

**Initiative zur Hilfe gegen seelische Abhängigkeit
und religiösen Extremismus**

**Bayerische Arbeitsgemeinschaft Demokratischer
Kreise e.V.**

**Wie können wir
Verschwörungserzählungen, Hass
und Hetze wirksam begegnen?**

Tagungsbericht 2025

Unserem ehemaligen 1. Vorsitzenden
Manfred Ach
zum bevorstehenden 80. Geburtstag
in tiefer Dankbarkeit für seine Arbeit
und Unterstützung in den
vergangenen 50 Jahren gewidmet

ISBN 978-3-941421-59-2

Bibliographische Information der Deutschen Bibliothek

Die Deutsche Bibliothek verzeichnet diese Publikation
in der Deutschen Nationalbibliographie;
detaillierte bibliographische Daten sind im Internet über
<https://portal.dnb.de/opac.htm>
abrufbar.

© by Elterninitiative zur Hilfe gegen seelische Abhängigkeit und religiösen Extremismus e.V., Bayerische Arbeitsgemeinschaft Demokratischer Kreise e.V. (ADK) und bei den Autoren der jeweiligen Beiträge

Alle Rechte vorbehalten

Dokumentations-Edition 43 der A.R.W.
Arbeitsgemeinschaft für Religions- und Weltanschauungsfragen
(A.R.W.)
E-Mail: ARW.Manfred_Ach@gmx.de
URL: <http://www.religio.de/arw>

München 2025

Erfahrungsberichte Betroffener

GO & CHANGE 7

**MEDIZINISCHE FACHBERUFE IM KONFLIKT MIT KULTEN UND
IHREN GRUNDSÄTZEN** 22

**EIN ESOTERISCH-NATURHEILMEDIZINISCHER WEG DER
SUCHE NACH HEILUNG** 26

Elisabeth Faria Lopes

**„RAISON – RADIKALISIERUNGSPROZESSE DURCH VERSCHWÖ-
RUNGSIDEOLOGIEN: AUSWIRKUNGEN AUF DEN SOZIALEN
NAHRAUM ALS HERAUSFORDERUNG FÜR DIE BILDUNGS- UND
BERATUNGSARBEIT“** 35

Florian Mittler

**GESELLSCHAFTLICHE SPALTUNGSPOTENTIALE DER NEUEN
RECHTEN UND IHRES VERSCHWÖRUNGSIDEOLOGISCHEN
WELTBILDES – INFORMATIONS-, BERATUNGS- UND PRÄVEN-
TIONSANGEBOT STAATLICHER EXTREMISMUSPRÄVENTION** 37

Round Table Gespräch und Diskussion

**WIE KÖNNEN WIR VERSCHWÖRUNGSERZÄHLUNGEN, HASS
UND HETZE BEGEGNEN? – IMPULSE FÜR EINE GESPALTENE
GESELLSCHAFT** 43

Werner Gross

**SINN UND UNSINN VON RELIGION UND RELIGIOSITÄT: VON
DER JANUSKÖPFIGKEIT DES GLAUBENS** 49

Jasmina Eifert

**PRO ANA: RADIKALISIERUNG, GEFAHREN UND SEKTENÄHN-
LICHE STRUKTUREN** 55

Bernd Harder

**GEFÄHRLICHES WUNSCHDENKEN?
DER HYPE UM MANIFESTATION** 71

Manfred Ach

STICHWORTE 83

© 2025 Elterninitiative zur Hilfe gegen seelische Abhängigkeit und religiö-
sen Extremismus e.V. und Bayerische Arbeitsgemeinschaft Demokrati-
scher Kreise e.V. München/Pfaffenhofen

Erfahrungsberichte Betroffener

GO AND CHANGE

Ich werde hier über meine Erfahrungen mit sozialutopischen Lebensgemeinschaften berichten. Insbesondere möchte ich einen Einblick darin bieten, wie es mir bei Go and Change erging. Einer Gemeinschaft, die ich im Nachhinein auch als Psychokult bezeichnen würde.

Wenn ich heute Menschen von Go and Change erzähle, sind diese oft verwirrt, weil ich ziemlich schreckliche Dinge erzähle und dabei lache. An dem Verarbeitungsstand, an dem ich mich aktuell befinde, kann ich nicht umhin diese ganze Geschichte als sehr absurd wahrzunehmen.

Schließlich war ich 4 Jahre meines Lebens am schönsten und liebevollsten Ort der Welt. Ich hatte keinerlei Scham, Menschen von Go and Change zu erzählen, egal wie negativ darüber gerade in der Zeitung berichtet wurde, weil ich der Meinung war - auch wenn es vielleicht noch nicht alle verstanden - was wir bei Go and Change machten, war zukunftsweisend und genau das, was die Menschheit braucht.

Anfang 2019 zog ich mit 20 Jahren in eine WG, die von Go and Change gecoacht wurde, verliebte mich nach etwa eineinhalb Jahren in K. – den Gründer und spirituellen Kopf der Gemeinschaft und zog in das Kloster in der Nähe von Schweinfurt, indem ich von September 2020 bis März 2023 mit Unterbrechungen lebte. In dieser Zeit wurde ich sechs Mal aus der Gemeinschaft ausgeschlossen und habe sie einmal freiwillig verlassen – aus Sorge, ihr zu schaden. Meist wurde ich später wieder eingeladen, gelegentlich habe ich auch selbst darum gebeten, in diesen „Hain der Liebe“ zurückkehren zu dürfen. Im Mai 2023 las ich dann in der Zeitung, dass K. verhaftet worden war. Anders als bei den früheren Berichten war ich mir diesmal sicher, dass die dort beschriebenen Vorwürfe der Wahrheit entsprachen – weil ich Ähnliches erlebt hatte. Aus einem Gefühl der Mitverantwortung heraus entschloss ich mich, die Polizei zu kontaktieren, um die Hauptzeugin zu unterstützen. Was ich heute über Go and Change denke, steht also im krassen Gegensatz zu dem, was ich während meiner Zeit dort empfunden habe. Wenn ich darauf zurückblicke, kann ich manchmal selbst nur den Kopf schütteln – und über die Absurdität lachen, dass das tatsächlich etwas mehr als vier Jahre lang mein Leben gewesen sein soll.

Die Gemeinschaft Go and Change tritt als sozialutopische Lebensgemeinschaft auf und natürlich habe ich mich auch einer sozialutopischen Lebensgemeinschaft angeschlossen und nicht einem Psychokult oder einer Sekte. Doch schrecke ich davor zurück jegliche Lebensgemeinschaften mit Kulte(n) oder Sekten gleichzusetzen, die versuchen eine Form des Miteinanders und des verantwortungsbewussten Lebens auf dieser Welt zu entwickeln, die gesünder ist als das, was in unserer Gesellschaft gerade als normal gilt.

Das, was es für mich so absurd macht, heute über Go and Change zu sprechen, ist, dass ich bereits in den ersten Begegnungen mit Go and Change die toxischen Mechanismen erkenne, die die tiefgreifende Abhängigkeit und Blindheit hervorgerufen haben, die dazu führten, dass die Gewalt bei Go and Change über die Jahre immer weiter eskalieren konnte. Die Gemeinschaft Go and Change ist nicht erst toxisch geworden, sie war es bereits bei meinem ersten Kennenlernen, auch wenn ich von diesem absolut begeistert war. Deswegen möchte ich hier einen besonderen Fokus auf diese erste Zeit legen und darauf, was mich bei Go and Change angezogen hat und wieso ich nicht so schnell wie möglich das Weite suchte.

Ich bin in einem gutbürgerlichen Bezirk Berlins aufgewachsen. Als einziges Kind zweier Eltern, die sich sehr darum bemühten, mir einen schönen Start ins Leben zu ermöglichen, fühlte ich mich in der Reihenhaussiedlung, in der bereits die Kinder einen vollen Terminplan hatten und von einem Hobby zum nächsten gebracht wurden, sehr einsam. Ich war nie komplett alleine, hatte in der Schule immer Freundinnen, erlebte diese Freundschaften aber als oberflächlich und fand fies und beängstigend, wie hinterm Rücken über andere geredet wurde. Als ich 10 Jahre alt war, nahm ich zum ersten Mal an einem Kinderzirkuscamp in einer sozialutopischen Lebensgemeinschaft teil. Dort war die wichtigste Regel, niemanden zu verletzen, auch nicht verbal. Ich besuchte diese Zirkuswochen ab dann jedes Jahr und erlebte einmal im Jahr eine Woche voller gegenseitiger Unterstützung, Selbstwirksamkeit und relativer Freiheit davon Angst zu haben, was andere über mich denken.

Abgesehen davon entwickelte ich recht früh ein Bewusstsein dafür, dass es vielen Menschen auf der Welt schlechter ging als mir und aus meiner privilegierten Position heraus fühlte ich mich verantwortlich und wollte dazu beitragen, dass weniger Menschen leiden müssen. Die Probleme unserer Gesellschaft in ihrer Gänze zu begreifen und herauszufinden, wie ich dazu beitragen kann, dass diese Gesellschaft zu einer gerechten, alles Leben achtenden wird, war auch mit einem Gefühl der Überforderung verbunden.

Nach dem Abitur machte ich eine Alternative zu einem FSJ im Rahmen eines Projekts namens Project Peace. Wir lebten dort insgesamt sechs Monate zusammen und lernten verschiedene Ansätze kennen, wie Menschen zu einem schönen Miteinander auf dieser Welt finden können. Unter anderem ging es darum, wie wir in der kleinen Gemeinschaft, die wir für die paar Monate bildeten, miteinander auf eine Weise kommunizieren können, die uns gut tut. Eine der Frauen, die uns über diese Zeit begleitete, war sehr inspiriert von Tamera, einer Gemeinschaft in Portugal. Von dort brachte sie die Idee der transparenten Kommunikation mit. Damit war gemeint, offen zu kommunizieren, was in einem vor sich geht. Ebenso brachte sie die Idee mit, dass Paarbeziehungen dazu bestimmt sind, dass man sich in gesellschaftlich oder familiär geprägten Zweierdynamiken verhält, aus denen man ganz schwer herauskommt und dass es deswegen gut ist gegenüber

einer Gruppe transparent auch über seine Beziehungen zu kommunizieren und somit anderen einen Blick darauf zu ermöglichen. Ich habe das alles dort sehr aufgesogen.

Ich hatte mich immer nach mehr Nähe und Begegnung gesehnt, hatte aber große Angst davor abgewiesen zu werden und habe mich oft nicht getraut etwas zu sagen. Beim Project Peace habe ich die sehr wertvolle Erfahrung gemacht, mit 12 jungen Leuten zusammen zu sein, die wirklich Bock darauf hatten einander kennenzulernen und die Tools, wie Sharing-Runden haben mir geholfen mich mitzuteilen und mich wirklich, so wie ich bin, angenommen zu fühlen. Dort hatte mich jedoch gestört, dass es mir erschien, als ob wir manchmal nur innerhalb der Runden wirklich ehrlich miteinander waren und die restliche Zeit auch manchmal aneinander vorbei lebten. Man könnte wahrscheinlich sagen, dass ich einen Wunsch nach Verschmelzung mit meinen Mitmenschen hatte. Diesen Wunsch kenne ich auch heute noch, auch wenn ich dem etwas kritischer gegenüber geworden bin.

Ein halbes Jahr später bin ich zum Studium nach Witten in eine große WG gezogen, die ich über WG-gesucht gefunden hatte. Meine Hoffnung war, hier ein paar der Erfahrungen vom Project Peace einbringen zu können und die Form der Gemeinschaft, die ich kennengelernt hatte, weiterzuleben. Erst an dem Abend, nachdem ich eingezogen war, wurde mir erzählt, dass die WG von Go and Change gecoocht wurde und dass alle meine neuen Mitbewohner*innen vorhatten im Laufe des nächsten Jahres zu Go and Change zu ziehen.

Am ersten Abend nach meinem Einzug fand direkt ein offener Abend statt, zu dem die WG-Menschen aus Witten eingeladen hatte, um sie an ihrem Miteinander teilhaben zu lassen. Von Go and Change war ihnen gesagt worden, dass sie zu viele „Prozesse“ machten und das sein lassen und einfach eine gute Zeit miteinander haben sollten. Die WG war sichtlich angespannt deswegen und für mich hat es sich total erzwungen angefühlt. Ich verstand die Situation nicht und fühlte mich sehr unwohl. Entschied mich aber nicht dafür mir etwas anderes zu suchen, sondern versuchte Teil zu werden. Schon in den ersten Tagen wurde mir klar, dass ich meine Zweifel nicht mit Menschen außerhalb der WG teilen sollte. Bei mir war also innerhalb der ersten Tage tief eingedrungen, dass meine negativen Empfindungen zu einem fälschlicherweise negativen Außenbild der WG beitragen würden.

Exkurs: „Projektionen“

Ich finde es bemerkenswert, dass ich das bereits in den ersten Tagen, die ich diese WG kennenlernte, verinnerlichte. Denn dass jegliche Kritik an Go and Change als Projektion abgetan wurde, bildet eines der Grundprobleme dieser Gemeinschaft. Bei Go and Change wurden regelmäßig sogenannte „Projektionsrunden“ einberufen, in denen alle Gemeinschaftsmitglieder aussprechen sollten, was sie Negatives

über K. dachten, um dann darauf hingewiesen zu werden, dass in Wahrheit sie es waren, die sich so verhielten oder auf andere Weise selbst verantwortlich für das waren, was sie K. vorwarfen.

Im April 2020, etwa ein Jahr nachdem ich die Gemeinschaft kennengelernt hatte, nahm ich zum ersten Mal bewusst wahr, dass ich einer gleichgeschalteten Gruppe gegenüber saß, die synchron lachte – während ihr Anführer sich über mich lustig machte. Diese sogenannten „Prozesse“ waren eine grundlegende Praxis bei *Go and Change*. Man saß in einer Gruppe zusammen, und jemand mit vermeintlich höherem Bewusstsein sagte einem Dinge, die angeblich zur Selbsterkenntnis und Befreiung führen sollten. Die Gruppe bestätigte dann, dass diese Person tiefere Einsichten über das Gegenüber habe als dieses selbst. Man kann das auch als eine Form von **Gaslighting** bezeichnen. Ein weiterer Effekt dieser Prozesse war, dass sich die Gruppe durch ihre Einheitlichkeit rückversicherte. Dafür war es hilfreich, einzelne Personen lächerlich zu machen oder sie als die „Bösen“ der Gemeinschaft darzustellen – im Gegensatz zu denen, die sich dann als liebevoller, bewusster und weiterentwickelt erleben konnten. Dies lässt sich als **Scapegoating** beschreiben. Ich hatte das Projektions-Narrativ jedoch bereits so tief verinnerlicht, dass ich meine Wahrnehmung nicht ernst nahm. Statt sie als Warnsignal zu deuten, sah ich sie als Projektion – also als Ausdruck meines eigenen Widerstands gegen das, was K. mir „spiegelte“. Und genau das schien mir in diesem Moment zu bestätigen, dass er recht haben musste.

Genauso wurden im Sommer 2020, als die ersten kritischen Zeitungsartikel bei der Main Post erschienen, die darin geäußerten Vorwürfe natürlich als Falschaussagen von ehemaligen Gemeinschaftsmitgliedern abgetan, die entweder projizierten, weil sie ihre eigenen destruktiven Anteile nicht annehmen wollten oder einfach direkt logen, da sie Rache dafür nehmen wollten, dass Go and Change ihnen ihre Selbstbilder genommen hatte. Wenn die Vorwürfe berechtigt gewesen wären, würden die Leute zur Polizei gehen. Dass nun, nachdem K. in Untersuchungshaft genommen und zu mehreren Jahren Haft verurteilt wurde, nicht mehr Menschen bei Go and Change diesen Widerspruch bemerken, ist für mich rätselhaft. Gleichzeitig macht es für mich noch einmal deutlich: Es ging nie um Wahrheit oder inhaltliche Konsistenz – sondern darum, das Weltbild jederzeit so zu drehen, dass K. als erleuchtete Lichtgestalt und die Gemeinschaft als visionäre, auf Liebe basierende Zukunftsform menschlichen Zusammenlebens erscheinen konnte – ganz gleich, wie widersprüchlich oder realitätsfern das im Einzelfall auch war.

Dieser Umgang mit Kritik führte dazu, dass die eigenen Zweifel grundsätzlich als falsch abgetan und abgespalten wurden und das Äußern dieser als böse galt. Wenn also eine andere Person etwas äußerte, dass sich mit den eigenen Zweifeln deckte, wurde diese Person direkt mit wüsten Beschuldigungen überschüttet. „Ich kämpfe doch selbst schon die ganze Zeit gegen die Stimme in meinem Kopf. Wieso machst du es mir so schwer in der Liebe zu bleiben?“

Zurück zu meinen ersten Tagen in der WG:

Was ich dort erlebte, machte mich skeptisch. Die Gespräche wirkten für mich, als würden sie Nähe erzwingen, statt dass diese natürlich entstand. Da ich nicht nur mit einer großen Offenheit, sondern auch großer Selbstunsicherheit dort ankam, war ich jedoch schnell bereit anzunehmen, dass die anderen, die auch sehr nett zu mir waren, weiter waren als ich und ich schon noch verstehen würde, warum diese Form der Beziehungs- und Gemeinschaftsgestaltung besser war als das, was ich bereits kannte. Als ich einer Mitbewohnerin erzählte, dass ich Gewaltfreie Kommunikation kennen und schätzen gelernt hatte, sagte sie, dass sie darüber bereits hinausgewachsen waren: Die Idee, dass Menschen ihre eigenen Gedanken und Emotionen ergründen und diese im Fall eines Konflikts mitteilen, um eine gemeinsame Lösung zu finden, galt bei Go and Change als überholt. Im Fokus stand es anderen Menschen mitzuteilen, was an ihnen wahrgenommen wurde - es sollten „Spiegel“ vorgehalten werden. Und mit diesen „Spiegeln“ musste jederzeit gerechnet werden.

Mich machte das alles skeptisch, aber ich war neugierig auf Go and Change, da alle so begeistert davon waren und fuhr im März 2019 mit der WG zu einem Kennenlernwochenende.

Dieses Kennenlernwochenende bot zum einen eine perfekte Gemeinschaftserfahrung mit gemeinsamem Essen, Singen, Tanzen, Meditieren, Yoga und Joggen, zwischendurch halfen die Gäste im Garten, in der Küche oder in der Hauswirtschaft mit und zum anderen wurden die der Gemeinschaft zugrunde liegenden Konzepte vorgestellt.

Das war einmal die „Integrale Theorie“, eine sehr komplexe Theorie aus der vor allem auf die „Spiral Dynamics“ eingegangen wurde. Dieser Theorie zufolge durchläuft Bewusstsein unterschiedliche Entwicklungsstufen. Sowohl die Gesellschaft befinde sich auf einer Entwicklungsstufe, geprägt davon, welches Bewusstsein die meisten haben, aber auch jeder einzelne befinde sich auf einer Entwicklungsstufe und durchlaufe in seinem Leben sämtliche Bewusstseinsstufen, die die Gesellschaft bereits durchlaufen hat und entwickelt sich entweder etwas weniger weit oder auch weiter als die Mehrheit der Gesellschaft. Das, was ich beim Project Peace kennengelernt hatte, wurde als grünes Meme bezeichnet, in dem alles da sein darf und alle gleich sind. Die darauffolgende Stufe ist die erste Integrale Stufe, in der man Einsicht darin habe, dass man alle vorhergehenden Stufen durchlaufen hat und dadurch umfassendes Verständnis und einen tiefergehenden Blick für die Welt habe. In dieser Bewusstseinsstufe, die alle bei Go and Change anstrebten, wurde die Wichtigkeit zu bewerten und Unterschiede hervorzuheben betont. Hilfreich, um eine höhere Bewusstseinsstufe zu erreichen, sei das Spiegeln von unbewussten Verhaltensweisen und Motiven.

Dem lag die Annahme zugrunde, dass wir alle einen wahren, lichten Kern haben, der von den unbewussten Anteilen überschattet wird, die wir im Laufe des Lebens entwickeln. Es ging darum diese „Schatten“ aufzulösen, um immer mehr sein wahres Selbst („Licht“) zu verwirklichen. Einander dabei zu unterstützen, galt als

liebevoll. Das Ziel, immer bewusster zu werden, wurde dem Ziel, immer liebevoller zu werden untergeordnet. Bewusstsein galt quasi als Vehikel, um liebevoll handeln zu können.

Aus der Integralen Theorie wurde auch die Notwendigkeit von Hierarchien abgeleitet. Die Kompetenzhierarchie wurde an sehr logischen Beispielen erklärt: Die Person, die sich am besten mit Gärtnern auskennt, hat im Garten das Sagen und die Person, die am besten Kochen kann in der Küche. Es wurde jedoch auch eine Bewusstseinshierarchie festgelegt und hing in der Gemeinschaft aus. K. hatte das höchstentwickelte Bewusstsein, darauf folgte F. und einige Mitglieder, die die Leitung von Go and Change bildeten. Von diesen wurde in diesen Abstufungen angenommen, dass sie tief in das Selbst der anderen Menschen einblicken, sowie sich selbst reflektieren konnten, wodurch sie am besten in der Lage wären zu entscheiden, was die Gemeinschaft oder ein einzelnes Mitglied auf dem Weg zu Heilung oder höherem Bewusstsein brauchten.

Go and Change wurde etwa 2015 als Wohngemeinschaft in Halle gegründet – von ein paar Leuten rund um zwei Männer, die sich gerade angefreundet hatten: K. und F.. Das war, bevor ich sie kennenlernte. Die Geschichte, wie ich sie kenne, ist folgende: K. hatte sich intensiv mit NLP beschäftigt – also damit, wie man Menschen lesen und soziale Dynamiken beeinflussen kann. F. hingegen hatte die integrale Theorie für sich entdeckt. Die beiden waren ein absolutes Match: K. – meiner Meinung nach narzisstisch von sich überzeugt, F. nach meinem Empfinden – extrem selbstunsicher und in K. seinen neuen Guru/besten Freund findend, der ihm Sicherheit gab. Sie begannen, Wochenendseminare zu veranstalten, bei denen es vermutlich auch schon darum ging, sich durch „authentische Begegnung“ weiterzuentwickeln. Das zog viele Menschen an – so viele, dass sie sich irgendwann nach einer Immobilie umsahen. Sie fanden ein Kloster in der Nähe von Schweinfurt.

Ein Exposé überzeugte die Nonnen, die dort lebten und wieder in ihr Mutterkloster zurückzogen, davon, dass da Menschen einziehen würden, die auf ihre Weise auch einen spirituellen, liebevollen Weg gehen würden. Als ich Go and Change 2019 kennenlernte, war die Bewegung an einem ihrer stärksten Punkte: Es lebten etwa 70 Menschen im Kloster. Sie machten auf mich alle einen sehr offenen, herzlichen Eindruck und wirkten wie starke Persönlichkeiten – schon allein deshalb, weil sie so direkt in Kontakt gingen.

Meine ganze Gemeinschaftssehnsucht war erfüllt.

Abends saß man in Grüppchen zusammen mit Menschen von der Leitung in jeder Gruppe, die diese moderierten. Für den Besuch bei Go and Change wurde von den Gästen Vorschussvertrauen erwartet. Dies sei notwendig, um eine Kultur der Liebe zu entwickeln. Heute sehe ich das sehr kritisch und denke, dass Vertrauen unbedingt durch Erfahrung entstehen sollte. Damals fiel mir das Vertrauen aber nicht schwer, weil ich in ähnlichen Kontexten bis dahin nur positive Erfahrungen gemacht hatte. In dem ersten Gruppenprozess in dem ich war, wurde mir „gespiegelt“, dass ich Verantwortung abgebe. Es war fester Bestandteil meines

Selbstbildes, dass ich Verantwortung übernehmen wollte. Daher war das ein ziemlicher Schock für mich.

Eine Frau aus der WG, die ich sehr gerne mochte, hatte bereits mehr Zeit bei Go and Change verbracht. Ich erzählte ihr davon, dass ich mit einem anderen neuen Mitbewohner in der WG eine Antipathie hatte, die ich nicht verstand. Das machte mir Sorgen, weil ich zu dem Zeitpunkt dachte, dass alle anderen meiner Mitbewohner*innen zu Go and Change ziehen würden und ich mit ihm die WG fortführen würde. Sie regte immer wieder an, dass ich mich damit an die Leitung wenden sollte. Aber die Leitung hatte mir ja gesagt, dass ich Verantwortung abgebe und außerdem war mir nicht ganz klar, wer bei Go and Change zur Leitung gehörte. Bis in die letzte Nacht schob ich es auf, nahm dann all meinen Mut zusammen und nach dem, was ich beim Project Peace gelernt hatte, erzählte ich in der Runde davon, wie es mir mit diesem Mitbewohner ging. Direkt fragte eine Frau, ob wir mal etwas miteinander hatten. Ich sagte Nein! Und K. wiederholte, „nein, das ist nichts sexuelles“. Damit war das geklärt, der Zweifel in den Gesichtern der anderen schwand. Ich verstand: Was K. sagte, war Gesetz. Dann sagte er, dass dieses Thema wohl zu groß war, um in dieser Nacht bearbeitet zu werden und forderte die WG auf mich in den Arm zu nehmen. Damit fühlte ich mich geborgen. Am nächsten Morgen sagte mir eine Frau, dass K. gesagt habe, dass ich soweit sei und länger bleiben dürfe.

An diesem Prozess, an den ich mich mit am klarsten erinnern kann, lassen sich bereits einige Problematiken erkennen, die mir damals nicht aufgefallen sind und zumindest teilweise die Funktionsweise der Gruppenprozesse bei Go and Change verdeutlichen:

K. hatte die absolute Deutungshoheit und wurde von der bereits bestehenden Gruppe nicht angezweifelt. Er unterstützte mich zwar, in dem er meine Sichtweise bestärkte, arbeitete aber nicht wirklich mit mir an der Frage, die ich hatte. Stattdessen machte er etwas völlig anderes, was aber wie eine Intervention erschien und gab mir das Gefühl, dass dieses Thema größer sei als ich dachte und sehen konnte. So wurde vielen Menschen bei Go and Change erstmal mit positiver Aufmerksamkeit begegnet. In der Theorie des Gaslighting wird das als Love bombing bezeichnet. An diesem Abend habe ich bereits einen Teil der Deutungshoheit über mich selbst an K. übergeben, in der Annahme, dass er mich besser sehen könne als ich mich selbst. Im Anschluss daran kamen mehrere Menschen zu mir und sagten, dass sie es mutig fanden, dass ich mich in der Gruppe geöffnet hatte. Im Nachhinein denke ich, auch das hätte ein Warnsignal sein müssen: Im Gegensatz zu den Menschen bei Go and Change hatte ich bis dahin nur positive Erfahrungen gemacht, wenn ich vor einer Gruppe mitteilte, was in mir los war. Dass sich das bei Go and Change gravierend ändern würde und es mir bald nicht mehr einfallen würde frei in der Gruppe mitzuteilen, was mich beschäftigt, habe ich damals noch nicht geahnt. Das positive Feedback hat mich einfach nur stolz gemacht.

Exkurs: Verantwortungsabgabe und K.s Rolle bei Go and Change

Zu der Zeit, als ich Go and Change kennenlernte, zog sich K. aus der Leitung zurück. Mit der Aussage, dass zuviel Verantwortung an ihn abgegeben wurde und die Menschen mehr Selbstverantwortung übernehmen sollten. Im Laufe der folgenden Jahre beschwerte er sich immer wieder darüber, dass die Menschen bei Go and Change ihn nicht wie ein normales Mitglied behandelten. Bei unserem nächsten Treffen spiegelte er mir eine „Guru-Projektion“. Er sagte immer wieder er wolle kein Guru sein. Gleichmaßen forderte er Anerkennung und Sonderbehandlung dafür, was alle bei Go and Change ihm zu verdanken hätten und hatte bei allen Entscheidungen das letzte Wort. Wann er sagte: „Ihr gebt die Verantwortung an mich ab“ und wann er in das Gemeinschaftsgeschehen eingriff, damit weiter alles so lief, wie er wollte, erscheint mir heute willkürlich.

Ein üblicher Spiegel bei Go and Change war auch, dass Menschen „sich zum Opfer machten“, wenn sie mit etwas konfrontiert wurden und dann vielleicht unter Tränen versuchten sich zu rechtfertigen. Die Täter-Opfer-Umkehr wurde in meiner Erfahrung in einem „Prozess“ im Sommer 2022 absolutiert. In den Morgenstunden nach einer durchgemachten Nacht konfrontierte er mich damit, dass ich der Gruppe etwas verschweigen würde. Es war gerade ein neuer Eskalationspunkt erreicht worden, denn es ging nicht mehr darum, dass Gemeinschaftsmitgliedern vorgeworfen wurde, dass sie heimliche Absichten, Gedanken und Gefühle hatten. Es ging nun um Dinge, die tatsächlich geschehen sein sollten, an die sich niemand mehr erinnerte. Zu dieser Zeit vertrauten ich und die anderen K. so sehr, dass man eher die eigene Erinnerung in Zweifel zog, als zu denken, dass er sich irrte und so folgte ich in einer mehrstündigen Konfrontation vor der Gruppe jedem Hinweis den K. mir gab und jedem Gedankenspiel, das er mir anbot, um herauszufinden, was er meinte. Auch nach ca. 5 Stunden hatte ich noch nichts gesagt, was K. und die Gruppe befriedigte und war ziemlich verzweifelt. Da sagte er zur Gruppe, sie solle bloß nicht auf meine Opferverkörperung reinfallen. „Ich (K.) bin hier das Opfer.“ Etwa eine Woche später hat K. mir eine Backpfeife vor der gesamten Gruppe gegeben, weil er aufgrund der Unterstellungen, die er mir gegenüber erhob, wütend war. Als er das zweite Mal ausholte und die Angst in meinem Gesicht sah, sagte er mir, dass ich auf die andere Seite des Raumes gehen sollte, um nicht mehr in seiner Reichweite zu sein. Meine Knie zitterten und der einzige Gedanke in meinem Kopf war: „bloß jetzt nicht zum Opfer machen.“

Ich denke noch ein weiteres Phänomen wurde mit dem Verantwortungsabgabe-Spiegel deutlich. K. spiegelte den Menschen in der Gemeinschaft zu dieser Zeit Verantwortungsabgabe und sie kopierten mit aller Härte das, was sie von ihm als liebevoll vermittelt bekamen. Dabei wurde sich am Inhalt von dem orientiert, was er sagte. Er jedoch beabsichtigte in den Prozessen eher, die Menschen in eine Abhängigkeit zu bringen, in dem er zunächst Vertrauen durch Selbstwert-Stärkung erzeugte und er die Menschen erst mit Negativem konfrontierte, wenn sie ihm blind vertrauten. Dadurch, dass die anderen Gemeinschaftsmitglieder viel eher das spiegelten, was sie von K. gehört hatten, während K. darauf aus war,

Abhängigkeiten zu erstellen, wurde K. zur größten und für mich oft einzigen Vertrauensperson. Und ich denke, dass es vielen so erging.

Doch all diese Einsicht hatte ich nach meinem ersten Besuch bei Go and Change noch nicht.

Ich fühlte mich dort wohler als in der WG und hatte das Gefühl zu verstehen: was die WG versuchte zu kopieren, war etwas Gutes. Ich hatte sogar das Gefühl, dass hier alles gelebt wurde, was wir beim Project Peace angestrebt hatten.

Natürlich gibt es auch viele Menschen, die Go and Change besuchten und kein Interesse hatten wiederzukommen. Was mich so anfällig für die oben beschriebenen Mechanismen machte, ist neben der Sehnsucht nach Gemeinschaft und intensivem Kontakt, die erfüllt schienen, dass ich zu dieser Zeit ein sehr geringes Selbstwertgefühl hatte. Ich wollte unbedingt „richtig“ sein und von anderen gemocht werden, hatte aber viel Angst mich auf eine Weise zu verhalten, die andere stören könnte. Damit war ich gefundenes Fressen für die Funktionsweise von Go and Change und ich bin der Überzeugung, dass viele Menschen bei Go and Change genau in ihrem Wunsch „gut“ zu sein und ihrer Angst „schlecht“ zu sein dazu gebracht wurden, anderen Menschen Schaden zuzufügen.

