



# Sackgasse Suizid

Der fatale Irrtum des 'Aus und Vorbei'

Bernt Högsdal  
UNICON-Stiftung

# Sackgasse Suizid

Der fatale Irrtum des  
'Aus und Vorbei'

Bernt Högsdal  
UNICON-Stiftung

Zum Verfasser: **Dr. Bernt Högsdal**, Jahrgang 1944, geboren und aufgewachsen in Norwegen, studierte von 1964 bis 1970 Luft- und Raumfahrttechnik und danach Business Administration in Großbritannien.

Von 1970 bis 1976 wissenschaftlicher Mitarbeiter und Dozent an einem Management Institut in der BRD und Promotion zum Dr.rer.pol.

Von 1976 bis 1982 Tätigkeit in einem Unternehmen der Luft- und Raumfahrtindustrie.

1982 Gründung und seither Geschäftsführer der UNICON Management Systeme GmbH in Meersburg.

Seit 1998 Honorarprofessor an der Hochschule für Wirtschaft und Umwelt, Nürtingen.

2003 Herausgabe des Buches 'Wo ist die Oma jetzt?'

2003 Gründung der UNICON-Stiftung zusammen mit Irmtraut Albert.



Impressum:

3. erweiterte Auflage, 2012 UNICON-Stiftung

Stefan-Lochner-Str. 26, D-88709 Meersburg

Tel. +49 (0) 7532/808162, Fax: +49 (0) 7532/808161

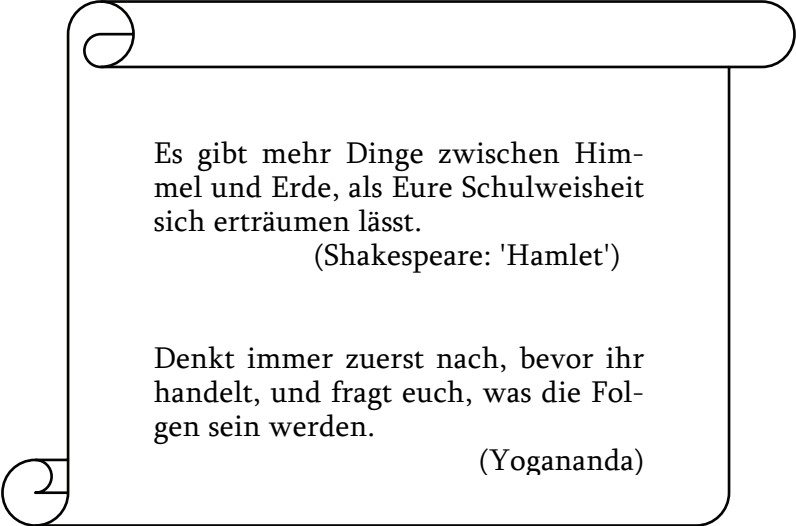
E-Mail: [info@unicon-stiftung.de](mailto:info@unicon-stiftung.de)

Internet: [www.unicon-stiftung.de](http://www.unicon-stiftung.de)

Druck: Offset Druckerei Pohland, D-86165 Augsburg

Alle Recht vorbehalten

Autor und UNICON-Stiftung können für keinerlei Verluste oder Schäden, die irgend jemandem direkt oder indirekt durch die in diesem Buch enthaltenen Informationen entstehen könnten, verantwortlich oder schadenersatzpflichtig gemacht werden.



Es gibt mehr Dinge zwischen Him-  
mel und Erde, als Eure Schulweisheit  
sich erträumen lässt.

(Shakespeare: 'Hamlet')

Denkt immer zuerst nach, bevor ihr  
handelt, und fragt euch, was die Fol-  
gen sein werden.

(Yogananda)

Das vorliegende Buch der UNICON-Stiftung wird im Rahmen der Stiftungsarbeiten kostenlos an Interessenten weitergegeben (s. Anhang).

Wer die Verbreitung dieses Buches unterstützen möchte, dem schicken wir gerne weitere Exemplare zu - ohne jegliche Verpflichtung. Die Stiftung finanziert ihre Projekte, so auch dieses Buch, aus eigenen Mitteln und ist von Spenden unabhängig.

Kontaktieren Sie uns einfach unter:

UNICON-Stiftung, Stefan-Lochner-Str. 26, D-88709 Meersburg

Tel. +49 (0) 7532/808162, Fax: +49 (0) 7532/808161

E-Mail [info@unicon-stiftung.de](mailto:info@unicon-stiftung.de)

Das Buch kann auch unter [www.unicon-stiftung.de](http://www.unicon-stiftung.de) eingesehen und im PDF-Format kostenlos heruntergeladen werden.

Für die UNICON-Stiftung :

Prof. Dr. Bernt Högsdal (Vors.)

Irmtraut Albert (Stellvertr. Vors.)

# Inhalt

<b>Vorwort</b> .....	<b>1</b>
<b>Einführung</b> .....	<b>2</b>
<b>Teil 1 Suizid und die Gesellschaft</b> .....	<b>4</b>
1.1 Das Problemfeld 'Suizid' .....	4
1.2 Suizid in Geschichte und Religion .....	6
1.3 Suizid: Fatale Selbsttäuschung statt Lösung .....	7
1.4 Informationen und Zahlen zum Suizid .....	8
Ursachen des Suizids - Wo können Hilfe und Prävention ansetzen? .....	10
1.5 Gibt es ein Recht auf Selbstbestimmung zum Freitod? .....	11
1.6 Aktive Sterbehilfe und Suizidbegleitung .....	12
1.7 Selbstmordgefährdete Personengruppen .....	15
1.8 Beweggründe und Auslöser für Suizid .....	15
Typische Krisensituationen für Jugendliche .....	17
Risikobefindlichkeiten, die auf Suizidalität hinweisen können .....	18
Dauerstress und Depression als Vorläufer von Suizid .....	18
1.9 Fallbeispiele .....	21
Fall "Thorsten S." .....	21
Fall "Der Inhaftierte Bernd D." .....	22
Fall "Heinz M." (Ein Suizid aus dem Umfeld des Autors) .....	22
Der "Werther-Effekt" bei Suizid .....	24
Selbstmord durch Ansteckung .....	25
1.10 Einfluss von Chatten in den dunklen Foren des Internet .....	26
1.11 Suizid wird über das Internet zunehmend leicht gemacht .....	27
1.12 Warnung vor einer Kontaktaufnahme mit jenseitigen Geistwesen .....	30
1.13 Angehörige von Suizidenten .....	31
Reaktionen von durch Suizid Betroffenen .....	31
Trauer von Angehörigen nach einem Suizid .....	33
1.14 Abschiedsmitteilungen von Suizidenten .....	36
1.15 Der Suizid von Adolf Merckle .....	39
1.16 Der Suizid von Robert Enke .....	41
<b>Teil 2 "Lebensorientierung durch spirituelles Wissen" - Die erweiterte Sicht des Menschseins</b> .....	<b>46</b>
2.1. Der Mensch auf der Erde: Geburt - Leben - Sterben .....	46
Typische Probleme des Menschen im Erdenleben .....	46
2.2. Überzeugungen und Weltbilder zum Erdenleben .....	48
2.2.1 Atheisten zum Woher und Wohin des Lebens .....	49
2.2.2 Juden, Christen und Muslime zum Woher und Wohin .....	49
2.3 "Woher und Wohin" aus erweiterter spiritueller Sicht .....	52
Was ist unter Spiritualität und Spiritualismus zu verstehen? .....	52
2.4 Was und Wer ist der Mensch? .....	54
Spirituelle Offenbarungen zu "Was und Wer ist der Mensch?" .....	55
2.5 Auszüge aus dem Buch "Einführung in das Buch des Wahren Lebens" .....	56
2.5.1 Warum hat Gott die Schöpfung gemacht? .....	56
2.5.2 Ist Gott für Menschen vorstellbar? .....	57
2.5.3 Der Geist Gottes .....	57
2.5.4 Die geistige und die materielle Schöpfung .....	57

