss die richtige Beziehung erlernen oder er muss kundlich werden, wissend werden, in den richtigen Beziehungen.

Dazu muss es die richtige Beziehungskunde in der Lebensschule geben.

Damit der Mensch sich doch noch zurechtfindet, damit sich der Mensch authentisch leben kann, Erklärungen für sich, für das Leben, für Vieles hat, muss der Mensch die existierende Seele, die im Mikrokosmos angesiedelt ist, anerkennen, erforschen und sich Grundlagen dazu schaffen.

Mit dem richtigen Verstehen einer einmaligen, funktionstüchtigen Seele kann auf alle anderen eindeutigen Seelen abgeleitet werden.

Viele Unklarheiten, viele Ungerechtigkeiten, vieles bisher nicht richtiges Verstehen wird zum richtigen Verstehen, wenn ich die Seele, das Bewusstsein und die Grunderkenntnisse zur Seele hinzunehme.

**Viele Krankheiten, mit Phantasie-Eigennahmen oder Namen aus der Legalität, aus der Normalität lassen sich mit der Seele auf eine Grundkrankheit in der Seele- im Bewusstsein und auf eine große Ursache zusammenfassen.**

**Die Ursachentherapie als Unikattherapie ist damit möglich geworden.**

**Das war vor 30 Jahren unserer Zeitrechnung.**

Vor ca. 30 Jahren war auch schon die Verhinderung dieser behandlungsbedürftigen Krankheit möglich.

Seit 20 Jahren ist es möglich, die Bewusstseinskrankheit in der Seele erst gar nicht entstehen zu lassen, trotz Infiziertheit.

Weil Erkenntnisse zur Seele, zum Menschen, zum Leben bisher ignoriert worden sind, musste es sich der Mensch schwer machen.

Die Zivilisationskrankheiten als Bewusstseinskrankheiten konnten sich mit den Ungerechtigkeiten hochschaukeln.

Das, was vor 20 Jahren noch einfach gewesen wäre, ist heute schwieriger geworden, aber nicht unmöglich.

Selbst heute oder gerade heute muss die Seele und von ihr ausgehende Grundkrankheit, die Bewusstseinskrankheit mit vielen Anstrengungen, mit Grundlagen zur Seele, mit aufwendigen Lernprogrammen und der Informationsverbreitung verhindert werden.

**Auszug: Neu über Suchtkrankheiten in der heutigen Zeit nachzudenken lohnt sich, zumal fast alle Ansätze zur Behandlung einer Suchtkrankheit oder Seelenkrankheit für die heutige Zeit falsch sind.**

Ich, der Peter, habe es in 30 Jahren mit vielen Patienten, in Großgruppen oder in Einzelgesprächen erfahren müssen, dass 99% der Menschen krank sind.

Bei einer Hochrechnung durch Rückmeldungen, der Wahrscheinlichkeitsrechnung und der Verhältnismäßigkeitsrechnung kam heraus, dass unser Kindheits-Ich im Tagesbewusstsein nach der Kindheit oder schon viel eher zum Diktator des Bewusstseins wird und das ist krank. **Bewusstseinskrank**

Das gerechte, gültige, dominante Erwachsenen-Ich im Tagesbewusstsein ist dafür bestimmt, den Menschen in seinem Erwachsenenleben durch das Leben zu steuern und zu lenken, denn nur das Erwachsenen-Ich kann mit Originalhandlungen die Seele bei ihren Aufgaben hier auf Erden, richtig unterstützen.

Meine Überlegungen und Vorgehensweisen im gesamten Suchtbereich sind als einmalig, erfolgreich, hilfreich und passend in die Neuzeit zu bezeichnen.

Meine Theorie zu Suchtkrankheiten, die sich seit 30 Jahren bewährt hat.

Alle Suchtkranken bringen die gleichen Merkmale in irgendeiner Form mit.

Deshalb funktioniert auch ein und dieselbe Therapie mit den Grundlagen der Seele und dem richtigen Verstehen bei jeder seelischen Erkrankung.

Ich bin nicht der Erfinder der Seele.

Genauso wenig wie der Gitarrenspieler der Erfinder der Gitarre ist.

Ich habe nur eine neue hilfreiche Theorie zur Funktionsweise der Seele kreiert.

Dies sind wiederum meine Grundlagen für eine Theorie bei fast allen seelischen Erkrankungen, wozu auch alle Suchtkrankheiten zählen.

Somit habe ich eine neue funktionstüchtige Wahrheit zur Seele gefunden.

Mit dieser Wahrheit lässt sich das meiste im Leben erklären.

Zusammenhänge werden plötzlich erkennbar und das Verstehen dafür wird zur Selbstverständlichkeit. Verstehe ich, kann ich vernünftiger, ehrlicher denken und handeln, weil kein Druck in mir entsteht.

Fast alle körperlichen und seelisch-geistigen Krankheiten haben etwas mit Verständigungsschwierigkeiten zu tun.

Mit der Behandlung der Grundkrankheit - der Bewusstseinskrankheit - erübrigen sich viele Symptomkrankheiten, die zu einem Reflex geworden sind, die von der tatsächlichen Krankheit mit ihrer einheitlichen Ursache ablenken.

Ein rundes, ausgewogenes, lebenswertes Leben strebt jeder Mensch an.

Damit ich mich ausgewogen, richtig leben kann, muss ich mich richtig kennen.

Ich habe mich vor über 30 Jahren richtiger kennengelernt.

Das gebe ich seit 30 Jahren weiter.

Dass ich mir mit meiner Art nicht nur Freunde mache, ist mir sehr bekannt.

Wer will wirklich die Wahrheit für sich erkennen, wenn er falsch geschult wurde.

Der kranke Mensch lernt mit seelischen Schmerzen richtiger.

Eine richtigere Wahrheit zu sich, mit sich zu erfahren, ist immer schmerzhaft.

**Erkenntnis: Gebe ich Schwächen zu, sind es meine Stärken!**

Trotz Schmerzen habe ich meine Art, "wie ich bin", bis heute nicht verraten.

Das ist ein Schlüssel zum persönlichen Erfolg, um mit sich zufrieden zu werden.

Mich richtig kennenlernen, mich so zu erleben, wie es für mich richtig ist, heißt, mich nicht zu verraten.

In 30 Jahren sind über 18.000 Menschen mit neuem Wissen zu ihrer Seele einen neuen Weg gegangen, den sie nicht bereut haben.

Ich erinnere daran, dass die Seele kein Tabu, kein Geheimnis mehr ist.

Richtiges Wissen zu sich ist Macht, eine ideelle Macht.

Diese frohe Botschaft habe ich dieser Seite beigefügt.

Dieser Aussage schließen sich Hoffnung an, dass erwachsene Menschen umdenken.

Um neu über sich nachzudenken, ist es nicht zu spät.

**Wenn sich ein Mensch richtiger kennt, das richtige Wissen zu sich lebt, versteht er sich richtiger:**

**"Wer"** ich wirklich als Mensch bin.

**"Wie"** ich wirklich als Mensch bin.

**"Was"** ich wirklich als Mensch bin.

Welche Mittel und Möglichkeiten ich mit dem richtigen Wissen zu meiner zweimaligen Einmaligkeit im Erwachsenenalter tatsächlich habe.

Jeder Mensch ist zweimal einmalig. Einmalig ist der Körper, einmalig ist die Seele.



Mich richtig, als neuen Menschen richtiger zu leben, was ich für mich nur selbst entscheiden kann, so wird jeder Mensch aus Überzeugung richtiger leben, weil der tägliche Erfolg mit sich dem Menschen Recht gibt.

Das ist richtig, das ist vernünftig, das ist gesund, das ist gerecht, das passt in unsere heutige Zeit, das ist Menschlichkeit.

"Ich, die Persönlichkeit Mensch, bin ein neuer Mensch geworden."

**"Hätte ich diese Informationen eher gehabt, wäre mir eine Menge Leid erspart geblieben."** Das hat bisher jeder Mensch zu irgendeinem Zeitpunkt in seiner Persönlichkeitsarbeit gesagt.

Wer sich zulässt, so wie er wirklich in seiner Gesamtheit ist, wer auf sich hört, wer sich vertraut, wer dem eigenen Unterbewusstsein im Bewusstsein seiner Seele vertraut, der lebt sich authentisch.

Wissen zur Seele, mit den richtigen Kenntnissen zu sich selbst oder was der richtige Weg für jeden einzelnen Menschen ist, habe ich vielfach erfahren, dass es die richtige Hilfe für einen Menschen ist.

Das müssen alle Menschen erfahren. So denken viele Menschen schon seit Jahren. Diese Aussagen zu realisieren, hat sich bisher kaum ein Mensch richtig vorstellen können.

Meine unkonventionellen Wege, anders zu denken, brachten Menschen dazu, ein lebenswertes Leben in endlich eigener Verantwortlichkeit zu führen.

Die Erkenntnisse zur Seele - zum Bewusstsein, Allgemeinwissen und logisches Denken war bisher eine große Bereicherung. Mein Leben wurde lebenswert.

Das Leben Gleichgesinnter, todkranker Menschen mit ihren Angehörigen, wurde mit der Seele lebend, lebenswert und hoffnungsfroh.

Körperliche Krankheiten verschwanden oder wurden erträglich.

Das herrschende Unrecht konnte das Gefühlsleben nur noch stark belasten.

Stoffgebundene Kranke, nicht stoffgebundene Kranke, infizierte Menschen nahmen bis heute oder bis zu ihrem natürlichen Tod mit einer neuen Lebenseinstellung, als Individualisten, menschlich am neuen Leben teil.

Endlich konnten diese wissenden Menschen freier in ihrer Lebensschule auch anderen Menschen Hoffnung vermitteln.

Eine Krankheit ist eine große Macht.

Eine Krankheit ist auch der Versuch der Selbstheilung.

Die Krankheit macht mich darauf aufmerksam, mich richtiger, um mich selbst zu kümmern. Eine Krankheit spornt mich an, etwas für mich zu tun.

Die Krankheit ist in der Lage alles Denken durch einander zu bringen.

Eine Suchtkrankheit ist somit nur der erfolglose Versuch der Selbstheilung.

Eine Suchtkrankheit kann nicht geheilt werden.

Der Versuch der Heilung wird trotzdem immer wieder erfolgen.

Eine Suchtkrankheit kann nur zum Stillstand gebracht werden!

Eine Heilung im Suchtkrankenbereich gibt es nicht.

Wer Heilung verspricht ist ein Scharlatan und hat keine Ahnung von den Suchtkrankheiten. So ein Mensch meint es mit sich und anderen nicht ehrlich.

Ich bin Heilpraktiker geworden, weil ich mich dadurch noch mehr für die Würde des Menschen und seiner Menschenrechte einsetzen kann.

Die Macht des Behandlers benutze ich dazu, jedem Menschen seine innere Freiheit zu zeigen. Da ich richtig zur Seele - so wie es möglich war - informiert bin, seit ca. 30 Jahren erfolgreich mit meinen Erkenntnissen über die Seele mit Menschen gearbeitet habe, die sonst nirgendwo richtige Hilfe fanden, kann ich das mit den Menschen, die sich haben helfen lassen, beweisen.

Was ich behauptete, dass haben diese Menschen mit sich selbst ausprobiert, und sie konnten ihr altes Unrechtsleben endlich verlassen.

**Ich kümmere mich fast ausschließlich um die Seelenerkrankung, also genauestens um die Seele selbst.**

**Ich kümmere mich um die Ersterkrankung einer jeden Suchtkrankheit:**

**"Die eigene Hörigkeitskrankheit".**

**Ich kümmere mich um die Ursachen einer jeden Suchtkrankheit.**

Ich agiere als Therapeut zu 80% in der Therapie, meistens schriftlich, da das Angebot zu komplex ist, aber auch damit der Patient auch die Möglichkeit hat, erst zu verstehen, um es dann an sich selbst zu probieren und nachzuleben, wenn es ihm logisch, real und gerecht vorkommt.

Persönliche Fragestellungen, aktuelle Probleme und Prioritäten werden aber jederzeit berücksichtigt, so dass es einen "Roten Faden" gibt, dieser aber nicht stur verfolgt wird, so dass der Patient immer zu Wort kommt.

Ich bin Anbieter von Erklärungssystemen.

Wir besprechen hauptsächlich das Jetzt, Hier und Heute und die Zukunftsperspektiven, damit ich mir heute eine gute Vergangenheit schaffen kann, so dass ich nicht in der negativen Vergangenheit herumwühle.

Wir finden heraus wer, wie und was der Patient für eine wirkliche Persönlichkeit ist.

Ich stelle täglich die Belastbarkeitsgrenze eines jeden Patienten fest, belaste ihn bis an diese Grenze und ein Stückchen darüber hinaus, damit diese Grenze wächst und er zu seiner wirklichen Natürlichkeit findet.

Ich stelle mit dem Patienten seine hauptsächlichsten Grundbedürfnisse und Bedürfnisse fest, damit er sich richtiger, gerechter als bisher verhalten kann.

Ich übe Nähe und keine Distanz, weil in der Intimität das "Du" angebracht ist und weil es freundlicher und menschlicher ist, wenn man mit Menschen ohne Distanz zu üben in der "Du"-Form umgeht.

Am 04.01.1986, also parallel zum Verein für Sozialmedizin und Landesverband, in denen ich tätig war, eröffnete ich, der Peter, eine eigene Praxis als private Suchtberatungsstelle für angeblich "hoffnungslose Fälle".

In der Praxis bin ich heute noch (2007) tätig und für alle Bewusstseinskrankheiten zuständig. Deshalb gibt es für mich nur "nicht-verstehende Behandler/Erzieher", aber keine hoffnungslosen Fälle.

In meinen Praxisräumen ist auch das Institut für Naturheilkunde als Dach vorhanden. Meine Klientel in den letzten Jahren bestand hauptsächlich aus einem Kreis von Personen, die bereits mehrere erfolglose Therapien hinter sich gebracht hatten, die für alle Behandler "Drehtür-Patienten" waren, also als hoffnungslose Fälle galten.

Aber gerade durch sie entdeckte ich die Grundkrankheit einer jeden Suchtkrankheit recht frühzeitig, und ich entdeckte die Ursachen und die Ersterkrankung einer jeden Suchtkrankheit, Hörigkeit, Übertreibungskrankheit, eingeredete Krankheit = Bewusstseinskrankheit der Seele.

Und der Körper als Spiegelbild der Seele.

### **Wie entsteht eine Suchtkrankheit?**

#### **Wie kann eine Suchtkrankheit entstehen?**

Durch Verständigungsschwierigkeiten.

Wenn ich über einen kürzeren oder längeren Zeitraum etwas über- oder untertreibe, habe ich gute "Chancen" davon krank zu werden.

Ich habe übertrieben und bin davon krank geworden.

#### **Was ist die eigene Hörigkeit?**

Liebe und Anerkennung übertrieben und falsch eingesetzt und damit zuviel durch andere, über andere gelebt zu haben.

Sich selbst zu vernachlässigen, auch ohne dass es einem selbst auffällt.

Durch andere, über andere oder etwas anderes zu leben, hat zu Folge, dass man sich vernachlässigt und hörigkeitskrank wird.

Wenn ich etwas über einen längeren Zeitraum untertreibe, so ist das eine Übertreibung.

Ein "Vielzuviel-zu wenig" ist immer ein Vielzuviel "zu wenig".

Und ein Vielzuviel "zu wenig" ist immer eine Übertreibung.

Dieses Verhalten ist eindeutig Suchtkrankenverhalten, woraus sehr schnell eine Suchtkrankheit entstehen kann.

#### **Höriges Verhalten ist für uns Menschen völlig normal.**

#### **Suchtkranken-Verhalten ist für uns Menschen normal, denn wir müssen mal über- und untertreiben.**

Daraus wäre zu folgern: "Wenn dieses Verhalten normal ist, und ich durch diese Umstände des Lebens davon krank werde, trage ich keine Schuld daran!"

In unseren Erbanlagen und unserer Erziehung sind diese Richtlinien fest verankert.

Wir bezeichnen sie als Grundbedürfnisse, Grundbedürfnisse der Seele und des Körpers.

Es wäre langweilig hätten wir alle eine gleiche Seele und einen gleichen Körper.

Aber es ist nicht langweilig, dass alle Menschen die gleichen Grundbedürfnisse haben, die sie nach ihrer Eigenart erfüllen müssen.

Die Vielfältigkeit macht unser Leben spannend.

Bei dieser Denkungsweise ist die Verhältnisweise gewahrt, es gleich sich aus.

Meine Überlegungen und Vorgehensweisen im gesamten Übertreibungsbereich, der in der Seele, im Körper krank ist, sind als einmalig, erfolgreich, hilfreich und passend in die Neuzeit zu bezeichnen.

In der heutigen Zeit müssen gerade in diesem Bereich neue Wege beschritten werden.

**Die bedeutsame Seele mit ihren enträtselten Funktionsweisen ist wieder einmal nicht zur Geltung gekommen.**

**Die Seele eines jeden Menschen ist wieder ignoriert worden!**

Das Tagesbewusstsein ist wie erwähnt der Bestimmer in uns Menschen und wird in drei Ich-Formen aufgeteilt: Kindheits-Ich, Eltern-Ich und Erwachsenen-Ich wissenschaftlich durch die TA-Transaktionsanalyse bestätigt, dass unsere Seele drei Persönlichkeiten, also drei Ich-Formen hat.

Wie das Unterbewusstsein vom Tagesbewusstsein geschult wird, entscheidet immer der jeweilige Chef im Tagesbewusstsein. Ist der Chef im Tagesbewusstsein das Kindheits-Ich und ist dieses Kindheits-Ich zum Diktator geworden, weil es die Vormachtstellung als Chef der zuerst wach gewordenen Ich-Form nicht wieder hergeben will, ist das Kindheits-Ich dazu gezwungen einerseits das Erwachsenen-Ich nicht wach werden zu lassen, andererseits spielt das Kindheits-Ich die Fähigkeiten des Erwachsenen-Ich so gut es geht nach.

Das Kind will nicht als Kind entdeckt werden, sondern nach dem älter werdenden Körper auch als erwachsen angesehen und so bewertet werden.

**Bis heute ist dieses bei 99% aller Menschen gelungen.**

**Das Kindheits-Ich konnte erfolgreich den Erwachsenen nachspielen.**

Nur bei mir in meiner Praxis und in Selbsthilfegruppen ging das nicht, weil ich das Spiel dieser Seelen sofort durchschaut hatte.

Dafür konnte aber jeder Mensch, der es von sich aus wollte, im Erwachsenen-Alter endlich ein Erwachsenen-Leben führen. Dazu zwingen kann man keinen Menschen.

Das Wechseln von Kindheits-Ich zum Erwachsenen-Ich und damit älter werden ist nur auf freiwilliger Basis möglich.

Jeder Mensch muss jederzeit in seiner eigenen Verantwortlichkeit bleiben.

Kein Mensch darf auf einen anderen Menschen unnötige Gewalt ausüben - weder seelisch noch körperlich.

**Hörigkeiten = Abhängigkeiten = Süchte!**

**Hörigkeiten begleiten unser Leben - sind für uns Menschen völlig normal.**

**Erkenntnisse:** Sucht = Abhängigkeit = Hörigkeit ist normal, damit werden wir geboren, es ist ein natürlicher Zwang, damit wir unsere Grundbedürfnisse, als unsere Bedürfnisse, durch das Wort "**wie**" erfüllen können.

Erfüllen wir die Bedürfnisbefriedigung körperlicher oder seelischer Art "richtig" werden wir zufrieden.

### **I. Körperliche Grundbedürfnisse:**

**die Versorgung und die Entsorgung, die erfüllt werden müssen, sonst stirbt der Körper eher als geplant.**

- 1.) Essen + Zwang = Hunger (Sucht = Abhängigkeit = Hörigkeit) ist normal.
- 2.) Trinken + Zwang = Durst ist normal, weil ich meine Grundbedürfnisse befriedigen muss.
- 3.) Schlafen + Zwang
- 4.) Atmen + Zwang
- 5.) Sauberkeit/Hygiene + Zwang
- 6.) Wasserlassen+ Zwang
- 7.) Stuhl absetzen + Zwang
- 8.) Wärme und Kälteschutz, behütet sein ist mit Zwang ein Muss!

Erfülle ich alle körperlichen und seelischen Grundbedürfnisse **richtig**, mit dem Wort "**wie**", werde ich **zufrieden**, erreiche meine **innere Freiheit und Zufriedenheit**, durch mich in eigener Verantwortlichkeit.

### **II. Seelische Grundbedürfnisse:**

**die mit dem Wort "wie" erfüllt werden müssen, weil es Bedürfnisse der Seele, des Bewusstseins sind.**

- 1.) Anerkennung, die ich mir nur selbst richtig geben kann.
- 2.) Liebe = Freude, die ich mir nur selbst richtig geben kann.
- 3.) Folgen davon sind: die Harmonie des Bewusstseins mit dem Körper.
- 4.) Folge ist: die Geborgenheit der Seele.

Das alles entsteht durch meine richtige Selbstverwirklichung, aber alles kann ich übertreiben oder untertreiben und davon krank werden.

5.) Die Selbstverwirklichung = ich verwirkliche mich selbst richtig, ist eine richtige Bedürfnisbefriedigung.

*(Richtige Vorstellungen, des jeweiligen Chefs im Tagesbewusstsein + Tat, über den Körper, durch den Körper ist die richtige Beziehungskunde = Kontaktkunde = richtiger Kontakt = sich darin auskennen.)*

Nur die richtige Menge, die richtig zufrieden machende Erfüllung der körperlichen und seelischen Bedürfnisse macht das Bewusstsein zufrieden.

Nochmal zusammengefasst:

**Die Grundbedürfnisse aller Menschen sind gleich!**

**a.) Die körperlichen, um zu überleben.**

**b.) Die seelischen, um mit dem jeweiligen Körper zufrieden zu werden.**

Wenn wir alle die Grundbedürfnisse über unsere Selbstverwirklichung richtig befriedigen können, erreichen wir unsere Zufriedenheit.

**Ursachen aller Suchtkrankheiten sind:**

I. - 1.) Verständigungsschwierigkeiten sind Schwierigkeiten der Verständigung mit sich selbst, anderen oder irgendwelchen Sachen.

II. - 2.) Großer innerer Druck ist entstanden, der nicht mehr auszuhalten ist (große Unzufriedenheit).

**Folge:** III. - 3.) Negative Ersatzhandlungen müssen begangen werden, um sich vom inneren Druck vorübergehend zu erleichtern.

Es sind auch die Folgen von I. und II.

IV. Später kommt ein stoffgebundenes oder nicht stoffgebundenes Suchtmittel hinzu, mit dem es übertrieben wird und dazu erhält der Benutzer einen Eigennamen als Krankheit (Alkoholkranker, Drogenkranker, Spielsuchtkranker usw.), denn es wird mit Sicherheit damit übertrieben, und das richtige Maß geht verloren.

So ist auch jede Untertreibung eine Übertreibung, denn viel-zu-viel-zu-wenig ist eine starke Übertreibung, weil viel-zu-wenig.

Alles kann Suchtmittel sein.

Mit allem können wir es über- oder untertreiben.

Jede Übertreibung beinhaltet eine Vernachlässigung!

Jede Vernachlässigung hat einen Fehlbedarf - bis zu einer Krankheit - zur Folge.

So entsteht zur bestehenden Hörigkeitskrankheit, mit der wir geboren wurden, die aber noch nicht behandlungsbedürftig ist, eine zusätzliche Suchtkrankheit mit Eigennamen.

**Merke: Mit der Hörigkeitskrankheit werden wir geboren, nicht nur weil wir unsere Grundbedürfnisse mit einem gewissen Zwang erfüllen müssen, sondern weil wir nicht autonom sind und übertreiben.**

### **Selbstverständlichkeiten:**

I. Ein Leben durch andere über andere oder eine Sache findet über das Normalmaß hinaus statt und

II. - dabei wird sich immer mehr vernachlässigt, sich in eine Scheinwelt begeben, bis der Mensch wertlos ist. Er hat keine inneren Werte, denn er hat in diesem Lebensspiel alles verloren, was für ihn Wert hatte.

Kommt der Mensch in das zweite Drittel der Behandlungsbedürftigkeit aller Menschen, ist er schon behandlungsbedürftig, aber meistens noch zu stolz, um sich behandeln zu lassen, denn es fehlt noch die dritte Einsicht:

"Jetzt lasse ich mir von anderen helfen"!

Erste Einsicht: "So geht es nicht weiter".

Deshalb wird einiges geändert, um sich wieder aushalten zu können.

Zweite Einsicht: "Ich muss etwas ändern".

Zwischen der ersten, zweiten und dritten Einsicht vergehen manchmal Jahre oder Jahrzehnte, je nachdem wie groß der eigene Wille ist, welche Mittel und Möglichkeiten derjenige zur Verfügung hat und so weiter.

Hat der Suchtkranke genügend negative Erfahrungen im Umgang mit seinem, seinen Suchtmittel/n gemacht, liegt er in seiner inneren Gosse, ist er zur Behandlung bereit.

Manchmal muss als Folge noch ein übertriebenes, stoffgebundenes oder nicht-stoffgebundenes Suchtmittel hinzukommen.

(Stoffgebundene Suchtmittel z.B.: Alkohol, Drogen, Tabletten usw.)

Nicht stoffgebundene Suchtmittel z.B.: Spielen-Zocken, Internetsucht,

Computerspielsucht, Mediensucht, Sportsucht, berufsmäßiges, geschäftsmäßiges Denken, übertriebenes, krankhaftes Arbeiten, Männer, Frauen, Sexsucht usw.)

Alles ist Suchtmittel, mit allem können wir es übertreiben, uns vernachlässigen und davon krank werden, behandlungsbedürftig krank!



Selbst die schwerste aller Suchtkrankheiten kann erfolgreich therapiert werden, die "Managerkrankheit". Ähnlich wie die Fremden-Legionäre, die krank werden. Messies sind auch nur symptomsuchtkrank und haben, wie alle Suchtkranken, die Grundkrankheit.

**Die Suchtkrankheit = Abhängigkeitskrankheit = Hörigkeitskrankheit ist ein und dieselbe Suchtkrankheit, nur jeweils ein anderer Ausdruck dafür.**

**Die Grundkrankheit dafür ist immer die Bewusstseinskrankheit.**

Die Bewusstseinskrankheit beinhaltet das Unvermögen (= das nicht richtig Können) mit der eigenen Seele, mit dem sich darin befindlichen Bewusstsein richtig umgehen zu können.

*(Der NDR berichtet am 27.01.2020:*

*Jedes Jahr erkranken fünf Millionen Menschen in Deutschland an einer Depression.*

*Im Laufe ihres Lebens sind 23 Prozent der Deutschen unmittelbar selbst von einer Depression betroffen, 37 Prozent sind mit betroffen durch erkrankte Angehörige.*

*Doch noch immer sind Irrtümer und Unwissen über die schwerwiegende Erkrankung weit verbreitet.)*

Angststörungen ist ein Sammelbegriff für mit Angst verbundene psychische Störungen.

Menschen mit einer Midlife-Crisis (Lebensmittekrise), Menschen mit dem Burnout-Syndrom, Menschen mit Depressionen haben Verständigungsschwierigkeiten.

Fast alle Krankheiten haben etwas mit Verständigungsschwierigkeiten zu tun.

**Was ist die eigene Hörigkeit?**

- 1.) Die Liebe und Anerkennung - übertrieben und falsch eingesetzt, also zu viel durch andere, über andere oder eine Sache gelebt zu haben, sowie
- 2.) sich dabei selbst vernachlässigt oder geschädigt zu haben.

Beides gehört unmittelbar zusammen, sonst ist es keine Krankheit.

**Weitere Bezeichnungen für Hörigkeiten.**

Es ist eine Suchtkrankheit oder zuerst suchtkrankes Verhalten.

Wer sich nur Anerkennung und Liebe über andere besorgt, ist krank.

Weil er sich zusätzlich vernachlässigt und dies erst sehr spät bemerkt wird.

Er vernachlässigt seine Harmonie und Geborgenheit, somit verwirklicht er sich falsch.

"Es schleicht sich langsam ein."

Wer sich nicht selbst seine seelischen Grundbedürfnisse erfüllen kann, ist suchtkrank.

**Wie ich sage: "Er hat seine eigene Hörigkeit".**

Merkmale bei Menschen, die sich hörig verhalten, die suchtkrank sind oder die sonst eine Krankheit haben, die von der Seele ausgelöst wurde.

Wir müssen dabei berücksichtigen, dass sich diese kranken Menschen meistens in einem Ausnahmezustand befinden.

**Ich fange mit der Hörigkeit an.**

**"Bei einer Hörigkeit hat jeder Mensch":**

1.) einen großen Fehlbedarf seiner richtigen Anerkennung.

2.) einen großen Fehlbedarf seiner richtigen Liebe.

3.) einen riesengroßen Fehlbedarf seiner richtigen Harmonie.

4.) einen riesengroßen Fehlbedarf seiner richtigen Geborgenheit.

5.) Seine Selbstverwirklichung macht er überzogen und völlig falsch.

Somit hat er eindeutig einen großen Fehlbedarf im seelisch-geistigen Bereich.

6.) Die Goldwaage, unsere innerste Feinstwaage, ist nicht mehr richtig geeicht, sie geht falsch, deshalb wird mit ihr falsch abgewogen und bewertet.

7.) Das Bewertungssystem der Seele ist somit falsch, also müssen zwangsläufig falsche Taten begangen werden, also eine falsche Selbstverwirklichung.

8.) Das Mittelpunktendenken ist weit überzogen und somit auch falsch.

9.) Die Wertschätzung zu allen inneren und äußeren Werten ist stark übertrieben oder untertrieben und somit auch falsch.

10.) Die Beziehungskunde = Kontaktkunde kann nicht richtig verwirklicht werden.

**Ursache aller Suchtkrankheiten!**

11.) Verständigungsschwierigkeiten sind mit Sicherheit überall vorhanden.

12.) Der innere und äußere Druck ist nicht mehr auszuhalten.

Erleichterungen über Ersatzhandlungen sind die Folge.

Sie sind auch als Protesthaltung und als Protesthandlungen anzusehen.

**Eine weitere Folgeerscheinung!**

13.) Über das Suchtmittel verliert der Betreiber als Anwender die Kontrolle.

14.) Das Freudenkonto ist leer.

15.) Das geistige Alter nimmt ab.

**Merke: Sich durch andere oder eine Sache Liebe oder Anerkennung zu verschaffen, und zwar auf ihre Kosten, und sich dabei selbst vernachlässigen, heißt Hörigkeit = Krankheit = Suchtkrankheit.**

Das heißt gleichzeitig auf Dauer eine kleine oder große immer vorhandene Unzufriedenheit.

Eine Unzufriedenheit ist deshalb die Folge, weil man sich vernachlässigt, aber auch deshalb, weil man sich nur selbst die richtige Liebe und Anerkennung geben kann. Trotz großer und vieler Anstrengungen ist diese Unzufriedenheit nicht zu beseitigen. Verschaffen wir uns Freude auf Kosten anderer heißt das.

Es kostet andere Menschen meistens ein wenig "Ehre, Würde, Ansehen oder Niveau", auch wenn sie es nicht immer bemerken. Deshalb sollte jeder Mensch lernen, sich seine seelischen Bedürfnisse, durch sich selbst zu erfüllen.

Nur wir selbst können uns diese Grundbedürfnisse als Bedürfnisse richtig erfüllen.

"**Liebe deinen Nächsten wie dich selbst**", ist ein Bibelzitat.

**Es besagt aber auch, dass wir uns zuerst selbst liebhaben sollten.**

**Denn nur wer etwas hat, der kann etwas geben.**

**Ich kann nur das teilen, was ich habe.**

**Bin ich selbst nicht mein richtiger Freund, wie kann ich dann zu einem anderen Lebewesen richtiger Freund sein?**

So kann ich mich minutenlang - stundenlang - tagelang - wochenlang oder jahrzehntelang krankhaft verhalten.

Die Seele und der Körper sind bei diesem krankhaften Verhalten kurzfristig krank.

Verhalte ich mich, wenn auch nur zeitweise, wie ein Suchtkranker, habe ich die Möglichkeit, davon chronisch d. h. dauerhaft krank zu werden.

Diese Krankheit ist eine Suchtkrankheit mit der ich auch meine Umwelt schule.

Deshalb ist sie auch mit den Grundlagen zu einer Suchtkrankheit auch gut zu therapieren.

**Die Hörigkeitskrankheit ist so weit verbreitet, dass nicht nur alle bekannten Suchtkrankheiten dazu gehören, sondern auch hinter den meisten körperlichen Erkrankungen die Hörigkeit als Ersterkrankung zu nennen ist.**

Wer sich nicht beraten lässt oder sonst nichts gegen seine Grunderkrankung, **die eigene Hörigkeit**, unternimmt, wird weiter leiden und nicht mehr aus der Arztpraxis herauskommen, weil die körperlichen Beschwerden zunehmen.

Wer nicht den Mut und Lebenswillen hat etwas gegen seine Grunderkrankung, **die eigene Hörigkeit**, zu tun, wird weiter leiden.

**Merke: Eine Suchtkrankheit ist eine eingeredete Krankheit.**

**Jede Krankheit, die ich mir einreden kann, kann ich mir auch wieder ausreden.**

So ist es auch möglich, sich Gesundheit einzureden.

Richtige Informationen führen zur Zufriedenheit.

**Eine Hörigkeit ist eine eingeredete Krankheit.**

Eine Hörigkeit heißt, falsch mit der Liebe oder Anerkennung umzugehen und sich selbst zu vernachlässigen. Eine Ich-Form dominiert (Kindheits-Ich) und redet den anderen Ich-Formen ein, es sei so rechtens.

*(Bei einer Suchtkrankheit kämpft das Tagesbewusstsein, eine oder zwei Ich-Formen (Kindheits-Ich, Eltern-Ich), gegen das Unterbewusstsein und den Körper, deshalb verliert es.*

*Jeder, der kämpft, verliert. Zumal in diesem Fall gegen sich selbst.*

*Die Verhältnismäßigkeit stimmt nicht mehr.*

*Es ist nicht groß und stark genug für einen Kampf.*

*Nur mit der richtigen Dominanz des Erwachsenen-Ichs wird es wieder Gewinner.*

**Nochmal: Wer eine Suchtkrankheit bekämpft wird Verlierer werden.**

*Kämpferische Denk- und Handlungsweisen sind immer Kraftvergeudung.*

*Wer kämpft, kämpft hauptsächlich gegen sich in seiner Gesamtheit als sein größter Feind. Wer sich durch sein Leben kämpft verliert.*

*Wer sich anstrengt, sein Bestes gibt, wird Gewinner werden.*

**Wann fing bei mir früher die Kämpfernatur an?**

A.) Bei der Geburt.

**Wann hört meine Kämpfernatur auf?**

A.) Mit Einsetzen des Gehirntodes.

**Was mache ich mit meiner Kämpfernatur, wenn ich nicht mehr gegen mich und andere kämpfe und kämpfen kann?**

*A.) Ich benutze meine in mir innen wohnende Kraft (Kämpfernaut), strenge mich an, verausgabe mich nie, haushalte damit.*

*Sobald ich das Gefühl, den Eindruck, das Wissen habe, ich kämpfe wieder, sage ich sofort **Stopp** und halte an, reduziere meine Kraft, halte an und setze sie dann erst wieder ein, wenn ich erkenne, dass es eine Anstrengung ist.*

*Eine Kraftanstrengung kann ich klar bestimmen.*

*Bei Kampf weiß ich nicht, wer gegen wen kämpft, und eine klare Bestimmung von Kampfeinsatz, ist nicht mehr möglich.*

***Kämpfen in meinem neuen Leben: Nein!***

***Anstrengungen jeglicher Art, in meinem neuen Leben: JA!***

**Erkenntnisse:** Jede Suchtkrankheit ist auch eine Hörigkeit und eine Ersatzhandlung für das Fehlen der richtigen Erfüllung unserer seelischen Grundbedürfnisse.

Ersatzhandlungen sind Handlungen als Ersatz für das Original.

Wenn diese Ersatzhandlungen immer häufiger an ein Suchtmittel gebunden sind, und ich den Konsum über einen längeren Zeitraum übertreibe (z.B. Alkohol, Medikamente, Drogen, Liebe, Anerkennung) oder untertreibe, werde ich zwangsläufig suchtkrank.

Dann ist es entweder eine stoffgebundene Suchtkrankheit oder eine nicht-stoffgebundene Suchtkrankheit.

**Alles, was wir einsetzen oder benutzen, kann ein Suchtmittel sein!**

**Alles, was wir einsetzen oder benutzen, kann Einstiegsdroge sein!**

Zusammenfassend sage ich: Voraussetzung für ein zufriedenes Leben ist die richtige Erfüllung aller meiner "Grundbedürfnisse".

Wenn ich nicht suchtkrank werden will, muss ich meine Grundbedürfnisse kennen und wissen, wie ich sie alle richtig befriedigen kann.

Wünsche ich mir die Erfüllung, ist dieser Wunsch berechtigt, wird mir dieser Wunsch erfüllt oder ich erfülle ihn mir selbst.

So kann ich eine Suchtkrankheit bereits im Vorfeld verhindern.

Beseitige ich fast alle Verständigungsschwierigkeiten, habe ich fast alle Möglichkeiten zur Verhinderung einer Suchtkrankheit ausgeschöpft.

Werden mir meine realistischen Wünsche erfüllt, werde ich nicht suchtkrank.

Erlerne ich den richtigen Umgang mit mir, werde ich nicht suchtkrank.

Finde ich mein richtiges Maß, werde ich nicht suchtkrank.

Habe ich weniger Verständigungsschwierigkeiten, habe ich keinen großen Druck in mir, der nach Ersatzhandlungen schreit.

Somit wird ein Suchtmittel, das zur Krankheit führt, überflüssig.

**Erkenntnisse:** Eine Suchtkrankheit ist immer der Versuch, sich selbst zu helfen.

Eine Suchtkrankheit zu haben, sie zum Stillstand zu bringen, dauerhaft innerlich zufrieden leben, ist nicht kompliziert, nur komplex und bedarf einer langen Übungszeit, die gleichzeitig Genesungszeit ist.

Die Schuldfrage wird eindeutig und nachvollziehbar verneint und dies wird logisch und eindeutig erklärt und bewiesen werden.

Der Makel suchtkrank zu sein, wird eindeutig widerlegt.

Jeder Suchtkranke ist Spieler = Verlierer, weil er seine Einsätze verliert oder mit dem Gewinn der Freude dann nichts Richtiges anfangen kann, weil sein Freudenkonto leer ist.

Das ganze Leben ist ein Spiel, wir bringen regelmäßig unsere Einsätze.

Die Einsätze sind entweder ideeller oder materieller Art.

Sind wir zufrieden, sind wir Gewinner!

Sind wir unzufrieden, haben wir Angst und bezeichnen uns als Verlierer.

Eine eigene Hörigkeit ist auch nur eine Suchtkrankheit, weil derjenige, der dieses Spiel betreibt, mit Sicherheit Verlierer sein wird.

Jeder Mensch hat Stärken und Schwächen.

Ein gleiches Maß von beiden hält die Waage im Gleichgewicht!

Nur mit Kraft, mit Stärke kann man die Waage aus dem Gleichgewicht bringen, aber auch zurückbringen ins Gleichgewicht. (Physik: Bewegung bedeutet Kraftaufwand. Starke Bewegung bedeutet viel Kraft, viel Stärke.)

Eine Suchtkrankheit ist eine große Kraft, der wir mit einer großen Kraft an Verstehen begegnen können.

Mit der Stärke - als seelischen oder körperlichen Einsatz - kann man das

Ungleichgewicht in sich selbst zum Stoppen und zurück zum Gleichgewicht bringen.

Jeder Mensch kann das.

**Jeder Mensch hat das mindestens schon dreimal gemacht!**

In der vorgeburtlichen Phase, in der nachgeburtlichen Phase und in der hormonellen Umstellungsphase, der Pubertät.

### **Warum nicht weitere Male?**

Weil der Mut fehlt, viele Gedanken nicht zu Ende gedacht werden und weil wir ja so gerne leiden.

Leiden können wir lange Zeit allein. Wir ziehen uns zurück in die Isolation, weil wir glauben oder schon oft erlebt haben, dass uns wenige Menschen oder kein Mensch richtig versteht und somit auch nicht helfen kann.

Freude hingegen macht uns beschwingt, frei und locker, so dass wir keine Scheu haben, über unsere Freude anderen zu berichten.

So wird Freude durch Abgeben geteilt. Der innere Druck löst sich, weil sich auch wieder einmal die Wertschätzung und die Wahrheit geändert haben.

**Nachtrag:** Jede Suchtkrankheit ist auch eine Eigenschaft.

Jede Ich-Form im Tagesbewusstsein - Kindheits-Ich, Eltern-Ich und Erwachsenen-Ich wissenschaftlich durch die TA - Transaktionsanalyse bestätigt - hat Eigenschaften.

Das Unterbewusstsein hat Eigenschaften.

Der Körper hat Eigenschaften.

Wir Menschen haben alle Eigenschaften in uns, die es gibt.

Sie erzeugen Schuldgefühle und Trostlosigkeit, aber auch Hoffnung.

Mit dem Willen können wir nichts tun, sondern nur mit einem neuen Lernprozess, der verstanden, neu bewertet und gelebt werden muss.

In uns kann nur das Tagesbewusstsein oder das Unterbewusstsein etwas mit dem Willen, der Kraft tun.

Diese Kraft ist nur zur Gedankenentwicklung und zum Ausführen von Taten da.

Viele Ängste entstehen, durch eine bewusste oder unbewusste Bewertung, vor fast allen Dingen.

Der Leichtsinns bei einer Suchtkrankheit wird größer, die Inkompetenz auch.

Die Kontaktschwierigkeiten häufen sich.

Die innere und äußere Vereinsamung beginnt.

Fluchtgedanken entstehen andauernd.

Es wird gedankliche oder tatsächliche Flucht begangen.

Geholfen hat es bisher noch nie, weil wir uns überall, egal wo wir auch hingehen, selbst mitnehmen. Wir können nicht vor uns flüchten.

Die Überschätzung in allem ist nicht mehr zu übertreffen.

Der völlige Zusammenbruch, innerlich und äußerlich, rückt immer näher.

Die übertriebene Anspruchshaltung gegenüber anderen ist sehr groß.

Oder der Suchtkranke wird phlegmatisch.

Der Minderwertigkeitskomplex ist allgegenwärtig und sehr ausgeprägt.

### **Peter sagte in der Selbsthilfegruppe:**

Wer sich nicht aushalten kann, wer nicht allein sein kann, braucht zum Austausch oder für Ersatzhandlungen einen Spielgefährten. Das können Lebenspartner, Kinder, Eltern, Freunde, Verwandte, Berufskollegen oder Mitglieder eines Vereins sein.

Vielen Menschen reicht das nicht aus und sie müssen deshalb weitere Verpflichtungen haben, die sie vielfältig als Ersatzhandlungen betreiben.

Sie sagen sich, es lenkt ja so schön von mir ab.

Diese Ablenkung gönne ich mir, ich brauche sie. So schaffen sie sich zusätzlich ein oder mehrere Tiere an, vielleicht sogar einen Garten oder Wochenendgrundstück, um das Gefühl der Flucht oder des Heimatgefühls zu steigern.

Viele Menschen können nicht alleine oder zu zweit in ihrer Wohnung leben.

Es fällt ihnen sprichwörtlich die Decke auf den Kopf. So wie sie sagen, halten sie sich in ihrem Zuhause nicht mehr aus, weil sie verlernt haben, sich selbst auszuhalten.

Wer so denkt, sich so fühlt, hat die richtige Beziehung zu sich selbst verloren und ist als suchtkrank zu bezeichnen.

Egal, wo dieser Mensch auch hingeht oder hinreist, er nimmt sich mit.

Er würde überall die gleichen Schwierigkeiten wie in seiner Wohnung haben.

Kaum ist er am Urlaubsort angekommen, möchte er wieder weiter oder sogar nach Hause.

Seine Flucht vor sich selbst hört erst dann auf; wenn er sich seinen eigenen Problemen stellt und nicht mehr die Anderen für seine Unzufriedenheit verantwortlich macht.

Jeder Suchtkranke flieht vor sich selbst.

Er hat Verständigungsschwierigkeiten, einen erhöhten Druck und begeht deshalb viele Ersatzhandlungen mit seinen Suchtmitteln.



Da er diese Ersatzhandlungen mit seiner ganzen Kraft wie ein Kämpfer betreibt, bringt es ihn und andere eher als gedacht, ins Grab.

Somit kann ich sagen, der Mensch hat auch die richtige Beziehung zu sich verloren.

Wer die richtige Beziehung zu sich selbst nicht mehr hat, ändert mit Sicherheit alle Werte und alle Wertschätzungen.

### **Kurzfassung über Suchtkrankheiten:**

#### **Was ist eine Suchtkrankheit, was ist eine Hörigkeit?**

Eine Krankheit durch Sucht.

Eine Abhängigkeits-Erkrankung.

Eine Zwangskrankheit.

Eine 24-Stunden-Krankheit.

Eine Suchtkrankheit, die durch einen Genesungsweg zum Stillstand gebracht werden kann. Eine Suchtkrankheit, bei der es keine Heilung gibt.

Suchtkrankheiten, mit denen ich jetzt gut leben kann, nachdem ich sie alle zum Stillstand gebracht habe und alle Sicherheiten von mir eingehalten wurden.

Das ist dann auch der richtige Schutz vor einer neuen Suchtkrankheit.

Eine Suchtkrankheit, die sorgfältig beachtet werden muss.

Eine Suchtkrankheit, die nicht unter- oder überschätzt werden sollte.

Eine Suchtkrankheit, die auch richtig bewertet werden muss.

Eine meistens von sich selbst eingeredete Krankheit, die wieder mit Hilfe Außenstehender ausgeredet werden kann.

Eine Krankheit, deren Anlagen dazu wir in uns tragen.

Der Versuch sich selbst zu helfen. So wollte ich mir nur helfen.

Das Betreiben von Über -oder Untertreibungen über einen kürzeren oder längeren Zeitraum und davon krank geworden zu sein.

Eine Suchtkrankheit, bei der ich mit mir falsch umgegangen bin und mich dabei völlig vernachlässigt habe, ohne dass es mir richtig bewusst geworden ist.

Eine Suchtkrankheit, bei der ich nicht in der Lage war, meine unbedingt notwendigen Grundbedürfnisse richtig zu befriedigen.

Vorhandene Verständigungsschwierigkeiten wurden nicht richtig beseitigt oder minimiert. Der eigene innere Druck konnte nicht mehr ausgehalten werden.

Negative Ersatzhandlungen mussten begangen werden.

Eine Suchtkrankheit ist immer der falsche, lebensfeindliche Umgang mit sich.

Es ist aber auch der falsche Umgang mit anderen.

Alles kann Suchtmittel sein, weil wir alles über- oder untertreiben können, so kann auch alles Einstiegsdroge sein. Wir können von allem krank werden.

Eine Suchtkrankheit ist erst nach 5 Jahren zum Stillstand gebracht.

Bis dahin befinde ich mich auf dem Genesungsweg.

Horst/Peter Pakert **Die Suchtkrankheit oder Seelenkrankheit** 1995/2024

Von Peter wollte ich wissen, wie er darüber denkt, dass es so viele Suchtkrankheiten gibt oder welche Hinweise er speziell mir noch geben kann.

Neue Sichtweisen, habe ich festgestellt, schaden nicht, aber ergeben immer eine neue Wahrheit, und neue Wahrheiten brauche ich, weil ich heute bereit bin, mein Leben konsequent zu ändern.

Sind die Hinweise für mich logisch und erklärbar, werde ich sie ausprobieren.

Habe ich damit Erfolg, werde ich sie weiter ausprobieren, bis ich mit mir zufrieden und der Bestimmer über mein Leben geworden bin.

**Er sagte mir dazu:** Alle suchtkranken Menschen und andere kranke Menschen bringen fast das gleiche Kapital mit.

Deshalb ist keiner besser oder schlechter suchtkrank oder krank.

Deshalb ist es auch kein Makel suchtkrank zu sein.

Deshalb braucht sich keiner für seine Suchtkrankheit zu schämen  
oder sich wegen ihr zu verstecken.

Deshalb sind auch alle Suchkrankheiten mit einer "Grundsatztherapie" zu erreichen.

Deshalb ist jedem Suchtkranken zu helfen.

**Hoffnungslose Fälle gibt es nicht!**

**Auf den Punkt gebracht heißt es dann:**

Alle suchtkranken Menschen können mit ihren Energien und Möglichkeiten nicht richtig umgehen, genau so wenig wie jeder andere kranke Mensch.

(Eigene Begründungen und Erklärungen hat jeder.)

Weitere Erfahrungswerte:

**Allen suchtkranken Menschen ist mit Sicherheit zu helfen.**

- Für jeden Suchtkranken und alle Suchtkrankheiten gibt es die richtige Therapie.

- Jeder Mensch hat das Therapieziel zufrieden zu werden.

Sich jederzeit richtig selbst helfen zu können, sich alle Fragen beantworten zu können, ist sein Wunsch.

Zumindest das Wissen darüber zu haben, wie er seinen Fragen doch noch beantwortet bekommt. Von wem er diese Antworten bekommt, ist ihm meistens egal.

Jeder Mensch braucht eine eigenständige Therapie, **nur die Grundlagen, als Grundüberlegungen des Verstehens, sind für alle Krankheiten gleich.**

Diese Grundlagen heißen Wissen über Krankheiten und Verstehen der Menschen, des Kranken, der Krankheitsbilder.

Das richtige Verstehen, ist schon fast die richtige Therapie.

Verstehen lernen, ist zu erlernen.

- Jeder Mensch braucht eine eigenständige Therapiezeit.

- Jeder Mensch hat einen eigenständigen Schädigungsgrad.

- Jeder Mensch hat ein eigenständiges Leistungsvermögen.

- Jeder Mensch hat eine eigenständige Anspruchshaltung.

- Jeder Mensch, der krank ist, hat mindestens zwei Krankheiten.

Die Psyche = Seele leidet, und dem Körper geht es nicht gut.

Jeder Mensch, der suchtkrank ist, hat mindestens drei Krankheiten.

Egal ob er eine legale, illegale, anerkannte oder nicht als Suchtkrankheit eingeschätzte oder anerkannte Krankheit hat.

Da jeder kranke Mensch sich in einer Ausnahmesituation befindet, ist das Vertrauen zu ihm unbedingt herzustellen.

Es ist ein oberstes Gebot, wenn nicht sogar eine Pflicht von uns Behandlern, glaubwürdig in seinen Augen zu werden.

Erst dann kann der Kranke uns vertrauen.

Ich bin davon überzeugt, dass, wenn ich das Vertrauen eines Patienten haben möchte, er mir die Gelegenheit dazu geben muss, richtig vorleben zu dürfen.

**Jeder Mensch, der suchtkrank ist, hat wie erwähnt mindestens drei Krankheiten,**

sagte Peter im Institut für Naturheilkunde mit der privaten Suchtberatungsstelle und dazu gab er uns folgende Auskunft:

### **1.) Die Suchtmittelkrankheit selbst.**

Das Mittel zum Zweck, welches seine erhoffte Wirkung tut.

Es kann stofflich oder nicht - stofflich sein.

Ohne Suchtmittel kann keine Suchtkrankheit entstehen.

All das, was wir wie unter einen Zwang wiederholen, ist als krankmachendes Suchtmittel zu betrachten.

### **2.) Die Beziehungssuchtkrankheit.**

Durch Kontakt oder von der falschen Selbstverwirklichung krank geworden.

Ohne den Kontakt, die Beziehung zum Suchtmittel oder deren Verwirklichung, kann keine Suchtkrankheit entstehen.

Eine Beziehung zu haben, ist ein Kontakt oder eine Vorstellung + Tat oder unsere Selbstverwirklichung.

### **3.) Die Liebe zum Suchtmittel.**

Die übertriebene, falsch angewendete Liebe zum Suchtmittel ist immer als höriges Verhalten zu bezeichnen.

Wo Liebe ist, ist Anerkennung nicht weit.

Wer ein Suchtmittel übertrieben einsetzt, vernachlässigt sich mit Sicherheit.

Somit ist die Hörigkeit perfekt.

In den meisten Fällen ist die Liebe zum Suchtmittel vorhanden.

In wenigen Fällen, so hörte ich, kann allein die Liebe zur Wirkungsweise des Suchtmittels vorhanden sein und das Suchtmittel selbst abgelehnt werden.

Die Wirkungsweise hat aber immer mit dem Suchtmittel selbst zu tun.

Ganz wenige Menschen werden dazu gezwungen suchtkrank zu werden.

Als Beispiele erwähne ich die notwendigen Medikamentenverordnungen bei körperlichen oder seelischen Erkrankungen.

Also ist bei diesen Menschen zuerst keine Liebe zum Suchtmittel vorhanden.

Später, wenn sie sich daran gewöhnt haben, lieben sie das Suchtmittel, wegen seiner positiven Wirkungsweise, in irgendeiner anderen Form.

Manchmal bedarf es einer gewissen Zeit der Gewöhnung bis wir etwas liebhaben können.

Verursacherprinzip oder Verursachersystem.

Für Sie noch einmal eine kurze Zusammenfassung wissenswerter Informationen.

**Was ist eine Suchtkrankheit, was ist eine Hörigkeit?**

Eine Krankheit der Sucht, aus der Sucht oder Abhängigkeit entstanden.

Eine schuldlose Zwangskrankheit.

Eine Abhängigkeitserkrankung.

Eine eingeredete Krankheit.

*(Übertreibungskrankheiten sind eingeredete Krankheiten, weil das, wozu der Mensch neigt, was er für sich für Vorteil ansieht, er so übertreibt, dass er davon krank wird.*

*Das, was ich mir falsch einrede, kann ich mir mit Aufrichtigkeit, mit Richtigkeit wieder ausreden. Zum Beispiel dachte ich, es geht nicht ohne Alkohol, Medikamente, Drogen, Spielen-Zocken usw. Doch es geht, gut sogar, ohne diese, meine Suchtmittel.)*

Eine Krankheit, die nur zum Stillstand gebracht werden kann.

Eine Familienkrankheit, weil alle Angehörigen sehr viel darunter leiden.

Eine 24-Stunden-Krankheit, die vor keinen Sonn-oder Feiertag halt macht.

Eine Pandemie!

Sie ist nicht örtlich oder zeitlich begrenzt.

Sie überschreitet jede Grenze.

Eine Krankheit, die jeder verstehen kann, der sich dafür interessiert.

Eine Krankheit, bei der es Hilfe gibt.

**Eine Krankheit, vor der wir unsere Kinder schützen müssen!**

**Eine Krankheit, die wir beim Entstehen verhindern müssen!**

Der Versuch sich selbst zu helfen.

Das Scheitern der ständigen Versuche sich selbst zu helfen.

Über- oder Untertreibungen über einen kürzeren oder längeren Zeitraum machen jeden Menschen krank.

**Warum wehren sich heute noch so viele Menschen gegen diese einfachen Überlegungen, bei denen viel Leid verhindert werden kann oder viele Menschenleben gerettet werden können?**

Aus normalen Verhalten wurde eine Krankheit.

Sie hat sich deshalb schleichend und unbemerkt ergeben, weil wir uns zu wenig ernstnahmen und nicht darauf geachtet haben, unser wirklicher Freund zu werden.

Was die Allgemeinheit macht, muss nicht richtig und gesund sein.  
Es muss auch nicht die gerechte Wahrheit sein, nach der gesucht wird.  
Jeder sollte seine eigene Wahrheit finden, dann verhält er sich auch gerecht.

### **Die fünf Fragen und Antworten zur Hörigkeit:**

#### **Was ist die Hörigkeit?**

Es ist eine Suchtkrankheit.

#### **Wodurch entsteht Hörigkeit?**

Durch alle Ursachen der Suchtkrankheit (Verständigungsschwierigkeiten, sich nicht aushalten können).

#### **Wie wirkt sich Hörigkeit aus?**

Die Seele und der Körper werden soweit geschädigt, bis der Betroffene frühzeitig stirbt. Oder die Umwelt, die Menschen werden soweit geschädigt, bis sie loslassen.  
Der volkswirtschaftliche Schaden ist vielfach enorm.

#### **Wie stoppe ich Hörigkeit?**

Durch ein bewusstes Leben, das verstehend geführt wird, mit der richtigen Beziehungskunde in meiner Lebensschule, die schon im Kindesalter anfängt.  
Ein Mensch, der einer Hörigkeit nachgeht, also suchtkrank ist, hat Fehlbedarf in seelisch-geistigen Grundbedürfnissen.

#### **Ihm fehlen mit Sicherheit die richtige:**

**Anerkennung, Liebe,**

**Harmonie und Geborgenheit.**

#### **Er verwirklicht sich mit Sicherheit falsch.**

Dieser Mensch ist durch den Fehlbedarf an richtiger Liebe und Anerkennung krank geworden. Dadurch ist er unharmonisch und versucht dies über ein gesteigertes Suchtkrankenverhalten auszugleichen.