Die Übernahme der Deutungshoheit, über das Wesen und die Absichten der Gemeinschaftsmitglieder ist in meinen Augen das stärkste Mittel, durch welches die Abhängigkeit bei Go and Change erzeugt wurde. Doch bereits bei meiner zweiten Begegnung mit Go and Change kam ich mit zwei weiteren davon in Berührung.

Drogenerfahrungen

Kai und zwei weitere Gemeinschaftsmitglieder kamen uns in der WG besuchen, um den 30. Geburtstag eines Mitbewohners zu feiern. Hierzu wurden von Mittwoch bis Samstag im vertrauten Rahmen Pilze, LSD und MDMA konsumiert. Ich hatte bis dahin keinerlei Erfahrungen mit illegalen Drogen und nahm lediglich an einem Abend MDMA. Die Droge bewirkte, dass ich mich so lebendig fühlte, wie noch nie in meinem Leben und das drückte ich auch aus und wurde dafür gefeiert. Kai erklärte mir später, dass das Ausdruck meines Lichts gewesen sei und sie das bei Go and Change bewusst bestärken wollten, während, wenn ich aus meinen Schatten agieren würde, man entweder nicht auf mich eingehen oder diese konfrontieren würde.

Im Laufe der Jahre konsumierten wir auch Speed und Koks, ich erlebte jedoch nie Drogenabhängigkeitserscheinungen. Da ich die Wirkung der Drogen nie mit den Drogen in Verbindung brachte, sondern diese eher als Türöffner zu einer wahrhaftigeren Realität und mehr Freiheit erlebte, war mein Schluss aus meinem ersten MDMA Trip nicht: „Ich will jetzt nur noch auf Drogen sein“ sondern, „ich will mehr Zeit mit diesen Menschen verbringen, mit denen ich mich so lebendig fühle“. Im Januar 2020 nahm ich mit Kai und anderen Gemeinschaftsmitgliedern LSD und MDMA. Wir verbrachten die Nacht hauptsächlich im Kreis sitzend und machten Dinge, die uns Helfen sollten in unsere Liebe/unser Licht zu kommen. Ich hatte nur schemenhafte Erinnerungen und bat um ein Gespräch mit einer

Frau bei Go and Change, da ich mich an mehrere Interaktionen mit ihr erinnern konnte und nochmal wissen wollte, worum es genau dabei gegangen war. Wir hatten ein schönes Gespräch, sie fand allerdings, dass unsere Interaktionen nicht so bedeutungsvoll gewesen seien, im Unterschied dazu, was Kai mir gesagt hatte und sie fragte mich: „Warum erkennst du Kai nicht an?“ Doch wie so oft bei derartigen Fragen ging es nicht darum das herauszufinden. Die Möglichkeit, dass ich gute Gründe haben könnte, wegen denen ich Kai nicht anerkenne, wurde direkt ausgeschlossen. Die Frage war, warum ich es vermied ihn anzuerkennen. Und ich fand die Antwort darauf: Wenn ich Kai anerkenne, dann möchte ich zu Go and Change ziehen, weil ich nirgendwo sonst so viel Wahrheit leben kann. Meine Angst davor mich meinen Schatten zu stellen, so meinte ich zu erkennen, war es, die mich davon abhielt ihn anzuerkennen. Auf diese Weise trug der Trip, an dem ich nicht erinnere, dass Kai etwas Bedeutungsvolles zu mir sagte, dazu bei, dass ich mich entschied Kai anzuerkennen. Es ist, das habe ich in den Jahren gelernt, tatsächlich möglich sich für Vertrauen zu entscheiden und dann zu vertrauen.

Sexualität

Ein weiterer zentraler Aspekt bei Go and Change, der die Abhängigkeit vertiefte, war der Umgang mit Sexualität. Einerseits, da Sexualität als gesellschaftliches Tabuthema begriffen werden kann, definitiv aber ein sehr intimes, von gesellschaftlichen Erwartungen geprägtes Thema ist, was die meisten Menschen betrifft. Bei dieser und vielen folgenden Partys mit Go and Change ging es darum einen befreiten Umgang mit Sexualität zu finden. Tatsächlich hatte ich mich auch noch nie so frei gefühlt, wie bei dieser Party, bei der ich völlig ungehemmt mit all meinen WG-Mitbewohnern tanzte.

K., der sich -nach meiner Wahrnehmung- selbst als sexueller Heiler verstand und sich bei Go and Change zunehmend „hauptberuflich“ in diesem Feld betätigte, veranstaltete sogenannte Kontexte. In diesen brachte er Ideen ein, wie die sexuelle Befreiung der Mitglieder erreicht werden könnte. Gleichzeitig wurden die Teilnehmenden nach ihren Fantasien befragt – und gemeinsam überlegt, wie sich diese ausleben ließen.

Im Sommer 2020 wurde ich zum ersten Mal zu einem solchen sexuellen Kontext eingeladen. Je extremer die Fantasien, desto ehrlicher und mutiger galten die Frauen, die daran teilnahmen. In diesen Kontexten – in denen vermehrt Drogen konsumiert und sadomasochistische Elemente eingebaut wurden – gab ich nach und nach die Selbstbestimmung über meinen Körper auf.

Ich erlebte tiefe Glücksgefühle und Verbundenheit, fühlte mich aber oft auch überfordert: von den Drogen, der Intensität, der Sexualität. In dieser Überforderung wurde K. zur Orientierungsfigur, die mir Halt bot. Ich verband die sexuellen Erfahrungen mit ihm – und verliebte mich. So ging es vielen Frauen. Die Selbstverständlichkeit, mit der dort gesellschaftliche Tabus gebrochen wurden, vermittelte mir ein Gefühl von großer Freiheit. Und so hatte ich einen der glücklichsten Momente bei einem Kontext, im Sommer 2021, weil ich mich zu tiefst freute, dass das, was ich mit meinen Freunden machte „Drogen nehmen und

Sex haben“ war. Problematisch war, dass die Gewalt – psychisch wie physisch – immer weiter eskalierte. Die intensive Verbundenheit und das ständige Gaslighting führten dazu, dass tatsächlich Verantwortung abgegeben wurde – und niemand K. Einhalt gebot.

Im Jahr 2019 besuchte ich Go and Change noch einige Male und übernahm immer tiefer die Überzeugungen, die dort vorherrschten. Glaubte immer mehr, dass in mir „Schatten“ sind, die ich nicht wahrnehmen kann und dass ich diese „Prozesse“ machen müsse, um ein liebevoller Mensch zu werden. In der WG versuchten wir die „Kultur“ von Go and Change zu kopieren, dadurch gab es eigentlich keine Zeiten ohne „Prozesse“ und „Spiegel“. Nachdem ich im Sommer 2020 bei den ersten sexuellen Kontexten dabei gewesen war und mich in K. verliebte, erfuhr ich einige Tage von ihm ein riesiges Maß an Bestätigung. Durch eine Hochzeit, die im Kloster stattfand, hatte ich die Fantasie, dass wir heiraten würden und erzählte ihm eher im Scherz davon. Er, damals 38 Jahre alt, nahm diese Fantasie auf und wir fantasierten darüber, wie wir heiraten würden und wie unsere Beziehung wohl in 30 Jahren wäre. Er ermutigte mich wieder MDMA zu nehmen und ich erzählte ihm von all meinen Ängsten und allem, was ich im Leben getan hatte, was ich bereute. Ich fühlte mich so geliebt, wie noch nie. Dass er das alles nicht ernst gemeint hatte, wurde mir erst Jahre später klar. Als er wieder mit seiner Ex-Freundin zusammenkam und mich das sehr verwirrte, da er mir versprochen hatte, dass er das nicht vorhatte, führte er mein Verhalten daraufhin als Grund dafür an, dass er nicht mit mir Beziehung führen konnte. Und so wurde der Wunsch, dass wir diese Beziehung führen würden, wenn ich nur ein liebevollerer Mensch wäre, zu der Triebfeder, die mich immer wieder zu Go and Change brachte.

Ich wurde unter Druck gesetzt in die Gemeinschaft einzuziehen – das sei Zeichen dafür, dass ich bereit wäre mich meinen Schatten zu stellen, um ein liebevoller Mensch zu werden. Als ich wenige Wochen später rausgeworfen wurde, ging es mir sowieso nicht gut in der Gemeinschaft und ein Teil von mir war erleichtert. Das wahrzunehmen war der Beweis für mich, dass Go and Change keine Sekte war. Ich dachte: In dem Moment, wo ich nicht mehr wirklich freiwillig dort war und nicht freiwillig das gemacht habe, was von mir gefordert wurde, wurde ich ausgeschlossen. Das fand ich sehr liebevoll und meinte mich auch dadurch, dass ich rausgeflogen war zutiefst geliebt zu fühlen.

Die folgenden Monate waren ziemlich furchtbar und ich sehnte mich sehr nach K. und dem Gefühl von Verbundenheit, was ich mit ihm verband. Im März 2021 nahm ich Kontakt zu ihm auf und er lud mich ein ins Kloster zu kommen. Daraufhin lebte ich dort bis ich im Januar 2022 erneut rausflog, wieder eingeladen wurde, wieder rausflog und noch einmal eingeladen wurde.

Mit jedem Mal, dass ich wieder in die Gemeinschaft kam, war ich bereiter alles dafür zu tun, um nicht wieder rauszufliegen, da ich in den Zeiten dazwischen immer sehr einsam und unglücklich war. So wie ich sind mittlerweile fast alle Gemeinschaftsmitglieder immer wieder rausgeflogen und wieder eingeladen worden. Was dies meiner Erfahrung und Ansicht nach bewirkte, dass man sich in der

Zeit in der man draußen war die größte Mühe gab, sich noch bedingungsloser für Go and Change zu entscheiden und dafür das machen zu wollen, was K. wollte.

Isolation und Realitätsverlust

Es gab selten wirklich einen Alltag im Kloster, aber es wurde immer davon gesprochen, dass wir nach dem nächsten Prozess endlich liebevoll zusammen leben könnten und all unsere Freund*innen und Familie einladen könnten uns besuchen zu kommen.

Doch tatsächlich wurde die Isolation immer stärker.

Ich geriet in Konflikt mit meinen Eltern, als ich ihnen erzählte, dass ich eine Liebesaffäre mit K. gehabt hatte und daraufhin rausgefliegen war und sie erlebten, wie schlecht es mir in dieser Zeit ging. Daher brach ich den Kontakt zu ihnen ab, als ich wieder zu Go and Change zog, um mich nicht vor ihnen rechtfertigen zu müssen. Als ich den Kontakt wieder aufnahm, stellte ich sie vor vollendete Tatsachen. Sie kamen mich dort besuchen, hatten aber immer viel Kritik, was ich nicht verstehen konnte. Doch sie rangen sich so gut sie konnten dazu durch zu akzeptieren, dass ich diesen Weg gehen wollte und ich denke, dass das das Beste ist, was sie tun konnten. Sobald sie Go and Change kritisierten war ich dabei es zu verteidigen und da ich mich mit Go and Change so verbunden fühlte, wirkte Kritik daran, auf mich wie Kritik an mir. Wenn sie zu viel wurde, fand ich es gerechtfertigt den Kontakt abubrechen. Erst als sie in Gesprächen mit mir aufhörten Kritik zu üben kam ich aus dem Verteidigungsmodus heraus und begann meine eigene Kritik zu entwickeln.

Isolation entstand, neben den für Außenstehende teilweise befremdlichen Methoden, auch dadurch, dass im Sommer 2020 mit der Corona-Krise und den ersten Artikeln, die in der Main Post geschrieben wurden, die so konträr zu dem waren, was die Menschen meinten bei Go and Change zu erleben, ein Abdriften in Verschwörungsmythen begann. Ich weiß noch wie ich dachte, wenn in der Presse so falsch über Go and Change berichtet wird, wie kann ich dann noch irgendetwas glauben, was in den Medien geschrieben wird?

Versteht mich bitte nicht falsch – die Zeitungsartikel haben mir auch geholfen zu erkennen, wie gewaltvoll Go and Change ist, doch für die Menschen, die noch nicht bereit sind das zu erkennen bewirken diese Artikel natürlich, dass man sich noch mehr missverstanden und von der Gesellschaft angegriffen fühlt. Jegliche Rechtfertigung gegenüber anderen, ob die Gespräche mit meinen Eltern oder die Leserbriefe und Erfahrungsberichte, die an die Zeitung geschickt werden sollten, um die Redaktion über die „Wahrheit“ zu informieren, bewirkten ein engeres Zusammenrücken bei Go and Change.

Dieses Gefühl, der allgemeinen Berichterstattung nicht länger vertrauen zu können öffnete die Tür für Verschwörungstheorien. Wir schauten exzessiv die Matrix-Filme und es wurden Prozesse mit Menschen geführt, bei denen diese sich verhielten wie ein Mr. Smith oder ihnen unterstellt wurde, dass sie jetzt ein Pro-

gramm von noch größerer Macht und Kompetenz seien, dass zugeschaltet wurde, um das unterdrückerische System aufrechtzuerhalten. Später hieß es einfach, eine Stimme würde uns alle beschallen und unsere Gedanken, Gefühle und Taten beeinflussen, um ein System des Leids aufrechtzuerhalten und es wurden Methoden entwickelt, wie man dieser Stimme trotzen könnte.

Im Sommer 2022 schauten wir uns eine „Doku“ zur Flat Earth Theorie an. Als eine Frau nach einer Folge schockiert darüber war, dass sie gar nicht gewusst hatte, wie die Familie Rothschild alles in den Händen hätte und beeinflusste, was wir glauben, relativierte F. das und sagte, dass es schon auch viele andere Möglichkeiten der Interpretation der Zusammenhänge auf der Welt gibt. Die Serie wurde uns gezeigt, um das Vertrauen in unser Wissen noch weiter zu erschüttern. Wer in diesem Gefühl der Unsicherheit - nicht mehr zu wissen, was wahr war und was Lüge - Orientierung bot, war K. In dieser Zeit kam es zu dem oben beschriebenen Bruch zwischen K. und mir, weil ich nicht gestand, was ich nicht getan hatte und ich verließ das Kloster und begann – auch weil ich zufälligerweise in einer Sozialpsychologie-Veranstaltung im Rahmen meines Studiums landete – vieles zu hinterfragen. Doch ich hielt noch an einigen Sachen fest. Damals war ich der Meinung, dass K. eine Psychose hatte und nun das Vertrauen der Gemeinschaftsmitglieder missbrauchte. Dass aber auch schon die Jahre vorher vieles auf Manipulation beruhte und die Kultur im Kloster in keiner Weise als „liebvoll“ bezeichnet werden konnte, war ich nicht bereit zu sehen. Deswegen war ich auch schockiert, als ich im November 2022 kontaktiert wurde, mit der Nachricht: Können wir telefonieren, es ist wichtig, es geht um unsere Kinder. In dem Telefonat wurde mir mitgeteilt, dass Frauen, die auf das Kloster projizierten, das Jugendamt eingeschaltet hatten und bewirken wollten, dass ihre Kinder nicht mehr ins Kloster dürfen.

„Sie versuchen, die Familien auseinanderzureißen“ wurde mir gesagt. Und in meiner Einsamkeit ließ ich mich trotz gruseliger Gespräche („wenn K. dich geschlagen hat, war das aus Liebe“) wieder darauf ein und sagte meine finanzielle Unterstützung zu. Daraufhin bemühte sich K. wieder sehr darum, Kontakt zu mir aufzubauen und es gelang ihm innerhalb von knapp 24 Stunden mich davon zu überzeugen, dass meine Kritik ja toll sei, weil er sich so freute, dass ich ihm mal meine Meinung sagte, dass er aber eben eine übergeordnete Perspektive habe, aus der heraus er trotzdem nichts falsch gemacht hatte. Außerdem erweckte er mein Mitgefühl, in dem er sagte, dass er als schwerstraumatisierter der Gemeinschaft doch am meisten Liebe verdient habe und ich kam zu dem (aus heutiger Sicht absurden) Schluss, dass es ungerecht sei, mächtige Menschen stärker für ihr Fehlverhalten zu verurteilen als Menschen ohne Macht, nur weil ihre Taten größere Konsequenzen nach sich ziehen. In den folgenden Wochen ging es mir sehr schlecht, da meine Abhängigkeitsstruktur wieder aktiviert war. Und ich ließ mich ein letztes Mal auf die Klosterwelt ein. Die Zeit, die darauf folgte, war geprägt von den schlimmsten Gewalterfahrungen meines Lebens. Als ich rausflog, obwohl ich mich, meinen eigenen Grundsätzen zuwider, auf eine Prügelei mit K. auf LSD eingelassen hatte

und mit Prellungen am ganzen Körper in meine Wohnung nach Witten kam, hatte ich die realistischsten Selbstmordgedanken meines Lebens.

Hier kam mir wieder meine Ausbildung zugute. Aus meinem Praktikum in einer psychosomatischen Klinik hatte ich vor Augen, dass man mich in diesem Zustand in dieser Klinik nicht guten Gewissens entlassen hätte. Da ich nun wirklich alles in meiner Macht stehende getan hatte, um zu versuchen Teil von Go and Change zu sein, entschied ich, dass ich dort zwei Jahre lang nicht mehr hingehen wollte und auch in zwei Jahren nur, wenn ich wirklich das Gefühl hätte, dass sich etwas grundlegend in mir geändert hätte. Dadurch gewann ich Zeit und Ruhe. Als ich ca. einen Monat später die Zeitungsartikel über den Suizid von Sophie las – ich war zu der Zeit selbst nicht im Kloster gewesen, kannte sie aber – war ich nicht bereit, Go and Change die Schuld für ihren Tod zu geben. Ich fand aber, dass man zumindest hätte reflektieren müssen, dass man sich vielleicht geirrt hatte und anders mit Menschen umgehen sollte, damit sich nicht noch weitere Menschen das Leben nehmen. Da ich mir nun so gut vorstellen konnte, wie sich Sophie gefühlt haben musste, wuchs der erste große Kritikpunkt in mir. Einige Wochen später wurde ich wieder eingeladen zu einer Party ins Kloster zu kommen. Es fiel mir noch sehr schwer abzusagen, aber ich hatte mir das fest vorgenommen und als Antwort erhielt ich von einem Mann, mit dem Sex zu haben ich noch nie auch nur nachgedacht hatte die Nachricht: Schade, dann suche ich mir jemanden anderes um Sex zu haben.

Ich hätte keine Antwort bekommen können, die mir mehr geholfen hätte, meine Entscheidung nicht zu bereuen. Diese Zeit war extrem hart und ich hatte häufig das Gefühl in einem schwerelosen Raum zu sein und nirgendwo Halt zu finden. Einerseits wurde mir bei Go and Change eingepreßelt, dass ich eine große Gefahr für andere Menschen darstellte und den Menschen, die ich liebte immer schaden würde, wenn ich mich nicht veränderte. Andererseits musste ich mich, wenn ich Go and Change anzweifelte mit der Schuld auseinandersetzen, die ich auf mich geladen habe, wenn ich mich anderen gegenüber, im Glauben, dass das liebevoll sei, seelisch oder körperlich missbräuchlich verhalten habe.

In dieser Zeit war es sehr wichtig für mich alleine zu sein. Und ich empfand es als großes Geschenk mir selber Gedanken machen zu können und meine eigene Haltung zu den Geschehnissen zu entwickeln. Dennoch bin ich sehr dankbar für die Freundinnen, zu denen ich über die Jahre teilweise sporadisch Kontakt gehalten habe, die mich mit meinen verrückten Ideen ernst genommen haben, aber nicht so blöd waren, selbst ins Kloster zu kommen. Dadurch hatte ich über die Jahre immer Kontakt zu Menschen, die mich respektiert haben. Auch meine Eltern haben mir durch ihr Verhalten, das nicht K.s Voraussagen entsprach, sehr geholfen mir ein neues Leben aufzubauen. Besonders danke ich auch der Frau, die sich getraut hat die Polizei einzuschalten und den ewigen Gerichtsprozess durchgestanden hat, wegen dem K. zumindest für eine gewisse Zeit keinen großen Einfluss mehr auf die Geschehnisse im Kloster haben kann und ich wünsche den Menschen (und es sind leider erstaunlich viele), die sich noch nicht loslösen konnten, dass ihnen die relative Ruhe, die wohl im Kloster eingekehrt sein wird hilft,

wieder zu sich zu finden. Jedes Mitglied von Go and Change hat auch Schuld auf sich geladen, was diesen Prozess um so schwerer macht, doch ich fürchte um eine weitere Zunahme der Brutalität, wenn K. in die Gemeinschaft zurückkehren wird. Ich danke auch der Frau vom Weißen Ring, die mir empfahl, mich an eine Sektenberatungsstelle zu wenden und der rechtlichen Beraterin der SektenInfo NRW, die mich unvoreingenommen und offen begleitete, bis ich mich entschied mich für eine Zeugenaussage bei der Polizei zu melden. Zu erkennen, dass Go and Change mehr Schaden anrichtete als die „normale“ Gesellschaft und eine Institution, von der ich bei Demonstrationen gegen den Braunkohleabbau auch schon Gewalt erfahren habe, ins Vertrauen zu ziehen war nicht leicht. Doch es war ein entscheidender Schritt in die Richtung, frei zu werden von der Gehirnwäsche, der ich unterzogen wurde. Und in das zu vertrauen, was ich selbst erlebt hatte und wusste, dass es wahr war. Ebenfalls hat mir eine Psychotherapeutin geholfen, die sagte, sie könne nur mit mir arbeiten, wenn ich einen Teil habe, der die Gemeinschaft verlassen wollte und alle Menschen, mit denen ich seit meinem Ausstieg Kontakt hatte, die aus dem selben (Alb-)Traum aufgewacht sind und die bestätigten, dass das, was wir erlebten, mit Liebe nichts zu tun hatte. Ich danke auch Dieter Rohmann für das Seminar, bei dem ich Artikel 4 kennenlernte und Geschichten von anderen Sektenaussteiger*innen hörte, die so anders und doch so ähnlich sind und verdeutlichen, dass Go and Change nichts Besonderes ist. Danke, dass ich hier meine Geschichte erzählen durfte.

MEDIZINISCHE FACHBERUFE IM KONFLIKT MIT KULTEN UND IHREN GRUNDSÄTZEN

Ereignis 1

- 21 jähriger Motorradfahrer
- mehrfach lebensgefährliche Verletzungen
- 3,5 Stunden Überlebenskampf
- Stabilisierung
- Schreiben des Sohnes durch die Eltern ausgehändigt
- keine Gabe von Blut- oder Blutprodukten erwünscht, Sohn sei Zeuge Jehova
- Einstellung der med. Maßnahmen
- Patient. verstarb 1,5 Stunden später

- Nachbesprechung mit dem Team
- Prüfung rechtlicher Grundlagen
- Strafrechtliche Verfolgung

Ein 21-jähriger Motorradfahrer wurde an einem Samstagnachmittag in unsere Klinik mit Voranmeldung durch den Notarzt eingeliefert. Nach einer Kollision mit einem anderen Motorradfahrer war dieser schwerstverletzt. Da keine Zeit mehr für die Versorgung im Schockraum war, wurde der Patient sofort in den OP transportiert. Es zeigten sich mehrere lebensgefährliche Verletzungen, wobei die Teilamputation des rechten Armes im Bereich der Schulter die am dringlichsten zu versorgende Verletzung darstellte. Zufällig fand gerade eine Besprechung der Chefarzte im Hause statt, so dass wir diese sofort in die Behandlung einbinden konnten, also beste Voraussetzungen für den jungen Mann versorgt zu werden. Nach etwa 3,5 Stunden konnten wir den jungen Mann stabilisieren und die dringlichsten Verletzungen versorgen. In dieser Zeit wurden dem Patienten eine sehr große Menge an Blut und Blutprodukten verabreicht. Ein großer Teil wurde aus anderen Kliniken und Blutbanken mit Sondereinsatzwagen und Hubschrauber angeliefert. Weiterhin wurde in dieser Zeit mit Hilfe eines Gerätes das verlorene Eigenblut gesammelt und ca. 45 Liter zurück infundiert.

Der Patient hatte jetzt eine Überlebenschance!!

Nach den ca. 3,5 Stunden der intensivsten Behandlung, erfolgte eine Kontaktaufnahme durch die Eltern. Sie erklärten, dass ihr Sohn und sie der Glaubenskongregation der „Zeugen Jehova“ angehören. Ein von ihnen mitgebrachtes Schriftstück, in dem der Sohn erklärte, dass er keine Blut- oder Blutprodukte aufgrund seines Glaubens verabreicht haben möchte, wurde übergeben. Nach einem intensiven Gespräch mit den Eltern und Erklärung der Situation durch den Chefarzt der Anästhesie und Kollegen mussten wir die weitere Versorgung des jungen Mannes abbrechen.

Unter Fortführung der Narkose und in Begleitung von einem Arzt und mir verstarb der Patient ca. 1,5 Stunden später.

Er hatte eine reelle Chance gehabt, diesen schweren Verkehrsunfall zu überleben! In einer Nachbesprechung mit allen Beteiligten wurde der Fall noch einmal erörtert, auch im ethischen Kontext. Aber nach rechtlicher Prüfung der Situation hätte die Entscheidung gegen die schriftliche Anordnung des jungen Mannes für uns strafrechtliche Konsequenzen gehabt. Die Situation wird auch heute noch von den Beteiligten immer wieder angesprochen, gerade wenn es sich wieder um ähnliche Situationen handelt.

Ereignis 2

- 37-jährige Frau mit Bauchschmerzen
- Magenkarzinom mit Metastasen
- Patientin ist in einer Esoterik Gemeinschaft
- Behandlung wurde abgelehnt
- Verschlechterung des Gesundheitszustandes
- Teilannahme des Therapiekonzepts
- erneute Verschlechterung des Allgemeinzustandes
- Versterben der Patientin ohne die Angehörigen

Eine Patientin, 37 Jahre, wurde stationär aufgrund von Bauchschmerzen aufgenommen. Nach einigen Untersuchungen wurde ein großer Magentumor mit Beteiligung von Lymphknoten und der Leber diagnostiziert. Das Gewebe wurde als bösartig eingestuft. Bei dem Versuch der Patientin die Diagnose zu übermitteln, wurden die Oberärztin und ich mehrere Male wieder aus dem Zimmer gebeten. Die Patientin hatte gerade eine Onlinesitzung mit ihrem Kultführer. Am nächsten Tag haben wir ihr dann die Diagnose übermitteln können und einen Therapievor-schlag unterbreitet. Die Patientin kommentierte den Befund mit den Worten „Ich habe dieses erwartet und werde keine Therapie absolvieren.“

Die Patientin wurde dann auf eigenen Wunsch nach Hause entlassen.

Ca. 3 Wochen später wurde die Patientin in einem sehr reduzierten Allgemeinzustand wieder in unserer Klinik aufgenommen. Nach einigen Tagen und med. Maßnahmen (Gabe von Ernährungsinfusionen etc.) konnten wir den Allgemeinzustand verbessern. In diesen Tagen wurden mehrere Gespräche mit der Patientin und ihrem Ehemann bezüglich der weiteren Therapie geführt. Wir hatten kein gutes Gefühl, da die Patientin und auch der Ehemann immer wieder von einer Heilung durch einen esoterischen Ansatz berichteten. Meditation und Kontakt durch einen „Guru“ sollten wirksamer sein als die Schulmedizin. Auch der Hausarzt war schon während des ersten Krankenhaus-Aufenthaltes über die bestehende Situation informiert worden. Ein durch ihn mit dem Ehepaar geführtes Gespräch verlief leider erfolglos. Es konnte nach wirklich intensiven Bemühungen

durch das ganze Behandlungsteam ein Kompromiss geschlossen werden. Sie erlaubte, dass eine Strahlentherapie durchgeführt werden konnte. In unseren Gesprächen erzählte sie dann auch von ihrem 8-jährigen Sohn, der ihr sehr wichtig war. Leider führte sie die Bestrahlungstherapie nicht in der den Leitlinien entsprechenden Regelmäßigkeit durch.

Nach ca. 4 Wochen wurde die Patientin erneut in einem sehr schlechten Allgemeinzustand eingewiesen. Leider konnten wir ihren AZ nicht mehr verbessern. In Gesprächen mit dem Ehemann wurde das baldige Versterben der Ehefrau besprochen. Dieser hoffte immer noch auf die Hilfe der Esoterik und konnte die Situation nicht annehmen. In einem nächtlichen Anruf durch eine Kollegin wurde ich gebeten die Patientin in ihren letzten Stunden zu begleiten. Die Patientin bedankte sich für mein nächtliches Kommen und wir konnten tatsächlich über den bevorstehenden Tod sprechen. Sie erzählte mit schwacher Stimme von ihrem Sohn und dass sie einen Fehler gemacht habe bzgl. der Behandlung der Erkrankung.

Der Ehemann war in dieser Zeit telefonisch für uns nicht erreichbar. Zwei Stunden nach meinem Eintreffen verstarb die Patientin friedlich.

Die Familie hat sich nicht von ihr verabschiedet. In einem Telefonat erklärte mir der Ehemann, dass seine Frau die Lehre nicht ausreichend angenommen habe. Daher habe sie den Tod verdient.

In einem Nachgespräch zu dieser Situation, zeigten die Mitarbeiter der Station eine heftige emotionale Reaktion. Sie waren erschüttert über die Aussagen des Ehemannes und die fehlende gesetzliche Grundlage hier intervenieren zu können. Das Jugendamt wurde von der Klinikleitung informiert, da hier eine Gefährdung des Kindeswohls zu befürchten war. Leider haben wir keine weiteren Informationen über den Ausgang des Vorgangs erhalten. Einige KollegInnen haben sich nach dem Vorfall schriftlich an die Klinikleitung gewandt und möchten keine Patienten in ähnlichen Situationen mehr versorgen, da für sie dieses emotional nicht tragbar ist.

Ereignis 3

- Anruf des Chefarztes der Anästhesie
- 27-jährige Patientin. nach Geburt
- 30 Min. später starke Blutungen
- wahrscheinliche Uterusruptur
- Patientin und Ehepartner sind Zeugen Jehova

- Verlegung der Patientin. auf die Intensivstation
- Ehepaar verweigert die Stabilisierung des Kreislaufs
- Notfall OP unter den Voraussetzungen nicht möglich
- Patientin trübte aufgrund des Volumenmangels ein
- Sie verstarb mit dem Säugling auf der Brust

In einem Anruf wurde ich vom Chefarzt der Anästhesie über eine Patientin informiert, die vor 1 Stunde entbunden hatte und jetzt eine Uterusruptur hat. Sie befindet sich schon in einem kritischen Volumenmangelschock. Die Patientin sei eine Zeugin Jehova und verweigert die Transfusion von Blut- und Blutprodukten. Bei meiner Ankunft auf der Intensivstation zeigt sich eine sehr emotionale Hebamme, die den Ehemann als Mörder bezeichnet. Der Ehemann mit einem 2-jährigem Kind auf dem Arm versucht sich zu rechtfertigen. Eine mitinformierte Psychologin kümmerte sich dann um die Hebamme und deren im Dienst befindliche Kollegin. Ich habe mich um die Familie (Neugeborenes Kind u. Ehemann) und die Patientin gekümmert. Keine der Kolleginnen der Intensivstation möchte mit im Patientenzimmer bleiben. Sie betreuen den 2-jährigen Sohn. Der Ehemann erklärte mir seine Situation. Die Ehefrau ist kaum noch ansprechbar. Daher habe ich ihn gebeten Abschied von seiner Ehefrau zu nehmen. Die dann auch ein paar Minuten später verstarb, mit dem neugeborenen Baby im Arm.