2.5.5	Christus .....	57
2.5.6	Die Erschaffung der Geistwesen .....	58
2.5.7	Die Gesetze Gottes.....	59
2.5.8	Der Fall der Geistwesen .....	60
2.5.9	Der Mensch auf der Erde .....	61
2.5.10	Die Bedeutung der Erdenmission Jesu.....	62
2.5.11	Die Dreieinigkeit Gottes - Es gibt nur den einen Gott .....	62
2.5.12	Reinkarnation und ihre Gründe .....	62
2.5.13	Aufgaben und Ziele des Erdenlebens .....	64
2.5.14	Die Geisterwelt Gottes - Engel und Schutzgeister .....	65
2.5.15	Gott ist unser Vater .....	66
2.5.16	Das Erdenleben des Menschen .....	66
	Wir sind nicht zufällig hier .....	66
	Das Erkennen des Lebensplanes .....	67
	Prüfungen, Schicksal.....	68
	Denken und Gedanken .....	69
	Innere Stimme.....	69
2.5.17	Probleme im Erdenleben .....	70
2.5.18	Wie leben im Göttlichen Sinne?.....	73
2.5.19	Sterben und Tod .....	74
	Nur die Körperhülle 'stirbt' - die Geistseele lebt ewig. ....	74
	Zuversichtlich und im Vertrauen sterben .....	75
	Man schafft sich seine eigene Hölle .....	75
2.5.20	Ankommen im Jenseits .....	75
	Ankunft.....	75
	Lebensfilm und "Gerichtsprozess" .....	76
2.5.21	Läuterung und Aufstieg im Jenseits: der Heimweg .....	76
2.6.	Wie kann man seinen Lebensplan erfüllen.....	77
2.7	Was haben alle Menschen gemeinsam.....	79
<b>Teil 3 Suizid aus spiritueller und jenseitiger Sicht.....</b>		<b>80</b>
3.1	Was erleben Suizidenten im Jenseits nach dem 'Tod'?.....	80
3.2	Jenseitsforschung, Nahtod-Erfahrungen (NTE) und Suizid .....	82
3.3	Aussagen von jenseitigen Geistwesen zum Suizid .....	84
3.4	Recht auf Suizid? - Jenseitige Aussagen .....	87
3.5	Beweggründe für Suizid aus jenseitiger Sicht .....	87
3.6	Einfluss von Depressionen auf Suizid aus jenseitiger Sicht .....	89
3.7	Einfluss der 'Mächte der Finsternis' auf Menschen .....	91
3.8	Fallbeispiele zum Einfluss negativer Astralwesen auf Menschen.....	95
3.9	Kontakte von Medien mit Suizidenten im Jenseits .....	103
3.10	Aussagen von Suizidenten gegenüber Medien .....	104
3.10.1	Bitten von Suizidenten an das ungarische Medium Adelma von Vay .....	105
3.10.2	Berichte, entnommen dem Buch von Allen Kardec "Himmel und Hölle".....	105
3.10.3	Die Selbstmörderin Emma .....	111
3.10.4	Berichte von Suizidenten, durchgegeben an Adelma von Vay .....	112
3.10.5	'Selbstmörder ans Grab gebannt': Bericht des Selbstmörders Thieme .....	116
3.10.6	Aussage des Suizidenten Johann.....	117

3.10.7 Bericht des Suizidenten Dieter .....	119
3.10.8 Aussage des Suizidenten "Ricky Jones" .....	119
3.10.9 "Stephen lebt" .....	121
3.11 Hilfe aus dem Jenseits für Suizidgefährdete .....	123
<b>Teil 4 Hilfe für Suizidgefährdete und Suizidenten .....</b>	<b>126</b>
4.1 Ratschläge für Suizidgefährdete .....	126
4.2 Hilfe aus dem Umfeld der Suizid-Gefährdeten .....	130
4.3 Präventionsprogramme von Institutionen und Organisationen .....	133
4.4 Hinweise für Suizidgefährdete bei der Suche um Hilfe .....	136
4.4.1 Die Hemmschwelle, sich in psychiatrische Behandlung zu begeben, überwinden .....	136
4.4.2 Psychopharmaka und ihre Wirkung auf Suizidalität .....	137
4.4.3 'Stimmenhören' als Auslöser für Depression und Suizid .....	138
4.4.4 Mögliche Wirkung des Absetzens von Psychopharmaka nach einem Klinikaufenthalt .....	140
4.5 Hilfe für Suizidenten, die bereits im Jenseits sind .....	141
4.5.1 Für Suizidenten beten .....	141
4.5.2 Die heilende Wirkung von Gebeten .....	142
4.5.3 Botschaften von Angehörigen an Suizidenten .....	142
4.5.4 Beispiele für Gebete .....	143
<b>Teil 5 Hilfreiche Kontakte .....</b>	<b>145</b>
<b>Quellenverzeichnis .....</b>	<b>148</b>
<b>Anhang: Die UNICON-Stiftung .....</b>	<b>152</b>

## Vorwort

Das vorliegende Buch ist eine Sammlung von Aussagen zum Thema "Suizid" aus Quellen unterschiedlicher Herkunft. Der Verfasser empfiehlt, das Buch mit Offenheit - auch für zunächst befremdlich erscheinende Inhalte - zu lesen, um einen erweiterten Blick und eine möglichst ganzheitliche Sicht auf die vielfältigen Aspekte des Suizids zu erhalten.

### **Kernaussagen des Buches sind:**

- Beim Selbstmord kann das 'Selbst' eines Menschen niemals getötet und vernichtet werden, sondern nur der Körper. Das Selbst als der geist-seelische Kern des Menschen lebt dagegen ewig. Daher wird in diesem Buch - außer bei Zitaten - anstelle von "Selbstmord" oder "Selbsttötung" der Begriff "Suizid" verwendet.
- Der Suizid ist ein komplexes Geschehen mit vielen nicht rationalen Facetten.
- Beim Suizid gibt es nur Opfer. Der Suizident, derjenige, der sich das Leben nimmt bzw. genommen hat, ist ein Opfer falscher Gedanken, Motive und Annahmen. Die Angehörigen werden zu Opfern von Schmerz und Trauer und leiden vielfach unter Verlust an Lebenssinn und Lebenskraft.
- Suizid löst nie ein Problem, sondern er vergrößert es. Auch in einer für den Betroffenen als hoffnungslos empfundenen Situation darf Suizid nicht einmal eine gedankliche Alternative sein.
- Wer Suizid begeht, hat den Sinn des Lebens und den Sinn der Schöpfung nicht richtig erkannt.

### **Das Buch wendet sich in erster Linie an**

- **Suizidgefährdete**, um sie von ihrem Vorhaben auf Grund der Erkenntnisse über die Folgen des Suizids abzuhalten und sie dazu zu bewegen, externe Hilfe in Anspruch zu nehmen.
- **Angehörige von Suizidenten**, um sie über den bedauernswerten Zustand der Suizidenten im Jenseits aufzuklären und sie in die Lage zu versetzen, diesen die bestmögliche Hilfe und Unterstützung zukommen zu lassen.
- **Menschen im Umfeld von Suizidgefährdeten**, damit sie Signale, die auf eine Suizidgefährdung hinweisen, frühzeitig erkennen und entsprechend darauf reagieren können.

## **Einführung**

Dieses Buch behandelt das Thema "Suizid" nicht nur aus diesseitiger, irdischer Sicht, sondern bezieht viele Aspekte aus spiritueller Sicht mit ein, vor allem aus sog. "jenseitigen Botschaften". Die hieraus zusammengetragenen Hinweise geben z.T. eine erstaunliche und ungewohnte Sicht auf Ursachen und Folgen eines Suizids.