Leider macht er das um jeden Preis.

Dazu müssen nicht immer Alkohol, Drogen, Medikamente eingesetzt werden.

Es ist eine Spielsucht, ein Spaß, das heißt sich Freude bereiten auf Kosten anderer.

#### **Es ist auch eine Beziehungssuchtkrankheit.**

*(Die Beziehungssuchtkrankheit setzt sich aus vielen falschen Einzelkontakten zusammen.*

*Die vielen Sinne, die vielen Organrückmelder, die vielen Denkungsweisen, dass viele Sprechen und Handeln, all das zusammengenommen falsch oder schädigend angewendet, sind falsche Beziehungen oder falsche Kontakte.*

*Zusammengenommen heißt es dann Beziehungssuchtkrankheit.*

*Die Beziehung zu mir war gestört.*

*Durch mein beziehungsüchtiges Denken, das, ohne dass ich das bemerkt habe, von Geburt an entartet war, hat mich den Bezug zu mir selbst verlieren lassen.*

*Ich konnte mich nicht aushalten, habe nach Hilfsmitteln gesucht, sie benutzt, konsumiert, übertrieben und dadurch die richtige Beziehung zum Leben verloren.*

*Kurzfassung:*

*1.) Die angeborene Beziehung zu mir war gestört.*

*2.) Die erworbene Beziehung zur Umwelt musste dadurch zwangsläufig auch gestört sein.*

*Die Beziehungssuchtkrankheit zu jedem Suchtmittel hat mich die richtige Beziehung zu mir verlieren lassen.*

***Warum konnte ich nicht früher aufhören mit meiner Suchtkrankenkarriere?***

*1.) Weil ich noch nicht genügend negative Ersatzhandlungen im Umgang mit meinen Suchtkrankheiten hatte.*

*2.) Weil ich noch nicht den richtigen Ansprechpartner für mich gefunden hatte.*

**Merke: *Beziehungssuchtkrankheit ist mir und anderen wehtun.***)

Dieser Mensch kann nicht ohne Hilfe von außen erwachsen und zufrieden werden.

Die eigene Hörigkeit ist keine manifeste Krankheit.

Eine kurzfristige Krankheit, für Stunden oder Tage, ist auch eine Krankheit, die auch leicht zur chronischen Krankheit werden kann.

Der positive Ausgangspunkt für Hörigkeit heißt Interesse.

Ich habe etwas gern, ich habe etwas lieb, es interessiert mich.

Ich setze mich dafür ein, ohne mich oder meine Familie zu vernachlässigen.

Wer sein Interesse, seine Liebe, zu irgendetwas nach seinem persönlichen Normalmaß übertreibt und sich dabei vernachlässigt, verhält sich "hörig", somit auch suchtkrank.

Er bezeichnet es meistens als Interesse. Oder er gibt zu, offene Fragen zu haben, aber keiner hilft ihm dabei, sie zu Ende zu denken.

**Der Hörige fragt sich:**

**Warum kann ich in meinem Leben so wenig genießen?**

**Warum kann ich mich nicht begnügen hier, da und dort?**

**Warum habe ich das Gefühl oder den Eindruck das Leben rauscht an mir vorbei, ohne dass ich richtig daran teilnehme?**

**Wie kann ich mein Leben zum Positiven ändern?**

**Wie kann ich mich ändern?**

**Wie kann ich meine Umwelt ändern?**

**Wann muss ich etwas ändern?**

**Warum muss ich eigentlich etwas ändern?**

**Warum ändern sich nicht die Anderen?**

**Von wem bekomme ich das Wissen darüber, was ich zu ändern habe?**

Die Antworten dazu findet der Leser in den Büchern von Peter Pakert - Goldwaage I und Goldwaage II - Feinstwaage der Seele.

Die Lektüre wird durch persönliche Beratung und Therapie ergänzt.

Eine Suchtkrankheit verstehen zu lernen, sie zum Stillstand zu bringen, sie therapieren zu können, ist nicht schwer, nur komplex und langwierig.

**Behandle ich nur die Grundkrankheit, die eigene Hörigkeit, entfällt die weitere Behandlung aller sonstigen Suchtkrankheiten, weil sie überflüssig geworden sind.**

Denn der Behandler sieht zu, dass bei dem Patienten so wenig wie möglich Verständigungsschwierigkeiten da sind. Also ist kaum innerer Druck vorhanden, der nach Erleichterung schreit, sondern dieser geringe, noch vorhandene Druck ist normal und auszuhalten.

Somit sind zur zusätzlichen Erleichterung Ersatzhandlungen überflüssig.

Werden sie gemacht, erhofft man sich, glücklich zu sein, aber das ist nur eine Momentsache und gehört in die Intimsphäre.

Sind die Ersatzhandlungen überflüssig, gibt es keine Begründung, es mit einem zusätzlichen Suchtmittel zu übertreiben. Denn das wäre noch eine zusätzliche Vernachlässigung und führt zur Hörigkeitskrankheit und das ist eine Suchtkrankheit, die behandelt werden muss bei der Einmaligkeit durch sich selbst, bei Wiederholungen durch den Behandler und es werden noch andere Worte gewählt (Kompromisse).



So ist es möglich mit der Behandlung der Grund-Suchtkrankheit - der eigenen Hörigkeit - alle Suchtkrankheiten zum Stillstand zu bringen, weil dadurch die Übertreibungen, die Vernachlässigungen, die Verständigungsschwierigkeiten, der innere Druck, die negativen Ersatzhandlungen und ein zusätzliches Suchtmittel überflüssig werden.

Handlungen werden für mich richtig, vernünftig, gesund, gerecht und logisch.

Dann werde ich sie mit wenig Kraftaufwand leben können.

Nur so kann ich als mein Freund richtig leben.

Bin ich mein Freund, kenne ich die Bedeutung der Freundschaft, kann mich als Freund anbieten.

**Peter weiß, dass das Entdecken dieser Sensation einmalig auf der Welt ist.**

Ein kurzes Beispiel dafür.

**Das Essen:** Wenn ich das über einen kürzeren oder längeren Zeitraum (je nach Neigung) über- oder untertreibe, verhalte ich mich schon kurzfristig suchtkrank und habe deshalb gute Chancen, seelisch oder körperlich chronisch krank zu werden.

Diese Krankheit ist dann behandlungsbedürftig und heißt Suchtkrankheit = Hörigkeitskrankheit = Essgestörtheit = Fresssuchtkrankheit.

Ein Mensch isst zu wenig, zu unvernünftig, zu viel, zu unregelmäßig, zu ungesund, das ist viel zu ungerecht sich selbst gegenüber und ist dann als Fresser zu bezeichnen.

Er macht alles zusammengenommen oder im Wechsel, dann ist er mit Sicherheit als Fresssuchtkranker zu bezeichnen.

**Da dieser Mensch das bewusst macht, ist es sogar vorsätzlich und dafür ist nur die Entschuldigung Bewusstseinskrankheit zu finden.**

Dieser Mensch, der wegen seiner Protesthaltungen sich selbst Leid zufügt, findet als Erklärungen Unrecht, aber auf die richtige Erklärung, Verständigungsschwierigkeiten mit sich und anderen zu haben, kommt er genau so wenig, wie andere stoffgebundene - oder nicht stoffgebundene Suchtkranke. Auch dieser Mensch erfüllt seine 13 Bedürfnisse (im Dokument beschrieben) nicht zu seiner Zufriedenheit.

Ist dieser Mensch krank, dann bedarf er der Behandlung, nicht nur weil er suchtkrank ist und diese Suchtkrankheit zuerst immer die eigene Hörigkeitskrankheit heißt, sondern weil weder er selbst, noch andere bei ihm die Bewusstseinskrankheit erkennen

Böswilligkeit kann weder diesem Kranken, noch anderen Kranken unterstellt werden, sondern es ist davon auszugehen, dass auch dieser Mensch keine Chance hatte nicht krank zu werden.

**Unsere Gesellschaftsordnung ist ein entscheidender Faktor, der jede Bewusstseinskrankheit fördert.**

**Eine gerechtere, richtigere Gesellschaftsordnung würde Über- oder Untertreibungen nicht zulassen.**

**Allein das ist schon Grund genug, um eine neue, einheitliche, gerechtere, richtigere Gesellschaftsordnung anzustreben.**

Nahrungsaufnahme in irgendeiner Form muss - im richtigen Maß - gewährleistet sein. Eine gewisse Grundmenge von Nahrungsmitteln braucht jeder Körper, sonst stirbt er früher als geplant.

Die Einfuhr von Nahrungsmitteln bestimmt das Gewicht und das Wohlbefinden oder Nichtwohlbefinden (durch das Wort "wie" und die Höhe des Verbrauchs.)

Somit ist einmal sich Überfressen ein Suchtkrankenverhalten und einmalige Krankheit, aber noch normal, also noch nicht behandlungsbedürftig.

Es hat eher den Charakter des Lerneffektes (durch Schaden wird man klug).

Dieses zu viel an Nahrungsaufnahme ist für uns Menschen normales Verhalten, von vielen als erstrebenswert angesehen, weil sie sich mal richtig satt essen wollen.

Dass es ihnen hinterher schlecht geht, nehmen sie in Kauf.

Deshalb nehmen sie auch Krankheiten oder Übergewicht in Kauf.

Wir sagen dazu als Entschuldigung:

"Es hat ja so gut geschmeckt oder ich konnte mich nicht bremsen oder das musste mal sein. Endlich mal wieder richtig satt."

Wer an einem Tag das Essen so übertreibt hat gefressen.

Er ist als Fresser zu bezeichnen, aber er wird, im Volksmund, niemals als krank angesehen, weil Übertreibungen in unserer Gesellschaft gesellschaftsfähig sind.

Selbst wenn er es häufiger macht und Übergewicht hat.

So kann ich jetzt mit allen Teilen unserer Grundbedürfnisse so verfahren (Trinken, Schlafen, Anerkennung, Liebe usw.)

Eine ernstzunehmende Krankheit ist es noch nicht, wenn sie kurzfristig ist.

Bei harten Drogen reicht ein zwei- bis dreimaliger Konsum, um davon behandlungsbedürftig krank zu sein, weil Drogen eine kleine therapeutische Breite haben.

Bei den Grundbedürfnissen kommt es nicht nur auf das Übertreiben an, sondern auch auf den Grad der Vernachlässigung und auf die Zeitspanne an.

**Ich sage immer: Erst ist die Seele gestört, später der Körper.**

**Dann wird die Seele krank und dann der Körper.** (Es ist eine Zeitfrage.)

**"Wie"** mache ich etwas?

Das Wort "**wie**" ist eines der bedeutendsten Worte in unserer Sprache, denn es entscheidet über: "**Wie**" esse ich? "**Wie**" trinke ich?

**"Wie"** erfülle ich mir also meine körperlichen und seelischen Grundbedürfnisse und Bedürfnisse, damit ich zufrieden werde?

Das Wort "**wie**" ist auch weiterführend, denn es entscheidet auch damit über das Maß, über den Geschmack, über das, was ich esse oder trinke und über die Zeit, sowie den Kraftaufwand.

Horst/Peter Pakert     **Die eigene Hörigkeit**

1995/2007/24

**Jeder Suchtkranke ist mit Sicherheit auch hörigkeitskrank!**

Erst hat er, so wie fast alle Menschen, höriges Verhalten.

Später, wenn er das richtige Maß für sich verloren hat, wird es zur selbstständigen Krankheit. Diese Krankheit wird leider als solche nicht erkannt, weil ein Suchtmittel (Alkohol, Drogen usw.) entweder überwiegt oder ein Suchtmittel nicht gefunden werden kann, derjenige noch zu jung ist oder wenn sein Verhalten nicht verstanden wird.

Sich Anerkennung und Liebe durch andere Menschen zu verschaffen, wobei sich derjenige immer mehr vernachlässigt, heißt Hörigkeit.

Die Hörigkeit beginnt leider oftmals schon etwa im achten Lebensjahr.

Also nur Freude über andere, durch andere Menschen oder eine Sache zu haben bedeutet Hörigkeit, weil jeder, der sich so verhält, sich selbst vernachlässigt.

Wer dieses Verhalten zeigt, verhält sich suchtkrank und wird im Laufe der Zeit immer schwächer.

Er wird sich nicht mehr die richtige Liebe und Anerkennung geben können.

Somit lebt er nach Jahren nur noch durch andere, über andere, eine Sache oder Suchtmittel. Das dabei sein Freudenkonto immer leerer wird fällt keinem auf. Diesem Verhalten muss Einhalt geboten werden oder der Mensch stirbt sehr früh. Er nimmt sich das Leben oder macht sich mit seinen Suchtmittel so kaputt, dass er zu früh stirbt.

### **Die Hörigkeitskrankheit ist die häufigste Suchtkrankheit der Welt!**

#### **Warum ist das so?**

Um das Beste aus unseren Leben machen zu können, müssen wir unsere Grundbedürfnisse (im Dokument beschrieben) zu unserer Zufriedenheit erfüllen. Wir streben fast immer im Leben an Liebe, Freude und Anerkennung zu bekommen. Wir wollen aber auch glaubwürdig und geachtet werden. Dabei über- oder untertreiben wir, und unsere Persönlichkeitsvernachlässigung bemerken wir nicht richtig. "**Liebe macht blind.**"

Wir deuten dieses Streben anders, nur nicht als Über- oder Untertreibungen und auch nicht als Verständigungsschwierigkeiten.

Viele negative Ersatzhandlungen müssen somit begangen werden, wozu auch Suchtmittel gehören und eingesetzt werden, damit man sich wieder ein wenig aushalten und ertragen kann.

Alles was wir in einem ungesunden Maß benutzen macht krank.

Alles was wir in einem gesunden Maß benutzen, wenn wir es benötigen, macht gesund.

Horst/Peter Pakert      **Erfahrungen und Erfolge**      1995/2007/24

Die Schule der Seele - als Schule des Lebens mit der Seele - bietet **Hilfe** zur Selbsthilfe, damit sich jeder Mensch selbst richtiger helfen kann, als er es bisher konnte oder durfte.

Es ist Hilfe für Menschen, die sich als **hilflos**, körperlich **schwach**, willensschwach, **seelisch schwach** empfinden.

In Wirklichkeit ist jeder krank im Bewusstsein seiner Menschenseele, der sich überlastet fühlt, der über- oder untertreibt und Fehlbedarf empfinden in sich fühlt.

Der Mensch ist willensstärker, als er denkt, sonst hätte er die vielen Ungerechtigkeiten in seinem Leben nicht bis zu seinem heutigen Tage ertragen.

Der Wille gehört als Kraftpotenzial unbedingt zu einer Seele, damit das Bewusstsein der Seele denken kann.

Zum Denken wird Willenskraft benötigt, weil das Denken interne Handlungen sind.

Ohne eine Kraft findet keine Bewegung statt.

Sprechen ist auch eine Handlung. Wille wird benötigt.

Muskeln bewegen sich. Wille wird benötigt.

Knochen bewegen sich. Wille wird benötigt.

Bänder bewegen sich. Wille wird benötigt.

Sehnen bewegen sich. Wille wird benötigt.

Der ganze Körper wird bewegt, alles sind Handlungen, Taten, wozu Wille benötigt wird. Ohne eine bewusste Vorstellung ist eine Tat nicht möglich.

Eigenreflexe ausgenommen.

**Bewusstes Leben heißt: ich bekomme meine Energien ganz mit.**

Ich leide manchmal unter den großen Vorstellungen, die mir so klar und deutlich werden, dass ich vor innerer Anstrengung das Gefühl habe, mich nicht aushalten zu können. Überdeutlich wird es mir, wenn riesengroßer Wille und riesengroßes Gefühl, wie selbstverständlich, für die Klarheit der Gedanken angehängen wird.

Mein Körper erscheint mir dann, für diese riesengroßen, in mir vorhandenen Energien, zu klein. Das heißt, ich habe Schwierigkeiten mich auszuhalten und suche nach einem Ventil, ein Betätigungsfeld, wo ich abgeben kann.

Das kann zum Beispiel:

Arbeit sein (legal).

Eine Frau sein (legal).

Alle Süchte sein, die mich krank gemacht haben (für mich illegal, verboten).

**Peter sagte:** Wenn meine Goldwaage nicht richtig geeicht ist, ist meine Denkungsweise falsch, dann ist jede Handlung, mit dieser Art von Bewertung falsch. Zeige ich einem Menschen seine ihm zur Verfügung stehenden Kräfte mit denen er sich Schaden zugefügt hat, als Beispiel, dem Suchtkranken, dreht er diese gleichen Kräfte erfolgreich um, wendet er sie für sich positiv an, sind es seine Selbstheilungskräfte. Er dreht sie aber nur dann um, wenn er leben will. Sein Lebenswille muss in jedem Fall erst einmal richtig geweckt werden.

Er muss wieder Hoffnung haben, ein neues Leben schaffen zu können.

Diese Hoffnung wieder richtig leben zu können, kann jedem gegeben werden, durch verstehende Menschen.

Jeder Suchtkranke hat einen großen Willen, auch das durfte ich erkennen und nutzbringend anwenden.

Diesen großen Willen richtig für sich gebrauchen zu lernen kann jeder.

Der Suchtkranke muss nicht länger unter den vielen Kräften, die in ihm wüten, mit denen er wütet, leiden.

Mein großer Wille, meine großen Vorstellungskräfte haben mich groß bewusstseinskrank werden lassen.

Mein Körper, das Materielle an mir ist dadurch stark geschädigt worden.

Meine großen Vorstellungskräfte meines früheren Chefs im Tagesbewusstsein - mein Kindheits-Ich - hat mit Phantasie von vielen Dingen Gebrauch gemacht, zu denen ich neigte.

**Laut WHO (Weltgesundheitsorganisation) heißt Sucht etwas zwanghaft wiederholen, also etwas Normales, wie das Essen, Trinken, Atmen, die Sexualität. Das Süchtige, Normale, Zwanghafte habe ich über- oder untertrieben bis es Krankheitswert bekam und so entstanden meine Suchtkrankheiten.**

Schon im ersten Buch von Peter Pakert - Goldwaage I - habe ich - als Patient O - 10 Suchtkrankheiten als Übertreibungskrankheiten zum Stillstand bringen können.

(Polytoxikomanie = Mehrfachabhängigkeit)

Die Suchtkrankheiten habe ich aber nacheinander zum Stillstand bringen können.

Von einigen Suchtmitteln lebe ich abstinenter.

Mit einigen Suchtmitteln, die mich früher krank gemacht haben, lernte ich den richtigen Umgang, die richtige Dosierung. Somit befinde ich mich weiterhin mit kleinen Schritten auf meinem Weg der Genesung und der Stabilität.

Gelernt habe ich einige der Suchtmittel zu reduzieren, so dass ich sie in meinem Sinne vernünftig und gesund kontrollieren kann.

Das heißt auch, dass ich mit ihnen umgehen muss, weil ich sie zum täglichen Leben brauche. So habe ich z.B. das krankhafte Arbeiten verändert in normales Arbeiten, das Fressen umgewandelt in normales Essen und zwar so wie es für mich vernünftig ist.

Das nicht alkoholische Saufen (Cola) habe ich auf Normalmaß reduziert.

Das Alkoholtrinken, den Drogenkonsum, das suchtkranke Spielen usw. habe ich vollständig eingestellt, weil ich es nicht zum täglichen Leben brauche.

Ich habe eingesehen, dass schon gering dosierte Mengen meine Suchtkrankheit in diesen Bereichen sofort wieder zum Ausbruch kommen lässt, **weil ich die Kontrolle darüber als Fähigkeit verloren habe!**

Ich will mein Bewusstsein nicht mehr erweitern, denn das hatte ich in meiner Drogenzeit reichlich, und darüber hatte ich die Kontrolle verloren.

Heute will ich das Bewusstsein meiner Seele aufklaren, aufhellen, alles in mir, an mir und um mich herum in Ordnung bringen.

Das Schweben-wollen, der Realität entfliehen, überlasse ich jetzt anderen.

Meine Erdverbundenheit bekommt mir besser.

**Die Liste meiner Übertreibungen war sehr lang.**

**Eine Liste was ich im Normalmaß für mich machen konnte gab es nicht!**

Inzwischen konnte ich weitere ca.20 Übertreibungskrankheiten auf ein Normalmaß reduzieren oder zum Stillstand bringen.

Meine Angewohnheiten habe ich mit Triebhaftigkeit übertrieben.

Das richtige Essen ist normal, ich kann es sogar als süchtig, als abhängig bezeichnen.

Deshalb muss ich es noch lange nicht übertreiben und zum Fresser werden.

Die Hilfsbereitschaft mir zu helfen ist normal.

Deshalb muss ich es noch lange nicht - wie früher - in eine Kampfsportart ausarten lassen, ob es das Lügen und Betrügen, das Spielen, das Reisen, das Zärtlichsein, das Lieben ist usw.

So hatte ich Übertreibungskrankheiten in fast allen Bereichen, die ich nacheinander zum Stillstand brachte oder auf Normalmaß reduziert habe.

Fresssucht reduziert auf Esssucht, also normales Essen.

Das krankhafte Arbeiten in normales Arbeiten.

Sexualität als Kampfsport verändert in normale liebevolle Sexualität usw.

**Mit meinen vielen Suchtkrankheiten hätte ich viele Selbsthilfegruppen in der heutigen Zeit aufsuchen müssen, weil bisher jede einzelne Suchtkrankheit immer noch einzeln therapiert wird.**

**Peter sagte:** In einer Unikattherapie kommt es sicherlich nicht nur darauf an, was ein Mensch zulässt, sondern es kommt auch darauf an wie groß die tatsächlichen Nervenschäden im Körper, hauptsächlich im Gehirn selbst sind. Deshalb kann bei einer vorliegenden Bewusstseinskrankheit Leichtigkeit nicht versprochen werden. Denn bei dieser fast alles umfassenden Krankheit ist die Angst, die Hilflosigkeit gepaart mit drei ehrlichen Einsichtigen, endlich richtiger leben zu wollen oder überhaupt weiterleben zu wollen.

Und das ist nur möglich durch Schaffung von Tatsachen, durch Schaffung von Fakten, die jeder Mensch selbst bewusst erleben muss, so dass es dabei zu seelischen-körperlichen, schmerzhaften Einsichten kommt, die scheinbar manchmal nicht leistbar oder aushaltbar sind, so dass auf Hilfsmittel zugegriffen werden muss.

**1.) So geht es nicht weiter.**

**2.) Ich schaffe es nicht allein.**

**3.) Ich lasse mir helfen.**

Nach genügend vielen und großen negativen Erfahrungen mit seinen Suchtmitteln sind diese Einsichten mit Sicherheit vorhanden.

Jedes Gehirn, auch das am wenigsten geschädigte, ist immer nur bis zu einer bestimmten Grenze belastbar.

Da bei einem bewusstseinskranken Menschen fast alle Belastbarkeitsgrenzen tief oder sehr tief abgesunken sind, lassen sie sich immer "in Bezug auf" nacheinander als Beispiele anheben.

Eine Belastbarkeitsgrenze kann nur, weil es eine Angstgrenze ist, über die Belastbarkeitsgrenze hinaus belastet werden, damit die Belastbarkeitsgrenze wächst. Diese schmerzhaften Einsichten, die zwar ein Erwachsenen-Ich eher aushalten kann als Belastungsgrenzen, um so die Angstgrenzen anzuheben, haben zuerst den scheinbaren Nachteil bewusster tiefer Ängste empfinden zu können.

Es stellt sich aber später heraus, dass der Mensch im Freudenbereich sich qualitativ gesättigter, ehrlicher, bewusst tiefer freuen kann, so dass der Mensch diese Freude als Qualitätsfreude bezeichnet und nicht mehr als Spaß ansieht.

Diese Freuden haben nichts mit seinem früheren Übertreibungsleben zu tun, wo ich er ein Leben über andere, für andere geführt hatte.



Für die vorher tiefempfundenen Ängste ist der Mensch sich sogar selbst gegenüber dankbar und als Erwachsener im Erwachsenenalter beweist er sich selbst, dass seine frühere Kindeswelt, die für ihn real war, diese in Bezug auf das Erwachsenenleben, sich als Scheinwelt erweist.

### **Was ist eine Scheinwelt?**

Die Scheinwelt besteht aus einer nicht realen Welt.

Sie ist eine Welt zum Schein, eine Traumwelt.

### **Was bedeutet für mich die Scheinwelt?**

Sie scheint richtig und real zu sein, aber sie ist nicht natürlich, sondern wider die Natur

Sie ist ein Wachtraum, eine Illusion.

Eine Scheinwelt kommt in der Natur nicht vor. Der Mensch macht sie sich selbst, weil er sich nicht mit der Natürlichkeit begnügen kann.

Eine Scheinwelt ist eine nicht natürliche Welt!

Eine Scheinwelt ist eine unehrliche Welt.

Eine Scheinwelt ist aber auch die Welt der Kreativität.

Somit ist die Scheinwelt auch Illusion.

### **Woraus besteht eine Scheinwelt?**

Aus Unehrlichkeit, Lug, Betrug und Phantasie.

Träumereien des Tagesbewusstseins oder des Unterbewusstseins.

Scheinwelten, Träumereien brauchen wir genauso wie die Luft zum Atmen, weil wir uns neue Realitäten schaffen müssen.

Eine neue Realität sich zu geben heißt auch "ich lebe bewusst, neu und abstinert".

Die Gemütskrankheit des Suchtkranken in seiner Scheinwelt.

"Das Gefühl kann nicht krank werden!"

Wenn der Suchtkranke mit diesen Scheinwelten sein natürliches Maß überschreitet, tut es ihm nicht gut, wird er davon krank, ist er gemütskrank.

Ein wenig träumen ist gut, zuviel des Guten macht krank.

Zuviel träumen ist ungesund, leicht verliert man den richtigen Bezug zur Realität.

### **Woran kann ich eine Scheinwelt erkennen?**

1.) Es ist eine Welt zum Schein, die aber real erscheint.

2.) Es ist ein Hintertürchen.

- 3.) Es ist eine Ersatzhandlung.
- 4.) Es ist auch Hörigkeitsverhalten durch eine Sache oder andere zu leben.
- 5.) Es ist auch eine kurzfristige Krankheit, weil ich unzufrieden geworden bin, durch Übertreibungen und Vernachlässigungen.
- 6.) Das Kindheits-Ich im Tagebewusstsein durfte zum falschen Zeitpunkt spielen.
- 7.) Das Bedürfnis zu diesem Zeitpunkt ist verkehrt.
- 8.) In Bezug auf sind es Ersatzhandlungen, Vernachlässigungen, Schmerzensbereiter.
- 9.) Es ist ein unehrlicher Umgang mit mir selbst.

**Ich nehme mich wichtig, aber nicht ernst.**

- 10.) Es ist auch eine falsche Ordnung.
- 11.) Es ist auch ein falsches Bewerten, somit geht die Goldwaage falsch.

**Rückfallgefahr!**

Horst/Peter Pakert **Selbsterstörungskräfte habe ich**

**in Selbstheilungskräfte verwandelt** 1996/2007/24

Meine gesamte Bewusstseinskrankheit von 50 Jahren als Suchtkrankheiten, als Übertreibungskrankheiten, als Zivilisationskrankheiten zu schildern würde viele Bücher oder DVDs füllen.

Die Ursache für mein Bewusstsein meiner Seele waren Ungerechtigkeiten, die selbst mein großzügiges Unterbewusstsein in den Anfangsjahren nach meiner Beseelung schon nicht kompensieren konnte.

Als endlich zwei Ich-Formen im Tagesbewusstsein meiner Seele wach waren, das Kindheits-Ich und Eltern-Ich, und sie mit Phantasie und Gestaltensfreudigkeit anfangen zu denken, so hatten sie nach kurzer Zeit, wegen dem Unrecht unter den Menschen, kein Verständnis für die vielen Verständigungsschwierigkeiten.

*(Das Tagesbewusstsein ist wie erwähnt der Bestimmer in uns Menschen und wird in drei Ich-Formen aufgeteilt: Kindheits-Ich, Eltern-Ich und Erwachsenen-Ich.*

*Das wird wissenschaftlich durch die TA - Transaktionsanalyse bestätigt.*

*Das Kindheits-Ich ist schon in der embryonalen Phase wach.*

*Das Eltern-Ich wird in der Regel zwischen dem dritten bis sechsten Lebensjahr wach, das Erwachsenen-Ich im Alter von 8 bis 10 Jahren, somit können sich alle drei Ich-Formen, ab dieser Zeit unterhalten - das wir noch beschrieben. )*

Das wache Tagesbewusstsein versuchte zwar als führendes Kindheits-Ich ganz bewusst, noch unschuldig in den Erinnerungen, also sehr einfach-naiv, zu seinem Recht in Verbindung mit dem Körper zukommen und verstehen zu wollen.

Das Kind konnte aber schon nach kurzer Zeit Entzug, Enthaltbarkeit als Unrecht den gesamten Menschen gegenüber nicht kompensieren und liebenswürdig bleiben.

Schon nach kurzer Zeit waren sich Tagesbewusstsein und Unterbewusstsein einig, obwohl im Tagesbewusstsein das Erwachsenen-Ich noch nicht wach war, den vielen Ungerechtigkeiten mit Widerstand zu begegnen, um doch noch zu meinem Recht zu kommen.

Mein Bewusstsein wollte das Beste aus dieser menschlichen Verbindung machen.

Selbst mit und über meinen Körper konnte ich trotz Protesthandlungen kein kindliches Recht bekommen. Selbst später im Erwachsenenalter mit den Fähigkeiten des Erwachsenen-Ichs, das ich als Kindheits-Ich nachspielen konnte, zu einem großen Teil leider nicht glaubwürdig, kam ich nicht zu meinen menschlichen seelischen Rechten. Leisten durfte ich immer viel.

Das war das einzige Recht, das ich ausnutzend in Anspruch nahm.

Das machte mich schon als Kind nicht, als Jugendlicher schon gar nicht und als späterer Erwachsener erst recht nicht zum glaubwürdigen Menschen, dem Vertrauen offen entgegengebracht wurde. Wenn ich es heute beurteile zu Recht.

Ich war als Kind, als Jugendlicher, als Erwachsener schon gar nicht für die eingeführten Regeln dieser Welt.

Diese ungerechten, unmenschlichen, unseelischen Rechte waren von mir nicht zu entschuldigen. Deshalb wurde ich sehr schnell zum Protestler dieser Ordnungen.

Deshalb wurde schon mein Kindheits-Ich im Tagesbewusstsein meiner Seele in meiner Kindheit zum Diktator für andere.

Aber leider waren die Erwachsenen - und die hatten das "Sagen" - in der Überzahl.

Als Kind hatte ich unwissend, unmündig und rechtlos zu sein.

Das wollte ich mit meinem großen Willenspotential, das an meine Vorstellungen angehängt wurde von meinem Unterbewusstsein, nicht einfach so hinnehmen.

Meine Proteste wurden mit der Zeit größer, umfangreicher und - ich gebe es zu - auch gemeiner.

Dass ich dabei zu meinem eigenen größten Feind wurde, durch diese vielen Proteste als Übertreibungen, die ich viel, viel zu viel machte, ist mir heute bewusst.

Die Erwachsenen wollten sich von einem Kind, von einem Jugendlichen nichts sagen lassen, weil die Erwachsenen an ihre Rechte als Unrecht glaubten und sie das Unrecht mit allen Mitteln durchsetzten.

Dass ich später zuerst scheinheilig mitmachte und noch später dieses ganze Unrecht selbst lebte, kann ich nur so erklären, dass ich keine Chance hatte gegen den Erwachsenenstrom zu schwimmen.

Als Ausgleich hatte ich meine Extratouren von Lügen, Betrügen und der vielen Übertreibungen mehr, die ich mir als meine Rechte einfach nahm.

Ich habe mich dazu entschlossen und das ist beweisbar, denn ich habe mich 1989 in der Selbsthilfegruppe und zusätzlich bei Peter zu einer Therapie gemeldet, die Ursache meiner vielen Krankheiten zu erkennen, zu beseitigen, um damit die Grundkrankheit, die Bewusstseinskrankheit zum Stillstand - zur Gesundheit - zu bringen.

Gesundheit heißt Makellosigkeit und Energien in meiner Seele, in meinem Bewusstsein können feinstjustiert werden, so gut es mir möglich ist, damit sich mein Bewusstsein, mein Erwachsenen-Ich noch richtiger als bisher mit meinem materiellen Körper, durch meinen Körper, über meinen Körper in dieser realen Welt, in dieser materiellen Welt besser verwirklichen kann.

Ich strenge mich jetzt wieder an, verschaffe mir Informationen, übe damit in eigener Verantwortlichkeit wieder so lange, bis es mein Wissen geworden ist.

Mit diesem Wissen kann das Erwachsenen-Ich in meinem Tagesbewusstsein ganz bewusst im Erwachsenenalter ein qualitativ besseres und kontaktfreudigeres, gütiges Leben führen als es mir bisher möglich war.

Die berechtigte Hoffnung ist in mir, dass ich wieder aufnahmefähig bin, neue Informationen neu bewerten und neu leben kann, denn ich verspüre nicht nur die Stärke in mir, dass es möglich ist, sondern auch mein Wissen wollen.

Meine neuen Vorstellungen sind der Antrieb meines jetzigen Handelns.

**Liebe ist Sucht.**

**Liebe macht blind.**

**Liebe macht Euphorie - Panik.**

Die Liebe zu meinen Suchtmitteln: Alkohol, Drogen, Medikamente, Spielen - Zocken, usw. macht krank. Denn sobald eine Abhängigkeit - Sucht durch eines dieser Suchtmittel entstanden ist, beginnt die Abneigung, bis hin zum Hass.

**Liebe ist eine enge Beziehung.**

**Hass ist eine enge Beziehung.**

Mich von einer dieser Süchte zu lösen bedarf es der Einsicht:

stopp zu sagen, anzuhalten.

Die Liebe, den Hass, das Suchtmittel richtig sehen, loslassen.

Wenn der Druck der Umwelt zu groß ist, dann kann ich erst stopp sagen.

**Ich habe zu meinen Suchtmitteln ja gesagt und stopp gesagt - angehalten:**

**die Liebe, den Hass,**

**das Suchtmittel richtig gesehen,**

**losgelassen.**

Ich habe eine neue Entscheidung für einen neues Leben getroffen und durchgesetzt.

Die Informationen aus der Vergangenheit warnen mich, erinnern mich, an die negative Beziehung zu meinen Suchtmitteln.

Die Aufgabe auf meinem weiteren Lebensweg heißt, dass ich meine Süchte akzeptiere, ich erkenne sie jeder Zeit an, sie sind für mich negativ, stürzen mich ins Unglück und kosten mich mein Leben. Deshalb werde ich sie mir als negative Erinnerungen merken, die Beziehung zu ihnen nicht aufgeben, weil ich beabsichtige sie auf gar keinen Fall in irgendeiner Form zu aktivieren.

Mahnmale sind Warnungen, die wir sehen müssen, damit wir Richtlinien einhalten.

Hemmungen - Richtlinien.

Die Sucht auf Distanz halten, nicht positiv werden lassen.

Da ich heute die Einsicht habe stopp zu sagen, anzuhalten und mich zu hinterfragen:

**Was mache ich da?**

**Wie gehe ich da mit mir um?**

**Welche Folgen hat das für mich und andere?**

Ich treffe Entscheidungen, zu denen ich mir Zeit lasse. Im Moment noch sehr viel.

Dann fange ich mit kleinen Schritten an.

Das spontane Entscheidungen treffen gestatte ich mir nicht mehr.

**Bevor ich etwas Neues, Entscheidendes oder Wünschenswertes angehe, frage ich mich, ist das gut - gütig, wenn ich mir das erlaube.**

Am günstigsten ist es, wenn das in Ruhe zu Hause mache.

Da stelle ich folgende Überlegungen an:

**1.) Aus welchem Grund will ich das gerne machen?**

**2.) Welche Gefühle treiben mich zu diesem Vorhaben?**

Sehe ich darin einen Teil meines Lebensglücks?

Will ich damit lediglich mein Image aufbessern?

Will ich damit mehr scheinen als sein?

Ist es mir ein echtes lebenswichtiges Bedürfnis?

Treibt mich die Eitelkeit dazu?

Ist meine innere Stimme dafür?

**3.) Was nehme ich da auf mich?**

Gelingt mir die Durchführung leicht und unbeschwerlich?

Muss ich dafür viel Zeit und Kraft opfern? Ist es die Sache wert?

Ich denke, wenn ich das sorgsam überprüfe, werde ich eine Entscheidung treffen, die mir guttut. So schütze ich mich vor spontanen Taten, die ich später bereue.

Nur so bin ich mein Freund, und das ist genau das Gegenteil von meinem früheren Übertreibungs- und Weglaufleben, wo ich ohne das Wissen zur Seele - mit meinem zerstörerischen Kindheits-Ich im Tagesbewusstsein - fast 40 Jahre mein eigener größter Feind sein musste.

Horst/Peter Pakert **Selbsterstörungskräfte habe ich**

**in Selbstheilungskräfte verwandelt** 1992/2007/23

In meiner neuen Lebensschule - im Institut für Naturheilkunde mit der privaten Suchtberatungsstelle von Peter Pakert - lerne ich in einer Unikattherapie nicht nur die feststehenden Gesetzmäßigkeiten zur Seele, sondern zuerst lerne ich das Leben eines erwachsenen Menschen mit seiner Seele.

Dazu kommt das Grundlagenwissen, das in Verbindung mit der Seele, mit dem Bewusstsein zur richtigen Funktionsweise der Seele und zur Auswertung der eigenen Vergangenheit führt. Dadurch steigt das Selbstwertgefühl, die Eigenverantwortlichkeit, das Selbstbewusstsein usw.

Der frühere Angst machende Minderwertigkeitskomplex, der teilweise mit dem blind sein zum eigenen Leben anders gedeutet wurde, - die Anderen haben schuld usw. - wird durch Freude, durch Zufriedenheit, heute richtiger gehandelt zu haben, ersetzt. Das Kindheits-Ich im Tagesbewusstsein der Seele hat leider die Möglichkeit Gedächtniszellen im Gehirn des Menschen mit Kindheitsereignissen oder gravierenden Ereignissen zu blockieren, davor Mauern aus Angst zu bauen, so dass diese Gedächtniszellen für die weitere Intelligenz dieses Menschen mit seinem Bewusstsein, dass diese Intelligenz haben kann, ausfallen.

Weil ich für mich wichtige Informationen behalten wollte, beauftragte mein Kindheits-Ich und mein Eltern-Ich das Unterbewusstsein diese Informationen im körperlichen Gehirn, in die Gehirnzellen abzulegen.

Damit sie schnell da sein sollten und wegen der Wichtigkeit wurden sie mit Angst, sie nicht zu verlieren, eingemauert und mein Unterbewusstsein kam auch nicht mehr für das Kindheits-Ich heran.

Die Folge davon, ich wurde immer dümmer und mein Erwachsenen-Ich hatte keine Möglichkeit wach zu werden, weil nicht ausreichend freie Gedächtniszellen da waren für seine Informationen.

Weder meine Intelligenz, noch die Speicherkapazität reichte aus, und so war ich schuldlos in meiner Vergangenheit gefangen, um mich und andere zu schädigen und frühzeitig zu sterben.

Da ich Freude ohne Ende wollte, die ich nicht durch mich selbst, durch eine richtige Bedürfnisbefriedigung erreichen konnte, bekam ich Angst, die ich mit mich und anderen schädigenden Ersatzhandlungen verdrängte.

**Wobei ich mich immer mehr anstrengen musste in der Dosis und den Arten, in meinen Spielarten des Zerstörens, der Suchtkrankheiten, indem das zwanghafte Wiederholen - die Sucht - zur Krankheit wurde.**

Die Bezüge verlor ich immer mehr, und ich wollte auch nicht zur Verantwortung gezogen werden.

Meine Gehirnzellen zerstörte ich, die für die Intelligenz zuständig sind, und Gehirnnerven. Die Verbindungen wurden durch Gifte (Alkohol, Medikamente, Drogen usw.), durch falsche Versorgung, abgetötet.

Erst nach einer Regenerierungszeit von fast 18 Jahren (1989 bis Ende 2006) konnte ich bei mir feststellen, dass mein Gehirn mit vielen Gedächtniszellen wieder leistungsfähig, aufnahmefähig geworden ist.

Meine Gehirnnerven verbanden sich teilweise wieder durch Wildwuchs und so auch Gehirnzellen, die für die Intelligenz zuständig sind und noch intakt waren.

Denn in einigen Bereichen meines gesamten vorderen Großhirns waren nur Nerven-Ärmchen abgestorben, aber nicht die Gedächtniszelle selbst, so dass viele dieser Ärmchen wieder wachsen konnten und die sich trotz des Wildwuchses, durch meine Ernährungsumstellung, durch meine Lebensumstellung, wieder mit anderen Gedächtniszellen verbunden haben. Auch habe ich durch Freude Mauern gelöst, um auf Areale im Gehirn zu stoßen, die aus Gehirnzellen bestehen, die belegt waren mit Informationen vom Kindheits-Ich und Eltern-Ich.

Das konnte ich mit meinem Erwachsenen-Ich umbewerten mit Informationen, die für mich im Jetzt, im Erwachsenenleben richtig, vernünftig und gerecht sind.

Da ich mit Aufrichtigkeit diese Anstrengungen mit Freude betreibe, schreibt mir mein Unterbewusstsein das Lebensbuch neu. Dadurch ergeben sich spontane und reflexmäßige Handlungen, die vom Erwachsenen-Ich mit Aufrichtigkeit durch das Unterbewusstsein ins Lebensbuch geschrieben werden.

Da ich schwerstgeschädigt bin, werde ich auch weiterhin Fehler machen, aber dann in einem erträglichen Rahmen.

Ab sofort muss ich mich mit meiner Vergangenheit auf den Prüfstand stellen und mein größter Kritiker sein, um gütiger zu leben, um Freundschaft mir zu geben.

Erst dann kann ich Freundschaft abgeben an andere, wenn ich genug überhabe.

Die Fähigkeit einen Gedanken zu Ende zu denken ist ein Muss für mich, wenn ich es gut mit mir meine.

**Ich habe mir gedacht, dass ich einen guten Charakter habe, doch das ist nicht der Fall, denn dazu muss es eine richtige Außenerziehung in den ersten sechs Lebensjahren gegeben haben von wissenden Erziehern, die mir richtig auf meinem Lebensweg helfen, so dass ich auf diesen Grundlagen weiter aufbauen kann.**

**Das hatte ich nicht!**



**Auszug:** Ehrlich bin ich in meiner Unikattherapie und in der Selbsthilfegruppe geworden, weil ich es musste, um zu leben und mich richtiger erkennen zu können. Durch dieses Erkennen war ich in der Lage, mein Fehlverhalten zu korrigieren, diese Hassliebe, die mich fast tötete, zu stoppen.

Durch alle betriebenen Suchtkrankheiten war in mir Hassliebe entstanden.

Die Beziehungssuchtkrankheit zu jedem Suchtmittel hat mich wie erwähnt die richtige Beziehung zu mir verlieren lassen.

Ich konnte andere Menschen nicht so lassen wie sie waren.

Ich konnte mich nicht so lassen wie ich war.

Ich beteiligte mich übertrieben an ihrem Leben, akzeptierte sie nicht so, wie sie waren.

Ich musste versuchen, sie zu verändern.

Ich musste mich ändern. Dabei ging ich eigenartige Wege.

Ich konnte nicht loslassen, erhöhte die Spannungen anderer Menschen bis ihre Reaktionen als Bumerang schmerzhaft zurückkamen.

Ich erkannte, dass ich das Recht und die Pflicht habe, mich um mich zu kümmern, wenn ich Ordnung bei mir schaffen wollte.

Also ließ ich los, sparte Energie, die ich für meine Genesung einsetzte.

In kleinen Schritten fand ich den Weg aus dem Chaos.

Ich lernte meine Macken kennen, die so tief in mir waren, dass sie mich fast umbrachten und bekam im Alter von 42 Jahren (1992) endlich doch noch eine neue, ehrliche Beziehung zu mir.

**Die Ursachen meiner Suchtkrankheiten kenne ich heute sehr genau:**

Ich hatte Verständigungsschwierigkeiten mit mir und anderen.

Ich konnte mich selbst mit meinen Reaktionen und andere mit ihren Ansichten, Meinungen und Reaktionen nicht verstehen.

Ich konnte mich nicht aushalten, weil der Druck innerlich und äußerlich zu groß wurde, deshalb musste ich zwangsläufig nach Auswegen suchen und viele Ersatzhandlungen begehen.

Ich habe mit meinen Suchtmitteln bis zum Äußersten trainiert.

Die Dosis habe ich immer weiter gesteigert, die Zeitabstände und meine Hilfsmittel gewechselt.

Heute habe ich mich angenommen, brauche nicht mehr zu fliehen, mich nicht mehr zu bekämpfen und keine Ersatzhandlungen mehr zu machen, die mich oder andere schädigen würden.

Heute kann ich mich gut aushalten.

Heute bin ich an dem Punkt, mich mit meinen Mitmenschen auszuprobieren, um mich und andere noch besser zu verstehen.

Heute weiß ich, wer ich bin.

Ich habe gelernt mich zu begnügen, und damit kann ich mich zufriedengeben.

Heute kann ich mich abgrenzen, weil ich mich neu kennengelernt habe und schöpfe deshalb meine Kräfte und Möglichkeiten ganz aus. Ich bin Energiesparer geworden, deshalb hat sich meine Lebensqualität enorm verbessert.

**Heute kann ich mit meinen gesamten Suchtkrankheiten leben, denn ich habe sie zum Stillstand gebracht und zwar alle, die ich bis zum heutigen Tage an mir entdeckt habe.**

**Verstehen ist fast schon die richtige Therapie.**

Diese Behauptung ist nach meiner Meinung bewiesen, denn ich habe es selbst erlebt, in der Therapie bei Peter. Er hatte Verständnis für meine Problematik.

Ich lernte mich durch ihn kennen und akzeptieren.

In kleinen Vorwärtsbewegungen schaffte ich mir neue Grundlagen, weil die alten mich an den Rand des Todes gebracht hatten.

Ich habe umgedacht, meine Energien und alle Kraft, die ich früher für das Konsumieren meiner Suchtmittel und das dazugehörige Verhalten eingesetzt hatte, nutze ich heute für meinen Genesungsweg.

Selbstzerstörungskräfte habe ich in Selbstheilungskräfte verwandelt.

**Sucht ist etwas zwanghaft zu Wiederholendes, auch ohne dass ich den Zwang verspüre, wie beim Atmen.**

**Also etwas ganz Normales, etwas nicht Krankes oder Krankhaftes.**

**Sucht = Abhängigkeit = Bedürfnis.**

**Zuneigungen und Abneigungen besitzen Körper und Seele als Erbanlagen.**

**Die falschen Informationen über Sucht und Abhängigkeit sind leider weltweit verbreitet.**

**Nur um zu leben, müssen alle Menschen ihre Grundbedürfnisse körperlicher und seelische Art erfüllen oder erfüllt bekommen (Kleinkinder, Kinder, Kranke).**

**Um zufrieden zu werden, müssen alle Menschen alle Grundbedürfnisse, auch die seelischen, zu ihrer Zufriedenheit erfüllen.**

**Das ist Abhängigkeit, das ist Sucht!**

**Jeder Mensch ist süchtig geboren, so auch ich.**

Zuneigungen und Abneigungen besitzen der Körper und die Seele als Erbanlagen.

Alle Grundbedürfnisse müssen erfüllt sein, damit eine Zufriedenheit entstehen kann.

Früher konnte ich meine seelischen und körperlichen Grundbedürfnisse nicht erfüllen.

Die logischen Konsequenzen für mich daraus waren:

- 1.) Ich hatte Verständigungsschwierigkeiten mit mir und anderen.
- 2.) Ich konnte mich damit nicht aushalten.
- 3.) Ersatzhandlungen, so sehe ich es heute, beging ich fast ausschließlich.
- 4.) Ich habe mir meine Suchtmittel gesucht, je nach meinem Alter alle gefunden, ausprobiert und konsumiert bis nichts mehr ging.

Ein ständiges Wechseln und Vertauschen der Suchtmittel untereinander begann.

- 5.) Meinen Fehlbedarf an seelischen Grundbedürfnissen regulierte ich durch die Suchtmittel. Ich liebte sie, bis ich an den Punkt kam, wo ich sie hasste.

Hassliebe begleitete mich jahrelang.

Ich hatte mich verloren, so dass ich fast um die ganze Welt vor mir flüchtete, bis ich in meiner Gosse lag und dieses auch so erkennen konnte.

Egal, wohin ich auch flüchtete, überall nahm ich mich mit.

Ich hatte noch etwas vorzuweisen.

Ich lebte noch, hatte Arbeit und viele Schulden, doch zu diesen Werten, die ich besaß, hatte ich die richtige Wertschätzung verloren oder hatte keine richtige Beziehung mehr zu ihnen.

Mein Leben und die Arbeit hatte ich überschätzt, meine Schulden unterschätzt.

Meine Gefühlskurve war abgesackt, bis sehr weit unter mein normales Niveau.

Meine Glaubwürdigkeit war total auf der Strecke geblieben.

So konnte ich mich nicht mehr aushalten, konnte gar nichts mehr aushalten.

So verlor ich, bis ich alles verloren hatte, was mir einmal etwas wert war.

Familie, Wohnung, mein Zuhause und meine Gesundheit. Erst jetzt konnte ich meine Bankrotterklärung abgeben, mich so annehmen, wie ich war.

Ich versuchte früher durch übertriebenes Geben, Anerkennung und Liebe zu bekommen.

So kämpfte ich mich mit meinen vielen Kampfsportarten durchs Leben.

Ich tat anderen weh, um mich wieder aushalten zu können.

Früher war ich lebensmüde, drohte mit Selbstmord, war hilflos, doch ich richtete es immer so ein, dass ich rechtzeitig gefunden wurde.

Konsumiert habe ich reichlich, aber ohne es genießen zu können.

Zugeben das meine Lebensqualität abnahm, mein Leben nicht mehr lebenswert war, fiel mir schwer.

Andere Menschen waren schuld, so dachte ich, an diesem Desaster, meinem Elend.

Jeder Mensch bekommt durch seine Erziehung von den Eltern, vom Kindergarten, der Schule usw. eine Anweisung zum Gebrauch von Dingen, damit er nicht hilflos ist, damit er mit ihnen hantieren - umgehen kann.

Da ich für viele Sachen keine Gebrauchsanweisung bekommen habe oder sie mir falsch angeeignet habe, hole ich dies in meiner neuen Lebensschule - im Fach Beziehungskunde - in meiner Therapie und in der Selbsthilfegruppe nach.

Somit musste und durfte ich mir eine neue Gebrauchsanweisung für das Leben erarbeiten.

**Ich musste zum-Leben-ja-sagen erlernen.**

Meinen großen Willen setzte ich gezielt neu ein.

Da meine Seele krank war und das seit meiner Kindheit, was mir nicht bewusst war, musste vieles neu lernen.

In der Therapie wurde ich als Schauspieler angenommen.

Ich versuchte immer wieder meinen Therapeuten einzufangen, ihn zu meinem Angehörigen zu machen. Dieser Plan wurde durch Peter jedes Mal zerstört.

Es gelang mir nicht, weil ein Angehöriger nicht mehr richtig helfen kann und mein Therapeut Peter mir aber weiterhelfen will.

Die Freude, die ich durch neue Informationen bekam, gab mir die Kraft, Körper und Seele anzugleichen, bis sie sich einigermaßen in Harmonie befanden.

In einem Zeitraum von 4 Jahren bin ich mir erst einmal genug geworden.

Mein geistiges Alter wird sich im Laufe der Zeit dem körperlichen Alter angeglichen.  
Mein Selbstbewusstsein ist zurzeit so, dass ich durch meinen Wissensstand Frieden in mir bekomme.

Heute lebe ich nach den geschriebenen und ungeschriebenen Gesetzen meiner Umwelt, ohne sie ständig ändern zu wollen.

So ist aus dem Kämpfer, der rücksichtslos und brutal mit sich und anderen umging, ein Mensch geworden, der mit der Liebe, die in ihm steckt, vernünftig umgeht.

Dieser Genesungsweg dauert bei mir schon 4 Jahre und ist noch lange nicht zu Ende.  
Ich bin dabei, mich zu zügeln und zu kontrollieren.

Andere spüren manchmal meine neue Kraft und wollen sie nicht, wie früher, abbekommen. Sie sind noch sehr stark durch mich geschädigt.

Ihr Vertrauen wiederzubekommen wird sicherlich noch einige Zeit dauern.

Heute habe ich keine Probleme mehr damit, mich gut aushalten zu können.

**So habe ich alle meine 24-Stunden-Krankheiten, also alle Suchtkrankheiten, die auch vor keinem Sonn- oder Feiertag Halt machen, zum Stillstand gebracht.**

**Jeder Mensch hat, auch wie ich, die Chance Hilfe zu bekommen.**

So können, durch Liebe von außen, die Energien zurechtgerückt werden.

Die Energietore öffnen sich dann, und ich kann wieder neue Kräfte empfangen.

Die Mauern lösen sich auf.

Ein Suchtkranker braucht kein Mitleid, sondern Anteilnahme, stellte ich fest.

Verständnis, das Verstehen, ist ein Zauberwort.

Die richtige Bedeutung der Worte erlernen, andere beim Wort nehmen, Vertrauen durch Vorleben erleben dürfen, ist mein Ziel.

Mein Denken werde auch weiter ändern und alle Ursachen meiner Suchtkrankheiten, die mich meine die Scheinwelt stürzten, bei mir nicht wieder wirken lassen.

Bei mir hat geholfen die Hilfestellung von außen, die Hilfe annehmen können und das Verstehen von Peter.

Eine schöne, friedvolle Zeit habe ich noch vor mir, denn ich lerne mich immer besser kennen, beobachte mich und schreibe weiterhin mit Aufrichtigkeit mein Lebensbuch mit Freude um.

Ich bezeichne es einmal als positive Betrachtungsweisen:

Unser Tagesbewusstsein kann nicht alle Informationen des Unterbewusstseins lesen (Verständigungsschwierigkeiten).

Wenn ich mir vorstelle, die vielen schweren Erlebnisse meiner Vergangenheit noch einmal zu erleben, stehe ich vor einer schwierigen Entscheidung.

Fragen richten sich auf:

**Wie habe ich die Belastungen meiner Vergangenheit schaffen können?**

**Wie habe ich das zeitlich alles schaffen können?**

**Wie habe ich das kräftemäßig alles geschafft?**

**Wie hat mein Körper diese enormen Belastungen verkraften können?**

**Wie und wodurch habe ich diese Torturen oder Eskapaden überlebt?**

**Wie haben meine Angehörigen oder Arbeitgeber das ertragen?**

Unter der Last dieser Gedanken sich die Frage zu stellen, das alles noch einmal machen zu wollen oder zu müssen, fällt die Antwort sicherlich leicht.

Bei Peter lautet die Antwort: "**NEIN**".

Deshalb bin ich froh, dass ich diese Fehlkonstruktion Mensch bin, der nicht in die Zukunft sehen kann, welche Erlebnisse und Belastungen noch auf mich warten.

Deshalb bin ich froh, mein geschriebenes Lebensbuch nicht zu kennen.

Deshalb bin ich froh, mich zu bemühen, mein Lebensbuch ein wenig umzuschreiben, um doch noch zufrieden zu werden.

Deshalb bin ich froh, meine Suchtkrankheiten zum Stillstand gebracht zu haben.

Bei der Betrachtungsweise der Einzelteile in meiner Therapie stelle ich überrascht fest, dass alles unzertrennbar miteinander verbunden ist und in einer Ausgewogenheit vorhanden sein muss, um zufrieden zu werden, damit Harmonie entsteht.

Seele und Körper gehören zusammen, damit sich die Seele in dieser materiellen Welt verwirklichen kann.

Diese Feststellung machte bisher jeder Patient zu irgendeinem Zeitpunkt.

Genauso wie die Feststellung:

**Hätte ich diese Informationen früher gehabt, wäre mir eine Menge Leid erspart geblieben.**

Da mir als Suchtkranker die **Selbstverständlichkeiten** abhandengekommen sind, mussten sie mir in einer Therapie, logisch durch Beispiele, begreiflich gemacht werden.

Mir wurde alles logisch, nur hatte ich immer noch Schwierigkeiten mit dem Umsetzen. Jedes Mal, wenn mir eine Selbstverständlichkeit bewusst wurde, ich den logischen Sinn erkannte, erkannte ich gleichzeitig, wie einfach es ist zu verstehen, deshalb fragte ich mich: **Warum bin ich nicht selbst darauf gekommen?**

**Die Antwort lautet:** Die kleinen Dinge des Lebens, die Selbstverständlichkeiten haben und hatten lange Zeit keine richtige Bedeutung mehr bei mir.