Im Nachgang wurden mehrere Gespräche mit dem Intensivpersonal und den Hebammen geführt. Weiterhin haben Supervisionen stattgefunden und es wurde eine Ethische Fallbesprechung durchgeführt. Die sehr belastende Situation verfolgt einige Kolleginnen noch bis heute. Die Hebammen haben zwei Kolleginnen, die sich bereit erklärt haben, Frauen dieses Kultes bei der Entbindung zu betreuen. Eine der beiden ist entweder im Dienst oder abrufbar. Der Dienstgeber hat diese kostspielige Regelung eingeführt, da sonst die Kolleginnen eine Beendigung ihres Arbeitsvertrages in Betracht gezogen haben.

Fazit

Medizinische Berufe kommen durch die Grundsätze der Kulte immer wieder in Situationen, die sie stark emotional beanspruchen oder überbeanspruchen und Ihnen evtl. auch körperliche Schäden zufügen.

Die betreuende Hebamme der Patientin arbeitet heute nicht mehr in ihrem Beruf, sie hat die Situation bis heute nicht verarbeitet.

Der Ehemann ist neu verheiratet.

Erfahrungsberichte Betroffener

EIN ESOTERISCH-NATURHEILMEDIZINISCHER WEG DER SUCHE NACH HEILUNG

Ich möchte hier von dem Weg der Suche meines Mannes berichten, wie er verlief und wie er für ihn nach über 15 Jahren endete. Das, was ich schildere, ist mein Erleben mit meinem Mann. Einige Ausführungen entnahm ich seinen Tagebuchaufzeichnungen.

Wie ich ihn kennen lernte:

Mein Mann wurde in einer großen Familie mit mehreren Geschwistern groß. Solange ich denken kann, war er musikalisch und künstlerisch interessiert. Er arbeitete als Gitarrenlehrer, wodurch ich ihn dann auch kennen- und lieben lernte. Nach gut einem Jahr des „Zusammenseins“ heirateten wir, kauften ein Haus, was wir dann gemeinsam umbauten. Da wir beide selbstständig waren, arbeiteten wir von zuhause und verbrachten daher sehr viel Zeit gemeinsam.

Als Naturliebhaber gestaltete er mit seiner Schwester unseren Garten und hatte in der Gartenarbeit viel Freude. Unsere gemeinsame „Liebe“ galt Skandinavien. So verbrachten wir unsere Urlaube dort und er fand in der schönen Landschaft und dem faszinierenden Licht viele Motive für seine Malerei. Er hatte dort sogar verschiedene Malereiausstellungen.

Unser Leben war recht vielgestaltig. Wir musizierten beide und sangen gemeinsam zunächst im Kammerchor und dann in einem kleinen Vokalensemble. An den Wochenenden besuchten wir Freunde und Familie (oder umgekehrt), gingen in Konzerte oder Ausstellungen. Doch auch die ruhige gemeinsame Zeit zu Hause genossen wir. Die Abende waren oft angefüllt mit langen Gesprächen oder dem Hören von Musik.

Im Laufe der Jahre zeigte sich, dass unsere Ehe kinderlos bleiben sollte. Der Schmerz darüber war ein Thema, das uns über längere Zeit immer mal wieder beschäftigte.

Naturheilkunde

Im Jahr 1997 nahm ich, auf Empfehlung einer Freundin, mit einer Ärztin für Naturheilkunde Kontakt auf. Bei mir war eine Darmentzündung diagnostiziert worden und ich war auf der Suche nach möglicher naturheilkundlicher Behandlung. Nach einiger Zeit ist mein Mann dann auch mit zu ihr gefahren. Er hatte Heuschnupfen und leicht erhöhten Blutdruck, da versprach er sich Unterstützung.

Auch als ich schon nicht mehr zu dieser Ärztin fuhr (sie hatte bei mir eine Vertrauensgrenze überschritten), fuhr er weiterhin regelmäßig zu ihr.

Sie zeigte für ihn ganz neue Wege auf, gab ihm, „spirituelle“ und „energetische“ Übungen mit, mit denen er selber alles in der Hand habe. So erklärte sie seinen Heuschnupfen als ungelöste Konflikte und Aggressionen aus der Kindheit. Wenn er diese lösen könne, dann wäre sein Heuschnupfen auch gelöst.

Ein wesentlicher Ansatz, den er schnell verinnerlichte, war: Nur wer spirituell-energetisch gut arbeite, kann gesund werden. Hat man noch gesundheitliche Schwierigkeiten, dann hat man noch nicht ausreichend gearbeitet. So besorgte er sich verschiedenste „medizinisch-therapeutische“ Hilfsmittel zur Unterstützung seiner energetischen Arbeit, so z.B. eine Kosmonautendecke und -schuhe gegen negative Strahlung, eine Magnetauflage für seine Matratze, ein Qi- Gerät und ein Magnettablett auf dem Nahrungsmittel „gereinigt werden könnten“. Er vertraute diesen Hilfsmitteln und ließ sich nicht davon überzeugen, sie nicht zu kaufen.

Lichtarbeit

Diese Ärztin hat ihn dann im Jahr 2002, nachdem mein Mann ihr von einer „Lichterscheinung“ berichtet hatte, eingeladen zu ihren „Lichtmeditationsabenden“ zu kommen und führte ihn auf der Grundlage einer vorwiegend esoterisch geprägten Lehre in die Arbeit eines Lichtarbeiters ein. Die Ärztin leitete eine Studiengruppe der „Akademie für die Wissenschaft der Zukunft“. Ein erklärtes Anliegen dieser „Akademie“ ist die Förderung der persönlichen und gemeinschaftlichen spirituellen Transformation.

Von da an nahm er regelmäßig an den Gruppentreffen teil. Der Einstieg in diese Gruppe erfolgte bei meinem Mann über das Gefühl der Wertschätzung und das Entdecken eines neuen Sinns in seinem Leben, der Aussicht, sich und die gesamte Menschheit retten zu können und vor allem der klaren Botschaft, dass er einer der wenigen sei, die zu solchen Dingen berufen seien.

Veränderungen

Mein Mann hat mit mir darüber zunächst nicht gesprochen. Er sagte mir nur, dass er zu der Ärztin fuhr. Durch eine berufliche Veränderung war ich in dieser Zeit nicht mehr den ganzen Tag im Hause wie in den Jahren davor. Durch Zufall entdeckte ich, nachdem er schon ein Jahr in dieser Gruppe war, seine Bücher, die noch im Wohnzimmer lagen. Als ich ihn ansprach, reagierte er heftig, ich solle ihm nicht nachspionieren.

Zu dem Zeitpunkt hatte ich schon Veränderungen bei ihm bemerkt, hatte dies aber auf meine veränderte Arbeitssituation geschoben. So hat er z.B. im Sommerurlaub nur noch gelesen, äußerte ständig, dass es ihm dort zu eng sei, er seine Freiheit nicht habe. Ich hatte damals versucht, mich ganz zurückzunehmen, wuss-

te aber eigentlich nicht mehr, wo ich noch hingehen sollte, damit er nicht gestört war im Urlaub.

Neue Gruppe

In der Zeit danach lernte er eine weitere Gruppe der Akademie kennen. Diese und vor allem ihr Leiter, der ebenfalls Arzt war, erschien ihm kompetenter, gründlicher, mache es richtiger und ernsthafter.

Insofern hatte sich für ihn ein Weg dargeboten. Er suchte Heilung von körperlichen Beschwerden (Heuschnupfen und auch Bluthochdruck), fand Erklärungsmuster und vermeintliche Lösungswege, die in seiner Hand lägen. Und wurde auch noch eingeladen, als Lichtarbeiter an höheren Zielen für die Welt mitzuarbeiten. So fand er für sich neue spirituelle Ressourcen, die aber vergiftet waren, die nicht frei waren und nicht in die Weite führten, sondern in eine immer größer werdende Enge.

In seiner Freiheit war er deutlich eingeschränkt:

- Die Gruppentreffen hatten für ihn oberste Priorität. Die Gruppe traf sich an jedem Wochenende, meist am Sonntagnachmittag, 1x im Monat auch einen ganzen Tag. In den ersten Jahren wurden diese Termine immer erst relativ kurzfristig bekannt gegeben, eine Planung im familiären Umfeld war da oft nicht möglich.
- Im täglichen Ablauf (auf die Minute festgelegte) Gebets- und Meditationszeiten. Es sollten im Rhythmus von drei Stunden immer verlässlich bestimmte Meditationen und Gebete verrichtet werden. Die Uhrzeiten waren auf alle Gruppenmitglieder aufgeteilt. Es gab Zeiten, da war er morgens um 6 Uhr und abends um 21 Uhr eingeteilt. Oft verließ er dann schlagartig den Raum, zog sich zurück und kam erst nach einer Stunde oder später wieder.
- Immer wieder besondere Gebetsaufträge zu besonderen Anlässen. Die Gebete, und Meditationen waren klar vorgegeben. So sollte z.B. nach Naturkatastrophen den verstorbenen Seelen durch die Gebete der Gruppenmitglieder der Weg ins Licht gezeigt werden. Dies hatte sogar Vorrang vor einem gemeinsamen Beisammensein an meinem Geburtstag.
- Mit dem Ziel der körperlichen und seelischen Reinheit verbunden war der Verzicht auf Fleisch, Alkohol und Sexualität.

Der eigene Wille

Der eigene Wille wurde von ihm massiv unterdrückt. „Ich will gar nichts, das ist nur „Ego“ und das ist nicht gut. Das unterbindet den göttlichen Willen“, war immer wieder seine Antwort auf die Frage von mir, was er denn selber wolle, was ihm wichtig sei.

Seine eigenen Bedürfnisse und Wahrnehmungen bekamen eine negative Deutung. So sei man schwach, wenn man seinen Bedürfnissen nachgibt und sein Denken

nicht kontrollieren könne. Viele „normale“ Begebenheiten wurden umgedeutet in „höhere“ Zeichen. So war z.B. der Wind in Skandinavien eine Störung der dunklen Mächte, um ihn zu prüfen.

Im Laufe der Jahre hatte er diese Denkweisen immer mehr verinnerlicht. So war es für ihn kaum noch möglich ohne tiefgreifenden Sinn etwas zu tun. Genuss an sich war nicht mehr möglich und seine Lebensfreude ging immer mehr verloren. Alles in seinem Leben war Auftrag oder Prüfung, die erfüllt und bestanden werden musste. Seine alten Ressourcen (Musik und Malerei) wurden umgewandelt (Musik) oder gänzlich zerstört (Malerei).

In seinen Aufzeichnungen fand ich den Eintrag, dass die dunklen Mächte versuchen würden, den Lichtarbeiter über die Nahrungsaufnahme anzugreifen. Diesbezüglich habe ihm der Gruppenleiter den Hinweis gegeben, beim Essen „Heilige Namen“ zu rezitieren, um diese abzuweisen. Er pendelte sein Essen immer aus. Im weiteren Verlauf versuchte er auf das Pendel zu verzichten, da er meinte, er könne die positiven und negativen Schwingungen fühlen. Immer wieder aß er dann nicht, was er sich zubereitet hatte mit den Worten: „Ich habe mich wohl verfühlt“. Der Besuch eines Restaurants oder auch Einladungen bei Freunden zum Essen waren für ihn nicht mehr möglich.

Gruppentreffen

Die regelmäßigen Gruppentreffen hatten einen hohen Stellenwert. Nach einer gewissen Zeit hatte er die Aufgabe, sich vorbereitend mit einzubringen und Gebete zu formulieren. Zu diesem Zeitpunkt stand immer wieder die Angst im Raum, ob er es auch richtig mache. Denn so seien - bedingt durch „falsch formulierte“ Gebete (irdisch gebetet) -, bereits Mitglieder aus der Gruppe ausgeschlossen worden.

Wichtig war es zudem, dass die Gruppenmitglieder einen emotionalen Tarnmantel tragen, um die eigenen Emotionen und die anderer Menschen abzuschirmen. Denn Emotionen seien nicht gut. Zudem sollte das Denken kontrolliert werden, um keine negativen Gedanken zuzulassen. So äußerte er immer wieder, dass er zu schwach sei, seine Gedanken zu kontrollieren, dass er falsch denken würde.

Es wurden auch Ratschläge zum Privatleben und zur Familiengestaltung gegeben, u.a. wurde ich vom Leiter der Gruppe als störend, meinem Mann von den dunklen Mächten zur Prüfung an die Seite gegeben, bezeichnet.

Inhaltliche Aspekte

In der gesamten Zeit war er mit „Forschung“ beschäftigt, so nannte er es im Sinne der Gruppe. Dazu gehörte, dass viele spirituelle Bücher und Artikel bzw. Beiträge im Internet untersucht wurden. So war er teilweise mehrere Stunden am Tag damit beschäftigt zu lesen und zu schreiben. Er hat u.a. die hebräischen Schriftzeichen erlernt, sich intensiv mit kabbalistischer Zahlenmystik beschäftigt und auch immer wieder Texte des Gruppenleiters überarbeitet.

Einmal im Jahr veranstaltet die Akademie eine große Tagung. Darauf bereitete sich die Gruppe immer sehr intensiv vor. Ein Teil der Gruppe -er war dabei-

bereitete auch immer einen Musikbeitrag dazu vor. Einmal war es so, dass dieser Beitrag kurzfristig abgesagt wurde. Dies hat ihn sehr getroffen, wurde doch seine viele Arbeit an diesem Projekt einfach vom Tisch gewischt.

Mein Mann nahm auch an internationalen „Forschungsreisen“ teil. Er hatte sich bis dahin immer geweigert zu fliegen, doch für diese Reisen hat er dies revidiert. Über das genaue inhaltliche „Forschungsziel“ hat er nicht gesprochen. Nach der letzten Reise berichtete er nur, dass sie einen Auftrag, den die Gruppe gehabt hätte, nicht hätten ausführen können: Sie hätten einen wichtigen öffentlichen Ort nicht energetisch reinigen können, da dort zu viele Menschen gewesen wären. Mehr hat er über diese Reise nicht erzählt.

Vermischung Gruppenleiter und Arzt

Schon zu Beginn seines Weges wurde mein Mann durch die Ärztin in eine esoterisch geprägte Sicht auf Krankheiten eingeführt mit all ihren Fallstricken. Und auch in der weiteren Gruppe kam es für meinen Mann zu der Vermischung von Gruppenleiter und Arzt in einer Person. Es stand wieder der innere Konflikt im Raum, der durch die Leitlinie entstand, dass nur der krank würde, der nicht ausreichend spirituell arbeiten würde. Ein „Zugeben“ von Erkrankung war immer ein Schuldeingeständnis, nicht richtig oder ausreichend gearbeitet zu haben. Die Frage „Habe ich denn wohl falsch gebetet?“ war immer präsent und wurde häufig auch mir gegenüber verbalisiert.

Durch diese Tatsache und das stark beeinflusste Denken hatte er die Wahrnehmung und Fürsorge für seinen eigenen Körper nicht mehr selber in der Hand. Er versuchte auf jede Regung seines Körpers zu reagieren. So hatte er zwei große Schubladen mit homöopathischen Mitteln, Schüssler Salzen und Nahrungsergänzungsmitteln. Diese vornehmlich deswegen, weil unsere Nahrung keine ausreichenden Nährstoffe mehr enthalten würde.

In der Gruppe gab es ganz besondere Ansichten darüber, welches Mineralwasser gut sei und welches nicht. Waren in den ersten Jahren Mineralwasser in Plastikflaschen schädlich, so änderte sich dies plötzlich. Er kaufte zwei verschiedene Mineralwassersorten (ohne Kohlensäure) in Plastikflaschen. Dieses Wasser nahm er dann auch mit in den Urlaub, ausreichend für zwei Wochen. Wenn ich ihn darauf ansprach antwortete er meist ausweichend, erklärte dann aber nach einiger Zeit, dass die „Gitterstrukturen“ dieses Wassers besonders gut seien. Noch besser sei es, wenn das Wasser einmal gefroren und dann wieder aufgetaut sei. Ich beobachtete im Verlauf, dass er dieses Wasser nicht nur trank, sondern auch seinen Tee damit zubereitete und auch seine Speisen darin kochte.

Gesundheitliche Krise

Im November 2015 hatte mein Mann sich dazu entschlossen, all diese Mittel wegzulassen. Auch das Pendeln wollte er lassen. Er selber beschrieb dies wie eine Befreiung. Er warf alle Mittel weg.

An dem darauffolgenden Wochenende war ich nicht zu Hause, bekam am Samstagnachmittag nur eine Textnachricht, dass er den Notarzt gerufen habe wegen

extrem hohen Blutdrucks. Ich fuhr nach Hause. Mein Mann war im Krankenhaus. Er hatte im Laufe des Tages einen extrem hohen Blutdruck bekommen (über 210/160). Er blieb eine Woche im Krankenhaus bis der Blutdruck soweit eingestellt war, dass er entlassen werden konnte. Er berichtete mir später, dass er – noch bevor er den Notarzt rief – seinen Gruppenleiter angerufen habe und ihn um Rat bzgl. seines hohen Blutdrucks gefragt hatte.

Ab Dezember 2015 begab er sich bei seinem Gruppenleiter ganz offiziell in ärztliche Behandlung. Ab diesem Zeitpunkt liegen mir Arztrechnungen vor. Es war eine homöopathische Behandlung, mein Mann sollte ihm regelmäßig über E-Mails beschreiben, wie es ihm gesundheitlich ginge. Dies machte er auch sehr gewissenhaft und teilweise täglich. So fand ich auf seinem Rechner ca. 200 Mails zu diesem Thema. So beschrieb er ihm über fast zwei Jahre neben den immer wiederkehrenden „Transformationen“ des Körpers (Kribbeln, Brennen, Hitzegefühl) ganz deutlich seine Beschwerden: dass es beim Atmen rasselt, er röchelt, er nicht mehr tief durchatmen könne, das Husten falle ihm schwer. Er schilderte, dass er sich schwächer fühle und das Schlucken schwieriger würde. Im Sommer 2017 schrieb er ihm, dass es ihm so schlecht ginge, wie schon lange nicht mehr.

All diese Symptome schilderte er mir nicht. Mir fiel auf, dass sich seine Haltung veränderte, die linke Schulter war deutlich tiefer als die rechte Schulter. Auch fasste er sich immer wieder an die linke Seite. Auf meine Frage, ob er Schmerzen habe, sagte er nur: „Nein, das sind Meridiane, die blockiert sind.“

Er wurde kraftloser, dies besonders im Herbst 2016. Im Urlaub hatte er immer wieder Atemnot, konnte kaum die Düne hoch gehen. Tagsüber schlief er am Tisch während der Gespräche ein, so erschöpft war er.

Er vertraute weiter auf die medizinische Behandlung durch seinen Arzt und Gruppenleiter, wollte zu keinem anderen Arzt gehen. Im weiteren Verlauf wurde er wieder ein wenig kraftvoller, die Atemprobleme wurden weniger.

Anfang Juli 2017 fragte mich mein Mann nach der Adresse meines Hausarztes. Er wolle nun doch einmal zu einem anderen Arzt gehen, was er dann auch machte. Diesem schilderte er aber nur Ernährungsprobleme (mögliche Unverträglichkeiten) und den hohen Blutdruck. Auf Atemprobleme angesprochen sagte er, dass er deswegen bei einem anderen Arzt in Behandlung sei.

Die letzten zweieinhalb Wochen

Im Sommer 2017 begab ich mich auf den einen deutschen Jakobsweg nach Kornelimünster bei Aachen. Mein Mann wollte mich dort nach drei Wochen abholen. An diesem Morgen, es war der 25.08.2017, rief er mich frühmorgens an, es ginge ihm gar nicht gut, er würde zum Arzt gehen. Ich suchte mir eine Zugverbindung für den Nachmittag nach Hause. Auf dem Bahnhof sitzend rief mich mein Hausarzt an, er könne ihn nicht erreichen. Seine Blutwerte seien so schlecht, er müsse sofort ins Krankenhaus. Als ich mit dem Zug zu Hause ankam, lag er schon auf der Intensivstation. Die Diagnose lautete zunächst „Lungenentzündung mit Wasser in der Lunge“.

Am Montag darauf, nach einer Bronchoskopie, stand die Diagnose fest: Ein riesengroßer Lungentumor, Speiseröhre, Herzmuskel, Wirbelsäule seien mit beteiligt, die Halsschlagader sei umwuchert. Die zwischenzeitliche Verbesserung der Atmen Situation ca. 8 Monate zuvor, erklärte sich nun so: Der Tumor setzte den linken Lungenflügel zu, dieser war seit über einem halben Jahr nicht mehr belüftet. Das gesamte Gewebe war nekrotisch und eitrig.

Mein Mann wurde dann sofort in ein spezialisiertes Krankenhaus mit dem Schwerpunkt Thoraxchirurgie verlegt. Wegen drohender Sepsis wurde er eine Woche später operiert, der gesamte linke Lungenflügel wurde entfernt. Drei Tage später kam es zu Komplikationen, es folgte eine erneute Operation. Der gesamte Zustand war extrem kritisch.

Zweieinhalb Wochen nach der Diagnosestellung, am 13.09.2019, verstarb mein Mann.

Er schilderte mir in den Tagen vor und nach der ersten Operation, dass er seit zwei Jahren versucht habe, sich von der Gruppe zu lösen, er habe aber keine Kraft mehr dazu gehabt. In diesen zwei Jahren ging es ihm gesundheitlich immer schlechter. Wie weit er dies mit dem inneren Wunsch, sich zu lösen verbunden hat, kann ich nicht sagen (quasi als „Strafe“). Er berichtete mir, was sein Arzt und Gruppenleiter zu den geschilderten Symptomen zu ihm gesagt habe: „Öffne dein Herzkakra, dann bekommst du auch wieder Luft“.

Er kritisierte den Gruppenleiter auch, bezeichnete ihn selber als „Guru“ und sagte, in der Gruppe würde ein enormer Druck herrschen.

Wir haben uns in den zweieinhalb Wochen im Krankenhaus aussprechen können. Die vertraute Nähe war wieder da, ich durfte ihn in dieser Zeit begleiten. So konnten wir diesen Weg gemeinsam in Frieden gehen, begleitet durch gemeinsames Psalmengebet.

Zusammenfassend kann ich folgendes sagen:

Bedingt durch spirituelle Selbstbestimmung hat er sich auf eine neue Suche für sein Leben gemacht. er fühlte sich von den offenen Angeboten einer Ärztin angesprochen, diese hat ihn in ein esoterisch geprägtes Denkmodell eingeführt. In der zweiten Gruppe wurde dies dann noch deutlich intensiver.

Ich habe ihn seinen Weg gehen lassen müssen. Im Laufe der Zeit veränderte er sich massiv, er wurde abhängig von diesem System und dadurch systematisch krank gemacht. Dies nicht nur psychisch, sondern auch in seiner physischen Erkrankung, wurde er durch die ihm eingegebenen Denkmodelle von einer möglichen Behandlung und Heilung ferngehalten.

Mein Weg als Ehefrau in dieser Zeit

Ich beobachtete zu Beginn, dass er sich veränderte. Bis dahin hatten wir ein gutes gegenseitiges Vertrauen. Insofern war es für mich eine doppelte Herausforderung mit dem Weg meines Mannes umzugehen, zum einen die neue Gedankenwelt, die ihn beschäftigte und zum anderen die Tatsache, dass er es komplett vor mir geheim gehalten hatte. Er sagte damals immer nur, dass er zu der Ärztin fuhr.

Wollte ich mit ihm reden, bekam ich sehr oft die Antwort: „Das verstehst Du nicht. Du bist spirituell nicht so weit“ - immer wieder Argumente, die einen weiteren Austausch nicht zuließen. Für mich war es kaum möglich, zu ihm durchzudringen.

Ich habe danebengestanden und fühlte mich hilflos. Unsere Beziehung veränderte sich. Was mich in den gesamten 15 Jahren immer wieder zuversichtlich sein ließ, waren kurze, kleine Momente. Momente, in denen es ihm schlecht ging, er verzweifelt war und dann die „verschütteten“ Wesenszüge zu erkennen waren. Sie waren nicht weg, der Kern meines Mannes war noch da, er selber hatte jedoch kaum noch Zugang dazu. Dies ließ mich bei ihm bleiben. Ich habe versucht, ihm die „Tür zur Welt“ offen zu halten.

Ich selber habe eine gute geistliche Heimat in der benediktinischen Spiritualität und habe seit 2011 geistliche Begleitung gehabt. In meiner Hilflosigkeit habe ich mich zusätzlich an Sekten-Info NRW e.V. in Essen gewandt. Dort habe ich mehrmals kompetente Hilfe und Beratung bekommen. Ein wesentlicher Ratschlag war, nicht auf der inhaltlichen Ebene mit meinem Mann zu diskutieren, sondern ihn eher mit einzubinden in „normale“ Aktivitäten. Das war nicht einfach.

In seinen Tagebuchaufzeichnungen beschrieb er immer wieder seine Ängste, nicht gut genug zu sein, die Gruppe verlassen zu müssen, seine Schuld und die Einschätzungen des Gruppenleiters im Hinblick auf die Bedrohung durch die dunklen Mächte. Aber auch die Befürchtung, dass ich ihn verlassen würde wegen „seines Glaubens“.

Nach seinem Tod habe ich gemeinsam mit der Sekten – Info NRW eine Strafanzeige gegen den Arzt und Gruppenleiter gestellt. Diese wurde, trotz eines vernichtenden rechtsmedizinischen Gutachtens zum grundsätzlichen Vorgehen des Arztes abgewiesen. Der plötzliche Herztod stehe nicht mit an Sicherheit grenzender Wahrscheinlichkeit im direkten Zusammenhang mit der Fehlbehandlung.

Auch habe ich zivilrechtlich um Schmerzensgeld geklagt, der Gruppenleiter bat um einen außergerichtlichen Vergleich, dem ich zugestimmt habe.

Das ist nun knapp 8 Jahre her. Ich habe in der Zeit seit dem Tod meines Mannes zunächst mit der Arbeit kurz pausiert, um dann nach 3 Monaten die Arbeit wieder aufzunehmen. Ich habe versucht zu funktionieren, wieder all dem gerecht zu werden, was auf mich zu kam.

Es gab Zeiten der Trauer um den Mann, den ich geheiratet hatte, Wut habe ich selber nicht zugelassen. Immer mehr drängte sich in mir ein Gefühl des Versagens hoch, „ich habe es nicht geschafft, meinen Mann dort herauszuholen“. Der gut gemeinte Rat, dass dies gar nicht meine Verantwortung gewesen wäre, half mir nicht.

Anfang 2020 zeigte ich Symptome eines Burnouts und Depression. Im März 2020 nahm ich Kontakt zu Dieter Rohmann in München auf, der mit Sektenaussteigern und auch deren Angehörigen arbeitet.

Im Oktober 2020 reichte die ambulante Therapie nicht mehr aus, ich ging für 13 Wochen in eine psychosomatische Klinik. Dort wurde die Diagnose „Posttraumatische Belastungsstörung“ gestellt. Viele verdrängte und abgespaltene traumatische

Erlebnisse aus der 2. Hälfte unserer Ehe und dem schrecklichen Tod meines Mannes, drängten nach oben, suchten sich Raum. Es erfolgte nach einem halben Jahr ein weiterer Aufenthalt zur Traumatherapie.

Mir ist bewusst, dass noch immer ein weiter Weg vor mir liegt. Eines aber ist für mich ganz klar: Ein Verschweigen, ein Wegdrücken dieser Erfahrungen, die ich leider machen musste, hilft keinem, weder mir noch anderen. Ich möchte mit meinem Erzählen dessen, was geschehen ist, aufzeigen, wie schnell es gehen kann, den Einstieg in solche Gruppierungen zu finden, selbst dann, wenn man dies gar nicht vordergründig sucht.

Dieses Bericht ist, von mir geschrieben, in ähnlicher Form als anonymen Erfahrungsbericht bei Sekten-Info NRW e.V. im Jahresbericht 2020 erschienen.

Elisabeth Faria Lopes

„RAISON – RADIKALISIERUNGSPROZESSE DURCH VERSCHWÖRUNGSIDEOLOGIEN: AUSWIRKUNGEN AUF DEN SOZIALEN NAHRAUM ALS HERAUSFORDERUNG FÜR DIE BILDUNGS- UND BERATUNGSARBEIT“

*Verbundprojekt der Technischen Hochschule (TH) Köln und der Universität zu Köln Laufzeit:
01.01.2023 – 30.06.2026*

Fördermittelgeber: BMBF

Verschwörungsideologien als integraler Bestandteil von extrem rechten bzw. völkisch autoritären Weltbildern und solchen, die daran anschlussfähig sind, tragen zu Radikalisierungsprozessen in wachsenden Teilen der Bevölkerung bei. Dadurch ist der gesellschaftliche Zusammenhalt bis auf die gesellschaftliche Mikroebene des sozialen Nahraums betroffen und gefährdet. Aktuelle Studien (wie die Mitte-Studie 2023) belegen die weite Verbreitung von Verschwörungsideologien und deren Relevanz für völkisch-autoritäre Ideologien. Eine systematische Erforschung der konkreten Auswirkungen von Verschwörungsideologien auf zwischenmenschliche Beziehungen im sozialen Nahraum (u.a. Familie, Freundeskreis) steht allerdings noch aus. Aus den Auswirkungen von Verschwörungsnarrativen auf Betroffene, die Verschwörungsgläubige in ihren sozialen Nahräumen haben, resultieren spezifische Anforderungen für Beratungsstellen und nonformale politische Bildungsangebote. An diesem Forschungsdesiderat setzt das Vorhaben der TH Köln und der Universität zu Köln an.

Ziele und Forschungsfragen

Zu den zentralen Zielen des Projekts gehören die Erforschung der Auswirkungen von völkisch-autoritär orientierten Verschwörungsideologien auf Familien und Freundschaften, die Identifikation von Bildungs- und Beratungsbedarfen und die Entwicklung von Materialien für die Bildungs- und Beratungspraxis. Die zentralen Forschungsfragen lauten dabei:

- Welche Auswirkungen können völkisch-autoritäre Verschwörungsideologien auf den sozialen Nahraum haben – insbesondere auf Familien und Freundschaften?
- Welche konzeptionellen Herausforderungen ergeben sich daraus für die Beratungsarbeit und für die politische Bildung mit Betroffenen (Eltern, Kindern, Freund:innen, Bekannten) –, aber auch für Multiplikator:innen (z.B. für Fachkräfte in Beratung und politischer Bildung)?

Projektkonzept

Das geplante Projekt basiert auf einem Mixed-Methods-Design und auf einem Arbeitsplan, der vier Cluster umfasst. Die ersten drei Cluster widmen sich im engeren Sinne dem Forschungsprozess, das vierte Cluster beinhaltet den Theorie-

Praxis Transfer. Die empirischen Erhebungen werden modellhaft in sechs Bundesländern durchgeführt: Nordrhein-Westfalen, Berlin, Brandenburg, Rheinland-Pfalz, Mecklenburg-Vorpommern und Baden-Württemberg.

In Cluster 1 („Diskurse, Programme, Konzepte“) geht es um die Analyse von Diskursen in Bezug auf völkisch-autoritär orientierte Verschwörungsideologien und ihre systematische Berücksichtigung in Programmen und Konzepten zur Bildungs- und Beratungsarbeit (Methoden: Literatur- und Dokumentenanalyse, Recherche nach relevanten Vernetzungen bei systematischer Berücksichtigung der Perspektiven von Praxispartner:innen im Kontext von Verschwörungsideologien).

In Cluster 2 („Perspektive der Bildungs- und Beratungseinrichtungen“) geht es um die Rekonstruktion der Auswirkungen von völkisch-autoritär orientierten Verschwörungsideologien auf den sozialen Zusammenhalt in Familien, Freundschaften und anderen Kontexten im sozialen Nahraum aus Sicht von Bildungs- und Beratungseinrichtungen. Außerdem werden Informations- und Beratungsbedarfe und aktuelle Bildungs- und Beratungskonzepte identifiziert (Methoden: quantitative Online-Befragung und vertiefende problemzentrierte Interviews mit Fachkräften aus Bildungs- und Beratungseinrichtungen).