Die thematischen Schwerpunkte der einzelnen Kapitel sind:

### **Teil 1: Suizid und die Gesellschaft:**

- Generelle Hintergrundinformationen zum Suizid.
- Ursachen von Suizid und gefährdete Personengruppen.
- Fallbeispiele.
- Das Leid der Angehörigen.

### **Teil 2: "Lebensorientierung durch spirituelles Wissen" - Die erweiterte Sicht des Menschseins**

- Probleme und Weltbilder der Menschen.
- Was ist unter Spiritualität zu verstehen?
- Was und wer ist der Mensch?
- Die Bestimmung des Menschen in der Schöpfung und der Sinn des Lebens.

### **Teil 3: Suizid aus spiritueller und jenseitiger Sicht**

- Was erleben die Suizidenten im Jenseits?
- Aussagen von Suizidenten nach ihrer Tat.
- Einflüsse von negativen Geistwesen auf die Suizid-Tat.

### **Teil 4: Hilfe für Suizidgefährdete und Suizidenten**

- Ratschläge für Suizidgefährdete.
- Hilfe aus dem Umfeld
- Organisationen und Präventionsprogramme.
- Hinweise für Suizidgefährdete bei der Suche um Hilfe
- Hilfe für Suizidenten im Jenseits

### **Teil 5: Hilfreiche Kontakte und Literatur**

- Adressen (Postadressen, Telefonnummern, E-Mail-Adressen)
- Quellenverzeichnis

### **Zitierhinweise:**

Texte, die aus den im Verzeichnis am Ende des Buches aufgeführten Quellen entnommen sind, werden mit den Anführungszeichen » « gekennzeichnet, Zitate innerhalb dieser Texte durch gerade Anführungszeichen " ". Eine Quellenangabe am Ende des jeweiligen Zitats gibt in Klammern den Hinweis auf die betreffende Veröffentlichung und die entsprechende Seitenzahl, z. B.: (*Moody, 67*) oder Kapitelnummer und Vers.

Ein \* vor dem Namen des Verfassers bzw. der Quelle bedeutet: Eine aus der geistigen Welt an ein Medium durchgegebene Botschaft.

Allgemeiner Hinweis: Anstelle der Ausdrucksweise "Suizident(innen)" wird generell die maskuline Form verwendet, um das Lesen zu vereinfachen.

## Teil 1 Suizid und die Gesellschaft

### 1.1 Das Problemfeld 'Suizid'

»Die Begriffe "Selbstmord", "Freitod", "Suizid" werden im Zusammenhang mit sehr vielen verschiedenen zumindest potentiell selbstzerstörerischen Verhaltensweisen gebraucht, die aus den verschiedensten Motiven oder Lebenslagen hervorgehen und sich auf die unterschiedlichste Weise äußern können.

*(Moody, 67)*

»Der Suizid (von neulateinisch *suicidium* aus Suffix *-cidium* "Tötung" und *sui* "sich"; gr. *autocheiria*) ist das willentliche Beenden des eigenen Lebens, sei es durch beabsichtigtes Handeln oder absichtliches Unterlassen, z. B. lebenswichtige Medikamente, Nahrungsmittel oder Flüssigkeit nicht mehr zu sich zu nehmen.

In der wissenschaftlichen Fachsprache und im beruflichen Umgang mit den Betroffenen werden meist die Wörter Suizid und Suizident/Suizidant sowie suizidieren bevorzugt. Aus medizinischer Sicht ist der Betroffene ein Patient und sein Wunsch zu sterben ist nicht die Krankheit, sondern Symptom der Krankheit.« *(www1)*

»Das Thema "Suizid" wird trotz Aufklärungskampagnen in Deutschland immer noch totgeschwiegen. Dabei kann man davon ausgehen, dass jeder fünfte Suizidkandidat in therapeutischer Behandlung war oder ist, aufgrund von Depressionen, Selbstmordgedanken, traumatischen Erlebnissen und anderem.

Der Druck in der Gesellschaft steigt. Die Arbeitslosenzahlen wachsen, die Ausbildungsplätze werden knapp. Die Therapieplätze fehlen, in der Regel muss ein Mensch sechs Monate warten, bis ein Platz für eine stationäre (Psychiatrie, psychosomatische Klinik) oder ambulante Therapie frei ist. Viele halten diese Wartezeit nicht aus oder trauen sich nicht, sich einem Arzt anzuvertrauen, aus Angst, von der Gesellschaft ausgeschlossen zu werden, den Arbeits- oder Ausbildungsplatz zu verlieren, von der Familie verstoßen zu werden.« *(www2)*

»Mit dem Suizid befassen sich Wissenschaften wie die Psychiatrie, Psychologie, Soziologie, Philosophie, Theologie und die Rechtswissenschaft. Als eigenständige Wissenschaft, die sich mit dem Suizid besonders aus psychiatrisch-medizinischer

Sicht beschäftigt, hat sich im 20. Jahrhundert die Suizidologie herausgebildet. Daneben gibt es praktische Ansätze zur Suizidverhütung und zur Betreuung derjenigen, die einen Suizidversuch überlebt haben, wie auch der Angehörigen von Suizidenten.« (www1)

### **Das Krisenzentrum Dortmund:**

»Fast jeder Mensch denkt im Laufe seines Lebens irgendwann einmal an Selbsttötung. Doch wenn Menschen direkt mit dem Thema konfrontiert werden - etwa weil ein Freund davon spricht, dass er nicht mehr leben will - sind die meisten damit überfordert. Das Team des Krisenzentrums Dortmund hat einige hilfreiche Aspekte zum Thema der Selbsttötung zusammengestellt:

- Die meisten Menschen haben irgendwann in ihrem Leben Selbstmordgedanken.
- Die Neigung zum Suizid (Suizidalität) hat in der Regel nichts mit einer Krankheit zu tun und wird nicht genetisch vererbt.
- Selbstmordgedanken sind zumeist Ausdruck einer tiefen Lebenskrise, die überwindbar ist.
- Es gibt Risikogruppen: depressive Menschen, Alkohol-, Medikamenten- und Drogenabhängige, alte Menschen, vereinsamte Menschen, Menschen, die bereits mehrere Suizidversuche unternommen haben oder in deren Familie es mehrere Suizide in der Vergangenheit gab.
- Selbstmordgedanken haben Gründe, oft eine lange Kette von Enttäuschungen, Demütigungen und gescheiterten Lösungsversuchen.
- Gefährlich sind die Auslöser, das sind die kurzen, von außen oft unspektakulär erscheinenden Situationen, die wie der Tropfen wirken, der das Fass zum Überlaufen bringt.
- Es ist entlastend, die Suizidgedanken oder -phantasien offen auszusprechen.
- Massiv belastende Probleme und Krisen gehören zum Leben jedes Menschen und machen uns stärker, wenn wir sie im Leben lösen.
- Hinter Selbstmordgedanken steht meist der sehnliche Wunsch nach einer radikalen Lösung, nach Ruhe und schneller Befreiung von einer starken Belastung oder ein Hilferuf und nicht der Wunsch, tot zu sein.« (www3)

## 1.2 Suizid in Geschichte und Religion

»Der Suizid war und ist - in der geschriebenen Geschichte - eine umstrittene Handlung. Während in der Bibel und der Antike der Suizid auch eine vertretbare oder sogar erwünschte Lösung eines sonst unlösbaren Konfliktes sein konnte, wurde im 5. Jahrhundert der Begriff 'Selbstmörder' vom Kirchenvater Aurelius Augustinus in *De civitate dei* (413-416) eingeführt, der den Selbstmord hinsichtlich der moralischen Bewertung dem Mord gleichstellte. Auf dem Konzil von Arles 451 wurde erklärt, dass der Selbstmord ein Verbrechen sei. Ein Jahrhundert später wurde angeordnet, dem Leichnam eines Selbstmörders das christliche Begräbnis zu verweigern. Die Kirche des christlichen Mittelalters, repräsentiert durch Thomas von Aquin in *Summa theologica II-III*, verurteilte den Suizid dezidiert (1271/72). Das erstmals 1177 gebrauchte Wort 'Suizid' wurde erst in der Neuzeit systematisch verwendet. Das Konzil von Nîmes im Jahre 1184 machte die Verdammung des Selbstmordes zu einem Teil des kanonischen Rechtes. Durch die Verflechtung von staatlicher und kirchlicher Gewalt im Mittelalter wurde die kirchliche Verdammung des Selbstmordes in vielen europäischen Staaten in die gesetzlichen Bestimmungen aufgenommen.« (*Bronisch, 9*)