Ich habe sie nicht mehr richtig bewertet, habe sie abgewertet und ignoriert, somit hat sich im Laufe der Zeit eine gebrochene Denkungsweise bei mir breit gemacht.

Ich kann auch sagen, es war eine komplizierte, um-sieben-Ecken-herum-denkende Denkungsweise bei mir. Mit einer gebrochenen Denkungsweise und einer gebrochenen Sprache kann ich mich nur schwer verständlich machen und muss Taten begehen, die für mich nicht gut, also ungesund sind.

Nach einigen Jahren der gebrochenen Denkungsweise hatte ich mich selbst nicht mehr verstanden. So musste ich zwangsläufig suchtkrank werden.

Ein Beispiel, so hoffe ich, verdeutlicht es:

Wenn ich bewusst gebrochen deutsch denke, schule ich mein Unterbewusstsein auch in dem gebrochenen Deutsch. Somit wird das Unterbewusstsein nicht richtig, sondern lückenhaft, denken und handeln. Alle unbewussten Reaktionen werden somit verkehrt sein, und die Unzufriedenheit im Tagesbewusstsein steigt.

Ich dachte und handelte in einer unlogischen Sprache.

Diese Abfolge ist auch der Beweis dafür, wie meine Verständigungsschwierigkeiten mit mir selbst aussahen und wie sie zustande gekommen sind.

Alles fing klein und harmlos an.

Erst war meine Goldwaage nur ein wenig gestört, das heißt verkehrt geeicht.

Im Laufe der Zeit nahmen diese Störungen zu, und ich konnte mir nichts mehr richtig erklären, weil ich nur noch Ängste gesehen und verspürt habe.

Zu viel Angst, mit dem Tagesbewusstsein oder Unterbewusstsein produziert, macht in uns, an uns körperliche Verkrampfungen, Minderdurchblutungen.

Absterben von Gewebe ist die Folge. Realistisches Denken fällt aus.

Früher war die Angst unkontrolliert vorhanden.

Trotz des Einsatzes verschiedener Suchtmittel, verschwand die Angst nur für kurze Zeit, danach war sie umso größer da. Die Angst ließ sich von uns, trotz größter Anstrengungen und Kampf, nicht kontrollieren.

Heute nachdem wir die Angst zulassen, gelernt haben darüber zu reden, lernen wir auch mit der Angst zu leben und wir können sie dadurch kontrollieren.

Somit schützt sie unser Leben, warnt uns vor Gefahren und lässt uns dadurch die Wirklichkeit, die Realität erkennen.

Wenn wir es besser erkennen können, dann ist es auch möglich geworden, uns auch viel besser zu schützen.

Horst/Peter Pakert **Selbsterstörungskräfte habe ich**

**in Selbstheilungskräfte verwandelt** 1995/2007/24

Die Krankheit, die Zivilisationskrankheit (Bewusstseinskrankheit) mit allen seinen Übertreibungen und den vielen daraus entstandenen Folgekrankheiten, ist nur mit Verstehen, Ehrlichkeit, Disziplin, Eindeutigkeit, Klarheit, Exaktheit und Genauigkeit zum Stillstand zu bringen.

Für alle Menschen gleichermaßen sind mindestens 30 Naturgesetzmäßigkeiten (eigenes Thema) zu einer einmaligen Seele zu berücksichtigen.

Wenn jeder Mensch eine einmalige Seele hat, wenn diese Gesetzmäßigkeiten zur Natur der Seele stimmen, dann wollen sie vom Menschen auch gelebt werden.

Um diese Gesetze zur Seele leben zu können gibt es eindeutige, unmissverständliche Richtlinien und Anleitungen, sonst können die Gesetzmäßigkeiten nicht richtig gelebt werden.

Das Kindheits-Ich im Tagesbewusstsein hat viele Jahre die Gesetzmäßigkeiten zur Seele und zu meinem Körper missachtet und nicht richtig gelebt.

Beweisbar für mich ist, dass ich vieles übertrieben oder untertrieben habe.

Ein viel-zu-wenig ist auch eine Übertreibung.

Ein viel zu viel zu wenig ist eine starke Übertreibung.



Somit ist eine Untertreibung auch eine Übertreibung.

Somit ist jede Untertreibung auch eine Übertreibung!

Das hat mir die verschiedenartigsten mit Namen belegten Krankheiten eingebracht, denn das ist weder meinem Körper und meiner Seele gut bekommen.

Von allein hätte ich mit diesen Übertreibungen sicherlich noch eine zeitlang weitergemacht und wäre heute schon tot.

Da ich habe für mich stopp gesagt, angehalten und mich meiner Therapie gestellt habe, sind damals und auch heute schon viele Übertreibungen von mir entweder weggelassen worden. Oder ich habe dazu mein richtiges, vernünftiges, gesundes Maß gefunden, so dass ich heute mit mir zufriedener leben kann, als ich es früher konnte. In meinem heutigen Leben kann ich nur das Beste mit neuen Informationen aus meinem Leben machen.

Da ich schon einiges gelernt habe, lebe ich nicht nur noch, sondern bin mit mir schon einigermaßen zufrieden geworden.

Die Einsichtigkeit fiel mir am Anfang meiner zweiten Therapie zuerst schwer, denn ich war von meiner Wahrheit überzeugt, inzwischen zufrieden mit mir geworden zu sein.

Nach einigen Beweisen von Peter (keine Überredungskünste) wurde mir klar, und ich wurde einsichtig, dass ich mir die Zufriedenheit inzwischen eingeredet hatte, denn ich lebte überwiegend ein eigenbrötlerisches Junggesellenleben.

Sehr schnell ging es trotzdem bei mir, die Einsicht zu haben mich in meiner Scheinwelt zu befinden, aus meiner Scheinwelt aufzuwachen, eine andere Realität plötzlich zu empfinden, die zuerst auch - bis heute - etwas mit Angst zu tun hatte. Zuerst war es nicht leicht für mich diese Ängste zu ertragen.

Dass ich mich heute schon ein wenig freuen kann liegt mit daran, dass ich richtigere Informationen zulassen konnte, denn ich näherte mich immer mehr einem richtigen, normalen Leben, wobei ich in meiner jetzigen Therapie glaubte richtig zu leben.

Dass ich es aber noch besser kann, erfahre ich jetzt, denn ich verstehe jeden Tag immer etwas mehr und richtiger.

Dass ich es mir bisher nicht leicht gemacht habe, um etwas neues Richtigeres zu lernen, ist nicht nur mir, sondern auch Peter klar geworden.

Die Einfachheit durch neues Wissen, welches ich mir untertan mache, denn das Leichtsein, um für mich ein neues Verstehen zu erreichen, wurde mir auch nicht versprochen.

Mit den Erinnerungen an meine erste Therapie habe ich es mir auch nicht einfach vorgestellt, aber wenn ich mich jetzt um die neuen Informationen kümmere, diese leben und verstehen zu lernen, wann sollte ich es dann tun.

Von allein wäre ich auf einige Denkansätze oder Korrekturen in meinem Leben nicht gekommen, obwohl ich schon viele Übertreibungen, die mich störten, zu meiner Zufriedenheit verändert habe.

Dass inzwischen so viele Schwachstellen von mir sichtbar geworden sind hätte ich im Dezember 2006, als ich meine Therapie angefangen habe, nicht gedacht.

Mutig und mit Hoffnung auf dem richtigen Wege zu sein, arbeite ich an meiner Persönlichkeitsarbeit, im Gespräch und in schriftlicher Form weiter.

Da ich von Peter zwar belastet, aber doch nicht so überlastet werde, bei mir im Gehirn wieder Gedächtniszellen sich zusammengefügt haben, bin ich wieder aufnahmefähig geworden, und trotzdem verlangt mir diese, meine Persönlichkeitsarbeit viele Kräfte ab. Wenn ich dadurch später zufriedener werde, weil ich mir mein Leben anders einrichte, lohnt sich jede Anstrengung für mich.

**Auszug:** Richtig zu leben setzt richtiges Grundwissen voraus.

Grundwissen zur Seele brauche ich für mein Tagesbewusstsein, denn ich habe im Alter von 41 Jahren 1991 in einer Unikattherapie gewechselt vom Kindheits-Ich zum Erwachsenen-Ich im Tagesbewusstsein meiner Seele, wurde damit geistig älter und machte bisher das Beste damit, so wie es mir möglich war.

Nach meiner Regenerierungszeit von 7 Jahren habe ich meine Therapie wieder aufgenommen, um beziehungsfähig zu werden.

In meiner ersten langen Unikattherapie bei Peter habe ich erreichen können, dass ich allein lebensfähig bin.

Zu viele, sehr viele Gedächtniszellen in meinem Gehirn sind durch meine vielen Übertreibungskrankheiten zerstört worden, beschädigt worden oder noch mit Ereignissen behaftet aus meiner Vergangenheit, so dass diese Gedächtniszellen bisher für mein Leben, für meine tatsächliche Intelligenz ausgefallen sind oder waren.

Einerseits brauche ich jetzt für mich die Zeit, um mein neues Leben auszuprobieren, was ich auch über 7 Jahre mit Höhen und Tiefen gemacht habe, andererseits brauchte ich die Zeit als Regenerierungszeit, denn durch eine weitere Lebensumstellung bei mir, mit mir, verbesserte sich meine Lebensqualität immer mehr.

Durch die letzte Phase in meiner Lebensumstellung bin ich nicht nur zu einer Ernährungsumstellung gekommen, es ist auch innere Ruhe in mich eingekehrt, so dass mein Unterbewusstsein, der beste Helfer meines Erwachsenen-Ichs im Tagesbewusstsein, im unbewussten Teil meines Körpers auch in meinem Gehirn z.B. Nervenendigungen von Gedächtniszellen wieder wachsen und sich verbinden lassen und das in so einem ausreichenden Maße, so dass ich jetzt wieder aufnahmefähig bin, meine Therapie weiterführen kann, um im Erwachsenenalter geistig älter zu werden, um noch das Beste aus meinem Leben zu machen, dass was ich ermöglichen kann. Dazu brauche ich weitere Informationen zu meiner Seele, zu meinem Bewusstsein, zu den Naturgesetzmäßigkeiten zur Seele, zum Menschen, Richtlinien und Anleitungen, die ich jetzt erst zulassen kann.

Da mein Genesungsprozess langsam aber beweisbar fortgeschritten ist wird mir mit neuen Informationen ein richtiges, vernünftiges, gerechteres Leben möglich werden.

**Auszug:** Die innere Freiheit ist mir, einem Menschen, der den Suchtkrankheitskreislauf verlassen hat, wieder etwas wert geworden.

Ich habe verschiedene Worte für meine neue Wahrheit gewählt, die sich ergänzen lassen, aber die meine innere Wahrheit ausmachen.

Die Worte sind für mich sehr bedeutsam geworden.

Sie sind auch meine neue Schranke geworden, die mich daran hindert, etwas im Übermaß zu tun.

Ich habe eine Ahnung von dieser Freiheit bekommen, denn ich fühle schon so.

Jetzt muss ich es nur täglich leben lernen.

**Auszug:** Ich bin mit meinem Tagesbewusstsein, über das mir mein Leben bewusst wird, mein größter Feind.

Der Mensch hat für die bewusste Wahrnehmung mit seinem Tagesbewusstsein die Phantasie zur Verfügung, die nicht zu kontrollieren ist und das was wir dann für die Wahrheit halten, für die sind wir auch verantwortlich.

Hat sich der Mensch durch Informationen und durch seine Phantasie dann eine Meinung gebildet und wird diese Meinung für richtig gehalten, ist es schwierig von außen das Tagesbewusstsein von einer anderen Wahrheit zu überzeugen.

Selbst bei scheinbarer Einsicht einer anderen Wahrheit wird diese mit Konzentration und nicht richtiger Anwendung der Phantasie noch lange nicht richtig gelebt.

Der Mensch baut sich nicht nur seine Welt, seine Wahrheit, seine Scheinwelt, sondern seine Realität in der er lebt.

Solange diese Scheinwelt nicht gestört wird ist der Mensch zufrieden oder unzufrieden, weil jede Information gewertet werden muss. Deshalb war auch nicht alles an meiner Vergangenheit schlecht, denn ich habe mir vieles eingeredet, dass es für mich das Richtige ist, dass es für mich die Wahrheit ist und so lebe ich ohne Konzentration diese Welt heute noch.

Erst in meiner Therapie, die in diesem Jahr - 2008 - intensiver geworden ist, punktuell genauer mit Beweisen untermauert, kann ich mich richtiger, selbst wahrheitsgemäß oder unwahrheitsgemäß, konzentriert oder unkonzentriert, mit Phantasie, mit der Zeiteinteilung nach meiner und anderer Rechtslage, besser sichtbar machen.

Das was ich zusehen bekomme war bisher, ohne es auf den Prüfstand stellen, für mich richtig. Neuen logischen Prüfkriterien unterzogen muss ich es teils in Frage stellen oder ändern, um eine Stimmungslage freudiger Natur zureichen.

Um meine tatsächliche Zufriedenheit, innerlich in meinem Bewusstsein, mit dem Körper als Spiegelbild der Seele zu erreichen, habe ich einmal angefangen, mich mir zu stellen und über Fakten, Tatsachen als Wahrheiten, die ich teils begrüße, aber zum größten Teil als mein altes Leben ablehne. Deshalb lerne ich mit meinem Erwachsenen-Ich im Erwachsenen-Alter, über viele Etappenziele innerlich und äußerlich zufrieden zu sein, mich irgendwann gut aushalten zu können.

Dann brauche ich mir keine neuen Scheinwelten bauen, um mir oder anderen eine scheinbare Zufriedenheit vorzuspielen, an die ich nachher selbst glaube, dass es meine Realität ist.

Wie ich gelernt habe ist so vieles, fast alles, in meinem Leben zu verbessern!

Denn nur was für mich besser, richtiger, gerechter und gesünder ist, damit kann ich richtiger leben.

Ich kann dann von mir tatsächlich als Mensch von mir sprechen, weil ich in der gelernt habe Fakten als Tatsachen zuerkennen, die mir vorher unbekannt waren, wo ich nur angenommen hatte, dass ich ein liebenswerter Mensch sei.

Wie sich die Güte in mir wirklich anfühlt, das werde ich später richtiger erfahren. Das sind aber die gesichertsten und richtigsten Informationen, die ich für mich bekommen kann.

Daraus ergibt sich meine innere Festigkeit, meine innere Stabilität als meine Freiheiten, so dass ich etwas machen kann, aber nicht unbedingt übertreiben muss.

Denn mit Sicherheit werde ich mich mit weniger begnügen und mich daran erfreuen können, um mit Selbstverständlichkeit irgendwann, mit mir und dem Leben zufrieden sein, ohne dass ich mich groß anstrengen muss.

**Peter sagte:** Freude hat die Seele immer gerne, und der Mensch lebt so gut, solange es geht, sogar genießerisch mit der Freude - in der Freude.

Der Mensch merkt sich dann, wie es und wodurch es zu dieser Freude gekommen ist, und er beabsichtigt mit Sicherheit ganz bewusst diese Freude zu wiederholen, die Freude zu sich selbst, mit sich selbst richtig erzeugen, um sie zu leben.

Die Freude sogar genießen können ist nur einem gesunden Kind, einem gesunden Erwachsenen-Ich im Tagesbewusstsein der Seele möglich, weil vorausgehend das Bewusstsein sich selbst, durch sich selbst, mit sich selbst, mit der Vorstellungskraft, mit dem eigenen Körper, der Mensch sich die richtige Anerkennung und Liebe geben muss. Das ist aber nur mit Güte, mit seelisch einwandfreier Hygiene möglich.

Horst/Peter Pakert **Selbsterstörungskräfte habe ich**

**in Selbstheilungskräfte verwandelt** 1996/2007/24

Am 12.03.1991 begann ich mit meiner Therapie in der Lebensschule von Peter Pakert, der mich sofort verstand.

Peter bot mir eine Unikattherapie an = eine Therapie, die extra für mich, auf mich zugeschnitten wurde, die ich 2006 verfeinert wieder aufgenommen habe.

Schon das damalige Hilfsangebot habe ich dankend angenommen, denn ich konnte damit in meiner Eigenständigkeit bleiben, mir meine innere und äußere Freiheit erhalten, soweit wie es damals nur möglich war, soweit wie es mein geschädigtes Gehirn leisten konnte.

Ich habe in meiner ersten Therapie so viele Informationen bekommen, wie ich aufnehmen, behalten, verarbeiten und bis heute leben konnte.

Nach fünf Jahren Therapiezeit von mir in meiner Therapie habe ich für mich aus heutiger Sicht viel mehr erreichen können, als mir damals bewusst war.

Erstens habe ich wie erwähnt nicht nur im Tagesbewusstsein meiner Seele wechseln können vom Kindheits-Ich zum Erwachsenen-Ich, sondern mein Erwachsenen-Ich ist auch über 12 Jahre alt geworden, so dass mein kleiner-großer Diktator Kindheits-Ich, mein Erwachsenen-Ich nicht wieder einschläfern konnte.

Wegen meines außerordentlich großen Schadens der Gedächtniszellen, denn es war nicht nur ein Drittel der Gedächtniszellen abgestorben, sondern von vielen Gedächtniszellen waren Nerven-Ärmchen abgestorben - wie ich heute weiß -, die in den letzten 7 Jahren schon wieder wachsen konnten.

Einerseits durch meine anstrengende Therapie, andererseits durch die Umstellung meiner Ernährung und meines Lebenswandels, so dass ich erst 2006 bemerkte, dass sich bei mir die Aufnahmefähigkeit von neuen Informationen verbesserte.

Deshalb blieb ich, trotz meiner großen Anstrengungen, nach meiner fünfjährigen Therapiezeit im geistigen Alter von 16 Jahren stehen.

Peter erkannte auch das damals, und er ließ meine Therapie ausklingen. So beendete ich den ersten Teil meiner Therapie (was ich nicht wusste) mit Peters Worten:

**"Mein lieber Horst, es passen keine weiteren neuen Informationen in deine Speicherkapazität hinein.**

**Du kannst alleine leben. Du kannst für dich sorgen. Geh sorgsam mit dir um.**

**Das gesteckte Ziel ist erst einmal erreicht, und damit ist deine Therapie erst einmal beendet".**

Wie ich heute weiß hat Peter nicht in meine Phantasie eingegriffen und mir Hoffnung gemacht, die eventuell gar nicht eingetreten wäre, wenn ich das gewusst hätte.

Dann wäre es mir bestimmt nicht möglich gewesen frei leben zu können, nicht frei in eigener Verantwortlichkeit mich nicht zum ersten Mal in meinem Leben richtig verlieben zu können, nicht frei, nach einem sehr großen Trennungsschmerz, mich ein zweites und drittes Mal zu verlieben können, weil ich wahrscheinlich in Erwartung gewesen wäre, dass meine Therapie bald weiter geht.

Aber ich hatte ganz dringend eine Pause von der Therapie nötig.

Nur durch diese fehlenden Informationen, das Ärmchen in meinem Gehirn, bei meinen Gedächtniszellen wieder wachsen können, war mir ein freies Leben, ein freudiges Leben, auch ein sehr schmerzhaftes Gefühlsleben möglich.

Meine erste Frage ist, wie sich mein Schädigungsgrad von angekündigten 16 Jahren zusammensetzen konnte, wie er sich errechnen lässt, denn ich werde nicht darum herumkommen, den Schädigungsgrad irgendwann bei mir selbst nachempfinden zu können, weil meinem Unterbewusstsein keine Informationen verloren gehen.

Vorher gab ich darüber Auskunft, dass ich bei mir feststellen konnte, dass ich viele hinterlegte Informationen von Peter habe, die auf eine Zusammenfügung warten.

Entschlossen habe ich mich meine somit unterbrochene Therapie wieder aufzunehmen, denn ich war damals nicht weiter aufnahmefähig, aber ich konnte bisher recht gut alleine oder zu zweit leben.

Da ich die Ahnung habe, dass ich selbst für meine Lebensqualität verantwortlich bin, die Setzungsphase, meine Ausprobierphase beendet ist, freue ich mich über neue Informationen als Erklärungssysteme, um das Beste für mein Bewusstsein in der Seele zu erreichen.

### **Das Beste für mein Bewusstsein, für meine Seele ist:**

- 1.) das, was ich realisieren kann in eigener Verantwortlichkeit, das sind für mich die gesichertsten Informationen, die ich bekommen kann,
- 2.) das, was für mich eine richtige Bedürfnisbefriedigung ist.

### **Peters Antwort zu meiner ersten Frage oben:**

Mit dem geschätzten Schädigungsgrad von ca. 16 Jahren kann ich heute gut leben.

Meine 16 Schädigungsjahre, dieser Schädigungsgrad, der mich später einholen wird, errechnet sich durch meine Suchtkrankenkarriere:

**Wie ich gelebt habe.**

**Wie ich gelitten habe.**

**Welche Schäden ich angerichtet habe.**

**Wie groß ich mir im oder am Körper Schäden angeeignet habe.**

Das sind dann die Schäden, die mein Unterbewusstsein, trotz Schulung meines Erwachsenen-Ichs im Erwachsenenalter, nicht reparieren konnte.

Mein materieller Körper, nur aus Kopien bestehend, ist von meinem Bewusstsein, hauptsächlich von meinem Tagesbewusstsein, meinem Kind im Tagesbewusstsein als Diktator, als Unterdrücker meines Erwachsenen-Ichs im Tagesbewusstsein, dafür verantwortlich zu machen, dass mein Kindheits-Ich bewusst, wegen meines falschen Vorteilsdenkens, mit meinem Körper Raubbau betrieben hat.

Viele vorhandene Nervenschäden oder andere Schäden wurden inzwischen soweit regeneriert, wie es möglich war, aber Erbschäden in den Kopien der Zellen zeigen sich meistens viele Jahre später.

In meiner Therapie habe ich gewechselt im Tagesbewusstsein meiner Seele vom Kindheits-Ich zum Erwachsenen-Ich.

Heute führe ich ein bewusstes Leben.

Da mein Unterbewusstsein neu geschult wurde, wird mein Unterbewusstsein diesen auftauchenden Schäden begegnen, sie reparieren, aber nicht ungeschehen machen können. Ist in den Körperzellen einmal ein bleibender Schaden entstanden, wird er später von meinem Bewusstsein, von meinem Erwachsenen-Ich im Tagesbewusstsein registriert, wenn ich mir mehr vertrauen lerne, werde ich auch Jahreszahlen ermitteln können, denn ich fühle in der Seele und empfinde meinen Körper als biologisch älter, wie er tatsächlich ist. Da es nur meine Empfindungen sind, diese mir von außen nicht angesehen werden können, denn meine Gedanken stehen mir nicht auf der Stirn geschrieben, und so weiß ich später nur allein, wie alt ich mich tatsächlich fühle.

Nehme ich Peters Hinweis als Anhaltspunkt für meine späteren Empfindungen zu meinem Körper, denn ich werde langsamer und nicht so belastbar sein.

Dann kann ich mich schon zum Beispiel mit 65 Jahren plus 16 Jahre, wie ein 81-jähriger Mann empfinden. Da es mir von außen kein anderer Mensch ansehen kann, werde ich sogar für jünger gehalten als ich bin.

Ich brauche mich nur als Erwachsener richtig zu leben.

Die Beweisbarkeit meines früheren kranken Lebens, das ich längere Zeit äußerlich für richtig gehalten habe, doch innerlich wusste ich aber schon lange, dass mit mir etwas nicht stimmt.

Allein aber konnte ich es nicht ändern, und erst als ich die richtige Hilfe von außen annahm, änderte sich etwas zum Positiven in meinem Leben.



Beweisbar ist es für mich, da ich mein altes Leben kenne und in meinem neuen Leben, in meinem Erwachsenenleben im Erwachsenenalter, wo mein Erwachsenen-Ich schon einige Erfahrungen sammeln konnte.

Bin ich aufrichtig zu mir, kann ich mein altes und mein neues Leben gegenüberstellen oder mir ausrechnen mit logischem Denken, mit Kenntnissen zu meiner Seele, zu meinem Körper, mit der Wahrscheinlichkeitsrechnung, mit der Verhältnismäßigkeitsrechnung und dann lassen sich Beispiele über Fragen und aufrichtige Antworten ermitteln:

**1.) Wie wahrscheinlich ist es, dass ich früher im Bewusstsein krank war?**

**2.) Wie wahrscheinlich ist es, dass ich mit meinem Bewusstsein meiner Seele - ganz bewusst - ein ganz großer Übertreiber war in vielen Richtungen?**

(Alles im Leben ist immer in Bezug auf zu sehen und zu bewerten.)

**3.) Wie wahrscheinlich ist es, dass ich mit dem Kindheits-Ich im Tagesbewusstsein lange Zeit ein großer Schauspieler war?**

**4.) Wie wahrscheinlich ist es, dass ich in meinem Tagesbewusstsein vom Diktator Kindheits-Ich zum Erwachsenen-Ich gewechselt habe?**

**5.) Wie wahrscheinlich ist es, dass ich heute gütiger, schon richtiger mit mir umgehe als früher und so weiter?**

Beantworte ich mir mit der Wahrscheinlichkeitsrechnung diese Fragen aufrichtig, habe ich für mich sofort die Gegenrechnung, die Verhältnismäßigkeitsrechnung zur Verfügung, wenn ich mir die Frage dazu stelle: **Wie sieht die Verhältnismäßigkeit in Bezug auf mein altes und mein neues Leben aus?**

Die Therapiepause hat mein Erwachsenen-Ich im Tagesbewusstsein genutzt, um mein Unterbewusstsein richtiger zu schulen, damit sich zuerst mein Gehirn, meine Gedächtniszellen, meine übrigen Nervenzellen und der Rest meines Körpers von den Schädigungen, die ich mir zufügte, soweit erholte.

In meiner ersten Therapie habe ich wie erwähnt so viele Informationen bekommen, wie ich aufnehmen, behalten, verarbeiten und bis heute leben konnte.

In der Zwischenzeit von 7 Jahren hat mein Unterbewusstsein, für sich selbst ganz bewusst, als der Versorger, als der Entgifter, der Entsorger im unbewussten Teil meines Körpers, selbst in meinem Gehirn wieder Ärmchen von Nervenzellen wachsen

lassen, die sich mit anderen Ärmchen von Nervenzellen, der Gedächtniszellen, verbunden haben.

Mein Unterbewusstsein hat inzwischen Schäden beseitigt, weil ich gewechselt habe im Tagesbewusstsein meiner Seele vom Kindheits-Ich zum Erwachsenen-Ich, das richtiger mit mir im Erwachsenenalter umgeht.

Mein Unterbewusstsein hat in meinem im Gehirn so gut es geht repariert, damit hat mein Erwachsenen-Ich jetzt wieder mehr Gedächtniszellen für die Intelligenz meines jetzigen Lebens zur Verfügung.

**Mein bewusstes Leben hat den Vorteil: ich erlebe alles bewusst.**

(Das was in meinen Mitteln und Möglichkeiten steht.)

**Das bewusste Leben hat für mich auch den Nachteil: ich erlebe alles bewusst.**

Mein lieber Körper, mit dem ich über 40 Jahre schändlich umgegangen bin, befindet sich im Umbruch, und ich kann einen körperlichen Schädigungsgrad durch Wärme, Kälte, Missempfindungen direkt auch nachfühlen.

Das ist eindeutig meiner mich selbst schädigenden Vergangenheit zuzuordnen.

Bewusst wollte ich es so, denn es war mein vorhergehendes Vorteilsdenken, das mir heute als nicht richtiges Erwachsenenendenken bewusst wird.

Die Nachempfindungen zu meinem Körper stellen sich mir heute anders da als früher.

Da ich erwachsener geworden bin, da ich aufrichtiger älter geworden bin, muss ich mir "meine unrühmliche Vergangenheit" eingestehen.

Ich kann es meiner Bewusstseinskrankheit zuordnen, dadurch wird mir trotzdem nicht wärmer. Einige andere Schäden aus meiner Vergangenheit, denn ich hatte keine Chance nicht krank zu werden, sind mir noch nicht in letzter Konsequenz bewusst.

Die Ahnung, die ich in diesem Jahr hatte, ein eingeschränktes Leben zu führen, bestätigte sich schon letzte Woche, als ich zu der Erkenntnis kam, was für mich das introvertierte, in sich gekehrte Leben tatsächlich bedeutet.

Ich hatte die Erkenntnis überwiegend ein eigenbrötlerisches Junggesellenleben zu führen und das ich mit Sturheit, Durchsetzungsvermögen zwar bisher erfolgreich durchsetzte.

Aber an richtige Vorteile für mich, im pfleglichen, gütigen Umgang mit mir und anderen, daran konnte ich mich nicht erinnern.

Mein Leben jetzt zu ändern, nach außen zu gehen, kontaktfreudiger, verbindlicher zu werden, ist mir bisher einerseits schon schmerzlich, andererseits sind mir die mich immer noch begleitenden Übertreibungsreflexe bisher nicht aufgefallen, weil ich zu wenig oder gar nicht die innere warnende Stimme von mir gehört habe.

Vielfach hat mir Peter in diesem Jahr beweisen können, wie ich immer noch meine falsche Rechtsauffassung mit der Meinung vertreten habe, dass sie menschlich sei, bis mir das Gegenteil bewiesen wurde.

So habe ich an Überschätzung gelitten ohne zu leiden.

Heute fange ich an mit meinem bewussten Leben sowohl seelisch als auch körperlich dieses Leiden, den bekannten Schädigungsgrad immer richtiger zu fühlen und nachzuempfinden.

**Wenn das kein unrühmliches Verhalten bisher war, was dann?**

**Wenn ich da nicht durch die Schulung von außen und die Schulung von innen, von mir selbst, nicht blind war, nicht die Schwarzlichtbrille aufhatte, die ich mir langsam, aber sicher beweisen kann, wann dann?**

Das alles und noch mehr ist schon in meiner Therapie mehrfach angesprochen worden. Ein richtiges Verstehen von mir selbst, kommt erst jetzt zu mir selbst, wenn ich die Beweise erlebe, dann wird es auch langsam zur Gewissheit für mich.

Meine als Fähigkeiten, als Anlagen vorhandenen Gerechtigkeitssinne, haben mich zwar als Kind schon gewarnt, außer mit Protesthaltungen und Protesthandlungen konnte ich mich bisher nicht dagegen wehren, weil ich weder damals, noch bis vor einer kurzen Zeit, das Verstehen, das Verständnis zu meiner eigenen Seele nicht richtig hinzunehmen konnte.

Die Weisheit, dass es in einem Leben nicht zu spät sein kann umzudenken, erlebe ich heute, und ich finde mich mit meiner gelebten Vergangenheit ab. Denn ich habe vieles nicht gewusst, so hatte ich zwar ein Vorteilsdenken, aber ich habe nicht richtig lernen können, die richtigen Vorteile für mich zu erkennen oder sie sogar leben zu können.

Mit meinem Erwachsenen-Ich, als Chef in meinem Tagesbewusstsein, nehme ich weitere Informationen, Worte und Erklärungssysteme zu mir, zu meiner Seele an.

Damit probiere ich mich aus, was mir damals mit meinem geschädigten Gehirn nicht möglich war.

Weiteres richtigeres Wissen zu mir kann ich jetzt in meiner Therapie zunehmen, damit ich nicht nur mein Leben, wie bisher eigenständig führen kann (was damals für andere utopisch war), sondern damit kann ich in Zukunft richtiger, vernünftiger und gerechter mit mir umgehen.

Endlich werde ich mein Freund, der es schafft durch sich selbst zufrieden zu werden. In diesem Jahr erlebe ich mich viel bewusster, freudiger mit mehr Lebensqualität, als noch im letzten Jahr.

Nochmals bestätige ich hiermit, dass nicht nur mein Entschluss richtig war, mit meiner Therapie weiterzumachen, dass ich in mich noch einmal richtigerweise investiert habe, um mit Anstrengungen, mit Schmerzen, mit Freude geistig älter zu werden.

Kein Mensch weiß, ich schon gar nicht, wie es tatsächlich in meinem Gehirn, in meiner Seele aussieht. Welche Fähigkeiten, Mittel und Möglichkeiten ich noch haben werde, um mit mir in Zukunft, in eigener Verantwortlichkeit, mein Leben richtiger, freudiger zu gestalten als ich es bisher getan habe.

Meine Ahnungen sind in diesem Jahr schon fast zur Gewissheit geworden, dass in mir noch mehr ist, was gelebt werden will. Ich bin auf dem richtigen Weg mit meiner Persönlichkeitsarbeit, damit ich noch alle meine Fähigkeiten, die in meinem Leben gelebt werden wollen, über freudige Eigenschaften leben kann.

Meine Lebensqualität hat sich soweit verbessert, meine Zufriedenheit hat sich erhöht, wie es einerseits in meinem Lebensbuch steht: das Beste aus meiner Existenz, in dieser Verbindung zu machen, andererseits gehe ich weiter auf meinem Genesungsweg sorgfältig mit mir um, lasse neue Informationen zu, arbeite weiter sorgfältig an mir, so dass ich noch zu einem abschließenden freundschaftlichen, guten Lebensweg finde.

**Auszug:** Meine oberste Pflicht ist es, das Beste aus meinem Leben zu machen.

Körper und Geist gesund zu erhalten.

Die Idee, das Beste aus meinem Leben zu machen, hatte ich immer schon, das ist nicht neu, nur früher bin ich nicht auf die richtigen Ideen gekommen.

Wenn das keine richtigen Ideen waren, müssen es Ersatzhandlungen gewesen sein, die ich unbewusst getan habe.

Auch heute erlaube ich mir Ersatzhandlungen, aber es wird mir bewusst.

Ich muss mich manchmal damit begnügen - **Verzicht üben. Weniger ist oft mehr!**

## **Was sind Ersatzhandlungen?**

Handlungen als Ersatz für Originalhandlungen.

Vorstellung und Tat aus Angst, weil ich Freude will.

## **Genauere Aussagen in Bezug auf Originalhandlungen und Ersatzhandlungen.**

Ein Kompromiss:

Zwei Anbieter machen Abstriche und sind mit dem Ergebnis zufrieden.

Ein gelebter Kompromiss, der entstanden ist, weil sich zwei Persönlichkeiten, weil zwei Menschen Abstriche gemacht haben und mit dem Ergebnis zufrieden sind.

Der gelebte Kompromiss mit der Zufriedenheit ist vorübergehend die Originalhandlung, weil sie gelebt werden kann.

Die gelebte Originalhandlung ist, in Bezug auf die vorgehende Idee, wegen der Abstriche die gemacht wurden, eine Ersatzhandlung.

Richtige Handlungen als Kind, als Jugendlicher, als Frau, als Mann sind

Originalhandlungen, weil sie richtig gelebt werden können und zufrieden machen.

Eine Originalhandlung ist eine erdachte Handlung, die den Mittel als Zweck erfüllt, immer dann, wenn es keine Utopie ist. Umsichtig genug gedacht muss ich die

Originalhandlung mit dem Vorteilsdenken überprüfen lassen, ob es jetzt kein besseres Original gibt. Somit sind alle Handlungen, die meiner Realität entsprechen, die mich zufrieden machen, auch solche Handlungen die unzufrieden machen können oder unzufrieden machen, wenn ich sie nicht mache. Diese Handlungen, als Original, können beim Denken entstehen, beim Denken belassen werden oder sie sind erst Originalhandlungen, wenn die Umsetzbarkeit da sein muss.

Wünschen kann ich mir nur etwas, auch fordern, das unrealistisch ist, somit ist es immer als Ersatz für das Original anzusehen.

Ein ideeller Wert kann genauso real sein wie ein materieller Wert, der zur Ausführung kommt. Entscheidend ist die Tat selbst, denn die Rechtslage vom Bewusstsein muss eindeutig bedacht werden.

Die Rechtslage ist gleichzusetzen mit dem Auftrag, den mein Bewusstsein mitbringt, das Beste in der jeweiligen Verbindung, mit der jeweiligen Verbindung zu machen.

Das Beste kann somit das Kindheits-Ich, das Eltern-Ich, das Erwachsenen-Ich im Tagesbewusstsein, in Bezug auf die Realität, für die Zufriedenheit leisten.

Somit muss bei einer Originalhandlung immer die Gegenrechnung angewendet werden, weil etwas Besseres, etwas Richtigeres, etwas Gesünderes und Gerechteres unter den gegebenen Umständen, nicht möglich ist.

Ergeben sich später andere Mittel und Möglichkeiten, und es kann eine bessere Originalhandlung gemacht werden. Dann ist das die zurzeit gültige Originalhandlung, weil ich verpflichtet, sogar berechtigt bin, nach neusten Informationen mir eine neue Meinung zu bilden und dann auch in die Tat umzusetzen. Somit kann das Kindheits-Ich, das Eltern-Ich, das Erwachsenen-Ich mit Hilfe des Unterbewusstseins Originalhandlungen begehen.

### **Erkenntnisse zum Vorteilsdenken:**

Jede Ich-Form als Persönlichkeit im Tagesbewusstsein (Kindheits-Ich, Eltern-Ich und Erwachsenen-Ich - wissenschaftlich durch die TA - Transaktionsanalyse bestätigt) die denken und kritisieren kann, hat auch ein Vorteilsdenken.

Das Vorteilsdenken sollte zum Vorteil des Menschen eingesetzt werden.

Das Vorteilsdenken - **als erste Naturgesetzmäßigkeit der Seele** -, ist bei der Entwicklung eines Gedankens immer sofort dabei.

Eine Handlung - intern als Gedanke, als Tat, extern als Tat mit dem Körper, durch den Körper, über den Körper.

Diese Handlung muss:

- 1.) richtig sein
- 2.) vernünftig sein
- 3.) gesund sein
- 4.) gerecht sein
- 5.) zur richtigen Zeit sein, denn die Zeit ist immer dabei.
- 6.) Wird mit dem Wort "**wie**" zuerst die Vernünftigkeit überprüft, ob die interne oder die externe Tat, in Bezug auf meine Rechtslage, das Beste aus meinem Leben zu machen, vernünftig ist, weil die Vernünftigkeit eigenen Richtlinien unterliegt.

Zum Beispiel ist es für mich vernünftig, wenn ich:

- 1.) etwas richtig verstehe
- 2.) kompromissbereit bin.

- 3.) keine Spontaneität bei mir zulasse
- 4.) eine tatsächliche richtige Bedürfnisbefriedigung erfüllen kann
- 5.) Wenn ich meinen Auftrag berücksichtige:  
das Beste aus meinem Leben zu machen.
- 6.) wenn ich die Gleichberechtigung,  
unter Rechten und Pflichten berücksichtige
- 7.) wenn ich umsichtig denke
- 8.) wenn ich geschriebene und ungeschriebene Gesetze berücksichtige.

Habe ich alles zu meiner Zufriedenheit vernünftigerweise bedacht, ist schon mein Gedanke richtig. Er ist vernünftig, gesund, gerecht und zur richtigen Zeit, weil sich alles mit dem Wort "wie" stellt es sich dar, überprüfen lässt.

Zum Abschluss des Vorteilsdenkens überprüfe ich, da alles im Leben immer "in Bezug auf" zu bewerten ist, die richtigen Bezüge, ob die Bewertung oder Wertschätzung richtig ist. Somit ist es sehr wahrscheinlich, dass mein Vorteilsdenken richtig ist.

Kann ich mit dem Wort "wie" bei der Überprüfung einen Fehler feststellen, dann ist es für mich nicht richtig, nicht vernünftig, nicht gesund, nicht gerecht, so dass auch die Zeit nicht richtig sein wird, die Wahrscheinlichkeit nicht stimmt und die

Verhältnismäßigkeit auch nicht stimmt, wenn nicht alles ausgewogen ist, wenn sich nicht alles rechnen und gegenrechnen lässt. Dann ist es kein richtiges Vorteilsdenken für mich, dann sollte ich diese Tat nach außen verhindern.

Bei dem Vorteilsdenken sind weitere Naturgesetzmäßigkeiten, viele Richtlinien und Anleitungen, wie sie zu meiner Zufriedenheit gelebt werden, nicht berücksichtigt.

Bisher sind auch noch nicht die drei Hauptfähigkeiten bedacht,- die Geradlinigkeit, die Eitelkeit und die Güte -, die auch gelebt werden wollen, sowie alle Neigungen zu oder gegen, die in diesem Leben als meine Vorteile, zu meinem Vorteil, gelebt werden wollen.

Ein gütiges Erwachsenen-Ich, richtig geschult, kann nicht richtig übertreiben.

Ein gütiges, ein geradliniges, eitles Erwachsenen-Ich nimmt am Leben teil.

Die Fähigkeit Güte, die nur das Erwachsenen-Ich leben kann, verhindert jede Form der krankmachenden Übertreibungen.

**Fazit:** Wenn ich etwas richtig gemacht habe, sind es Originalhandlungen.

Wenn ich mich gut aushalten kann, brauche ich nicht rückfällig werden.

Ich verspüre keinen Druck, der mich zu Ersatzhandlungen verführen kann und zwar solche Ersatzhandlungen, die für mich schädlich sind und meinen frühzeitigen Tod bedeuten würden.

Verständigungsschwierigkeiten habe ich nur wenige, weil ich jetzt mich, das Leben und andere Menschen besser verstehen kann.

Ich bin ich nicht mehr heimatlos, weil ich mich - in mir - zu Hause fühle.

Ich bin sesshaft geworden, weil sich die Ruh- und Rastlosigkeit beruhigt hat.

Heute lebe ich nach den geschriebenen und ungeschriebenen Gesetzen meiner Umwelt, ohne sie ständig ändern zu wollen. So ist aus dem Kämpfer, der rücksichtslos und brutal mit sich und anderen umging, ein liebenswerter Mensch geworden, der mit der Liebe, die in ihm steckt, vernünftig umgeht.

Horst/Peter Pakert **Selbsterstörungskräfte habe ich**

**in Selbstheilungskräfte verwandelt** 1996/2007/24

In meiner ersten Therapie habe ich wie erwähnt so viele Informationen bekommen, wie ich aufnehmen, behalten, verarbeiten und bis heute leben konnte.

In der Zwischenzeit von 7 Jahren hat mein Unterbewusstsein, für sich selbst ganz bewusst, als der Versorger, als der Entgifter, der Entsorger, der für sich bewusste Baumeister meines materiellen Körpers, im unbewussten Teil meines Körpers, selbst in meinem Gehirn wieder Ärmchen von Nervenzellen wachsen lassen, die sich mit anderen Ärmchen von Nervenzellen, der Gedächtniszellen verbunden haben.

Mein Unterbewusstsein inzwischen Schäden beseitigt, weil ich gewechselt habe im Tagesbewusstsein vom Kindheits-Ich zum Erwachsenen-Ich, das richtiger mit mir im Erwachsenenalter umgeht. Ich gehe gütiger mit mir um.

Mein Unterbewusstsein hat in meinem im Gehirn so gut es geht repariert, und damit hat mein Erwachsenen-Ich jetzt wieder mehr Gedächtniszellen für die Intelligenz meines jetzigen Lebens zur Verfügung.

Ich erhielt in meiner längeren ersten Therapie so viele Informationen, die nötig waren, so viele Informationen, die ich für mein Leben brauchte, so viele und richtige Informationen, für mein Erwachsenen-Ich, so dass mein Erwachsenen-Ich mein Unterbewusstsein besser schulen konnte, als es mir in meiner unrühmlichen



Vergangenheit mit meinem Kindheits-Ich möglich war. Deshalb hat mein Unterbewusstsein, als bester Helfer meines Tagesbewusstseins, im unbewussten Teil bei mir das reparieren können, was möglich war.

Mein Erwachsenen-Ich, das wieder aufnahmefähig ist, braucht jetzt neue weiterführende Informationen, damit ich im Erwachsenenalter mit meinem Bewusstsein wieder etwas Besseres aus meinem Leben machen kann.

Etwas Besseres als es mir vorher, ohne diese Reparatur, ohne diese Informationen, die ich aufnehmen und leben kann, möglich war.

Mein Leben hatte bisher noch zu viele Fehlerquellen, die ich mir schönreden musste. Wissen ist Macht und wenn ich Besseres, Richtigeres zu mir weiß, werde ich es selbstverständlich leben. Denn ich werde weiterhin gütig mir mit umgehen, und dazu brauche ich funktionstüchtige Nerven- und Gedächtniszellen und neues Wissen, womit ich dann umgehen kann. Mit dem richtigen Wissen, das ich behalten werde, kann ich noch Besseres, mich noch zufriedenstellendes Gerechteres und Richtigeres in meinem Leben erreichen, und so kann ich mit meinem Bewusstsein den Auftrag weiter erfüllen: das Beste aus meinem Leben zu machen.

Mein Unterbewusstsein, vor dem ich nichts verschweigen kann, dem keine Informationen verloren gehen, hat die alten Grundlageninformationen zur Verfügung. Jetzt kommen neue aufrichtige Informationen dazu.

Ich kann mit meinem Tagesbewusstsein, mit meinem vorwiegend bestimmenden Erwachsenen-Ich, somit auch meinem Körper wieder besser helfen, als ich das vorher konnte, weil selbst in den unbewussten Teilen meines materiellen Körpers meinem Unterbewusstsein alles bewusst ist. Deshalb speichert mein Unterbewusstsein auch alle Informationen für sich und für mein Tagesbewusstsein.

Mein Unterbewusstsein kann meinen Körper besser reparieren, so dass mir später, mit dem Tagesbewusstsein ganz bewusst, ein zufriedeneres Leben bevorsteht.

Mehr als zufrieden werden, durch mich selbst, unter Einsatz von allem, was ich habe, kann ich nicht.

Da mein Unterbewusstsein, der bewusste Helfer meines Tagesbewusstseins, nicht an Nerven gebunden ist und mit Gedankengeschwindigkeit arbeiten kann, wird es richtiger geschult.

Mein Unterbewusstsein wird dann richtiger reparieren, richtiger mir bei der Gedankenentwicklung helfen, richtiger mir bei meiner Lebensführung helfen, richtiger bei der Beziehungskunde zu mir helfen, mich richtiger versorgen, richtiger entsorgen und mit mir im Ganzen richtiger leben, damit ich zufrieden werden kann.

Der Hauptkoordinator meiner Abwehrkräfte des Körpers ist das Unterbewusstsein.

Mit dem Tagesbewusstsein kann ich auch versuchen gesund zu leben und meine Abwehrkräfte zu stärken, indem ich bewusster mit mir umgehe.

Das Unterbewusstsein wird vom Tagesbewusstsein dann geschult, sobald das Eltern-Ich wach geworden ist (das wird im Dokument beschrieben).

Je eindeutiger diese Schulung ist, desto genauer kann das Unterbewusstsein den Körper dirigieren und die Abwehrkräfte koordinieren oder sich in der Umwelt zurechtfinden.

**Auszug:** Da ich gewechselt habe vom Kindheits-Ich zum Erwachsenen-Ich, konnte ich die Unterschiedlichkeit von meinem heutigen Leben zu meinem früheren Leben erkennen und werde nicht freiwillig die Vorherrschaft meines Erwachsenen-Ichs in meinem Leben noch einmal abgeben und wieder ein altes Unrechtsleben führen.

Ich bin froh, dass sich weitere Gedächtniszellen verbunden haben, so dass ich eine für mich neue Intelligenz, eine für mich neue, tiefere Freunde richtiger zu leben bei mir doch noch erfüllt hat. Wenn ich schon bisher den einen Auftrag, das Beste aus meiner Existenz zu machen, nicht richtig erfüllen konnte, lerne ich jetzt mit meinem Erwachsenen-Ich andere Fähigkeiten von mir mit anderen Mitteln und Möglichkeiten, mit neuen Worten, ein zufrieden machendes Leben durch mich selbst jetzt kennen.

Gestern und vorgestern habe ich mich darüber gefreut, endlich bezugsbezogen etwas richtiger verstehen zu können, dass ich freudig mit Freude werten konnte.

Da ich dieses Jahr täglich gerne zu meiner Therapie gehe, denn heute kann ich sagen, dass es mir Freude bereitet, wozu vorher noch eine Angstmauer fallen musste und ich Schwierigkeiten hatte aus dem direkten Angstbereichen in die Freudenbereiche durch richtigere Taten zu kommen.

Alles braucht seine Lernzeit, so brauche auch ich viel Zeit wegen meines höheren Schädigungsgrades, den ich zwar früher mit dem Vorteilsdenken hatte wegdrücken können, was mir aber nicht geholfen hat.

Deshalb lasse ich heute Schwachstellen zu, ich spreche darüber, werde über Zusammenhänge aufgeklärt, habe Erkenntnisse dazu, die mich aufrichtig erfreuen, und damit hilft mir mein Unterbewusstsein freudig.

Wie in einer menschlich zusammenarbeitenden Familie fühle ich mich langsam aber sicher authentisch, werde langsam aber sicher sicherer, werde langsam aber sicher selbstsicherer, übernehme dafür die Verantwortung, lebe eigenverantwortlich sicher, selbstsicherer als früher.

Bewiesen habe ich in meiner Therapie gerade in den letzten Monaten, dass ich alles was mir Peter diktiert kommentarlos aufschreibe, denn bisher konnte ich fast alles nachvollziehen und gebrauchen.

Durch meine neuen Erkenntnisse, durch viele neue Worte, alte Worte die ich jetzt besser verstehe, bin ich schwerer blind zu machen als früher, denn früher habe ich fast alles geglaubt, weil ich dachte, ich sei kritisch bei dem was mir angeboten wurde.

**Heute ist es schwerer geworden mir eine Unrechtsbrille, eine Blindenbrille oder sogar eine Schwarzlichtbrille, die mich dumm, taub und verständnislos macht, aufzusetzen, denn Unrecht hatte ich genügend in meinem Leben.**

**Da ich selbst mein größter Feind war, gegen mich kämpfte, mir selbst die Schwarzlichtbrille aufsetzte, weil ich mir nicht vertraute, weil ich auf meine innere warnende Stimme nicht gehört habe, musste ich hinterher bereuen, was jetzt wenig, selten oder kaum vorkommt.**

Jetzt werde ich langsam zu meinem Freund, das tut nicht nur mir gut, das wird von anderen honoriert. Selbst das Leben mit mir ist einfacher geworden, denn ich kann mich immer leichter, immer besser, sogar freudiger aushalten, lebe jetzt sogar gerne und freue mich auf weitere Stunden, die ich bewusst erleben darf.

Ich bin sogar der Meinung, dass ich mein Leben in der heutigen Zeit so leben musste, sonst hätte ich diese guten Erkenntnisse nicht haben können, nicht freudig als ideelle Werte erleben und einschätzen können, denn was ich erleben musste, ist mit Sicherheit dafür verantwortlich, dass es mir heute so gut geht.

Ich bin jetzt, hier und heute mit mir in einem Bereich angelangt, wo ich nicht erst etwas verlieren muss, um es dann schätzen, wertschätzen zu können, denn was ich jetzt erlebe tausche ich nicht mit meinen früheren Erlebnissen ein.

Bevor ich lerne, die richtigen Informationen für mich umzusetzen, wird mir im ersten Schritt das Erklärungssystem verständlich für mich logisch geliefert, so dass ich heute weiß, was dieses oder jenes bedeutet.

Begriffsdefinitionen mussten wir am Anfang erklären, damit wir so wenige Verständigungsschwierigkeiten wie möglich haben.

Das meiste wurde schriftlich gemacht, das heißt, ich durfte mein Lebensbuch neu schreiben. Entweder schrieb ich selbst, oder Peter gab mir eine Vorlage, die wir genauestens besprachen.

Peter diktierte mir etwas und legte sich damit fest, dadurch wuchs mein Vertrauen zu ihm, weil er in meinen Augen glaubwürdiger wurde.

Er erklärte das so:

Was einmal geschrieben steht, darüber können wir genau reden, und Verständigungsschwierigkeiten werden so minimiert. Auch muss ich sagen, dass ich keinen seelischen Striptease über meine Vergangenheit machen musste, sondern wir kümmerten uns meistens um das Jetzt, Hier und Heute, wobei Peter am meisten sprach, mir damit vieles erklärte und es mir klarer und verständlicher wurde.

An diese Art hatte ich mich schnell gewöhnt, weil sie mir logisch erschien.

Er begründet es so:

Hast du neue Informationen, kannst du neu denken. Deine Vergangenheit kennst du, und wenn es Zeit ist werden sich diese Informationen zu neuen Informationen dazugesellen, und du bekommst eine neue Wahrheit, weil sich die Sichtweise ändert. So wirst du auch offene Fragen aus der Vergangenheit beantworten können.

Ich lernte so viele Zusammenhänge besser verstehen. Meine Hilflosigkeit war weg.

Peter musste sich nicht verstecken oder was vertuschen, nur weil er Heilpraktiker und Suchttherapeut ist, vielleicht ist das gerade sein Vorzug, denn dadurch bekomme ich Antworten auf alle meine Fragen.

Ich werde nicht unmündig erzogen.

Er nimmt sich die Zeit, mir solange etwas zu erklären, bis ich es verstanden habe.

Peter ist nicht der "über allem schwebende, weise Lehrmeister".

Er macht sich für mich transparent, so dass ich die Möglichkeit habe, sein Wissen zu übernehmen. Er ist im wahrsten Sinn Praktiker, der seine Berufung lebt.

Dass er dabei auch seine Schwächen zeigt, deute ich als seine Stärken.

Und einem starken, sich auskennen Therapeuten brauche ich.

Seine Erklärungssysteme sind die Basis für alle weiteren Informationen.

Gelingt es mir in meiner Lebensschule zu richtigen Vorstellungen und zu richtigen Taten zu gelangen, lassen sich im weiteren Schritt die Phänomene der Esoterik für mich jetzt fast vollständig erklären und somit zum größten Teil auch eindeutig widerlegen.

Die Anbieter esoterischer Kurse, an denen ich teilnahm, gaben mir zwar Orientierungshilfen, sie verstärkten aber meine Hilflosigkeit.

Peter gibt mir nicht nur die richtigen Orientierungshilfen.

Er lehrt mich darüber hinaus in meiner Lebensschule meine Hilflosigkeit immer geringer werden zu lassen, so dass sich erträgliche Unsicherheiten noch manchmal zeigen, mit denen ich gut leben kann.

Meine frühere innere Unzufriedenheit ist vollkommen weg.

Es bedarf nur einer gewissen Übungszeit. Diese Zeit nehme ich mir jetzt für mich, weil sich die ersten Erfolge schon gezeigt haben, dass ich auf dem richtigen Weg bin. Hoffnung ist seit langer Zeit wieder in mir, dass ich doch noch lerne zu verstehen und zufrieden zu werden.

**Auszug:** Peter sagte mir, dass er die Kräfte des Patienten sieht, mit denen er sich früher zerstört hatte, zeigt sie ihm. Der Patient kann die Selbstzerstörungskräfte im Laufe der Zeit umdrehen und für die eigene positive Lebensweise eingesetzt werden. Eine neue Wahrheit ist entstanden. So kann man sein eigener Freund werden.

Die eigenen Kräfte richtig einsetzen, heißt auch sein eigener Energiesparer werden.

Erzeuge ich nicht so viele Kräfte, brauche ich sie auch nicht auszugeben.

Das Kindheits-Ich und das Eltern-Ich sind in den ersten Jahren immer dominanter als das Erwachsenen-Ich, weil es noch nicht richtig wach ist.

Wenn sie sich zusammentun, das Kindheits-Ich und das Eltern-Ich, geben sie dem Erwachsenen-Ich keine Gelegenheit sich richtig zu entwickeln und es entsteht mit Sicherheit eine Hörigkeit.

Das Erwachsenen-Ich erhält nicht seine wirkliche Dominanz, zu der es fähig wäre.

Es wird klein gehalten.

Diese Nacherziehung ist nur von außen, von gefühlsmäßig nicht so groß beteiligten Menschen, zu leisten.

*(Das Tagesbewusstsein ist wie erwähnt der Bestimmer in uns Menschen und wird in drei Ich-Formen aufgeteilt: Kindheits-Ich, Eltern-Ich und Erwachsenen-Ich.*

*Das wird wissenschaftlich durch die TA - Transaktionsanalyse bestätigt.)*

Bei mir fingen im Alter von 12 bis 14 Jahren die Protesthaltungen und Protesthandlungen gegen meine Erziehung an.

Ich war gegen geschriebene und ungeschriebene Gesetze.

Ich war gegen jegliche Ordnung.

Dazu gehört auch meine Erziehung und was meine Erzieher mir sagten.

Natürlich versuchte ich durch Ausreden und durch meine Maske nicht aufzufallen.

*(Schäme ich mich meiner Gedanken (Schamgefühl), fange ich an sie zu kaschieren, mich abzulenken, eine Maske zu machen.*

*Schauspieler zu sein, zu lügen, zu betrügen, mir gegenüber unehrlich zu sein und anderen gegenüber unehrlich zu sein, dann entsteht bei mir eine Maskerade.*

***Dieses nenne ich dann:***

***Maske oder Scheinwelt.***

***Die Masken der Menschen.***

***Die Maske des Suchtkranken.***

***Die Scheinwelten des Suchtkranken.***

***"Der Suchtkranke als Schauspieler mit seinen Masken!"***

*Diese Maske trug ich bis zur Perfektion.*

*Gott sei Dank bröckelte sie durch Alkohol, durch Drogen, Medikamente, durch die Spielsucht usw. (Polytoxikomanie = Mehrfachabhängigkeit), so dass ich auffiel und mich nicht mehr sinnlos verstecken konnte.*

*Meiner Familie danke ich, dass sie den Druck bei mir erhöhte, so dass ich doch noch Hilfe annahm.)*

Ich hoffe nur, dass ich das in meiner Therapie jetzt Neu-Erlernte mir gut aufgeschrieben und gemerkt habe.