In Cluster 3 („Perspektive der Betroffenen“) geht es um die Rekonstruktion der Auswirkungen von völkisch-autoritär orientierten Verschwörungsideologien auf den gesellschaftlichen Zusammenhalt im sozialen Nahraum (z.B. in Familien und Freundeskreisen) aus Sicht von Betroffenen (Methode: problemzentrierte Interviews mit betroffenen Personen, die in Verschwörungsanhänger:innen zu tun haben). ihrem sozialen Nahraum mit.

In Cluster 4 („Bildungs- und Beratungskonzepte“) geht es um den Transfer von Erkenntnissen aus der Forschung in die Bildungs- und Beratungspraxis. Im Sinne eines Theorie-Praxis-Transfers entwickelt das Projekt Materialien für die Bildungs- und Beratungsarbeit; diese basieren auf den Ergebnissen der quantitativen und qualitativen Forschung und umfassen Handreichungen für verschiedene Zielgruppen und Materialien für berufliche Fortbildungen für Beratungsfachkräfte und politische Bildner:innen.

Regelmäßig stattfindende Forschungswerkstätten mit Praxispartner:innen stellen eine enge Verschränkung von Theorie und Praxis sicher. Ein projektspezifisches Wissenschaftsnetzwerk zielt darauf ab, wissenschaftliche Expertise (u.a. in Bezug auf Beratung und transnationale Dimensionen) systematisch zu berücksichtigen. Die Projektergebnisse werden u.a. im Rahmen einer interaktiven digitalen Informationsplattform für verschiedene Adressat:innengruppen aufbereitet.

Weitere Informationen zum Projekt unter: Neues Forschungsprojekt zu Radikalisierungsprozessen durch Verschwörungsideologien - TH Köln

https://www.tb-koeln.de/angewandte-sozialwissenschaften/neues-forschungsprojekt-zu-radikalisierungsprozessen-durch-verschwörungsideologien_102231.php

Erste ausgewählte Ergebnisse der quantitativen Befragung werden in einem Policy Paper vorgestellt: [policy_paper_raison1.pdf](#)

https://www.tb-koeln.de/mam/downloads/deutsch/hochschule/aktuell/nachrichten/f01/policy_paper_raison1.pdf

GESELLSCHAFTLICHE SPALTUNGSPOTENTIALE DER NEUEN RECHTEN UND IHRES VERSCHWÖRUNGSIDEOLOGISCHEN WELTBILDES - INFORMATIONS-, BERATUNGS- UND PRÄVENTIONSANGEBOT STAATLICHER EXTREMISMUSPRÄVENTION

„Neue Rechte“ im Rechtsextremismus - Charakterisierung

Bei der „Neuen Rechten“ handelt es sich um ein informelles Netzwerk von Gruppierungen, Einzelpersonen und Organisationen, in dem rechtsextremistische bis rechtskonservative Kräfte verortet werden, die antiliberal bis antidemokratische Positionen vertreten und diese mit unterschiedlichen Strategien in Gesellschaft und Politik durchsetzen wollen.

Der Begriff „Neue Rechte“ ist die Selbstbezeichnung von Personen, welche sich in Abgrenzung zu der „Alten Rechten“ gedanklich und ideologisch vom historischen Nationalsozialismus lösen wollten. Entstanden ist der Begriff in den 1960er Jahren. Bereits damals stellten Teile des politisch weit rechts stehenden und rechtsextremistischen Lagers fest, dass die unmittelbare Bezugnahme am historischen Nationalsozialismus und entsprechenden Denkmustern zu politischer Erfolglosigkeit führt. Um dieser zu entgehen, wurden alternative Denkansätze gesucht. Daher beruft sich die „Neue Rechte“ im Gegensatz zu Neonazis in der Regel nicht offen auf den historischen Nationalsozialismus als Vorbild.

Vielmehr versucht sie, mit einem intellektuellen Anspruch, neue Wege im Rechtsextremismus zu beschreiten. So wird z. B. der Rassismus durch die Vorstellung einer „ethnokulturellen Identität“ der Völker, welche es zu schützen gelte, ersetzt. Als derzeit prominentester Vertreter der „Neuen Rechten“ kann die Identitäre Bewegung gesehen werden, die sich selbst als den aktivistischen Arm der „Neuen Rechten“ versteht.

Vordenker und Vorstellungen

Die „Neue Rechte“ beruft sich unter anderem auf Denker der „Konservativen Revolution“ der Weimarer Zeit wie auch der französischen neuen Rechten. Die bekanntesten intellektuellen Vordenker sind etwa Carl Schmitt oder Alain de Benoist. Ebenso beziehen sich Anhänger der „Neuen Rechten“ z. B. auf Julius Evola, einen italienischen Kulturphilosophen, der pro-faschistische, rassistische und antisemitische Positionen vertrat und sich gegen die moderne Welt im Allgemeinen wandte. Insgesamt sehen Anhänger der „Neuen Rechten“ neben dem Kommunismus auch den Liberalismus als eines der Grundübel der westlichen Gesellschaften, die es in der heutigen Form zu bekämpfen gilt.

Als „Sehnsuchtsort“ wird eine vermeintlich heile, vormoderne Welt entworfen, in der klare Strukturen und geordnete Verhältnisse gegeben sind. Dies schließt in der Regel einen autoritären Staatsaufbau mit einer klar gegliederten Gesellschaftsord-

nung mit ein. Individuelle Grundrechte würden in so einem System hinter den Bedingungen der Gemeinschaft zurücktreten. Diese Gemeinschaft wäre zudem ethnisch definiert und an einen bestimmten geographischen Raum gebunden. Im Nationalsozialismus firmierten derartige Gedanken einer Einheit von Volk und Raum unter dem Begriff „Blut und Boden“.

Als einer der jüngeren Stichwortgeber der „Neuen Rechten“ ist der Franzose Renaud Camus mit seinem Buch „Le Grand Remplacement“ zu nennen. Das Konzept dieses Austausches ähnelt stark dem „Volkstodgedanken“ klassischer deutscher Rechtsextremisten. Das Konzept besagt, dass die angestammte einheimische Bevölkerung, welche die vorherrschende ethnokulturelle Identität besäße, durch eine breite Masse von identitätsfremden Migranten ausgetauscht werden solle. Das Ziel des herrschenden Systems sei es, ein unkritisches konsumierendes Heer von identitätslosen Arbeitskräften zu schaffen. Einhergehend mit diesem „Großen Austausch“ sei die „Islamisierung“ der europäischen Gesellschaften. Daher richtet sich der Kampf der „Neuen Rechten“ nicht nur gegen die Masseneinwanderung und Islamisierung. Der systemische Hauptgegner sind in ihren Augen die liberalen/linken politischen und gesellschaftlichen Eliten, die diesen „Großen Austausch“ fördern würden.

Begriffe von Rechtsextremisten der Neuen Rechten: Was sie sagen, was sie meinen

Rechtsextremisten der Neuen Rechten skandieren „Reconquista!“, sie raunen vom „Großen Austausch“ und fordern den Ethnopluralismus. Was sagen sie da eigentlich und was meinen sie damit genau?

Rechtsextremisten der Neuen Rechten versuchen, ihre Ideologie durch eine möglichst unverfänglich erscheinende Sprache in weitere Bevölkerungskreise zu tragen. Ihr Ziel ist es, herkömmliche negative Assoziationen und gesellschaftliche Abwehrreflexe gegenüber rechtsextremistischen Ideen und Parolen zu überwinden. Durch neue Begriffs- und Theoriekonstrukte sollen diskursive Hintertüren geöffnet, Sagbarkeitsfelder erweitert und somit eine neue Akzeptanz gegenüber extremistischen Werten und Vorstellungen geschaffen werden.

Im Folgenden werden fünf typische Begriffe aus Ideologie, Agitation und Propaganda der Neuen Rechten näher erläutert. Was sagen entsprechende Akteure und was meinen sie damit?

Ethnopluralismus

Über das Konzept des Ethnopluralismus propagieren Rechtsextremisten der Neuen Rechten eine Staats- und Gesellschaftskonzeption, bei der rassistische Motive zumindest vordergründig vermieden werden. Sie werden ersetzt durch die Vorstellung einer spezifischen „ethnokulturellen Identität“ der einzelnen Völker, welche es unbedingt vor Fremdeinflüssen zu schützen gelte. Die Konsequenz ist, dass Zuwanderung vordergründig strikt nach ethnisch-kulturellen, aber im Ergebnis letztlich nach rassistisch-biologistischen Kriterien gesteuert werden soll. Auch die

Zugehörigkeit zum Staatsvolk ist demnach in einem strikt abstammungsmäßigen Sinne zu definieren. Dadurch werden Menschen ausgeschlossen, die nicht den eigenen ethnischen Voraussetzungen entsprechen. Eine ethnopluralistische Staats- und Gesellschaftskonzeption ist daher nicht mit der Menschenwürdegarantie des Art. 1 Abs. 1 Grundgesetz zu vereinbaren.

Remigration

Mit dem Schlagwort Remigration fordern Rechtsextremisten der Neuen Rechten Maßnahmen zur Umkehrung von Flüchtlingsströmen und die Rückführung von Migranten in deren Heimatländer; fremde Einflüsse sollen so auch unter Missachtung des Rechtsstatus von Personen anderer ethnischer Zugehörigkeit als deutsche Staatsangehörige aus Europa verdrängt werden. Als ideologische Unterfütterung dienen dabei insbesondere das Ethnopluralismus-Konzept und ein damit verbundener, spezifischer Volksbegriff.

Der Begriff Volk wird innerhalb der rechtsextremistischen Szene nicht einheitlich verwendet. Teilweise vertreten Rechtsextremisten einen offen rassistischen Volksbegriff. Dabei wird auch unter Verwendung pseudowissenschaftlicher Argumentationen eine biologisch begründete Ungleichheit zwischen Menschen unterschiedlicher Herkunft behauptet. Daraus wird eine Überlegenheit der eigenen Gruppe bzw. des eigenen Volkes abgeleitet. Ein solches Volksverständnis wertet Menschen auf der Grundlage rassistischer Kriterien ab und schließt diese aus. Es verstößt damit gegen die Menschenwürdegarantie des Art. 1 Abs. 1 Grundgesetz.

Vor allem Rechtsextremisten der Neuen Rechten nutzen dagegen häufig eine unverfänglichere Sprache, um ihre verfassungsfeindliche Zielsetzung zu vermitteln. Sie definieren den Begriff Volk oftmals als ethnisch homogene Gemeinschaft, etwa auf Grundlage ihres Ethnopluralismus-Konzeptes. Dabei wird die Forderung erhoben, diese Gemeinschaft in ihrem Bestand zu erhalten und ethnisch „Fremde“ nach Möglichkeit auszuschließen – z. B. mittels Remigration. Obwohl hier keine explizite rassistische Abwertung von Fremdgruppen erfolgt, ist ein solcher, auf unabänderlichen völkisch-abstammungsmäßigen Kriterien basierender Volksbegriff ebenfalls verfassungsfeindlich. Er verstößt gegen Art. 1 Abs. 1 Grundgesetz und die darin verankerte prinzipielle Gleichwertigkeit aller Menschen, ungeachtet aller tatsächlich bestehenden Unterschiede.

„Großer Austausch“

„Großer Austausch“, teils auch als „Bevölkerungsaustausch“ bezeichnet, beschreibt ein auf Verschwörungstheorien basierendes Ideologieelement, wonach eine nicht näher bestimmte Elite den „Austausch“ der einheimischen Bevölkerung gegen Migranten zum Ziel habe. Teilweise wird die Verschwörungstheorie antisemitisch aufgeladen, in dem unterstellt wird, es seien Juden, die angeblich Migrationsströme nach Europa lenken, um die dort lebende Bevölkerung auszutauschen oder zu ersetzen.

Reconquista

Der Begriff der Reconquista beschreibt eigentlich die Rückeroberung der iberischen Halbinsel von den maurischen Herrschern. Im 8. Jahrhundert nach Christus landeten muslimische Truppen bei Gibraltar und eroberten schnell weite Teile der iberischen Halbinsel. 722 begannen christliche Machthaber mit der heute Reconquista genannten Rückeroberung der Gebiete. Die muslimische Vorherrschaft wurde langsam zurückgedrängt und endete schließlich 1492.

Rechtsextremisten der Neuen Rechten nutzen den Begriff der Reconquista, um eine Parallele von der heutigen Zeit zum Mittelalter zu ziehen: Die angestammte Bevölkerung Europas sei durch außereuropäische Zuwanderer aus fremden Kulturen bedroht. Wenn deren Einflüsse auf Religion, Lebensweise, Sprache etc. nicht zurückgedrängt würden, sei die europäische Kultur und Identität dem Untergang geweiht.

Der Begriff Reconquista wird durch die Identitäre Bewegung auch zur Beschreibung ihrer eigenen politischen Strategie genutzt. Er bezeichnet dabei die Eroberung der Deutungshoheit im politischen und gesellschaftlichen Diskurs (als sogenannte metapolitische Macht) zur Erlangung tatsächlicher politischer Macht, um so den Ethnopluralismus durchzusetzen zu können.

„Great Reset“

„Great Reset“ (deutsch: „Der große Neustart“ oder „Der große Umbruch“) ist ursprünglich eine Initiative des Weltwirtschaftsforums aus dem Jahr 2020, welche die Herausforderungen der Corona-Pandemie als potenziellen Impulsgeber für eine nachhaltigere Neugestaltung von Wirtschaft und Gesellschaft und den Abbau globaler Ungleichheit betrachtet.

Insbesondere in der Protestszene gegen die Corona-Schutzmaßnahmen werden unter Bezugnahme auf diese Initiative derzeit unterschiedliche Versionen einer Verschwörungstheorie verbreitet. Die Corona-Pandemie sei als Teil eines groß angelegten Plans zur Zerstörung traditioneller gesellschaftlicher Strukturen und der Wirtschaft zu begreifen – mit dem vermeintlichen Ziel, eine „Weltregierung“ zu errichten.

Die verschwörungstheoretische Darstellung der Weltwirtschaftsforum-Initiative als „globalistisches“ Projekt bietet auch zahlreiche Anknüpfungspunkte für Rechtsextremisten. Sie wird von Rechtsextremisten dabei nicht nur aufgegriffen und weiterverbreitet, sondern auch mit verfassungsfeindlicher Agitation aufgeladen, insbesondere mit antisemitischen Inhalten.

Wer wir sind

Aufgabenbereich

Im Jahr 2009 wurde die BIGE als zentrale Informations- und Beratungsstelle der Bayerischen Staatsregierung eingerichtet. Sie unterstützt und fördert Bekämpfungsansätze gegen

- *Rechtsextremismus,*
- *Linksextremismus,*
- *Verfassungsschutzrelevante Islamfeindlichkeit,*
- *Reichsbürger und Selbstverwalter sowie*
- *Verfassungsschutzrelevante Delegitimierung des Staates.*

Sie ist Ansprechpartnerin für Bürger, Kommunen und Schulen und bietet vielfältige Informationen und Beratungsleistungen an.

Organisation

Die BIGE vernetzt verschiedene (auch zivilgesellschaftliche) Institutionen und trägt zu einem übergreifenden Informationsaustausch zwischen allen Betroffenen bei. Hierfür arbeiten in der BIGE Mitarbeiter des Verfassungsschutzes und der Polizei unmittelbar zusammen. Bei ihr ist zudem das Bayerische Aussteigerprogramm angesiedelt, das Extremisten „Hilfe zur Selbsthilfe“ beim Ausstieg aus der Szene bietet.

Die BIGE ist organisatorisch beim Bayerischen Landesamt für Verfassungsschutz angesiedelt. Sie verfügt seit Ende 2016 neben dem Hauptsitz in München auch über eine Außenstelle in Nürnberg.

Fachliche Expertise

Die Mitarbeiter der BIGE verfügen über breite Fachkenntnis und langjährige Erfahrung in den Bereichen

- *Polizei,*
- *Verfassungsschutz,*
- *Öffentliche Verwaltung,*
- *Politikwissenschaft,*
- *Pädagogik und*
- *Kriminologie.*

© BIGE <https://www.bige.bayern.de/>

Round Table Gespräch und Diskussion

WIE KÖNNEN WIR VERSCHWÖRUNGSErzÄHLUNGEN, HASS UND HETZE BEGEGNEN? ODER: „WIR SITZEN ALLE IN EINEM BOOT.“ - IMPULSE FÜR EINE GESPALTENE GESELLSCHAFT

Teilnehmende:

- Monika Gaßner, Religionslehrerin i. K. und Heilpädagogin, Mitglied der Initiative zur Hilfe gegen seelische Abhängigkeit und religiösen Extremismus
- Bernd Harder, Wissenschaftsjournalist, SKEPTIX – Verein für kritisches Denken
- Florian Mittler, Referent an der Informations- und Beratungsstelle gegen Extremismus der Bayerischen Staatsregierung
- Elisabeth Faria Lopes, Wissenschaftliche Mitarbeiterin an der Universität zu Köln
- PD Dr. theol. habil. Matthias Pöhlmann, Kirchenrat, Landeskirchlicher Beauftragter für Sekten- und Weltanschauungsfragen der Evangelisch-Lutherischen Kirche in Bayern
- Mag.^a Ulrike Schiesser, Leiterin der Bundesstelle für Sektenfragen Österreich

Moderation:

- Marianne Brandl, Dipl. theol. M.A. phil., Fachstelle Sekten- und Weltanschauungsfragen der Diözese Regensburg

Protokoll:

- Ute Jany, Mitglied des Vorstandes der Initiative zur Hilfe gegen seelische Abhängigkeit und religiösen Extremismus

Marianne Brandl heißt die Anwesenden herzlich willkommen und stellt die Teilnehmenden an der Diskussionsrunde vor. Zum Einstieg spielt sie ein Musikvideo von VivaVoce, „Halt mer zam“, ab. Ein Lied, das Viele berührte, als es bei Fastnacht in Franken 2021 und nochmals 2022 aufgeführt wurde.

Die mehr oder weniger erfolgreiche Bewältigung einer Pandemie hätte eigentlich die Gesellschaft stolz machen und das Gefühl für den Zusammenhalt stärken können. Weil aber ein ganz anderer Eindruck besteht, formuliert Marianne Brandl ihre erste Frage an alle Diskutantinnen und Diskutanten:

Welche gesellschaftlichen oder politischen, psychologischen oder medialen Dynamiken haben ihrer Meinung nach in den letzten Jahren insbesondere dazu geführt, dass Menschen sich immer stärker voneinander entfernen – und welche Rolle spielen dabei Verschwörungserzählungen?

Ulrike Schiesser sieht hierfür mehrere Elemente verantwortlich. Hauptursache scheint ihr jedoch, dass eine Bereitschaft zum Verzicht auf persönliche Freiheit allenfalls vorübergehend bestehe. Längerfristige Einschränkungen seien deshalb schwierig. Außerdem hätten sich Fehler in der Kommunikation sowie Widersprüchlichkeiten negativ ausgewirkt – gerade angesichts des vorherrschenden Individualismus‘ in unserer Gesellschaft.

Matthias Pöhlmann stellt fest, dass mit Kontrollverlust schwer umzugehen und unsere Gesellschaft außerdem schlecht auf Krisen vorbereitet sei. Die Rufe nach Freiheit seien laut, die Bereitschaft zur Übernahme von Verantwortung bei manchen aber gering gewesen. Wichtig sei, Erkenntnisse zu reflektieren – auf individueller wie auch auf gesamtgesellschaftlicher Ebene. Weil beruflich Selbstständige oftmals existenziell von der Krise betroffen waren, war für einige von ihnen die Attraktivität des Gedankenguts der Querdenkerbewegung besonders attraktiv. Krisenlagen würden sich aber auch nach der Pandemie fortsetzen und so sei es wichtig, den „Kopf über dem Nebel“ zu halten.

Marianne Brandl berichtet, dass ein Gedanke von Bernd Harder sie vor zwei Jahren auf die Idee dieser Podiumsrunde gebracht habe. Dieser hatte damals – gerade im Hinblick auf Publizistik und Medienarbeit – mehr Selbstreflexion eingefordert und angedeutet, dass nicht jede Kommunikation gelungen war. Wie sieht er das heute?

Bernd Harder antwortet, dass seine Bereitschaft zur Selbstkritik in jüngster Zeit abgenommen habe. Er werde anhaltend kritisiert, weil er angeblich zu regierungsnah berichte und Äußerungen als verschwörungstheoretisch eingeordnet habe. Solchen Kritikern fehle eben gerade die Bereitschaft zur Selbstreflexion. Es würden nach wie vor dieselben Narrative bedient. Dies fördere nicht eben die Bereitschaft zur Selbstkritik seinerseits.

Florian Mittler merkt an, dass der Staat, und hier insbesondere die Sicherheitsbehörden, abzuwägen hätten: mehr Sicherheit bedeute weniger Freiheit. Damit könnten aber Viele in unserer liberalen Gesellschaft nicht umgehen. Hier seien Kompromisse notwendig. Dies habe der Staat aber nicht ausreichend kommuniziert und begründet. So hätten sich die Fronten verhärtet. Auch sei wichtig, sich mehr zuzuhören und den sozialen Gedanken zu stärken.

Matthias Pöhlmann erwidert auf die Frage, ob die Kirchen ausreichend aktiv waren, dass nicht gar nichts gemacht worden sei. Unzählige Kontakte zu Einzelnen

hätten mittels elektronischer Videokonferenzen bestanden, was aber in der Öffentlichkeit kaum wahrgenommen worden sei. Als problematisch sehe er im Nachhinein das Kontaktverbot in Seniorenheimen. In Bezug auf den Umgang von Gesellschaft und Kirche mit „Querdenkern“ und ähnlichen Bewegungen sei ihm wichtig, diese nicht verloren zu geben und immer wieder das Gespräch zu suchen.

Zur Situation in den Schulen berichtet Monika Gaßner, dass Notbetreuung durchgängig gegeben war. Ein großes Problem sei aber gewesen, dass die Kinder nicht mehr wussten, an wen sie sich wenden konnten. Sie selbst habe viele Telefonate mit Eltern geführt. Für sie sei wichtig, zuzuhören, nachzufragen und niemanden aufzugeben.

Große Probleme im Sozialraum bereiteten, nach Elisabeth Faria Lopes, die Verbreitung von Fake News und die zunehmende Themenkomplexität. Für sie sei wichtig, dass Forschung nicht im Elfenbeinturm stattfinde und Ergebnisse in die Praxis kommuniziert würden. Weil es weiterhin multiple Konfliktlagen gäbe, sollte verstärkt auf politische Bildung gesetzt werden.

Marianne Brandl stellt die Nachfrage, wie mit Menschen umzugehen sei, die Verschwörungstheorien nach wie vor für hoch plausibel halten.

Ulrike Schiesser berichtet aus ihrer praktischen Tätigkeit, dass Gespräche wichtig seien, aber selten zur unmittelbaren Lösung führen würden. Mit sofortiger Selbsterkenntnis sei kaum zu rechnen. Zu einem Umdenken würden meist persönliche Erfahrungen führen und hier spiele das Umfeld eine wichtige Rolle. Zur Vorbereitung der Gespräche sei wichtig, eine Vereinbarung über ein konstruktives Gesprächsklima zu treffen. Beidseitige Frustrationstoleranz sei erforderlich. Dass verschiedene Positionen bestehen, sei dem Grund nach ja nicht zu bemängeln. Insofern finde sie das häufig verwendete Bild vom Auseinanderdriften der Gesellschaft nicht glücklich. Auf Rückfrage von Marianne Brandl nach einem passenderen Bild erklärt sie, dass die Menschen sowohl Sicherheit als auch Freiheit suchen würden. Zukunftssorgen seien allen gemein. Weil dies nur schwerlich zusammen zu bringen sei, sehe sie das Bild: Wir sitzen in einem Boot und wenn der Wellengang höher wird, müssen wir zusammen durch den Sturm kommen.

Bernd Harders Weg des zielführenden Umgangs ist es, „ganz einfach ein guter Mensch zu sein“. Nach seiner Erfahrung seien die Menschen selbst für kleine Signale empfänglich und freuten sich über einen freundlichen Gruß und gute Behandlung. Sei einmal ein gutes Verhältnis etabliert, ließen sich selbst in Krisenzeiten vertrauensvolle Gespräche führen.

Marianne Brandl will wissen, ob es die eine oder andere Soforthilfemaßnahme für eine auseinanderdriftende oder – nach dem Einwand von Ulrike Schiesser – für eine zunehmend konfliktgeladene Gesellschaft gäbe.

Monika Gaßner versucht in der Schule, eine Atmosphäre des Wohlfühlens zu schaffen. Sie würde vermitteln, dass man falsch abbiegen und trotzdem wieder auf den richtigen Weg kommen könne.

Florian Mittlers einfachster Ansatz und erste Maßnahme sei, verbal abzurüsten. Als Kommunalpolitiker versuche er zudem, die Vereine zu stärken und Partizipation sowie das gemeinsame Arbeiten an der Zukunft zu fördern. Er bemängelt die zunehmende Verrohung der Sprache in den Parlamenten.

Elisabeth Faria Lopes ist der Meinung, dass alle Personen sich mitgenommen fühlen müssen. Dabei seien alle wichtigen Professionen betroffen, ob in der Schule, Sozialarbeit, Medizin oder Psychologie.

Matthias Pöhlmann setzt darauf, eine positive Streitkultur zu entwickeln und Sachliches von Persönlichem zu trennen. Es brauche Mut zur Konsensbildung, Ambiguitätskompetenz sei zu entwickeln. Als Kirchenvertreter trete er außerdem für eine Kultur der Barmherzigkeit und des Mitfühlens ein. Das sei zwar kein Allheilmittel, aber ein nachhaltiger Kompass. Dazu zitiert er aus dem Buch von Melanie Mühl, „Mitfühlen – Über eine wichtige Fähigkeit in unruhigen Zeiten“ von Melanie Mühl. Sie beobachtet gegenwärtig eine Zeit „der emotionalen Ignoranz, kognitiven Kühle und des Optimierungswahns, der die eigenen Befindlichkeiten und Wünsche in den absoluten Mittelpunkt stellt“. (S. 17). Ihr Plädoyer ist klar und eindeutig mit-menschlich: „Mitgefühl heißt, den anderen als Gegenüber wahrzunehmen, der einem etwas bedeutet. Mitfühlen kann man da am besten lernen, wo die Gesellschaft Risse hat. Wer immer nur in seiner Komfortzone, seiner wohligen Stube, der bierseligen Skatrunde oder eben in den Filterblasen des Netzes verbleibt und sich nur dort seine Ressentiments bestätigen lassen will, dem nützt auch keine virtuelle Leidensrealität etwas. Das anhaltende Mitgefühl lernt der Mensch im ‚Sturm der Zeit‘: beim Erste-Hilfe-Einsatz in einem bundesdeutschen Bahnhofsviertel, bei einer Dresdner Podiumsdiskussion, auf Schulhöfen, an ausgefransten Stadträndern, in der U-Bahn, beim Verteilen von Kleidern an Flüchtlinge, an Kneipentresen und und und.“ (S. 86).

Mitgefühl ist kein Allerheilmittel für gesamtgesellschaftliche und weltpolitische Probleme. Aber es bietet einen guten und nachhaltigen Kompass für mitmenschliches Handeln.

Dennoch seien rote Linien zu ziehen, insbesondere wenn es um rassistische oder antisemitische Äußerungen gehe, denn Schweigen bedeute Zustimmung.

Ulrike Schiesser weist darauf hin, dass zu unterscheiden sei zwischen Anhängern von Verschwörungserzählungen und denen, die damit Geschäfte machen würden.

Und was ist der Ausweg aus den Filterblasen?

Florian Mittler rät, gelegentlich die Glaskugel durchzuschütteln, das ideologische Bild zu hinterfragen und auch mal die „Reset-Taste“ zu drücken.

Marianne Brandl gibt die Frage ins Publikum, wo sonst noch gute Ansätze gesehen würden?

Eine erste Wortmeldung weist darauf hin, dass Einiges zu verknüpfen sei: verbales Abrüsten mit roten Linien, Wertschätzung mit Barmherzigkeit. Zu wahren sei aber die eigene Position. Die aktuelle Corona-Aufarbeitung dürfe nicht dazu führen, dass man vor den Leugnern hergetrieben werde.

Eine zweite Wortmeldung wirft die Frage auf, wie als Lehrkraft in der Schule mit Verschwörungserzählungen umzugehen sei. Aus ihrer Erfahrung sei eine Einflussnahme über die Eltern kaum möglich.

Monika Gaßner möchte besonders in der Grundschule ansetzen. Grundschüler seien zwar recht gut informiert, die Positionen würden sich aber erst in der Mittelstufe verfestigen. Dann werde die Differenzierung schwieriger, was Fakten und was Glaubensinhalte sind. In Religion und Ethik sei hierfür ausreichend Zeit vorhanden, während der Fachunterricht häufig auf das Fach fokussiere.

Matthias Pöhlmann ergänzt, dass Projektstage große Chancen zum fächerübergreifenden Unterricht bieten würden. Positiv sei auch die Bildung von Betroffenen-gruppen durch Angehörige.

Marianne Brandl verweist auf den Beratungskompass „Verschwörungserzählungen“, der auch Hinweise für Schulen enthalte.

Bei einer dritten Wortmeldung wird von der Erfahrung berichtet, dass während des Studiums zu Pandemiezeiten ein Professor der Psychologie die Maßnahmen kritisiert habe, die schlimmer seien als das Virus selbst. Der Professor wurde daraufhin suspendiert. Sie kritisiert die fehlende Bereitschaft, unterschiedliche Perspektiven, auch aus unterschiedlichen Fachrichtungen, zu akzeptieren.

Bei der Paartherapie, so eine vierte Wortmeldung, würden zum Streit zwei Parteien gehören. Ihrer Meinung nach tue die Politik im Dialog mit den Bürgern wenig, um Vertrauen wiederaufzubauen.

Marianne Brandl eröffnet die Schlussrunde. Man sei bei der Initiative zur Hilfe gegen seelische Abhängigkeit und weltanschaulichen Extremismus ja sehr kritisch allem esoterischen und magischen Denken gegenüber. Gäbe es aber eine Glaskugel, um in die Zukunft zu schauen und einen Zauberstab, um mit magischen Fähigkeiten den gesellschaftlichen Zusammenhalt zu stärken, möge man erklären: Wie sieht unsere Gesellschaft in fünf Jahren aus? Und was würden die Podiumsteilnehmer mit Hilfe eines Zauberstabs sofort verändern wollen?

Monika Gaßner würde mit einem Zauberstab gerne die Gruppengröße von Schulklassen reduzieren

Bernd Harder sieht voraus, dass in fünf Jahren noch immer über dieselben Themen gesprochen werde, nur mit anderen Inhalten.

Florian Mittler wünscht sich eine Politik, bei der sich jeder mitgenommen und aufgehoben fühlt. Statt Populismus sollten Politiker ehrlich sein und zum Wort stehen.

Elisabeth Faria Lopes würde den Zauberstaub nutzen, um Förderstrukturen zu ändern. In der Forschung sei Kontinuität wichtig, stattdessen drohe z. B. ihrem Projekt nach drei Jahren das Ende, trotz bester Einarbeitung. Sie sei optimistisch, dass man sich wiedersehen werde.

Matthias Pöhlmann verbindet mit der Glaskugel die Sehnsucht nach Antworten, ohne blinden Zufall, ohne blindes Schicksal. Und mit dem Zauberstab einen gläubigen Realismus.

Auch Ulrike Schiesser sieht voraus, dass man sich in fünf Jahren wieder hier sehen werde. Der Zauberstab könnte zu entspannterem Humor, weniger Empörung und mehr Gelassenheit verhelfen.

Marianne Brandl schließt mit der hoffnungsvollen Perspektive, sich auch in fünf Jahren wiederzusehen und dankt allen Teilnehmenden für ihre engagierten Beiträge.

SINN UND UNSINN VON RELIGION UND RELIGIOSITÄT: VON DER JANUSKÖPFIGKEIT DES GLAUBENS

Eine psychologische Betrachtung von Werner Gross

Werner Gross nähert sich dem Thema Religion nicht aus theologischer, sondern aus psychologischer Perspektive. Er beschreibt Religion als ambivalentes Phänomen: Sie kann Heil vermitteln oder Unheil stiften, Orientierung geben oder seelisch krank machen. Ihr Nutzen hängt stark davon ab, wie, warum und in welchem Kontext religiöse Inhalte geglaubt und gelebt werden.