»Martin Luther zum Suizid: Er lässt zwar keinen Zweifel an seiner Ablehnung der Selbsttötung als eines Werkes des Bösen, sieht aber den Menschen hier vorwiegend als Opfer satanischer Bemächtigung und verurteilt ihn nicht. Vor allem betont er die seelsorgerliche Aufgabe, dem Gefährdeten Nähe und Aufmerksamkeit zu schenken und ihm aus der Kraft des Glaubens zu helfen, den Sog des Todes zu verlachen und zu entmächtigen.« (*Evan. Katechismus, 801*)

Die Katholische Kirche: »Der Selbstmord widerspricht der natürlichen Neigung des Menschen, sein Leben zu bewahren und zu erhalten. Er ist eine schwere Verfehlung gegen die rechte Eigenliebe. Selbstmord verstößt auch gegen die Nächstenliebe, denn er zerreißt zu Unrecht die Bande der Solidarität mit der Familie, der Nation und der Menschheit, denen wir immer verpflichtet sind. Der Selbstmord widerspricht zudem der Liebe zum lebendigen Gott.« (*Kath. Katechismus, 580*)

### 1.3 Suizid: Fatale Selbsttäuschung statt Lösung

»Der Selbstmord ist eine ganz ungeheure Selbsttäuschung. De3r Lebensmüde glaubt von allen Plagen, Sorgen, Leiden, aus unübersichtlicher, verzweifelter Lage befreit zu werden oder seinen Ekel vor den Anforderungen und Enttäuschungen des irdischen Daseins für immer hinter sich zu lassen. Kein Irrtum kann größer sein als dieser!

Selbstmord bedeutet nicht Erlösung und Befreiung, sondern viel ärgere Gebundenheit und Sklaverei in Finsternis, unter Umständen für lange Zeit. « (*Schwarz, 81*)

»Der Selbstmörder will nicht seinen materiellen Körper ablegen, sondern er unternimmt den sinnlosen Versuch, sein Ich, seine Existenz als denkendes, fühlendes, verantwortliches Individuum zu zerstören - er sucht die Nicht(mehr)Existenz; sucht eine Ruhe, die er, zumindest so wie er sich das vorstellt, mit Sicherheit nicht finden wird.« (*\* Foret, 23*)

»"Ein Selbstmord löst nichts", schreibt das bekannte englische Medium Rosemary Altea, "weil die Probleme, mit denen wir im Alltagsleben konfrontiert werden, ganz gleich, um welche es sich handelt, Hindernisse sind, die zu bewältigen wir aufgerufen sind. Es wird immer Probleme geben, egal, was wir tun und wo wir sind, ob auf dieser oder auf der anderen Seite. Wie groß oder klein oder schier unüberwindlich diese Hindernisse werden, hängt davon ab, wie wir mit ihnen umgehen."« (*Jakoby, 59*)

»Das Nicht-mehr-leben-Müssen bringt ihnen in ihrer Vorstellung Erleichterung. Vage mögen sie hoffen, dass ihr Freitod ihnen andere Dimensionen eröffne, in denen sie nicht mehr beengt sein werden durch eine für sie nicht zu bewältigende, erdrückende, frostige, äußere Realität.« (*Battegay, 21*)

Viele, die ihren Suizidversuch überlebt haben, geben folgende Argumente für ihr Handeln:

- Der Tod bedeutet die totale Auslöschung der Persönlichkeit.
- Durch den Tod wird man alle Probleme los.
- Diejenigen, die an ein Leben nach dem Tod glaubten, sagten:
  - "Im Jenseits wird alles besser und liebevoller."
  - "Man trifft Verwandte und Freunde wieder."
  - "Im Jenseits kann man sich ewig ausruhen."

## 1.4 Informationen und Zahlen zum Suizid

In Deutschland erreichte die Anzahl der Selbstmorde im Jahr 2010 den Stand von 10.021 Toten. (1982 begingen 18.711 Menschen Suizid.)

»Die stetig sinkende Selbstmordrate führen Experten auf bessere Beratung und Behandlung von Depressionen und deren 'Enttabuisierung' zurück. Dennoch kommen immer noch mehr Deutsche durch die eigene Hand ums Leben als durch Verkehrsunfälle, Drogen, Aids und Gewaltverbrechen zusammen. Bis zu 70 Prozent aller Selbstmorde gehen auf eine Depression zurück. Mehr als die Hälfte der Suizid-Gefährdeten meldet ihre tödliche Absicht vorher an, sagt Birgit Jansen, Psychiatrie-Oberärztin der Rheinischen Kliniken in Düsseldorf: "Es ist wichtig, dass man Hinweise ernst nimmt."« (PM 06/2009)

»Suizid ist keine Randgruppenerscheinung; jährlich sterben etwa doppelt so viele wie durch Verkehrsunfälle.

Nicht berücksichtigt sind hier die unerkannten Suizide (unklare Verkehrsunfälle, heimliches Absetzen von lebenswichtigen Medikamenten, Essensverweigerung in Altenheimen u. a.). Suizid ist "demokratisch", er kommt in allen sozialen Schichten, allen Lebensaltern und Berufsgruppen vor. Die Ursachen sind vielfältig; es gibt nicht "den Suizid", jeder Todesfall ist anders. Manchmal sind psychische Erkrankungen, Depressionen oder Alkohol mit im Spiel, manchmal erfolgt der Suizid ohne vorher erkennbare Hinweise auf die Gefährdung.« (www4)

Die Zahl ernsthafter Suizidversuche liegt bei ca. 100.000 bis 150.000 (auch hier sind genaue Erkenntnisse aufgrund der hohen Dunkelziffern schwierig), also um den Faktor 10 bis 15 über der der ausgeführten Suizide. Mit anderen Worten: Etwa jeder zehnte Suizidversuch geht tödlich aus. Die Zahl der Suizidversuche ist bei Frauen etwas höher als bei Männern (131 gegenüber 108 Versuche je 100.000 Einwohner).

Das bedeutet, dass pro Tag etwa 32 Menschen durch Suizid sterben und 275 bis 410 Menschen einen Suizid-Versuch unternehmen.