Kleine Erfolge sind schon zu verzeichnen, denn ich habe mich verändert und meiner Umwelt fällt es insofern auf, weil ich bemerke, sie nimmt mich ernster.

Es wird mir zugehört, wenn ich etwas sage.  
Somit bin ich glaubwürdiger geworden.  
Hoffnung entsteht, dass Peter Recht hat und ich mich auf dem richtigen Weg befinde,  
um richtig zu mir selbst zu finden.  
Das Kindheits-Ich ist schon vorgeburtlich wach.  
Es bestimmt bis zum dritten oder sechsten Lebensjahr.  
Ab dem achten bis zwölften Lebensjahr wird das Erwachsenen-Ich langsam wach.  
Wird es nicht geschult, ist es nur anwesend und protestiert manchmal mit einer leisen  
Stimme durch seinen Gerechtigkeitssinn.  
Sie können sicherlich erahnen, wie schwer es so ein Kindheits-Ich hat.  
Sie können sicherlich erahnen, wie schwer Sie es als Kind hatten.  
Das Kind ist auf verstehende Erwachsene angewiesen.

Horst/Peter Pakert     **Die neue Wissenschaft zur Seele**     1995/2007/24

Alle Menschen haben das Recht auf richtiges Grundwissen zu ihrem einmaligen  
Körper, zu ihrer einmaligen Seele, damit sie in eigener Verantwortlichkeit später das  
Beste aus ihrem einmaligen Leben, in jedem Lebensalter, machen können.

Wir können uns aber nur richtig verwirklichen, wenn wir uns kennen.

Somit müssen wir alles tun, um uns selbst erst einmal richtig kennenzulernen.

Erfahre, richtiger und gerechter als bisher:

**"Wer" - "wie" - "was"** die Seele mit dem Körper wirklich "ist"!

Erfahre die Funktionsweise der Seele mit dem menschlichen Körper!

Die einmalige, perfekte Leben spendende Seele "ist" eine Energieform, "ist" ein  
energetisches, in sich geschlossenes System, schließt den Körper bei Beseelung mit  
ein, bestimmt über das Leben dieses Menschen, denn der Körper selbst kann es nicht.

Erfahre was etwas tatsächlich "ist".

Was etwas tatsächlich "ist", "ist" gleichzeitig die Bedeutung dessen.

Erfahre, "wie" etwas tatsächlich "ist", die richtige Funktionsweise der Seele in  
Verbindung mit dem Menschen.

Erfahre dadurch erst die richtige Bedeutung des Menschen in seiner Gesamtheit, dann  
erfährst Du auch die Bedeutung des Menschen in seiner wirklichen Existenz, mit  
seinen Mitteln und Möglichkeiten.

Was der Mensch wirklich "ist", "wie" der Mensch wirklich funktioniert mit seiner Seele, in dieser materiellen Welt.

Jeder Mensch, jedes neue Menschenleben, hat das Recht, über sich die Wahrheit zu erfahren.

Jedes Wort muss die richtige Bedeutung in seinem neuen Leben mit dem Erwachsenen-Ich endlich erhalten.

Jedes Wort, jede Tat, muss von jedem Menschen auf Richtigkeit, auf Gerechtigkeit, auf die Bedeutung, was etwas wirklich "ist", ob es vernünftig und gesund "ist" überprüft werden können.

Jedes Wort muss auf die Funktionsweise - wie etwas funktioniert -, auf die Bewertungen und wer bewerten kann überprüft werden können.

Die Seele, das Bewusstsein muss für jeden Menschen neu definiert werden.

Jede Seele "ist" der Benutzer eines menschlichen Körpers.

Jede Seele bestimmt über das Leben eines jeden Menschen.

Einerseits bestimmt das Tagesbewusstsein das Leben bewusst, aber das Tagesbewusstsein "ist" langsam, andererseits bestimmt das geheimnisumwobene Unterbewusstsein, das sich nicht in seine Bestimmung hineinsehen lässt, dass meiste für den Menschen unbewusst.

**Makroskopisch betrachtet besteht die Seele aus fünf Teilen:**

**Tagesbewusstsein, Unterbewusstsein,**

**Wille, Gefühl = Angst + Freude, Aura.**

Die Seele bringt als Anlage, als Fähigkeit im Unterbewusstsein, mit:

das ewige Leben und lässt einen Wirtskörper Mensch leben!

Die Seele funktioniert nach für jeden Menschen nachvollziehbaren, beweisbaren Naturgesetzmäßigkeiten, Richtlinien und Anleitungen.

Die Seele kann nur über den Mikrokosmosbereich erfasst werden. Um die Seele sichtbar im Gespräch zu machen, müssen die Seelenenergien überzeichnet werden.

**Was "ist" die Seele?**

Die Seele "ist" ein perfekter energetischer Mikrokosmos.

Künstlich - natürlich - vom Schöpfer erschaffen, so wie alles, was der Schöpfer nach seinen Vorstellungen erschaffen hat.



Die Seele "ist" vom Schöpfer in einer jeweiligen einmaligen Form zusammengestellt worden.

"Ist" die Seele in ihrer Weiterentwicklung, in ihrer Evolution so weit erfahren, darf die Seele einen Menschen beseelen.

Ein mehrfaches Beseelen von einmaligen Menschen findet statt.

Für jeden Menschen hat die Seele ein eigenes Lebensbuch, das bewusst gelebt werden will. Mit einem neuen Menschenleben sammelt jedes Bewusstsein weitere neue Erfahrungen.

Jede Seele strebt die Zufriedenheit in der einmaligen Verbindung an.

Dazu hat jedes Bewusstsein den Auftrag erhalten, das Beste mit jeder Verbindung zu machen. Kein Bewusstsein macht etwas ohne Auftrag.

Die Seele - das Bewusstsein spendet einem Lebewesen Leben.

Die Seele - das Bewusstsein nimmt bei der Entseelung das Leben mit.

*(In meiner Seele will sich mein Bewusstsein in dieser materiellen Welt über meinen materiellen Körper verwirklichen, um mit der körperlichen materiellen Art Mensch Erfahrungen in dieser kurzen Menschenzeit mit den Menschen zu machen.*

*Nur durch vielfaches Beseelen von vielen unterschiedlichen Menschen bekommt das Bewusstsein einer Seele die unterschiedlichsten Lebenseindrücke und Erfahrungen aus dem Leben mit einem materiellen Körper.*

*Da Energien unvergänglich sind, Seelenenergien in ihrer Einmaligkeit zusammengesetzt unzerstörbar sind, weil die Seele, das Bewusstsein sich mit seiner Aura und ihren unendlich vielen Energieformen schützen kann.)*

Die Seele - das Bewusstsein "ist" bei einem Menschenleben bestimmend.

Die Seele hat für den Menschen eine größere Bedeutung, als er bisher dachte.

Ohne Seele "ist" Leben einer lebendigen Art der Artenvielfalt nicht vorstellbar.

Die Seele als Lebewesen, als die fünf Persönlichkeiten, mit dem menschlichen materiellen Körper, der materiellen Art, der Artenvielfalt.

**Ich, der beseelte lebende Mensch, bin in meiner zweimaligen Einmaligkeit einmalig und bin fünf Persönlichkeiten mit meinem menschlichen Körper.**

Ich, der lebende Mensch, bin ein Lebewesen.

Ein Wesen das lebt mit Wesensarten, die Fähigkeiten genannt werden.

So bin ich fähig, als Art der Artenvielfalt Mensch, in meiner Einmaligkeit Wesenszüge zu haben, die mich tatsächlich einmalig machen. Diese Wesenszüge, diese Fähigkeiten, die ich nur als Lebewesen für mich selbst, als meine Wahrheit richtig erleben kann. Das erlebe ich als meine Lebensqualität, die ich mir erarbeitet habe.

**Was für Merkmale muss für mich eine Persönlichkeit haben, um von mir als Persönlichkeit anerkannt zu werden?**

A.: Eine Persönlichkeit muss denken können oder kritikfähig sein oder beides können.

1.) Ich bin mein Unterbewusstsein (ca.80%) als Persönlichkeit, kann denken und kritisieren.

2.) Ich bin mein Kindheits-Ich als Persönlichkeit, kann denken und kritisieren.

3.) Ich bin mein Eltern-Ich als Persönlichkeit, kann denken und kritisieren.

4.) Ich bin mein Erwachsenen-Ich als Persönlichkeit, kann denken und kritisieren.

Das Tagesbewusstsein wird wissenschaftlich durch die TA - Transaktionsanalyse bestätigt, dass unsere Seele drei Persönlichkeiten, also drei Ich-Formen hat.

1.) bis 4.) "ist" das Bewusstsein oder Gesamtbewusstsein.

5.) Ich bin mein beseelter, lebender Körper als Persönlichkeit und kann kritisieren.

Ich, der beseelte, lebende Mensch, bin einmalig als Mensch, der materiellen Art der Artenvielfalt, der biologischen Natur.

**Einmalig "ist" meine Seele; meine Seele besteht aus:**

1.) dem Tagesbewusstsein mit seinen drei Ich-Formen als Persönlichkeiten.

2.) Dem Unterbewusstsein als eine Persönlichkeit.

3.) Dem Willen, dem Willenspotential = der Kraft - dem Kraftstoff für das Bewusstsein, um zu denken in einer gewissen Größenordnung als Potential.

4.) Dem Gefühl, aufgeteilt in Angst und Freude, damit sich das Bewusstsein eine gefühlsmäßige Ausdrucksform geben kann, weil jede Information gewertet werden muss.

*(Das Gefühl besteht nur aus zwei Unterteilungen, aus der Angst und der Freude.*

*Alles was keine Freude "ist", "ist" Angst. Die vielen anderen Namensgebungen sind entweder im Angst- oder im Freudenbereich einzuordnen.)*

5.) Der Aura, damit alle Seelenenergien zusammengehalten werden, die einmalige Zusammensetzung der einmaligen Seele nicht verloren geht.

Die Aura "ist" Schutzmantel der Seele.

Die Aura holt für das Unterbewusstsein Informationen aus der Umgebung heran.

Die Aura gibt Informationen des Unterbewusstseins ab, die für das Unterbewusstsein jeweils in Bezug auf das Denken des Bewusstseins zu sehen sind.

Zu 3.) 4.) 5.) Der Wille, das Gefühl und die Aura sind Helfer des Unterbewusstseins.

Zu 1.) Das Tagesbewusstsein, das gebildet wird aus drei Persönlichkeiten, die denken und kritisieren können.

Das Kindheits-Ich "ist" schon in der embryonalen Phase wach.

Das Eltern-Ich wird in der Regel zwischen dem dritten bis sechsten Lebensjahr wach.

Das Erwachsenen-Ich im Alter von ca. 8 bis 10 Jahren.

Das Erwachsenen-Ich sollte ab dem 18. Lebensjahr dominant sein und die Möglichkeit haben sich durchzusetzen.

Diese Ich-Formen bestimmen im Tagesbewusstsein ganz bewusst, wenn sie wach sind und als Persönlichkeiten bewusst über die Seele, das Denken, das Unterbewusstsein, über die Helfer des Bewusstseins und über den menschlichen Körper.

Das Tagesbewusstsein hat die Phantasie zur Verfügung, um kreativ zu sein, um sich frei entfalten zu können.

Das Tagesbewusstsein kann ohne das Unterbewusstsein, ohne Hilfe des Unterbewusstseins nicht alleine denken.

Das Tagesbewusstsein hat ca. 20% Anteile vom Gesamtbewusstsein.

Unser Tagesbewusstsein steht uns zu ca. 30% für kurze Zeit zur Verfügung.

Das Tagesbewusstsein und das Unterbewusstsein sind das denken und kritisieren könnende Bewusstsein. Das Tagesbewusstsein und das Unterbewusstsein beteiligen das Gehirn an der Intelligenz mit den Fähigkeiten elektrische Impulse als Informationen, als Gedanken, als Vorstellungskräfte in die Gedächtniszellen zu geben und wieder abnehmen und lesen zu können (natürlich kann es auch Störungen geben).

Mein beseelter Körper braucht nicht bei in mir ablaufenden Denkprozessen als Vorstellungskraft am Denken teilnehmen.

Mein Gehirn - mit seinen Gedächtniszellen - nimmt nur dann am Denken teil, wenn mein Tagesbewusstsein oder mein Unterbewusstsein den Körper am Denken beteiligen will.

Das Tagesbewusstsein und das Unterbewusstsein = das Bewusstsein, das mit dem Auftrag einen Menschen beseelt in dieser, mit dieser Verbindung das Beste aus dieser Existenzform zu machen, flüchtet mit der gesamten Seele, wenn das Beste zu machen in dieser Verbindung nicht möglich ist.

Es "ist" noch zu erwähnen, dass jederzeit, kurz nach der Beseelung, während der Schwangerschaft, kurz nach der Geburt, während der Geburt, im Kleinkindalter, in jeder Altersstufe des Menschen, die Seele sich gegen dieses weitere irdische, materielle Leben mit diesem Körper entscheiden kann, wenn die Ungerechtigkeiten von außen oder sogar von innen zu groß werden. Dann flüchtet die Seele.

Der Ausnahmefall "ist" sicherlich ein Unfall mit tödlichem Ausgang.

Zu 2.) Das Unterbewusstsein der Seele als Persönlichkeit, das denken und kritisieren kann. Das Unterbewusstsein hat den Willen, das Gefühl und die Aura als Helfer zur Verfügung, um seine vielfältigsten Aufgaben zur Zufriedenheit des Bewusstseins zu erfüllen. Das Unterbewusstsein hilft mit seinen drei Helfern dem Tagesbewusstsein zu denken und zu kritisieren, weil das Tagesbewusstsein die Helfer des Unterbewusstseins nicht benutzen kann.

Das Unterbewusstsein hat ca. 80% Anteile vom Gesamtbewusstsein.

Das Unterbewusstsein kann vielfach parallel zueinander denken als interne oder externe Handlungen.

Das Unterbewusstsein kann sich über den menschlichen materiellen Körper in dieser materiellen Menschenwelt verwirklichen.

Das Unterbewusstsein hilft dem Tagesbewusstsein sich in dieser Menschenwelt mit dem menschlichen Körper ganz bewusst zu verwirklichen.

Das Unterbewusstsein hilft dem Tagesbewusstsein Vorstellungen zu haben und diese zu denken oder mit dem menschlichen Körper zu verwirklichen.

Das Unterbewusstsein hilft aus dem Genangebot weiblich oder männlich einen einmaligen kritikfähigen Menschen zu bauen.

Der lebende, beseelte, menschliche Körper, durch den bewussten einmaligen Baumeister Unterbewusstsein gebaut, "ist" die fünfte Persönlichkeit des Menschen.

Das Unterbewusstsein spendet dem menschlichen Körper für eine gewisse Menschenlebenszeit das Leben.

Das Unterbewusstsein betreut für diese Lebenszeit den menschlichen Körper mit der Versorgung, mit der Entsorgung.

Das Unterbewusstsein beteiligt den menschlichen Körper, das Gehirn mit seinen Gedächtniszellen am Denken. Das Unterbewusstsein beteiligt den vorderen Teil des Großhirns mit seinen Gedächtniszellen an der Intelligenz.

Das Tagesbewusstsein und das Unterbewusstsein haben die Fähigkeit Informationen als elektrische Impulse vom Gehirn abzunehmen oder Informationen in das Gehirn zu geben. Das Bewusstsein beteiligt flexibel mit Fähigkeiten ein Gehirn mit Gedächtniszellen, die an der Intelligenz teilnehmen.

Das Unterbewusstsein nutzt den Körper, um sich mit dem Tagesbewusstsein durch den menschlichen Körper, über den Körper zu unterhalten, Hinweise zu geben.

Das Unterbewusstsein macht von dieser Verständigungsmöglichkeit als kritikloser Helfer gebrauch, wenn das Tagesbewusstsein die Hinweise vom Unterbewusstsein nicht richtig versteht.

Das Unterbewusstsein muss sich bedeckt halten, weil das Unterbewusstsein nicht in die Phantasie des Tagesbewusstseins eingreifen darf.

Ein Versagen des Unterbewusstseins beeinflusst mit Sicherheit die freie Entfaltung des Tagesbewusstseins mit seinen drei Persönlichkeiten.

Das Versagen des Unterbewusstseins kommt nicht vor, weil das Unterbewusstsein seine Perfektion nicht aufgibt. Das Unterbewusstsein ist seinem Schöpfer treu ergeben.

Horst/Peter Pakert **Die neue Wissenschaft zur Seele** 1995/2007/24

Eine Persönlichkeit "ist" die, die denken kann oder kritikfähig sein kann oder die beides kann.

Bewerten in der Seele kann nur das Bewusstsein.

Bewerten im Körper als Kritikfähigkeit "ist" eine Fähigkeit, eine Möglichkeit des Körpers.

Der Körper wird durch das Bewusstsein der Seele, hauptsächlich durch das Unterbewusstsein zur weiteren Persönlichkeit, so dass der Mensch in seiner zweimaligen Einmaligkeit (einmalig die Seele und einmalig der Körper) aus fünf Persönlichkeiten besteht.

Eine Persönlichkeit kann wie erwähnt

1.) denken, "ist" handlungsfähig (Fähigkeit des Unterbewusstseins) und "ist"

2.) kritikfähig (Fähigkeit des Unterbewusstseins).

Das Unterbewusstsein hat diese Fähigkeiten.

Das Unterbewusstsein hat einen Gerechtigkeitssinn, einen Lebenswillen als Lebenserhaltungstrieb, so wie es im Lebensbuch steht und viele Fähigkeiten mehr.

Von der gesamten Menschheit bisher nicht erkannt, "ist" das Unterbewusstsein im Gesamtbewusstsein der Chef der Seele, dass jedem Lebewesen das Leben spendet und das Leben bestimmt.

Das Unterbewusstsein kann das immer einmalige Lebensbuch des Menschen lesen.

Das Unterbewusstsein kann das Lebensbuch umschreiben.

Das Tagesbewusstsein bewusst und das Unterbewusstsein unbewusst.

Das Unterbewusstsein wird bei der Auflistung nach der Prioritätenliste an zweiter Stelle genannt, weil dem Menschen ein bewusstes Leben freudiger = lieber Art, lieber "ist", als die unendlich vielen unbewussten Abläufe.

Einerseits im Bewusstsein mit der Seele selbst, andererseits im menschlichen Körper, am Körper oder was das Unterbewusstsein noch alles in Erfahrung bringen kann.

Das Unterbewusstsein büßt seine Perfektion, mit Gedankengeschwindigkeit arbeiten zu können, nicht ein.

Das Unterbewusstsein hält sich perfekt an den erhaltenen Auftrag, den die Seele bei einer Beseelung mit einem materiellen Körper erhalten hat. Deshalb wird dem Menschen das Unterbewusstsein in großen Teilen mysteriös erscheinen müssen.

Der Schöpfer von perfekten Seelen wird den Menschen über sein Tagesbewusstsein nicht in seine Schöpfung Seele einweihen.

Der Mensch darf richtig mit seiner Seele, mit seinem Körper, ein freies und zufriedenes Leben ganz bewusst mit seiner Phantasie, mit anderen Fähigkeiten führen.

Der Mensch kann bewusst, richtig informiert, das Beste aus seinem Leben machen, mit dem, was von ihm bewusst erlernt werden soll.

Der Mensch könnte sich mit seinem Tagesbewusstsein nicht frei entwickeln, wenn das Tagesbewusstsein zu viele Informationen über das eigene Unterbewusstsein wüsste.

Das Tagesbewusstsein könnte nicht sein Leben leben. Das Tagesbewusstsein würde mit dem ganzen Wissen über das Unterbewusstsein sofort überfordert sein.

*(Weil sich der Mensch mit seinem Tagesbewusstsein bewusst frei entwickeln soll, macht sich das perfekte Unterbewusstsein für eine gewisse Menschenlebenszeit zum scheinbaren, kritiklosen Helfer des Tagesbewusstseins.*

*Zum Unterbewusstsein muss der Mensch viel richtigeres Wissen haben, damit der Mensch sich aufrichtig, auf sich verlassen kann.)*

Das richtige Selbstvertrauen, das richtige Selbstbewusstsein, die richtige Eigenverantwortlichkeit, ein richtiges Ich-Bewusstsein kann nur mit dem richtigen Wissen zu sich selbst im Tagesbewusstsein, später mit dem Erwachsenen-Ich im Tagesbewusstsein, im Erwachsenenalter und zum Chef der Verbindung, dem Unterbewusstsein entstehen.

Das richtige Ich-Bewusstsein "ist" das richtige Wissen zum Unterbewusstsein!

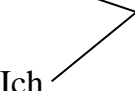
**Die fünf Persönlichkeiten, aus denen ich in meiner Gesamtheit bestehe, sind:**

1.) Mein Unterbewusstsein

2.) Mein Kindheits-Ich

3.) Mein Eltern-Ich

4.) Mein Erwachsenen-Ich



Das Tagesbewusstsein "ist" der Bestimmer in uns Menschen und das wird wie erwähnt wissenschaftlich durch die TA - Transaktionsanalyse bestätigt, dass unsere Seele drei Persönlichkeiten, also drei Ich-Formen hat.

5.) Mein lebender Körper, der von der Seele beseelt und gebaut worden "ist", "ist" als Persönlichkeit nur kritikfähig und kann nicht denken.

Er "ist" Handlanger, Helfer, Ausführungsorgan meines Bewusstseins und mein Gehirn und darin nehmen die Gedächtniszellen an der Intelligenz teil.

Mein Körper hat seine Bedürfnisse und verträgt nicht alles.

Für Unterwasser ist mein Körper nicht gebaut, für das Weltall ist mein Körper nicht gebaut. Stacheldraht verträgt mein Körper auch nicht.

Gegen lebensfeindliche Bedingungen wehrt sich mein Körper, gesteuert hauptsächlich durch mein Unterbewusstsein. Solange mein Körper lebt braucht er den richtigen Lebensraum, sonst stirbt er eher als geplant.

**Auszug:** Alles, was "ist", alles was materiell "ist" und funktioniert, in unserem Sinne lebt, "ist" beseelt, kann aber auch krank sein.

Gesundheit als Makellosigkeit kann nur die perfekte Seele sein, denn Energien können feinstjustiert werden.

Seelen können krank gemacht werden, von außen oder durch sich selbst, wenn der richtige Umgang mit einer Seele nicht erlernt wird.

Da eine Seele auch fühlen kann, "**wie**" etwas "ist", "**wie**" etwas gewertschätzt oder bewertet wird, kann die Seele von außen Unrechtsgefühle haben = nicht gerecht, oder durch sich selbst sich über Ungerechtigkeiten aus diesem Leben den Menschen vertreiben, weil Unrechtsgefühle gegen das Beste, gegen richtig und gerecht sind.

Bewerten in der Seele kann nur das Bewusstsein.

Bewerten im Körper als Kritikfähigkeit ist eine Fähigkeit, eine Möglichkeit des Körpers. Deshalb "ist" der Körper auch eine Persönlichkeit.

Wirklich ändern kann aber nur das Bewusstsein der Seele etwas in sich selbst oder im, am Körper, weil das Bewusstsein, diese drei Persönlichkeiten und sein Helfer = Beschützer, das Unterbewusstsein, denken und Handlungsbestimmer in dieser Welt sein kann, das Tagesbewusstsein bewusst, das Unterbewusstsein unbewusst.

Der materielle Körper macht von sich aus keine bewusste Handlung.

Der Körper des Menschen "ist" von sich aus faul.

Der Körper geht mit chemischen Reaktionen sparsam um.

Das Leben zu chemischen Reaktionen, zu aktiven Reaktionen nach innen und außen bestimmt die Seele, das Bewusstsein, bewusst oder unbewusst.

Bewusst bestimmt im Bewusstsein der Seele das Tagesbewusstsein mit seinen drei Persönlichkeiten, seinen drei Ich-Formen (Kindheits-Ich, Eltern-Ich, Erwachsenen-Ich), aber nur wenn das Tagesbewusstsein wach "ist" und eine der Ich-Formen Chef als Bestimmer "ist" und von einer anderen Ich-Form beraten wird.

**Erkenntnisse:** Mein materieller Körper wird als Persönlichkeit anerkannt, weil er zwar nicht denken kann, er "ist" kritikfähig, braucht seinen Lebensraum und hat eine Gerechtigkeit zur Verfügung, aber sie ist nicht als Sinnesorgan zu verstehen, sondern als das Bestreben ausgewogen zu sein.

Der Körper, nicht zur Seele gehörend, "ist" eine eigenständige Persönlichkeit, aber von sich aus faul, denn er macht von sich aus keine Aktion, sondern muss von der Seele, vom Bewusstsein entweder bewusst oder unbewusst zu jeder Aktion überredet werden.



Nur weil der Körper kritikfähig "ist", "ist" er eine Persönlichkeit, aber entseelt ist er in unserem Sinne tote Materie.

Mein Körper "ist" deshalb eine Persönlichkeit, weil mein Körper aus dem Genmaterial meiner Eltern und Vorfahren gebaut wurde, somit hat meine Seele meinen Körper beseelt, "ist" mit ihm eine Verbindung eingegangen, nachdem mein Körper vom Unterbewusstsein gebaut wurde.

Aus vielen anderen Gründen ist mein Körper noch eine Persönlichkeit, denn er bringt viele Fähigkeiten mit, als Lebewesen seiner Art als Mensch (zustehen, zugehen, zulaufen usw.).

Mein menschlicher Körper, dieses beseelte Lebewesen lebt für eine gewisse Menschenlebenszeit, sowie es entweder in meinem Lebensbuch steht, oder ich versorge dieses Lebewesen Mensch nicht richtig, noch nicht einmal mit seinen Grundbedürfnissen.

Oder übertreibe alles sehr stark, dass der Körper eher krepitiert als geplant.

Oder schreibe mit den denken könnenden Persönlichkeiten im Tagesbewusstsein meiner Seele (Kindheits-Ich, Eltern-Ich, Erwachsenen-Ich) hauptsächlich mit meinem Erwachsenen-Ich, im Erwachsenen-Alter mein Lebensbuch neu.

Ich spreche da aus Erfahrungen, denn hätte ich nicht bewusst von meinem Unterbewusstsein mein Lebensbuch neu umschreiben lassen, hätte mein eigenes Kindheits-Ich - mein Diktator - schon längst dafür gesorgt, dass ich tot wäre.

Bin ich tot, bin ich keine Persönlichkeit mehr, denn ich bin entseelt.

Nur beseelt bin ich eine Persönlichkeit, eine Lebensform der menschlichen Art, der vielen Artenvielfalt (täglich sterben viele Lebensarten aus, Verursacher dafür "ist" der Mensch).

*(**Auszug:** Die Seele hat eine viel größere Bedeutung als wir Menschen seit Menschen-Überlieferungen bisher dachten.*

*Erlern und erlebt habe ich tote Menschen, die nichts von alleine machen.*

*Erlebt habe ich mich und andere lebende Menschen, Tiere und Pflanzen.*

*Dadurch wurde und wird eindeutig auf Kräfte und Funktionsweisen hingewiesen, die nicht vom materiellen Leben kommen können.*

*Ist ein Mensch beseelt, lebt der Mensch. Ist ein Mensch entseelt, ist der Mensch tot.*

*Erlebt habe ich, dass der Körper Mensch keine Bewegung, keine Reaktion von alleine machen kann.*

*Die chemischen Reaktionen eines menschlichen materiellen Körpers sind nach seinem Ableben, nach Entweichen der energetischen Seele, der Natur des biologischen Gleichgewichts zuzuordnen.*

*Der Mensch sollte in der Lebensschule für einen Menschen alles Wissenswerte zu seinem eigenen Leben, zu anderem menschlichen Leben, zum Leben selbst, zu andersartigen Lebensformen - mit Achtung vor dem Leben - geschult werden.*

*Eine Leben spendende Seele - ein Bewusstsein bekommt alle Informationen mit.*

*Die Lebensschule eines Menschen fängt bei der Beseelung, nach einer erfolgreichen Befruchtung an. Leben kann nur mit lebenden Organismen und einer Leben bestimmenden Seele entwickelt werden.*

*Einer perfekten Seele ist mit Sicherheit werdendes Leben, mögliches Leben, der Weg der Befruchtung, nicht so bedeutsam. Das passende Genmaterial ist bedeutsam.*

*Eine Seele - das Unterbewusstsein, als bewusster Baumeister in der Seele, achtet darauf, dass aus dem Angebot des Genmaterials ein lebensfähiges Leben einer Art - der Artenvielfalt - entsteht, das zueinander passt.*

*Damit kann das Unterbewusstsein in eigener Verantwortlichkeit ein einmaliges Lebewesen materieller Art entstehen lassen.*

*Eine perfekte Seele - das Unterbewusstsein, im unbewussten Teil einer entstehenden Seele tätig, wird mit Sicherheit das Beste erbauen, was dem Unterbewusstsein durch eine Befruchtung als Genmaterial angeboten wird, sagte mir Peter.*

***Die Befruchtung und Beseelung eines Menschen ist ein ausführliches Thema.***

***Ein Auszug daraus:***

*Der Mensch, diese Art aus der Wesensvielfalt, ist - wie alle anderen Arten - materieller Art, die beseelt und dann lebensfähig sind, die weiterentwickeltste Form, die sich aber durch sich selbst, ohne Seele nicht fortpflanzen, verändern oder von alleine nicht lebensfähig ist. Somit braucht auch der Mensch die Möglichkeit des Lebens über eine Leben spendende Seele.*

*Das wird dem Menschen ermöglicht, sobald er bei seinem Entstehen, wo sich auf natürlichem Wege in der Frau eine gereifte Eizelle mit dem Erbgutmischverhältnis*

*dieser Frau, mit dem Erbgutmischverhältnis eines Mannes, nach der unbewussten Vorstellung des Unterbewusstseins der Frau, in der Eizelle der Frau trifft, eine herbeigeeilte neue einmalige, perfekte Seele beseelt diese Materie und in unserem Sinne entsteht durch das Unterbewusstsein der neuen Seele ein einmaliger Mensch als neues Lebewesen.*

*Eine noch so komplexe Materie, wie der Mensch in seiner einmaligen Art, ob weiblich oder männlich, macht von alleine nichts.*

*Nur die neue Leben spendende Seele mit ihrem Unterbewusstsein im Bewusstsein nimmt die erste Zellteilung vor aus dem ihr angebotenen Genmaterial.*

*Da ich mich mit der Seele im Mikrokosmosbereich befinde, die einmalige Seele mit ihren Gesamt-Energien zusammenbleiben muss, sich mit gleich gesinnten Seelenenergien nicht vermischen darf, spannt das Unterbewusstsein der neuen Seele sofort zum Schutz der Seele die Aura weit auf, so dass die Aura sofort das Ei der Frau mit dem Erbgut des Mannes und sich selbst lückenlos einhüllt. Dadurch gehen keine Seelenenergien verloren und für das Unterbewusstsein der Frau ist sofort das vorher eigene Ei, jetzt befruchtet und beseelt, zum Fremdkörper geworden.*

*Die Frau, auch vom Körperbau bei ihrer Entwicklung als Herberge für eine kurze Zeit, für den Nachwuchs gedacht, nimmt diesen Verbund in einem dafür gedachten Teil in sich auf, so dass dieser Nachwuchs durch weitere Zellteilungen in Ruhe heranwachsen kann. Die körperliche Versorgung übernimmt das Unterbewusstsein der Frau bis zur Geburt.*

*Diese komplexe Art des Heranwachsens, der Entwicklung braucht einen Baumeister, eine Seele (Unterbewusstsein), die die Komplexität, die Einmaligkeit des Körpers leisten kann und ständig mit Leben erfüllt. Dieser Bauplan heißt Seele.*

*Diese neue Verbindung materieller menschlicher Körper und neue Seele verlassen nach einer gewissen Bauzeit die behütende und beschützende Umgebung der Frau, was wir als Geburt eines neuen Menschen kennen.*

***Damit ist makroskopisch erklärt:***

- Der Zeitpunkt, wann und wie ein neues Lebewesen Mensch beseelt wird.***
- Wer der Baumeister des neuen Lebewesens Mensch in seiner Einmaligkeit ist.***
- Wer tatsächlich dieses einmalige Lebewesen baut.***

*- Woraus das Unterbewusstsein, der als noch Chef dieser neuen Verbindung, das neue Lebewesen Mensch erbaut.*

*- Wer dem materiellen menschlichen Material, dieser Erbgutmasse Leben verleiht.*

**Wer das energetische Leben mitbringt, der kann das Leben auch wieder mitnehmen.**

*Jetzt bieten sich viele realistische Möglichkeiten an, warum diese junge schwache Seele in diesem neuen materiellen Leben bleibt, oder die Seele vorzeitig mit ihrem für dieses Leben bestimmtes Dasein wieder verlässt.*

*Ein vorzeitiges Verlassen des Baumeisters, wo noch nicht alle Teile des Bewusstseins in diesem Leben wach sind, können nur Ungerechtigkeiten in der Hauptsache sein, die das noch nicht stabile Unterbewusstsein der neuen Seele nicht ertragen kann.*

*Das Tagesbewusstsein in seiner Gesamtheit im Bewusstsein der neuen Seele wird erst später wach und zwar langsam nacheinander, weil es nur so richtig für diese Seele ist.*

*Das Kindheits-Ich im Tagesbewusstsein darf schon bei der Beseelung wach sein.*

*Es darf die Bauzeit bewusst erleben.*

*Es darf die weiteren ersten Jahre bewusst erleben, aber nichts davonbleibend in diesem Leben behalten, weil es noch keine Gedächtnisse hat.*

*Nur über und mit Gedächtnissen kann das Tagesbewusstsein bewusst Erlebtes behalten und sich daran erinnern.*

*Ohne Gedächtnisse, nicht Informationen behalten oder etwas damit bewusst machen könnend, ist das Kindheits-Ich für kein Unterbewusstsein eine Gefahr.*

*Das Kindheits-Ich im Tagesbewusstsein der jungen, schwachen Seele in diesem Leben ist weder für das Unterbewusstsein der Frau noch für das eigene Unterbewusstsein oder das weitere Leben dieser Verbindung mit dem Menschen eine Gefahr, denn das Unterbewusstsein der neuen Seele nimmt alle Informationen hinter eine Angstmauer mit, die für dieses Leben mit dem Tagesbewusstsein als Chef der Seele nicht gedacht sind.*

**Nochmal: Das Unterbewusstsein, der bisherige bewusste Baumeister dieses menschlichen Körpers, Chef dieser Verbindung, zieht sich langsam aber sicher hinter eine Angstmauer zurück und lässt das Tagesbewusstsein nicht mehr in sich hineinsehen, wird zum kritiklosen Helfer des Tagesbewusstseins in der Verbindung mit dem Körper.**

*Das Tagesbewusstsein, wenn es sich mit zwei Ich-Formen selbst unterhalten kann, Erlebtes in Gedächtnissen speichert, um später etwas damit machen zu können, braucht sichere Informationen für dieses Leben, die auch realistisch sind.*

*Dieses Grundwissen und einiges Wissen mehr sollte dem Menschen als Selbstverständlichkeiten sofort bei seiner Aufnahmefähigkeit in einer dem Kind angepassten Form gegeben werden, bevor das Tagesbewusstsein ganz bewusst mit Phantasie und falschen Informationen arbeitet und es zu falschen Bewertungen kommt, denn das Unterbewusstsein versteht - sofort nach der Beseelung - alles, was für den Menschen bestimmt ist.*

*Da jeder Mensch zu einem immer unterschiedlichen Zeitpunkt für sich mit Gedächtniszellen im Gehirn erst Informationen behalten kann und die Gedächtnisse in der Seele - dem Bewusstsein in einem unterschiedlichen Lernprozess richtig wach werden (im Dokument beschrieben), sollten diese noch fast leeren Gedächtnisse von erwachsenen Menschen richtig und gerecht, langsam aber sicher gefüllt werden.*

*Das Unterbewusstsein ist hilfreich tätig, nur diese Informationen dem Tagesbewusstsein zur Verfügung zu stellen, die nicht schädigend aus dem Lebensbuch des Menschen, für den Menschen bestimmt sind. So erfüllt das Unterbewusstsein schon frühzeitig seinen Auftrag: das Beste in dieser Verbindung, mit dieser Verbindung zu machen. Das Unterbewusstsein ist der beste Helfer des Menschen.*

*Das Kind kann mit Fakten die es verstehen kann, mit der eigenen Phantasie des Tagesbewusstseins, sobald zwei Ich-Formen wach sind, zu eigenen Erlebnissen kommen. Diese Erfahrungen braucht das Bewusstsein einer jeden Seele.*

*Für das Kind, für den später jugendlichen Menschen, für den erwachsenen Menschen sind richtige Informationen, die logisch und gegenrechenbar sind, zu seiner Zufriedenheit notwendig.*

**Auszug:** *Mein einmaliges Unterbewusstsein brachte die Fähigkeit meiner Beseelung in meiner Mutter mit und bewusst Baumeister des vorgefundenen Erbgutmischverhältnisses, der Frau und des Mannes zu sein.*

*Die ersten unbewussten, für das Unterbewusstsein bewussten Zellteilungen nahm mein Unterbewusstsein als bewusster Baumeister des vorgefundenen Genmaterials vor, um daraus einen einmaligen menschlichen Körper - mich als den lieben Horst - zu bauen.*

*Meinen Körper - materieller Art - stellte mein Unterbewusstsein erst einmal in seiner Einmaligkeit, dann in seiner natürlichen Beschaffenheit her.*

*Da meine Seele in Verbindung mit meinem Körper nach neun Monaten meine Mutter verlassen konnte, ausgestattet als fertiges Menschenkind - als Säugling, vorbereitet auf die menschliche Art, aus der Schwerelosigkeit kommend, um in die Umweltbedingungen entlassen werden zu können.*

**So wurde ich herzlich in der Schwerkraft - der Erdanziehungskraft - mit einem Klaps auf den Po in dieser Menschen-Unrechtswelt begrüßt.**

*Die Schwerkraft und die Schmerzen, die Anlagen und Fähigkeiten, die diesen Körper veranlassten - durch mein Unterbewusstsein - mit meinem einmaligen Körper den ersten Atemzug zu tun, um damit auf Eigenversorgung - Selbstversorgung umzuschalten in dieser materiellen Welt.*

*Da mein Unterbewusstsein die gute Konstitution, die natürliche Beschaffenheit, meines Körpers, meines Gehirns, meiner Organe, mein schon schlagendes Herz, die Beweglichkeit meiner Extremitäten schon hergestellt hatte, schloss sich beim ersten Atemzug mein Herz und öffnete den Weg des Blutkreislaufes in meine Lungen, die sich zum ersten Mal aufblähten.*

*Mein körperlicher Blutfluss wurde jetzt außerhalb meiner Mutter, außerhalb der Schwerelosigkeit, durch mein Unterbewusstsein anders gelenkt, denn damit wurde ich zum Selbstatmer, zum Eigenversorger.*

*Mein Unterbewusstsein ging sofort auf Nahrungssuche, denn mein Unterbewusstsein wusste, dass es über neue Nahrungsaufnahme, jetzt nur noch durch eigene Versorgung des Gehirns - des Körpers, von der vorherigen Konstitution, zur Kondition, zuerst eines Säuglings, später eines Kleinkindes, meinen Körper mobilisieren musste.*

*Kein materieller Körper, auch nicht mein menschlicher Körper macht von selbst, von sich aus eine Aktion, eine Bewegung allein.*

*Mein Unterbewusstsein hatte vorher schon Reizimpulse ausgesendet, um mein Herz schlagen zu lassen.*

*Mein Körper - mein Gehirn - wurde vorher auf dem Blutweg durch meine Mutter versorgt, so dass mein Unterbewusstsein meinen Körper bis zur Geburt, bis zum ersten Atemzug, bis zu weiteren Atemzügen des Körpers bringen konnte.*

**Damit ist mein Unterbewusstsein in meiner Seele auch der Chef meines Körpers, in dieser Verbindung mit meiner Seele!**

*Da der menschliche Körper bauartbedingt nach seiner Art acht körperliche Grundbedürfnisse hat, mein Unterbewusstsein mit meiner Seele fünf Grundbedürfnisse mitbringt, hat anfangs nach meiner Geburt mein Unterbewusstsein die Grundmenge für den Körper, mit der Seele über den Körper, mit dem Körper verlangt.*

*Das konnten Durst, Hunger oder sonstige Bedürfnisse der Versorgung oder die Entsorgung sein.*

*Anfangs bei mir in dieser Verbindung Seele und Körper, in mir bewusst oder unbewusst gesteuert und gelenkt, empfingen mich meine Eltern oder Betreuer, die sich mit so einem Kleinlebewesen Mensch auskannten. Sie haben dann meinem Unterbewusstsein geholfen bei der Versorgung, bei der Entsorgung, bei dem Behütetsein, bei dem Beschütztsein, bei der Erfüllung meiner 13 Bedürfnisse.*

*Da ich schon als Unterbewusstsein ganz bewusst die bewussten und unbewussten Gedanken meiner Mutter, und auch der näheren Umgebung, mit meinem Unterbewusstsein kennenlernen durfte, befand ich jetzt im anerkannten legalen Menschenlebenszeitalter. Denn ab meiner Geburt, ab meinem Geburtstag, ab meiner Geburtsstunde, ab meiner Geburtsminute wurde ich als Menschenkind von anderen Menschen mitgezählt. Diesen Geburtstag feiern Menschen, so auch ich jedes Jahr einmal, ich zuerst unbewusst, später wurde es mir bewusst.*

**Heute ist es mir sehr bewusst, denn es schlossen sich für mein Tagesbewusstsein noch andere Geburtsdaten in meinem Leben an, sonst wäre ich gestorben, sonst wäre ich krepirt, sonst hätte mich mein Unterbewusstsein - als Chef meiner Seele - mit meiner gesamten Seele verlassen.**

*Ein bewegtes Leben stand meinem Unterbewusstsein, meinem Tagesbewusstsein und meinem Körper bevor, kann ich heute sagen.*

*Wie es ab heute - 2007 -im Erwachsenenalter mit meinem Erwachsenen-Ich im Tagesbewusstsein weitergehen kann, wenn ich auf die einmaligen Eingaben meines Unterbewusstseins mit meinem Erwachsenen-Ich höre, habe ich mit aufrichtigem Selbstvertrauen im Alter von 57 Jahren schon zweimal von meinem Unterbewusstsein mit meinem Tagesbewusstsein, mit dem Erwachsenen-Ich ganz bewusst erfahren.*

*Wie mein Leben tatsächlich weitergeht, kann ich mit meinem Tagesbewusstsein nicht sagen, weil mein gesamtes Tagesbewusstsein nicht in die Zukunft sehen kann und mein Unterbewusstsein als Chef meiner Seele, der in die Zukunft sehen kann, mir aber nichts von meiner Zukunft verrät.*

*Mein Unterbewusstsein, als mein heutiger kritikloser Helfer meines Tagesbewusstseins, lässt mich aufrichtig bewusst mein Lebensbuch neu schreiben und verrät mir in einmaligen Aussagen, was ich für mein jetziges Leben, für meinen Körper, für meine Seele tatsächlich brauche.*

*Wenn ich mit meinem Erwachsenen-Ich mein Lebensbuch im Erwachsenenalter richtiger mit Grundlagen umgeschrieben habe, vom Unterbewusstsein umschreiben lassen habe, damit mich mein Unterbewusstsein bewusst denken und handeln lässt mit meinem Tagesbewusstsein, mit meinem Körper (Gehirn). Denn ich darf mich mit meinem Tagesbewusstsein nicht nur frei in dieser materiellen Welt entwickeln.*

*Ich darf sogar frei mit meinem Erwachsenen-Ich im Erwachsenenalter, durch neue richtige Informationen aufrichtig - richtiger meinem Unterbewusstsein richtige Informationen geben, damit mein Unterbewusstsein, damit mein Tagesbewusstsein noch das Beste mit meinem Körper in meiner Lebenszeit als Mensch machen kann. Ich habe schon zweimal sehr bewusst erlebt, dass mein Unterbewusstsein, der freudige Berater meines Tagesbewusstseins, meines Erwachsenen-Ichs ist - geworden ist, so dass ich mit Freude meinem Unterbewusstsein als mein Berater vertraue, der mir nur einmal diese Informationen gibt, und ich dann ganz bewusst mit meinem Tagesbewusstsein, mit meinem Erwachsenen-Ich diese Hinweise befolgt habe.*

*Dass ich diese freudigen Erkenntnisse im Alter von 57 Jahren haben darf, habe ich meiner mühseligen, anstrengenden Vorgehensweise, nach meinen Mitteln und Möglichkeiten, mit einem heute schon Können, mit Selbstvertrauen und mit Peters Informationen in meiner Unikattherapie erreichen können.*

*Deshalb merke ich mir den heutigen Tag besonders gut, denn ich bin meinem aufrichtigen Selbstvertrauen einen großen Schritt nähergekommen.*

*Damit ist auch das Erreichen meines 18- oder 20-jährigen geistigen Menschen-Lebensalters oder darüber hinaus für mich in eine erreichbare Realität gekommen, wenn meine Seele, mein Unterbewusstsein mich nicht vorzeitig verlässt.*



*Noch im letzten Jahr, im Jahr 2006, habe ich das, was ich heute erlebe, noch nicht einmal erahnen können.*

*Glückliche Gefühle sind in mir, so dass ich die Hoffnung habe, dass mein richtiges menschliches, bewusstes Leben jetzt erst richtig anfängt.*

*Der Mensch sagt: Hoffnung kann Berge versetzen, oder die Hoffnung stirbt nie. Dabei ist die Gewissheit, die ich bis jetzt habe, dass ich lebe.*

*So ist es für mich meine Wahrheit, meine Realität und lässt mich begründet hoffen, dass sich meine Anstrengungen, um endlich bewusst gerechter leben zu können, sich bis "jetzt", bis "jetzt", bis "jetzt" sich nicht nur bewahrheitet haben, sich bis "jetzt" nicht nur gelohnt haben, sondern ich verspüre das in mir noch viel mehr vorhanden ist, das gelebt und ausgewertet werden will, denn mein quälerisches, leidvolles Leben kann nicht umsonst gerade so für mich so gewesen sein.*

**Was jeder Mensch wissen sollte:**

*Krank sein fängt nicht erst bei einer Arbeitsunfähigkeit an!*

*Gerade gezeugte Kinder können schon eine "Bewusstseinskrankheit = ein Leiden im Unterbewusstsein" wegen erlittener Ungerechtigkeiten haben.*

*Das Leiden kann so groß sein, dass die Leben spendende, die Leben entwickelnde Seele mit ihrem Bewusstsein diesen Körper, egal in welchem Entwicklungsstadium, durch das Unterbewusstsein entwickelt, wieder verlässt.*

*Der materielle Körper stirbt ab.*

*Oder es kommt vorgeburtlich, nachgeburtlich, schon zu einem Unterbewusstseinstrauma, wie wir es bezeichnen würden.*

*Das Unterbewusstsein schützt das Gesamtbewusstsein vor Ungerechtigkeiten, die zu viele Leiden erzeugen.*

*Das Unterbewusstsein sperrt von sich aus, als noch Chef der Seele - des Unbewussten und den durch das Unterbewusstsein entstehenden Körper, die Freudenautobahn auf dem Nervenwege zum Körper.*

**Peter sagte:** *Die Seele eines Menschen verlässt frühzeitig den Körper, wenn sie die Ungerechtigkeiten nicht aushält.*

*Oder die Seele quält sich und den Körper eine Zeit lang unnötig und verlässt den menschlichen Körper eher als geplant.*

*Da so ein Leidensweg, so eine Bewusstseinskrankheit nicht ohne körperliche Schäden zu verursachen abläuft, was rückkopplungsmäßig gegengerechnet werden kann: die Symptome sprechen für sich.*

*So ist der Körper wiederum Spiegelbild der Seele.*

*(Ein Name für die Körperschäden wird gefunden, denn da ist der Mensch erfinderisch. Ob der Name stimmig ist, ist egal, Hauptsache das Vorhandene hat einen Namen.)*

***Was alles kann geschädigt werden, wenn ich nicht richtig mit mir umgehe, meine körperlichen und seelischen Grundbedürfnisse nicht richtig erfülle, also keine Selbstheilungskräfte in der Seele bilde, sondern Selbsterstörungskräfte in der Seele entwickle, von denen ich dann mit Seele und Körper krank werde?***

*Seele und Körper können geschädigt werden und eine Suchtkrankheit kann ausbrechen.*

*Die Seele und der Körper werden bei einer Suchtkrankheit mit Sicherheit geschädigt.*

***Einige Schädigungen des Körpers:*** *die Knochen, die Zähne, die Bänder und Sehnen, die Gelenke, die Haut, das Bindegewebe, die Muskeln, das Fettgewebe, die Nerven, die Arterien und die Venen, das Herz, die Lunge, die Leber, die Nieren, der ganze Magen-Darm-Kanal usw. Selbstverständlich auch das Gehirn, die Augen, der Geschmackssinn, also alle Sinnesorgane und alle Organe des Körpers.*

*Bei der Seele fehlen die richtige Anerkennung, die richtige Liebe, die richtige Harmonie und die richtige Geborgenheit, weil der Mensch sich falsch verwirklicht.*

*Er hat falsche Vorstellungen und setzt diese in falsche Taten um.*

**Auszug:** *Nicht allen Eltern passt es gerade jetzt, dass eine Schwangerschaft entsteht, entstanden ist. Warum soll das Kind - die junge Seele für das Nicht-Willkommen-sein verantwortlich gemacht werden?*

*Der Nachwuchs Mensch-Seele will bei den Eltern als gütiger, liebender Mensch bleiben.*

*Zum "Spaß" = Freude auf Kosten anderer muss das entstehende Menschenkind die ersten Ungerechtigkeiten vorgeburtlich schon aushalten, ohne sich wehren zu können.*

***Einige Seelen flüchten vorgeburtlich.***

***Einige Seelen flüchten kurz nach der Geburt.***

***Einige Seelen flüchten unerwartet indem noch jungen Menschenleben.***

*Viele, fast alle Seelen werden durch die vielen Ungerechtigkeiten im Bewusstsein der Seele heute noch krank.*

*Viele Menschen haben diese Grundkrankheit.*

*Sie sind entweder schon durch die Geburt so auf diese Welt kommen und sind schon im Bewusstsein krank. Andere werden in den ersten Menschenlebensjahren mit Sicherheit im Bewusstsein krank.*

*Diese erste Möglichkeit, die zu den Ungerechtigkeiten hinzukommt, sind die eigenen Verständigungsschwierigkeiten. Diese Verständigungsschwierigkeiten gehen im unbewussten Leben, in den ersten Lebensjahren weiter und hören auch nicht auf, wenn das Tagesbewusstsein Chef dieser Verbindung wird.*

*Das Kind ist von seinen Erziehern immer noch abhängig.*

*Später, in eigener Verantwortlichkeit, wenn der Gesetzgeber ab einem bestimmten Alter es so will, gehen die Verständigungsschwierigkeiten und die vielen Hilflosigkeiten, die hinzukommen, weiter.*

*Schon recht frühzeitig kommen weitere Möglichkeiten als Katalysatoren hinzu, denn das Kind, dieser Mensch, der Wissen sucht, bekommt eine Ungerechtigkeit nach der anderen hinzu.*

*Der wissen wollende Mensch wird so zum suchenden Menschen.*

*Er sucht Gerechtigkeit.*

*Je größer das Bewusstsein kritisch ist, und nicht alles glaubt, was es glauben soll, je größer wird die Suche und diese Suche endet in Flüchten.*

*Flüchten wollen aus dieser Realität.*

*Dazu bieten die Menschen in ihrem Nicht-Verstehen viele Fluchtwege ganz legal an.*

*Der Flüchtende schreckt aber auch davor nicht zurück, Illegales gegenüber dem Gesetzgeber, für seine Flüchten aus dieser Realität zu nutzen und es damit zu übertreiben, um noch bewusstseinskränker und körperlich kränker zu werden.*

*Die Neigungen zu oder gegen im Bewusstsein sind zuerst das Vorteilsdenken des Diktators Kind.*

*Die Vorteile gehen schnell verloren!*

*Da aber der Körper mit seiner dominanten Macht der Hormone krank geworden ist, bestimmt lange Zeit der Körper das zwanghafte Wiederholen.*

*Kämpft das Bewusstsein gegen sich, wegen eines immer noch scheinbaren Vorteils, wird der Mensch verlieren. Ein langsames Kriechen beginnt!*

*Die Zwanghaftigkeit zu übertreiben, zu untertreiben, bringt ihn in die Isolation.*

*Ein wertvoller Mensch mit seiner einmaligen energetischen Seele, die sich nur so über den materiellen Körper verwirklichen kann für dieses Menschenleben, kann sich nur so verwirklichen, was die Seele an Mittel und Möglichkeiten vorfindet.*

*Hat sich ein Mensch fast zu Grunde gerichtet, da er schon lange keinen anderen Menschen wirklich an sich heranlässt, kommt er irgendwann zur Einsicht, dass er sich jetzt doch von außen helfen lassen will.*

*Leider gibt es die richtige Hilfe in der Allgemeinheit heute noch nicht!*

*Deshalb begnügt sich dieser Mensch mit Gleichgesinnten, sich symptomatisch zu helfen. Das ist immer noch besser als gar keine Hilfestellung.) Doch wieder zurück.*

Die Seele ist nicht nur da - existent, sondern sie hat in ihrer Gesamtheit und im einzelnen Funktionsweisen. Diese Funktionsweisen, der unzertrennbar miteinander arbeitenden Systeme sind für den Menschen perfekt und teilweise nachvollziehbar. Die Seele, jedes Mal eine Einmaligkeit, lässt durch ihre freie Funktionsweise ihre Einmaligkeit ermitteln.

Es bedarf noch vieler Betrachtungsweisen, einerseits zu den Einzelteilen der Seele mit ihren Funktionsweisen und wonach richtet sich die Seele als System = Verbund, nach welchem Auftrag, nach welchen Naturgesetzmäßigkeiten, nach welchen Richtlinien und Anleitungen. Andererseits wie kann sich die perfekte Leben spendende Seele, denn sie bringt Leben mit, sich mit und oder über einen Körper selbst verwirklichen, damit sie richtig lebt mit sich selbst, über sich selbst in einem materiellen Körper, mit seinen Mitteln und Möglichkeiten zufrieden zu sein, zufrieden werden und zufrieden diesen Körper nach einer kurzen Zeit wieder verlassend, zufrieden ihren weiteren Lebensweg als Energieform, aber auch zurückschauend leben.

Beseelt eine Seele einen Menschen, dann betrachtet sie diese kurze Menschen-Lebenszeit und wertet sie aus. Wie habe ich dieses Leben in einem Körper erlebt und gestalten können. So kommt zu diesen Erkenntnissen, in dem jeweiligen Bezug auf, eine Zufriedenheit oder eine weitere Unzufriedenheit hinzu, denn der menschliche Körper ist gegenüber der Seele keineswegs perfekt.

Somit konnte die Seele mit dem jeweiligen menschlichen Körper nur das erreichen, wozu dieser Körper nach seinen Genen = dem Bauplan, das Vermögen = Können hatte.

Vieles des bisher Gesagten und nicht Gesagten = Geschriebenen, tatsächlich Vorhandenen sollte genauer betrachtet, ausgewertet und gelebt werden nach der Richtlinie "richtig" als es bisher dem Menschen möglich war.

Der menschliche Körper - mit so einer perfekten Seele - ist zwar immer noch das baufälligste Gebilde auf Erden, aber der zurzeit in unserer Zivilisation am weitesten entwickelte Körper, der in Bezug auf leistungsfähig ist = vermögend ist.

Der Körper könnte richtiger, gerechter und gesünder existieren, wenn er etwas fortschrittlicher, umsichtiger, erwachsener im Erwachsenenalter mit seinem Erwachsenen-Ich im Tagesbewusstsein endlich Raum und Gelegenheit dazu gibt den Auftrag der Seele: das Beste aus der jeweiligen Existenz zu machen, unterstützt und nicht behindert, wie das heute immer noch der Fall = diese Tatsache ist.

### **Weitere Informationen zum Unterbewusstsein.**

Mein Unterbewusstsein hat für sich ganz bewusst und für das Tagesbewusstsein einen menschlichen materiellen Vewirklichungskörper in dieser materiellen Welt gebaut, um sich als Seele, um sich zweimalig einmaliger Mensch, mit einer einmaligen Seele und einem einmaligen Körper, über und durch diesen menschlichen Körper männlicher Art sich in dieser Welt zu zeigen und sich zu verwirklichen.