Gesellschaftlicher Wandel und die Auflösung starker Bindungen

Gross beginnt mit einer soziologischen Bestandsaufnahme: Die Zahl stabiler sozialer Bindungen nimmt ab, traditionelle Lebensformen wie Großfamilien und dörfliche Gemeinschaften schwinden. Individualisierung, Urbanisierung und Mobilität führen zu einer „Verflüssigung“ sozialer Strukturen – mit tiefgreifenden Folgen für die Sinnsuche des Einzelnen. Religion als kollektiver Sinngeber hat ihre normative Autorität weitgehend verloren. Der Mensch muss heute individuell entscheiden, was ihm „heilig“ ist.

Religiöse Sozialisation in der Jugend: Abkehr vom Monopol, Hinwendung zur Patchwork-Spiritualität

Besonders bei Jugendlichen zeigt sich laut Gross (unter Rückgriff auf Studien von Barz 1992/93) eine deutliche Distanz zur institutionalisierten Religion. Kirche wird meist passiv geduldet, aber kaum noch als Lebensinstanz akzeptiert. Stattdessen entstehen subjektive, diesseitsbezogene „Patchwork-Religionen“, die Elemente aus Esoterik, fernöstlicher Spiritualität und Psychologie kombinieren. Auch wenn traditionelle Rituale wie Konfirmation oder Hochzeit noch praktiziert werden, fehlt oft die innere religiöse Anbindung.

Der boomende Esoterikmarkt – Sinnsuche im Konsumformat

Gross weist auf die ökonomische Dimension des religiösen Ersatzmarktes hin: Der spirituelle und esoterische Markt erzielt Umsätze in Milliardenhöhe. Spirituelle Sinnangebote werden marktförmig produziert, konsumiert und gewechselt – oft ohne tiefere Bindung. Es entstehen fluktuierende Szenen mit charismatischen „Mini-Gurus“, die sich in manchen Fällen über Jahre zu destruktiven Kulturen entwickeln. Gross zeichnet die typische Entwicklung eines solchen Kultes nach – von harmlosen Seminaren bis zur sektenartigen Gruppenstruktur mit Machtmissbrauch, Elitedenken und Feindbildkonstruktionen.

Vom Mini-Guru zur Sekte – Die schleichende Radikalisierung spiritueller Angebote

Werner Gross beschreibt eindrücklich, wie sich aus scheinbar harmlosen spirituellen Angeboten destruktive Gruppendynamiken entwickeln können. Den Ausgangspunkt bildet häufig ein Seminar oder Workshop im Umfeld der Esoterikszenen – etwa zu Themen wie Achtsamkeit, Energiearbeit, Rückführungen oder ganzheitlicher Heilung. Diese Veranstaltungen lösen bei Teilnehmenden mitunter tiefgreifende emotionale Erlebnisse aus, die als heilsam und sinnstiftend erlebt werden.

Typische Entwicklungsschritte lassen sich folgendermaßen skizzieren:

1. Positives Erleben als Einstiegsdroge: Teilnehmer empfinden emotionale Entlastung, intensive Gruppenerlebnisse oder spirituelle „Erleuchtungserfahrungen“. Die Beziehung zur Seminarleitung wird zunehmend idealisiert.
2. Professionalisierung des Angebots: Aus einmaligen Veranstaltungen wird eine fortlaufende Seminarreihe mit wachsender thematischer und personeller Ausdehnung. Die Leiter:innen inszenieren sich zunehmend als charismatische Autorität – als Heiler, Medium, „Channel“, Auserwählter oder „Meister“.
3. Ausstieg aus dem bürgerlichen Leben: Die Leitungsfigur gibt meist den angestammten Beruf auf und lebt vollständig von den spirituellen Angeboten. Die Szene wird zur Lebenswelt – zur einzigen Bezugsgruppe.
4. Ausbildungsprogramme und Weltrettungsphantasien: Es entstehen „Ausbildungen“ in der „Methode“ des Gurus. Inhalte werden pseudowissenschaftlich aufgeladen. Eine Mission entwickelt sich: Man sei berufen, die Welt zu heilen oder „Bewusstsein zu transformieren“.
5. Hierarchisierung und Elitedenken: Um den Guru gruppieren sich „Ausbildungsstufen“, „Kreise der Eingeweihten“ oder „inner circles“. Je näher man dem Führer steht, desto höher ist der Status. Es entsteht ein geschlossenes System mit klarer Hierarchie.
6. Gruppenbindung durch Abgrenzung: Die Außenwelt wird zunehmend als unverständlich, negativ oder bedrohlich erlebt. Medienberichte über negative Erfahrungen werden als Angriffe dämonisiert. Kritik wird zur Illoyalität, Ausstieg zum Verrat.
7. Dogmatisierung und Alternativlosigkeit: Die Gruppe entwickelt ein geschlossenes Weltbild, in dem eigene Glaubensinhalte als einzige Wahrheit gelten. Die Mitglieder leben in Abhängigkeit – emotional, sozial, oft auch finanziell. „Wer nicht für uns ist, ist gegen uns.“

In dieser Dynamik liegt die Gefahr: Was mit spiritueller Sinnsuche beginnt, kann in sektenhafte Abhängigkeit führen. Die Übergänge sind fließend. Gross zeigt, dass eine kritische Begleitung solcher Entwicklungen dringend notwendig ist –

insbesondere durch unabhängige Aufklärung, psychosoziale Beratung und gesellschaftliche Wachsamkeit.

Von der Sekte zur Kirche – ein historischer Zyklus

Sprachlich differenziert Gross den Begriff „Sekte“ als Fremdbezeichnung für religiöse Abspaltungen, während „Kirche“ eine Selbstbezeichnung sei. Viele große Religionen – auch das Christentum – begannen als sektiererische Bewegungen. Entscheidend sei weniger der Begriff, sondern die Wirkung auf das Individuum: Gibt die Gruppe Orientierung und Sinn oder erzeugt sie Abhängigkeit und Angst?

Religion auf verschiedenen Ebenen verstehen

Gross systematisiert Religion auf sechs Ebenen: theologisch, philosophisch, geschichtlich-kulturell, soziologisch, sozialpsychologisch und individualpsychologisch. Jede dieser Ebenen erklärt bestimmte Funktionen von Religion – von Dogmen über Rituale bis hin zur individuellen Sinnsuche. Insbesondere auf der psychologischen Ebene zeigt sich die tiefe Wirkung religiöser Systeme auf Selbstbild, Verhaltensregulation und emotionale Stabilität.

Außergewöhnliche Bewusstseinszustände und spirituelle Erfahrungen

Ein zentrales Thema ist die Rolle außergewöhnlicher Bewusstseinszustände (ABZ) – etwa Trance, Ekstase oder spirituelle Visionen. Diese Zustände können durch Drogen, aber auch durch Meditation, Fasten, Schlafentzug oder hypnotische Praktiken ausgelöst werden. Religionen nutzen solche Zustände gezielt, um spirituelle Erlebnisse zu erzeugen. Gross verweist auf die Dreiteilung solcher Erlebnisse (nach Dittrich): ozeanische Selbstentgrenzung, ängstigende Ich-Auflösung und visionäre Umstrukturierung – mit unterschiedlichen psychischen Folgen.

Drei Wahrheiten: Subjektiv, objektiv und intersubjektiv

Ein zentrales Erkenntnismodell von Gross ist die Unterscheidung dreier Wahrheitstypen:

- **Subjektive Wahrheit:** was ich persönlich für wahr halte.
- **Objektive Wahrheit:** was sich empirisch nachweisen lässt.
- **Intersubjektive Wahrheit:** was eine Gemeinschaft für wahr hält (z. B. religiöse Dogmen).

Religiöse Inhalte seien intersubjektive Wahrheiten: für Gläubige wirksam und bedeutungsvoll, für Außenstehende aber nicht objektivierbar. Daraus ergibt sich sowohl ihr heilendes als auch ihr destruktives Potenzial.

„Faith“ und „Believe“ – Gottvertrauen versus Dogmatik

Gross unterscheidet zwischen „faith“ als tiefem Urvertrauen und „believe“ als Glaube an konkrete Inhalte. Faith – als universelles Grundvertrauen – sei heilsam. Believe hingegen könne durch seine kulturelle und historische Gebundenheit zu

Konflikten und Spaltungen führen. Religionen geraten in Gefahr, wenn sie „Believe“ verabsolutieren und zu Kampfbegriffen machen.

„Mind“ und „Spirit“ – zwei Seiten des Menschseins

Im Zusammenspiel von Verstand („Mind“) und Seele („Spirit“) zeigt Gross, dass gesunde Religiosität beides integriert: kognitive Reflexion und emotionale Verbundenheit. Einseitige Überbetonung einer Seite – etwa intellektuelle Dogmen oder diffuse Emotionalität – führe zu psychischem Ungleichgewicht.

Die psychische Funktion von Religion – zwischen Über-Ich, Angst und Identität

Gross analysiert die intrapsychische Rolle von Religion als moralisches Kontrollsystem („Über-Ich“), das Verhaltensnormen, Schuldgefühle und Angst strukturiert. Gelungene Religiosität integriert moralische Ansprüche mit persönlichen Werten („Ideal-Ich“). Misslingt diese Integration, drohen sogenannte „religiöse Neurosen“ – etwa Zwangserkrankungen, Ängste oder depressive Zustände.

Krankmachende und heilsame Glaubensformen – Psychoreligiöse Wirkungsdimensionen

Ein zentrales Anliegen von Gross ist die Unterscheidung zwischen gesundheitsförderlicher und krankmachender Religiosität. Dabei stützt er sich u. a. auf die umfassende Metaanalyse von Koenig et al. (2001), in der über 850 Studien zur Beziehung zwischen Religion und psychischer Gesundheit ausgewertet wurden.

Heilsame Dimensionen von Religion:

- Soziale Einbettung und Unterstützung
- Sinnstiftung und Kohärenzgefühl
- Verhaltensregulation und Selbstkontrolle
- Glaube an göttliches Handeln
- Emotionale Ressourcenerweiterung

Pathogene Aspekte religiöser Systeme:

- Sozialer Druck und Schuldinduktion
- Kognitive Rigidität
- Allmachtsvorstellungen und Passivität
- Angst statt Vertrauen
- Introjektion rigider Normen
- Psychosefördernde Elemente

Gross betont, dass nicht Religion per se krank macht – sondern ihre Struktur, Botschaft und emotionale Atmosphäre. Entscheidend ist, ob Religion Menschen stärkt oder entmündigt.

Erich Fromms Modell: Autoritäre vs. humanistische Religion

Werner Gross greift das religionspsychologische Modell von Erich Fromm auf. Autoritäre Religionen betonen Gehorsam, Sünde, Angst und Unterwerfung – der Mensch sei klein, Gott allmächtig. Humanistische Religionen hingegen fördern Selbstverwirklichung, Vernunft, Liebe und Freiheit. Religion sei dann heilsam, wenn sie persönliche Entwicklung fördere und nicht kontrolliere

Autoritäre Religion:

- Gottesbild: allmächtig, strafend
- Zentralwert: Gehorsam
- Emotion: Angst, Schuld
- Mensch: bedeutungslos, untergeordnet

Humanistische Religion:

- Gottesbild: symbolisch, lebensfördernd
- Zentralwert: Freiheit, Selbstverwirklichung
- Emotion: Vertrauen, Liebe
- Mensch: autonom, entwicklungsfähig

Gross plädiert für ein humanistisches Religionsverständnis, das dem Menschen auf Augenhöhe begegnet und seine Selbstwirksamkeit fördert – statt ihn durch Schuld, Angst und Abhängigkeit zu kontrollieren.

Religion und Gesundheit: Ambivalente Studienlage

Gross verweist auf die umfassende Metastudie von Koenig et al. (2001): Religion kann gesund machen – über soziale Unterstützung, Werteorientierung, emotionale Stabilisierung. Zugleich zeigen viele Studien auch ihre krankmachenden Potenziale: durch sozialen Druck, kognitive Starrheit oder Angsterzeugung. Besonders gefährdet sind Menschen mit hoher Anpassungsbereitschaft, geringem Selbstwertgefühl und starker externen Kontrolle.

Grundlegende Thesen zur Religion

In mehreren abschließenden Thesen formuliert Gross seine Grundüberzeugungen:

- Religionen sind menschengemachte Systeme zur Sinnstiftung.
- Ihr Ursprung liegt in der Angst und Leere des Menschen.
- Gott ist eine menschliche Idee – je mehr Religion natürlichen Bedürfnissen entspricht, desto nützlicher ist sie.
- Nicht der Inhalt des Glaubens, sondern dessen Funktion, Tiefe und Motivation machen ihn heilsam.
- Glaube ist subjektiv – er ersetzt kein Wissen, kann aber ergänzen.
- Fundamentalismus und Dogmatismus sind Zeichen von Unsicherheit und geistiger Enge.

Fazit: Zwischen Urvertrauen und Dogma – eine psychologische Gratwanderung

Werner Gross plädiert für eine aufgeklärte, humanistische Religiosität, die sich an innerem Urvertrauen statt äußeren Dogmen orientiert. Religion soll Halt geben, ohne zu lähmen – Sinn stiften, ohne zu manipulieren. Die Janusköpfigkeit des Glaubens besteht in seiner Fähigkeit, sowohl zu heilen als auch zu zerstören. Entscheidend ist, ob Glaube als Ausdruck freier persönlicher Entwicklung gelebt wird – oder als autoritär verordnetes Denksystem

Mehr zum Thema:

„Meinetwegen – nenn es Gott: Sinn und Unsinn von Religion und Religiosität“ von Werner Gross (2024):

In seinem Sachbuch beleuchtet der Psychologe und Therapeut Werner Gross die Ambivalenz von Religion und Religiosität. Religionen seien für viele Menschen Quelle von Trost, Orientierung und Sinn – besonders in existenziellen Krisen. Gleichzeitig warnt Gross vor den Schattenseiten: Machtmissbrauch, Fanatismus und Misshandlungen im Namen des Glaubens. Er geht den Fragen nach, was Religionen eigentlich sind, wie sie entstanden und sich verändert haben, wo sie heilsam wirken – und wo sie Schaden anrichten. Dabei versteht er Religion als Antwortversuch auf Angst, Leere und Tod, aber auch als kulturelles Ordnungssystem. Sein Fazit: Religionen können in der Nacht Orientierung geben – am Tag jedoch sei der eigene Blick wichtiger.

Erscheinungsdatum: 29. März 2024, 1. Auflage, Hardcover / kartoniert, XXVII, 228 Seiten, **ISBN Print (ISBN-13):** 978-3-662-68072-8 (**ISBN-10:** 3-662-68072-6)

PRO ANA: RADIKALISIERUNG, GEFAHREN UND SEKTENÄHNLICHE STRUKTUREN

Inhaltswarnung

Zu Beginn möchte ich eine deutliche Inhaltswarnung aussprechen – für Essstörungen, sexualisierte Gewalt, Sexualisierung Minderjähriger mit Anorexie, selbstverletzendem Verhalten (SVV) und Suizidalität

1. Was ist Pro Ana und wieso ist dieses Thema von Bedeutung?

“Mirror, mirror on the wall, make me happy, thin and tall”

Diese und ähnliche Sätze liest man, wenn man auf eine *Pro Ana* Webseite stößt. Pro Ana bedeutet *Pro Anorexia*, also „für Anorexie“. Im deutschsprachigen Raum ist das Störungsbild Anorexie/*Anorexia nervosa* auch bekannt als *Magersucht* – es geht hier also um jene psychische Störung, durch deren Folgen (z.B. Herzstillstand) teilweise über 10% der Betroffenen sterben (Guinhut et al., 2021). Von einer Anorexie nach ICD-11 (Klassifikationssystem der Weltgesundheitsorganisation [WHO]) wird gesprochen, wenn bei einer Person ein BMI von unter 18,5 kg/m² oder ein rascher Gewichtsverlust vorherrscht, welcher nicht auf eine andere gesundheitliche Störung oder auf die Nichtverfügbarkeit von Nahrungsmitteln zurückzuführen ist (BfArM, n.d.). Daneben zeigt die betroffene Person ein anhaltendes Verhaltensmuster, das die Wiederherstellung des Normalgewichts verhindern soll – dazu zählen eine eingeschränkte Nahrungsaufnahme, "Purging"-Verhalten (wie selbst herbeigeführtes Erbrechen) oder Verhaltensweisen, die auf eine Erhöhung des Energieverbrauchs abzielen (z. B. exzessive körperliche Betätigung). Das Ganze ist zusätzlich typischerweise mit einer Angst vor Gewichtszunahme verbunden und das niedrige Körpergewicht oder die Körperform stehen im Mittelpunkt der Selbsteinschätzung der Person.

Einige Fachkräfte versuchen zwischen verschiedenen Arten von Pro Ana-Inhalten im Internet zu differenzieren: Der größte Teil der Bewegung würde sich gegen eine Verherrlichung von Essstörungen aussprechen und andere sogar motivieren, sich gesündere Verhaltensweisen anzueignen (Eichenberg et al., 2011; Zeren, 2010). Allerdings berücksichtigen diese Fachartikel meist nicht, dass stärker radikalisierten Gruppen kein Interesse an Kontakten zur Außenwelt – vor allem zu Fachkräften im Gesundheitswesen – haben. Zudem wird ignoriert, dass die verherrlichenden Gruppierungen von Pro Ana deutlich einfacher zu finden sind. Wer nämlich nach Pro Ana-Inhalten sucht, stößt im Jahr 2025 nicht auf passwortgeschützte Foren mit Verboten von essstörungsfördernden Tipps, sondern auf gefährliche Social Media Posts, Weblogs und vor allem Einladungen zu privaten

Gruppen, welche Anorexie als Lifestyle feiern (deswegen im restlichen Text auch ‚Lifestyle-Gruppierung‘ genannt). Hinzu kommt, dass auch immer mehr Sexualstraftäter auf diese Gruppierung aufmerksam werden und versuchen, die (häufig minderjährigen) Anhänger:innen zum Versenden von sexuell explizitem Bildmaterial zu manipulieren (Saferinternet.at, 2018).

Auch wenn sowohl der deutsche als auch der österreichische Jugendschutz vor Pro Ana-Inhalten warnt und versucht, verherrlichende Beiträge im Internet zu sperren, geistern diese weiterhin durchs Netz – und stellen enorme Gefahren für Menschen mit einer Essstörung und andere vulnerablen Personengruppen dar (Saferinternet.at, 2018). Deswegen ist es mir ein großes Anliegen, im Folgenden die Lifestyle-Gruppierung und ihren Aufbau zu beschreiben, Radikalisierungsprozesse zu benennen und Gefahren aufzuzeigen – vor allem weil kaum Fachartikel über die verherrlichende Lifestyle-Untergruppe der Bewegung existieren.

2. Merkmale der Lifestyle-Gruppierung

Um mögliche Radikalisierungsprozesse innerhalb der Gruppierungen verstehen zu können, wird zunächst erklärt, wie genau die Pro Ana-Gemeinschaften aufgebaut sind und was die Inhalte auf den Plattformen charakterisiert.

2.1 Entstehung und Entwicklung

Die Pro Ana-Bewegung entstand Ende der 1990er Jahre, als die ersten großen Internetforen eröffnet wurden (Ging & Garvey, 2017). Betroffene gründeten zunächst Pro Ana-Foren, um sich über jeden Aspekt einer Essstörung auszutauschen – so auch den Umgang mit Folgeschäden oder mögliche Zweifel an der Effektivität einer Therapie; das Ziel war eine gegenseitige Unterstützung, nicht noch tiefer in die Essstörung zu fallen (Of Herbs and Altars, 2022). Es ist nicht genau klar, wer die Begrifflichkeiten rund um Pro Anorexia erfand oder welches das erste Pro Ana-Forum war.

Ab Anfang der 2000er Jahre begannen die Mitglieder, Anorexie auf den Pro Ana-Foren als Lifestyle zu zelebrieren – das absolute Ideal war ein möglichst abgemagerter Körper. Betroffene gaben sich Tipps, wie sie mehr abnehmen und ihre Symptomatik gleichzeitig besser verstecken können (Lipczynska, 2007; Of Herbs and Altars, 2022). Sie selbst bezeichnen die Mitglieder als *Anas* und ihre Erkrankung als (*Freundin*) *Ana*. Die Plattformen entwickelten sich im Laufe der nächsten 20 Jahre rasant weiter – und verlagerten sich neben der Verbreitung auf TikTok, tumblr, Instagram, X, YouTube oder Weblogs immer mehr auf privatere Kanäle wie E-Mail-Kontakte, skype, KiK, WhatsApp oder Telegram. Journalist:innen wurden letztes Jahr außerdem auf KI-Chatbots aufmerksam, welche bereitwillig Pro Ana Inhalte teilen und verherrlichen (DiBenedetto, 2024; SWR, 2025).

2.2 Struktur und Inhalte der aktuellen Lifestyle-Gruppierung

Pro Ana-Plattformen unterscheiden sich, wie bereits in der Einleitung erläutert, hinsichtlich ihrer Ziele: einige schreiben, dass sie für eine Genesung von einer Essstörung sind und aber allen Betroffenen eine Plattform bieten wollen – auch jenen, die noch nicht bereit sind, sich von ihrer Krankheit zu lösen (z.B. durch mangelnder Behandlungsmöglichkeiten) (Lipczynska, 2007). Der aktuell öffentlich sichtbarste Teil zelebriert und verherrlicht Anorexie/Bulimie allerdings als Lifestyle; Tipps und Tricks werden ausgetauscht, um sich gegenseitig weiter in die eigene Essstörung zu ziehen (Lipczynska, 2007). Diese Subgruppe ist zwar auch auf TikTok und anderen sozialen Netzwerken zu finden, kommuniziert aber wie beschrieben aktuell mehr auf privaten Kanälen wie WhatsApp – häufig entsteht der WhatsApp-Kontakt durch Annoncen in Gästebüchern/Kontaktbörsen auf Pro Ana-Weblogs.

Pro Ana-Blogs bestehen seit den 2000er-Jahren und zeichnen sich visuell meist durch helle Farben und einfache Navigation aus (Lipczynska, 2007). Die Seiten sind leicht zu erstellen, meist wird kostenlose Software zur Erstellung und Gestaltung dieser Webpages genutzt (Lipczynska, 2007). Typische Elemente auf Pro Ana-Blogs sind die sog. *Sacred texts*: *Anas 10 Gebote*, *Anas Gesetze*, *Anas Psalm* und *Anas Briefe*. Eine genaue Beschreibung jedes Textes würde hier den Rahmen sprengen – zusammengefasst: Die sacred texts beschreiben vor allem, dass das oberste Ziel im Leben sei, möglichst dünn zu sein – Zunahme sei immer schlecht, Abnahme hingegen immer gut; zudem müsse es strenge, essgestörte Rituale geben und die Essstörung solle um jeden Preis von der Außenwelt (Freund:innen, Eltern, Therapeut:innen, etc.) verborgen werden. Die gleichen Grundregeln gelten auch für die WhatsApp-Gruppen und andere Kontaktformen innerhalb der Szene. Auf eigenen Weblogs, in Kontaktanzeigen und in WhatsApp-Gruppen stellen sich Anhänger:innen meist folgendermaßen vor: Name, Alter, Größe, HG (Höchstgewicht), TG (Tiefstgewicht), AG (aktuelles Gewicht), ZG (Zielgewicht) und BMI (Body Mass Index – das Gewicht in kg dividiert durch das Quadrat der Körpergröße in m).

BLAKE 14. Januar 2023 um 17:35

ANTWORTEN →



Hey, Ich suche eine Strenge Gruppe. Zu mir:

Alter:18

Größe:176cm

AG:36Kg(Bmi:11,6)

HG:85Kg

WG:30Kg

Diese WhatsApp-Gruppen sind in der Pro Ana-Bewegung dazu da, sich gegenseitig zu weiterer Abnahme zu triggern und miteinander zu konkurrieren. Die Regeln in den Gruppen sind meist sehr streng und beinhalten beispielsweise tägliches Wiegen, regelmäßiger Austausch oder wöchentliche Spiegel-Selfies in enger Kleidung, Unterwäsche oder teilweise sogar ganz unbekleidet. Wer gegen Vorschriften

verstößt, wird bestraft: Fasten, Erbrechen, mehrere Stunden Leistungssport oder Rauswürfe können die Folge sein. Twins und Mitglieder in Gruppen stellen sich außerdem häufig gemeinsamen *challenges*: Hier wird meist eine bestimmte Hunger-Diät für eine bestimmte Anzahl an Tagen gemeinsam durchgeführt und diejenige, die am meisten abnimmt, gewinnt. Die Bekannteste dieser Diäten ist die *Ana Bootcamp Diät* (kurz: *ABC-Diät*). Hier werden über 50 Tage hinweg täglich max. 500 Kalorien konsumiert – für Menschen mit einer sowieso bestehenden Anorexie und häufigem Untergewicht extrem gefährlich. Genau solche Erfahrungen in diesen Gruppen beschreibt eine Reporterin im Jahre 2015 (Brenneisen, 2015a) – die Kontaktanzeigen auf Weblogs deuten darauf hin, dass sowohl die Regeln als auch der Umgangston auch 10 Jahre später noch ähnlich sind:

ANONYMOUS 19. März 2024 um 14:25
ANTWORTEN →



Hey, wir sind 3 Mädels, die neue Mitglieder für unsere Ana-Gruppe suchen. Wir haben eine familiäre Atmosphäre aber dennoch einige Regeln:

- nicht über 1.000 kcal pro Tag
- Täglich mind. 2.0 l trinken
- Montag & Donnerstag: Waagebild + Gewichtsabnahme & aktuellen BMI
- Abendprotokoll* bis 10⁰⁰ Uhr am Folgetag
- Sonntags ein Wochenziel in das Abendprotokoll mit einbringen

Außerdem machen wir regelmäßig Challenges.

ANONYMOUS 10. März 2023 um 14:07
ANTWORTEN →



Hello, 😊😊😊

Meine Twin und ich haben eine sehr strenge Gruppe gegründet. ❤️❤️❤️

Wir machen die Gruppe auf, da wir mit den bisherigen Gruppen nicht zufrieden waren, uns jedoch gegenseitig erfolgreich unterstützen und uns nun überlegt haben weitere Leute einzuladen, um noch weiter zu kommen. ❤️❤️❤️ Unser Mindset: Ana ist keine Diagnose, sondern unser Lifestyle.

Die Gruppe ist offen für alle richtigen Anas oder solche die es wirklich werden wollen, das wird sich dann herausstellen, ob ihr bei uns richtig seid. Nur die Harten kommen in den Garten. 😊😊😊

Wenn ihr mit dabei sein wollt hier ist der Link.

Ein ebenfalls großer Teil der Pro Ana Gruppierungen stellen so genannte *Thinspirations* dar: Bilder von dünnen bis abgemagerten Mädchen oder Frauen – entweder Models oder unbekannte Menschen aus dem Internet (Lipczynska, 2007). *Thinspiration* (oder kurz *thinspo*) ist ein Kofferwort aus *thin* (englisch für dünn) und *Inspiration* (Lipczynska, 2007). *Thinspos* werden hauptsächlich in WhatsApp-Gruppen, auf Social Media und durch Weblogs verbreitet – dabei kursieren die gleichen Darstellungen teilweise seit über 10 Jahren im Netz. In sozialen Netzwerken werden diese meist mit Hashtags wie #ana, #starve oder #fasting geteilt – #thinspo wurde 2012 von Instagram verbannt (Meusers, 2012). Eng verbunden mit *thinspos* sind Bilder von selbstverletzendem Verhalten – meist graphische Darstellungen von aufgeschnittenen Unterarmen (Ging & Garvey, 2017). Auch diese Darstellungen wurden eigentlich 2012 auf Instagram verboten (Meusers, 2012) – trotzdem findet man diese sehr leicht.

2.3 Gemeinsamkeiten der Inhalte

Was bei fast allen Komponenten auffällt, ist, dass die Essstörungen der Betroffenen (meist Anorexie, seltener auch eine Bulimie) häufig wie eine reale Person behandelt wird – genannt wird diese *Ana* (bzw. *Mia* für eng. Bulimia/dt. Bulimie). Vor allem in den sacred texts wird die Essstörung als Freundin der Betroffenen dargestellt, welche diese niemals verlassen werde und helfe, alle Träume und Ziele zu erreichen (Lipczynska, 2007). Es kommt also zu einer *Personifizierung der Essstörung*. Nach einer Analyse von Bates (2015) wirke diese als Leitlinie und Verhaltenskodex unter den Mitgliedern. Auch die Formulierung „*Ich bin Ana* seit...“ ist häufig anzutreffen, dient der *Validierung der Szenenzugehörigkeit* (Bates, 2015) und deutet auf eine besonders starke Identifikation mit der eigenen Erkrankung hin. Klinische Diagnosen (Anorexie oder Bulimie) und deren Folgeschäden wie Haarausfall oder Kreislaufprobleme werden oft genutzt, um zu beweisen, dass man wirklich zur Pro Ana-Bewegung gehöre (Riley et al., 2009). Auch eine *Selbstabwertung* wie „Ich bin so fett geworden“ „Ich bin so undiszipliniert“ o.ä. wird genutzt, um zu zeigen, dass man sicher „Ana“ ist (Bates, 2015; Branley & Covey, 2017). Generell scheint das Bedürfnis, die *Szenenzugehörigkeit gegenüber sich selbst oder anderen zu beweisen*, groß zu sein, weshalb auch spezielle Pro Ana-Armbänder existieren. Meist handelt es sich hierbei um rot-weiße Perlenketten mit einem kleinen Libellenanhänger, welche von Mitgliedern zur gegenseitigen Identifikation und als Erinnerung an die Szenenzugehörigkeit getragen werden.

Durch diesen speziellen Schmuck wird auch nochmal deutlich, dass die Mitglieder *Anorexie als einen Lifestyle propagieren*, als positive Exklusivität framen und eher als Fähigkeit oder Beweis für Überlegenheit wahrnehmen – nicht als Krankheit (Bates, 2015; Branley & Covey, 2017; Lai et al., 2021).

Ebenfalls offensichtlich ist die gemeinsame *Fixierung auf Essen und das Dünn-Sein* als oberstes Ziel und wichtigster Teil der Identität (Riley et al., 2009). Die Anhängerinnen beschreiben, dass das „wahre Ich“ dünn sei und dieses in einem Käfig oder einer Hülle aus Fett verborgen sei: „the pure frame“ vs. „the flesh“ (Bates, 2015, S. 195). Dünn sein bzw. sichtbare Knochen seien die Essenz der eigenen Person (Riley et al., 2009). Immer wieder ist das Endziel, „weightless“ zu sein oder zu „verschwinden“ (Bates, 2015, S. 196). Fraglich ist, ob diese Aussagen mit suizidalen Gedanken zusammenhängen. Einige der Mitglieder bezeichnen sich so als *ATTE* – *Ana till the End* (Riley et al., 2009). Damit ist gemeint, dass diese Mitglieder auch vor dem Tod als mögliche Folge der Essstörung nicht zurückschrecken und in Kauf nehmen, um möglichst wenig zu wiegen. Generell ist das *Genichtsziel sehr niedrig*: Eine in der Szene sehr bekannte ‚Neuinterpretation‘ des BMIs sagt beispielsweise, dass ein 15er-16er BMI ‚sexy und schlank‘ sei – in der Medizin spricht man hier bereits von gefährlichem Untergewicht (Cole & Lobstein, 2012). Auch in den Kontaktbörsen geben viele ein lebensbedrohlich niedriges Wunschgewicht an.

Da nur wenige Fachartikel zu der Lifestyle-Untergruppe der Bewegung existieren, fehlen auch verlässliche Statistiken zu den aktuellen *demographischen Daten* der Nut-

zer:innen. Nach Kontaktbörsen und Vorstellungen auf den Weblogs scheint es allerdings so zu sein, als gäbe es derzeit fast ausschließlich weibliche Anhänger:innen zwischen 13 und 25 Jahren.