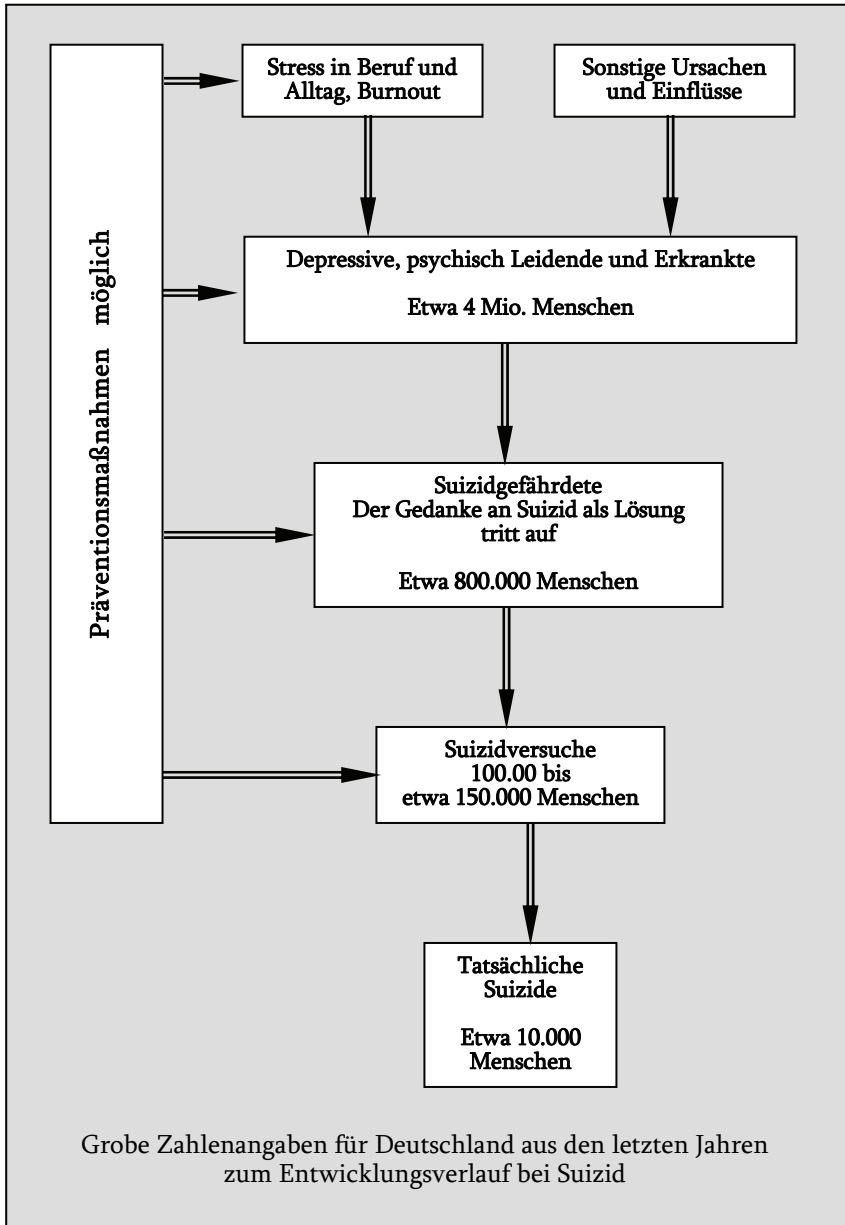
Bei den 9.765 Suiziden in der Bundesrepublik Deutschland im Jahr 2006 wurden folgende Todesursachen erfasst (Quelle: Statistisches Bundesamt):

- Erhängen/Ersticken 5.538 (48 %),
- Sturz in die Tiefe 986 (10 %),
- Erschießen 799 (8 %),
- Vergiftung durch Medikamente 768 (8 %),
- Sich vor den Zug oder vor Autos werfen 582 (6 %),
- Scharfer Gegenstand 370 (4%),
- Sich ertränken 311 (3%).

»Weltweit sind die Selbstmordraten im Lauf der vergangenen 45 Jahre um 60 Prozent gestiegen. In der Altersgruppe der 15- bis 44-Jährigen zählt der Suizid heute international zu den drei häufigsten Todesursachen. Mehr als 90 Prozent dieser Fälle hängen mit Depression, Alkohol- oder Drogenmissbrauch zusammen. Eine traurige Bilanz - vor allem, wenn man bedenkt, dass vielen dieser Menschen hätte geholfen werden können.

Japan ist unter den Industriestaaten das Land mit der höchsten Suizidrate. Mehr als 30.000 Japaner scheiden jährlich freiwillig aus dem Leben. Ein Buch mit dem Titel "Anleitung zum perfekten Selbstmord" hat sich in Japan über eine Million Mal verkauft. In der Heimat des rituellen Selbstmords "Harakiri" hat der Suizid nicht nur eine lange Tradition - anders als im Christentum wird er auch nicht religiös geächtet.« *(PM 06/2009)*

# Ursachen des Suizids - Wo können Hilfe und Prävention ansetzen?



## 1.5 Gibt es ein Recht auf Selbstbestimmung zum Freitod?

»Die Bezeichnung 'Freitod' enthält den Gedanken der freien Wahl zwischen Leben und Tod, ein Ausfluss des Selbstbestimmungsrechts des Menschen. Meistens wird von den Menschen, die einen Suizid beabsichtigen, der eigene Tod jedoch als der einzig *mögliche* Ausweg gesehen. Die Entscheidungsfreiheit einer suizidalen Person ist in der Regel stark eingeschränkt. Daher wird die Bezeichnung 'Freitod' ebenfalls von vielen Wissenschaftlern abgelehnt.

Bei Menschen, die einen schweren Schicksalsschlag erlitten haben, oder bei alten oder schwerkranken Menschen werden Suizidgedanken und Suizid in der Regel als verständlich angesehen. Das Recht, einen unabwendbaren langen Leidensprozess zu beenden, wird in verschiedenen Ländern durch die Gesetzgebung unterschiedlich unterstützt. Dies erregte in einigen Ländern eine Debatte um die gesetzliche Zulässigkeit aktiver und passiver Sterbehilfe. «(*www1*)

Die Ärztin und Sterbeforscherin Elisabeth Kübler-Ross in einer Diskussion über dieses Thema:

»Frage: Sollte nicht jeder das Recht zum Selbstmord haben? Und wenn - welche Begrenzungen und welche Gegebenheiten sollten im Hinblick auf Zeit, Ort und Mittel gelten?

Kübler-Ross: Ich bin gegen den Gnadentod und halte nichts von einer allgemeinen Erleichterung des Selbstmords. Wir haben, so meine ich, die Aufgabe, ein sinnvolles, funktionierendes Leben immer zu verlängern, und die Menschen sollten jede auch nur denkbare Hilfe erhalten, um sinnvoll leben zu können und ihre Zeit und Energie auf das Leben zu verwenden statt an Gedanken über Selbstmord. Wenn ein Todkranker, der sich 'jenseits aller medizinischen Hilfe' befindet, überlegt, ob er nicht sein Leben abkürzen soll, indem er einfach seine Medikamente nicht nimmt oder weitere Behandlungsmethoden ablehnt, dann hat er nach meiner Meinung ein Recht dazu. Doch ich unterscheide hier genau und bewusst zwischen dem Recht des Kranken, seinen eigenen Tod zu sterben, also eine zusätzliche künstliche Verlängerung der Lebenszeit abzulehnen, und dem eigentlichen Selbstmord.« (*Kübler-Ross 1, 61*)

In einer Fernsehdiskussion über Sterbehilfe argumentierte eine ältere, kranke Dame wegen ihres Anrechts auf Freitod wie

folgt: "Das Leben ist ein Geschenk Gottes an den Menschen. Aber der Mensch hat das Recht, ein Geschenk, das ihm nicht mehr gefällt, zurückzugeben." Ihr Wunsch war, in Würde sterben zu dürfen. Als weiteres Argument verwies die Dame auf folgenden Text im Evangelischen Katechismus:

»Es gehört zur Würde und Bürde des Menschen, nicht zwangsläufig existieren zu müssen. Zwar ist ihm das Leben wie allen Geschöpfen vorgegeben, und in der Regel bejaht er es und sucht es zu bewahren. Er ist jedoch nicht triebhaft an sein Leben gebunden, sondern kann und muss sich in Verantwortung und freier Entscheidung zu ihm verhalten.«

*(Evan. Katechismus, 798)*

»In der ethischen Diskussion wird Suizid von einigen als vollverantwortlicher Freiheitsakt beschrieben, in den nicht eingegriffen werden sollte. Mehrheitlich wird aber argumentiert, dass der Suizid in der Regel gerade die Folge des Verlustes des freien Einschätzungs- und Handlungsvermögens ist und daher nicht von einem vollverantwortlichen Freiheitsakt gesprochen werden kann.« *(Hospizlexikon, 147)*

»Der Suizid ist in Deutschland als Ausdruck des Selbstbestimmungsrechts straffrei, zumal eine Bestrafung wegen vollendeter Selbsttötung nie möglich wäre. Somit sind auch der Versuch und die Teilnahme (Beihilfe, Anstiftung) straffrei.