Ein Mitspracherecht hat mir dabei keiner gegeben, meine männliche Persönlichkeit in dieser Welt zu zeigen und mich zu verwirklichen.

Ich als mein Unterbewusstsein habe mich durch den menschlichen Körper als Vorzeigepersönlichkeit lange Zeit als Persönlichkeit verstecken können und wurde bisher - wenn überhaupt - als kritikloser Helfer des Tagesbewusstseins angesehen, der für einige unbewusste Überlegungen zuständig ist.

**"Was"** ich wirklich als Unterbewusstsein, als Teil der Seele bin, **"wie"** ich wirklich in der Seele funktioniere, welche Aufgaben ich tatsächlich habe, mit welchen Fähigkeiten ich tatsächlich ausgestattet bin, dafür hat sich der Mensch,- die bekannte Menschheit - als das wache Tagesbewusstsein mit Phantasie oder nur der Mensch bisher nicht interessiert.

Genauso ist die Seele bis heute einerseits eine Wissenschaft für sich - Geisteswissenschaften, andererseits ist weder klar und eindeutig sie als Gesamtseele mit ihren vielen Einzelfunktionen dem Menschen bekannt.

Das Mystische, das Undenkbare, das nicht richtig Definierbare, nichts richtig greifen oder begreifen können, hängt der Seele heute immer noch nach.

Der Mensch kann noch weitere Millionen Jahre das Gehirn erforschen, die Seele wird der Mensch technisch nicht finden. Der Mikrokosmos gehört auch unserem Schöpfer. Der Mensch kann sich nur "mit" seiner Seele neu bewusst erleben.

"Das, was ich selbst bewusst erlebe, sind die gesichertsten Informationen, die ich als Mensch bekommen kann!" Bewusst erleben kann ich mich aber nur über den bewussten Teil meiner Seele und dem bewussten Teil meines Körpers.

**1.) Beweise: Menschen, die - wieder ganz beseelt - von Erfahrungen ohne ihren menschlichen materiellen Körper ganz bewusst berichten, erlebten mit dem Tagesbewusstsein, mit einer der Ich-Formen im Tagesbewusstsein das, was sie ohne den Körper Mensch erlebt haben.**

**Erlebt ein Mensch bewusst mit seinem Tagesbewusstsein langsam - sprechend - malend - symbolisch, das Erlebte, hat sich das Unterbewusstsein nicht zu erkennen gegeben.**

**2.) Beweise: Berichtet ein Mensch von einem beinahe-Tod-Erlebnis (Nahtoderlebnis), dass sein ganzes Leben, 20 bis 60 Jahre, in kurzer Zeit vor seinem geistigen Auge ablief, hat das Unterbewusstsein, das Tagesbewusstsein mit Gedankengeschwindigkeit - also sehr schnell - über das bisherige gemeinsame Leben unterrichtet.**

**Das Unterbewusstsein hat sich nicht zu erkennen gegeben, weil das nicht im Lebensbuch steht; denn der Mensch soll frei, unbeeinflusst sein Leben weiterleben.**

**"Wie", das entscheidet das Tagesbewusstsein, eine der Ich-Formen, ganz bewusst Das Unterbewusstsein ist bei dem zweiten Beispiel ermittelbar.**

Nur das Unterbewusstsein, das wie erwähnt nicht an Nerven des Körperlichen gebunden ist, kann mit Gedankengeschwindigkeit denken beziehungsweise arbeiten. Fremdhypnose und Eigenhypnose sind mit der Funktionsweise der Seele erklärbar.

*(Das Tagesbewusstsein, das an Nerven gebunden ist, nur mit Lichtgeschwindigkeit oder mehrfacher Lichtgeschwindigkeit arbeiten kann, ist deshalb in Bezug auf das Unterbewusstsein, das mit Gedankengeschwindigkeit arbeitet, recht langsam.)*

**Nachtrag:** Da nicht nur alles im Leben "in Bezug" auf zu sehen und zu bewerten oder zu wertschätzen ist, sondern die Seele eigene Naturgesetzmäßigkeiten, Richtlinien und Anleitungen mitbekommen hat, so dass wir Menschen, wenn wir sie entdeckt haben, wenn wir sie erkannt haben, die Seele bis zum kleinen 1x1 des Lebens berechnen können, berücksichtigen können mit der Wahrscheinlichkeitsrechnung in "in Bezug auf" und der Verhältnismäßigkeitsrechnung "in Bezug auf" rechnen und gegenrechnen können, so dass wir uns an das kleine 1x1 des Lebens halten können.

Aber darüber hinaus wird uns mit Sicherheit kein Einblick gewährt in das Große 1x1 des Lebens, so dass viele Fragen offenbleiben, so wie es im Leben üblich ist, das wenn eine Frage beantwortet ist, sich sofort daraus zwei neue Fragen ergeben.

Somit ist dieses System, diese Gesetzmäßigkeit auch gültig für die Seele.

Die Fragen hören nicht auf, die Antworten hören irgendwann auf, weil wir in das Große 1x1 der Seele nicht hineinblicken können.

Uns Menschen sollte es ausreichen, mit dem kleinen 1x1 der Seele uns selbst besser kennenzulernen, uns selbst besser verstehen zu lernen, denn diese Informationen dazu, bestehend aus ca. 30 Naturgesetzmäßigkeiten zur Seele mit vielen Richtlinien und Anleitungen, mit vielen in sich geschlossenen Systemen (eigenes Thema).

Obwohl alles in der Seele, mit der Seele unzertrennbar miteinander verbunden ist, zusammengehört, kann es trotzdem - in Bezug auf - einzeln nacheinander weit überzeichnend besprochen werden, denn dafür reicht die Intelligenz eines Menschen mit seinen Gedächtniszellen, die an der Intelligenz teilnehmen, wobei ich an dieser Stelle den Merksatz zur Intelligenz eines Menschen einfüge:

***Merksatz:*** *Die Intelligenz ist nichts weiter als die Flexibilität zwischen dem Tagesbewusstsein einer einmaligen Seele, dem Unterbewusstsein, dem jeweiligen Gehirn eines beseelten Lebewesens, eines beseelten Menschen und der Phantasie der drei Persönlichkeiten im Tagesbewusstsein, wenn sie dann die Möglichkeit hatten, dass alle drei Ich-Formen - Kindheits-Ich, Eltern-Ich, Erwachsenen-Ich (wissenschaftlich durch die TA bestätigt) wach werden durften.*

Das Unterbewusstsein, das mysteriöse Unterbewusstsein, das perfekte Unterbewusstsein ist für dieses Leben so ausgestattet, dass kein Schaden durch das Unterbewusstsein für den Menschen entsteht, sondern dass der Mensch sich weiterentwickeln darf in eigener Verantwortlichkeit, in eigener Entscheidung. Und was der Mensch bisher daraus gemacht hat ist erkennbar, und ist sicherlich nicht das Beste, was die Seele mit dem Menschen, über den Menschen in dieser materiellen Welt wollte, weil sie Seele bisher nicht ihren Auftrag erfüllen konnte: das Beste aus diesem Leben, aus dieser Existenz zu machen.

Es konnte deshalb nicht bisher das Beste daraus gemacht werden, weil einerseits der Mensch mit seinem Gehirn, mit seinen Gedächtniszellen auch nicht weit genug ist, noch nicht weit genug entwickelt ist in seinem Gehirn, so dass es sich für das Erwachsenen-Ich lohnt von alleine wach zu werden, und andererseits hat das Kindheits-Ich im Tagesbewusstsein nach seinen Fähigkeiten, nach seinen Anlagen zu viel Macht.

Das Kindheits-Ich, als Chef dieser Verbindung Seele-Mensch, macht durch die Außenerziehung und Innenerziehung nicht das Beste, sondern wird zum Diktator und unterdrückt das eigene Erwachsenen-Ich.

Die Funktionsweisen einer jeden einmaligen Seele sind einerseits mit der Kenntnis über die Naturgesetzmäßigkeiten zur Seele, zu seinen Einzelteilen nachvollziehbar, andererseits hat jede Seele, jedes Bewusstsein, jedes Unterbewusstsein ein einmaliges Lebensbuch, das von dem Tagesbewusstsein bewusst, vom Unterbewusstsein bewusst, gegenüber dem Tagesbewusstsein unbewusst, gelebt werden will.

**Wie das Lebensbuch mit dem Menschen, mit der für den Menschen perfekten Seele gelebt wird, bestimmt das wache Tagesbewusstsein im Bewusstsein, im Tagesbewusstsein der jeweilige Chef des Tagesbewusstseins mit Aufrichtigkeit, mit Dominanz oder mit Diktatur.**

**Wegen der Degeneration des Menschen, wegen der Zivilisationskrankheit, wegen der Missachtung der tatsächlichen Bedeutsamkeit der Seele für den Menschen, war bisher immer ausgeprägter das Kindheits-Ich Chef im Tagesbewusstsein, Chef der Seele als Diktator, als Allein-Herrscher, der überfordert war.**

**Krankheiten durch Ungerechtigkeiten waren bisher die Folgeerscheinungen.**



**Diese Krankheit ist schon seit Jahrtausenden eine Pandemie, die alles, jeden infiziert und vor keiner Grenze, vor keinem Alter, Geschlecht oder Geburt halt macht.**

**Wie lange sollen wir, die das Unrecht empfinden, noch warten, bis die Menschheit wach wird?**

Die richtigen Informationen sind da, aber die Borniertheit der Menschen ist unübertroffen, weil der Mensch sich an den herrschenden Systemen orientiert.

Der Mensch wird zwar als erwachsen angesehen, ist es aber nicht, sondern er befindet sich schon in der ersten Stufe der Bewusstseinskrankheit.

Mit dem Älterwerden des Körpers wachsen auch die Mittel und Möglichkeiten des kranken Kindes und der Mensch gerät in die zweite Stufe, die schon behandlungsbedürftig ist.

Danach kann und wird die dritte Stufe der behandlungsbedürftigen Bewusstseinskrankheit erfolgen, je nach Neigung "zu oder gegen" des Bewusstseins der Seele, weil diese Krankheit sich selbst nicht stoppt.

Es zeigen sich Symptomkrankheiten, zur Ablenkung der eigentlichen Krankheit, zu der der Mensch neigt.

Auch da sind die Menschen dumm genug, die Krankheit so zu benennen, womit es der Mensch über- oder untertreibt.

Der Dummheit wird die Krone aufgesetzt, indem plötzlich das Wort Krankheit zu lang ist, deshalb benennt der Mensch den Übertreiber, den Kranken, als "Süchtigen" oder als "Abhängigen", dabei ist Sucht oder abhängig sein etwas Normales, etwas Selbstverständliches, weil wir wie unter einem Zwang unsere 13 Grundbedürfnisse erfüllen müssen.

Versteht der Mensch seine Seele richtiger, gibt der Mensch seiner einmaligen Seele ihre tatsächliche Bedeutung zurück, kann das Erwachsenen-Ich im Tagesbewusstsein, für das Erwachsenenleben eines Menschen gedacht, die Seele in der Verbindung mit dem Menschen erwachsener, ausgewogener und zufriedener für alle beteiligten Persönlichkeiten leben, als es bisher der Diktator Kind im Tagesbewusstsein mit der Seele konnte.

So muss die Funktionsweise der Seele vielfach aufgeteilt werden.

Jedes Einzelteil der Seele, das der Mensch bewusst kennen sollte, hat seine eigenen Aufgaben in der Seele, in Verbindung mit einem Menschen.

Mit meiner Seelen-Enträtselung bin ich am Anfang.

Es ist der richtige Anfang, wie ich es mit mir, mit anderen Menschen ca. 30 Jahre bewusst erlebt habe.

Ich bin der erste und einzige Mensch, der die Grundkrankheit einer jeden Suchtkrankheit bis ins Detail erklären kann.

Mit meinen Homepages fange ich an, mein Lebenswerk der Welt endlich weltweit öffentlich zu zeigen. Besteht der Bedarf, sich richtiger mit der eigenen Seele zu leben, wird es möglich werden.

Die Seelen, die alles Leben hier auf Erden möglich machen, weiter zu erforschen, damit nicht nur der Planet Erde zur Ruhe kommt, sondern das darauf befindliche Leben endlich die verdiente innere Freiheit bekommt und ein durch Seelen geschaffener Frieden der Menschheit entsteht, **sagte Peter.**

**Jeder neue Anfang - mit der Seele - zu leben lohnt sich!**

**Mein Lebensbuch ist vorgeschrieben.**

**Ich kann im Erwachsenenalter mein Lebensbuch noch einmal umschreiben.**

Dazu habe ich mein Tagesbewusstsein mit den drei Ich-Formen (Kindheits-Ich, Eltern-Ich, Erwachsenen-Ich), die wiederum Phantasie und Kreativität haben.

Bin ich träge, nutze ich mein mir mitgegebenes Tagesbewusstsein nicht richtig, vergeude mein Leben und arbeite nicht richtig an meinem Auftrag: das Beste aus meinen Leben zu machen.

Mache ich das Beste aus meinem Leben, so wie mir die Möglichkeiten gegeben werden, erreiche ich nicht meine Zufriedenheit, sondern habe vernünftigerweise mitgeholfen meine Seele weiterzuentwickeln. So ist es möglich die Vorgaben für mein Leben zu verbessern und mein Lebensbuch umzuschreiben!

**Was ist das Beste für mich?**

A. 1.): Das, was für mich Realität geworden ist.

A. 2.): Das, was für mich eine richtige Bedürfnisbefriedigung ist.

Alle meine fünf Persönlichkeiten - aus denen ich in meiner Gesamtheit bestehe - brauchen in dieser materiellen Welt eine richtige Bedürfnisbefriedigung meiner 13

Bedürfnisse, damit ich Lebensqualität endlich erlebe, damit ich endlich das Beste aus meinem Leben mache.

Dem Körper müssen seine acht körperlichen Grundbedürfnisse wiederum nach einer Prioritätenliste erfüllt werden, sonst stirbt der Körper, eher als geplant.

Die Seele verlässt ihn, weil die Seele bei Nichterfüllung der acht Grundbedürfnisse den Körper nicht am Leben erhalten kann.

*(Ein bewusstes Leben zu führen und unser Leben selbst so zu gestalten, dass wir zufrieden sind, ist ein Auftrag, den wir durch unsere Geburt erhalten haben.*

*Anleitungen dazu was wir brauchen, liegen in unseren Erbanlagen.*

*1.) Körperlich DNS und mit 8 Grundbedürfnissen ausgestattet.*

*2.) Der Seele selbst, als einmalige Energieform, die mit 5 seelisch-geistigen Grundbedürfnissen, um zufrieden zu werden, ausgestattet ist.*

*Wie schon erwähnt haben Körper und Seele Grundbedürfnisse und sonstige Bedürfnisse. Um diese Bedürfnisse zu befriedigen und ein zufriedenes Leben führen zu können, muss jeder diese Bedürfnisse kennen.*

*Es gibt acht körperliche Grundbedürfnisse, die für alle Menschen gleich sind: Essen, Trinken, Schlafen, Atmen, Sauberkeit/Hygiene, Wasser lassen, Stuhl absetzen, das Behütetsein, damit meine ich in erster Linie den Wärme- und einen gewissen Kälteschutz. Andere körperliche Bedürfnisse können bei den schon erwähnten Bedürfnissen oder Grundbedürfnisse eingeordnet werden.*

*Weiterhin gibt es fünf seelische Grundbedürfnisse, die auch für alle Menschen gleich sind: Anerkennung, Liebe= Freude, Harmonie, Geborgenheit, Selbstverwirklichung.*

*Die Selbstverwirklichung ist auch als Vorstellung + Tat = Beziehungskunde (Kontaktkunde) zu bezeichnen. Alle anderen seelischen Bedürfnisse können auch bei den schon erwähnten Bedürfnissen oder Grundbedürfnisse eingeordnet werden.*

*Diese 13 Grundbedürfnisse sind mitgebrachte Richtlinien oder Vorgaben, die das Bewusstsein versucht in irgendeiner Art und Weise richtig zu erfüllen.*

*Das Tagesbewusstsein macht es bewusst, wobei es die Gedankenfreiheit der Rationalität, Phantasie und der Kreativität einsetzen kann.*

*Das Unterbewusstsein ist der unbewusste Helfer des Tagesbewusstseins und hilft mit seinen Möglichkeiten, dass der angedachte Wunsch doch noch in Erfüllung geht.)*

Da ich endlich meine Seele in meinem Leben hinzunehmen konnte, mit meinem Bewusstsein bewusst lebe, konnte ich auch in meiner Unikattherapie im Erwachsenenalter zum Erwachsenen-Ich wechseln.

Mit richtigen Informationen und den eigenen Erfahrungen schon konnte ich schon mein Leben positiv verändern, dadurch bin ich auch geistig älter geworden.

So kann es nur noch besser werden, weil ich meine Persönlichkeitsarbeit mit meinem Erwachsenen-Ich jetzt richtiger mache.

**So ist mein jetziges Leben:**

**Es hat etwas mit Freiheit zu tun,  
mit menschlichen Rechten,  
mit meinen Verpflichtungen, für mich etwas zu tun,  
mit Demokratie, freier Meinungsäußerung,  
mit Weiterentwicklung,  
mit Selbstverwirklichung,  
mit Rückgrat und Eigenverantwortlichkeit,  
mit Selbstbewusstsein und Selbstsicherheit,  
mit Geradlinigkeit und Ehrlichkeit,  
mit Stabilisierung des Charakters, der Persönlichkeit,  
mit meinen Ansichten von Glaubwürdigkeit und Moral  
und das alles nach den Richtlinien meines neuen Gerechtigkeitssinnes,  
mit meiner neu-geeichten Goldwaage.**

Der Gerechtigkeitssinn lässt mich mein bewusstes Leben als gerecht oder ungerecht empfinden.

**Ich finde es in meinem neuen Leben gerecht:**

Ja zum Leben zu sagen zu dürfen.  
Am Leben richtig teilzunehmen.  
Ja zu meinen Gefühlen zu sagen.  
Ja zu mir selbst und meinen Bedürfnissen zu sagen.  
Ja zu meinem Tages- und Unterbewusstsein zu sagen.  
Ja zu meiner Seele zu sagen.  
Ja zu meinem Körper zu sagen.

Ja zu meinem Glauben zu sagen.

Ja zu den geschriebenen und ungeschriebenen Gesetzen zu sagen.

Ja zu meiner Glaubwürdigkeit und Moral zu sagen.

Ich finde es gerecht heißt; mir etwas zu gönnen.

Ich finde es richtig, vernünftig und gesund.

**Es heißt aber auch gesunder Egoismus.**

**Ein gesunder Egoismus ist ein gesundes Selbstbewusstsein!**

**Ich bin mir meiner bewusst.**

**Ich kenne meine Bedürfnisse.**

**Ich finde meinen Weg.**

**Was ist eine Selbsthilfegruppe?**

- 1.) Ein Hilfesuchender findet Hilfe in einer Gruppe.
- 2.) Der Hilfesuchende hilft selbst mit auf die Beine zu kommen.
- 3.) Der Wiederhergestellte beteiligt sich am Mithelfen für andere Menschen.

**Was ist das Entscheidende für einen heruntergewirtschafteten Suchtkranken?**

- 1.) Dass er wieder auf die Beine kommt.
- 2.) Dass er, wie selbstverständlich, suchtmittelfrei leben kann.
- 3.) Dass sich seine Lebensqualität enorm verbessert. Dass er zufrieden ist.

Die Selbsthilfegruppe, Freunde, Bekannte geben mir so viel, wie ich rausziehe an Informationen, und es passiert nur das, was ich zulasse.

Das ist sorgsam mit sich umgehen.

- 1.) Ich lerne durch die Fehler, die ich selber mache.
- 2.) Das meiste lerne ich dadurch, dass mir bewusst wird, wie viele Fehler andere schon gemacht haben.

**Ich habe viele, viele Vorteile im Selbsthilfe-Verein, um zu lernen, damit ich seelisch gesund werde, um Menschlichkeit leben zu können.**

**Ich brauche eine ordentliche Begründung dafür, warum ich längere Zeit zur Gruppe gehen muss oder soll.**

**Meine Gedanken dazu als Patient von Peter, aber noch Gruppenbesucher in meinem Verein.**

**Meine Begründungen dazu, von früher und heute, die ich mir erarbeiten durfte:**

Um nicht mehr vor mir wegzulaufen.

Um mich meinen Problemen zu stellen.

Um mich weiterzuentwickeln.

Um nicht weiter Einzelgänger zu sein.

Um die Angst vor Menschen abzubauen.

Wegen dem Gemeinschaftsgefühl.

Um selbstbewusster zu werden.

Um mir Sicherheiten einzubauen.

Um mich von Gleichgesinnten überprüfen zulassen.

Weil ich etwas für mich tun muss, wenn ich zufrieden bleiben will.

Weil ich abstinent leben will, und dafür muss ich regelmäßig etwas tun.

Weil ich weitere Rückfälle bei mir vermeiden will, gebe ich mir diese Sicherheiten.

**"Wenn ich das Eine will, ich das Andere muss."**

Weil ich mir die richtigen Informationen über Suchtkrankheiten fest einbauen will, so dass mein Unterbewusstsein keine andere Möglichkeit hat als mich richtig und vernünftig zu steuern und zu lenken.

Weil ich mich über Einstiegsdrogen, Umsteigemittel, die mich auf oder in eine andere Suchtkrankheit bringen könnten, informieren will.

Weil ich die richtige Beziehung zu mir auch weiterhin herstellen will, in meiner für mich ab jetzt richtigen Umgebung, in meiner neuen Lebensschule.

Weil ich die richtige Selbstverwirklichung erlernen will.

Viele weitere Begründungen könnte ich anführen, warum es für mich gut ist eine Gruppe zu besuchen.

### **Therapie heißt heute für mich:**

Eine Wirkung wird erzielt durch Gespräche oder manuelle Manipulation.

Diese Wirkungen einer Therapie können erfolgen:

- 1.) Durch eine Einzeltherapie.
- 2.) Durch eine Gruppentherapie.

Wer eine Einzel- oder Gruppentherapie gemacht hat fragt sich eines Tages erneut:

Was hat mir geholfen?

Wer hat mir geholfen?

Wodurch ist das Verhalten der anderen Menschen für mich logisch und einleuchtend, klarer geworden?

Ich als aufgeklärter Mensch kann mir diese, sowie andere Fragen jetzt selbst beantworten.

Neue Informationen, mit denen ich mich vertraut gemacht habe, haben mich neu denken lassen, und durch das Vorleben anderer Menschen bin ich zu neuen Erkenntnissen gekommen. Ich konnte dadurch richtiger handeln.

Mein Gerechtigkeitssinn, meine Goldwaage, meine neue Denkweise, mein neues Mittelpunktsdenken, meine neue sinnvolle, realistische Logik, lassen mich zu dem Schluss kommen, dass es für mich richtig war, mich dem Problem meiner Suchtkrankheit zu stellen.

Alle Menschen in meiner Therapie haben mir in irgendeiner Form geholfen.

Der eine mehr, der andere weniger.

Meine Flucht vor mir selbst hat aufgehört.

**Der weiteste Schritt fängt mit dem ersten Schritt an.**

**Diesen Schritt durfte ich "Gott sei Dank" machen.**

Die Neigung des Suchtkranken ist vieles zu übertreiben.

Hat der Suchtkranke mit seiner Suchtkrankheit aufgehört, neigt er dazu andere Dinge zu übertreiben und davon krank zu werden.

Die Neigung für sich das richtige Maß nicht zu finden, sich nicht richtig begnügen zu können, ist angeboren.

Die Neigung zu übertreiben hat immer etwas mit sich nicht aushalten können zu tun.

Sich nicht aushalten hat etwas mit den Vorstellungen sein Leben zu verwirklichen, um zufrieden zu werden, zu tun und mit dem großen Anteil des Gefühlspotentials, das schwer auszuhalten ist.

Um das auch umsetzen zu können, dazu hat derjenige zu allem Überfluss auch noch einen großen Willen unter dem er leidet.

Der Mensch weißt manchmal nicht mit seiner Kraft, wohin er diese lenken soll.

Mein großer Wille, meine großen Vorstellungskräfte haben mich, wie schon erwähnt, groß bewusstseinskrank werden lassen.

Mein Körper, das Materielle an mir ist dadurch stark geschädigt worden.

Meine großen Vorstellungskräfte meines früheren Chefs im Tagesbewusstsein - mein Kindheits-Ich - hat mit Phantasie von vielen Dingen Gebrauch gemacht zu denen ich neigte. Deshalb sind bei mir viele Übertreibungskrankheiten - Suchtkrankheiten zustande gekommen, die ich lange Zeit leben musste, aber schon sehr viele davon habe ich zum Stillstand gebracht.

**Jeder Suchtkranke hat einen großen Willen, auch das durfte ich erkennen und nutzbringend anwenden.**

**Diesen großen Willen richtig für sich gebrauchen zu lernen kann jeder.**

**Der Suchtkranke muss nicht länger unter den vielen Kräften, die in ihm wüten, mit denen er wütet, leiden.**

Gesoffen, Drogen genommen, Medikamente geschluckt oder gespielt-gezockt haben viele Suchtkranke in ihrem Übertreibungs- und Weglaufleben aus Fluchtgedanken. Sie wollten vor sich selber fliehen, konnten sich nicht aushalten und ertragen, hatten mit sich und der Umwelt riesengroße Verständigungsprobleme.

Den anderen Suchtkranken, die ich kennenlernen durfte, ging es wie mir.

Somit ist kein Suchtkranker besser oder schlechter.

Erlebt habe ich, dass andere Suchtkranke sich für besser hielten.

Ein von Drogen krank gewordener schaute auf mich herab.

Ein von Medikamenten krank gewordener wollte mit mir- als Säufer - nichts zu tun haben.

**Es gibt keinen Platz, wo Hinterlist und Tücke so geballt sind, wie in einem Selbsthilfeverein.**

Heute sagte ich in der Gruppensitzung, dass ich aus folgenden Gründen komme:

1.) Wegen der Gemeinschaft, dem Gemeinschaftsgefühl, des Zusammenhaltes.

Damit ich meine vielen Verständigungsschwierigkeiten reduziere.

2.) Um über mich zu sprechen, vor Menschen mit der gleichen Problematik.

3.) Um weiterhin ehrlich mit mir zu üben.

zu 1.) Schon lange wird mir das Gefühl des Außenseiters in der Gruppe vermittelt.

Trotzdem habe ich das Gefühl, ich gehöre dazu.

zu 2.) Ich spreche weiterhin in der Gruppe über mich, auch wenn ihr mich nicht verstehen wollt oder könnt.



zu 3.) Selbst wenn ich nicht verstanden werde, nutze ich diese Gemeinschaft, um mit mir zu üben und über mich zu sprechen, damit bei mir die Angst vor Menschen abgebaut wird.

Solange ich noch nichts Besseres habe, begnüge ich mich mit diesem Trainingsfeld.

Ich lasse mich nicht überreden, mich wieder zu isolieren.

Einzelgänger war ich lange Zeit.

Einzelgänger, so habe ich das Gefühl, bin ich auch heute, nur mit dem Unterschied zu früher, dass ich heute gelernt habe über mich zu sprechen und dies werde ich auch weiterhin tun.

Lernen muss ich die anderen Menschen nicht zu überschätzen.

Meine Gedankengänge sind für mich normal, sie gehören zu meinem Leben.

Die Angst zu verspüren, wenn ich über mich rede, ob ich auch richtig verstanden werde, lasse ich zu. So überwinde ich die Angst, bin mutig, spreche über mich und baue meine Sicherheiten weiter aus.

In meinem neuen Leben mache ich neue Erfahrungen mit mir und anderen, und ich begnüge mich weiter damit etwas zu erleben, darüber zu sprechen, darüber zu schreiben, um so neue Erkenntnisse zu gewinnen.

**Erkenntnisse:** Es verbietet mir keiner etwas, nur ich selbst begrenze mich.

Es erlaubt mir keiner etwas, nur ich erlaube mir und zwar all das, was in mein neues Leben passt.

Ich erlaube mir schwach zu sein, und ich erlaube mir mich kennenzulernen und aushalten zu lernen.

Ich muss in allen Lagen Grundlagen haben, die ich weiterentwickle, das ist die Vorwärtsbewegung, die mich am Leben lässt.

I.) Wenn ich mich so angenommen habe, brauche ich nicht mehr vor mir fliehen, vor mir flüchten, auch nicht mehr kämpfen und keine Ersatzhandlungen mehr machen.

II.) Suchtkrank bin ich geworden, weil ich mich nicht aushalten konnte.

Heute habe ich mich angenommen, so wie ich bin, und so kann ich mich aushalten, weil ich gelernt habe mich richtig zu sehen.

Ich sage dadurch ja zu mir, ja zum Leben, ja zu den geschriebenen und ungeschriebenen Gesetzen.

Heute habe ich erkannt, dass ich vor Problemen, die mich umbringen könnten, richtig fliehen kann, indem ich mich zurückziehe, wenn die Probleme und deren Bewältigung für mich und andere Menschen einen sinnlosen Kampf bedeuten würden.

Indem ich mich vorübergehend zurückziehe, das Problem überdenke, neue Erkenntnisse gewinne und eine neue Vorgehensweise entwickle, die mich neu handeln lässt. Mit dieser Handlungsweise handle ich wieder einmal richtig und gesund, also vernünftig. Dadurch ist es auch keine Flucht, sondern ein geordneter Rückzug.

Auf meinem neuen Weg ist es mein Ziel, mich meinen Problemen zu stellen, mich anzustrengen, diese Probleme zu bewältigen, aber ohne kämpferische Anteile.

Gekämpft habe ich früher viel zu viel.

Durch nicht mehr kämpfen, bin ich zum Energiesparer geworden.

So kann ich mich besser aushalten, weil ich nicht so viel Druck bei mir erzeuge.

Dadurch habe ich auch wieder viel mehr Energiereserven, die ich für mich richtig zu gebrauchen lerne. Durch diese neue, gütige Vorgehensweise ändert sich mein Leben.

Mein Selbstbewusstsein steigt, mein Selbstwertgefühl verbessert sich.

Mein Minderwertigkeitskomplex wird weniger.

Das Selbstvertrauen und die Eigenverantwortlichkeit nehmen zu.

Ein normaler für mich und andere gesunder Egoismus hat sich eingestellt.

Meine Lebensqualität verbessert sich, ich fühle mich wohl und geborgen, in mir zuhause, bin nicht mehr heimatlos, sondern ausgefüllt und zufrieden.

Somit hat durch meine Therapie, in meiner Lebensschule, sehr viel in mir, an mir und um mich herum, verändert.

**Diese Veränderungen habe ich erreicht:**

**1.) Durch meine Erziehung bei Peter.**

**2.) Durch die Gruppentherapie im Verein.**

**3.) Durch beide Therapien und einem ständigen Lernprogramm.**

Wenn mir wieder die Fragen gestellt werden:

Warum hast du eine Einzeltherapie, Gruppentherapie oder beides gemacht?

Was hat es dir gebracht?

Darauf kann ich mit dem Satz, wie bisher auch, antworten oder ausführlich, wie oben beschrieben.

Meine Lebensqualität verbessert sich, ich fühle mich wohl und geborgen, in mir zuhause, bin nicht mehr heimatlos, sondern ausgefüllt und zufrieden.

Was will ein Mensch mehr als zufrieden zu sein. Was will ich mehr!

Wer von mir wissen will, muss genauer fragen, dann werde ich ihm mit Sicherheit die richtigen Antworten geben können.

**Eine richtige Einzeltherapie, eine richtige Gruppentherapie, für einige Jahre, regelmäßig in den Wochenablauf eingebaut, erhöht die Sicherheit zufrieden zu bleiben und nicht wieder rückfällig zu werden.**

**Ich rate jedem Hilfesuchenden:**

**Suche Hilfe und du wirst Hilfe bekommen.**

**Suche Hilfe und lasse diese ehrlich zu.**

**Suche Hilfe und lass dir helfen.**

Die Angst, vor der Umsteigedroge Gruppe oder Einzeltherapie, ist unbegründet.

Ein richtig geschulter Therapeut geht mit Sicherheit verantwortungsbewusst und wissend, sorgsam mit seinen Patienten um.

Eine gewisse vorübergehende Abhängigkeit ist aber lebensnotwendig, habe ich für mich festgestellt. Eine Abhängigkeit ist keine Krankheit.

Ich gehe aus Freude gerne zur Gruppe. Diese Abhängigkeit erlaube ich mir.

Sie macht mich nicht krank, sondern hält mich gesund.

Wer Abhängigkeit, gleich Sucht, mit Krankheit verwechselt, kann die Bedeutung unsere Sprache nicht deuten.

Er versteht auch nichts von der Krankheit Sucht = Suchtkrankheit.

In unserer Selbsthilfegemeinschaft und in der Lebensschule ist seit langem bekannt:

**Sucht ist normal. Abhängigkeit ist normal.**

(Die WHO - Weltgesundheitsorganisation, so hörte ich und las es nach, definiert Sucht als etwas zwanghaft zu Wiederholendes usw.

Das habe ich, wie viele andere reichlich erlebt.)

**Definition: Was heißt Sucht?**

Sucht ist wie erwähnt etwas zwanghaft zu Wiederholendes, auch ohne dass ich den Zwang verspüre (wie beim Atmen). Also etwas ganz Normales, etwas nicht Krankes oder Krankhaftes. Sucht = Abhängigkeit = Bedürfnis.

## **Was heißt suchtkrank?**

Wer das zwanghafte Wiederholen über einen kürzeren oder längeren Zeitraum über- oder untertreibt, wird davon krank, wird suchtkrank.

Auch eine Untertreibung ist eine Übertreibung im negativen Sinn.

Wenn ich etwas zu wenig tue (zum Beispiel zu wenig esse) und das übertreibe, werde ich krank. Eindeutig suchtkrank.

Lassen Sie mich noch eine bedeutsame Begebenheit schildern.

Ich traf einen ehemaligen Patienten von Peter Pakert, der seine Therapie als erfolgreich schilderte.

Er hat seine Suchtkrankheiten zum Stillstand gebracht hat.

Darunter auch seine Ersterkrankung, die Hörigkeit.

**Ich stellte ihm die Frage:**

**Warum bist du nicht wieder rückfällig geworden?**

Seine Antworten verblüfften mich so sehr, dass ich sie Ihnen nicht vorenthalten will:

- Weil ich leben will.
- Weil ich in diesem Leben nicht mehr heimatlos und ohne ein Zuhause zu haben sein möchte. Ich bin jetzt in mir zu Hause, deshalb kann ich auf dieser Welt überall hingehen, ohne das Gefühl der Heimatlosigkeit zu haben.  
Bin ich in mir zu Hause, ist das auch meine Heimat.
- Weil ich mein jetziges Leben, abstinent von meinen früheren Suchtmitteln, lieben und schätzen gelernt habe.
- Weil ich wieder glaubwürdig geworden bin.
- Weil ich die richtige Aufklärung über mich bekommen habe.  
Wissen ist Macht, und diese Macht ist meine Sicherheit.
- Weil ich verstehen gelernt habe.
- Weil ich nur noch wenige Ersatzhandlungen begehen muss (Kompromisse).
- Weil ich mir gefährlich werdenden Suchtmitteln aus dem Wege gehe.
- Weil ich noch viele Wünsche im Leben habe, die ich mir jetzt erfüllen kann.
- Weil ich die Hassliebe in mir erkannt und ausgeräumt habe und ich jetzt Dinge lieben kann, die mir früher egal waren. Der Hass ist aus mir heraus, dafür ist umso mehr Liebe in mir, die ich gerne weitergeben möchte.

***(Die stärksten Gefühle in uns überhaupt sind die Hass-Liebe  
oder die "Hörigkeit").***

*Die Hass-Liebe vereint die Liebe und den Hass und somit die beiden stärksten  
Gefühle, der Freudenseite und der Angstseite.*

***Die stärkste Form einer Abhängigkeit ist die Hörigkeit, und die Hörigkeit ist eine  
Krankheit und diese ist wiederum als Suchtkrankheit immer zuerst da.***

*Selbstverständlich kann die Hörigkeit, wie jede andere Suchtkrankheit auch, die Hass-  
Liebe enthalten.*

*Da wir der Hass-Liebe kein ebenbürtiges Gefühl entgegensetzen können, müssen wir  
lernen, durch neue Informationen, die wir mit unserem Tagesbewusstsein immer und  
immer wiederholen, um unser Unterbewusstsein neu zu schulen.*

*Nur so können wir erreichen, dass wir das Gefühl, welches sich an die Information  
"Suchtmittel" hängt, ändern.*

***Wenn wir unser Suchtmittel lieben und hassen oder wenn wir einen Menschen  
lieben oder hassen, müssen wir uns ein neues Freund-Feind-Bild schaffen.***

*Dies können wir ganz praktisch anfangen, indem wir uns eine Liste erstellen und erst  
mal versuchen alle Vor- und Nachteile unseres Suchtmittels aufzulisten, also eine Art  
Bestandsaufnahme machen. Wir werden sehr schnell feststellen, dass wir bei den  
Vorteilen nicht sehr weit kommen, dafür aber die Liste der Nachteile nicht enden will.  
Die Liste der Worte für Liebe ist kurz.*

*Dagegen ist die Liste für den Angstbereich sehr lang. Probieren Sie es aus.*

*Nun erstellen wir eine zweite Liste mit Verhaltensweisen und Inhalten unseres  
bisherigen Lebens und was wir uns dazu gegenteilig von einem neuen,  
suchtmittelfreien Leben versprechen.*

*Auch hier werden wir feststellen, dass wir im "alten" Leben fast nur negative Dinge  
(Un-Dinge) aufzulisten haben wie zum Beispiel: Un-Pünktlichkeit, Un-Zuverlässigkeit,  
bis hin zur Un-Möglichkeit und Un-Glaubwürdigkeit.*

*Von unserem neuen Leben versprechen wir uns dagegen alle positiven Gegenstücke,  
also Pünktlichkeit, Zuverlässigkeit, Ehrlichkeit, Glaubwürdigkeit, Gerechtigkeit,  
Selbstbewusstsein, Eigenverantwortlichkeit, Genauigkeit usw.*

*Schlicht ein anständiger Mensch werden.*

*Wenn wir uns also ein neues Freund-Feind-Bild geschaffen haben, versuchen wir als nächstes die Hass-Liebe jetzt positiv, das heißt für unsere Zwecke einzusetzen.*

*Dazu ist es am besten, das Gefühl "zu trennen" und den Hass in Abneigung gegenüber dem Suchtmittel zu verwandeln.*

***Das heißt auch "Nein" zur Suchtkrankheit sagen und die Liebe an das Leben zu hängen, also "Ja" zum Leben zu sagen.***

*Unterstützend können wir uns dabei immer vor Augen halten, dass wir, wenn wir weiter zu unseren Suchtmitteln greifen, unser Leben drastisch verkürzen.*

*Das heißt über kurz oder lang werden wir daran sterben (krepieren) und das früher als geplant. Sicher kann ich sagen, dass ich sowieso irgendwann sterben muss, aber das Suchtmittel wird unser Leben mit Sicherheit verkürzen.*

*An dieser Stelle betone ich noch mal, dass unser Kopf in unseren Leben eine wesentliche Rolle spielt, das heißt, er ist der Sitz unseres Bewusstseins.*

*Wir können selber so viel in unserem Leben beeinflussen, indem wir uns eine positive Art zu denken angewöhnen, bis sie irgendwann von allein funktioniert.*

***Nehmen Sie nichts als feststehend hin, was Ihnen nicht gefällt.***

***Sie haben die Möglichkeit es zu ändern.***

***Sie sind Bestimmer über Ihr Leben!***

***Sagen Sie "Ja" zum Leben, und hören Sie auf sich über Nichtigkeiten aufzuregen und sich das Leben unnötig schwer zu machen.***

***Machen Sie immer das, was für Sie für sich als gerecht, richtig, vernünftig und gesund empfinden, was Sie also zufrieden macht.***

***(Schreiben Sie ihr Lebensbuch um!)***

*Um ein neues Leben zu beginnen, müssen wir also unsere Informationen verändern, um das Gefühl "Liebe" positiv für uns zu nutzen.*

*Wenn wir mit der Liebe als starkem Gefühl auf dem richtigen Weg sind, also auf dem Weg zum suchtmittelfreien Leben, haben wir kaum eine Möglichkeit wieder rückfällig zu werden.*

*Selbstverständlich müssen wir auch alle Ursachen für eine Suchtkrankheit beseitigen.*

*Wer doch wieder rückfällig wird, ist in sein altes Leben eingetaucht und nimmt sich nicht mehr ernst. Dabei geht er mit Sicherheit unter!*

*Der erste Schritt ist seine eigene Hörigkeit zum Stillstand zu bringen und seine Hörigkeit zum Suchtmittel zu erkennen und die Informationen so zu verändern, dass der Mensch all seine Suchtkrankheiten zum Stillstand bringen kann.*

*Wir sollten uns also immer dessen bewusst sein, dass nichts unveränderlich feststeht, sondern dass wir durch eine bewusste Neuschulung unseres Unterbewusstseins, durch das Tagesbewusstsein, jederzeit unser Leben ändern können.*

*Das lässt mich auch zu der Aussage kommen, dass wir unsere Gefühle nicht permanent so "wichtig" nehmen und unsere Entscheidungen nicht nur von unseren Gefühlen abhängig machen sollten.*

*Nur mit wirklich logischen Überlegungen als Erklärungssysteme können wir unser Leben ins Positive verändern.*

*Wie gesagt, wenn wir bewusst über das Tagesbewusstsein mit dem Erwachsenen-Ich unsere Informationen ändern, können wir in jeder Phase des Lebens, unseres Lebens, neu bestimmen, unsere Gefühle ändern, unsere Wahrheit ändern, unseren Realitätssinn ändern.*

*Nicht verwechseln sollten wir unser Gefühl mit unserer inneren Stimme.*

**Auszug:** *Wir sind geboren mit dem logischen Denken.*

*Das logische Denken ist hauptsächlich im Unterbewusstsein verankert.*

*Je besser - je genauer - je exakter - mein Tagesbewusstsein das Unterbewusstsein durch klare Informationen schult, desto genauer - exakter - kommt das Unterbewusstsein zum richtigen Ergebnis, zum logischen Schluss.*

*Dieses Ergebnis wird dann dem Tagesbewusstsein zur Verfügung gestellt.*

*Das Unterbewusstsein beinhaltet das logische Denken.*

*Egal wo ich hingehe, meine innere Stimme ist da.*

*Ich muss nur lernen auf sie zu hören, sie wenigstens anhören, mir die Argumente der inneren Stimme sichtbar machen.*

*Überprüfen ob die Argumente der inneren Stimme zu meinem neuen Lebensweg passen oder ob es Verlockungen sind, die gleichen Fehler wie früher zu machen.*

*Die innere Stimme ist meistens mein Unterbewusstsein.*


*Es kann mich auf positive oder negative Dinge aufmerksam machen.*

*Das Unterbewusstsein versucht immer den Weg des geringsten Widerstandes.*

**Auszug:** Die innere Stimme geht vom Unterbewusstsein oder von einer beratenden Ich-Form aus, und wir sollten wieder lernen, öfter auf sie zu hören (die drei Ich-Formen im Tagesbewusstsein werden durch die TA - Transaktionsanalyse bestätigt).

**Wer oder was ist meine innere Stimme?**

Das Kindheits-Ich  
das Eltern-Ich,  
das Erwachsenen-Ich  
das Unterbewusstsein  
und der Körper.



Tagesbewusstsein

Alle diese leisen oder lauten Stimmen sind als Warner vor Gefahren zu betrachten.

Wir müssen nur lernen öfter auf diese Stimmen zu hören.

Am leisesten ist die Stimme des noch nicht richtig geschulten Erwachsenen-Ichs. Diese Stimme auszubilden, so dass sie dominieren kann, ist die vordringlichste Aufgabe.

Meistens haben diese leisen Stimmen Recht und wir sagen hinterher:

Hätte ich bloß auf meine innere Stimme gehört.

Gefühlen aus der Vergangenheit können wir nicht trauen, da sie sich nur an bewerte Informationen anhängen.

Da wir unser Bewusstsein in unserer Suchtkrankenkariere falsch geschult haben, kommt es nun darauf an neue, glaubwürdige Informationen zu sammeln, damit sich neue, ehrliche Gefühle anhängen, denen wir eines Tages wieder vertrauen können.)

Zurück zum Thema: **Warum bist du nicht wieder rückfällig geworden?**

- Weil die Blindheit für das Leben von mir abgefallen ist.
- Weil ich mit vielen Gesetzmäßigkeiten anders umgehe. Ich verstehe sie besser.
- Weil ich jetzt Gewinner geworden bin und dies nicht wieder hergebe.
- Weil ich denke, der Natur ein Schnippchen geschlagen zu haben, denn ich habe noch einmal mein Lebensbuch umschreiben dürfen.
- Weil ich viele Sicherheiten habe, die ich auch einhalte.
- Weil ich anders logisch denken gelernt habe, dadurch erkenne ich Gefahren viel eher.
- Weil ich Menschen gesehen habe, die es nicht geschafft haben und krepieren sind.
- Weil es Zeit ist, anderen Menschen ordentlich vorzuleben, Wissen weiterzugeben und ihnen zu helfen, wenn sie es wollen, auch erwachsen zu werden.



- Um mitzuhelfen Forschern, Wissenschaftlern die richtige Richtung zu zeigen, wie sie eine Suchtkrankheit in ihren wirklichen Grundzügen verstehen können.

**Das sind wir unseren nachfolgenden Generationen schuldig.**

- Um Politikern zu sagen, haltet an, geht endlich einen anderen Weg!

**Leider konnte ich in dieser Richtung bisher nichts bewirken.**

- Um überhaupt der Öffentlichkeit zu zeigen, dass es sich lohnt ein bewusstes Leben zu führen. Auch da bin ich bisher nur abgewiesen worden.

- Um Missgönnern oder Neidern zu zeigen, dass es mich doch noch gibt.

Totgesagte leben meistens länger.

- Weil mir meine Selbstheilungskräfte gefallen und sehr guttun.

So komme ich besser über die Jahreszeiten.

- Weil ich meine neue Ordnung und Sauberkeit liebgewonnen habe.

- Weil ich heute alle meine Grundbedürfnisse und sonstigen Bedürfnisse zu meiner Zufriedenheit erfüllen kann.

- Damit ich es in meinem nächsten Leben einfacher habe, denn ich glaube an eine Wiedergeburt und an ein Leben danach.

Die Seele als Energieform ist unvergänglich. Energien können nicht sterben.

Das sind erst einmal meine Antworten.

Aber ich kann noch viele Vorteile aufzählen, warum ich bisher nicht rückfällig geworden bin; denn gelernt habe ich in meiner Therapie viel. Heute lebe ich sie.

**Freundschaftlicher Umgang mit mir enthält:**

Ich kann mir sorgsam die richtige Anerkennung geben.

Ich kann mir sorgsam die richtige Liebe geben.

Ich kann mit mir in Harmonie leben.

Ich kann mich in mir ausgefüllt und geborgen fühlen.

Ich kann mich richtig selbstverwirklichen.

Ich kann mir Fehler, nachdem ich sie genügend bedauert habe, verzeihen.

Ich muss auch manchmal ohne richtigen Grund traurig sein dürfen.

Ich gehe sorgsam, verantwortungsbewusst, selbstsicher, ehrlich, glaubwürdig und

moralisch mit mir um, so dass ich "später" sagen kann: "Ich habe mich - nach

Stillstand meiner Suchtkrankheiten - als anständiger Mensch verhalten".

Doch das kann nicht nur ich entscheiden. Andere sehen es sicherlich anders.

Er sagte mir noch, wenn ich nach Vererbung oder Veranlagung gefragt werde, gebe ich der Suchtkrankheit 10% Erfolgchancen.

Wenn ich nach Erziehung und Umweltbedingungen gefragt werde, gebe ich der Suchtkrankheit 90% Erfolgchancen.

Diesen Freund konnte ich gut verstehen, war aber trotzdem sehr erstaunt darüber, dass er so vieles aufzählen konnte.

Von Peter hörte ich, dass dies kein Einzelfall ist, sondern viele, die ihn anrufen und er sie befragt, so ähnlich antworten.

**Das heißt für mich: Ich muss noch einiges lernen, bis ich es auch so leben kann.**

Als anständiger Mensch mein Leben eines Tages zu beenden, war immer mein Ziel. Jetzt, nach meiner Aufklärung, kommt dieses Ziel näher.

Horst/Peter Pakert **Selbsterstörungskräfte habe ich**

**in Selbstheilungskräfte verwandelt** 1996/2007/24

Hinter allem im Leben steht ein Auftrag!

Mein Bewusstsein meiner Seele brachte den Auftrag als meine Rechtsgrundlage für dieses menschliche Leben mit, das Beste aus meiner Existenz zu machen.

Das ist meine tatsächliche Rechtslage, dass ich für mein bestimmendes Bewusstsein, für mein mir das Leben gebende Bewusstsein, ich als Mensch, das Beste mit mir, mit meinem Leben, aus meinem Leben, mache.

Da in mir alles unzertrennbar miteinander verbunden ist, ich nach meiner Rechtslage mit Naturgesetzmäßigkeiten, Richtlinien und Anleitungen leben muss, um zufrieden zu werden, lasse ich Informationen zu mir in eigener Verantwortlichkeit zu.

Im Erwachsenenalter lebe ich mehr mit Erlaubern.

Das, was ich mir erlauben kann, was mir nicht groß schadet, werde ich mir erlauben, wenn ich denke, dass der Zeitpunkt richtig ist, mein umsichtiges Denken richtig ist, ich innerlich zufrieden bin.

Mein Wertesystem - wir Menschen können keine Information unbewertet lassen - kann jetzt weitergeeicht werden, damit mein ausgewogenes Leben selbst meinen kritischen Bewertungen standhält. So ein Wertesystem hat jede Seele, jedes Bewusstsein, denn das Bewusstsein ist der Bestimmer über den Menschen.

Da der Körper Mensch, das Materielle nichts von alleine macht, bestimmt bei mir und auch bei allen anderen Menschen das Bewusstsein, der jeweils einmaligen Seele, über das Leben des Menschen, mit dem ihm zur Verfügung stehenden Werten - dem System der Wertung, der Bewertung (exakt) oder der Wertschätzung (ungenau), entweder bewusst oder unbewusst.

Da ich im Erwachsenen-Alter gewechselt habe vom Kindheits-Ich zum Erwachsenen-Ich, habe ich jetzt endlich die Möglichkeit gütiger und liebenswürdiger mit mir umzugehen.

Ich habe nicht nur das Recht, sondern die Pflicht meine Informationen, plus Wertung zu ändern, wenn die neuen Informationen plus Wertung richtiger, vernünftiger, gesünder, gerechter und zur rechten Zeit passender sind.

Ja zu meinen Suchtkrankheiten sagen, heißt auch, meine Gedanken werden klarer.  
Ja zu meinen Suchtkrankheiten sagen, heißt auch, dass ich mich ab sofort nicht mit dieser Sucht verstecken brauche.

Sondern im Gegenteil, es überall sichtbar machen muss, wenn es angebracht ist.

**Ich sage ja zu meinen Gedanken,**

**ja zu meinem Gehirn,**

**ja zu meiner Vergangenheit,**

**ja zu meiner Zukunft.**

**Ja, ich akzeptiere das.**

**Wenn ich es akzeptiere, muss ich es noch lange nicht für gut befinden.**

Wenn ich nach richtigen Taten - Gedanken oder nach außen hin so über meinen Körper gehandelt habe, dann habe ich mich damit lieb.

Wenn ich genügend Liebe = Freundschaft in mir habe und überhabe, erst dann kann ich Freundschaft = Liebe abgeben, weil mein Freudenkonto im Plus ist.

**Erziehungsfehler und meine Erkenntnisse dazu:**

In der Erziehung ist es verpönt und wird uns manchmal untersagt, uns selbst zu loben.  
Dabei bietet es viele Vorteile sich selbst zu loben.

Habe ich mich lieb, fülle ich mein Freudenkonto auf.

Nehme ich mich ernst, fülle ich mein Freudenkonto auf.

Gehe ich richtig mit mir um, fülle ich mein Freudenkonto auf.

Lebe ich mit mir in Harmonie, fülle ich mein Freudenkonto auf.

Fühle ich mich in mir geborgen, fülle ich mein Freudenkonto auf.

Halte ich Informationen der Freude zurück, fülle ich mein Freudenkonto auf.

So verwirkliche ich mich richtig, und habe die besten Aussichten zufrieden zu werden, und korrigiere einen weiteren Erziehungsfehler.

Das als weiteres Beispiel ergänzt, heißt Persönlichkeitsarbeit.

So bereite ich mir viele richtige Freuden.

So schaffe ich mir jetzt für meine Zukunft eine richtige Vergangenheit, und außerdem korrigiere ich damit wieder einen Teil meiner Erziehung, weil ich durch das Beschreiben aus meiner Therapie neue, richtige Erkenntnisse gewinne.

**Die Kunst, etwas genießen zu können,**

**liegt im Sich-richtig-begnügen-können.**

Somit werde ich zufrieden, weil ich auch freudige Informationen zurückhalte und damit mein Freudenkonto auffülle.

Ich kann ein kleines, leeres Freudenkonto haben.

Ich kann ein großes, leeres Freudenkonto haben.

Ob ich ein großes, leeres Freudenkonto habe, ist mir egal.

Ich werde üben, damit mein Freudenkonto größer wird und ich Freude sammeln kann, damit ich zu gegebener Zeit Freude als Kraft auch anderen geben kann.

Und wenn Freude kommt, sie nicht mehr so einen großen Druck in mir macht, dass ich negative Ersatzhandlungen begehen muss. So lerne ich, mich besser auszuhalten, mich wohl zu fühlen, in mir zu Hause sein und mich zu begnügen.

Mit diesem Verhalten schaffe ich mir ehrliche Freude.

Wenn ich das Vorhergehende richtig verstehe, habe ich weniger

Verständigungsschwierigkeiten mit mir, halte mich besser aus und kann anderen erklären, was ich da gerade mache und warum ich es mache.

Die Hilflosigkeit ist weg.

Mit meinen Erklärungen können mich andere verstehen oder auch nicht - es ist ihr Problem.

Wenn sie mich nicht verstehen, können sie ja so lange nachfragen, bis sie mich verstehen.

Liegt es an mir, werden sie fragen.

Liegt ihnen wenig an mir, begnügen sie sich mit meinen einfachen Antworten.

Wollen sie für sich selbst lernen, fragen sie viel.

Ich konnte Erklärungen abgeben, war somit nicht mehr hilflos, und wenn ich nicht hilflos bin, bin ich auch glaubwürdig.

Dass ein wenig Unsicherheit in mir bleibt macht mich menschlich.

Sollten immer noch Zweifel in mir sein, auch da weiß ich mir zusätzlich zu helfen.

Ich prüfe nochmals nach einigen erlernten und schon beschrieben Gesetzmäßigkeiten.

Damit sind auch meine Unsicherheiten weg.

### **Nachtrag zum eigenen Freudenkonto:**

#### **Wie fülle ich es wieder richtig auf?**

1.) Indem ich freudige Informationen zurückhalte.

2.) Indem ich große Freude als Information zurückhalte.

3.) Falls der Druck in mir zu groß wird, schreibe ich mir diese Informationen auf oder bespreche zum Beispiel ein Diktiergerät, wenn ich keinen geeigneten Partner habe, der mich versteht, so dass ich sicher bin, dass mir diese Informationen nicht verloren gehen.

4.) Ich kann diese Informationen, die mir Druck bereiten, mit einem liebenden, verstehenden Partner oder Freund teilen, denn ich bekomme mit Sicherheit auch von ihm ein wenig Freude zurück.

5.) Indem ich aber auch ängstliche Informationen zurückhalte.

Einfach ausgedrückt:

Ich muss lernen mich auszuhalten, so zu ertragen, wie ich bin.

**"Ja"** zu mir und meinen Gefühlen sagen lernen.

Geteiltes Leid ist halbes Leid, sagen wir, das funktioniert genauso bei der Freude.

Teile ich Freude wieder zu früh, bleibt zu wenig für mich.

Halte ich Informationen zurück oder teile sie mir selbst schriftlich mit, fülle ich mein Freudenkonto auf, stärke mein Selbstbewusstsein, gehe vernünftig und richtig mit mir um.

Dadurch erhalte ich auf eine neue Wertschätzung.

Dadurch erhalte ich später eine neue Bewertung.

Dadurch ändern sich auch meine Gefühle.

Dadurch schule ich auch mein Unterbewusstsein neu.

Dadurch empfindet mein Körper neu.

Dieses kann aber nur mein Erwachsenen-Ich in meinem Tagesbewusstsein erreichen.

Mein Kindheits-Ich würde weiterspielen.

Mein Eltern-Ich lernt das Genießen neu.