3. Psychologische Mechanismen innerhalb der Bewegung

Die Inhalte und Strukturen könnte man also folgendermaßen zusammenfassen: junge Menschen, welche ihre Krankheit oft personifizieren, als gemeinsamen Identitätsanker nutzen und sich gegenseitig immer weiter in ihre Essstörung treiben. Aber wie kann es überhaupt dazu kommen, dass Menschen sich freiwillig auf Plattformen begeben, bei denen potenziell tödliche Krankheitsbilder angestrebt werden?

3.1 Motivationale Hintergründe

Zunächst wird durch die Struktur der Szene deutlich, dass die Mitglieder *Verständnis für ihre Essstörung* und eine *emotionale zwischenmenschliche Verbindung/Gruppenzugehörigkeit* suchen (Lai et al., 2021). Szenemitglieder berichten (mal mehr, mal weniger kritisch), wie sehr die Pro Ana-Gemeinschaft ein Familienersatz darstellt(e) (NDR, 2024) und private Gruppen werden typischerweise mit „familiärer Atmosphäre“ beworben (siehe auch Screenshots auf vorherigen Seiten). Eine Studie von Stracke et al. (2008) konnte zeigen, dass Pro Ana-Mitglieder im Vergleich zu Anorexie-Betroffenen außerhalb der Szene von deutlich mehr zwischenmenschlichen Konflikten berichten und isolierter leben.

Auch das Bedürfnis nach einem *Identitätsgefühl* kann leicht in der Pro Ana-Bewegung vor allem in gemeinsamen WhatsApp-Gruppen, in welchen Mitglieder (u.a. durch die strengen Regeln) täglich miteinander kommunizieren und sich damit beschäftigen, ‚wer sie unter der Hülle aus Fett wirklich sind‘, befriedigt werden. Damit verbunden: das *Quest for Significance*-Modell (eng. für *Suche nach Sinn*) – Individuen seien demnach damit beschäftigt, „was nach ihren – oftmals kulturell determinierten – Werten für sie wichtig ist“ (Srowig et al., 2018, S. 7). In einer Gesellschaft, in der der eigene Körper etwas ist, was immerzu optimiert werden muss und u.a. durch social Media durchgehend thematisiert wird, ist es nicht unschlussig, dass v.a. junge Menschen mit einer *unsicheren Selbst-Identität* ihren eigenen Körper als Identitätsanker nehmen. Neben einem stärkeren Identitätsgefühl und mehr gefühlten Lebenssinn kann auch ein *Gefühl von Überlegenheit* eine Rolle spielen. Pro Ana fühlt sich sozial exklusiv an und einer der wichtigsten Grundpfeiler ist die Verheimlichung der Mitgliedschaft und der eigenen Essstörung, wodurch man sich gegenüber Menschen in der Außenwelt überlegen fühlen könnte.

Auch das *Need for Closure* – das „Bedürfnis nach klaren, abgeschlossenen Antworten ohne Ambiguitäten“ (Srowig et al., 2018, S. 7) – könnte eine Rolle bei den motivationalen Hintergründen spielen: Die wichtigste Grundhaltung innerhalb der Subgruppe Lifestyle-Pro Ana ist sehr einfach – dünn sein und nichts essen ist gut, alles andere schlecht. Alle weiteren Aktivitäten oder Regeln bauen auf diesem Grundsatz auf. Vor allem bei Menschen mit einer niedrigen Ambiguitätstoleranz

(und dadurch einem höheren Bedürfnis nach einfachen, klaren Antworten) können die strikten Regeln bei Pro Ana in Kombination mit dem einfachen Sozialisationsangebot verlockender wirken.

Eine Hinwendung zu radikalen Gruppen kann zuletzt auch als ein Versuch verstanden werden, *konfliktreiche oder traumatische Lebenssituationen zu bewältigen* (Srowig et al., 2018). Wie häufig traumatische oder konfliktreiche Lebenssituationen in der gesamten Gruppierung auftreten, ist noch unklar. YouTuber Dorian erzählt, dass seine Pro Ana-Kontakte oft von (sexualisierter) Gewalt betroffen gewesen seien (Of Herbs and Altars, 2020a). Auch in einem NDR-Podcast berichtet ein ehemaliges Szene-Mitglied, dass ihre posttraumatische Belastungsstörung Mitauslöser für ihre Anorexie und den Einstieg in die Pro Ana-Szene war (NDR, 2024).

Zusammengefasst: Bei den Mitgliedern handelt es sich häufig um einsame/isolierte, selbstunsichere und teilweise auch traumatisierte junge Menschen, welche Identität, ein Gruppenzugehörigkeitsgefühl und möglichst klare, einfache Antworten auf diverse Lebensfragen suchen. All das macht diese Individuen sehr anfällig für die gefährliche *Ideologie* von Pro Ana: ‚Du kannst niemals zu dünn sein, Dünn-Sein und Geheimhaltung sind die wichtigsten Ziele‘.

3.2 Radikalisierungsprozesse

Die starke Präsenz im Internet mit den klaren Grundhaltungen (vor allem auf Instagram, TikTok oder Weblogs) sind für vulnerable Personen zunächst ein einfaches *Sozialisationsangebot*. Durch den Beitritt reduziert sich ein mögliches *Gefühl der Unsicherheit* und *Gefühle der Identifikation und Zugehörigkeit* werden verstärkt, es kommt zur Bildung einer *Eigengruppe* mit speziellem Verhaltenskodex (z.B. durch Regeln in WhatsApp-Gruppen). Die *soziale Exklusivität* der Eigengruppe wird schnell aufgebaut – beispielsweise durch Pro Ana Armbänder oder aufwendigen Methoden zu Geheimhaltung der eigenen Essstörung bzw. der Zugehörigkeit zur Pro Ana-Szene. In den privaten Gruppen kann es so auch zu stundenlangen Diskussionen kommen, welcher Gruppenname für das außenstehende Umfeld am unauffälligsten sei (BR, 2024).

Anhand der Texte wie Anas Brief oder Anas Gesetze wird klar, dass es anschließend zu einer deutlichen *Favorisierung der eigenen Gruppe* (die Pro Ana Bewegung) und der *Abwertung der Fremdgruppe* kommt (das Umfeld): „wie ich von *sogenannten* Ärzten genannt werde“ (aus ‚Anas Brief‘). Auch das Framing/ die Verharmlosung einer Essstörung als etwas Positives und die absichtlich fehlende Thematisierung von psychologischen Motivationen hinter der Essstörung (Riley et al., 2009) sorgt für eine Distanzierung von der Fremdgruppe, welche gestörtes Essverhalten als pathologisch betrachtet. Srowig et al. (2018) beschreiben die starke Unterteilung in *ingroup* und *outgroup* ebenfalls als einen wichtigen Radikalisierungsfaktor.

Zuletzt sind noch die *Echokammern* zu nennen: Hierbei handelt es sich um einen sozialen Raum, „in dem die eigene Meinung gespiegelt und nicht mit anderen Meinungen konfrontiert wird, sodass es automatisch zu einer Verstärkung der eigenen Meinung kommt“ (Stangl, 2023). So ist es Pro Ana-Mitgliedern in Gruppen z.B. häufig verboten, über Genesung oder Therapie zu sprechen. Durch diese

Gleichschaltung der Meinung in Form von Echokammern zusammen mit der Distanzierung von der meinungsabweichenden Fremdgruppe kommt es zu einem Teufelskreis – Mitglieder radikalisieren sich gegenseitig immer stärker, die Distanz zur Fremdgruppe wird extremer und es wird wiederum verstärkt Kontakt zu meinungsgleichen Menschen gesucht, um Konflikte zu vermeiden oder Zugehörigkeitsgefühl zu spüren.

4. Potenzielle Gefahren der Pro Ana Gruppierungen

4.1 Eigen- und Fremdgefährdung

Die erste – offensichtliche – Gefahr ist die *mögliche Symptomverschlechterung* der anorektischen/bulimischen Mitglieder. Durch die Regeln können sich essgestörtes Verhalten wie zwanghaftes Kalorienzählen, restriktives Essverhalten oder starre Kau- und Trinkrituale schnell intensivieren. Durch noch weniger Nahrungsaufnahme sinkt nicht selten das Gewicht in einen lebensbedrohlichen Bereich – die Folgen einer Essstörung reichen von Herzrhythmusstörungen über Osteoporose bis zum Tod (Meczekalski et al., 2013). Durch die fehlende realistische Darstellung einer Essstörung als Krankheit mit fatalen Folgeschäden, welche (wenn man nicht an der Essstörung stirbt) einen ein ganzes Leben lang begleiten können, besteht die Gefahr, dass gerade sehr junge Menschen ein sehr verzerrtes Bild einer Anorexie erhalten.

Da die gesamte Identität und die Gruppenzugehörigkeit auf der Grundlage ‚nur möglichst dünn sein ist gut‘ sowie der Geheimhaltung der eigenen Essstörung beruht, würde eine Therapie einen zwingenden Kontaktabbruch mit der Bewegung und ihrer Ideologie bedeuten. Auch Bates (2015) vermutet, dass die Strukturen innerhalb der Bewegung die *Therapiemotivation senken* könne. In einer Studie von Stracke et al. (2008) konnte gezeigt werden, dass Pro Ana-Mitglieder im Vergleich zu Anorexie-Betroffenen außerhalb der Lifestyle-Gruppierung eine schwere Symptombelastung und mehr Komorbiditäten, weniger Veränderungsbereitschaft und mehr interpersonelle Beeinträchtigungen aufweisen. Eine dieser möglichen Komorbiditäten ist der möglicherweise erhöhte *Substanzabusus*. In Anas Gesetzen wird z.B. empfohlen, absichtlich nicht mit dem Rauchen aufzuhören, um weniger Appetit zu haben. Auch das ehemalige Szenemitglied Dorian berichtet, dass Substanzmissbrauch (z.B. Kokain, Speed, Appetitzügler, Abführmittel, Koffein, Zigaretten oder ChestEze) nicht selten in der Pro Ana-Szene zu sehen ist (Of Herbs and Altars, 2020b). Neben den hohen Risiken einer Essstörung kommen für junge Menschen also auch noch mögliche Folgen eines Substanzabusus hinzu. Zuletzt sind auch *selbstverletzendes Verhalten (SVV)* sowie erhöhte *Suizidalität* stark mit Pro Ana verbunden. In einer Analyse zu Pro Ana-Posts auf Instagram konnte gezeigt werden, dass 6% der Beiträge graphische Darstellungen oder detaillierte Beschreibungen von Suizid oder SVV waren (Ging & Garvey, 2017) – das sind sechs von 100 Beiträgen. Vor allem für Personen, die sich durch Radikalisierungsprozesse immer intensiver ausschließlich innerhalb der Online-Community bewe-

gen, sind 100 Posts schnell durchgeklickt. Auch die detaillierten Beschreibungen, ‚gewichtslos‘ zu sein oder zu ‚verschwinden‘, sprechen für auftretende Suizidalität. Auch wenn es wichtig ist, dass sich suizidale Menschen mitteilen können – Betroffene sollten keinesfalls allein untereinander die Suizidalität der jeweils anderen Person regulieren müssen.

4.2 Zusammenhang mit Sexualdelikten

Neben Schilderungen von eigen- und fremdgefährdendem Verhalten tauchen seit einigen Jahren auch immer wieder Berichte über Sexualstraftäter:innen auf, welche sich gezielt Pro Ana-Mitglieder als Opfer suchen (z.B. Brenneisen, 2015b). Im Folgenden soll dargestellt werden, in welcher Form diese Delikte stattfinden, wie die Täter:innen vorgehen und was diese zu den Straftaten motivieren könnte. Auch wenn es häufig unangenehm wirkt, sich intensiv mit Sexualdelikten auseinander zu setzen, ist dies der einzige Weg zur Prävention und Intervention – zum Schutz aller Menschen, besonders aber der vulnerableren Personen in unserer Gesellschaft.

4.2.1 Pro Ana Coaches und Cyber-Grooming

Der österreichische Jugendschutz warnt im Beitrag zu Pro Ana/Pro Mia unter anderem vor so genannten *Pro Ana Coaches* (Saferinternet.at, 2018). Hierbei handelt es sich um Menschen, welche Mitglieder der Pro Ana-Szene zu weiterem Abnehmen motivieren wollen – meist fordern diese täglichen Kontakt sowie regelmäßige, sehr sexuell explizite Fotos oder Videos, angeblich zur Kontrolle des Gewichtsverlustes. Bei den Coaches handelt es sich fast ausschließlich um *erwachsene* Männer – Verbreitung, Erwerb und Besitz pornographischer Aufnahmen von Minderjährigen stellt nach §§ 184b, 184c StGB eine Straftat dar. Insgesamt fordern die Coaches absolute Kontrolle über die Betroffenen und bezeichnen diese im Zuge dessen auch teilweise als ihre „Sklavinnen“ (SRF Dokus & Reportagen, 2022). Eine Reporterin berichtet im Jahr 2015, dass sie sich als 15-jährige ausgab und mit einem Pro Ana-Coach Kontakt hatte (Brenneisen, 2015b). Dieser 25-jährige Coach forderte Nacktbilder und stellte unangemessene Fragen zu bisherigen sexuellen Erfahrungen. Er kündigte außerdem „intime Erniedrigung“ an – begründet wurde das damit, dass dies alles notwendig sei, um sich auf die Anorexie „einlassen zu können“ (Brenneisen, 2015b). Zudem wollte er, dass die fiktive 15-jährige Person zu ihm nach Frankfurt fahre, um dort eine Woche lang ‚intensiv gecocht‘ zu werden⁶. Mittlerweile existieren mehrere Reportagen zu Pro Ana-Coaches und bei allen ging das Coaching-Angebot mit der Aufforderung zu sexuellen Handlungen einher – auch wenn die Pro Ana-Mitglieder minderjährig waren (z.B. PULS Reportage, 2021; SRF Dokus & Reportagen, 2022). Beispielsweise wird in einer Dokumentation von PULS von einem Coach berichtet, welcher ein Szenemitglied dazu aufforderte, Masturbationsvideos von sich zu senden – angeblich um ihren Kalorienverbrauch zu überprüfen (2021). Der Prozess, Vertrauen zu Minderjährigen aufzubauen, um diese zu sexuell explizitem Material zu manipulie-

ren (und anschließend zu persönlichen Treffen zu erpressen), wird (*Cyber-*) *Grooming* genannt.

Kontakt zu den Szene-Mitgliedern erhalten die Coaches hauptsächlich durch Annoncen auf Pro Ana-Weblogs. Hier zwei Beispiele:

ANONYMOUS

26. März 2025 um 21:20

ANTWORTEN →



Ich, M, 38, aus Norddeutschland, mit 12 Jahren Erfahrung im Bereich Abnehmen, suche dich, weiblich, die daran interessiert ist an ihre Grenzen zu gehen aufs Gewicht bezogen. Du hast einen Hang zur Selbstzerstörung? Du liebst Kontrolle, strenge Regeln, Strafen und Führung?

Melde dich bei mir auf Telegram:

ANONYMOUS

18. April 2025 um 22:00

ANTWORTEN →



Du suchst Hilfe und einen Coach ? Kommst nicht mehr weiter und erreichst deine Ziele nicht? Dann schreib mir auf kik unter elite.coach und wir ändern das!

Neben dem Besitz und Erwerb von kinder- oder jugendpornographischen Inhalten (in der Rechtspsychologie häufig *Kindesmissbrauchsabbildungen* genannt) oder dem Drängen zu sexuell expliziten Medien bei volljährigen Opfern versuchen Täter:innen auch, die Betroffenen zum Einstieg in die Pornoindustrie zu manipulieren (was ebenfalls zu Grooming zählt):

„But McDonald was horrified when a fellow member of one pro-anorexia website emailed her requesting that she join a pornography agency. ‘My anorexic friend was actually a 46-year-old male with a fetish for skinny women,’ she says. ‘He had pretended to be a young girl and persuaded me to share sexually explicit pictures and tried to convince me to join his modelling agency for the super-skinny.’ (Hobbs, 2011).

Die Sexualisierung von Anorexie-Betroffenen ist nichts Neues – Internetbeiträge mit der Beschreibung von expliziten sexuellen Fantasien über schwer kranke Anorexie Patientinnen finden sich seit den frühen 2000er Jahren. Schuldgefühle, dass sie die Betroffenen durch die positive Bestätigung evtl. weiter in ihre Essstörung treiben oder sich diese aktuell nicht in der Verfassung für eine stabile romantische Beziehung inklusive intemem Kontakt befinden könnten, scheinen sie dabei nicht zu haben:

25.7.2005

👤 #2

Hallo, ich teile Deine Neigung - und muß Dir sagen mit dieser Vorliebe zu leben ist nicht immer ganz leicht!!Zumindest wenn Du -wie ich- eine wirklich anorektische Freundin hast. Das irgendwie schon Himmel und Hölle zugleich. Frauen sind ja eh schon nicht gerade einfach - aber bei Magersüchtigen ist es halt oft gerade mit den Stimmungsschwankungen extrem. Da kann es Dir passieren, daß Du auch schomal tagelang (oder sogar für mehrere Wochen) überhaupt nicht darfst.Wenn Du aber gleichzeitig mit so einem Traum aus Haut und Knochen zusammenlebst ist das verdammt mehr akls schwer. Trotzdem nimmt man es andererseits auch irgendwie gerne in Kauf weil es einfach nichts geileres gibt!

Aber wie gesagt - es ist nicht alles immer Gold!

Trotzdem viel Erfolg bei der Suche!

Ich möchte anmerken, dass ‚Fetisch‘ in diesem Fall eine Fehlbezeichnung darstellt – schwer kranke und vulnerable Menschen als sexuell erregend zu empfinden und diesen Neigungen aktiv nachzugehen, ist keine ungewöhnliche, aber harmlose Vorliebe (in der Psychologie *Paraphilie* genannt), sondern eher eine *paraphile Störung*. Nach ICD-11 handelt es sich bei der paraphilen Störung um eine psychische Störung mit intensiven, anhaltenden sexuellen Erregungsmustern, welche erhebliche Belastungen/Beeinträchtigungen in sozialen, beruflichen oder anderen wichtigen Lebensbereichen verursachen oder *anderen Menschen schaden* (wie Kindern oder nicht einwilligenden Personen) (BfArM, n.d.). Die Sexualisierung von Anorexie-Betroffenen als Vorliebe oder Fetisch zu bezeichnen, gibt potenziellen Täter:innen die Möglichkeit, sich aus ihrer Verantwortung rauszureden – die Fantasien seien ja schließlich ganz normal, harmlos und würden zur persönlichen Freiheit zählen. Freiheit endet allerdings bekanntermaßen da, wo andere Menschen zu Schaden kommen.

4.2.2 Täter:innentypologie

Die Täter:innen könnten also eine paraphile Störung aufweisen – zahlreiche Berichte bezeichnen die Coaches als *pädophile Täter* (z.B. Brenneisen, 2015b; Saferinternet.at, 2018). Eine *ausgelebte Pädophilie* (= *pädophile Störung*) zählt nach ICD-11 zwar tatsächlich zu den paraphilen Störungen, dabei wird aber immer wieder außer Acht gelassen, dass sich eine Pädophilie nur auf ein präpubertäres Körperschema bezieht – also auf Kinder, welche noch zu jung sind, um pubertäre Merkmale aufzuweisen (BfArM, n.d.). Auch wenn der Körper von stark untergewichtigen Anorexie-Betroffenen manchmal als ‚kindlich‘ beschrieben wird, kann man einen ausgehungerten Körper von (post-)pubertären Jugendlichen (oder Erwachsenen) nicht einfach mit einem Kinderkörper gleichsetzen. Zudem kann durch die Gleichsetzung von Kindesmissbrauch und Pädophilie der Eindruck entstehen, dass alle Kindesmissbrauchstäter:innen pädophil sind oder alle Menschen mit einer Pädophilie Straftaten an Kindern begehen – beides ist nicht der Fall. Mehr als 50% aller Kindesmissbrauchstäter:innen sind nicht pädophil (Fegert et al., 2015) und viele Menschen mit einer Pädophilie begehen keine Kindesmissbrauchsdelikte. Auch wenn derzeit nach bestem Wissen keine Untersuchung existiert, welche sich im Kontext Pro Ana mit der Täter:innentypologie und den Motiven der Täter:innen beschäftigt, können mehrere Hypothesen aufgestellt werden: Eine paraphile Störung, welche in diesem Falle bei Sexualstraftäter:innen zutreffen könnte, wäre womöglich die *sexuell sadistische Störung* nach ICD-11. Bei einer sexuell sadistischen Störung muss ein anhaltendes, fokussiertes und intensives Muster sexueller Erregung vorherrschen, welches „mit der *Zufügung körperlichen oder psychischen Leids an einer nichteinwilligenden Person* [Hervorhebung durch Verf.] verbunden ist“ (BfArM, n.d.). Die betroffene Person muss außerdem „diese Gedanken, Phantasien oder dranghaften Bedürfnisse ausgelebt haben oder durch sie stark beeinträchtigt sein“ (BfArM, n.d.). Dafür spricht, dass viele der Coaches die Pro Ana-Mitglieder intensiv beleidigen und emotionaler Gewalt aussetzen oder immer wieder gezielt versuchen, diese zu selbstverletzendem Verhalten (auch im Intim-

bereich) zu manipulieren, wovon sie zusätzlich Videoaufnahmen fordern (PULS Reportage, 2021).

Eine kurze Randnotiz: Bei einer sexuell sadistischen Störung nach ICD-11 handelt es sich nicht um einvernehmlichen sexuellen Sadismus und dieser zählt nicht zur sexuell sadistischen Störung (BfArM, n.d.). Ersteres ist eine Paraphilie (also wie zuvor beschrieben um eine per se harmlose sexuelle Vorliebe gegenüber Erwachsenen bzw. Gleichaltrigen) und wird auch *inklinierender Sadismus* genannt, die sexuell sadistische Störung wird auch als *periculärer* oder *gefährlicher Sadismus* bezeichnet (Fiedler, 2007). Beide unterscheiden sich u.a. hinsichtlich Leitmotivation, Verhaltenskontrolle, Realitätseinschätzung und dem Umgang mit Intimität erheblich (Benecke, 2019) – Genauerer kann im zitierten Fachbeitrag nachgelesen werden. Mir ist die Differenzierung deshalb wichtig, weil potenzielle Täter:innen nicht die Möglichkeit haben dürfen, ihre Straftaten als Vorlieben zu verharmlosen und sich somit aus der Verantwortung zu ziehen.

Neben einer sexuellen Ansprechbarkeit (für z.B. Leiden der Opfer) könnte auch die Vulnerabilität der Pro Ana-Mitglieder ein Grund für die Täter:innen sein, diese als potenzielle Opfer zu wählen und bestimmte Motive zu befriedigen. Menschen, welche Sexualdelikte begehen, um primär Motivationen wie Macht oder Kontrolle zu befriedigen und keine paraphile Störung aufweisen, werden *Ersatzhandlungstätter:innen* genannt. Genauerer dazu kann z.B. bei Fegert et al. (2015) nachgelesen werden. Wie ich bereits herausgestellt habe, handelt es sich bei den Gruppenmitgliedern meist um selbstunsichere, isolierte, junge (und lebensunerfahrene), teils traumatisierte Individuen mit einem starken Bedürfnis nach Identität und Gruppenzugehörigkeit. Täter:innen, welche Motive wie ein erhöhtes Kontrollbedürfnis nicht produktiv und ohne Schäden zu verursachen befriedigen können, könnten diese Vulnerabilität gezielt ausnutzen, um leichter Straftaten zu begehen.

4.2.3 Täter:innenstrategien

Simons et al. untersuchten in ihrer Studie, welche Strategien Pro Ana-Coaches anwenden, um an sexuell explizites Bildmaterial zu gelangen und die Opfer zu realen Treffen zu manipulieren (2024). Dazu wurden drei falsche Pro Ana-Profile erstellt und mit N=31 Coaches gehattet. Zusätzlich wurden N=79 Opfer von Coaches mit Fragebögen befragt und von diesen führten die Forschenden mit n=14 zusätzlich tiefergehende Interviews. Daraus konnten die Untersucher:innen folgende Strategien ableiten: Zunächst bauten die Coaches Vertrauen sowie ein Abhängigkeitsverhältnis auf (1.) und konnten so zu sexuell explizitem Material der Opfer gelangen (2.). Anschließend wurde der Druck auf die Opfer erhöht, indem diese mit den Bildern/Videos erpresst wurden (3.) – wenn sich ein Opfer weigerte, einem persönlichen Treffen mit den Coaches zuzustimmen (4.), würden die Täter:innen das Bild- bzw. Videomaterial veröffentlichen. Durch Erpressung versuchten die Coaches zudem zu verhindern, dass Opfer die Taten zur Anzeige bringen oder sich Menschen in ihrer Umgebung anvertrauen. Diese vier Strategien lassen sich generell immer wieder bei Cybergrooming finden, auch außerhalb vom Kontext Pro Ana.

Wie verteidigen die Täter:innen ihre Handlungen vor sich selbst und vor anderen (in der Psychologie auch Rechtfertigungsstrategien genannt)? Was sagen sie zu den Opfern, um diese zu manipulieren? Zum einen behaupten sie, die Sexualdelikte seien eine *Gegenleistung* für ihre Coaching-Hilfe. Hier ein Beispiel aus einem Weblog:

ANONYMOUS 2. März 2024 um 17:53

ANTWORTEN →



Doch sie ist schon echt. Aber gehört vielleicht zu der Sorte junger Frauen die meinen, sie müssten keine Gegenleistung erbringen, wenn jemand ihnen Hunderte von Stunden fürs Coaching widmet – und die völlig empört reagieren, wenn man sagt, dass man Anas erotisch findet und sie nur deswegen coacht. – Hier gibt es so viele naive Anas, die meinen, Coaching gäbe es ohne Gegenleistung ...

Dieser Screenshot ist auch ein Beispiel für die Strategie der *Täter-Opfer-Umkehr*. Nicht die Coaches seien schuld, sondern die (teils minderjährigen) ‚naiven‘ Pro Anas – welche im Weltbild der Coaches diese für ihre ‚Coaching‘-Fähigkeiten ausnutzen würden. Betroffene hätten laut den Coaches eine sexuelle Gegenleistung zu erwarten, wenn sie ‚Hilfe‘ bekommen – wenn sie dies nicht automatisch wissen, seien sie aufgrund der eigenen Naivität selbst schuld.

Eine weitere Rechtfertigungsstrategie ist die *Bagatellisierung von möglichen Folgeschäden* einer Anorexie oder des Umgangs der Coaches mit Pro Anas (Beispiele: PULS Reportage, 2021; SRF Dokus & Reportagen, 2022). Auch die vorher angeschnittene *Verharmlosung ihrer Fantasien/Handlungen als Fetische* oder normale Vorlieben dient der Rechtfertigung vor sich selbst oder anderen Menschen. So begründete ein volljähriger Coach in einer PULS-Dokumentation (2022) seine unangebrachten sexuell expliziten Fragen an ein vermeintlich 15-jähriges Pro Ana-Mitglied (Fake-Profil zu Recherchezwecken der Journalist:innen) mit der Ausrede, dass viele Mädchen aus der Pro Ana-Szene auf BDSM stehen oder anderweitige entsprechende Paraphilien aufweisen würden. Auch das ist wieder Täter-Opfer-Umkehr. Der Täter schiebt die Verantwortung auf das Opfer, indem er behauptet, die Texte nur für die angeblich vorhandenen sexuellen Vorlieben des Gegenübers zu schreiben.

5. Conclusio

Es zeigt sich deutlich, dass die Lifestyle-Untergruppe der Pro Ana-Bewegung kein Weg ist, sich mit anderen Betroffenen gegenseitig im Leben zu unterstützen, sondern dazu führen kann, dass die Beteiligten immer weiter in ihre Essstörungen abrutschen und sich gegenseitig mitziehen. Daneben gibt es zahlreiche weitere Gefahren wie möglicher Substanzmissbrauch oder sexualisierte Gewalt durch selbsternannte ‚Coaches‘.

Fachartikel beschreiben häufig, dass die Lifestyle-Untergruppe nur ein winziger Teil der Bewegung ist – was aber aktuell im Jahr 2025 nicht bestätigt werden kann.

Es lassen sich zahlreiche Pro Ana Beiträge aus der Lifestyle-Untergruppe finden, aber kaum nicht-verherrlichende Foren. Und selbst wenn diese Untergruppe nur ein kleiner Teil der Pro Ana-Community wäre – das macht die Gruppierung nicht weniger gefährlich für vulnerable Personen, die darauf stoßen. Sowohl in der Fachwelt als auch in der allgemeinen Gesellschaft muss deutlich umfassender (und ohne Clickbait oder ähnlich unseriöse Mittel) über die Pro Ana-Bewegung informiert werden, damit Strategien zur Deradikalisierung und Behandlung der Betroffenen entwickelt werden können. Dazu gehört auch, sich intensiver mit der Gefahr sexualisierter Gewalt innerhalb dieser Bewegung zu beschäftigen – nur so kann Opfern geholfen werden.

Literaturverzeichnis

- Bates, C. F. (2015). 'I am a waste of breath, of space, of time': Metaphors of self in a pro-anorexia group. *Qualitative Health Research*, 25(2), 189–204. <https://doi.org/10.1177/1049732314550004>
- Benecke, L. (2019). Ein multidimensionales psychologisches Modell zur Unterscheidung zwischen inklinierendem und periculärem sexuellen Sadismus. In N. Saimeh (Hrsg.), *Eickelborner Schriftenreihe zur Forensischen Psychiatrie. Destruktive Sexualität: Therapie und Risiko-Assessment in der Forensischen Psychiatrie* (1. Auflage). Medizinisch Wissenschaftliche Verlagsgesellschaft.
- BfArM. (n.d.). *ICD-11 in Deutsch - Entwurfsfassung*. Abgerufen am 27. Mai 2025, von https://www.bfarm.de/DE/Kodiersysteme/Klassifikationen/ICD/ICD-11/uebersetzung/_node.html;jsessionid=F025A1D8FACD370E9E63C917FBD14D64.intranet672.
- BR. (2024). *Anas Welt*. ARD Audiothek. <https://www.ardaudiothek.de/episode/wild-wild-web-geschichten-aus-dem-internet/anas-welt/br/13731489/>
- Branley, D. B. & Covey, J. (2017). Pro-ana versus Pro-recovery: A Content Analytic Comparison of Social Media Users' Communication about Eating Disorders on Twitter and Tumblr. *Frontiers in psychology*, 8, 1356. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2017.01356>
- Brenneisen, N. (1. Juni 2015a). Ich war eine Woche in einer Pro-Ana-WhatsApp-Gruppe, in der Magersucht die Religion ist. *VICE*. <https://www.vice.com/de/article/9bmz9e/ich-war-eine-woche-in-einer-pro-ana-whatsapp-gruppe-in-der-magersucht-die-religion-ist-392>
- Brenneisen, N. (3. Juni 2015b). Ich habe auf einem Schweizer Blog einen Pädophilen getroffen, der mich in die Magersucht treiben wollte. *VICE*. <https://www.vice.com/de/article/vdjpdj/ich-habe-auf-einem-schweizer-blog-einen-paedophilen-getroffen-der-mich-in-die-magersucht-treiben-wollte-897>
- Cole, T. J. & Lobstein, T. (2012). Extended international (IOTF) body mass index cut-offs for thinness, overweight and obesity. *Pediatric obesity*, 7(4), 284–294. <https://doi.org/10.1111/j.2047-6310.2012.00064.x>
- DiBenedetto, C. (27. November 2024). Chatbots pushing pro-anorexia messaging to teen users. *Mashable*. <https://mashable.com/article/character-ai-hosting-pro-anorexia-chatbots>
- Eichenberg, C., Flümman, A. & Henges, K. (2011). Pro-Ana-Foren im Internet. *Psychotherapeut*, 56(6), 492–500. <https://doi.org/10.1007/s00278-011-0861-0>
- Fegert, J. M., Hoffmann, U., König, E., Niehues, J. & Liebhardt, H. (2015). *Sexueller Missbrauch von Kindern und Jugendlichen*. Springer Berlin Heidelberg. <https://doi.org/10.1007/978-3-662-44244-9>
- Fiedler, P. (2007). *Sexuelle Orientierung und sexuelle Abweichung: Heterosexualität - Homosexualität - Transgenderismus und Paraphilien - sexueller Missbrauch - sexuelle Gewalt* [Nachdr.]. Beltz PVU.
- Ging, D. & Garvey, S. (2017). 'Written in these scars are the stories I can't explain': A content analysis of pro-ana and thinpiration image sharing on Instagram. *New Media & Society*, 20(3), 1181–1200. <https://doi.org/10.1177/1461444816687288>
- Guinhut, M., Godart, N., Benadjaoud, M.-A., Melchior, J.-C. & Hanachi, M. (2021). Five-year mortality of severely malnourished patients with chronic anorexia nervosa admitted to a medical unit. *Acta Psychiatrica Scandinavica*, 143(2), 130–140. <https://doi.org/10.1111/acps.13261>
- Hobbs, N. (2011). Anorexic women targeted by 'super-skinny' porn websites. *The Guardian*. <https://www.theguardian.com/society/2011/apr/06/anorexic-women-targeted-by-porn-websites>

Lai, C., Pellicano, G. R., Iuliano, S., Ciacchella, C., Sambucini, D., Gennaro, A. & Salvatore, S. (2021). Why people join pro-Ana online communities? A psychological textual analysis of eating disorder blog posts. *Computers in Human Behavior*, 124, 106922. <https://doi.org/10.1016/j.chb.2021.106922>

Lipczynska, S. (2007). Discovering the cult of Ana and Mia: A review of pro-anorexia websites. *Journal of mental health*, 16(4), 545–548.