Wer Selbsttötung androht oder ankündigt, muss damit rechnen, wegen erheblicher Selbstgefährdung in eine Psychiatrische Klinik zwangseingewiesen und zwangsmedikamentiert zu werden. Rechtsgrundlage sind dabei die Psychisch-Kranken-Gesetze der Bundesländer. Voraussetzung ist, dass diese Selbstgefährdung auf einer psychischen Krankheit beruht, welche aber aufgrund der Selbstgefährdung wiederum vermutet wird.«

*(www1)*

## 1.6 Aktive Sterbehilfe und Suizidbegleitung

### Die Sterbehilfe des Hamburgers Roger Kusch an der Sterbewilligen Bettina S:

»Mit aktiver Sterbehilfe, also der Tötung eines anderen Menschen auf Verlangen, hatte Kuschs Dienstleistung streng juristisch betrachtet nichts zu tun. Bettina S., noch ganz rüstig, setzte sich die beiden tödlichen Cocktails selbst an die Lippen.

Zwar hatte Kusch die Medikamente empfohlen, aber weder hat er sie beschafft, noch blieb er im Zimmer, als Bettina S. sich umbrachte. Die Staatsanwaltschaft sah für die Eröffnung eines Ermittlungsverfahrens keinen Grund.

Bettina S. war nicht lebensbedrohlich krank, nicht mal lebensmüde depressiv, und wenn sie einen akuten Grund hatte zu sterben, dann nur aus Angst vor der Angst. Die Vorstellung, irgendwann in ein Pflegeheim gehen zu müssen, dort zu sterben, war ihr ein Horror. Das mag durchaus Grund genug sein, um Selbstmord zu begehen. Aber auch Grund genug, ihr dabei zu helfen?« (*SPIEGEL 28/2008*)

»Roger Kusch, 54, einst Oberstaatsanwalt, dann Hamburgs Justizsenator, ist heute Deutschlands erster kommerzieller Suizidhelfer. Seit Juni vergangenen Jahres verkauft er seinen Beistand für bis zu 8.000 Euro, diverse Selbstmord-Tipps inklusive. Und um den Sterbewillen seiner Kunden zu dokumentieren und weitere Interessenten anzulocken, filmt er seine Arbeit und zeigt die Videos auch im Internet. Die makabre Werbemethode scheint Erfolg zu haben. Über tausend Anfragen verzeichnet Kusch selbstzufrieden, fünf Menschen hat er in den Tod begleitet.« (*SPIEGEL 4/2009*)

### **Fünf Wochen später im SPIEGEL, Interview mit Roger Kusch:**

»SPIEGEL: Das Hamburger Verwaltungsgericht hat Ihnen verboten, weiter Sterbehilfe zu leisten. Hören Sie auf die Richter?

Kusch: Ich finde diese Entscheidung zwar falsch, denn mein Tun war weder 'sozial unwertig' noch eine 'Gefahr für die öffentliche Sicherheit', wie die Richter schreiben. Ich habe nur Menschen geholfen, die mich darum gebeten haben, ich habe niemanden bedrängt oder belästigt. Ich werde den Beschluss aber respektieren, wie sich das in einem Rechtsstaat gehört - so schmerzlich das für die Menschen auch ist, die ihre letzte Hoffnung auf mich gesetzt hatten.

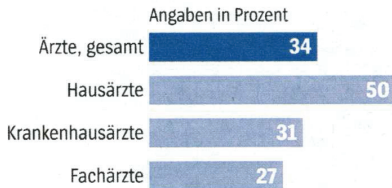
SPIEGEL: Sie haben einen Selbsttötungsautomaten entwickelt. Was wird daraus?

Kusch: Meine Suizidbegleitungen waren und bleiben ein Appell an die Ärzte, dass sie sich ihrer Verantwortung bei sterbewilligen Patienten stellen und sich nicht hinter einer un-

menschlichen Standesrichtlinie verschanzen, die ärztliche Suizidbegleitung in Deutschland verbietet.« (SPIEGEL 9/2009)

### Allensbach-Umfrage unter 527 Ärzten im Auftrag der Bundesärztekammer

„Wurden Sie schon um Hilfe zum Suizid gebeten?“ **Antwort: Ja**



„Es wird über eine Regelung diskutiert, die es dem Arzt erlaubt, einen unheilbar Kranken beim Suizid zu unterstützen.“

„**Befürworte ich.**“



„**Lehne ich ab.**“



(SPIEGEL 29/2010)

DER SPIEGEL

### Holland und Sterbehilfe

»Rund 4.000 Holländer sterben jedes Jahr den Tod auf Verlangen. Die moribunden Patienten müssen ihren Wunsch zu sterben wiederholt und aus eigener Überzeugung bekundet haben. Sie müssen "aussichtslos und unerträglich" unter ihrer Krankheit leiden und von ihrem Arzt über alle medizinischen Möglichkeiten aufgeklärt sein. Zudem ist es notwendig, dass vor der Euthanasie die Meinung eines zweiten Arztes eingeholt wird.

Die Trennlinie zwischen Menschen, die unerträglich leiden, und Menschen, die ihre Lebensbilanz ziehen und danach nicht mehr leben wollen, ist dünner geworden", kommentierte die niederländische Tageszeitung "De Volkskrant" das Drama.

Doch Gesundheitsministerin Borst stellte daraufhin ernsthaft die Frage, ob alte Menschen, denen bei intakter Gesundheit der Lebenssinn und die Lebenslust abhanden gekommen seien, "wirklich gesund sind".« (SPIEGEL 49/2000)

### Die Schweiz und Sterbehilfe:

»Zu stark ist bei den Eidgenossen der Respekt vor dem Selbstbestimmungsrecht - auch im Tod. Am heftigsten protestiert der ehemalige Leiter der Psychiatrischen Universitätsklinik Zürich, Klaus Ernst: "Durch die organisierte Freitodbeglei-

tung ändert sich das Suizidklima in einer Gesellschaft. Die Selbstmordrate erhöht sich." Zudem befürchtet der Professor eine Art "Sterbetourismus" für sein Land. "Dann gehört der Suizid vollends zum Lifestyle." «(*SPIEGEL 50/2000*)

## 1.7 Selbstmordgefährdete Personengruppen

»Selbstmordgefährdete Personengruppen (nach E. Ringel 1969)

- Depressive
- Sonstige Psychotische (insbesondere Schizophrene)
- Verfolgte aus rassistischen, religiösen, sexuellen oder politischen Gründen
- Flüchtlinge
- Alkoholiker und andere Süchtige
- Menschen, die eine kriminelle Handlung begangen haben
- Chronisch unheilbare Kranke
- Alte
- Personen in einer Ehekrise
- Personen in schwerem sozialen Notstand
- Personen nach Umzug vom Land in die Stadt
- Personen, in deren Umgebung vorher ein Selbstmord stattgefunden hatte
- Personen, die unmittelbar vorher in einen Autounfall verwickelt waren. « (*Bronisch, 53*)

»Unter Gefangenen ist die Selbstmordrate mindestens viermal so hoch wie bei Menschen in Freiheit, fast immer sind es Männer, die sich töten. Sie seien oft in einer "enormen Stresssituation", häufig peinige sie Perspektivlosigkeit. Z. B. Schwerekriminelles mit langen Strafen, die irgendwann einmal Bilanz ziehen: "Was habe ich noch vom Leben zu erwarten?" « (*SPIEGEL 20/2008*)

## 1.8 Beweggründe und Auslöser für Suizid

»Es gibt eine Fülle unterschiedlicher Motive, die zu dem Entschluss führen, dem Leben ein Ende zu machen.