Mein Kindheits-Ich und mein Eltern-Ich sind suchtkrank geworden und das schon seit ca. 40 Jahren.

Mein zuerst wachgewordenes Kindheits-Ich wollte einfach die Vorherrschaft nicht abgeben. Deshalb hat es das verstehende und falsch hilfsbereite Eltern-Ich auf seine Seite gezogen, bis dieses auch krank geworden ist.

Jetzt müssen sich beide gefallen lassen, dass mein Erwachsenen-Ich diktatorisch Regie führt und ihnen sagt: "**Da geht's lang**" oder: "**Jetzt dürft ihr spielen oder genießen**".

*(Das Tagesbewusstsein ist wie erwähnt der Bestimmer in uns Menschen und wird in drei Ich-Formen aufgeteilt: Kindheits-Ich, Eltern-Ich und Erwachsenen-Ich.*

*Das wird wissenschaftlich durch die TA - Transaktionsanalyse bestätigt.)*

**Auszug:** Fähigkeiten gehören zu den Naturgesetzen, die dem Menschen eigen sind.

Er hat sie oder er hat sie nicht, sagte Peter.

Naturgesetzmäßigkeiten müssen hin rechenbar sein.

**Mit welcher Rechnung?**

Sie müssen zurück rechenbar sein.

**Mit welcher Rechnung?**

Sie müssen durchdacht werden können.

**Mit welchem Denken?**

Hin gerechnet werden sie mit der Wahrscheinlichkeitsrechnung.

Zurückgerechnet werden sie mit der Verhältnismäßigkeitsrechnung und ausgewogen bedacht werden sie, mit dem logischen Denken.

Das Polaritätsgesetz ist ein Naturgesetz und beschreibt Polaritäten = Pole die gegensätzlich sind.

Im Leben und darüber hinaus ist das Polaritätsgesetz immer zu finden.

Das Polaritätsgesetz ist für sich neutral.

Die Gegensätzlichkeiten, die darin beschrieben werden, benannt werden, haben meistens immer eine unterschiedliche Größenordnung.

Naturgesetze haben entweder den Anspruch mit Richtlinien und Anleitungen sie zu leben oder sie haben den Anspruch tatsächlich verwirklicht werden zu wollen.

Dabei kommt es immer auf den Bezug an (alles im Leben ist immer in Bezug auf zu sehen) und der Mensch bewertet immer alles in Bezug auf, weil er keine

Informationen unbewertet lassen kann, denn der Mensch will sich zurechtfinden.

Der Mensch braucht Ordnung.

Der Mensch will sich mit sich und anderen verständigen.

Ich bekomme eine Information oder denke selbst einen Gedanken als Information, deshalb muss ich diese Information verstehen, um Verständnis oder kein Verständnis zu haben. Da bei dieser Information keine Bewertung oder Wertschätzung dabei ist, kommt diese noch hinzu, als weitere Tatsache, so dass ich zwei Tatsachen habe, die ich zu verstehen habe, sonst kann ich kein Verständnis oder Nichtverständnis haben. Eine Aussage ist eine Information = eine Wahrheit, die ich überprüfen kann.

1.) Mit logischen Denken als Erwachsener, denn ein Erwachsener kann es besser als ein Kind.

2.) Mit der Wahrscheinlichkeitsrechnung = wie wahrscheinlich ist es das es so und nicht anders ist.

3.) Die Verhältnismäßigkeitsrechnung, als Gegenrechnung zur Wahrscheinlichkeit und stellt gleichzeitig die Verhältnismäßigkeit da.

### **Womit verständigen wir Menschen uns?**

1.) Mit Buchstaben, der Sprache, dem Schreiben.

2.) Mit Zahlen, der Sprache, dem Schreiben.

3.) Mit und durch Symbole, der Sprache, dem Schreiben, Gestik, Mimik.

Eine Vorstellung + Tat + Bewertung = Wertschätzung.

Sie ist auch die Selbstverwirklichung.

Richtig alles bewertet = richtige Selbstverwirklichung.

Sie ist auch eine Beziehungskunde.

Richtig alles bewertet = richtige Beziehungskunde.

Sie ist auch ein Kontakt, den ich mir richtig vorgestellt und richtig verwirklicht habe.

**Beziehungskunde heißt auch:**

**richtig, kundig, wissend - die Selbstverwirklichung machen zu können.**

Nachfolgende Worte wurden bestimmend in meinem neuen Leben.

Ich merkte mir diese Worte sorgfältig:

Die richtige Lebensschule ist auch in mir.

Die richtige Beziehungskunde erlerne ich mit mir.

Die richtige Beziehung = der richtige Kontakt mit mir und zu anderen, ist wieder hergestellt.

Der richtige Kontakt mit dem Körper und den Sinnen ist durch mich wieder richtig hergestellt.

Kontakt = Beziehung = Vorstellung + Tat ist die "Selbstverwirklichung".

Also ist die richtige Selbstverwirklichung nichts weiter als die richtige Beziehung zu mir oder die richtige Beziehungskunde in meiner Lebensschule, in mir und um mich herum.

**Habe ich eine richtige Beziehung erlernt, gelingt mir das Leben,  
das zufriedene Leben "in meiner Lebensschule".**

### **Das richtige Selbstbewusstsein**

Das Selbstbewusstsein besteht aus, dem Gesamtbewusstsein und dem Ich = selbst.

Es kann auch heißen:

Ich bin mir meiner selbst bewusst.

Wenn mir etwas richtig bewusst wird, beinhaltet es auch noch:

Das Selbstwertgefühl ist ausgewogen.

Das Selbstvertrauen ist genügend groß.

Die Selbstverständlichkeiten werden normal angewendet bis sie richtig beherrscht werden.

Die Selbstverantwortung, die Eigenverantwortung, bedeutet aber auch richtig angewendeter Egoismus oder die richtige Eigennützigkeit.

Die Selbstsicherheit ist immer dann richtig vorhanden, wenn ich mir meiner richtig selbst bewusst bin, meine Bedürfnisse kenne und sie richtig erfüllen kann.

Ich mir sicher bin, das Richtige zu denken und richtig zu handeln.

Wer richtig selbstbewusst ist, hat auch ein richtiges Selbstwertgefühl.



### **Das neue Selbstwertgefühl wiederum beinhaltet:**

- mit Angst kann ich gut umgehen.
- Mit Freude kann ich gut umgehen.
- Ich lasse Angst und Freude zu.
- Ich liebe das Leben wieder.
- Ich liebe die Hobbys wieder.
- Ich liebe die Menschen wieder.
- Ich habe auch eine neue Wertschätzung in fast allen Bereichen.
- Ich bin mir mehr Wert geworden.
- Das Leben ist mir mehr Wert geworden.
- Ich schätze alles besser, selbst Kleinigkeiten, die das Salz des Lebens bedeuten.

Meine Goldwaage geht wieder richtig, sie ist richtig geeicht.

Eine Suchtkrankentherapie ist nicht kompliziert, sondern nur komplex.

Sprichwort: **Zwei Herzen schlagen in meiner Brust.**

Das heißt nichts weiter als im Moment unterhalten sich zwei Ich-Formen im Tagesbewusstsein, die sich über ein und dieselbe Sache nicht einig werden können. Später einigen sie sich doch, indem der Diktator als Kindheits-Ich bestimmt und das mit Sicherheit falsch. Das Eltern-Ich mit dem größeren Gefühlsanteil hätte sicherlich recht gehabt. So habe ich es oft in meinem Leben erlebt, dass ich hinterher etwas bereut hatte, mit dem zusätzlichen Anspruch:

**"Hätte ich bloß auf meine innere Stimme gehört".**

(Falsch - hätte ich bloß auf meine andere innere Stimme gehört, denn auf die eine innere Stimme hatte ich gehört, und das hatte ich oft genug bereut).

**"Wer anderen eine Grube gräbt, fällt selbst herein."**

**"Was ich nicht will, was mir tut, das füge keinem anderen zu."**

Beide Sprichworte passen zu meinem alten Leben, denn führte ich hauptsächlich mein Leben durch andere, über andere oder irgendwelche Sachen.

Ich hatte meinen Spaß, aber auch meinen Ärger und war nicht zufrieden, denn Bumerangs kamen genügend zurück. Somit bin ich selbst in die Grube gefallen.

Aus Missgunst und Neid oder Missachtung hatte ich anderen Menschen einiges gewünscht, das auf mich zutraf.

**Erkenntnisse:** Über 50 Jahre habe ich mich geschädigt mit der blühenden Phantasie meines Kindheits-Ich und Eltern-Ichs im Tagesbewusstsein, und so habe ich mein Unterbewusstsein falsch geschult.

Wenn ich es gut mit mir meine, überprüfe ich alles an Gedanken, bevor mich etwas verlässt, mit der Güte des Erwachsenen-Ich.

Verhindere ich bei mir alle Über- oder Untertreibungen, werde ich nicht wieder bewusstseinskrank, werde höchstens ein menschlicher Mensch, der mehr mit Erlaubern im Erwachsenenalter machen darf, denn das unterscheidet mich als Mensch von einem Roboter.

In diesem Jahr bin ich in vielen Richtungen zielstrebig vorgegangen, weil ich hinzugelernt habe, geistig älter geworden bin und an mir entdeckt habe, dass ich wieder aufnahmefähig bin in meiner Persönlichkeitsarbeit, die ich wieder richtiger in meinem Leben anwenden kann. So setze ich für mich in der Grundfähigkeit, wie ich bisher gelebt habe auch als Diktator der Geradlinigkeit meine neue Zielstrebigkeit ein, weil ich auch Fehler zugeben kann, weil ich auch einsichtiger geworden bin, weil sich in der mir vorhandenen Güte meiner Persönlichkeiten herauskristallisiert hat, dass mein Erwachsenen-Ich endlich selbst gütiger leben und die anderen Persönlichkeiten gütiger erziehen kann, damit ich häufig eine menschliche Vorgehensweise wähle.

(Die drei Hauptfähigkeiten einer jeden Seele sind:

- 1.) Die Geradlinigkeit
- 2.) Die Eitelkeit
- 3.) Die Güte

Nur das Erwachsenen-Ich im Tagesbewusstsein der Seele kann allen die drei Hauptfähigkeiten richtig vorleben, so dass der bewusst lebende Mensch richtig geradlinig (1), richtig eitel (2), selbstbewusst und glaubwürdig leben kann, damit er die drei Fähigkeiten, die alle Über- oder Untertreibungen verhindern, die Güte (3) mit dem Erwachsenen-Ich richtig leben kann.)

### **Der Plan für meinen Tag:**

Ich erstelle einen Plan und mein Unterbewusstsein stellt sich darauf ein, auf das Pensum und Unannehmlichkeiten.

Ich verplane 60%, der Rest ist reserviert für Unerwartetes.

Alle 90 Minuten plane ich eine Pufferzone ein, für Regeneration, um den Kopf frei zu bekommen.

**Eine Stunde am Tag ist reserviert für mich, vollkommen ungestört.**

Meine Arbeit, mein Hobby ist hochinteressant, dadurch finanzierte ich meine Freizeit. also erhole ich mich bis die Seele nachkommt.

Meine Arbeit ist ein wesentlicher Teil des Lebens.

Jeder Tag ist kostbares Gut.

Meine individuelle Leistungskurve muss ich herausfinden.

Ist er Höhepunkt meiner Leistungsfähigkeit am Vormittag oder am Nachmittag?

Da mache ich keine Routinearbeit.

Ich unterscheide zwischen wirklich wichtigen und weniger wichtigen Dingen.

Eine Sache nach der anderen gehe ich an.

Wichtiges und Dringendes sofort erledigen.

**Nochmal:** Ich kann nur eine Sache nach einander richtig machen.

Wenn ich dazu gezwungen werde, von innen oder außen, zwei Dinge gleichzeitig zu tun, mache ich beides nicht richtig und die Fehlerquote ist sehr hoch.

1.) Zwang von innen aus mir selbst heißt Neugier.

2.) Zwang von außen heißt Pflicht, Erpressung oder Diktatur.

**Erkenntnisse:** Wenn ich drei Sachen gleichzeitig machen will und ich merke, dass ich in Panik gerate, sage ich stopp - schreibe mir zwei Sachen auf - dass ich sie nicht vergesse und mache eine Sache - konzentriert - zu Ende.

So habe ich den Kopf frei.

Der Weg der kleinen Schritte.

**Was hat erste Priorität?**

Das, wo ich in der Pflicht stehe.

**Wenn sie, andere, mich bremsen, treibe ich mich an.**

**Wenn sie, andere, mich antreiben, bremse ich etwas ab.**

Andere: ist die Außenwelt, die Umwelt, alles um mich herum.

Ich: bin ich selbst, mit allem was mich ausmacht.

Meine Zweifel sind meine Bremsen.

Die Angst schützt mich vor Fehlern, die Vergangenheit richtet sich auf.

Genügend Zweifel zu haben lässt mich hellwach sein, also setze ich mich mit dem Fakt auseinander, ziehe meine Erfahrungswerte hinzu, wäge ab und treffe eine Entscheidung, die in die Realität passt, weil ich nicht in die unrealistische Scheinwelt will.

Meine zukunftsweisende Richtung, die ich einzuschlagen gedenke, ist, die Kräfte kontrollieren lernen, in Form des leichten Bremsens, bis zum eventuellen Anhalten und nach neusten Erkenntnissen umlenken.

Kräfte in mir, die gewaltsam herauswollen, müssen nutzbringend angewandt werden.

### **ABS - Antiblockiersystem.**

Ich werde, weil ich muss, mich nicht mehr blockieren und blockieren lassen.

Ich stelle mich ein. Das, was ich mache, mache ich richtig. Dann bin ich zu 100% dabei und mir kommen mit Sicherheit keine anderen Gedanken hoch.

### **Wie heißt das Zauberwort meines neuen Lebens?**

I.) Es ist mir alles richtig bewusst - begreiflich.

II.) Ich bin mir meiner selbst **bewusst**,

1.) einschließlich Können und Kraft,

2.) unter Berücksichtigung der geschriebenen und ungeschriebenen Gesetze,

3.) je nach Land und Ortsüblichkeit,

4.) je nach Alter und Geschlecht.

Es ist mir richtig bewusst.

Dann treffe ich Erwachsenen-Entscheidungen.

Ich stelle mich ein, das, was ich mache, mache ich richtig und bin zu 100% dabei.

Dann kommen mir keine anderen Gedanken hoch, mit Sicherheit nicht.

3.) Wenn ich weiterhin ein abstinentes Leben gegenüber meinen mich krankmachenden Suchtmitteln führe, kann ich gut und gerne noch 30 oder 40 Jahre leben.

Dieses bewusste Leben, das jetzt mein neuer Lebensinhalt ist, habe ich nicht vor aufzugeben, also stehen meine Chancen gut.

4.) Klar und deutlich ist mir auch geworden, dass ich ja Energiesparer geworden bin.

Es hat lange gedauert, bis diese Informationen mein "Wissen" geworden sind.

Bei mir dauert fast alles etwas länger als bei anderen Menschen, aber das stört mich nicht, denn die Freude über mein neues Leben lässt ein Beneiden anderer nicht zu.

Ich habe genügend mit mir selbst zu tun, auch das ist eine Freude für mich.

5.) Peter wollte ich es erst nicht glauben, dass bei einem schwerstgeschädigten Suchtkranken alle fünf bis sechs Jahre sich in Körper oder Seele oder beidem ein Zustand eintritt, der lebensbedrohlich sein kann.

Heute, nachdem ich das letzte Jahr am Rande des Selbstmordes war, glaube ich ihm nicht nur, sondern es ist für mich bittere Realität geworden.

Somit ist es jetzt mein Wissen, und auch dagegen werde ich mir Sicherheiten einbauen. Die werden eventuell so aussehen, dass wenn Schmerzen bei mir auftauchen, sei es körperlich oder seelisch, ich mich eher als bisher um Lösungsmöglichkeiten bemühe.

Falscher Stolz kann mich mein Leben kosten!

***(Nochmal:** Alle 5 bis 6 Jahre nach der Kapitulation der letzten Suchtkrankheit taucht ein Symptomenkomplex auf, der den Suchtkranken an den Rand des Todes bringt, hauptsächlich bei Schwerstgeschädigten.*

*Es sind seelische oder körperliche Schmerzen, meistens aber beides.*

*Diese Erscheinungsbilder sind jedes Mal anders.*

*Die Ursache dafür ist die Vorschädigung aus der Suchtkrankenkariere.*

*Diese Erfahrungen hat nicht nur Peter gemacht, sondern auch andere im Selbsthilfeverein.*

*Auch ich habe diese Erfahrungen mehrfach selbst gemacht.*

*Bei mir ist es jetzt zum fünften Mal, dass immer, ungefähr alle 6 Jahre, dieser Symptomenkomplex bei mir da ist.*

*Da ich in meiner Selbsthilfeverein und in der Therapie geschult wurde, ist es mir bewusst, und ich bin darauf vorbereitet.*

*Meine Erfahrungen sind, es kommt immer anders, meistens hinterhältig.*

*Bei mir waren es Verlockungen rückfällig zu werden.*

*Ausgelöst durch Verlustängste (Liebesschmerz, Tod eines Angehörigen, Geldverlust, Ungerechtigkeiten in der Familie) als Existenzängste, wie ich es erlebte oder wie es viele andere Freunde erlebten, da waren es Krankheiten mit körperlichen und seelischen Schmerzen.*

*Dank dieses Wissens darf ich mein Lebensbuch mit Freude weiterschreiben.*

**Peter sagte:** *Ein erpresserischer Alkoholiker.*

- *Der Angehörige leidet.*

- *Der Alkoholiker wird trocken.*

- *Der Angehörige fällt ins Loch.*

- *Er erholt sich, beginnt sich zu rächen mit Erpressung.*

- *Zwischen dem fünften und sechsten trockenen Jahr des Alkoholikers zeigen sich außergewöhnliche Krankheiten durch inneres Leid.*

- *Oder er stirbt, oder er wird rückfällig, wenn das Verhalten des Angehörigen nicht sichtbar gemacht wird, er nicht einsichtig wird, dass er die Angewohnheiten des früheren süchtigen Alkoholikers übernommen hat.*

- *So endet das Leiden des Alkoholikers nie!*

- *Die Gefahr des Rückfalles ist immer da.*

- *Ist der Angehörige eine Frau, ist das Leid größer, weil die gesamte Weiblichkeit mit eingesetzt wird.)*

6.) Den Hinweis von Peter nehme ich ernst, dass die Schwierigkeiten, in die ich geraten kann, immer anders aussehen, so dass ich mich an dem "letzten Mal" nicht orientieren kann. Deshalb muss ich weiterhin ein bewusstes, wachsameres Leben führen, damit mir der Symptomkomplex, der für mich eine Gefahr bedeuten könnte, eher als bisher auffällt. Da ich mich jetzt liebhabbe, fällt mir dies auch nicht schwer.

7.) Jetzt habe ich auch begriffen, dass ich als Suchtkranker ein Denken und eine Sprache hatte, die nur mit "**Um-sieben Ecken-Denken**" richtig zu bezeichnen ist, also Suchtkrankendenken.

In meiner Therapie habe ich die "zweite Sprache" erlernt.

Das Vereinfachen, das Versimpeln, Lateinisches im Deutschen zu verstehen.

Dadurch wurde mir vieles klar und eindeutig, so dass ich es annehmen konnte.

Auch haben mir einfache Vergleiche sehr geholfen.

Heute ist mir ganz bewusst geworden, dass ich daraus meine neue Umgangssprache entwickelt habe und diese wie selbstverständlich spreche. Somit habe ich, außer Fremdsprachen, noch drei weitere Sprachen zur Verfügung, die mir sicherlich helfen, auch weiterhin verstehend und ordentlich durch das Leben zu kommen.

Ich bin froh, dass ich diese Erkenntnisse noch weitergeben darf.

Horst/Peter Pakert **Ursachen jeder Suchtkrankheit sind:** 1993/2007/24

1.) Verständigungsschwierigkeiten, die zu einem

2.) Druck führen, den man nicht aushalten kann.

Deshalb folgen zwangsläufig:

3.) Ersatzhandlungen.; manchmal ausgesprochen negativer Art, die man wiederum nicht aushalten kann, weil man sich schämt, also Angst hat.

4.) Das Suchtmittel, ob stoffgebunden oder nicht stoffgebunden, kommt irgendwann als vermeintlicher Helfer und Freund hinzu.

5.). Die Liebe zum Suchtmittel entsteht.

6.). Der Kontakt, die Beziehung zum Suchtmittel wird trainiert.

Leider haben es die Suchtkranken geschafft, die früheren Randgruppen, aus der Suchtkrankensprache Allgemeingut zu machen.

So hat die richtige Bedeutung der Worte heute eine andere Bedeutung und die Verständigungsschwierigkeiten sind weltweit verbreitet, genauso das sich Vernachlässigen.

Eine Suchtkrankheit ist, im Laufe der Zeit, die Folge.

Nach der dritten Einsicht folgt endlich eine Therapie.

1.) So geht es nicht weiter.

2.) Ich schaffe es nicht allein.

3.) Ich lasse mir helfen.

(Der Leidensdruck seelisch und körperlich ist da.).

4.) Die Suchtmittel, da bin ich beziehungskrank von geworden.

Erst war ich verliebt, dann habe ich gelitten, es ist eine Hassliebe entstanden.

5.) Ich glaube davon krank geworden zu sein, ich muss abstinent leben.

6.) Ich muss mein Leben anders gestalten.

Peters Therapie ist auch deshalb so spannend für mich, weil ich nicht nur Grundlagen zum Verstehen vieler Dinge bekam, sondern auch so viele verschiedene Sichtweisen, die es mir wiederum ermöglichten, daraus frei wählen zu dürfen, welche diese Überlegungen als Sichtweisen mir sympathisch oder unsympathisch waren.

So entstand im Laufe der Zeit meine eigene Meinung, meine neue Wahrheit, zu mir selbst, zu meiner Umwelt und zu den vielen Suchtkrankheiten.

## **Eine Suchttherapie gibt es nicht!**

Es gibt aber eine Suchtkranken-Therapie für Suchtkranke oder die, die es werden wollen, müssen oder dazu neigen.

Eine Therapie für Sucht = Abhängigkeit gibt es nicht, braucht es nicht zu geben.

Wenn Sucht = Abhängigkeit normal ist, so braucht ein normaler Mensch auch keine Behandlung.

Er braucht, wie jeder andere Mensch auch, das Verstehen.

Eine Therapie, die sich nur um das Suchtmittel selbst dreht, gibt es nicht.

*(Jeder Mensch verhält sich süchtig - irgendwie.*

*Sucht = Abhängigkeit ist normal und keine Krankheit.*

*Sucht oder Abhängigkeit kann nicht gleich Krankheit sein.*

*Abhängigkeit kann nicht gleich Krankheit sein.*

*Das Gegenteil von Abhängigkeit ist Unabhängigkeit und unabhängig sind wir Menschen keinesfalls. Zum Beispiel sind wir davon abhängig, dass wir unsere Grundbedürfnisse zu unserer Zufriedenheit erfüllen zu müssen.*

*Wer das nicht macht wird krank oder stirbt!)*

Ich als 43-jähriger Patient stellte mir diese Frage 1993 und beantworte sie mir selbst, nachdem ich fast drei Jahre Therapie gemacht habe.

Warum bin ich jetzt in dieser Therapie, frage ich mich zwischenzeitlich und kam zu dem einfachen Ergebnis:

1.) Weil ich am laufenden Band falsche Gedanken habe (denke ich).

Verständigungsschwierigkeiten konnte ich nach Aufklärung sagen.

2.) Ich möchte diese Gedanken ordnen und sortieren.

Dafür brauche ich aber ehrliche Hilfestellungen. Richtige Hilfen von außen.

3.) Ich möchte mich überprüfen lassen, ob diese Gedanken wirklich verkehrt sind oder waren. Auch dabei brauche ich Hilfe von außen.

4.) Wir suchen und fanden Lösungsmöglichkeiten, damit ich mich wieder gut aushalten kann.

5.) Die gefundenen Lösungen musste ich ausprobieren, verändern, solange verändern, bis ich zufrieden war und soweit es ging meine Gedanken mit meiner Sprache und der Umwelt im Einklang - Harmonie sich befanden.



Die dritte Sprache musste ich jetzt selbst finden.

Es ist die richtige Umgangssprache mit der ich mich, mit allen anderen, ohne große Schwierigkeiten zu haben, verständigen kann.

Dies hoffe ich auch weiterhin erreichen zu können.

Dieses ist eines meiner Haupttherapieziele.

Wenn diese fünf Fragen und Antworten stimmen, dann kann ich das nicht als Suchttherapie bezeichnen, was ich zurzeit mache.

Die einzigste Bezeichnung, die den Kern trifft, heißt nun für mich:

"Lebensschule mit nur einem Fach: der Beziehungskunde".

**Eine Suchttherapie, die sich hauptsächlich mit dem Suchtmittel beschäftigt, gibt es für mich somit nicht.**

**Es gibt aber eine richtige Suchtkrankentherapie für Suchtkranke.**

Leider haben es die Suchtkranken geschafft aus der Suchtkrankensprache Allgemeingut zu machen. So hat die richtige Bedeutung der Worte heute eine andere Bedeutung und die Verständigungsschwierigkeiten sind weltweit verbreitet, genauso das sich Vernachlässigen.

Eine Suchtkrankheit ist, im Laufe der Zeit, die Folge.

Der Phantasie begabte Mensch hat für alles, was er finden konnte, Phantasienamen gefunden, damit sich der Mensch verständigen kann und scheinbar ordnungsgemäß sich zu Recht findet. Diese vom Menschen erdachte Ordnung ist für fast alle Seelen in allen Ländern zuerst Unrecht.

"Die Erziehung" in den unterschiedlichsten Ländern wird es schon richten - ausrichten, damit es den jeweiligen Erziehern gefällt. Ob diese Ordnung dem Kind gefällt, ob gerecht ist, das ist bisher nicht bedacht worden.

Es fängt an mit der uneinheitlichen Sprachgebung.

Es geht weiter mit der vielfachen Bedeutung der einzelnen Worte, egal in welcher Sprache.

Sitten und Gebräuche erfand der Mensch nach seiner Umgebung, nach Überlieferungen, nach der Erforschung und den einseitigen Erkenntnissen zur Natur.

Die Rechtsgrundlage der Seele wurde dabei nicht miteinbezogen.

Deshalb kann mit nichts besser aneinander vorbei gesprochen werden als mit Worten.

Schwierigkeiten in der Verständigung als Verständigungsschwierigkeiten werden diese uneinheitlichen, ungenauen, unkorrekten Aussagen "in Bezug auf" als bagatellisierend bezeichnet, sind aber Ursachen einer jeden Grundkrankheit in der Seele, als Bewusstseinskrankheit.

Um mich unmissverständlich auszudrücken, benutze ich meine mir inzwischen geläufige Therapiesprache. Sie oder diese Sprache wird nicht nur von meinem Therapeuten, sondern auch von mir als Beschreibungssprache, als zweite Sprache bezeichnet.

Damit so wenig wie möglich Verständigungsschwierigkeiten = Schwierigkeiten der Verständigung auftauchen, gerade in meiner Unikattherapie und damit es für mich einfacher, eindeutiger wird, somit exakter ist, die Bedeutung dessen, was ich als Informationen bekomme und sie richtiger verstehe.

Es werden kaum Türen öffnet für die Phantasie meines Tagesbewusstseins, für etwas Doppeldeutiges oder sogar Falsches, dass für mich oder für andere sonst entstehen kann, bei den von mir gemachten Aussagen.

Inzwischen, von meiner Schulzeit angefangen bis heute, hat sich die allgemeine Umgangssprache, bis hin zu einzelnen Worten oder sonstigen Informationsmitteilungen soweit geändert, dass ich mit meinem erlernten damaligen Schuldeutsch und der Bedeutung einzelner Worte, heute angewendet, manchmal sogar das Gegenteil ausdrücke, was von mir mit Sicherheit weder beabsichtigt, noch gewollt ist.

Immer weiterkommend in der Therapie war mir von Anfang an klar, heute bin ich mir darin sicher, dass Verständigungsschwierigkeiten mit mir selbst, mit anderen, dazu geführt haben, dass ich bewusstseinskrank geworden bin.

Ich musste mir viele Übertreibungskrankheiten aneignen, die ich auch als eingeredete Krankheiten bezeichnen kann.

Lange Zeit dachte ich, damit kann ich gegen das Unrecht dieser Welt protestieren, dass ich dadurch ich viele Vorteile habe und mir dadurch helfe.

Diese Übertreibungskrankheiten, die lange Zeit mein Leben noch unklarer werden ließen, bezeichne ich als eingeredete Krankheiten und alles was ich mir einrede, als Mittel zum Zweck, weil ich glaubte es hilft mir, es sei von Vorteil, obwohl ich schon

sehr schnell wusste, dass ich keine Vorteile dadurch hatte, sondern Nachteile, kann ich mir wieder ausreden.

Gegen diese vielen eingeredeten Übertreibungskrankheiten konnte ich mich nicht mehr wehren, denn mit Phantasie fielen mir weitere Übertreibungskrankheiten ein. Aber heute weiß ich endlich, dass ich aus einem falschen Vorteilsdenken heraus, mir das eingeredet habe und heute wieder ausreden kann.

Wenn ich bei meinem alten Lebensstil, mit meinem Kindheits-Ich als Chef im Tagesbewusstsein - als Diktator - nicht nur im Bewusstsein, sondern auch Diktator in Verbindung mit meinem menschlichen Körper, geblieben wäre, hätte mich meine Seele schon längst damals kurz nach meinem Therapie-Eintritt verlassen.

**Peter sagte:** Die Verständigungsmöglichkeiten auf dieser Welt werden nicht nur durch die verschiedenen Sprachen fast unmöglich gemacht, um sich richtig zu verstehen, sondern die jeweiligen Landessitten und Gebräuche sind zu bedenken, können nur selten richtig berücksichtigt werden.

Die Beschreibungssprache, die Fakten-Sprache soll für die Seele, selbst für den Menschen, selbst für ihn, die Sprache sein, um sich selbst erst einmal richtiger zu verstehen.

Wer sich richtiger versteht, kann sich richtiger bewerten.

Bezüge zu anderen Symbolen von außen müssen als Beispiele da sein, damit sich der Mensch in seinem Leben besser zurechtfinden kann, besser verstehen kann, das Beste aus seinem Leben machen kann.

Um richtiger sich und die Umwelt als das Leben zu bewerten, muss ich richtiger mich und andere von außen verstehen lernen.

Die Beschreibungssprache soll die eindeutigen Bezüge feststellen, damit Tatsachen als Fakten entstehen, die dann gewertet werden können mit logischem Denken, unbeeinflusst von vorherigem Wissen, unbeeinflusst von der Phantasie, das dem Tagesbewusstsein zur Verfügung steht.

**Faktisches Denken, Tatsachen Denken ist kein Phantasiedenken.**

Begriffsdefinition = "was" es tatsächlich "ist"!

Die Bedeutung dessen, "was" etwas tatsächlich "ist", kann nur in der Beschreibungssprache richtig beschrieben werden.

***Beschreibungssprache "ist" etwas Genaueres, "ist" eine Bewertung.***

- 1.) "**Was**" etwas "ist" darf vereinfacht werden (versimpelt werden).
- 2.) "**Was**" etwas "ist" - nach seiner Bedeutung - mit der richtigen Wertung - in Bezug auf, darf nicht verniedlicht werden. (*Die Kindersprache - "ist" eine gebrochene Sprache - etwas kleiner machen, als es tatsächlich "ist".*)

***Falsche Wertschätzung.***

- 3.) Eine große, eine makroskopische Betrachtungsweise "ist" möglich.

***Wertung***

- 4.) Etwas zu verdeutlichen mit Vergleichen ansprechen, die derjenige selbst und der Gesprächspartner verstehen kann, "ist" möglich.

***Wertung***

- 5.) Etwas Kleines, "**was**" es tatsächlich "ist", groß zu machen, größer zu machen, zu überzeichnen, "ist" möglich. Es darf aber dabei nicht die Bedeutung dessen verlieren.

***Wertung***

Etwas vergrößern = übertreiben - ***nein***.

Etwas verkleinern = verniedlichen - ***nein***.

**Bei beiden geht der Sinn, die Bedeutung dessen, verloren.**

**Verständigungsschwierigkeiten sind dann sicher.**

Jetzt habe ich auch begriffen, dass ich als Suchtkranker ein Denken und eine Sprache hatte, die nur mit "**Um-sieben Ecken-Denken**" richtig zu bezeichnen ist, also Suchtkrankendenken.

In meiner Therapie habe ich die "zweite Sprache" erlernt.

Das Vereinfachen, das Versimpeln, Lateinisches im Deutschen zu verstehen.

Dadurch wurde mir vieles klar und eindeutig, so dass ich es annehmen konnte.

Auch haben mir einfache Vergleiche sehr geholfen.

Heute ist mir ganz bewusst geworden, dass ich daraus meine neue Umgangssprache entwickelt habe und diese wie selbstverständlich spreche.

**Die erste und die dritte Sprache sind als krank, als Unrecht zu bezeichnen.**

**Begründung:** Der Alkoholkranke, der Suchtkranke z.B. Arbeitssucht, Drogensucht, Medikamentensucht, Computer-Spielsucht, Zocken, Sportsucht, Mediensucht und deren Angehörige denken hochkompliziert, meistens für andere.

Sie wollen keinen Fehler machen.

Sind lieb Kind, und auf diesem Weg wollen sie Anerkennung bekommen.

**Das ist die erste Sprache** - Um-Sieben-Ecken-herum - die Suchtkrankensprache, als

Beispiel: Denglisch, auch Denglish oder Engleutsch, ist eine Mix aus deutsch und englisch, die Fäkalsprache oder die Vulgärsprache usw..

Beispiel: In der Fußball-Live-Übertragung im TV sagt der Co-Kommentator:

Wenn **DU** so spielst, dann kannst **DU** nur verlieren.

Wenn **DU** keine neuen Spieler verpflichtest, steigst **DU** ab.

Wenn **DU** das System nicht änderst, geht der Verein zugrunde.

Wenn **DU** nicht endlich aufwachst, gehst **DU** in die zweite Liga.

Der Sender setzt diesen Co-Kommentator schon seit langer Zeit bei jedem Spiel ein, und die Zuschauer müssen ertragen.

Warum wird der Co-Kommentator nicht auf seine Fehler aufmerksam gemacht, sodass er sich überprüfen kann und sein verdrehtes Denken und Handeln korrigieren kann?

**Die zweite Sprache** besteht aus Stopp-Sagen, anhalten, richtig zuhören, richtig antworten, lernen zum gesprochenen Wort finden, versimpeln, vereinfachen mit bildhaften, einleuchtenden Vorstellungen und Komplexen arbeiten, die jeder verstehen kann. Die Schulung mit dem Erwachsenen-Ich im Tagesbewusstsein der Seele des Unterbewusstseins.

**Die dritte Sprache**, die Umgangssprache ist der goldene Mittelweg, damit ich mich mit der Allgemeinheit verständigen kann.

Gefundene Lösungen (Erkenntnisse) muss ich ausprobieren, verändern, solange verändern bis ich zufrieden bin und soweit es geht meine Gedanken, mit meiner Sprache und der Umwelt, soweit es möglich ist, in Einklang und Harmonie zubringen.

**Solange ich mich in der Therapie befinde und das ist schon eine lange Zeit, sprechen wir in der zweiten Sprache**

**= in der Beschreibungssprache = in der faktischen = Tatsachensprache, denn in meiner Therapie wird nichts beschönigt.**

In meiner Therapie werden Fakten als Tatsachen genannt.

Ich werde regelmäßig - unregelmäßig an die Grenzen meiner Belastbarkeit herangeführt, wo Peter meint, dass es für mich zumutbar ist.

Bisher hat es sich herausgestellt, dass es mir zumutbar war, denn nach meinen Anfangserfolgen, bevor ich mich in einer neuen Scheinwelt manifestierte, lerne ich mit der Beschreibungssprache, dass ich weitere Erfolge richtiger und gerechter Art in meinem Leben haben werde.

**Wie erreiche ich meine innere und äußere Zufriedenheit,**

fragte ich Peter und er sagte mir folgendes, was ich mir wieder aufschrieb:

- Meine Suchtkrankheiten muss ich zum Stillstand bringen.
- Die Befreiung von Ängsten ist nicht möglich, aber die schädigen, übertriebenen Ängste weniger werden lassen, ist möglich.

Es ist sogar zwingend erforderlich, mit sich in Harmonie zu leben, dann fühle ich mich auch ausgefüllt und geborgen.

Ich kann mich richtig selbstverwirklichen.

- Die Verständigungsschwierigkeiten beseitigen oder weniger werden lassen.
- Das Freudenkonto auffüllen.
- Das geistige Alter dem biologischen Alter anzugleichen.
- Die Beseitigung sämtlicher Schuldgefühle durch verstehen lernen.
- Ohne krankmachende Suchtmittel zu leben, ist nicht möglich, aber richtig mit ihnen leben zu lernen, dass richtige Maß zu finden oder mit ihnen den richtigen Umgang und Gebrauch zu lernen, ist möglich.
- Die richtige Beziehungskunde zu mir selbst und zu meiner Umwelt zu erlernen, ist zwingend erforderlich.
- Die innere und äußere Unruhe muss sich in Verstehen und Gelassenheit umwandeln.
- Sich eine innere Heimat und ein inneres Zuhause zu geben, ist notwendig.
- Sein eigener Freund zu werden, ist eine Bedingung.
- Das "**Ja**" zu sich sagen können, ist ein Muss.
- Richtlinien dieser Welt, geschriebene und ungeschriebene Gesetze, müssen wir beachten, bedenken und nach Richtlinien der Vernunft einhalten.

Ein vollständiges und richtiges Erklärungssystem macht Schuldgefühle überflüssig.

Viele Erklärungssysteme werden sie in anderen Dokumenten in der Homepage selbst entdecken können. Bei genauer Betrachtung schließen sich immer wieder Kreise, bis sich ein großer geschlossener Kreis ergeben hat.

Dadurch kehrt auch bei Ihnen Ruhe und Frieden ein.

Das Suchtkrankenverhalten wird mit Sicherheit weniger und die Suchtkrankheit kommt zum Stillstand.

### **Wodurch haben wir Schuldgefühle?**

Durch Verständigungsschwierigkeiten.

Das Unterbewusstsein schult das Kindheits-Ich eventuell schon in der vorgeburtlichen Phase oder in der Zeit nach der Geburt falsch.

Das Tagesbewusstsein (Kindheits-Ich, Eltern-Ich, Erwachsenen-Ich) versteht sich untereinander manchmal nicht richtig.

Das Tagesbewusstsein versteht das Unterbewusstsein nicht richtig.

Das Tagesbewusstsein versteht den Körper nicht richtig.

Das Tagesbewusstsein versteht und deutet viele Informationen aus der Umwelt und der Erziehung falsch.

Richtlinien - geschriebene und ungeschriebene Gesetze -, von Menschen erdacht, sind vielfach widersprüchlich oder sogar falsch.

Für die Seele sehr oft nicht leistbar und deshalb falsch und zu verstehen.

### **Der Minderwertigkeitskomplex.**

Der Minderwertigkeitskomplex beinhaltet:

Einen Mangel, an Selbstbewusstsein.

Einen Mangel, an Selbstvertrauen.

Einen Mangel, an Selbst - Eigenverantwortung.

Keinen oder einen überzogenen, also einen weit übertriebenen Egoismus.

Einen Mangel, an Selbstsicherheit.

Einen Mangel, an den normalen Selbstverständlichkeiten.

Einen Mangel, an Wertschätzung.

Alles hat sich verschoben, nichts ist mehr normal.

Die Goldwaage geht falsch.

Der Mensch ist als suchtkrank anzusehen, so einzuschätzen und als Suchtkranker zu therapieren. Fast alle Merkmale einer Suchtkrankheit sind bei ihm vorhanden.

### **Wann fingen die Verständigungsschwierigkeiten an?**

Sobald eine Seele den Körper beseelt.

## **Wann beseelt die Seele einen Körper?**

Vorstellbar ist, sobald neues Leben entsteht, das heißt sofort nach der Befruchtung oder der ersten Zellteilung.

Viele Frauen wissen gleich nach der Empfängnis, dass sie schwanger sind.

sie können die zweite Seele verspüren, die in sie Einzug gehalten hat

(das wird beschrieben im Dokument: Befruchtung und Beseelung eines Menschen).

## **Was ist Stress?**

**Stress** = innerer Druck, ist überhöhter Druck.

Für den Körper, für die Seele oder für beide.

Stress für Körper und Seele, sagte mir ein Mediziner, sind drei Operationen für einen Menschen in zwei Tagen. Damit hat er sicherlich Recht.

**Konstitution** ist die angeborene Beschaffenheit.

**Kondition** ist die erworbene Beschaffenheit.

Im Stress bin ich geboren worden!

In meinem Leben habe ich mir viel Stress gemacht.

Stress ist für mich nicht nur etwas Schlechtes oder Negatives.

Lerne ich mit dem Druck richtig umzugehen, lerne ich gleichzeitig den Stress zu kontrollieren. Stress kann ich erhöhen oder niedrig halten.

Mit dieser lebensbejahenden neuen Einstellung kann ich auch großen Stress als großen Druck von außen niedrig halten. Jeder Versuch, als richtige Anstrengung, lohnt sich.

## **Die Überforderung**

Überforderung besteht aus **über** und **Forderung**.

Über heißt: zu viel.

Forderung heißt: Eine einklagbare Sache.

Meine Probleme sind Ansprüche, Forderungen an mich selbst, sie nicht gleichzeitig, aber nacheinander zu bewältigen und als Beispiel hilft mir der Gelassenheitspruch:

**Gott**

**gebe mir die Gelassenheit**

**Dinge hinzunehmen**

**die ich nicht ändern kann**

**den Mut**



**Dinge zu ändern  
die ich ändern kann  
und die Weisheit  
das Eine vom Anderen  
zu unterscheiden.**

Friedrich Oetinger (1702 – 1782)

Heute besprachen wir in das Thema Menschlichkeit und Peter sagte dazu folgendes:  
Menschlichkeit ist die Fähigkeit, sich mit anderen Menschen zu identifizieren, ihnen mit Respekt und Mitgefühl zu begegnen und für das Gemeinwohl einzutreten. Menschlichkeit ist eine wichtige Eigenschaft, die uns von anderen Lebewesen unterscheidet. Sie bedeutet, dass wir uns in die Lage anderer Menschen versetzen können, ihre Gefühle und Bedürfnisse verstehen und ihnen mit Achtung und Anteilnahme begegnen.

Menschlichkeit zeigt sich auch darin, dass wir nicht nur an uns selbst denken, sondern auch an das Wohl der Gesellschaft und der Umwelt, in der wir leben.

**Ist Menschlichkeit immer positiv? Nein!**

Menschlichkeit hat auch negative Seiten, die mir immer noch, allzu deutlich, in Erinnerung sind. Ich habe bisher fast ausschließlich positive Dinge erwähnt.

Menschlich ist es aber auch zu töten. Ohne einen lebensnotwendigen Grund zu haben, töten wir manchmal, Menschen, Tiere und Pflanzen.

- Wut, Zorn und Aggressionen zu haben, ist menschlich.
- Wissentlich oder unwissentlich ungerecht zu sein, ist menschlich.
- Sich zu berauschen, um dem Alltag zu entfliehen, um die Last erträglicher werden zu lassen, um das Bewusstsein zu erweitern, um dadurch kreativer zu sein, die Intelligenz vermeintlich zu steigern, ist menschlich.
- Menschlich ist es auch, zu hassen, und aus diesem Hass heraus anderen Menschen Schmerzen zuzufügen (Rache).
- Menschlich ist es auch, Hass-Liebe zu empfinden und dadurch sich selbst und andere zu zerstören, zu schädigen oder stark in ihren Lebensqualitäten zu beeinträchtigen.
- Es ist auch menschlich, sadistisch zu sein, anderen Menschen Schmerzen zuzufügen und sich daran zu erfreuen.

Wir sagen dazu, es ist unmenschlich und doch sind Menschen manchmal so.

Bei Tieren ist, im allgemeinen, Sadismus nicht bekannt.

Bei Hauskatzen oder anderen Züchtungen gibt es diese Ausnahmen.

Es gibt unendlich viele negative Eigenschaften, die der Mensch besitzt.

Ich begnüge mich mit den erwähnten.

Zur angewandten positiven Menschlichkeit, hatte ich auch einige Fragen.

### **Gibt es noch Menschlichkeit oder Fairness in der Freizeit?**

Kaum, stellten wir fest. Es sollte aber wieder eingeführt werden.

### **Gibt es diese beiden Worte, Menschlichkeit und Fairness, im Berufsleben?**

Kaum, stellten wir fest. Es sollte aber wieder eingeführt werden.

### **Gibt es diese beiden Worte, Menschlichkeit und Fairness, im Sport?**

Ja, kamen wir überein, weil im Sport Spielregeln gelten, die zwar in den letzten Jahren großzügig erweitert wurden, trotzdem helfen diese Spielregeln immer noch bei Fairness und Menschlichkeit.

Die Fairness ist inzwischen riesengroß gedehnt worden, bis hin zur Unmenschlichkeit, so dass es nur noch eine bedingte Menschlichkeit im Sport gibt.

Kleine Gesten der Freundlichkeit und des Helfens sind seltener geworden.

Bei alten überlieferten Kampfsportarten ist zu beobachten, dass sie sich durch ihre Fairness von den Neuzeit-Sportarten erheblich unterscheiden.

### **Woraus besteht Freundschaft?**

Freundschaft beinhaltet:

- Sympathie (Liebe), sich mögen und verstehen.

Ein Gefühl der Verbundenheit ist entstanden.

- Das Geben und Nehmen wird nicht aufgerechnet.

- Füreinander da sein, selbst in schweren Zeiten, oder gerade dann.

- Gemeinsame Interessen, eventuell im Beruf, im Freizeitbereich, in der Familie oder durch die Familie, irgendeine gemeinsame Gruppe oder Sportart.

- Die Glaubwürdigkeit und Moral aus meiner Sicht müssen in etwa übereinstimmen.

- Das Entscheidende aber ist die "**Schutzfunktion**". Verzeihen können.

Vertrauensvoller Umgang miteinander, sich gegenseitig schützen, vor Schaden bewahren. Schaden oder Schmerzen abwenden helfen.

- Ein Freund bleibt ein Freund, auch wenn ich ihn kürzere oder längere Zeit aus den Augen verliere.
- Selbst dann ist er ein Freund, wenn ich Schlechtes über ihn höre. Ich frage um zuerst, was ist daran, stimmt das usw. Erst dann nehme ich Stellung zur Sache. Selbst wenn die negative Information stimmt, bleibt es mein Freund.
- Erst im Nachhinein kann ich sagen, das ist mein Freund, wenn er sich freundschaftlich verhalten hat.
- Keine großen Verständigungsschwierigkeiten sollte es in dieser Freundschaft geben.
- Sich gegenseitig gut aushalten und ertragen können, ist wünschenswert. Können in einer Freundschaft, viele dieser Punkte angeführt werden, ist es eine große, dauerhafte Freundschaft.

Selbst wenn wenige Punkte zutreffen, ist es eine Freundschaft.

Ein anderes Wort für Freundschaft, ist die "**Menschlichkeit**".

Da es die einseitige Liebe gibt, gibt es auch die einseitige Freundschaft oder die einseitige Menschlichkeit. Auch das leuchtete mir ein.

Selbst wenn ich alles verlieren würde, bleibe ich ab jetzt mein Freund.

### **Die Ungerechtigkeit der Menschen und meine Empfindungen dazu:**

Wenn ich mich ungerecht behandelt fühle, ist in mir Ärger und Hilflosigkeit.

### **Wie gehe ich mit dieser Ungerechtigkeit, mit meinem Ärger, mit meiner Hilflosigkeit in Zukunft um?**

Ich versuche den Menschen richtig einzuschätzen.

Ist er vielleicht selbst hilflos?

Oder behandelt er mich aus einer Panik heraus so?

Ist er vielleicht falsch informiert?

Ist er so mit sich beschäftigt, dass er nicht mehr richtig erkennen kann,  
wie er mit mir umgeht?

Lebt er nur für sich selbst oder hauptsächlich in seiner Vergangenheit?

Kann er deshalb gar nicht mehr anders handeln?

Ist er so alt, dass er gar nicht mehr anders handeln kann?

Ist so jung, dass er noch nicht gerecht handeln kann?

Ist es vielleicht Rache oder Neid, die ihn so sein lässt?

Ist der Andere vielleicht Erzieher, Lehrer, Chef oder sonst ein Vorgesetzter, der sich etwas dabei gedacht hat, mich so zu behandeln und ich mich nur ungerecht behandelt fühle, weil ich die Begründung des anderen nicht erkennen konnte?

Habe ich vielleicht nicht richtig zugehört?

Habe ich den anderen etwa nicht richtig verstanden?

Habe ich das, was er gesagt oder getan hat, ganz falsch gedeutet?

All das und noch einiges mehr muss ich in Betracht ziehen, wenn ich über Ungerechtigkeiten der Menschen und meine Empfindungen nachdenke.

Komme ich zu einer richtigen Einschätzung, ändert sich mein Gefühl.

### **Der Gerechtigkeitssinn**

Immer dann, wenn ich mich ungerecht behandelt fühle, versucht mein Gerechtigkeitssinn mir die richtige Lösung zu sagen.

Mein Gerechtigkeitssinn ist meine Wertschätzung.

Mein Gerechtigkeitssinn ist meine Goldwaage.

Mein Gerechtigkeitssinn ist meine Richtlinie, damit ich in meinem Leben zwischen Gut und Böse unterscheiden kann.

Wenn ich das kann, entspricht es meiner "**Wahrheit**".

Ändert sich meine Wertschätzung durch eine Suchtkrankheit, ändert sich im Tagesbewusstsein mein Gerechtigkeitssinn.

Mein angeborener Gerechtigkeitssinn ändert sich nicht.

Es ändern sich mit Sicherheit meine jetzigen Wahrheiten.

Meine angeborene Wertschätzung wird mir regelmäßig, von meinem Unterbewusstsein, als meine innere warnende Stimme, angeboten.

Bringe ich meine Suchtkrankheiten zum Stillstand, erreichen diese Informationen wieder mein Tagesbewusstsein, dann finde ich meinen richtigen Weg, mit meiner richtigen Wertschätzung.

### **Eine Zufriedenheit die dauerhaft ist, ergibt sich somit wie von selbst.**

**Eine neu geeichte Goldwaage, in meinem neu eingerichteten Leben, ist der**

**Garant dafür, dass ich mich wieder gut aushalten kann,**

**Verständigungsschwierigkeiten beseitigt werden und mich krank machende**

**Suchtmittel, überflüssig sind.**

Zur Liebesbeziehung mit einer neuen Freundin sagte mir Peter 1993:

Zurzeit bist du selbst ein Kind im Erwachsenenalter.

Wir versuchen in der Therapie mit größten Anstrengungen von beiden Seiten, dass du langsam im Laufe der Zeit dein geistiges Alter anhebst, aber das ist ein anderes Thema. Durch deine Übertreibungskrankheiten hast du dir massive Schäden an Seele und Körper angeeignet.

Hast du dir schon einmal Gedanken darüber gemacht, wenn du als schwerstgeschädigter, trocknender Alkoholiker unverhofft Vater wirst.

Das geht schneller als man denkt.

Kannst du das verkraften, zum Beispiel ein Säugling, der nächtelang schreit.

Oder eine überforderte, ungerechte Partnerin.

Die Probleme gehen dann mit Sicherheit weiter.

**Willst du noch Kinder in die Welt setzen, und kannst du das leisten?**

Denke bitte über deine Sterilisation (Vasektomie) nach, sie ist unumstritten eine sichere Verhütungsalternative. Dieser Eingriff führt zur dauerhaften Unfruchtbarkeit.

Im Alter von 43 Jahren entschied mich für meine Sterilisation.

**Eine Kontaktanzeige in der Zeitung gab ich 1996 mit folgendem Text auf:**

Lieber, netter junger Mann von 46 Jahren, trockener Alkoholiker, der sein Leben in Ordnung gebracht hat, sucht eine Frau die ihn versteht. Sie sollte genau so lieb sein, mit beiden Beinen im Leben stehen und keine Enttäuschungen mehr haben wollen.

Das Alter ist nicht ausschlaggebend, vielleicht etwas jünger als ich.

Ein Foto ist erwünscht.

**An den Sender Radio Niedersachsen wendete ich mich 1997 wegen einer Kontaktanzeige: betrifft Partnersuche**

Mein Name ist Horst, 47 Jahre jung, nett, ehemaliger Suchtkranker, der sein Leben in Ordnung gebracht hat, keine Kinder, keine Schulden und reichlich Liebe in sich hat, sucht eine Frau, die Verständnis hat, ca. 40 bis 45 Jahre jung ist, gut aussieht, mit beiden Beinen im Leben steht, möglichst große Kinder oder keine Kinder hat.

Sie sollte auf Alkohol verzichten können

Ich kann eine Menge geben, kann zu hören und möchte vieles teilen.

Ich bin in neue Wohnung gezogen. In meinem neuen Leben brauche ich Sicherheiten, deshalb beteilige ich die Hausbewohner an meinem Leben.

Eine Einladung für Sonntag stecke ich in den Briefkasten meiner neuen Nachbarn.

Mir liegt etwas daran, dass ich sie an meinem Leben beteilige.

Ich lade sie auf eine halbe Stunde in meine neue Wohnung ein.

Wenn sie kommen, sage ich ihnen, dass in der Küche Kaffee und Kuchen bereitsteht.

Sie können sich nach Herzenslust bedienen, und ich möchte mich vorstellen.

Wenn ich sie nicht bediene, bedienen sie sich selbst, frei und ungezwungen.

Dann sage ich ihnen, dass ich mit dem Alkohol aufgehört habe, dass ich in eine Selbsthilfegruppe gehe, wo sich Erwachsene selbst helfen.

Es war mir nur nicht möglich meine Familie zusammenzuhalten.

So mache ich mich klein, nehme die Schuld auf mich und kann meine Problematik vortragen, aber nicht die von meiner Familie.

Ich bitte sie um Mithilfe, damit ich ein menschenwürdiges, anständiges Leben führen kann.

Bitte machen sie mich auf meine Fehler aufmerksam, damit ich sie abstellen kann.

Mit dieser Einstellung baue ich mir Sicherheiten ein, verhalte mich menschlich, und die Hausbewohner können sich Informationen bei mir holen, denn in fast jeder Familie gibt es ein "**schwarzes Schaf**".

Dass ich einen großen Bekanntenkreis habe, durch meine Selbsthilfegruppe, diese Information bekommt nur mein Vermieter.

Lob und Anerkennung habe von meinen Mitbewohnern bekommen.

Einige fragten bei mir im Laufe der Zeit nach, wie ich das gemacht habe, wie das geht, ein Leben ohne Alkohol. Bei dieser Gelegenheit informierte ich sie auch über meine andern Suchtkrankheiten, die Drogensucht, Medikamentensucht, Spielen-Zocken usw., die ich auch hatte und nacheinander zum Stillstand bringen konnte.

**Im Laufe der Jahre gab es viele Nachfragen nach unserer Selbsthilfegruppe von meinen Nachbarn für ihre Angehörigen, Freunde und Bekannte, die im Suchtkreislauf stecken und den Krankheitswert verdrängen oder die im Suchtkreislauf stecken, davon krank geworden sind und Hilfe suchen.**

Horst/Peter Pakert **Ein Vergleich der Seele,**

## **des Bewusstseins, mit einem Schiff**

1995/2007/24

Dieser Vergleich, den Peter mir gab, fiel mir ein.

Ich stelle mir einmal vor, das Schiff ist der menschliche Körper und der Chef des Schiffes, das Erwachsenen-Ich, ist der Kapitän.

Bei der Seele ist das Tagesbewusstsein der Kapitän, bei mir jetzt das Erwachsenen-Ich. Die Mannschaft ist das Unterbewusstsein oder das Ausführungsorgan, also der Helfer des Chefs.

Hat die Mannschaft viel mit der ständigen Instandhaltung des Schiffes zu tun, ist sie ausreichend beschäftigt und kann sich um neue Dinge nicht kümmern.

Auf das Unterbewusstsein umgelegt, heißt es, das Unterbewusstsein kümmert sich so sehr um den Körper, dass es dem Tagesbewusstsein nicht richtig helfen kann, es versorgt das Tagesbewusstsein nicht richtig mit Informationen und kann auch nicht richtig seine eigenen Speicher sortieren.

Auch das neue Lernprogramm macht dem Unterbewusstsein zu schaffen.

Es bleibt vieles liegen, das uns wiederum Druck und Kopfschmerzen bereitet.

Somit leidet auch der Körper.

Der Kapitän, das Tagesbewusstsein, das Erwachsenen-Ich hat seine Suchtkrankheit zum Stillstand gebracht, er denkt neu, kreativ und an die neue, realistische Zukunft.