Meczekalski, B., Podfigurna-Stopa, A. & Katulski, K. (2013). Long-term consequences of anorexia nervosa. *Maturitas*, 75(3), 215–220. <https://doi.org/10.1016/j.maturitas.2013.04.014>

Meusers, R. (23. April 2012). Instagram verbietet Magersucht- und Ritzfotos. *Spiegel.de*. <https://www.spiegel.de/netzwelt/web/netzwelt-ticker-instagram-verbietet-magersucht-und-ritzfotos-a-829140.html>

NDR. (2024). *Gefährliche Freundschaften. Im Hungern nicht allein* [Podcast]. Ndr.de. <https://www.ndr.de/kultur/Gefahrliche-Freundschaften-Im-Hungern-nicht-allein,gefahrlichefreundschaften100.html>

Of Herbs and Altars. (2020a). *Inside The Sick World of Anorexia Fetishists* [Video]. YouTube. <https://www.youtube.com/watch?v=afOEZVLL3CI&list=PLwz-VWbmVb6A3ONgZTeRRrGekF5NBE-KE&index=21>

Of Herbs and Altars. (2020b). *Pro Ana Meetups of the Early 2000s: What Really Happened...* [Video]. YouTube. <https://www.youtube.com/watch?v=01Wd4c8ZHqQ&list=PLwz-VWbmVb6A3ONgZTeRRrGekF5NBE-KE&index=19>

Of Herbs and Altars. (2022). *The Evolution of Pro Anorexia* [Video]. YouTube. <https://www.youtube.com/watch?v=gS8zdOy3hK0&t=1051s>

PULS Reportage. (2021). *Machtmissbrauch, Erniedrigung & Magersucht-Glorifizierung – Wie gefährlich sind "Anorexie-Coaches"?* [Video]. YouTube. <https://www.youtube.com/watch?v=QxRohotw-8U>

Riley, S., Rodham, K. & Gavin, J. (2009). Doing weight: Pro-Ana and recovery identities in cyberspace. *Journal of Community & Applied Social Psychology*, 19(5), 348–359. <https://doi.org/10.1002/casp.1022>

Saferinternet.at. (2018). *Pro-Ana und Pro-Mia: Magertrend im Internet*. <https://www.saferinternet.at/news-detail/pro-ana-und-pro-mia-magertrend-im-internet0>

Simons, E. I., Noteboom, F. & van Furth, E. F. (2024). Pro-anorexia coaches prey on individuals with eating disorders. *International Journal of Eating Disorders*, 57(1), 124–131. <https://doi.org/10.1002/eat.24074>

SRF Dokus & Reportagen. (2022). *Anorexie-Coaches – Wie junge Magersüchtige auf Social Media ausgenutzt werden* [Video]. YouTube. <https://www.youtube.com/watch?v=H3xOX93CH6U&t=1133s>

Srowig, F., Roth, V., Pisiou, D., Seewald, K. & Zick, A. (2018). *Radikalisierung von Individuen: Ein Überblick über mögliche Erklärungsansätze* (PRIF Report 6/2018). HSKF.

Stangl, W. (2023). Echokammer-Effekt. In W. Stangl (Hrsg.), *Online Lexikon für Psychologie und Pädagogik*. <https://lexikon.stangl.eu/30157/echokammer-effekt>

Stracke, S., Hartmann, A. & Linster, H. (2008). Pro-Ana–Lifestyle, Gemeinschaft, psychische Erkrankung? – 2. Unterscheiden sich die Pro-Ana-Anhänger diagnostisch von Personen mit der Diagnose Essstörung, die sich jedoch nicht zu Pro-Ana bekennen? *Psychotherapie Psychosomatik Medizinische Psychologie*(58), Artikel 2. 10.1055/s-2008-1061528

SWR. (2025). *Perfekte Liebe? - Wie gefährlich sind KI-Beziehungen?* https://www.ardmediathek.de/video/vollbild-recherchen-die-mehr-zeigen/perfekte-liebe-wie-gefaehrlich-sind-ki-beziehungen/swr/Y3JpZDovLzN3ci5kZS9hZXgvdzIyMzAyODE?utm_campaign=linkinbio&utm_medium=rreferral&utm_source=later-linkinbio

Zeren, S. (2010). Pro Ana und Web 2.0: Medienpädagogische Betrachtung einer Subkultur und Konsequenzen für Prävention in der Schule. *Ludwigsburger Beiträge zur Medienpädagogik*(13).

Bernd Harder

GEFÄHRLICHES WUNSCHDENKEN? DER HYPE UM MANIFESTATION

Interview:

„Wunschbullshit im Universum“

Unter diesem Titel veröffentlichten im Jahr 2007 der bekannte TV-Moderator Hugo Egon Balder und der Produzent Jacky Dreksler ein Buch zu der Frage „Ist esoterisches Extrem-Wünsching Bullshit?“ Dazu gaben sie der Zeitschrift *Skeptiker*¹ das folgende Interview.

„Zwei Unterhaltungsfuzzis ziehen gegen die Esoterik in die Schlacht“, heißt es in einer Amazon-Kundenrezension zu Ihrem Buch „Wunsch-Bullshit im Universum“. Und: „Das gab’s so noch nicht in Deutschland.“ Wie kam es dazu?

Hugo Egon Balder: Mein Freund Jacky zeigte mir im April 2007 einen Artikel im Magazin *Focus*. Darin wurde die deutsche Ausgabe von Rhonda Byrnes Bestseller „The Secret – Das Geheimnis“ vorgestellt, eine DVD und ein Buch gleichen Inhalts aus dem Ratgeber-Genre. Die frohe Botschaft: Das Universum ist ein Versandhaus, das all deine Wünsche erfüllt. Sofort. Und garantiert. Ich sagte: „Schöner Mumpitz. Was ist daran so interessant?“

Jackys Antwort elektrisierte mich: „Rhonda ist Fernsehproduzentin – wie wir!“ Schon bei den Zitaten im Artikel hatten wir beide dann das Gefühl: Das ist Showbusiness im Gewand der Lebenshilfe. Als wir uns bei Amazon weitere Bestsellerautoren mit der gleichen Botschaft anschauten, hatten wir ein Erleuchtungserlebnis: Pierre Franckh ist Schauspieler, Bärbel Mohr war Videoproduzentin und Fotografin, der Co-Autor und Gatte von Esther Hicks, war Zirkusartist und Showman. Alles Leute aus dem Show-Business.

Die Autorenschaft allein sagt aber noch nichts über Qualität oder Wahrheitsgehalt aus.

Jacky Dreksler: Natürlich nicht. Aber für einen Anfangsverdacht reicht es. In unserem Business werden wir dafür bezahlt, die Wahrheit so zu manipulieren, dass Unterhaltung entsteht. Wir schneiden Lacher in unlustige Comedy-Acts, reduzieren differenzierte Experten-Aussagen auf Ein-Satz-Statements, lassen arme Würstchen von Schlagernstars zusammenscheißen, zeigen Ärsche, Titten und Trä-

¹ Harder, Bernd “Die Wünschelwichte – Interview mit Jacky Dreksler und Hugo Egon Balder“ *Skeptiker* 2/2008

nen unter dem Vorwand einer Model-Show oder werfen dem Publikum in Freakshows fernsehgeile Debile zum Fraß vor – und das alles nach einer ausgeklügelten Dramaturgie. Wenn es dem Produkt nützt, zeigen wir dabei die Wahrheit, wenn nicht, lügen wir halt.

Hugo Egon Balder: Man nennt das auch Unterhaltung. Professor Harry G. Frankfurt hat solchen opportunistischen Umgang mit der Wahrheit als „Bullshit“ definiert. Wir Fernsehmacher produzieren in diesem Sinne ständig Bullshit. Das ist unser Job. Und er macht Spaß. Wir vermuten: Auch die Extrem-Wünscher arbeiten mit ähnlichen Mitteln wie wir.

Jacky Dreksler: James Randi, den wir sehr verehrten, sagte einmal, dass zur Entlarvung von Scharlatanen Zauberkünstler viel besser geeignet sind als zum Beispiel Wissenschaftler. So ähnlich ist das bei uns: Wir sind Bullshit-Experten. Als Profis erkennen wir Bullshit oft sicherer als andere. Wie die Amerikaner sagen: „You can’t cheat a cheater.“

Ein Großteil der TV-Unterhaltung ist also „Bullshit“, vielleicht sogar Scharlatanerie, bekennen Sie hier frank und frei. Ist das nicht schlecht fürs Business?

Jacky Dreksler: Nein. In seinem Buch „Moral Minds“ sagte der Evolutionsbiologe Marc Hauser, dass der moralische Aspekt einer Handlung durch das Ziel bestimmt wird. Und da liegt der Unterschied.

Hugo Egon Balder: Die Menschen sind ja nicht blöd. Sie wissen, dass wir in einer Show auf ähnliche Weise tricksen wie zum Beispiel unsere nächsten Verwandten, die Zauberkünstler. Wer zu Copperfield geht, bezahlt viel Geld und sagt quasi: David, bitte belüg‘ und betrüg‘ mich in den nächsten zwei Stunden. Aber: Bei uns Show-Leuten ist das ein fairer Deal. Du gibst mir Zeit oder Geld – ich gebe dir Unterhaltung. Bei den Theorien der Extrem-Wünschling-Magier ist das kein fairer Deal. Du gibst ihnen Zeit und Geld – sie geben dir leere Hochglanz-Versprechungen und zugleich die Illusion absoluter Kontrolle über dich und das Universum.

Jacky Dreksler: Die Wunschtheorien versprechen: Du kannst Deine Probleme weg- und Millionen herbeiwünschen. Ohne Arbeit oder persönlichen Einsatz. Sie sprechen damit viele Menschen an, die verschuldet oder krank, depressiv oder verzweifelt sind. Und die bekommen dann Steine statt Brot, Bullshit statt Hilfe. Genau hier hört der Spaß für uns auf. Die Wunschtheorien stehlen den Menschen nicht nur Geld und Lebenszeit, sondern – wie, glaube ich, James Randi sagte – auch ihre Hoffnung und ihre Würde.

Sie sagen, die Menschen seien nicht blöd. Wie schaffen die Extrem-Wünscher es trotzdem, den Lesern „leere Hochglanz-Versprechungen“ als Lebenshilfe unterzujubeln?

Hugo Egon Balder: Die Wünschelwichte verbergen ihre gefährliche Botschaft unter dem Schafspelz der Ratgeber- und Selbsthilfe-Literatur. Aber dort lauern Wölfe, die sich als allwissende Experten für sämtliche Probleme und Träume ausgeben: Liebesglück, ewige Gesundheit oder unendlicher Reichtum – nichts ist unmöglich: „Gedanken werden Dinge“ sagt Rhonda Byrne. „Alle Wünsche werden ohne Ausnahme sofort erfüllt“ verspricht Esther Hicks. Und Pierre Franckh kennt das Universum genau und behauptet: „Unmögliches wird sofort erledigt“. Verdammte, es sind Showpeople wie wir. Aber sie spielen sich auf, als wären sie Wahrsager, Magier und Schamanen, Psychotherapeuten, Ratgeberprofis und Priester in einer Person.

Jacky Dreksler: Und das Schlimmste ist: Den ganzen Mumpitz versuchen sie, mit der Quantenphysik zu beweisen. Dazu kehren sie klammheimlich den Hermes Trismegistos zugeschriebenen Satz „Wie oben, so unten“ um und behaupten: wie unten, so oben: Mit bizarren quantenphysikalischen Phänomenen im Mikroskopischen, etwa Energie-Transport, lassen sich angeblich bizarre Phänomene im Makroskopischen erklären und beweisen, zum Beispiel: „Gedankenstrahlen ziehen Gleiches an und materialisieren es.“

Und woher haben die Wunsch-Autoren ihre quantenphysikalischen Kenntnisse? Wird das irgendwo deutlich?

Hugo Egon Balder: Nein, das sagen sie nicht. Man hat das Gefühl, bei denen besteht Zitierverbot. Sie treten mit dem Anspruch auf, uralte magische Geheimnisse zu kennen und zugleich im Besitz der absoluten Wahrheit zu sein

Jacky Dreksler: Die Wünschelwichte servieren uns ihre Zaubersüppchen mit quantenphysikalischem Maggi, um sie auch für Wissenschaftsgläubige schmackhafter zu machen und schwurbeln von angeblich messbaren Gedankenfrequenzen, die wir als Wunschbestellungen ins Universum ausstrahlen, die dort dann durch das geheimnisvolle „Gesetz der Anziehung“ zu den erbetenen Dingen werden. Das ist doch alles Bullshit! Kein Esoteriker konnte je angeben, mit wie viel Furzillionen Hertz der Gedanke an Paris Hilton oszilliert.

Hugo Egon Balder: Und außerdem: Wer behauptet, Millionen zusammenwünschen zu können, wird sein Wissen wohl kaum mühsam in Büchern und Seminaren oder auf Wünschel-Kreuzfahrten verhökern.

Sie beide sind ein prominentes Beispiel dafür, dass man kein Wissenschaftler sein muss, um Unsinn als solchen zu erkennen. Warum glauben trotz-

dem so viele Leute an die „Wünschelwichte“, obwohl deren Behauptungen schon dem gesunden Menschenverstand zuwiderlaufen?

Jacky Dreksler: Sie schmeicheln uns! Aber Sie wissen besser als wir: Der gesunde Menschenverstand reicht zum Erkennen von Mumpitz leider nicht aus. Erstens lässt er sich leicht und gern betrügen – etwa von optischen Täuschungen, Schnaps oder rhetorischen Tricks. Zweitens ist Wissenschaft oft kontra-intuitiv, denken Sie an das heliozentrische Modell oder die Quantentheorie. Und drittens ist die Formulierung „gesunder Menschenverstand“ eine Leerformel: Wer die Dinge sieht wie ich, besitzt natürlich „gesunden Menschenverstand“. Wer weniger erkennen kann, als ich sehe, ist eine debile Dumpfbacke; wer Komplexeres sieht, ist ein intellektueller Wichser. Der Glaubwürdigkeit tut eine kontra-intuitive Komponente keinen Abbruch. Im Gegenteil: Der Anthropologe Pascal Boyer hat in „Religion Explained“ sehr schön gezeigt, dass viele Menschen an übernatürliche Konzepte und Wesenheiten glauben – nicht obwohl, sondern weil sie kontra-intuitiv sind.

Dann gleich noch eine Schmeichelei, wenn Sie so wollen: Es ist ziemlich selten, dass die Autoren von esoterikkritischen Büchern nicht nur gute Argumente bringen, sondern zugleich auch den Zynismus und die Egozentrik der Esoterik entlarven.

Hugo Egon Balder: Entlarven ist ein großes Wort. Eigentlich können das nur Fachleute; und wir haben weder Ahnung von Physik oder Philosophie, noch von Theologie oder Esoterik. Wir sind zwei alte Clowns aus dem Showbiz und benutzen die Waffen, die wir beherrschen – die Klatsche, die Wasserspritze und die Tröte. Nehmen wir Rhonda Byrnes Behauptung, dass Jesus Christus nicht nur ein Lehrer des Wohlstandes war, sondern auch selbst ein Millionär mit einem großzügigeren Lebensstil, als ihn viele heutige Reiche sich träumen lassen. Wenn Sie das schlüssig widerlegen wollen, müssen Sie Theologe oder Historiker sein. Wir machen es uns da einfacher und arbeiten mit Ironie und Satire und sagen etwa: Wie konnten die vier Evangelisten nur die hübsche Story vom neureichen Parvenü Jesus so falsch darstellen! Wissen wir nicht alle, dass Jesus juwelenbehangen auf dem Balkon seines Palastes stand und es später sich beim letzten Abend-Galadinner mit getrüffelten Wachtelbrüstchen an einer leichten Weincreme gut gehen ließ?

Jacky Dreksler: Indem wir Rhondas Behauptung ironisch ausmalen, verwenden wir im Grunde eine sehr weiche Form der *reductio ad absurdum*. Ironie ist oft wirksam und ökonomisch, aber natürlich kein echtes Argument. Jeder Wissenschaftler würde für so etwas zu Recht gerügt werden. Wir sind Clowns und können uns das leisten.

In den Leser-Rezensionen, zum Beispiel bei Amazon, sticht immer wieder die klassische Immunisierung der „Gläubigen“ hervor: Wer's nicht versteht oder bei wem's nicht funktioniert, der hat sich eben nicht genug damit beschäftigt. Was antworten Sie darauf?

Hugo Egon Balder: Nichts. Wir lassen dieses Argument mit edlem Gleichmut passieren und konzentrieren uns auf eine faire und tolerante Fortführung des Gesprächs. – Sorry, ich hab' gelogen: Wir ärgern uns maßlos über so viel intellektuelle Borniertheit.

Jacky Dreksler: Ich glaube, Hans Albert hat diese Form des doppelt verschanzten Dogmatismus bloßgelegt: Bei Fehlgläubigkeit sagen die Marxisten, man habe nicht das rechte Klassenbewusstsein; die Freudianer sagen, man habe einen erkenntnishemmenden Komplex, und die Katholiken sagen, man sei halt nicht im Stand der selig machenden Gnade. Die Wünschelwichte haben diese Immunisierungsstrategie mit einem Schuss Pop-Hinduismus optimiert. Und das geht etwa so: Du bist ein schöpferischer Gott. Wie jeder Gott kannst Du erschaffen, was du willst. Wenn du einen goldenen Antipiuckenoszillator willst, dann bekommst du auch einen. Und nun der logische Purzelbaum: Wenn Du keinen bekommst, dann wolltest Du auch keinen. So einfach geht das.

Sie haben eingangs dargelegt, dass die „Wünschelwichte“ aus dem Show-Geschäft kommen. Vom „Eso-Spleen“ und den Gurus diverser Hollywood- und anderer Stars ist häufig zu lesen. Sind Künstler besonders anfällig für esoterische Verheißungen?

Hugo Egon Balder: Leider ja. Es gibt zwei Gründe. Erstens: Es gibt nur wenige Jobs auf dieser Welt, mit denen du in relativ kurzer Zeit reich, berühmt, bekannt, beliebt und bewundert wirst, auch wenn du Probleme mit Wörtern bekommst, die mehr als drei Silben haben. Selbst der größte Volldrepp wird plötzlich in Talkshows eingeladen und darf seinen Senf zu politischen, gesellschaftlichen oder psychologischen Würstchen geben. Das ist eine einmalige Aufstiegschance. Entsprechend groß ist die Konkurrenz; entsprechend gnadenlos ist der Konkurrenzkampf. Diesen Stress ertragen viele besser, wenn sie das Gefühl der Kontrolle über sich und das Universum haben. Die Wünschelwichte sind hier hervorragende Gurus mit einem wundervoll einfachen Konzept.

Zweitens: Wenn du ein Star bist, hast du plötzlich Macht über andere Menschen. Die Menschen haben einerseits Angst vor deiner Macht, andererseits wollen sie einfach besonders nett zu dir sein. Die Folge ist immer gleich: Nach einer Weile stellst du fest: Ich habe immer Recht. Was ich sage, geschieht. Ich werde wie ein Gott behandelt. Da kommt eine Theorie, die dir auf spirituelle Weise bestätigt, dass du Gott persönlich bist, gerade recht.

Wieso haben die „Wünschelwichte“ Ihr Anti-Wünschelwichte-Buch noch nicht weggewünscht?

Jacky Dreksler: Gute Frage. Vielleicht reichen dazu ihre magischen Kräfte nicht aus. Schauen Sie sich doch mal an, welche Belege für erfolgreiche Wunsch-Wunder uns die Wünschelwichte vorlegen. In fünf Büchern haben wir insgesamt 45 Wunder gefunden, alle vom Kaliber: Pierre Franckh wünscht sich ganz doll große Zimmerpflanzen und bekommt sie, Bärbel Mohr wünscht sich intensiv den schnellsten Trockner in der Wäscherei und bekommen ihn, eine Mitarbeiterin in Rhonda Byrnes australischem Büro wünscht sich ganz doll, in den USA zu arbeiten. Sie bekommt den Job – in Rhondas USA-Büro. Ach, noch was: Sie ist Rhondas Schwester.

Hugo Egon Balder: Solchen Mumpitz erzählen sie uns mit strahlenden Augen als Beweis für das Gesetz der Anziehung „in all seiner Herrlichkeit“. Wir nennen sowas Tante-Emma-Wunder. Gleichzeitig behaupten sie, alles sei möglich, denn das Gesetz der Anziehung sei das mächtigste und unfehlbare Naturgesetz im Universum. Wenn ich im Besitz einer solchen Macht wäre, würde ich Südostasien und den angrenzenden Atlantik kaufen.

Sie meinen den Pazifik?

Jacky Dreksler: Nein, den Atlantik, Herr Dr. Harder! Wenn ich das mächtigste Gesetz im Universum hinter mir weiß, kann ich mir den verdammten Atlantik hinwünschen, wo ich verdammt nochmal will.

Gefährliches Wunschdenken? Der Hype ums „Manifestieren“

Fassen wir mal zusammen:

- Ein freier Parkplatz in der Kölner Innenstadt? Ja.
- Second-Hand-Sommerschuhe in der passenden Größe? Nein.
- Billig tanken? Nein.
- Ein Sitzplatz im vollen ICE? Ja.
- Ein Tisch beim ausgebuchten Italiener? Ja.
- Karten für ein Taylor Swift-Konzert in Gelsenkirchen? Ja.

„Tante-Emma-Wunder“ nannten 2007 die Esoterik-Kritiker Hugo Egon Balder und Jacky Dreksler (siehe Interview) das, was sich 2024 die RTL-Reporterin Ka-

tharina Seiwert für ihren Beitrag² „Mit der Kraft der Gedanken die Realität ändern?“ herbeiwünschte. „Ob das Manifestieren wirklich den Unterschied gemacht hat, lässt sich natürlich nicht sicher sagen“, erklärte sie in ihrem persönlichen Fazit.

Der geneigte Zuschauer durchschaute die vermeintlichen Erfolge des „Manifestierens“ indes leicht als Zufälle und kognitive Verzerrungen³, wie etwa Confirmation Bias, Rückschaufehler oder selektive Wahrnehmung. Aber das Herumexperimentieren mit dieser Praktik habe „auf keinen Fall geschadet“, gab sich Seiwert überzeugt. Sie sei jetzt vielleicht nicht reicher oder glücklicher als vorher, aber ihre Grundeinstellung sei „irgendwie positiver“ geworden, meinte die junge Frau am Schluss ihrer Reportage.

Das Gesetz der Anziehung

Bisschen wenig für die universelle Macht, welche dem „Gesetz der Anziehung“ angeblich innewohnt. Was genau es damit auf sich hat, listet *Relinfo.ch* auf⁴:

- Das „Gesetz der Anziehung“ sei ein Naturgesetz, wie der Name suggeriert.
- Alles, was Menschen geschehe, lasse sich auf die eigenen Gedanken zurückführen.
- Wenn Menschen positiv denken, könne ihnen nichts Schlechtes passieren.
- Erklärungsinstanz des Anziehungsgesetzes seien verschiedene „Frequenzen“, die auf einer Art Spektrum zwischen Positiv und Negativ rangieren und mit Gedanken und Realitäten korrespondieren.

Als „so etwas wie das Evangelium der Manifesting-Adepten“ gilt das Buch „The Secret“ der australischen Fernseh- und Radio-Produzentin Rhonda Byrne⁵. Es erschien 2006 und wurde seither mehr als 35 Millionen Mal verkauft. Bis heute ist „Manifestieren“ ein „spiritueller Mega-Hype, mit dem man sich das Traumleben angeblich ganz einfach wahrmachen kann“⁶. Die weltanschauliche Grundlage dafür bildet jedoch eine Bewegung aus dem 19. Jahrhundert, die New Thought Movement⁷. Sie „war von der Überzeugung bestimmt, dass Gedanken eine Form von Energie seien und dass Gleiches Gleiches anziehe. Positive Gedanken ziehen demnach positive Ereignisse nach sich, während sich negatives Denken in einer Abwärtsspirale zu verfangen droht“⁸.

² <https://www.youtube.com/watch?v=ZxEPRWTHCUk>

³ https://de.wikipedia.org/wiki/Liste_kognitiver_Verzerrungen

⁴ <https://www.relinfo.ch/2025/01/30/manifestieren/>

⁵ <https://www.nzz.ch/feuilleton/manifesting-denk-positiv-und-du-wirst-reich-ld.1832325>

⁶ <https://www.youtube.com/watch?v=KxKEkDsi0aQ>

⁷ <https://de.wikipedia.org/wiki/Neugeist-Bewegung>

⁸ <https://www.nzz.ch/feuilleton/manifesting-denk-positiv-und-du-wirst-reich-ld.1832325>

Quantenquark und Quatschgenetik

Wie schon erwähnt soll die Wünscherei natürlich mal wieder was mit „energetischen Frequenzen“ zu tun haben, erklärt uns eine gewisse *Franzy Ma* bei Youtube⁹, oder aber mit dem „Welle-Teilchen-Modell der Quantenphysik“, meint der Youtuber *Weltenwandler*¹⁰.

Der Schauspieler und „Wünschelwicht“ (Balder/Dreksler) Pierre Frankch meldet gar Ambitionen auf den Nobelpreis an, wenn er in einem Video¹¹ beteuert, dass Gedanken

... direkt an unsere DNA gesendet werden [...], und man weiß inzwischen, dass unsere DNA innerhalb von Millisekunden darauf reagiert, und wenn wir mal überlegen, was unsere DNA alles macht – ja klar, die erschafft alles hier so, die ganzen Bausteine, und man weiß, dass wir mit unseren Gedanken tatsächlich unsere DNA ein- und ausschalten können.

Wer genau „man“ ist, der das weiß, und woher, bleibt unklar. Die *Quarks Science Cops* Jonathan Focke und Maximilian Doeckel weisen darauf hin¹², sie hätten keinerlei Belege dafür gefunden, dass es möglich wäre, mit Gedankenkraft die Genexpression zu verändern.

Allerdings verzapft Franckh nicht nur albernem, sondern auch gefährlichen Unsinn:

Manx vieles davon, was gerade in deinem Umfeld passiert, ist eher so, wo du sagst, na ja, das glaube ich nicht, dass ich das so gewollt habe. Ob du das willentlich-bewusst gewollt hast – ja, das mag schon sein, dass du das vielleicht nicht so gewollt hast. Aber unbewusst hast du all das erschaffen.

Das ist nichts anderes als Victim Blaming¹³ übelster Sorte, wie die *Science Cops* nach der Ausstrahlung ihrer Episode¹⁴ „Die Akte Manifestieren“ erlebten¹⁵. Es meldete sich eine junge Frau bei ihnen, die bereits Suizidgedanken* entwickelt hatte, weil sie die konkreten Auswirkungen fürchtete, die das „Gesetz der Anziehung“ in der Vorstellung von Esoterikgläubigen mit sich bringt. So heißt es beispielsweise in einem Video¹⁶ von *Franzy Ma*:

Das Gesetz der Anziehung ist einfach unsere Realität, wir leben jeden Tag mit diesem Gesetz, durch dieses Gesetz. Das Gesetz der Anziehung besagt ganz einfach, dass unsere Gedanken unsere Realität erschaffen. Das heißt, wenn wir positive Gedanken denken, dann erschaffen wir

⁹ https://www.youtube.com/watch?v=_F5bX-g16Jo

¹⁰ <https://www.youtube.com/watch?v=BeCW1DUfYzw>

¹¹ <https://www.youtube.com/watch?v=GyOpe994Ah4>

¹² <https://www.youtube.com/watch?v=j3PeVyVXBDM>

¹³ <https://de.wikipedia.org/wiki/T%C3%A4ter-Opfer-Umkehr>

¹⁴ <https://www.quarks.de/podcast/quarks-science-cops-die-akte-manifestieren/>

¹⁵ <https://skeptix.org/2025/01/14/gegen-schwurbel-und-scharlatanerie-die-science-cops-beim-tftalk/>

¹⁶ <https://www.youtube.com/watch?v=5mrYLBLa5tc>

eine positive Realität, und genau andersrum. Wenn wir negativ eingestellt sind, erschaffen wir eine negative Realität. Es spiegelt sich außen die ganze Zeit das wider, was sich in uns abspielt, woran wir glauben, woran wir denken.

Was aber, wenn die eigenen Gedanken ständig darum kreisen, dass der Mutter, der Tochter oder anderen nahen Angehörigen etwas passieren könnte? Zieht man damit nicht zwangsläufig das Unheil an? Ist man dann nicht verantwortlich dafür, dass anderen schlimme Dinge zustoßen? Natürlich nicht. Aber erst der besagte *Science Cops*-Beitrag (neben einigen anderen Informationen) eröffnete dieser Hörerin eine neue Perspektive – dass an dem ganzen Hokusfokus nichts dran ist.

Physikalisch unhaltbar, moralisch inakzeptabel

Die inhärente Opferschelte der Wünschelwichte bringt auch den Quantenphysiker Florian Aigner in Rage¹⁷: „Zu behaupten, dass jeder im Leben dieselben Möglichkeiten habe und der Erfolgreiche durch seine mentale Einstellung selbst schuld am persönlichen Unglück sei, ist menschenverachtender Unfug.“ In seinem Buch „Warum wir nicht durch Wände gehen – Ein Reiseführer durch die Welt der Quanten“ schreibt er: „Solche Behauptungen sind nicht nur physikalisch unhaltbar, sie sind auch moralisch völlig inakzeptabel.“ Das hindert freilich „die Herrin der Anziehungskraft“ (Dreksler/Balder) Rhonda Byrne nicht daran, Sentenzen wie diese in Buchform zu verhökern¹⁸:

Das Gesetz der Anziehung gibt Ihnen zuverlässig jede Kleinigkeit in Ihrem Leben auf der Grundlage dessen, was Sie selbst gegeben haben. Sie ziehen finanzielle Umstände, Ihren Gesundheitszustand, persönliche Beziehungen, Ihren Job und auch jedes einzelne andere Ereignis sowie jede Erfahrung in Ihrem Leben magnetisch an und erhalten all dies basierend auf den Gedanken und Gefühle, die Sie aussenden.