Zur Entstehung des Gedankens, freiwillig aus dem Leben zu scheiden, können verschiedene Motive beitragen, so Enttäuschung und Einsamkeit, Depression und Aggression, Lebens-

überdruss und Todessehnsucht. Wer Selbstmordgedanken hegt, hat oft Angst vor einer Gefahr, vor einem Krebsleiden, vor dem Tod, vor der Entdeckung einer Schuld, vor dem Ausbruch einer Geisteskrankheit, vor Prestigeverlust bzw. Abwertung in den Augen anderer usw.

Zeiten der Anspannung und materiellen Not sind weniger selbstmordgefährdend als Überfluss und Sinnentleerung. Reiche nehmen sich in sehr viel größerer Zahl das Leben als Arme. Meist geschieht die selbstmörderische Handlung aufgrund von Kurzschlussreaktionen, die das Ausmaß der Ausweglosigkeit überschätzen. « (*Evan. Katechismus, 1337*)

»Menschen, die zum Selbstmord schreiten, machen in ihrer Verzweiflung immer zuerst ein Stadium durch, in dem sie die Selbsttötung erwägen. Es folgt dann ein Stadium der Ambivalenz, in dem sie hin und her schwanken zwischen der Wahl der Fortsetzung des Lebens und der Option, sich selbst den Tod zu geben. Es folgt schließlich das Endstadium, in dem sie sehr abgeklärt wirken können, denn der Entschluss ist gefasst. Sie haben das Auslöschen ihrer Existenz gewählt. Dabei können sie ruhig und besonnen erscheinen. Nichts kann sie mehr erzittern lassen. Sie fühlen sich frei von Bindungen, durch die sie sich bis anhin noch an das Leben fixiert fühlten. Diese "Ruhe vor dem Sturm" ist unheimlich. Den Mitmenschen, die sich um sie sorgen, gaukeln sie Unbekümmertheit vor. Sie befinden sich allein in dieser Grenzsituation. Niemand kann diese Lage mit ihnen teilen, oft auch bei bestem Bemühen nicht. Können wir aber sagen, dass diese Menschen wirklich in Freiheit diesen Entschluss gefasst haben? Nein! Entweder es hat bei ihnen ein stetiger Prozess der Resignation und Desillusionierung stattgefunden, oder aber es besteht ein Krankheitsprozess, der ihre Gemütslage verfinstert hat, sodass eine in dieser Situation gezogene Bilanz nur aus depressiver Sicht erfolgen kann. Die Perspektive eines Depressiven aber ist immer eine schiefe.«

(*Battegay, 92*)

»Wir erleben es in der Psychiatrie nicht selten, dass Menschen in ihrer stillen Not sehnsüchtig auf Hilfe gewartet haben. Sie hofften, dass ihr Leiden auf ihre Umgebung als Appell wirke. Doch selbst die nahen Angehörigen, ein allfälliger Psychotherapeut haben das Ausmaß ihres Leidens nicht erkannt. Es kommt dann für alle unvermittelt zu einem Selbstmordver-

such, obschon Hinweise, wie verhüllte Selbstmorddrohungen und -vorbereitungen, eigentlich eine eindeutige Sprache dargestellt hätten.« (*Battegay, 94*)

»Menschen, die an bösartigen Erkrankungen leiden, geben sich etwa selbst den Tod. Sie mögen nicht abwarten, bis ihr Leben ohnehin erlischt. Viele werden Angst haben vor den Schmerzen, dem Dahinsiechen und dem Angewiesensein auf mitmenschliche Hilfe, die ihnen drohen. Bei anderen wiederum wird der Umstand wichtig sein, dass sie damit vermeintlich in voller Freiheit sich selbst den Tod geben können.« (*Battegay, 96*)

»Es ist auch eine bekannte Tatsache, dass viele einen Suizidversuch unternehmen, obwohl sie sich gar nicht wirklich umbringen, sondern nur auf dramatische Weise den Versuch machen wollen, die Aufmerksamkeit anderer Menschen auf ihre Not oder Bedrängnis zu lenken.« (*Moody, 67*)

»Insbesondere junge Menschen unternehmen Suizidversuche. Meist sind es Hilfeschreie von Jugendlichen, die zum Beispiel Angst haben, nach einem Schulwechsel keine Freunde zu finden oder wieder gemobbt zu werden. Ein erschreckender Umstand ist vielen Betroffenen gemeinsam: Es gibt niemanden, dem sie sich anvertrauen können. Junge Selbstmordkandidaten leben oft recht isoliert, gelten als schweigsam, unauffällig und ein bisschen sonderbar, und sie fühlen sich innerlich ausgegrenzt - nicht gut genug und vor allem nicht wichtig genug, um von anderen in ihrer Not gehört zu werden. Nicht dazugehören zu dürfen, ist das Schlimmste, was einem jungen Menschen passieren kann. Es mag zwar für viele unvorstellbar klingen - aber es gibt einfach sehr viele Menschen (auch ältere), die nicht einen einzigen Freund haben.« (*WEGE 3/2009*)

### **Typische Krisensituationen für Jugendliche**

- »Konflikte mit den Eltern,
- Wiederholung einer Schulklasse,
- Das erste Verliebtsein und das Zerschneiden der ersten Freundschaft,
- Lehrstellenmangel und/oder Leistungsdruck in der Lehre,
- Infragestellen des bisherigen religiösen Hintergrunds / Glaubens,
- Tod einer nahestehenden Person (Elternteil, Geschwister, Freund u. a.),

- Eine Kombination aus mehreren Faktoren.« (*Mess, 58*)

### **Risikobefindlichkeiten, die auf Suizidalität hinweisen können**

- »Gefühle der Niedergeschlagenheit und Resignation,
- Hilf- und Hoffnungslosigkeit,
- Fehlen von Perspektiven und Sinn im Leben,
- Ohnmacht und Verzweiflung,
- Interesse- und Freudlosigkeit,
- vermindertes Selbstwertgefühl,
- Schuld- und Insuffizienzgefühle,
- Selbstvorwürfe und Selbstbestrafungstendenzen,
- unerträgliche psychische Schmerzen,
- Ärger und Wut, insbesondere wenn diese Gefühle unterdrückt bzw. gegen die eigene Person gerichtet werden,
- ausgeprägte Verminderung oder deutliche Steigerung des Antriebs,
- massive Angst- und Unruhezustände,
- gesteigerte Impulsivität,
- gravierende Schlafstörungen,
- anhaltendes und quälendes Grübeln,
- wahnhaftes Erleben (insbesondere Schuld-, Versündigungs-, Untergangs- und Verfolgungswahn),
- akustische Halluzinationen (insbesondere beschimpfende, anklagende und zum Suizid auffordernde Stimmen).«

(*Eink, 51*)

### **Dauerstress und Depression als Vorläufer von Suizid**

#### **Krankheitsfaktor Dauerstress**

»Drei Jahre Dauerstress waren zu viel für Laura Wilms<sup>1</sup>. Zehn Stunden täglich hatte die Werbekauffrau gearbeitet, oft auch am Wochenende. Sie gab alles für die Arbeit und nichts für den Rest. So wurde Laura Wilms krank: Sie schlief kaum noch, bekam Wahnvorstellungen, verspürte Ängste. Dann stürzte sie in eine tiefe Depression: "Die Welt wurde schwarz und trist", sagt sie, "am liebsten hätte ich die Vorhänge zugezogen und mich im Bett verkrochen."

Eine "bipolare Persönlichkeitsstörung" attestierten ihr die Ärzte: Auf eine manische Episode mit "Grandiositätsgefühlen"

---

<sup>1</sup> Name geändert

folgt dabei eine depressive Phase mit Apathie, sogar Suizidgedanken. Trotz allem eine behandelbare Krankheit: Mit der richtigen Therapie lässt sie sich in den Griff bekommen wie Herzrhythmusstörungen oder Diabetes.