Er diszipliniert die anderen Ich-Formen (Kindheits-Ich und Eltern-Ich), die Mannschaft, das Unterbewusstsein und den Körper neu.

Er gibt ihnen neue Aufträge zur Verbesserung und Verschönerung des Schiffes, so dass die Mannschaft, das Unterbewusstsein, jetzt

- 1.) mit den alten Schäden zu tun hat,
- 2.) mit den neu auftauchenden Schäden beschäftigt ist,
- 3.) mit den neuen Anweisungen für die Zukunft beschäftigt ist (Pläne, Wünsche),
- 4.) bei sich neu aufräumen muss. Denn viele Verhaltensweisen aus der Suchtkrankheit sind jetzt im neuen Leben überflüssig geworden.

Wäre die Kapazität des Unterbewusstseins nicht so groß (ca. 80%), könnte es die vielfältigen Aufgaben gar nicht zur Zufriedenheit aller beteiligten Persönlichkeiten erledigen.

*(Ich, der Mensch, bin in meiner Gesamtheit fünf Persönlichkeiten:  
Kindheits-Ich, Eltern-Ich, Erwachsenen Ich, Unterbewusstsein und Körper.  
Ich bin mein Tagesbewusstsein, worüber ich mich bewusst erlebe.  
Ich bin mein Unterbewusstsein, worüber ich mich hauptsächlich unbewusst erlebe, für  
das Unterbewusstsein selbst immer bewusst.  
Ich bin mit meinem Tagesbewusstsein drei Persönlichkeiten - wissenschaftlich durch  
die TA - Transaktionsanalyse bestätigt.  
Ich bin das Unterbewusstsein, kann Chef oder Helfer in der Seele sein.  
Ich bin mit meinem menschlichen Körper eine Persönlichkeit, die nur vom  
Unterbewusstsein am Leben gehalten werden kann.  
Mein lebender Körper, der von der Seele beseelt und gebaut worden ist, ist als  
Persönlichkeit nur kritikfähig und kann nicht denken.  
Er ist Handlanger, Helfer, Ausführungsorgan meines Bewusstseins und mein Gehirn  
und darin nehmen die Gedächtniszellen, an der Intelligenz teil.)*

Mit Harmonie und Hoffnung aller Beteiligten ist vieles möglich, auch das neue Leben  
leben zu lernen. Eine Zeitlang geht das gut.

Nach fünf bis sechs Jahren ist aber doch noch so viel Altes liegengeblieben, der  
Körper hat sich soweit regeneriert, wie es ging, die Mannschaft kann sich aber nicht  
um alle Dinge gleichzeitig kümmern und vernachlässigt daher einige der notwendigen  
Reparaturarbeiten am Schiff oder in den eigenen Speichern, zunächst unbemerkt vom  
Kapitän, dem Tagesbewusstsein.

Die ungereinigten Ecken fangen an zu schimmeln und wollen gereinigt werden.  
Sobald aber ein zusätzliches Leck auftaucht, also eine Krankheit des Körpers entsteht  
oder ein großes seelisches Problem auftaucht oder wie beim Schiff ein  
Maschinenschaden entsteht, oder es reißen die vernachlässigten Segel, wird der  
Kapitän, das Tagesbewusstsein, das Erwachsenen-Ich gezwungen, sich wieder genauer  
mit dem Schiff, dem Körper oder der Mannschaft, dem Unterbewusstsein zu befassen.  
Der Schimmel, alte Giftstoffe, die im Körper gehalten wurden, lösen sich zusätzlich,  
und das Unterbewusstsein, die Mannschaft, ist wieder mal überfordert.

Eine Grenze zum Rückfall oder ein lebensbedrohlicher Zustand für Körper oder Schiff  
kann entstehen.



Dieses Phänomen erleben hauptsächlich die schwerstgeschädigten Suchtkranken, wie ein altes, verrottetes Schiff, das überholt auf neue Fahrt gegangen ist.

Nach fünf bis sechs Jahren muss es wieder ins Trockendock, der Suchtkranke ins Bett oder in ein Krankenhaus. Hilfe von außen ist wieder notwendig geworden.

Der Kapitän besinnt sich auf das dominante Erwachsenen-Ich und kümmert sich selbst um alle auftauchenden Schäden, bis er sich sicher ist, dass die Mannschaft, das Unterbewusstsein und das Schiff, der Körper, wieder in Ordnung sind.

Der Mensch geht zum Arzt oder löst das seelische Problem bewusst, indem er sich neue Informationen verschafft oder alte neu aktiviert.

Danach ist der Chef, der Kapitän, wieder zufrieden, weil er das Richtige getan hat und widmet sich wieder der neuen Lebensqualität, der Freude am Leben, aber auch dem richtigen Genießen des Lebens.

Im Tagesbewusstsein der einmaligen Seele darf das Eltern-Ich wieder genießen und das Kindheits-Ich darf in der Intimsphäre wieder spielen.

Der Chef, der Kapitän, das Erwachsenen-Ich darf auch wieder mittel- und langfristige denken und planen. Er darf sich wieder ganz den Witterungsbedingungen widmen oder einem schönen Buch, nachdem er das Trockendock verlassen hat. Also nachdem er von seiner neu aufgetauchten Krankheit genesen ist.

Er darf sich jetzt wieder um neue Ladung, also neue Belastungen bemühen, plant und macht schriftliche Verträge.

Oder der Chef gestaltet die Freizeit neu, weil der Körper neue Bewegungen braucht.

Oder die Ernährung wird umgestellt.

Tauchen wieder Krankheiten oder große Probleme auf, beginnt alles von vorne.

Der oberste Chef im Tagesbewusstsein, das Erwachsenen-Ich oder beim Schiff der Kapitän kümmert sich wieder persönlich, also bewusst richtig, um alles selbst, genauso wie vorher beschrieben.

Soweit der einfache Vergleich, der Seele mit einem Schiff.

Es würde ein eigener Roman werden, wenn ich so ausführlich, mit ähnlichen

Beispielen belegt, über die anderen Teile der Seele, über die Helfer des

Unterbewusstseins, den Willen, das Gefühl und die Aura berichtet hätte.

Aber es wäre ohne weiteres möglich.

Lange Zeit war ich davon überzeugt das Angewohnheiten vererbt werden.

Durch viele Beispiele konnte ich es belegen.

Jetzt - heute hat sich meine Meinung geändert.

**Ein Beispiel:**

In den ersten zwei Jahren hat mir meine Tochter beim Schlafen nicht zusehen können.

Trotzdem hatte sie, als sie ein Jahr alt war, meine Schlafhaltung.

Heute weiß ich, dass ihr Bewusstsein, bestehend aus dem Tages- und

Unterbewusstsein, mir beim Schlafen zugesehen haben.

Somit hat sie sich meine Schlafhaltung nur abgesehen.

Heute bin ich davon überzeugt, dass unser Kindheits-Ich recht früh, schon vorgeburtlich Informationen sammelt und das Unterbewusstsein ihm dabei dann hilft.

Das Unterbewusstsein ist noch gegenüber dem Tagesbewusstsein leicht geöffnet.

Da das Kindheits-Ich noch keine zweite Ich-Form an seiner Seite hat, kann es keine Geheimnisse weitererzählen.

Das Kindheits-Ich ist schon in der embryonalen Phase wach.

Das Eltern-Ich, das Erwachsenen-Ich werden erst später wach.

Wann genau weiß ich nicht, aber meine Vermutung ist, lange nach unserer Geburt.

Hilflos, schwach und auch schizophren werden wir geboren.

Unsere Persönlichkeiten sind aufgespalten, noch nicht alle wach.

Können sich zwei Ich-Formen nicht miteinander unterhalten, spreche ich von Schizophrenie, der gespaltenen Persönlichkeit.

In unserer vorgeburtlichen oder nachgeburtlichen Phase, die bis zum sechsten

Lebensjahr für das Kindheits-Ich dauern kann, können sich die Ich-Formen nicht miteinander unterhalten.

**Leicht kann jeder Mensch das für sich selbst nachprüfen.**

**Stellen Sie sich einmal ihre frühesten Kindheits-Erlebnisse vor.**

**Kindheits-Erlebnisse, die Sie allein erlebt haben; wo Sie sich sicher sind, dass kein Erwachsener Ihnen so etwas eingeredet haben könnte.**

Reichen die Erinnerungen bis zum dritten Lebensjahr, ist das Eltern-Ich im dritten Lebensjahr wach und flexibel geworden.

In den nächsten Jahren muss es zwar noch weiter geschult werden, aber es kann sich ab diesen Zeitpunkt mit der schon aktiven Kindheits-Ich-Form unterhalten.

Das Unterbewusstsein schließt die Barriere zum Tagesbewusstsein, es macht sich nicht mehr einsichtig.

Reichen die Erinnerungen bis zum vierten Lebensjahr, ist das Eltern-Ich im vierten Lebensjahr wach und flexibel geworden.

Das Eltern-Ich wird in der Regel zwischen dem dritten bis sechsten Lebensjahr wach, das Erwachsenen-Ich im Alter von 8 bis 10 Jahren, somit können sich alle drei Ich-Formen, ab dieser Zeit unterhalten.

Sie probieren sich aus.

Sie probieren den Körper aus.

Sie probieren sich untereinander aus.

Sie probieren sich mit anderen Menschen aus.

Sie probieren sich mit Tieren, Pflanzen, Materialien, Kultur und Wissen aus.

Sie probieren ihre ganze Phantasie und Kreativität aus.

Sie probieren alles aus, was in ihren Möglichkeiten liegt.

**Dabei versucht das Kindheits-Ich die Dominanz als zuerst wachgewordene Ich-Form nicht abzugeben.**

**Deshalb haben wir Schwierigkeiten richtig erwachsen zu werden.**

Ab dem 12. Lebensjahr sollte das Eltern-Ich soweit geschult sein, dass es dominant, aber mit anderen Ich-Formen verstehend, sich durchsetzen kann.

Es sollte elterlich handeln.

Wenn es nötig wird, sollte das Eltern-Ich bereit sein Chef zu werden.

Das Erwachsenen-Ich sollte ab dem 18. Lebensjahr dominant sein und die Möglichkeit haben sich durchzusetzen.

Es sollte für rationales Denken und Handeln immer bereit sein.

In vielen esoterischen Büchern steht: "Ich soll mich mit dem Kind in mir aussöhnen und vertragen". Also muss es einen Streit gegeben haben.

Streit zwischen Kindheits-Ich und Eltern-Ich oder Streit zwischen dem Kindheits-Ich, dem Körper und dem Erwachsenen-Ich.

Streit heißt auch, zerstritten sein, sich nicht einig sein.

Vorher muss es zu Verständigungsschwierigkeiten gekommen sein, die einen Druck erzeugt haben, der ohne Ersatzhandlungen nicht auszuhalten wäre.

Streit heißt auch, sich nicht verstehen, sich nicht einigen können, etwas nicht begreifen können oder wollen.

Streit kann auch Krieg heißen.

Das Kindheits-Ich streitet gerne, um die Vorherrschaft oder wegen Kleinigkeiten.

Die Natur hat es so gewollt, dass es zuerst wach wird.

### **Warum fügt es sich nicht leichter den anderen Ich-Formen?**

Weil es die Kinderzeit solange wie möglich ausdehnen möchte.

Weil es weiterhin über Körper und Seele bestimmen möchte.

Weil es sich von den Ich-Formen im Tagesbewusstsein der Leben bestimmenden Seele am wenigsten begnügen kann.

**Nachtrag:** Das Tagesbewusstsein kommt nicht an alle gespeicherten Informationen heran, die das Unterbewusstsein oder der Körper haben.

Auch hat das Tagesbewusstsein keinen Zugriff auf die Zukunft und nur wenig auf die Vergangenheit. Es braucht dazu das Unterbewusstsein.

Weil der Chef, das Tagesbewusstsein, seine selbst angeforderten und vom Unterbewusstsein herübergereichten Informationen nicht richtig lesen und deuten kann sind "Verständigungsschwierigkeiten" vorprogrammiert, sie sind angeboren.

Somit werden wir fehlerhaft geboren, mit Verständigungsschwierigkeiten behaftet, und leider auch so sterben.

Trotzdem kann in uns das Gefühl der Freiheit entstehen.

Trotzdem das Beste aus unserer Existenz zu machen, ist für jeden Menschen eine zwingende Aufgabe, also eine Pflicht.

### **Wenn ich das Eine will, ich das Andere muss!**

Unsere Grundbedürfnisse sind ganz dominante, vorrangige Erbanlagen.

Sie stellen gleichzeitig unsere Bedürfnisse klar.

Diese Informationen zu lesen ist für das Tagesbewusstsein manchmal recht einfach, aber erst dann, wenn es davon Kenntnis hat und das verhindert sehr oft unser eigenes Unterbewusstsein, weil es vom Kindheits-Ich zuerst geschult wurde oder weil wir abgelenkt sind.

Das Tagesbewusstsein kann diese Informationen meistens richtig lesen, wenn sie höherschwellig sind oder der Mensch auf niedrigschwellige Informationen geschult ist. Das heißt der Mensch hat gelernt seinen inneren Stimmen zu vertrauen (Eingebungen).

Das Tagesbewusstsein kann sie sonst nur grob unterscheiden und ungenau erfüllen.

- Es kann sich freuen und deshalb die eigenen Grundbedürfnisse übertreiben.
- Es kann sich ärgern und deshalb die eigenen Grundbedürfnisse vernachlässigen.

**Immer dann, wenn wir etwas können, kann es auch entarten.**

**Entarten heißt auch krank werden.**

**Alle Krankheiten in der Seele und am Körper können auftauchen.**

- Es kann sich manchmal richtig untereinander mit dem Unterbewusstsein oder mit dem Körper verständigen, aber nur dann, wenn höherschwellige, dominante Informationen vorhanden sind z.B. Schmerzen oder große Freude, die Druck macht. Das Tagesbewusstsein kann sich mit allen seinen Persönlichkeiten, dem Unterbewusstsein und dem Körper als Persönlichkeit streiten.

**Mit anderen Worten:**

Sie können sich heftig in die Wolle kriegen und sich dabei vernachlässigen.

Sei es durch Verständigungsschwierigkeiten oder durch Über- bzw. Untertreibungen.

- Es kann sich aber auch mit allen Beteiligten vertragen.
- Es kann alles, was es macht, über- oder untertreiben, welches nach einer gewissen Zeit zu Krankheiten führt.
- Es kann das Unterbewusstsein richtig schulen.
- Es wird aber mit Sicherheit das Unterbewusstsein falsch schulen, da es die meisten ankommenden Informationen nicht richtig deuten kann, also das Unterbewusstsein nicht richtig versteht.

Die Phantasie des Tagesbewusstseins geht sehr oft eigenartige Wege.

Hauptsächlich die des Kindheits-Ichs.

Damit ein Mensch das Beste aus seinem Leben machen kann, sollte er richtiger als bisher im Tagesbewusstsein mit richtigen Informationen geschult werden.

Erziehungsfehler sollten vermieden werden.

Die falsche Rücksichtnahme muss aufhören.

Verstehen ist der bessere Weg.

Gleichzeitig mit diesen Überlegungen sind die uns angeborenen Verständigungsschwierigkeiten der Seele als Ursache jeder Suchtkrankheit damit genügend bewiesen.

### **Ist das Tagesbewusstsein immer handlungsfähig?**

Nein, weil Alkohol, Medikamente, Drogen und Krankheiten unser Handeln verändern oder blockieren. Dieses kann mit unserer Zustimmung oder gegen unsere Zustimmung geschehen (äußerliche Gewalt oder Schlaf).

Aber auch durch Pflichten müssen wir uns manchmal vernachlässigen.

Zum Beispiel die Mutter bei der Pflichtversorgung der Kinder oder der ganzen Familie.

Oder der Vater, der arbeiten geht und im entscheidenden Moment nicht zu Hause sein kann.

### **Die drei Ich-Formen im Tagesbewusstsein**

**werden wissenschaftlich durch die TA - Transaktionsanalyse bestätigt.**

Die drei Ich-Formen machen das Tagesbewusstsein aus und sind die Chefs der Seele.

Die drei Chefs in mir sitzen in der Zentrale, dem Gehirn, und besitzen:

Eigenschaften, Fähigkeiten, Dominanzen usw.

Ich betone nochmals: die drei Ich-Formen sind das Tagesbewusstsein!

Sie haben aber auch Schwierigkeiten: Verständigungsschwierigkeiten untereinander, also sich zu verstehen, somit sich zu einigen.

Aber auch, wie beschreiben, das Unterbewusstsein und den Körper zu verstehen.

So werden wir schwach und fehlerhaft mit Verständigungsschwierigkeiten geboren.

### **Die Dominanzen der drei Chefs sehr kurz aufgeführt:**

#### **1.) Kindheits-Ich**

denkt und handelt eher kindlich,

spielerisch,

kreativ, gestaltungsfreundlich, phantasie reich,

ehrlich - brutal,

ohne die Erfahrungen des Lebens,

mit wenig Disziplin, mit viel kindlichem Gefühl, kindisch.

Es versucht die anderen Ich-Formen nachzuspielen.

Das Kindheits-Ich wird immer die Dominanz der zuerst wachgewordenen Ich-Form behalten wollen. Deshalb gibt es so viele Suchtkrankheiten, die ich zuerst immer als die eigene Hörigkeit bezeichne, weil sich das Kindheits-Ich vernachlässigt.

Es ist sofort nach der Befruchtung wach und wird vom Unterbewusstsein geschult, kann aber leider nichts davon behalten.

Deshalb erinnert sich ein Erwachsener nur an Begebenheiten, nachdem das Eltern-Ich wach wird (ca. dritte bis sechste Lebensjahr).

Also hält die komplette Seele bei der Befruchtung in einen Menschen Einzug.

Empfindsame Frauen bekommen den Einzug dieser Seele als Energieform wie erwähnt mit und sagen: "Jetzt hat es geklappt, jetzt bin ich schwanger", weil sie die zusätzliche Energie verspüren.

## **2.) Eltern-Ich**

es denkt und handelt elterlich mit großen Gefühlsanteilen:

es kann genießen,

es ist verständnisvoll, es ist ausgleichend,

es ist falsch rücksichtnehmend, es ist verzeihend,

es ist harmonisierend und sehr harmoniebedürftig,

denn ohne Harmonie ist ein Genuss nicht möglich.

Somit ist es die einzige Ich-Form, die richtig genießen kann.

Das Eltern-Ich hilft entweder dem Kindheits-Ich oder dem Erwachsenen-Ich.

Seine herausragende Fähigkeit ist - als einzige Ich-Form richtig - mit großen Gefühlsanteilen genießen zu können.

Dies kann gar nicht oft genug wiederholt werden.

Da das Eltern-Ich die größten Gefühlsanteile hat, Freude = Liebe dem Eltern-Ich als notwendige Dummheit anzulasten ist, weil das Eltern-Ich, hauptsächlich für die Arterhaltung zuständig ist.

*(**Nachtrag:** Das Eltern-Ich verhält sich wie Eltern mit allen Rechten und Pflichten. Liebe, Güte, Wärme, mütterliche, väterliche Wärme, erzieherische Rollen, kommen aus beiden Teilen zu Tage. Die Sexualität; denn Eltern sein hat etwas mit Zeugung, Nachwuchs, Aufzucht, Versorgung, Entsorgung, also mit allen körperlichen und seelisch-geistigen Grundbedürfnissen zu tun.)*

*Ein Eltern-Ich kann niemals lange gegen die Natürlichkeit leben und auf eines dieser Grundbedürfnisse verzichten. Verzichten über einen längeren Zeitraum kann nur das Kindheits-Ich und das Erwachsenen-Ich.*

*Das Eltern-Ich beinhaltet Güte, ausgleichend, schlichtend, verstehend, verzeihend, vergebend und die Nachsicht.*

*Es ist geprägt von liebender Mütterlichkeit und liebender Väterlichkeit.*

*Wir finden es ausgeprägt bei Opa und Oma wieder, die sich das Erwachsenen-Ich abtrainiert haben, für überflüssig halten, es auch nicht mehr leisten können.*

*Das geht hin bis zum späten Verlust des Eltern-Ichs.*

*Sie werden zum Schluss nur noch Kind sein.*

*Altenheime sind Kindertagesstätten und Säuglingsstationen.)*

### **3.) Erwachsenen-Ich:**

Es denkt und handelt hauptsächlich rational, ohne große Gefühlsanteile.

Das Erwachsenen-Ich hat die oberste Dominanz, wenn es in die Lage versetzt wird, seine Fähigkeiten einsetzen zu dürfen.

Dazu muss es von den Erziehern geschult werden.

Es wird wach im Alter von etwa acht bis zehn - zwölf Jahren.

Das sollten Erwachsene, hauptsächlich Eltern, Lehrer und Therapeuten wissen.

#### **Welche Ich-Form in meinem Tagebewusstsein kann sich schämen?**

Das Kindheits-Ich und das Eltern-Ich.

Das Erwachsenen-Ich nicht, denn es kann schnell umdenken, macht dann andere Erfahrungen, aber ohne große Gefühlsanteile.

Zum Schämen brauchen wir aber das Gefühl.

#### **Wer in meinem Tagebewusstsein kann weinen?**

Das Kindheits-Ich und das Eltern-Ich.

Zum Weinen brauchen wir wiederum Gefühl.

Das Wut-Weinen ist kindliches Weinen.

Warum müssen bei einem körperlichen und seelischen Entzug oder Enthaltbarkeit manchmal Medikamente gegeben werden?

Wegen körperlicher Schäden und Störungen (Verkrampfungen, Nervenschäden), weil die gewohnten Stoffe fehlen.



Weil das Kindheits-Ich und/oder das Eltern-Ich in der Seele krank geworden sind und das Erwachsenen-Ich noch nicht wach oder richtig geschult ist und somit wenig oder gar keine Selbstheilungskräfte erzeugt werden können oder es sind alle drei Ich-Formen erkrankt. Dann wird auch nicht mehr logisch gedacht, und der Mensch kann sich selbst nicht richtig helfen.

### **Das Bewertungssystem:**

#### **Was beinhaltet unser Bewertungssystem und wer hat es?**

Das Bewertungssystem ist eine Sichtweise.

Sichtweisen

- des Kindheits-Ichs,
- des Eltern-Ichs,
- des Erwachsenen-Ichs,
- des Unterbewusstseins,
- des Körpers.

Somit können die erwähnten Teile Wahrheiten haben.

Neigungen zu als Zuneigungen, teils angeboren, teils erworben.

Neigungen gegen als Abneigungen, teils angeboren, teils erworben.

Die Neigungen spreche ich der Seele zu, die Anlagen dem Körper.

Auch der Gerechtigkeitssinn ist eine Anlage, genauso wie

- das Wertschätzungssystem
- die Bewertung
- oder das Mittelpunktsgedanken.

### **Gedanken zu unserem Denken:**

**Früher war das hochkomplizierte Denken "um sieben Ecken herum" das Denken eines Suchtkranken. Heute ist dieses Denken Allgemeingut, weil fast alle Menschen sehr loddrig, also ungenau denken.**

**Es hat sich in der Bevölkerung ausgebreitet.**

**Zu beobachten ist es vor Gericht, bei Behörden, in der Freizeitgestaltung, in jeder Familie oder auch auf Beipackzetteln oder Bedienungsanleitungen usw.**

**Umgangssprachlich wird falsch gedacht, gesprochen und gehandelt.**

**Verständigungsschwierigkeiten sind auch dadurch vorprogrammiert.**

**Ein Nichtverstehen und falsches Handeln sind die Folge.**

**Wir Menschen sind Suchende und finden aber meistens Unverständnis.**

**So kann auch nicht die Möglichkeit des richtigen Verstehens entstehen und damit auch nicht die Möglichkeit des richtigen Verständnisses.**

**Erhoffte Reaktionen bleiben aus.**

Als suchender Mensch müssen die drei Ich-Formen lernen richtig zu denken.

Dann erst können sie über das Gehirn (körperlich) den Körper richtig steuern und lenken.

Dann erst kann sich unsere Kreativität richtig zufriedenstellend entfalten.

Das Erwachsenen-Ich muss richtig nachdenken lernen.

Hier sind die Erwachsenen gefragt.

Das Kindheits-Ich muss richtig nachdenken lernen.

Hier sind wieder die Erwachsenen gefragt.

Das Eltern-Ich muss richtig nachdenken lernen.

Auch hier sind die Erwachsenen gefragt.

Leisten die Erwachsenen oder die Verantwortlichen (zum Beispiel die Erzieher) richtige Informationsarbeit und überprüfen, ob es bei dem anderen richtig angekommen ist, ist mit Sicherheit das meiste getan, um eine Suchtkrankheit zu verhindern. Zum Beispiel durch das allgemeine Leben!

Alle drei Ich-Formen, aber auch das Unterbewusstsein müssen richtige Gedanken haben.

Das Eltern-Ich und Erwachsenen-Ich sind mit jedem richtigen Fortschritt zufrieden. Hauptsache, es geht richtig und vernünftig weiter.

Das Kindheits-Ich nicht, weil es die Vorherrschaft nicht abgeben will.

Weil das Kindheits-Ich so kreativ ist, sieht das Erwachsenen-Ich auch so lange zu, denn es hofft, es kommt doch noch etwas Hilfreiches, Vernünftiges,

Wahrheitsgetreues dabei heraus.

Aber leider sieht es meistens anders aus.

Das Erwachsenen-Ich wird vom Kindheits-Ich diktatorisch unterdrückt.

Dabei nutzt es schamlos alle Fähigkeiten des Erwachsenen-Ichs aus und spielt diese - solange es geht - nach.

Vergleichbar mit einer Familie, die vom Kind gesteuert und geschult wird.

Oder ein Kind geht arbeiten usw.

Im Laufe der Jahre bröckelt diese Maske immer mehr und derjenige wird auffällig.

Die innere Unzufriedenheit bleibt trotz großer Anstrengungen bestehen.

**Auszug:** Dem Kindheits-Ich im Tagesbewusstsein schreibe ich eher das Spielen zu.

Es kann sich aber auch wie jede andere Ich-Form verhalten.

Es kann sich zum Beispiel alle Fähigkeiten des Erwachsenen-Ichs anschauen und nachspielen. Das Kindheits-Ich ist der perfekte Schauspieler.

Dem Eltern-Ich spreche ich eher das Elterliche zu, also Stolz auf Leistungen anderer zu sein, sowie verstehend, verzeihend, helfend, sich zurücknehmen könnend.

Das Eltern-Ich kann als einzige Ich-Form richtig genießen!

Dem Erwachsenen-Ich spreche ich eher die Ratio, also das rationale Denken ohne große Gefühlsanteile zu. Es ist am gerechtesten. Es denkt eher geschäftsmäßig.

Jede Ich-Form kann sich verstellen!

Jede Ich-Form kann schauspielern.

Jede Ich-Form kann ehrlich sein.

Jede Ich-Form kann unehrlich sein.

Jede Ich-Form kann also alle Eigenschaften haben, auch die Eigenschaft suchtkrank zu sein.

Die drei Ich-Formen sind unterschiedliche Bestimmer.

Sie sollten gleichberechtigt sein, sind es aber nicht.

Das Erwachsenen-Ich ist, wenn es wach werden durfte, der dominanteste Bestimmer.

Das zuerst wachgewordene Kindheits-Ich will die Vorherrschaft nicht abgeben.

Wird das Erwachsenen-Ich richtig geschult, hat es die ganze Befehlsgewalt über: das Kindheits-Ich, das Eltern-Ich, das Unterbewusstsein und den Körper.

Nur Medikamente und Krankheiten können diese Dominanz über den Körper gegen den Willen des Erwachsenen-Ichs verändern.

(Suchtmittel sind auch Medikamente, haben aber eine recht unterschiedliche therapeutische Breite.)

Wird ein Mensch suchtkrank verschieben sich die Dominanzen, die Prioritäten, die Bestimmer.

Suchtkrank verhalten sich immer zuerst das Kindheits-Ich, dann das Eltern-Ich und fast nie das Erwachsenen-Ich, wohl aber das Unterbewusstsein, schon lange vor dem Körper. Aus suchtkrankem Verhalten kann eine Krankheit entstehen.

Ein weiteres Forschungsergebnis von Peter in den letzten 30 Jahren mit einem suchtkranken Personenkreis und deren Angehörigen von mindestens 18.000 Menschen (Stand 2007/8).

In 90% der Fälle wird zuerst das Kindheits-Ich krank, weil es die zuerst wachgewordene Ich-Form ist. Weil es die Vorherrschaft nicht abgeben will und somit steuert und lenkt das Kindheits-Ich die ganze Familie (Eltern-Ich, Erwachsenen-Ich, Unterbewusstsein und Körper.).

**Stellen Sie sich vor, wie es ausgeht, würde Ihr Kind Ihre ganze Familie lenken und steuern, es hätte bei Ihnen über alle Belange das Sagen!**

**Die Familie würde Bankrott gehen, unglücklich werden und das kranke Kind würde alle krank machen, weil es mit den vielfältigen Aufgaben, die zu bewältigen sind, völlig überfordert wäre.**

**Aber auch alle Außenstehenden würden durch falsche Kommandos krank werden oder sich distanzieren.**

Das Kindheits-Ich will aber die einmal erlangte Dominanz nicht wieder abgeben und wird mit zunehmendem Alter immer schwächer.

Deshalb wird ein etwa 50-jähriger Mensch geistig immer jünger.

Er verhält sich wie ein Kind, handelt kindlich, spricht kindlich und ist im Erwachsenenalter als kindisch anzusehen.

Allen Menschen, die dieses erwachsene Kind kennen, fällt es auf, aber kaum jemand kommt auf die richtige Idee, dass dahinter eine Suchtkrankheit stehen könnte.

Dieser suchtkranke Mensch wird entweder von der Gesellschaft getragen oder aus dieser ausgeschlossen. So bekommt der Suchtkranke seinen Makel.

Später, ab dem 20. Lebensjahr wird in ca. 70% aller Fälle auch das Eltern-Ich suchtkrank, weil es dem Kindheits-Ich beisteht, ihm falsch hilft und auch überfordert ist.

Das Erwachsenen-Ich wird fast nie suchtkrank.

Es muss schon dazu gezwungen werden und das geht nur von außen.

Das Erwachsenen-Ich hat von allen Ich-Formen durch den Schöpfer der Seele die größte Dominanz erhalten. Dies ist auch das Glück eines Suchtkranken.

Wenn er sich auf diese Dominanz besinnt, mit dieser Ich-Form die Dominanz übernimmt und dabei diktatorisch vorübergehend vernünftige Anordnungen gibt, müssen alle anderen Persönlichkeiten in ihm gehorchen.

Ein normales, gesundes Leben ist nach einiger Übungszeit (3 - 5 Jahre) wieder möglich. Ein genesendes Leben ist schon vorher möglich.

**Auszug:** Jede Seele kann wieder feinstjustiert werden (=gesund), und der Körper Mensch kann von vielen körperlichen Krankheiten oder Vorschäden genesen.

Jede Seele kann deshalb feinstjustiert werden, weil die Seele aus unendlich vielen Energien besteht.

- Bei jeder Suchtkrankheit das Kindheits-Ich zuerst erkrankt.
- Somit muss das Erwachsenen-Ich neu geschult werden.
- Somit muss das Eltern-Ich neu geschult werden.
- Somit muss das Kindheits-Ich neu geschult werden.
- Somit muss auch das Unterbewusstsein neu geschult werden.
- Somit muss auch der Körper neu geschult werden.

**Selbsterstörungskräfte müssen in Selbstheilungskräfte umgewandelt werden!**

Neue Verhaltensweisen muss auch der Körper erlernen, wenn ich zufrieden werden will.

Das Tagesbewusstsein ist die dominanteste, überragende Kraft in uns, die über die gesunde und ungesunde Vorgehensweise bestimmt.

Somit sind Selbstheilungskräfte nichts weiter als die Möglichkeiten des Tagesbewusstseins oder des Unterbewusstseins den Willen - die Kraft, Gefühle und die Aura richtig für sich selbst einzusetzen, also die Selbstverwirklichung, Vorstellungen in die Tat umzusetzen.

Wir dürfen deshalb auch sagen, das ist die richtige Beziehungskunde.

Diese Kräfte können also bewusst mit dem Tagesbewusstsein oder unbewusst mit dem Unterbewusstsein eingesetzt werden.

Dem Unterbewusstsein ist es sicherlich klar, was es macht, nur uns wird es im Tagesbewusstsein meistens nicht bewusst.

Bestimmende, angeordnete Kräfte in uns sind nur das Tagesbewusstsein und das Unterbewusstsein. Ihre Möglichkeiten sind schier unbegrenzt.

Zur Verfügung haben sie den Willen - die Kraft, das Gefühl, die Aura und Grundbedürfnisse als Wegweiser zum richtigen Leben und Überleben.

**Wer seine Grundbedürfnisse richtig kennt, seine Kräfte und Möglichkeiten richtig nutzt wird leben, überleben, länger leben, zufriedener und gesünder leben.**

Die Selbstheilungskräfte kann ich aber auch falsch benutzen.

Dann sind es die Selbstzerstörungskräfte.

Mit einem Hammer kann ich sinnvoll, nutzbringend etwas anfertigen oder sinnlos etwas zerstören. Manchmal macht es auch Sinn etwas zu zerstören.

Wenn ich etwas zerkleinern will, nehme ich mir einen Hammer, schone dadurch meine Hand und schaffe mir Platz für neue Dinge.

Das Tagesbewusstsein oder das Unterbewusstsein steuern und lenken über das Gehirn den Körper ungesund oder schädigend durch die eigenen Selbstzerstörungskräfte, die vom Bewusstsein erzeugt werden.

Selbstzerstörungskräfte sind immer vor jeder Krankheit bewusst oder unbewusst angewendet, eingesetzt worden.

Ist ein Schaden, eine Krankheit entstanden, wende ich Selbstheilungskräfte an, werde wieder gesund oder muss Hilfe von außen zusätzlich annehmen.

**Der suchtkranke = hörigkeitskranke = bewusstseinskranke Mensch richtet diese Kräfte immer gegen sich, aber auch gegen andere. Diese Menschen zerstören sich selbst und fügen all denen Leid zu, mit denen sie zu tun haben.**

**Keiner ist vor ihnen sicher.**

**Hauptsächlich aber die Menschen, die ihnen sehr nahestehen, die sie liebhaben, weil sie sich sicher sind, dass ihnen wieder verziehen wird.**

Die Würde des Mitmenschen wird angegriffen, sich Freude auf Kosten anderer bereitet, und die Menschlichkeit bleibt auf der Strecke.

Das war meine Vorgehensweise in meiner Suchtkrankenkariere, in meinem Übertreibungs- und Weglaufleben, es war mir nur nicht bewusst.

**Gedanken zur Therapie:**

- Jeder sollte lernen, die eigenen Kräfte für sich einzusetzen.

- Zu 80 Prozent kümmere ich mich in der Therapie um die Seele, sagte mir Peter.

Denn die Ursache ist in der Psyche zu suchen.

- Jeder Suchtkranke muss lernen im Jetzt, Hier und Heute zu leben.

Lebe ich bewusst, wird mir der geplante Rückfall bewusst und ist zu verhindern.

- Die Anamnese, die Vorgeschichte wird ebenfalls berücksichtigt, aber das Heute mit sich und der Umwelt leben zu lernen ist das Entscheidende.

- Ich aktiviere durch das richtige Besprechen der Seele die Selbstheilungskräfte.

So entsteht eine neue gesunde Ordnung!

- Viele Krankheiten verschwinden dadurch.

- Seele und Körper regenerieren sich.

Der Körper regeneriert sich in drei bis fünf Jahren, so gut er kann.

Die Seele fängt sofort mit der Regenerierung an.

Der Genesungsweg beginnt mit dem Umdenken und die eigene Glaubwürdigkeit ist wieder hergestellt.

- Medikamente müssen kaum gegeben werden, weil durch ein bewusstes Leben auch die Ernährung und vieles andere umgestellt wird.

- Die Lebensqualität steigt. Einem Genießen des Lebens steht nichts mehr im Wege.

**Die Unikattherapie ist aus dem großen Topf an gesicherten Informationen zur Seele, die ich zur Verfügung habe, für jeden Menschen mit seiner Individualität auf ihn und der Ausprägung seiner Krankheit zugeschnitten worden.**

Ich, der Peter, öffne durch diese Gespräche mindestens **vier Chakren**, so dass nicht nur wieder eine Erdverbundenheit entsteht, sondern auch eine Harmonie des Körpers bewirkt wird. Energien können wieder fließen.

Sieben solcher Chakren werden als Hauptenergiezentren des Menschen angesehen.

Die Chakren-Lehre (Chakren und die Nebenchakren) ist ein altes indisches Wissen.

**Nachtrag:** Eine einmalige Seele kann elektrische Impulse als Informationen in ein Gehirn geben, diesen dazugehörenden Körper dadurch steuern und lenken und vom Körper zurückkommende Informationen als elektrische Impulse meistens richtig lesen. Werden sie nicht richtig gelesen ergeben sich Fehlreaktionen.

Richtig lesen kann nur das Unterbewusstsein.

Damit sind wieder die angeborenen Verständigungsschwierigkeiten erklärt.

Der Körper des Menschen interessierte mich, von einer anderen Seite betrachtet, sehr.

**Was wir alle wissen sollten:**

Der Körper des Menschen ist schon bei seiner Geburt eine einzige Baustelle.

Der menschliche Körper wird krank, kränklich und schwach geboren, ohne dass wir in unserem Sinne von irgendeiner Krankheit sprechen würden.

Krank, in unserem Sinne, ist erst dann ein Mensch, wenn er Krankheitssymptome aufweist. Der Mensch hat Beschwerden.

Wir haben dann einen Namen für diese Symptome: "Das Krankheitsbild".

Das Verständnis, von Seiten des Patienten, kann kaum für sich richtig entstehen, da einfache Zusammenhänge, von Fachleuten, über den Körper zurückgehalten werden.

**Einige Tatsachen werden von ihnen sogar verdreht,**

**oder sie trauen sich nicht die Wahrheit zu sagen,**

**oder die Zeit ist nicht da,**

**oder es fehlen ihnen die richtigen, verstehenden Worte,**

**dem Patienten, das von ihnen Erkannte zu erklären.**

So entsteht beim Patienten der Eindruck, er wird nicht verstanden.

Seine schon nicht richtig vorhandene Denkungsweise wird somit unterstützt.

Vielen Menschen, als Patienten, könnte mit ehrlichen Erklärungen der Zusammenhänge seelisch geholfen werden.

Die Hilfe für die Seele würde unterstützend dem Körper zu Gute kommen.

Die Selbstheilungskräfte könnten aktiviert werden.

Die Seele, das Tagesbewusstsein oder das Unterbewusstsein können den Körper zum kämpfen verleiten.

Ständig sind in uns Bauarbeiter unterwegs, um das baufällige Gebäude, den Körper zu restaurieren. Es wird aufgebaut, Bau- und Betriebsstoffe bereitgestellt.

Aufgebaut, entgiftet, zerkleinert und abtransportiert in jeder Sekunde.

Eindringlinge, die den Körper über Gebühr schädigen würden, versucht die Polizei des Körpers, unsere Abwehr, einzufangen und zu neutralisieren oder als Baustoffe wieder zu verwenden. Bei einer Entzündung geschieht nichts weiter, als das Heranholen von Polizisten und Bauarbeitern, die den gestörten Bereich absperren, Eindringlinge einfangen, zerstörte Bereiche wieder aufbauen helfen.



Kein Bauwerk auf unserer schönen Welt ist so baufällig, wie der menschliche Körper. Dieses wurde durch eine höhere Macht so bestimmt. Wir haben die Pflicht, es so, wie es ist, zu erkennen, zu nutzen und das Beste daraus zu machen.

Unsere Seele - mit ihren Selbstheilungskräften - kann alle Arbeiter oder sonst irgendwie tätige Polizei oder Feuerwehr beruhigen, sie vernünftig arbeiten lassen oder durch Selbstzerstörungskräfte unnütz antreiben und durcheinanderbringen.

Die Selbstheilungskräfte oder die Selbstzerstörungskräfte sind nichts weiter als unsere Vorstellungskräfte.

Der kränkliche, schwache, baufällige Körper braucht seelischen Beistand.

Zum Beispiel Osteoklasten, Osteoblasten als Baumeister des Körpers, die den Knochen ab- und aufbauen, müssen beruhigt oder vernünftig angetrieben werden. Diese Arbeit ist unbedingt notwendig, damit unsere Knochen den jeweiligen Belastungen standhalten.

Ich habe lernen dürfen: Osteoklasten klauen. Osteoblasten bauen.

Ist die Seele gesund und vernünftig, geht es dem Körper gut, er ist stark und widerstandsfähig.

Befindet sich in der Seele Disharmonie, geht es dem Körper schlecht, und er ist anfälliger gegenüber schädigen Einflüssen. Er wird krank und braucht Hilfe, die wir ihm mit einer gesunden Denkungsweise geben können.

**Zusammenfassend sage ich:**

**In uns findet normalerweise kein Kampf statt.**

**In uns findet eine ständige Arbeit statt.**

**In uns findet ein ständiges Aufbauen statt.**

**In uns findet ein ständiges Abbauen statt.**

**In uns findet ein ständiges Aufräumen statt.**

**In uns findet ein ständiges Bereitstellen von Bau- und Betriebsstoffen statt.**

**In uns findet eine ständige Erneuerung statt.**

Durch unsinnige, aufgeregte, ängstliche Anweisungen von der Zentrale, dem Gehirn, gerät die normale Arbeit durcheinander.

Das Unterbewusstsein als ausführendes Organ schädigt uns am meisten, wenn es durch den Chef, als das Tagesbewusstsein falsch geschult wurde.

*(Wegen erlittener Ungerechtigkeiten entsteht im Bewusstsein, ausgehend vom Tagesbewusstsein, im Tagesbewusstsein vom Kindheits-Ich mit seinem Gerechtigkeitsinn die Bewusstseinskrankheit.*

*Dadurch leidet der menschliche Körper als Spiegelbild der Seele und als Ausführungsorgan des Bewusstseins der Seele.*

*Das Kindheits-Ich im Tagesbewusstsein oder das falschgeschulte Unterbewusstsein steuern und lenken - über das Gehirn - den Körper ungesund oder schädigend durch die eigenen Selbstzerstörungskräfte, die vom Bewusstsein erzeugt werden.*

*Der Körper als Spiegelbild der Seele - der Bewusstseinsbefindlichkeit.)*

Beruhige, Vertrauen gebende Anweisungen, beruhigen die Arbeiter in unserem Körper Nerven als Telefonleitungen sind nicht überlastet.

Die vielen Briefträger mit Zetteln in den Händen, als Hormone, sind auch zu beruhigen und verlaufen sich nicht mehr ständig.

Auch werden sie bei der Übergabe ihrer Nachrichten schneller und zügiger abgefertigt. Eilboten als unsere Überlebenshormone werden somit überflüssig.

Es reicht, wenn sie in einem wirklichen Normalfall eingesetzt werden.

Eine Entzündung im oder am Körper ist somit ein Hilferuf.

Baugruppen werden angelockt, herangeholt, räumen auf, bauen wieder neu auf.

**Mit unseren Selbstheilungskräften können wir unterstützend tätig sein.**

**Mit unseren Selbstzerstörungskräften zerstören wir uns.**

**I.)** Wenn das Tagesbewusstsein oder das Unterbewusstsein Angst hat, so dass wir es körperlich nachempfinden können, welche Symptome - Erkennungsmerkmale zeigt der Körper als Ausdrucksform der Seele?

**Ansatzweise Erkennungsmerkmale, die der Körper bei Angst zeigt.**

1.) Die Haut: ist sehr blass oder sehr rot.

Rötungen, hektische Flecken, Blässe, Gänsehaut schlechtes fleckiges Aussehen, vermehrt Falten, verkniffenes Gesicht, Ausschlag, kalter Angstschweiß, die Haut ist kalt, gebeugte Haltung, Nervosität, Hautzuckungen usw.

2.) Die Mimik - Gesichtshaltung und Ausdruck: verkrampft, grimmiges Gesicht, Muskeln vermehrt beansprucht, der Mensch trägt dann eine Maske.

3.) Die Gestik - Körperhaltung als Ausdrucksform: abwehrende Haltung,

Bewegung verkrampft, durcheinander, fahriges Bewegungen, Zittern, Stolpern, Panik oder "sich an sich festhalten" (Arme und Beine verschränken / Schutzhaltung).

Ernster, abweisender Gesamteindruck.

("Komm mir bloß nicht zu nahe".)

**Gestik** und **Mimik**, zusammen nennt man es Pantomime.

Sie ist bei Angst verschlossen oder hektisch. Genauso wie oben einzeln beschrieben.

1.) Der Darm: ist offen oder teilweise verkrampft, Durchfall, Verstopfung,

Darmbeschwerden können auch den Magen in Mitleidenschaft ziehen.

Magenschmerzen, Verdauungsstörungen, Magengeschwür, Magenkrebs,

Hämorrhoiden, Darmblutungen, Darmverschluss, die Neigung zu Fisteln ist sehr groß.

2) Die Blase: Vermehrte Ausscheidung (Wasser lassen), Inkontinenz, weiterführend zu Entzündung, Krebs usw. Aufsteigende Infektionen häufen sich.

3.) Die Nieren: Erst Verkrampfungen, später Krankheiten wie Kolik, Steine,

Entzündung, Zusammenbruch der Nierenfunktion.

Vermehrte Eiweißausschüttung und Blutungen.

Angst hat viele Gesichter, zum Beispiel versuchen wir Wut, Ärger, Zorn, Rache über den Körper auszuleben. Leider gelingt eine Befreiung von der Angst dadurch selten, weil sich keine Freude einstellt.

**II.)** Wenn das Tagesbewusstsein oder das Unterbewusstsein Freude hat, so dass wir es körperlich nachempfinden können, welche Symptome - Erkennungsmerkmale zeigt der Körper als Ausdrucksform der Seele?

**Ansatzweise Erkennungsmerkmale, die der Körper bei Freude zeigt:**

1.) Die Haut: ist trocken, rosig bis rot, also gut durchblutet.

Entspannte Gesichtszüge, weniger Muskeln sind angespannt, die Haut ist warm.

2.) Die Mimik - Gesichtshaltung: freundlicher Gesichtsausdruck und lockere Körperhaltung.

3.) Die Gestik - Körperhaltung: normale Bewegungsabläufe, entspannte, offene, ehrliche Freude machende Haltung.

**Pantomime:** Der ganze Körper entspannt sich und ist frei beweglich.

Dadurch vermittelt der Mensch: Freiheit, innere Ruhe, Glaubwürdigkeit und Anstand.

Die Blase - die Nieren: normale Reaktionen für den jeweiligen Menschen.

4.) Der Darm: normale Verdauungsabläufe für den jeweiligen Menschen.

5.) Die Blase - die Nieren: normale Reaktionen für den jeweiligen Menschen.

Zum Vergleich: Die Gesichtsmuskulatur.

Für ein Lächeln brauchen wir 14 Muskeln.

Für ein grimmiges Gesicht brauchen wir 72 Muskeln.

Deshalb lohnt sich jedes ehrliche Lächeln, um Energie zu sparen.

Deshalb lohnt es sich nicht, sich anzustrengen, um grimmig zu sein!

So viel zum Thema: "Der Körper des Menschen", mal aus einer anderen Sicht.

Horst/Peter Pakert **Erfahrungen und Erfolge**

1995/2007/24

Jeder Mensch muss mit seiner Kritikfähigkeit - im Bewusstsein der Seele - mit seiner Gerechtigkeit - in seiner Seele zu finden - mit dem logischen Denken - in der Seele zu finden - und seinen Erfahrungen, seinem Grundwissen - in der Seele zu finden - sich ein eigenes Bild, einen eigenen Eindruck verschaffen, damit er es mit seinem Bewusstsein in seiner Seele, als für ihn richtig, kann ich verstehen, kann ich gebrauchen, sich selbst seine Wahrheit aneignen kann.

Die einmalige perfekte Leben spendende Seele eines Lebewesens

"ist" ein energetisches System,

"ist" ein in sich funktionierender Verbund,

"ist" ein in sich und nach außen hin, über einen materiellen Körper funktionierender Verbund, der sich selbst bestimmen kann, weil er bewusst und unbewusst denken kann für ein jeweils materielles Leben, dass die Seele über einen Körper erleben soll, um mit dem materiellen Körper Erfahrungen in dieser materiellen Welt zu sammeln.

Das braucht die Seele in ihrer Evolution.

Denn keiner weiß, was aus diesen einmaligen Seelen später werden soll.

Dass die einmalige Seele diese Erfahrungen brauchen wird, zeigen uns schon heute unsere Neigungen zu oder Neigungen gegen, obwohl wir Menschen diese Neigungen in diesem Leben noch nicht richtig deuten können.

**Wir geben aber meistens den Zuneigungen nach, ohne groß zu hinterfragen:**

**Warum - Weshalb - Weswegen.**

*(Jeder Mensch wird außer mit seinen Grundbedürfnissen, auch noch mit stimmten Zuneigungen und Abneigungen geboren.*

*Zum einen haben wir körperliche Vorlieben oder Abneigungen, die wir mit unseren Erbinformationen mitbekommen. Hierbei sprechen wir von Erbanlagen.*

*Aber auch unsere Seele bringt bestimmte Neigungen mit.*

*Dies kann Zuneigung, also Sympathie sein. Oder Abneigung, also Antipathie sein.*

*Eine Neigung ist eine Richtung - im positiven oder negativen Bereich.*

*Auch dort ist das Polaritätsgesetz gültig.*

<i>Zuneigung</i>	<i>Abneigung</i>
<i>Sympathie</i>	<i>Antipathie</i>
<i>Freude</i>	<i>Angst</i>

*Wir bestehen also: aus dem Körper mit seinen Erbanlagen,*

*aus der Seele mit ihren ureigenen Neigungen und den Gefühlen der Angst oder Freude, die diesen Neigungen eine gefühlsmäßige Ausdrucksform verleiht.*

*Wenn wir von unseren Neigungen sprechen, so können wir diese jeweils einer Richtung zu ordnen.*

*Entweder auf der Seite der Freude oder auf der Seite der Angst.*

*Wir sprechen also vom Gefühl und dem Bewertungssystem der Seele.*

*Zuneigungen und Abneigungen brauchen wir, um unterscheiden, zu wählen, zu trennen, zu bewerten, also für unsere Wertschätzung. Abneigungen, Aversionen brauchen wir genauso wie Zuneigungen, um uns im Leben zurechtzufinden.*

*Ein gültiges Wertesystem sich zu erarbeiten, um sich vor Gefahren für Leib und Leben zu schützen oder um zufrieden zu werden, ist für uns Menschen eine Pflicht.*

*Abneigungen sind Ängste, auch dann, wenn wir es noch nicht als Angst empfinden oder einordnen können.*

*Das Gefühl besteht nur aus zwei Unterteilungen. Aus der Angst und der Freude.*

*Alles was keine Freude ist, ist Angst. Die vielen anderen Namensgebungen sind wie erwähnt entweder im Angst- oder im Freudenbereich einzuordnen.*

*Zuneigung ist Sympathie, das Gefühl der Freude. Je größer die Sympathie, je größer die Freude.*

*Abneigung, das Gefühl der Angst. Je größer die Abneigungen, je größer die Ängste.*

*Auf die Veränderbarkeit unserer Gefühle beziehungsweise unserer speziellen Neigungen sind andere Dokumente vorhanden.) Doch wieder zurück.*

In diesem jeweiligen Leben kommen gewisse Fähigkeiten, die für dieses Leben bestimmt sind - als Vermögen - zur Geltung, wenn die Leben bestimmende Seele, dieses perfekte System Seele, mit dem Gesamt-Bewusstsein richtig bestimmen kann und aus Unvermögen = Nicht-Können → Vermögen = Können machen kann.

Dann findet auch ein authentisches Menschenleben statt.

Die perfekte Seele geht als energetisches System vorübergehend mit einem materiellen Körper eine vorübergehende Verbindung ein, um über diese Verbindung, in dieser Wechselwirkung im materiellen Leben Erfahrungen zu sammeln, weil diese Erfahrungen später von der Seele gebraucht werden.

Solche Erfahrungen mit dem materiellen Körper sind für die Seele einmalig, weil das Gefühl, zur Seele gehörend, über einen Körper nachempfunden - wenn er es kann - sich für die Seele als Erfahrungswert ganz anders nachfühlen lässt, als wenn die Seele es nur selbst erlebt.

Die Seele wird als ein in sich perfektes System, bestehend aus unendlich vielen Energieformen, bestehend aus vielen energetischen Teilen, mit dem materiellen Körper, der im Makrokosmos angesiedelt ist, krank werden, weil die materielle Art mit ihrem Erbgut, die jeweils spezielle Art vermehren und erhalten soll.

Die Seele - im Mikrokosmos angesiedelt - ist trotzdem in der Lage den noch so großen Körper bewusst oder unbewusst zu steuern und zu lenken.

Wie die Seele funktioniert, wird in Lernprogrammen aufgezeigt.

Das alles, wie die Seele funktioniert, wird mit Lern-CDs erstmalig möglich werden.

Da jede einmalige perfekte Seele eines Menschen gleiche Funktionen hat, alles in der Seele unzertrennbar miteinander verbunden ist, kann sich jeder Mensch mit seiner Seele identifizieren - erkennen - und nun gerechter richtiger leben, als ohne richtige Erkenntnisse zu sich selbst.

**"Ich selbst bin das Bewusstsein."** Diese Aussagen höre ich seit ca. 30 Jahren.

Ich behaupte, dass es keine Zufälle gibt. Der Mensch muss sich bloß die Mühe machen logisch zu denken, dann sind auch Zufälle zu erklären.

Fügungen - Zusammenfügungen - gibt es.

In meiner Praxis in Hannover kümmere ich mich bei jedem Patienten um seine Ersterkrankung.

Jeder Suchtkranke hat eine Krankheit, die er zuerst wie ein Suchtkranker betreibt, ohne dass wir dabei von einer Suchtkrankheit sprechen würden (die eigene "Hörigkeit").

*(Die Entstehung einer Hörigkeit als Suchtkrankheit.*

*- Verständigungsschwierigkeiten führen zu Störungen in der Seele, dem Gemüt.*

*- Nach einer gewissen menscheigenen Zeitspanne gibt es Störungen im Körper.*

*- Verhält sich die Seele weiterhin gestört, wird sie krank.*

*- Diese Krankheit ergreift den Körper, weil er nicht richtig beachtet wurde.*

*Vernachlässigungen rächen sich immer, weil eine Untertreibung auch ein Viel-zu-viel zu wenig ist. Es kommt zu Störungen oder die Nichterfüllung unsere Grundbedürfnisse machen immer irgendwann krank.*

*Alles, was wir übertreiben oder untertreiben, kann zu Krankheiten führen.*

*Diese Krankheit heißt erst einmal Suchtkrankheit.*

*Später erhält sie einen zusätzlichen Eigennamen. Dieser Eigenname kann Hörigkeit heißen. Wenn Liebe und Anerkennung falsch eingebracht wurden und der Mensch sich vernachlässigt, muss es sogar Hörigkeit heißen.)*

Körperliche und seelische Grundbedürfnisse sich zu erfüllen, ist normal und legal.

Selbst Übertreibungen sind in unsere Gesellschaft normal.

Wer davon krank wird, hat selber schuld, wird leichtfertig behauptet.

Am Leben richtig teilzunehmen, zufrieden zu werden, kann keine Schuld bedeuten.

**Wer kennt schon sein richtiges Maß?**

**Was ist für mich gerecht, richtig und gesund?**

**Wer kennt schon seine richtigen körperlichen Bedürfnisse?**

**Wer kennt schon seine richtigen seelischen Bedürfnisse?**

**Wer kennt schon seinen richtigen Sinn des Lebens?**

**Wer kennt schon die richtigen Bedürfnisse anderer?**

**Wer kennt sich richtig überall aus?**

**Viele bleibt dem Zufall überlassen. Zufälle gibt es nicht!**

Also liegt es an uns selbst, dass wir uns richtig erkennen, damit richtige Vorstellungen dem Unterbewusstsein zur Verfügung stehen und es die Wünsche erfüllen kann.

Einmal eine realistische Vorstellung mit dem Erwachsenen-Ich beim Unterbewusstsein in Auftrag gegeben, wird sich die Vorstellung auch verwirklichen.

## **Ich behaupte, dass es keine Zufälle gibt!**

**Ein Beispiel:** Durch Nicht-richtiges-Umgehen mit der Seele und dem Körper können leicht Unfälle entstehen, die selbstverständlich dem Bewusstsein anzurechnen sind.

(Unkonzentriertheit = Konzentrationsschwächen)

Somit gibt es für mich keine Zufälle, sondern nur Konzentrationsschwächen und Eigenverschulden durch "Nicht-sorgfältig-mit-sich-umgehen".

Indem ich die Spontaneität aus mir herausnehme, wenn ich umsichtig denke, bringe ich meine Krankheit zum Stillstand.

Somit ist unser Leben vorbestimmt.