Pech für Byrne: „Ob der Glaube an Manifestation, durch welchen Wirkmechanismus auch immer, der erfolgreichen Wunscherfüllung nun förderlich oder eher hinderlich ist, ist letztendlich eine empirische Frage.“ Und eben dieser Frage ging der Psychologe Lucas Dixon von der University of Queensland (Australien) in der ersten groß angelegten wissenschaftlichen Studie¹⁹ zur Psychologie des Manifestierens im Jahr 2023 nach²⁰:

Das Forschungsteam maß die Einstellungen der Versuchspersonen zur Manifestation durch einen Fragebogen. Die Personen gaben an, inwieweit sie Aussagen zustimmen wie „Wenn ich mir ein erfolgreiches Ergebnis vorstelle, rückt es näher an mich heran“, „Ich kann Erfolg herbeiführen, indem ich positiv zu mir selbst spreche“ und „Um Erfolg herbeizuführen, richte ich mich nach kosmischen Kräften und Energien“.

¹⁷ <https://futurezone.at/meinung/wer-positiv-denkt-bleibt-gluecklicher-dumm/107.627.218>

¹⁸ <https://www.amazon.de/Secret-Power-Rhonda-Byrne/dp/3426656876>

¹⁹ <https://journals.sagepub.com/doi/10.1177/01461672231181162>

²⁰ Sevincer, Timur: „Die Pseudowissenschaft der Manifestation“ *Skeptiker* 1/2024

Darüber hinaus hat das Forschungsteam gefragt, wie erfolgreich sich die Personen selbst sahen, wie hoch ihre eigenen Erfolgsansprüche waren und wie sehr sie davon überzeugt waren, dass sie schnell großen Erfolg haben würden. Natürlich fragten die Forscher auch, ob die Personen tatsächlich finanziell erfolgreich waren, zum Beispiel nach ihrem Hang, risikoreiche Investitionen zu tätigen, und ob sie schon einmal bankrottgegangen waren.

Die Ergebnisse zeigten, dass Personen, die an Manifestation glaubten, sich selbst als erfolgreicher sahen, höhere Erfolgsansprüche hatten und überzeugter davon waren, schnell unrealistisch großen Erfolg zu haben. Was den tatsächlichen Erfolg anging, sah es jedoch anders aus, denn dieser stellte sich nicht ein

Im Gegenteil: Jene Personen, die an Manifestation glaubten, fühlten sich zu riskanteren Investitionen hingezogen und waren, statistisch gesehen, häufiger pleitegegangen als diejenigen, die nicht an Manifestation glaubten.

Das deckt sich mit den jahrzehntelangen Forschungsergebnissen der Psychologin Gabriele Oettingen²¹ (Hamburg/New York):

Dinge wie reich werden oder den Idealpartner finden, das sind sehr komplexe Aufgaben. Die funktionieren – zumindest in den meisten Fällen – nicht ohne Überlegungen und Anstrengung. Durch Gedanken können physiologische Prozesse im Körper entstehen. Aber wenn ich glaube, dass ich das Universum so beeinflussen kann, dass mir plötzlich ein Goldesel Dukaten spuckt, dann ist das eher ein Märchen. Das Märchen bringt gute Stimmung. Nur wird der Goldesel deswegen die Dukaten nicht ausspucken. Der Glaube, dass meine Wünsche alle von allein in Erfüllung gehen, ist meist ein Irrglaube.

Wenn ich mir intensiv vorstelle, ich habe jetzt einen Porsche, eine Villa auf Mallorca und eine Yacht in der Karibik, verbessert sich vielleicht meine Stimmung. Personen, die sich ihre Erfolge lebhaft vorstellen, entspannen sich erst mal. Der Blutdruck geht runter und es fehlt ihnen die Energie zum Handeln. Das haben 20 Jahre Forschung in ganz unterschiedlichen Lebensbereichen gezeigt.

Zum Beispiel Hochschulabsolventen, die positiv darüber fantasierten, gut ins Berufsleben zu gleiten, bekamen weniger Stellenangebote und verdienten nach zwei Jahren weniger Geld als Studierende, die auch negative Gedanken zuließen. Je positiver Personen, die sich zu einem Programm für Gewichtsreduktion angemeldet hatten, über ihren Erfolg im Programm fantasierten, desto weniger Gewicht hatten sie nach drei Monaten verloren.

Oder ein Beispiel aus dem Bereich der mentalen Gesundheit: Je positiver Personen in die Zukunft fantasierten, desto weniger depressiv waren sie im Moment, aber über die Zeit wurden sie depressiver.

Richtig gefährlich wird „Manifestieren“, wenn eine psychische Erkrankung vorliegt, warnt die Psychologin Rosalie Weigand (Hamburg²²):

²¹ Schwertfeger, Bärbel „Fataler Glaube – Interview mit Gabriele Oettingen“ *Skeptiker* 3/2024

²² https://www.youtube.com/watch?v=kUCVfs-qE_g

Bei Depressionen zum Beispiel sind ein Symptom Schuldgefühle, und bei der Manifestation geht man ja davon aus, alles, was mir gerade passiert, habe ich in irgendeiner Art und Weise selbst herbeigeführt, durch mein Mindset. Und das kann natürlich bei Menschen, die sowieso zu Schuldgefühlen neigen, dazu führen, dass es ihnen umso schlechter geht, je schlechter es ihnen geht. Also ein negativer Teufelskreis.

Aber auch davon abgesehen ist das exzessive Wunschdenken unnütz. Im Youtube-Kanal „Was bringt’s?“ der *Apotheken Umschau* führte Weigand aus:

Es gibt zum Beispiel auch Studien²³, die darauf hinweisen, dass einfach nur diese positiven Fantasien sogar dazu führen, dass Leute tendenziell inaktiver werden. Weil sie ja diesen schönen Zielzustand sich schon vorgestellt haben, dadurch irgendwie schon was Positives haben, und dadurch die Energie, auch wirklich aktiv zu werden, gar nicht mehr so groß ist.

„Manifestation“ sei allenfalls als erster Schritt praktikabel, um sich darüber klar zu werden, was man wirklich will. Dann allerdings müsse man schauen, „wie komme ich denn da hin, also was muss ich dann wirklich auch tun, wie kann ich aktiv werden?“ Beachtenswert sind laut Weigand vor allem zwei Punkte.

- Erstens: „Zu überlegen, woran könnte es denn auch scheitern, also was können so kleine Hindernisse auf dem Weg zum Ziel sein?“
- Zweitens: „Auch negative Emotionen haben ihre Daseinsberechtigung. Es ist superwichtig, nicht alles Negative zu unterdrücken und mir selber zu sagen, ich muss nur positive Dinge in mein Leben holen – sondern die negativen eben auch als wichtige Hinweise zu sehen.“

Wenn’s nicht klappt, passt es nicht zum „Seelenplan“

Und wie reagieren Wünschelwichte auf Kritik an ihrem Treiben? Die Psychologin in Ausbildung und stellvertretende *Relinfo*-Leiterin Julia Sulzmann hat es bei einem „Selbstliebe-Seminar“ von Pierre Franckh und seiner Gattin Michaela Merten in Basel getestet. Sulzmanns Bericht²⁴ auf der Webseite *relinfo.ch* ist überaus lesenswert, gibt er doch einen seltenen Einblick in die tatsächliche Verfasstheit von kommerziellen Vollesoterikern wie Franckh, Merten und Co., die strukturelle Ungleichheit und unterschiedliche Lebensrealitäten von Menschen mit einer eigenständigen „Seelenplan“-Logik auf Kosten der Betroffenen wegschwafeln. Sulzmann blieb jedenfalls „vollkommen sprachlos“ zurück: „Eine solch schamlose Täter-Opfer-Umkehr habe ich bis jetzt selten erlebt.“

Das Fazit von Balder/Dreksler auf Seite 144 ihres „Wunschbullshit“-Buchs ist daher heute noch so aktuell wie vor fast zwei Jahrzehnten:

²³ <https://www.amazon.de/Psychology-Thinking-about-Future/dp/1462534414>

²⁴ <https://www.relinfo.ch/2025/04/25/pierre-franckhs-selbstliebe-seminar-in-basel/>

Höret, ihr Wunschelwichte: Hic Rhodos, hic salta! Langweilt uns nicht mit Tante-Emma-Wundern! Wenn ihr heilen könnt, heilt die Millionen Krebs-, Herz- und Aidskranken. Wenn ihr zaubern könnt, zaubert Essen für die zwei Milliarden, die niemals satt werden. Und wenn ihr etwas mit Garantie wünschen könnt, wünscht Frieden auf Erden. Heilt, zaubert und wünscht. Aber hört endlich auf, uns zu verarschen.

Manfred Ach

STICHWORTE

Der „heitere Abend“ soll ein Rückblick auf die 50jährige Vereinsgeschichte sein. Ich hatte mich dazu schon in der 40jährigen Chronik ausführlich geäußert – aber heiter war das inhaltlich nicht. Deshalb heute mal was ganz Anderes. Ich hatte – als Schriftsteller – ab 1990 begonnen, mir aphoristische Notizen zur Thematik unseres Vereins zu machen: politische, kulturelle und weltanschauliche. Viele davon sind mit den Erkenntnissen und Erfahrungen meiner Vereinsmitgliedschaft verbunden.

Zu den Aphorismen (die hier aus nahe liegenden Gründen und bewusst despektierlich AFFOS genannt werden, um sie von konventionellen moralischen Weisheitslehren und ihrer stilistischen Hochkultur abzugrenzen), sei angemerkt: Das Ausgewogene beruhigt, das Zugespitzte verletzt. Deshalb sind hier vor allem Affös bevorzugt, die keine harmonisierenden Beruhigungsmittel sein wollen, sondern vielmehr „Stichworte“, Weckamine oder Brandbeschleuniger. Letzteres natürlich nicht im Sinne nationaler Pyromanen oder rationaler Raketenstarter, sondern im Geiste einer nie nachlassenden neuronalen Befeuerung. Statt „Flamme empor!“ also eine unspektakuläre Zündschnur nach innen, statt greller Aufklärung ein kleines, bescheidenes Licht.

In der Folge eine kleine Auswahl. Ich hoffe, erheiternd!

Dass ich Hubert Treml als genialen Musiker zu diesem „heiteren Abend“ mit meinen Worten begleiten darf, freut mich und ehrt mich sehr.

Stichwort GLAUBE

Wer glaubt, dass er in den Himmel kommt, betet den Erfolg an.

Die Opfertiere wurden vom Klingelbeutel abgelöst, das *Vergelt's Gott* von der steuerabzugsfähigen Spendenquittung. Aus dem Buch der Bücher ist ein Geschäftsbuch geworden, aus den Almosen eine Abbuchung, aus dem Credo ein Kredit. Aus Katastrophen wurden Konten, aus Gläubigen Gläubiger. So zollen wir - als Zöllner - der Zeit, die ja Geld ist, ihren Tribut.

Seht euch vor! möchten wir denen zurufen, die an die Vorsehung glauben.

Superfromme spekulieren deshalb so gefahrlos mit dem Jenseits, weil sie glauben, die Aktienmehrheit zu besitzen.

Weit verbreiteter Reinkarnationsglaube an berechnete Rückforderungen: *Gib mir dein Land*, sagt ein König zum anderen, *denn in einem früheren Leben gehörte es mir!*

Der Reinkarnationsglaube erinnert mich an das Recycling von Abfall.

Der Glaube versetzt nicht nur Berge, sondern leider auch Bergpredigten.

Religion muss eingeübt werden. Glauben hingegen braucht nicht erlernt werden, er ist Gattungsmerkmal. Das zeigen uns am überzeugendsten Staaten ohne Religion.

Stichwort KRIEG

Seitdem wir die Distanz des Steinwurfs überwunden haben, gehen uns Kriege nur von ferne etwas an.

> Ein Krieg ist ausgebrochen!
> Woraus?

In welchem Krieg waren diese jungen Leute, die Bomberjacken und Springerstiefel tragen, um zu zeigen, dass sie Verlierer sind?

Wollte man die Bemühungen, Frieden zu schaffen ohne Waffen, zusammenzählen, käme eine hübsche Summe heraus. Aber sie lässt sich gegen die Zahlen der Kriegstreiber nicht „ins Feld führen“. Deren Rechnung geht immer auf. In Flammen.

Wenn der Krieg der Vater aller Dinge ist, wer will da noch Mutter sein?

Würden wir einander zuhören, gäbe es weder Kriegslärm noch Totenstille.

Lärm ist immer ein Aufruf zum Krieg („all’ arme“). all’ arme heißt: Zu den Waffen!

Nach zwei Weltkriegen, meinte er, sei seine Meinung hieb- und stichfest geworden. Er sei an schwere Geschütze gewöhnt. Also bombardierte er uns mit Schlagwörtern.

„Weltkriege“ – eine Definitionsfrage. Alle bekommen sie zu spüren, aber nicht alle sind daran beteiligt.

Mit Weltreligionen verhält es sich ähnlich.

Gotteskrieger: Religionen bedürfen nicht immer der Kriege, aber Kriege sehr häufig der Religionen.

Wer von „Heiligen Schriften“ spricht, sollte ihre Nähe zum „Heiligen Krieg“ nicht verschweigen.

Auch die Genesis ist eine Kampfschrift und große Teile davon sind im Exil entstandene subversive Literatur.

Dass er nicht seiner Kriegsverbrechen angeklagt wurde, darüber, sagt der alte Nazi, sei er *heifroh*.

Zum Kriegsgott und zur Liebesgöttin:
Venus heißt heute Oxitocin. Und Mars Testosteron.

Dass ich das Wort „Streitkräfte“ als aggressiv bezeichnete, störte sein Rechtsempfinden.

Nicht die Menschen führen Krieg, der Krieg führt die Menschen. Und zwar dazu, was sie sind: Wesen, die töten können und die leider auch töten wollen.

Die Schlachtfelder ringsum sind voller *shooting-stars*: Die Kamera ist geladen, der PC hochgerüstet, die Bilder nehmen gefangen, auch Texte werden festgehalten, dingfest gemacht. Je geladener ein Computer, desto mächtiger. Ein Befehl genügt und die Nachricht schlägt ein wie eine Bombe. Mit Bildschirm-ausfällen und Datenverlusten ist zu rechnen, wenn sich ein Trojaner in unser Territorium einschleicht und unseren Sperrgürtel (firewall) durchbricht.

Wo ist Frieden, wenn die Sprache schon von Waffen starrt?

Dem Frieden ist nicht zu trauen. Und schon gleich gar nicht den Friedensnobelpreisträgern, unter denen sich bekanntlich Massenmörder tummeln!

Die Werbung für Waschmittel ist ehrlicher als die für den Weltfrieden.

Stell Dir vor: Wir müssen jetzt tatsächlich nicht mehr hingehen! Krieg geht auch im *home office*!

Ob er von den KZs etwas gewusst habe? Nein, er sei ja im *Krieg* gewesen und habe deshalb nichts mitge*kriegt*.

Wenn man Bert Brecht zum lustigen Sponti machen möchte, muss man ihn nur unvollständig zitieren: „Stell Dir vor, es kommt Krieg und keiner geht hin ...“

Dabei fährt er nämlich fort: „ – dann kommt der Krieg zu Euch! Wer zu Hause bleibt, wenn der Kampf beginnt und lässt andere kämpfen für seine Sache, der muss sich vorsehen: Denn, wer den Kampf nicht geteilt hat, der wird teilen die Niederlage. Nicht einmal Kampf vermeiden, wer den Kampf vermeiden will: Denn er wird kämpfen für die Sache des Feindes ...“

Zu Recht wirft man links- und rechtsextremistischen Äußerungen *kriegsaffines* Vokabular vor. Am stärksten vertreten ist es aber in der täglichen Sportberichterstattung.

Kindheitserinnerungen: In der Nachkriegszeit gab es nicht viel zu lachen. Man war entweder nibelungenkrank oder germanisch-depressiv.

Gibt es noch friedliche Demonstrationen? Die meisten sind geprägt von Feindbildern und von Kriegsmentalität. Gibt es noch stillen Protest? Schweigemärsche ohne plakative Aggression? Mit Teilnehmern, die Vorsicht und Zweifel bekunden? Die Besinnung anmahnen, statt Wut zu predigen? Die möglicherweise später sogar einräumen, sich vor den falschen Karren gespannt haben zu lassen?

Kurz vor seinem Tod gestand Beethoven in Bezug auf Napoleon: „In dem Scheißkerl habe ich mich geirrt.“

Wegen Mordes lebenslang Inhaftierte kommen frei, wenn sie uniformiert in den Krieg ziehen. Endlich eine Lizenz zum Töten!

Es gibt kein Recht auf die Pflicht zu töten.

Der technische Fortschritt orientiert sich an den Möglichkeiten des Tötens. Ohne Kriegsvorbereitungen wären wir Affen geblieben.

Ohne Macht keine Ohnmacht. Klingt schlüssig, ist aber mächtig naiv. Mit Ohnmächtigen sind die Mächtigen nicht zufrieden zu stellen. Die wollen die Muskeln spielen lassen. Sie brauchen Kampf.

Die Teppiche, die man den Mächtigen ausrollt, sind nicht umsonst blutrot.

Das Verteidigungsministerium meint, vor den Friedensverhandlungen sei noch manches *abschießend* zu klären.

Herr Innenminister, ich gestehe es ein: Mein Gehirn ist voller ABC-Waffen! Aber ich versichere Ihnen: Meine Buchstaben töten nicht. Sie stehen nur auf gegen den Geist, den einige wieder lebendig machen wollen.

Stichwort HIER & JETZT

Wenn die Leute „eigenartig“ sagen, meinen sie meist das Gegenteil, nämlich „fremdartig“.

Fremdenhasser wollen bei sich bleiben. Deshalb meiden sie auch Grenzsituationen.

Das Dilemma der Definition: Eingrenzen heißt auch immer ausgrenzen.

Auserwähltheit schürt Hass und ist immer ein Todesurteil.

Das Entsetzliche an der Vernunft ist, dass sie das Entsetzen verdrängt.

Das Wort „Geschichte“ ist schon vom Sinn her auf Höheres angelegt. Berge von Leichen sind das Fundament.

Die so genannte Höherentwicklung des Menschen besteht vor allem darin, dass er gefährlicher geworden ist.

Im totalitären Angebot: Schreie von Gefolterten als Klingelton.

Das Ende naht. Karten an allen bekannten Vorverkaufsstellen.

Eine Tracht vermag zu beeinträchtigen. Und dazu führen, anderen nach dem Leben zu trachten.

Woran denkst du bei „Tracht“?
An Prügel.

Dresscode: Niedertracht.

Was sich berechnen lässt, verführt dazu, aus Berechnung zu handeln.

Tödliche Langeweile? Komm zum IS!

Wenn das Bauchgefühl die Mehrheit steuert, ist mein Durchfall nicht mehr zu verhindern.

Im Konsens lügt es sich leichter.

Dem Orientierungsverlust ist technisch nur bedingt beizukommen: Mit einem

Navi weißt du vielleicht, wo du bist, aber nicht, wer. Ein *Nazi* macht dir das klarer.

Das Krisen-Interventions-Team begann mit seiner Arbeit pünktlich um fünf nach zwölf.

Man versuchte ihn zu durchleuchten, indem man ihn beschattete. So wurde er zur zwielichtigen Existenz.

Besser observiert als abserviert.

Im schlimmsten Falle vergleichen wir uns mit anderen. Ansonsten betonen wir die Gleichheit.

Demokratie ist zeitaufwändig. Also nicht mehr zeitgemäß.

Gemeinheiten stiften Gemeinsamkeiten.

Er befürworte durchaus die Beschneidung semitischer Kleinkinder, so der Neonazi, sie gehe ihm nur nicht weit genug.

Grundbefindlichkeit im Freistaat: Grantig. Migrantig. Immigrantig.

Man kann gar nicht hoch genug vom Menschen denken. Und nicht niedrig genug. Zum Sehen geboren, zum Sauen bestellt.

Rassisten nehmen es halt mit der Reinheit genau. Meinte die populistische Dreck-sau.

Die langwierigste aller pädagogischen Bemühungen ist die Erklärung der Menschenrechte.

Wandel der Werte zu den Allerwertesten: Frechheit, Geilheit, Liederlichkeit.

Intellektuelle darf man nicht durch den Kakao ziehen. Sonst werden sie braun.

Die meisten wollen uns so klein halten, dass wir ihre Augenhöhe nicht verlassen.

Nachdem man ihn nachrichtendienstlich behandelt hatte, war er nicht mehr wiederzuerkennen.

Wenn der Hass „ausbricht“, war er wohl schon immer da.

Dass Toleranz Leidensfähigkeit meint, wird gerne verdrängt.

Empfehlung vom Gerüchtekoch: Dürre Argumente sind mit Lügen zu unterfüttern!

Stichworte:
VOLK/VÖLKISCHES/POLITIK/DEUTSCH/

Wer weiß, für was es gut ist! sagt der Volksmund, wenn er weiß, dass es schlecht ist.

Der Zynismus der Reichen („Ich bin flüssig, du bist überflüssig“) deutet an, dass Liquidität zur Liquidierung verleiten kann. Nicht umsonst spricht man schon offen von „unrentablen“ Völkern.

Es sind vor allem die politischen Visionen, die einer Supervision bedürften.

Wenn sie die Fassung verlieren, werden Politiker menschlich. Aber wehe uns, wenn sie die *Verfassung* verlieren!

Unsägliche Politiker sind leider schwer abzusägen.

Wenn Politik und Polemik bestimmen, was krank und was gesund ist, können wir gleich auf das Leben verzichten.

Die wirksamste Politik ist die der Bildverzögerung, der Bildbearbeitung und der verspäteten Ausstrahlung.

ZEITUNGSDEUTSCH: Nach dem Tod der Bombenopfer sprach man von sinnlosem Mord. Als ob es einen sinnvollen gäbe.

Ich bitte um Disziplin!!!
Oder muss ich noch deutschlicher werden?

Der Integrierte sprach so fließend Deutsch, dass festgefügte Vorurteile ins Schwimmen gerieten.

Trauerarbeit - was für ein Wort!
Es impliziert einen Lohn. Auch da sind wir noch verdienstvolle Deutsche.

Einstein wollte seine Relativitätstheorie in ihrer deutschen Fassung bezeichnenderweise STANDPUNKTSLEHRE nennen.

Am deutschen Tresen soll die Welt genesen.

Es war und ist mir peinlich, in einem Land zu leben, in dem man für Autos Häuser baut, damit sie es warm und trocken haben.

Stichwort GELD

Auf den neueren Geldscheinen fehlt der Hinweis auf die Bestrafung, sie zu fälschen. Das soll heißen, dass es ohnehin nur noch Falschgeld gibt. Die ursprüngliche Bedeutung des Wortes Geld-*Schein* ist damit wieder hergestellt.

Der Überziehungskredit ist die zeitgemäße Form des Glaubens an ein Leben danach.

Früher machte er sich Sorgen um seinen strammen Max, jetzt um den fallenden Dax.

Angstbesetzte religiöse Kleinanleger würden niemals ein Ticket ins Nirwana buchen. Ihr jämmerliches Investmentverhalten erlaubt ihnen allenfalls den marktorientierten Erwerb eines gewinnträchtigen Wertpapiers mit langer Laufzeit, inklusive optimierter Wiedergeburten und Heimzahlungsgarantie.

Geldverkehr, vulgo Prostitution, findet uneingeschränkt statt und es kommt auf den üblichen Straßen kaum zu Behinderungen.

Über das Geld und seine Elementarzustände: Wenn es festliegt, brennt es nicht gut. Ist es aber flüssig, wird es auch gern flüchtig.

Wenn die Gläubigen bitten, Gott möge ihr Opfer annehmen, ist ihnen selten bewusst, dass sie um ihr Leben bitten. Das Opfer vertritt ja den Opfernden. Das erinnert an den Tribut, den der Bürger dem Staat leistet und der sein Leben in diesem Staat sichern soll. Das Geld ist die symbolische Repräsentanz des Lebens als Ware und Wert.

Man muss Menschen- und Drogenhandel, Geld und Religion zusammendenken, wenn man die Motoren der Unmündigkeit und die Manipulation der Mündigkeit begreifen will, die Geschäftsfähigkeit derer, die zu allem fähig, und die heillosen Versprechen derer, die zu nichts fähig sind. Ein berechtigtes Bedürfnis nach Wandel wird ausgebeutet vom Handel. An allen Schaltstellen sitzen die Wechsler und Händler.

Apropos Scheiterhaufen: Wie viele scheitern an einem Haufen Geld!

Das *ehrlich* Geklaute findet man in Plastiktüten, nicht in Schweinslederkoffern.

Wo eine Treuhand die andere wäscht, heiligt der Scheck die Mittel.

Manch einer hält sich für ein Opfer der Verhältnisse und opfert doch nur den Verhältnissen.

Vielleicht rührt die *Scheiße*, die uns der Kapitalismus beschert, daher, dass man sie schon den Kindern als *großes Geschäft* erklärt hat.

Geld ist die Fehlinvestition schlechthin. Aber wir können nichts an seine Stelle setzen, weil es schon alle Stellen besetzt hat.

Mir träumte von einem Bankräuber, der dem Kassenangestellten einen Koffer Geld überreichte und mit vorgehaltenem Revolver Leben forderte.

Seine Immunschwäche gegenüber dem Fortschritt lässt den Menschen nicht nur erkranken, sondern macht ihn selbst zum tödlichsten aller Viren.

Beim Wort "Besitz" ist naturgemäß an breite Ärsche zu denken, die sich behäbig auf diese Welt niederlassen.

Haben wir sie noch alle? Unsere Sinne? Sie werden umworben wie noch nie. *Die kaufen wir uns noch!* lautet die finstere Drohung aus allen Kanälen.

Ich hab halt Schwein gehabt! sagt das reiche Schwein zu den armen Schweinen.

Das Wort *Hausbesitzer* als Würdeformel auf Grabsteinen : Da ist die Befreiung durch den Tod wohl nicht gelungen!

Glaube kann Berge versetzen. Auch Schuldenberge. Wenn die Gipfelkonferenz zustimmt.

Unter Anlagen verstand man früher Parks und Gärten für alle, aber keine Papiere für wenige.

Nachdem er aufs falsche Pferd gesetzt hatte, wurde ihm endlich deutlich, was galoppierende Schwindsucht bedeutet.

Keine Sorge: Volk sorgt für Sorge!

Dank Machenschaften ein gemachter Mann.

Aus der Wahrnehmung wird zusehends eine Warenannahme.

Das Öl kriegt die Krise, der Dollar einen Schwächeanfall, die Börse einen Infarkt. Der Kurs knickt ein, die Wallstreet wird zur Einbahnstraße, das Währungsfondue verbrutzelt. Alle stehen im Regen und sind verschnupft. Nur unter der Brücke wird man nicht nass.

Früher versoffen wir die goldene Armbanduhr und Omas kleines Häuschen, heute geht es ans Eingemachte: Da musst du für eine kleine Sause schon eine Niere sausen lassen. Für *deine* kriegst du vielleicht noch einen Bierdeckel voll.

Kein Tier geht auf den Markt, um sich zum Verkauf anzubieten. Auch *das* ist ein Vorzug der Menschlichkeit.

Die Rede, dass Geld nicht stinkt, soll ja nur seine ursprüngliche Nähe zu Fäkalien vergessen machen.

Wenn es eine nicht nur geduldete, sondern allgemein gebilligte und kreditierte widernatürliche Zeugung gibt, die in aller Öffentlichkeit schamlos vorgeführt und weltweit auf Millionen Bildschirmen für lüsterne Zuschauer übertragen wird, so ist es die Zinswirtschaft, die von hochstehenden Geistern seit jeher als Fäkalverkehr angesehen wurde, insofern der Teufel nämlich immer auf den größten Haufen schießt.

Möglicherweise ist es der Zinsfuß, auf dem der Teufel hinkt.

In der Wirtschaft geht es nicht drunter und drüber, solange es ein Drüber und Drunter gibt.

Eine Wertegesellschaft mit Halbwertszeit verspricht eine strahlende Zukunft.

Der Unternehmer übernahm sich. Sein Unternehmen wurde übernommen.

Immer stehen wir unter dem Druck staatlicher Druckschriften. Und das stärkste Druckmittel des Staates ist das von ihm gedruckte Geld.

Dass die Ausnehmer von den Ausgenommenen ausgenommen werden, ist die Ausnahme.

„Geld ist nicht alles!“, wird dem bescheinigt, dessen Geld alle ist.

Schwindelerregende Börsenkurse sind in der Tat Schwindel erregend.

Das wäre ja noch schöner, wenn das Gute und Wahre mehr wert wäre als die Güter und die Währung!

Kleinanleger: Der Reichtum bleibt ihnen erspart. Und das Prekariat verliert. Jede Wette.

Wer Wachstum grundsätzlich begrüßt, weiß wohl nichts von Metastasen.

Kein Geld für den Kaufladen? Dann kau Fladen!

Tauschen Sie Ihr Altgold gegen Plutonium, das hält länger!

Kein Schaden ohne Nutzen! bestätigen die Nutznießer den Geschädigten.

Die bessere Gesellschaft bleibt gerne unter sich. Unter aller Sau.

oooooooooooooooooooo

Was ist eigentlich der Unterschied zwischen Haltbarkeit und Verfall? Welches Datum haben wir heute?

Stichwort ZEIT

Immer seltener wird uns Bedenkzeit gewährt. Das sollte uns zu denken geben.

Da Zeit angeblich Geld ist, darf sie nicht verschwendet oder vergeudet und schon gleich gar nicht verschenkt werden. Man muss sie ersparen, mit ihr haushalten, denn sie ist knapp und man hat sie schließlich nicht zu verlieren. Um sie voll zu nutzen, muss man sie lohnend investieren. Es ist uns gelungen, die Zeit zu einer Ware zu machen. Wir glauben, wir könnten sie nehmen und haben und geben. Aber wem gehört die Zeit? Selbst wenn wir sie als Leihgut betrachten, sind wir wieder in die Falle der Ökonomie geraten.

"Nimm dir Zeit und nicht das Leben." Großes Fragezeichen. Wer zu viel Zeit braucht, den kostet sie das Leben, denn unsere Tage sind bekanntlich gezählt.

Wer von Zeitfenstern spricht, scheint eingemauert zu sein.

Die Zeit des Perikles wurde das Goldene Zeitalter genannt. *Perikles* ist ein Bestattungsunternehmen in Wien.

Zeitgeist ist oberflächlich, nachdem die Zeit selbst Oberfläche, nämlich Bildschirm, geworden ist.

Im Wortschatz der Zoologen sind „Krone“ und „Spiegel“ durchaus übliche Bezeichnungen für *Arschlöcher*. Der Zeitgenosse denkt hierbei freilich an gleichnamige Zeitungen, die sich übrigens ungeniert auch selbst als so genannte *Presseorgane*

bezeichnen.

Denk dir doch mal von deiner Lebenszeit die Zeit weg und du hast das volle Leben!

Wer sich zurücksehnt und die alten Zeiten wiederhaben will, muss neun Zehntel der Weltbevölkerung töten.

Nur Zeitbomben ticken richtig.

Ich hab dir was mitgebracht, sagte die genetische Anlage. Aber lass dir Zeit mit dem Auspacken!

Reine Zeitverschwendung statt schmutziger Geschäfte!

Da muss man doch mal einschreiten, sagte der Fortschritt und trat prompt zu.

Wer will schon vollendet sein? Fast allen genügt es, voll zu sein.

Meine schlimmsten Trips hatte ich mit dem Gras, das ich wachsen hörte.

In einer Zeit, die aus lauter Angst aufs Tempo setzt, sind Pausen Kursverluste.

Wünschenswert wäre eine Zeitschrift, in der steht, was nicht geschehen ist.

Zeit ist Geld. Kommen Zeiten, kommen Raten. Ist das Geld aus, kommen die Ratten.

Echtzeit ist immer Endzeit. Der Rest ist Archiv.

Statt der Rückrufaktion weiterhin Überproduktion! Statt dem Schlusspfiff Nachspielzeit! Wieder nichts mit dem Weltuntergang!

(In diesem Sinne: Haltet inne! Prost!)

oo

*Vieles ist auf meiner Homepage kostenlos als pdf zugänglich: www.m-ach.de
> unten den „Klingelknopf“ drücken/anklicken > und dann im geöffneten Menü „Digital“
anklicken <*