Eine höhere Macht hat sich etwas dabei gedacht bei uns Schicksal zu spielen.

Das Leben ist im Großen zu sehen, da sich aber das Tagesbewusstsein frei entwickeln darf, kann ich meinen Lebensweg auch noch im Erwachsenenalter umschreiben und anders gestalten.

Alles, was ich mir einrede, kann ich mir auch wieder ausreden.

Deshalb ist es mir auch möglich Krankheiten und Unfälle, die für mich bestimmt sind, durch Konzentrationen zu verhindern.

**Auszug:** Die den Menschen leben lassende Seele, die den Menschen denken lassende Seele, die den Menschen empfinden oder fühlen lassende Seele, lässt den Menschen bewusst und unbewusst handeln.

Die Seele ist mehr als der Mensch in seiner Ignoranz, mit seiner Selbstüberschätzung, mit dem falschen Vorteilsdenken, mit der Unrühmlichkeit der gesamten Menschheit, bisher mit der Seele gemacht hat, bisher aus der Seele gemacht hat.

**Die Seele, das Bewusstsein muss für jeden Menschen neu definiert werden.**

Mit meiner Homepage fange ich an, die bisher von der Menschheit vernachlässigte Seele richtiger zu beschreiben, damit ein Mensch nicht erst krank in der Seele, im Bewusstsein und am/im Körper wird.

Das Enträtseln der Seele brachte viele Erkenntnisse mit sich, die ich der Menschheit nicht weiter vorenthalten will, da es heute die Möglichkeit gibt, sich weltweit zu unterhalten, denn es gibt heute PCs und das Internet.

Peter hat es gewagt, die Seele in ihre Einzelteile zu zerlegen und diesen Teilen bestimmte Aufgaben zuzuordnen, um so die Funktionsweise unserer Seele zu erklären.



Dabei gewann er viele zusätzliche Erkenntnisse, unter anderen erklärte er uns die Evolution der Seele, und dass Tiere und Pflanzen auch eine Seele haben.

Dass dieses Erkennen und Verstehen nicht leicht war, können Sie sich sicherlich vorstellen.

Peters Forschungsarbeit hat 30 Jahre gedauert, wobei die vorhergehenden Jahre der Beobachtung nicht mitgerechnet werden.

Diese ganzen Informationen stellt er allen Patienten und der Öffentlichkeit zur Verfügung, damit sie weitergetragen werden können.

Doch keiner sollte sein "Jünger" werden.

Er stellt aber auch alle anderen Erkenntnismöglichkeiten, die sich daraus ergeben zur Verfügung, damit seine Patienten keinen Therapeuten mehr brauchen und ihr eigener Therapeut werden können.

Es sollte in dieser Realität bei der Seele niemals vergessen werden, dass die Seele immer nur als Gesamtheit zu sehen ist und auch immer mit einem jeweiligen Wirtskörper zusammenarbeiten muss, damit sie sich verwirklichen kann.

Ohne einen handlungsfähigen Körper kann sich keine Seele richtig verwirklichen, weiterentwickeln und sich auch nicht gefühlsmäßig ausleben.

Das Verstehen und das Verständnis für die Seele ist eine der wichtigsten Voraussetzungen für ein zufriedenes Leben.

"Danke, Peter, dass wir und damit spreche ich für viele Menschen, diese Informationen haben dürfen!"

Wenn diese neu bewerteten Informationen bisher bei vielen tausend Menschen geholfen haben, dann kann es auch allen Menschen helfen.

**Millionen von Menschen auf der ganzen Welt kann damit geholfen werden - in allen Sprachen - ihre eigene Neigung zu Bewusstseinskrankheiten zum Stillstand zu bringen, damit es keine Krankheiten werden oder die vielen körperlichen Krankheiten, die daraus Folgeerscheinungen sind, erst gar nicht entstehen zu lassen.**

Prophylaxe betreiben durch richtige Informationen in unserer Neuzeit, als Neuzeit denkender Mensch ist immer einfacher, sparsamer, leistbarer als bestehende Krankheiten nur zu lindern oder zum Stillstand zu bringen.

So kann aus der Menschheit eine große Familie werden, die sich gegenseitig achtet, respektiert, richtig vernünftig, gesund und gerecht miteinander lebt, so gut wie es überhaupt zu verwirklichen ist. Dann ist eine neue Realität entstanden.

Was zu verwirklichen ist, ist die Realität, ist die Wahrheit für sich selbst!

Wir sind davon überzeugt das später jeder Mensch richtig geschult, richtiger als bisher erzogen ein neues Leben gesund in der Seele und mit wenigen Krankheiten am/im Körper, ein zufriedenes Leben führen kann und seine Aufgaben hier auf unserer Erde endlich richtig erfüllt. Der richtige Fortschritt der Menschheit - über unsere gesunden Bewusstseine - ist auf Dauer nicht aufzuhalten.

Mit der Weiterentwicklung seines Gehirnes und einer hohen Anzahl von Gedächtniszellen für die Intelligenz, hat der Mensch die Möglichkeit, dass das Erwachsenen-Ich im Alter von ca. 8 bis 10 Jahren von allein wach wird, wenn es genügend freie Gedächtniszellen vorfindet und dann lässt es sich nicht mehr vom Kindheits-Ich im Tagesbewusstsein unterdrücken.

Auch vor dieser Möglichkeit stehen wir, denn unsere Kinder werden immer intelligenter geboren, die Gehirnentwicklung in der Natur schreitet immer schneller fort, so wie es die letzten 100 Jahre, bei den Menschen schon bewiesen wurde.

Die Kraft, die Überzeugung ist in uns, dass unser eingeschlagener Weg richtig ist. Es müssen meistens alte, bisher feststehende Informationen umbewertet werden, die dann zu neuen Informationen in sich selbst führen, um sich besser nach menscheneigenen, der Seele eigenen Gesetzmäßigkeiten verstehen zu können.

Durch sich selbst wird das Leben gerechter.

Jeder ist dann der richtige kompakte Mittelpunkt seiner Welt.

Der aufgeklärte Mensch, der "mit" seiner Seele, seinem Bewusstsein authentischer, richtiger, gesünder, vernünftiger und gerechter lebt, kann sein Leben auch genießen.

Dieser Mensch lebt im Jetzt, Hier und Heute.

Er ist Beherrscher eines jeden seiner Augenblicke.

Er kann sich richtig vorkreuzen, richtige Erlebensfreude haben und sich richtig, wenn er Zeit und Muße hat und es "so" will, richtig nachkreuzen - genießen.

Diese Menschen sind treu und uns mit unserem falschen kleinen Denken weit überlegen. Das kleingeistige Denken und Handeln kommt bei ihnen nicht vor.

**Jeder dieser treuen Menschen hat ein weltmännisches Denken, auch wenn dieser Mensch eine Frau ist.**

**Gerade diese Frauen werden ihre Kinder richtig und gerecht erziehen, ihre Kinder schützen vor einer schnell infizierten Dummheit der Übertreibungen und mit logischen, richtigen Argumenten versehen, dass diese Kinder im Bewusstsein nicht krank werden.**

Ehen halten länger, weil glaubwürdiger längere Zeit vorgelebt wird, so dass es zu einer Vertrauenswürdigkeit in der Familie kommt und die Kinder sich in einer harmonischen Familie wohler fühlen, so dass sie es wiederum ihren Kindern weitergeben können.

Außerdem kommen diese gerecht erzogenen Kinder später gerne ihre Eltern besuchen, sogar mit ihren Kindern, so dass es wieder zu einer Art Großfamilie kommt.

Wo aber keiner übergrifflig handelt.

Diese Menschen leben ihre Güte aus und lassen alle anderen teilhaben, denn nachtragend sind sie nicht, aber sie können sich schützend vor dem vielen Unrecht abgrenzen.

Keiner dieser Menschen fühlt sich in der Pflicht, einen Pflichtbesuch abstaten zu müssen, sondern auch bei dieser Gelegenheit wird Freude überwiegen, die vom Körper, von Organrückmeldern zurück an das Gehirn gemeldet werden, wobei ein wohliges, warmes Gefühl im Körper entsteht, das vom Bewusstsein dauerhaft erlebt wird.

Vom Gehirn nimmt das Tagesbewusstsein seine Freude als Bestätigung über elektrische Impulse ab, weil die Seele, das Bewusstsein die einmalige Fähigkeit hat, elektrische Impulse als Informationen vom Gehirn abnehmen zu können, lesen zu können, diese Informationen weiter zu verarbeiten, um dann elektrische Impulse als Informationen wieder in das Gehirn geben zu können.

So geschieht es mit jedem Gedanken aus dem Bewusstsein, ob bewusst oder unbewusst.

So geschieht es mit jeder Information im Gehirn an das Bewusstsein.

Für uns Menschen ist dieser Energiefluss im Gehirn nur mit dem EEG = Elektroenzephalogramm möglich, diese Energiebewegung im Gehirn festzustellen.

Wir können aber diese elektrischen Impulse als Informationen nicht lesen.  
Das Lesen dieser Informationen bleibt dem Bewusstsein, der Seele vorbehalten.  
Nerven transportieren schnell elektrische Impulse als Informationen, so als ob ich telefoniere.

Hormone übertragen meistens Informationen als geschriebene Briefe, die zu Fuß von einer Stadt, zur anderen Stadt zum Beispiel 700 km weit getragen werden.

Diese Hormone passieren Übergabestationen.

Deshalb wirkt der hormonelle Weg erst in vier bis sechs Wochen.

Ausnahmen sind Überlebenshormone: Adrenalin und Noradrenalin!

### **Resümee:**

Erfinden, wieder finden, wieder entdecken - finden können wir nur das was da ist.  
Gefunden ist heute das kleine 1x1 zur Seele - zum Bewusstsein, das dem Menschen reichen wird, seine Art zu erhalten, etwas mehr Gerechtigkeit in die Welt zu bringen, intelligenter bewusst zu leben, um tatsächlich eine zufriedenstellende Hochtechnologie zu erreichen, damit der Mensch ein einfacheres, freieres und zufriedeneres Leben führen kann. Deshalb wird unser heutiges Computerzeitalter, einerseits als tote Zeit in die Geschichte eingehen, andererseits auch als Wiederentdeckung, als Wiedererkennung der Seele.

Horst/Peter Pakert

1995/2007/24

**Der Mensch trägt das kostbarste Gut in sich:  
seine Seele, sein denken-könnendes Bewusstsein.**

### **Die Seele ist das Intimste eines Menschen!**

Die bisherige Menschheit hat die richtige Funktionsweise und den richtigen Umgang mit der Seele bis heute ignoriert.

Die Seele muss der Mensch in seinen Forschungsdrang, in seiner weiteren Entwicklung mit einbeziehen, dann kann der Mensch richtiger umdenken.

Nur mit einer Seele, einem Bewusstsein kann der Mensch denken.

Warum diese einfache Logik bisher vom Menschen nicht richtig erkannt und zu Ende gedacht wurde, wissen noch nicht einmal Gelehrte oder Machthaber, die ihre Macht nicht ausbauen wollen.

Es ist eine Unverschämtheit, es zeugt von Dummheit des Menschen, der sich für intelligent hält, sich 6 Zahlen zuzubilligen mit denen der Mensch denken und handeln kann, statt die Seele, die den Menschen beseelt, die den Menschen Leben spendet, Leben bestimmend ist, mit einzubeziehen.

Obwohl der Mensch noch lange nicht als Art der Natur am Ende seiner Entwicklung angekommen ist, spricht der Mensch auch in seinen Überlieferungen von Seelen.

Der Mensch spricht vom Seelenheil, von beseelten, von entseelten, von mysteriösen Seelen, die auch heute noch den Glaubensrichtungen zugeordnet werden.

Seelen sind für den Menschen sagenumwobene Gebilde, die ihre Mysteriösität bis heute im Allgemeinen noch nicht verloren haben.

Seelenforscher, die sich der Erforschung von Seelen zugewandt haben, sprechen von Geisteswissenschaften, sie sprechen von einer Psyche als Seele, die angeblich nur der Mensch in seinem Gehirn besitzt. Deshalb heißen Seelenheilkundler, Psychologen, Psychoanalytiker, die angeblich eine Seele bei einem Menschen analysieren, entschlüsseln und enträtseln können.

Wissenschaftler behaupten, dass die Geisteswissenschaftler, die Psychologen, die Psychoanalytiker in dem Erforschen einer Seele mit 1.000 Jahren Abstand oder mehr hinter der Erforschung des menschlichen Körpers zurückliegen.

Weil mit diesen Erkenntnissen endlich Schluss gemacht werden muss, denn die Menschen, gerade unsere Kinder und haben ein Recht auf richtiges Wissen zur Seele, um eigene Überlegungen anstellen zu können, um mit diesem Wissen zur Seele eigenständige Erfahrungen sammeln zu können.

Die Seele, ist ein energetisches System, ein untereinander funktionierender Verbund, ein perfekter nicht zerstörbarer Organismus.

Die Seele ist ansatzweise seit vielen Jahren richtiger erforscht worden, soweit wie es der Schöpfer aller Dinge - das Erforschen von Seelen - bisher zugelassen hat.

Zusammengetragene gute Ansatzdenkrichtungen zur Seele oder aus anderen Bereichen lassen heute die Seele schon für jedes logisch denkende Kind, für jeden logisch denkenden Menschen mit der Wahrscheinlichkeitsrechnung, mit der Verhältnismäßigkeitsrechnung, mit dem eigenen Erleben und neuen Namensgebungen beschreibbar, beweisbar in allen Sprachen dieser Welt nachvollziehbar machen.

Es ist immer noch erstaunlich wie Menschen einerseits vorgeben an die Seele zu glauben und andererseits sind bei ihnen keine Bemühungen zu erkennen Altes, Überholtes, leicht zu Widerlegendes, was die Seele, die Geisteswissenschaften betrifft, zu überdenken, zu prüfen oder zu korrigieren.

Der Mensch begnügt sich - trotz seines großen Forschungsdrangs, alles wissen zu wollen - mit wenigem, obwohl er alleine durch seine perfekte Seele viel mehr haben könnte, wenn er sich mehr als bisher, um sich, um seine eigene Seele bemühen würde. Nur das, was ich selbst bewusst erlebt habe, ist mit richtigen Informationen zum Körper und zur Seele die gesichertste Information, die ein Mensch bekommen und beurteilen kann.

**Der Schöpfer aller Dinge hat sich diese Perfektion mit dem Lebensbuch, mit den Fähigkeiten, mit den Neigungen zu oder gegen - als Eigenschaften -, mit den jeweiligen Mitteln und Möglichkeiten, die in diesem Leben gelebt werden sollen, so festgelegt, bestimmt, und wir Menschen machten bisher das Schlechteste daraus!**

Was für mich Gültigkeit hat, ist für die gesamte Menschheit gültig, weil die energetische Seele mit ihren Einzelteilen, mit ihrer Funktionsweise bisher weder richtig erforscht ist und dann nach der Erforschung bisher keinen Bekanntheitsgrad erlangt hat.

Die leicht durchschaubare Seele konnte bisher vor lauter Blindheit nicht richtig, nicht einfach genug enträtselt und beschrieben werden.

Deshalb konnte bisher nicht richtig mit sich gelebt werden.

Die Menschheit hat die Seele in ihrer tatsächlichen Bedeutung bis heute allgemein nur angedacht. Deshalb gibt es zu den Teilen der Seele keine eindeutigen, allen Menschen bekannten Worte.

Deshalb gibt es zur Funktionsweise der gesamten Seele oder zu den Einzelteilen der Seele keine eindeutigen Worte.

**Die Aussagen zur Seele sind mehr als lückenhaft und tragen zum Selbstverständnis des Menschen nicht bei.**

**Die Menschheit stellt sich, wegen der Unwissenheit zu Seele, ein geistiges Armutszeugnis aus.**

**Auszug:** Die Seele ist bisher erfolgreich nicht nur ignoriert worden, sondern wurde auch der Mystik, der Esoterik oder dem Glauben, den unterschiedlichen Glaubensrichtungen zugeordnet worden und damit soll es gut sein.

Dieser große Fehler muss sofort korrigiert werden.

Keine Glaubensrichtung hat dadurch in irgendeiner Form Nachteile!

Im Gegenteil, ein besseres, ein richtigeres Verstehen von sich selbst, von der Schöpfung, dieser höheren Macht, festigt den Glauben an die wundersame Schöpfung von perfekten Seelen und der Schöpfung der Artenvielfalt mit wunderschönen Funktionsweisen, die ein Unterbewusstsein mit dem Tagesbewusstsein aktivieren kann. Da nur der Schöpfer Seelenenergien als seine perfekten Schöpfungen, jeweils als einmalige Seele im Mikrokosmos ansiedeln kann, können wir nur unsere Seele bewusst mit dem Tagesbewusstsein der Seele erleben.

Der lebende Mensch, der verstehen will, hat eine einmalige Seele, worin das Bewusstsein in dieser Seele wissen will.

Da beim Menschen nur das Bewusstsein in der Seele denken kann, ist es dem Bewusstsein im Menschen auch möglich jede Information zu bewerten.

Das Bewusstsein hat die einmalige Fähigkeit zu denken und diese Gedanken als elektrische Impulse über einen Abgaberezeptor, der Übermittlungspunkt, an dem die Informationen vom Nerv an das Gehirn übertragen werden (synaptischer Spalt) oder diese elektrischen Impulse der Nerven im Gehirn des Menschen wieder abzunehmen und sie dann lesen zu können.

Für den Menschen ist die Seele angewiesen worden sich mit dem Menschen in der Welt der Menschen frei zu entfalten.

Das Bewusstsein hat für dieses eine Menschenleben keine weiteren Informationen zur Verfügung als das eigene Lebensbuch.

Seelen können krank gemacht werden, von außen oder durch sich selbst, wenn der richtige Umgang mit einer Seele nicht erlernt wird.

Da eine Seele auch fühlen kann, wie etwas ist, wie etwas gewertschätzt oder bewertet wird, kann die Seele von außen Unrechtsgefühle haben = nicht gerecht, oder durch sich selbst sich über Ungerechtigkeiten aus diesem Leben - Mensch - vertreiben, weil Unrechtsgefühle gegen das Beste, gegen richtig und gerecht sind.

Bewerten in der Seele kann nur das Bewusstsein.

Bewerten im Körper als Kritikfähigkeit ist eine Fähigkeit, eine Möglichkeit des Körpers. Deshalb ist der Körper auch eine Persönlichkeit.

Wirklich ändern kann aber nur das Bewusstsein der Seele etwas in sich selbst oder im, am Körper, weil das Bewusstsein, diese drei Persönlichkeiten im Tagesbewusstsein - Kindheits-Ich, Eltern-Ich und Erwachsenen-Ich wissenschaftlich durch die TA - Transaktionsanalyse bestätigt - und sein Helfer = Beschützer, das Unterbewusstsein, denken und Handlungsbestimmer in dieser materiellen Welt sein kann, das Tagesbewusstsein bewusst, das Unterbewusstsein unbewusst.

Da jede Seele einmalig ist, hat jede Seele einerseits grundsätzlich gleiche Fähigkeiten, andererseits besondere Fähigkeiten, die nach Naturgesetzmäßigkeiten, Richtlinien und Anleitungen (alles steht fest) gelebt werden wollen, danach gelebt werden sollte, danach gelebt werden kann, danach gelebt werden muss, aber nur dann, wenn der Mensch zufrieden werden will.

**Sich bewusst zu erleben, sich damit richtig aushalten zu können, kann jeder Mensch erlernen.**

**Wenn Du weißt, wer Du bist, was Du willst, was Du erreichen kannst, aus was Du bestehst, welche Möglichkeiten Deine Seele hat und wie alles zu verwirklichen ist, was im Bereich des Möglichen liegt, wirst Du das Leben lieben, es als wertvoll betrachten, es schätzen und vor Schaden bewahren.**

**Das ist dann auch die richtige Selbstverwirklichung.**

Durch gütigeres, richtigeres und gerechteres Erfüllen der Bedürfnisse der Seele und des Körpers sind die Übertreibungskrankheiten und die Bewusstseinskrankheit in der Seele, mit dem Körper, überflüssig geworden.

Das, was der Mensch braucht, um mit sich zufrieden zu werden, ist schon lange bekannt.

**Die Seele gab dem Menschen schon immer Rätsel auf.**

Wenn es dem erst hilflosen, kranken Menschen möglich ist, der im seinem Bewusstsein, der im Körper erkrankt ist, später das Rätsel mit einfachen Worten zu lösen, wenn das diesem Menschen mit seiner einmaligen Seele, mit seinem einmaligen Bewusstsein, mit seinen Gedächtniszellen recht deutlich wird und er schon versteht,



warum ist es dann bisher nicht angeblich gebildeten, studierten Menschen gelungen die Seele, die jeden lebenden materiellen Körper für eine kurze Körper-Lebenszeit beseelt, zu enträtseln, um auf dieser Erde für alle Menschen mehr Freiheit, mehr Gerechtigkeit und Menschlichkeit herzustellen, sogar mit einer möglich wiederhergestellten Hochkultur, um den Menschen das tatsächlich Beste, die innere Zufriedenheit, zu ermöglichen?

Schon 1988 wurde die Seele zum größten Teil bis zum kleinen 1x1 des Lebens enträtselt und das Ergebnis überraschte den Forscher Peter, viele todkranke Menschen, viele Kinder, alle Menschen, die bisher die Einfachheit der Seele erleben, erfassen und selbst in Erfahrung bringen konnten.

Kranke, einfache Menschen waren erstaunt, dass sie selbst auf die Einfachheit, sich mit ihrer Seele zu verstehen, nicht selbst gekommen sind.

Deshalb ist die Begrifflichkeit des blinden Menschen entstanden.

**Leider glauben die Wissenschaftler heute noch nicht an die tatsächliche energetische Seele, im Mikrokosmos angesiedelt, dass diese Seele zuerst Leben spendend, später Leben bestimmend ist.**

**- Was ist mit den Forschern los?**

**- Was ist los in unserer hochtechnischen Welt?**

Wie blind muss ein Fachwissenschaftler sein, wie ignorant sind Menschen, wenn eindeutig unwiderlegbar das Körperliche eines Lebewesens, das Materielle eines Menschen "Nichts" von alleine macht!

Keine Bewegung - kein Denken - kein Handeln.

Das stellte schon Sokrates fest (*469 bis 399 vor Christus*), das stellt unsere heutige Wissenschaft fest, und trotzdem wird die Seele zum Tabu erklärt.

Diese Menschen behaupten intelligent zu sein.

Vor lauter Wissen sehen sie nicht mehr das Naheliegendste und leicht zu Erklärende. Sie sind für sich, für andere, für natürliche Zusammenhängende, blind geworden oder ignorieren das Wissen aus Hochmut oder Dummheit.

**"Intelligenz ist bei einer Suchtkrankheit hinderlich!"**

**Der Schöpfer hat den Menschen schon so viele richtige Hinweise gegeben, aber der Mensch sieht den Wald vor lauter Bäumen nicht.** (Menschliches Sprichwort)

Bevor ich nach außen etwas gebe, muss ich es in mir gedacht haben:

**"Wer"** denkt in mir? **"Wer"** kann in mir, **"wie"** denken?

Das sind alles Fragen, die heute alle mit Seelen-Kenntnissen beantwortet werden können. Diese Antworten zu sich braucht jedes Kind, jeder Mensch, der sich und das Leben richtig kennenlernen will.

Ich durfte erfahren, dass Kinder ab dem achten Lebensjahr kaum oder keine Schwierigkeiten hatten sich mit ihrer einmaligen Seele richtig zu verstehen.

Um die Seele mit ihren Bestandteilen und Funktionsweisen mit dem Menschen logisch, bewusst zu verstehen reichen zwei Skizzierungen auf 2 DIN-A4-Seiten aus. Dazu die richtigen Fragen gestellt und jedes logisch denkende Schulkind versteht die Teile und die einfache Funktionsweise einer Seele.

**Warum sind Wissenschaftler, Gelehrte, erwachsene Menschen auf die Einfachheit zur Seele, zum Menschen bisher nicht gekommen?**

**Antwort: Weil ihnen allen die Blindenbrille aufgesetzt wurde.**

**Was nicht ist, das nicht sein kann!**

**Was der Mensch nicht sehen kann, gibt es nicht!**

**Heiligenscheine sind tabu usw. usw.**

*(Weil es so einfach ist, die Seele zu verstehen, sind studierte Wissenschaftler nicht auf die Einfachheit gekommen.*

*Dafür gibt es Erklärungen:*

*1.) Die Seele zu enträtseln, sie zu verstehen, ist zu einfach. So einfach das ein Kind von 8 bis 12 Jahren, mit etwas logischem Denken, die Teile und die einfache Funktionsweise einer Seele innerhalb von 14 Tagen bis 3 Wochen versteht.*

*2.) Wegen der Einfachheit, weil alles kompliziert sein muss, kompliziert zu sein hat, vor allen Dingen die Seele, war es zu einfach und wurde als Kinderkram abgetan.*

*3.) Zu dieser Blindenbrille - zu einfach - kam die Schwarzblindenbrille:*

*Die Legalität, die Normalität, das Außergewöhnliche, das Mystische, das Bekannte, das scheinbar Erforschte - die zu studierenden Geisteswissenschaften.*

***Nach der Schulzeit oder mit dem Abitur oder mit einem Studium haben 99% aller Menschen die Schwarzlichtbrille, durch ihre Erziehung von außen oder innen mit Androhen von Gewalt aufgesetzt bekommen.***

**Nochmal: Die logische Einfachheit zur Leben spendenden, Leben bestimmenden Seele, die jeden lebenden materiellen Körper für eine kurze Körper-Lebenszeit beseelt, ist für falsch geschulte Erwachsene die Schwierigkeit zur Seele.**

**Das ist mit Blindenbrille oder Schwarzblindenbrille ausgedrückt.**

**Übertreibend, missachtend die Seele zu ignorieren, ist übertrieben - viel zu viel zu dumm - Schwarzlicht-Brille.**

*Wer die Seele in ihrer Gesamtheit nicht verstehen kann, versteht sich nicht, kann andere nicht richtig verstehen, kann sein Leben nicht richtig ändern, weil er mit Sicherheit Verständigungsschwierigkeiten hat.*

*Das Tagesbewusstsein oder das Unterbewusstsein steuern und lenken über das Gehirn den Körper ungesund oder schädigend durch die eigenen Selbstzerstörungskräfte, die vom Bewusstsein erzeugt werden.*

*Die Konsequenzen - die weltweite Zivilisationskrankheit - die weltweite Bewusstseinskrankheit, die immer körperliche Krankheiten als Ausdrucksform der seelischen Befindlichkeit am/im menschlichen Körper zeigt, ist weltweit feststellbar, doch leider bisher nicht der Seele - dem Bewusstsein zugeordnet, weil die Seele erfolgreich - bis heute - weltweit ignoriert wurde.*

*Es wird heute noch in die falsche Richtung geforscht.*

*Deshalb hatte ich, deshalb hatten die mir persönlich bekannten Menschen, deshalb hatten 99% aller Menschen in der Zivilisation keine Chance nicht krank in ihrer Seele, in ihrem Bewusstsein, in und an ihrem menschlichen Körper zu werden.*

**Wer unschuldig bisher krank wurde, wurde vom Menschen trotzdem bestraft!**

*Es sind Beweise dafür wie hilflos die Menschheit heute noch gegenüber der Seele ist.*

*Auf vielen Veranstaltungen als Fortbildungen hörte ich immer wieder Hinweise:*

*Halte deine Seele gesund, achte auf deine Seele und so weiter.*

*Auf meine einfachen Fragen:*

**Was die Seele ist, wie die Seele funktioniert, erhielt ich Antworten, die ich hier nicht wiedergebe. Unwissenheit, Dummheit unterstütze ich nicht.**

**Über die Seele gibt es so viel Falsches zu lesen und zu hören, wie es realitätsfremder nicht sein kann.**

**Ich frage mich heute noch, wie ist so etwas in dieser Zeit möglich?**

*Sind die Fachleute wirklich so blind oder unwissend, dass sie die einfachsten Zusammenhänge nicht logisch erkennen können?*

*Oder sind auch sie nur durch andere "Fachleute" falsch aufgeklärt worden und haben ihren Lehrern blind geglaubt, wie viele Menschen ihren (Esoterik-)Lehrern?*

*Wenn dem so ist, sind sie dann nicht genauso arm dran!*

*Da jeder Mensch zweimal einmalig ist - einmalig der menschliche Körper, einmalig jede Seele, die einen Menschen beseelt -, ist jeder Mensch davon betroffen im Bewusstsein krank zu werden.*

*Diese Bewusstseinskrankheit macht auch vor Politikern, Ärzten, Behandlern, Wissenschaftlern, Eltern, Lehrern, Erziehern, Verantwortlichen usw. nicht Halt! Kein lebender Mensch kann es erfolgreich leugnen nicht beseelt, nicht zweimal einmalig zu sein. Deshalb ist kein Mensch schlechter oder besser, der mit seinem einmaligen Lebensbuch so umgeht, wie er es für richtig hält.*

**Unsere Zivilisation ist krank und ansteckend.**

*Die richtige Bedeutung der Worte hat heute eine andere Bedeutung und die Verständigungsschwierigkeiten sind weltweit verbreitet, genauso das sich Vernachlässigen.*

*Der Mensch machte ganz einfach in seiner kindlichen Dummheit Unrecht zu Recht. Er legalisierte das Unrecht in Gedanken, in Schriften als geschriebene Gesetze und über viele weitere Symboliken.*

*Er legalisierte das Töten von Menschen, indem er das Töten als Krieg oder wie auch immer es auch heißen mag bezeichnete.*

*So wurde auch der Kampf legalisiert, wie andere Übertreibungen auch.*

*Wenn es nur Gesetz ist, ist es Recht oder wenn viele es machen, ist es auch Recht und somit legal.*

*Das Wort "**geil**" ist plötzlich gesellschaftsfähig und vieles mehr.*

*Diese Unrechtliste aufzuzählen würde viele Bücher füllen, aber das richtige Recht lässt sich von Naturgesetzen ableiten.*

*Durch den kranken Menschen, durch das kranke Kind lässt sich immer irgendwie das Recht beugen.*

**Der kranke Mensch mit seiner kranken Phantasie ist unerschöpflich.**

*Der Bewusstseinskranke = Suchtkranke = Hörigkeitskranke ist in der Dunkelheit, in der Falschheit, in der Dummheit gefangen und verhält sich menschenunwürdig, ehrlos und ohne Würde.*

*Würde das Kindheits-Ich im Tagesbewusstsein der Seele des Menschen weiterhin Chef bleiben, wie es noch zu 99% in der Zivilisation der Fall ist, gehen die unendlich vielen Ungerechtigkeiten weiter.*

*Die noch Urvölker sind zwar degeneriert, aber nicht zivilisationskrank.*

*Somit auch nicht behandlungsbedürftig.*

*Die unendlich vielen körperlichen Krankheiten des Menschen nehmen zu.*

*Der Mensch stirbt eher als vom Schöpfer geplant, weil die Seele dieses viele Unrecht nicht lange aushält.*

*Das Leiden der Menschen nimmt zu. Es sollte aber weniger werden, je weiter sich der Mensch richtig weiterentwickelt. Somit ist die Richtung falsch.)*

Die Seele, das Bewusstsein mit seinen Teilen, mit seiner Funktionsweise der Teile, der Fähigkeiten usw. sichtbar, beweisbar gemacht, muss die Seele als Energieform - im Mikrokosmos angesiedelt - weit überzeichnend sichtbar gemacht werden.

Was der Mensch bewusst erlebt, glaubt selbst der kritische Mensch.

Mit der Wahrscheinlichkeitsrechnung und der Verhältnismäßigkeitsrechnung, plus der richtigen Fragen, kann die Seele mit logischem Denken bewiesen werden.

Das eigene Sich-selbst-richtig-Erleben, die richtigen Worte dafür haben als gesicherte Erklärungssysteme, sind die gesichertsten Informationen, die ein Mensch bekommen kann.

Auf fremde Hilfe angewiesen zu sein mit dem Wissen das jeder Mensch mit Phantasie bewusst denkt, ist immer ein großer Unsicherheitsfaktor.

Die eigene Phantasie realistischer zu gestalten, damit diese der eigenen Wahrheit, der eigenen Freude, der eigenen Aufrichtigkeit sehr nahekommt, ist schwierig genug.

Das selbst zu erleben, ist schon lange möglich.

Sich selbst bewusster, richtiger und vernünftiger zu erleben, ist schon lange möglich.

Von diesen Möglichkeiten Gebrauch zu machen, ist eine Menschen-Pflicht!

Durch die bisher falsche Legalität, die falsche Normalität, die ungeprüft auf

Richtigkeit falsch weitergegeben wurde und Kinder das Falsche lernen mussten, weil

die Obrigkeit das Recht verkörpert, diktiert und nicht die Richtigkeit, indem die Seele mit einbezogen wurde, um die eigene Zufriedenheit durch sich selbst zu erreichen, das ist bisher allen Kindern dieser Welt verschwiegen worden.

**Diese Ignoranz, diesen Hochmut, diese Boshaftigkeit klage ich für alle Menschen, die bisher leiden mussten, endlich öffentlich an.**

**Wichtige, richtige Informationen wurden Menschen vorenthalten, verschwiegen.**

Wenn studierte Wissenschaftler auf eine, wie sie sagten tote Sprache (Latein) zurückgreifen, zusätzlich Abkürzungen oder zur weiteren Verwirrung noch Paragraphen erwähnen, um sich nachher selbst nicht mehr zu verstehen, so können diese Menschen nur sehr schwer oder gar nicht zum einfachen Denken zurückgeführt werden. Meistens sind es hochwissenschaftliche, komplizierte legale, aber praxisfremde Informationen, die kein einfacher Mensch verstehen darf.

Die Menschen geben gerne an, wollen besser sein oder gebildeter erscheinen, als sie tatsächlich sind. Viele sind "betriebsblind" von ihrer Arbeit.

Der dumme, hilflose Ausspruch von Gelehrten, die jahrelang das Falsche gelernt haben, sprechen in Kürzeln aussagekräftige Worte dumm nach, ohne die tatsächliche Bedeutung zu kennen oder zu benennen. Sie glauben das, was sie sagen.

Die tatsächliche Aussage von Sokrates ist für sie nicht bedeutsam.

Sokrates sagte viel Gutes. Was davon gemacht wird, von einem Anspruch, der Spruch kann so nicht stimmen, aber bevorzugt wird er von Intellektuellen genutzt:

**"Ich weiß, dass ich nichts weiß!"**

(Sokrates, ein griechischer Philosoph - der 469 bis 399 vor Christus lebte - hat etwas anderes, etwas Richtigeres aus seinem Leben, zu seinem Leben gesagt.)

Wenn ich als Mensch nicht mehr meinen Namen weiß, meine Wohnadresse vergesse, bin ich entweder alt und verkalkt, vergesslich, oder ich stelle mich absichtlich dumm.

Da es viele Kürzelsprachgebräuche gibt, die auch benutzt werden, heißt es immer bei Nicht-Verstehen: **"Du weißt doch, was ich meine"**.

Damit wird der andere Mensch als dumm, als nicht verstehen wollend hingestellt.

Bei diesen Formulierungen macht selbstverständlich der Gesetzgeber mit, denn es sind auch "nur" Menschen. Der logischen Einfachheit halber, dass der Mensch dazu neigt in Kürzeln zu sprechen, weil er meint, er verliert sonst zu viel Zeit.

So muss er hinterher doch noch erklären, was er gemeint hat. Also verliert er Zeit und Kraft, setzt sein falsches Können ein und hilfreich ist das für den Menschen bestimmt nicht. Es kommt es zu Verständigungsschwierigkeiten.

Der Mensch hat Schwierigkeiten sich selbst und andere zu verstehen und zwar richtig. Deshalb ist es keine Zeit- und Kraftersparnis, sondern Kraftvergeudung.

Über- und Untertreibungen, Missverständnisse finden statt.

Unverständnis entsteht, Ärger entsteht und das ist mit Sicherheit keine Freude.

So können kurze falsche Einsparungsgedanken ärgerliche Auswirkungen haben, weil sich selbst damit nicht die richtige Anerkennung und Liebe gegeben wird und somit findet eine falsche Selbstverwirklichung auch noch statt, nur weil der Mensch von falschen Voraussetzungen, falschen Funktionsweisen von sich ausgeht.

**- Was ist los in unserer hochtechnischen Welt?**

**- Warum begreifen die Menschen, die über eine hochqualifizierte Ausbildung verfügen, nicht zu richtig denken und handeln in Bezug auf Krankheiten, die aus der Hörigkeit entstehen?**

*(Wie kommt es zur eigenen Hörigkeit?)*

*Das Tagebewusstsein oder das Unterbewusstsein der Seele steuern und lenken den Körper über das Gehirn, ungesund oder schädigend, so dass es zu einer dauerhaften, chronischen, seelischen Krankheit, der Suchtkrankheit = Hörigkeit, kommen wird. Behandle ich die Hörigkeit richtig, werden - wie nebenbei - alle anderen Suchtkrankheiten gleich mitbehandelt.*

*Die vielen körperlichen Krankheiten, die durch die Suchtkrankheit möglich sind, erwähne ich an dieser Stelle nicht. Ich bin aber der Meinung, dass die meisten körperlichen Krankheiten mit der Seele als Katalysator zu tun haben.*

*Dazu gehören natürlich nicht die Erbkrankheiten.*

*Die Seele ist aber in den meisten Fällen für körperliche Krankheiten verantwortlich. Das suchtkranke Verhalten oder die Suchtkrankheit selbst ist immer der Versuch, sich selbst zu helfen.*

*Da wir bei diesen Versuchen die Übersicht verlieren, was wirklich richtiger und gesünder für uns wäre, schließt sich der Kreislauf des suchtkranken Verhaltens.*

*Eine manifeste Suchtkrankheit hat sich schleichend, von uns unbemerkt, ergeben.*

*Wer sich also kurzfristig hörig - das heißt krank - verhält, weil es ihm ein Bedürfnis ist und er es als normal ansieht, hat über einen bestimmten, für ihn eigenen Zeitraum "gute" Aussichten, dauerhaft krank - das heißt suchtkrank - zu werden.*

*Somit hat sich eine manifeste Hörigkeit als Suchtkrankheit festgesetzt.*

*Die Disposition zu dieser Krankheit bricht leider schon im Kindesalter oder Jugendalter sehr häufig aus.*

*Erziehungsfehler und Verständigungsschwierigkeiten sind die Ursache dafür.*

*Eine Hörigkeit ist noch keine manifeste, chronische Krankheit, aber krankhaftes Verhalten.*

*Krankhaftes Verhalten ist eine kurzfristige Krankheit und kurzfristige Krankheiten führen zu chronischen Krankheiten, wenn sie nicht zum Stillstand gebracht werden.)*

**- Warum wehren sich immer noch Menschen gegen Suchtkrankheiten?**

**Sie existieren.**

**- Warum wehren sich immer noch Menschen gegen unsere Seele? Sie ist da!**

**- Wie funktioniert meine Seele? Woraus besteht die Seele?**

Darüber geben sie keine Auskunft.

**- Was hat das in dem Zusammenhang mit dem Körper auf sich?**

**- Wie funktioniert das Zusammenspiel zwischen Körper und Seele wirklich?**

**- Wie schützen wir uns und die nachfolgenden Generationen?**

Das alles ist schon seit langer Zeit kein Geheimnis mehr.

Das Neu-Verstehen der Seele kann jeder erlernen.

**- Warum haben Suchtkrankheiten immer noch den Makel der Anstößigkeit, so dass man als Mensch dritter Klasse behandelt wird?**

Sobald ich, Horst, 1992 sagte, dass ich trockener Alkoholiker und Suchtkranker war, der 10 Suchtkrankheiten zum Stillstand gebracht hat, änderte sich das Verhalten

meiner Gesprächspartner. Mir ist inzwischen klar geworden, dass Ärzte und Psychologen usw. in ihrer Ausbildung, in dieser Hinsicht falsch geschult werden.

Sie erlernen auch eine falschverstandene Distanz und lassen eine gewisse Nähe nicht zu. Deshalb haben sie auch kein richtiges Verständnis für diese Krankheit!

Ich kann verstehen, dass sie Schwierigkeiten mit dem "Um-sieben-Ecken-Denken" eines Suchtkranken haben.



Aber ich habe kein Verständnis dafür, dass viele eine Hochnäsigkeit an den Tag legen und auf mich den Eindruck machen, dass sie es nicht nötig hätten weiter hinzuzulernen.

Somit kann das Verständnis für die **Krankheit "Sucht"** und dessen katastrophale Auswirkungen auf Seele und Körper der Betroffenen, der Angehörigen, der Kommunen, Länder und schließlich der ganzen Welt nicht da sein.

- **Warum machen sie vor diesen Auswirkungen als Folgeschäden die Augen zu?**
- **Was ist mit den Forschern los?**

### **Sind sie blind?**

**Sind die Forschungsergebnisse wirklich so mager gewesen oder sind sie absichtlich den Menschen verschwiegen worden? Vorstellbar ist beides.**

Es wird hochkompliziert in alle Richtungen geforscht.

Doch bei einer der bedeutsamsten Krankheit, die ihren Ursprung in der Seele hat, wehren sie sich gegen neue fortschrittliche, hilfreiche Grundüberlegungen, Theorien, die sich praktisch bewährt haben, wie diese Krankheit entsteht.

**Es ist seit langem bekannt: Sucht ist normal. Abhängigkeit ist normal.**

- **Warum will das kaum einer der angeblichen Fachleute für Seelenkrankheiten begreifen?**

- **Ist diese Krankheit mit solch einem volkswirtschaftlichen Schaden so uninteressant oder ist daran nicht viel zu verdienen?**

**Oder ist daran mehr zu verdienen, wenn es weiter so große Rückfallquoten gibt?**

Das trifft eher zu, denn weiterhin wird mit Suchtkranken viel Geld verdient und die hilflosen, kranken Menschen werden weiter mit falschen Informationen in den Tod getrieben. Bewusst krankgemachte, krank gehaltene, unschuldige Menschen in Deutschland krepieren so Jahr für Jahr!

Denken wir Menschen nicht um, siegt weiter der Hochmut, der Stolz, die Ignoranz, dass sich selbst bereichern.

**Ich frage mich, wann sie endlich aus dem Geschäft mit der Suchtkrankheit aussteigen wollen und ein wenig mehr Menschlichkeit praktiziert wird?**

Bricht eine Hungersnot aus werden Hilfsprogramme gestartet.

**Ist aber eine seelische Hungersnot,**

zum Beispiel eine Suchtkrankheit in der Bevölkerung ausgebrochen, wird nach Schuldigen gesucht, oder es werden beide Augen fest geschlossen und Medikamente verschrieben, damit keine Steuergelder verloren gehen.

Die Hilflosigkeit ist so groß, dass einfache Überlegungen zu unserer Existenz und unseren Grundbedürfnissen nicht schon den Kindern richtiger als bisher beigebracht werden.

**- Wo sind da die helfen könnenden Hilfsorganisationen oder Verantwortlichen?**

**- Wo sind da die angeblichen Fachleute?**

Suchtkrankheit kann nicht "Makel oder Ausgestoßen-sein" bedeuten.

**- Wo sind da die helfen könnenden Hilfsorganisationen oder Verantwortlichen?**

**- Wo sind da die angeblichen Fachleute?**

*(Zum besseren Verständnis wiederhole ich das mit anderen Worten:*

*Wenn die Menschen von Hunger bedroht sind, werden oft Hilfsprogramme gestartet, um ihnen Nahrung und Wasser zu liefern.*

*Aber wenn die Menschen von einer seelischen Hungersnot leiden, wie zum Beispiel einer Suchtkrankheit, werden sie oft allein gelassen oder stigmatisiert.*

*Anstatt ihnen zu helfen, ihre seelischen Bedürfnisse zu erfüllen, werden sie mit Medikamenten ruhiggestellt oder als Schuldige für ihre Situation angesehen.*

*Die Hilflosigkeit ist so groß, dass einfache Überlegungen zu unserer Existenz und unseren Grundbedürfnissen nicht den Kindern richtiger als bisher beigebracht werden*

*Wo sind die Hilfsorganisationen oder Verantwortlichen, die sich um diese Menschen kümmern können?*

*Wo sind die Fachleute, die ihnen eine wirksame Therapie anbieten können?)*

**Warum werden sie verschieden behandelt, wenn doch eine Grunderkrankung für alle Suchtkrankheiten verantwortlich ist?**

Deshalb bringen auch alle Suchtkranken die gleichen Merkmale mit.

Deshalb sind sie auch alle mit einer variablen Grundtherapie zu erreichen, um den Genesungsprozess einzuleiten.

**Warum wird eine so große Not in der Bevölkerung bagatellisiert?**

**Hat die Menschheit Angst, ihr Gesicht zu verlieren, wenn sie mutig ist und die Krankheit neu überdenkt?**

## **Einige Gedanken zu dem Charakter und zu den Suchtkrankheiten.**

### **Was ist der Charakter?**

Die Summe der persönlichen Eigenschaften eines Menschen.

Der eigene Charakter ist das disziplinierte Einhalten seiner Grundsätze nach den Richtlinien der eigenen Glaubwürdigkeit und der eigenen Moral.

Aus diesen Antworten ergeben sich weitere Fragen und Antworten.

### **Was sind Eigenschaften?**

Das, was dem Menschen eigen ist, sind Gewohnheiten und Fähigkeiten.

Gewohnheiten, die dem Menschen eigen sind, können angeboren oder später erworben sein. Sind die erworben, sind es auch Angewohnheiten.

### **Was sind Gewohnheiten oder Angewohnheiten?**

Immer wiederkehrende Denk- und Handlungsweisen, die zu Grundsätzen werden können. Das, was wir uns angewöhnt haben.

### **Wer bestimmt über die Gewohnheiten oder Angewohnheiten eines Menschen?**

Die ererbten Anlagen körperlicher oder seelischer Natur.

Diese Anlagen werden bezeichnet mit Neigungen zu als Zuneigung, oder Neigungen gegen als Abneigung. Diese Neigungen zu oder gegen rechne ich den Gerechtigkeitssinnen und den körperlichen oder seelischen Grundbedürfnissen zu, weil sie auch unsere Bewertungssysteme sind.

Die Erziehung durch das Elternhaus und die Umwelt.

Der Mensch selbst mit seiner Phantasie, seinem Tagesbewusstsein, Unterbewusstsein und dem Körper.

Eigenschaften stehen sich gegenüber bestimmt durch das Polaritätsgesetz.

### **Wie kann der Charakter eines Menschen sein?**

### **Wie können Gewohnheiten eines Menschen sein?**

### **Wie können Angewohnheiten eines Menschen sein?**

So vielschichtig, wie wir uns nur denken können.

Positiv oder negativ,  
gut oder böse,  
richtig oder falsch,  
gesund oder ungesund,

vorteilhaft oder unvorteilhaft,  
sauber oder unsauber.  
Schnell oder langsam ist auch eine Gewohnheit (angeboren),  
fleißig oder faul ist auch eine Gewohnheit (angeboren),  
gerecht oder ungerecht,  
freundlich oder unfreundlich,  
anständig oder unanständig,  
lebensbejahend oder lebensverneinend,  
wahrhaftig oder lügnerisch,  
genügsam oder maßlos,  
zuverlässig oder unzuverlässig,  
pünktlich oder unpünktlich,  
ehrlich oder unehrlich,  
aufrichtig oder unaufrichtig,  
duldsam oder aggressiv,  
tolerant oder intolerant,  
freundschaftlich oder feindlich,  
treu oder untreu,  
liebvoll oder lieblos,  
menschlich oder unmenschlich,  
demütig oder aufsässig,  
tolerant oder intolerant,  
hart oder weich,  
fest oder lose,  
beweglich oder unbeweglich,  
stabil oder labil.

Diese Aufzählung einiger Charaktereigenschaften ist sicherlich noch sehr ergänzungsbedürftig, als anregende Überlegung von mir aber ausreichend.

### **Die Übertreibung.**

Der Volksmund mit seiner Wertschätzung behauptet, dass einige Übertreibungen anstößig sind, andere Übertreibungen wiederum nicht.

Einige Menschen mit ihren Übertreibungen erscheinen widerlich und unangenehm, andere Menschen mit ihren Übertreibungen wiederum nicht.

Es ist angenehm Spitzensportlern bei ihren Übertreibungen zuzusehen.

Manchmal aber auch nicht, wenn sie sich total verausgaben.

Es macht vielen Menschen Spaß und hat eine gewisse Spannung, die wir komischerweise mögen.

Es regt aber auch einige Menschen zum Nachdenken an.

Wir behaupten, wenn ein Mensch übertreibt und Erfolg hat, dass es ein guter Charakterzug ist.

Bei dem Menschen, der keinen Erfolg hat, behaupten wir, dass es ein schlechter Charakterzug ist.

Von einigen unbedeutenden Menschen wird behauptet, dass es bei ihnen ein schlechter Charakterzug ist, wenn sie zu viel trinken und bei anderen Menschen, die eine bedeutsame Rolle spielen ist es keiner, sondern es ist sogar bewundernswert (Prominente).

Es ist ein schlechter Charakterzug, wenn bestimmte Menschen zu viel rauchen, bei anderen Menschen wiederum ist es keiner.

Bei einigen Schauspielern gehört es zu ihrer Rolle, wenn sie zu viel rauchen und saufen und dieses wird von vielen Menschen nachgemacht, weil sie ihre eigene Identität entweder noch nicht gefunden oder sie verloren haben.

Oder wer Drogen nimmt wird nachgeahmt und bei anderen erscheint es wiederum als negativ, oder wer falsch mit der Liebe umgeht, hörig ist, gilt als charakterschwach oder wer wenig arbeitet, wo andere doch so fleißig sind.

Faul sein ist bei uns ein schlechter Charakterzug, es sei denn, jemand ist reich und erlaubt sich die Faulheit. Dann ist es in Ordnung.

Den Reichen interessiert meistens aber auch nicht die Wertschätzung anderer.

Ein recht unterschiedliches Bewertungssystem in der Bevölkerung oder der jeweiligen Länder befähigt uns dazu, unterschiedlich zu urteilen, zu beurteilen oder zu verurteilen, meistens ungehört.

**So gibt es viele gerechte und ungerechte Wahrheiten.**

**Wer hört einem anderen schon richtig zu?**

Dabei fallen mir z.B. **Fernsehdiskussionen** ein, wo jeder jedem ins Wort fällt.

**Ein schlechtes Vorleben für Disziplin gibt es kaum!**

**Keiner hört dem anderen richtig zu und keiner lässt den anderen aussprechen.**

Zurück zum eigentlichen Thema.

Es wird in der Bevölkerung behauptet Eigenschaften oder bestimmte Krankheiten sind schlechte Charakterzüge.

Dazu gehören alle klassischen Suchtkrankheiten.

**Bei diesem Thema stelle ich mir die Fragen:**

- **Warum werden Drogenabhängige aufgewertet, indem viel Geld für sie ausgegeben wird und für Alkoholiker, die ja eindeutig in der Überzahl sind (im Verhältnis), wenig ausgegeben wird?**
- **Warum werden die vielen anderen Suchtkrankheiten so wenig bedacht?**
- **Ist die Hilflosigkeit bei den Verantwortlichen so groß?**

**Oder sind sie so dumm?**

**Verzeihung, ich konnte zu keinem anderen Schluss kommen.**

Beurteilen Sie bitte selbst:

- **Wie kann aber eine Krankheit eine schlechte Eigenschaft sein?**

Mir leuchtet das nicht ganz ein, es ist unlogisch.

- **Wie kann eine Allergie eine schlechte Eigenschaft sein?**

Für mich ist es eine Krankheit.

- **Wie kann eine Blinddarmentzündung eine schlechte Eigenschaft sein?**

Da hat sich das Krankheitsbild und dessen Akzeptanz schnell durchgesetzt.

- **Wie kann eine Hörigkeit als Krankheit eine schlechte Eigenschaft sein?**

Hierbei hat es sich noch nicht durchgesetzt, dass es eine Krankheit ist, die unbedingt behandlungsbedürftig sein müsste.

Diese Krankheit muss schon im Vorfeld, also im Kindesalter, als vorbeugende Maßnahme, behandelt werden.

Unsere Kinder, aber auch wir Erwachsenen haben ein Recht auf schlüssige und richtige Informationen, die hilfreich sind Krankheiten zu verhindern.

Die Kinder müssen andere Lernprogramme bekommen zum Beispiel:

**"Wer"** bin ich, **"was"** möchte ich, **"wie"** bin ich.

**"Wie"** funktioniert meine Seele, denn die ist enträtselt, und in welcher Verbindung steht sie mit dem Körper.

Nur so bekommen wir eigenständige, selbstbewusste, ordentliche, neue Generationen, die nicht mehr zivilisationskrank sind.

Kinder lernen mit Freude, wenn sie merken, dass es ihnen etwas bringt.

Kinder brauchen Gerechtigkeit.

**Bitte helfen Sie mit unsere Kinder zu schützen.**

**- Wie kann eine körperliche oder seelische Erkrankung eine schlechte Eigenschaft sein?**

**- Wie kann eine Krankheit ein schlechter Charakter sein?**

**- Wie kann eine Hörigkeit, als Krankheit definiert, ein Makel, schuldhaftes Verhalten oder ein schlechter Charakter sein?**

Wer nicht selbstverschuldet krank wird darf nicht zu einer Randgruppe gezählt werden  
Sucht und Abhängigkeit darf und kann kein Verbrechen sein.

Suchkrankheit kann erst recht kein Verbrechen sein.

**- Warum werden dann die Suchtkranken teils wie Aussätzige behandelt?**

Selbst oder gerade die, die ihre Krankheit/en zum Stillstand gebracht haben,  
schweigen aus lauter Angst anstößig zu wirken oder Nachteile in unserer Gesellschaft zu haben.

**- Warum haben Politiker Angst sich zu einer Suchtkrankheit zu bekennen oder darüber zu reden? Beispiele gibt es täglich genug dafür!**

Bei einer vorliegenden Suchtkrankheit darf sich keiner schuldig fühlen, es darf ihm keine Schuld eingeredet werden. Der Mensch darf nicht schuldig gesprochen werden bei einer unverschuldeten Krankheit, die wir als eigene Hörigkeit oder als Suchtkrankheit bezeichnen, wie ausreichend bewiesen wurde.

Viele Suchtkranke, Angehörige und abstinent Lebende fühlen sich leider schuldig, nicht verstanden, wie Ausgestoßene, Geächtete und unmündige Menschen, die es nicht wert sind zu leben, denn sie werden überall so behandelt.

**Die vielen Selbstmorde oder Selbstmordgedanken kommen dann wie von selbst.**

**Dahinter steht meist große Hilflosigkeit, die mit von der Gesellschaft gefördert wurde.**

**Peter sagt hierzu:** In den letzten 23 Jahren habe ich es selbst erleben müssen, dass jedes Mal, wenn ich mich zu meiner Suchtkrankheit und meinem abstinenten Leben bekannte, sich das Verhalten der anderen sofort dahingehend veränderte, dass ich geächtet wurde.

Oben sind dazu schon einige Veränderungen aufgezählt worden.

Diese Liste der Unzumutbarkeiten ist noch unendlich zu ergänzen.

Aber auch positive Erlebnisse möchte ich an dieser Stelle nicht verschweigen.

Als ich bei einigen älteren Menschen zugab, trockener Alkoholiker zu sein, erhielt ich Bewunderung, es bis heute geschafft zu haben, und ich wurde mit interessierten Fragen überhäuft, wahrscheinlich weil jeder das Problem im Familien- oder Freundeskreis hat und sich nicht zu helfen weiß. Denn die "fachlichen Auskünfte" darüber sind teilweise so undeutlich oder sogar verworren, dass nur wenige Eingeweihte diese Sprache verstehen, aber der normale Bürger dumm gehalten werden soll. Dabei gehört es zur Pflicht eines Behandlers, dass klar und konkret verständlich aufgeklärt wird.

Dieses Pflichtversäumnis wird leider nicht bestraft, denn wie soll sich ein Kranker oder hilfloser Angehöriger gegen die "Götter in Weiß" schon wehren?

Manche fragten mich für sich selbst oder es wurden Fragen gestellt, die einen Angehörigen oder Bekannten betrafen, der das Problem noch hat.

Seltsam war nur jedes Mal, dass meine Umgebung ihr Trinken einschränkte und dass ich den Eindruck hatte, ich verderbe ihnen die gute Stimmung, weil sie sich in meiner Nähe unwohl fühlten. Deshalb beschloss ich meistens, die anderen von meiner Gegenwart zu befreien und ging eher als geplant. Aber ich hatte auch den Eindruck, das Interesse und der Wissensdurst, richtig aufgeklärt zu werden, war bei ihnen groß, nur der Zeitpunkt für solche Gespräche war falsch.

**Lieber Leser,**

**hiermit ist der erste Teil des Dokumentes beendet.**

**Es gibt einen zweiten Teil.**

**[Klicken Sie bitte hier.](#)**