Jeder zweite Deutsche fühlt sich gestresster als vor zwei Jahren, so eine Studie des Bürodienstleisters Regus. Dieser Stress genügt mitunter, um eine psychische Störung auszulösen - es braucht dazu weder eine schlimme Kindheit noch einen Schicksalsschlag. Krank werden kann sogar, wer Spaß am Job und eine erfolgreiche Karriere hinter sich hat.

Gelegentliche Stressspitzen können Menschen verkraften. "Aber Dauerstress verändert den Stoffwechsel im Körper", sagt der Mainzer Psychiater Otto Benkert. Diese neurobiologischen Veränderungen sind - wahrscheinlich genetisch begünstigt - ein Auslöser für eine Depression. Experte Benkert hat dafür einen Begriff entwickelt: Stress-Depression. "Viele Manager oder Politiker sind Perfektionisten und haben ein Idealbild von sich selbst", sagt Wolfersdorf. "Kaum weicht die Realität von ihrem Idealbild ab, droht alles zusammenzubrechen." Die Scham treibe manche bis in den Suizid. Es sei denn, aufmerksame Angehörige, Freunde oder Kollegen holen Hilfe.«  
(*WIWO 50/2009*)

### **Das Damoklesschwert "Depression"**

»Auch bei einer Depression sind gehäuft Selbstmorde feststellbar. Einer Depression können verschiedenste Ursachen zugrunde liegen. Da hat beispielsweise ein Mensch durch ein tiefgreifendes Erlebnis seine Orientierung verloren, sei dieses Erlebnis nun schuldhafter Art oder auf Verlust zurückzuführen oder in einer Enttäuschung begründet. Darüber hinaus aber kann eine Depression krankheitsbedingt sein und auf einer Störung des Stoffwechsels beruhen. Wir unterscheiden bei einer Depression verschiedene Schweregrade.« (*www5*)

»Schon heute verursacht die Depression in den reichen Ländern die höchste Krankheitslast durch verlorene Lebensqualität oder verlorene Lebensjahre. Doch auch in den Entwicklungs- und Schwellenländern breiten sich psychische Leiden aus. Bis 2030, so die WHO, könnte die Depression weltweit die wichtigste Ursache von Krankheitslasten werden - vor Herz-Kreislauf-Störungen und Aids.« (*SPIEGEL 4/2011*)

**Ca. 4 Millionen** Menschen in Deutschland sind an einer behandlungsbedürftigen Depression erkrankt.  
**Ca. 4 Prozent** aller Depressiven nehmen sich das Leben.  
**Ca. 15 Prozent** aller schwerstkranken Depressiven begehen Suizid (*SPIEGEL 47/2009*)

»Die Ursachen, die eine Depression und somit den Wunsch nach dem Tod auslösen können, liegen meistens in der Kindheit der Betroffenen. Ursachen können sein:

- Misshandlung durch Eltern (Schläge, Einsperren, Liebesentzug),
- gestörtes Selbstwertgefühl durch Erniedrigung (Mobbing in der Schule / auf der Arbeit oder im Elternhaus),
- Isolation,
- psychischer Druck (zum Beispiel in der Schule oder auf der Arbeit).

Zudem können traumatische Erlebnisse Depressionen auslösen, zu denen

- der Tod naher Verwandter und Bekannten,
- Scheidung der Eltern,
- sexueller Missbrauch durch Fremde, Bekannte, Familienangehörige,
- Krankheiten,
- längerer Krankenhausaufenthalt in der Kindheit (in den ersten fünf Lebensjahren über mehrere Wochen oder Monate) gehören.« (*www2*)

»Über 70 Prozent der Depressiven klagen über spontane Angst, sei es Angst vor Krebs, der Vereinsamung, Verarmung oder irgendeinem Schicksal. Häufig ist die Angst gegenstandslos, kann sich aber dennoch bis zur Todesangst steigern. So kann das Bewusstsein, schuldig geworden zu sein, einen Menschen derart niederzwingen, dass er an keine Vergebung mehr glaubt; oder der Gedanke zu verarmen - auch wenn er objektiv betrachtet unrealistisch ist - ihn so tief bedrücken, dass er keinen anderen Ausweg sieht, als seinem Leben ein Ende zu setzen.

Bei einer echten Depression ist medizinische Hilfe angezeigt, da dieser Kranke durch Medikamente Erleichterung erfahren

kann. Doch darüber hinaus ist der menschliche Kontakt sehr entscheidend. Dabei kommt es nicht so sehr auf ein tiefenpsychologisch fundiertes Gespräch, sondern einfach auf menschliche Nähe an, die dem Kranken Geborgenheit gibt und das Bewusstsein, nicht allein gelassen zu werden. In seiner depressiven Phase ist der Kranke nur sehr schwer zugänglich, aber im Grunde genommen dankbar für menschliche Nähe und einen engagierten menschlichen Beistand.« (*www5*)

In seinem Buch "Erlebnisse mit den Zwischenwelten - Seelenbefreiungen" schreibt der helllichtige und spirituelle Schweizer Heiler Anton Styger, dass er in all seinen Berufsjahren »niemals einen depressiven Menschen kennen gelernt habe, der nicht von böartigen geistigen Wesen umgesetzt oder gar besetzt war.« (*Styger, 498*)

## 1.9 Fallbeispiele

### Fall "Thorsten S."

»Es ist 6.07 Uhr, als Thorsten S. am Morgen des 4. Februar seinen letzten Satz in den Computer tippt. "Adieu, beschissene Welt", schreibt der 18-Jährige aus dem nordrhein-westfälischen Greven, "man sieht sich im nächsten Leben." Dann drückt er auf den Senden-Befehl.

Dessen Leiden beginnen nach dem Auszug der Mutter, als er sich immer wieder mit Rasierklingen die Haut aufritzt und Treibgase aus Spraydosen inhaliert. 2007 kommt er zum ersten Mal für drei Wochen in die Psychiatrie. Danach scheint sich der junge Mann stabilisiert zu haben und will seinen verpatzten Hauptschulabschluss nachmachen. Ende vergangenen Jahres aber, sagt sein Vater, habe die Tortur von neuem begonnen. Er bringt sich wieder Verletzungen bei.

Im Dezember wird Thorsten vier Tage stationär behandelt, nach einem Rückfall am 2. Januar wartet er auf eine Therapie. Am Tag vor seinem Tod erhält sein Vater endlich die Zusage. An diesem Abend schreibt Thorsten seinen letzten Online-Beitrag für das Borderline-Forum, eine Art Selbsthilfegruppe im Netz:

22.03 Uhr: "Die Klinik hat sich gemeldet, ich soll sie zurückrufen. Was stellen die sich vor? Sie wissen, dass ich das nicht so einfach kann, ich hab ja sogar Probleme, allein aus dem Haus zu

gehen. Ich habe den festen Entschluss gefasst, mir das Leben zu nehmen."

22.24 Uhr: "So, war nun unten. Habe circa 200 mg Palladon und 250 mg Diazepam."

1.06 Uhr: "Ich sehne mich schon Ewigkeiten nach Liebe, aber nein, ich finde nicht einmal kurze Beziehungen. Das liegt aber vielleicht auch einfach daran, dass ich potthässig bin, man muss mich einfach hassen, aber niemand hasst mich so sehr wie ich mich selbst."

6.07 Uhr: "Ich habe es gerade noch geschafft, dies hier zu schreiben, und merke die sehr starke Wirkung und schlafe fast schon ein. Das waren jetzt knapp 100 Tabletten, Diazepam, Palladon, Paroxetin und Doxepin." « *(SPIEGEL 09/2010)*

### **Fall "Der Inhaftierte Bernd D."**

»Bernd D. wollte das Gerichtsurteil abwarten und sich umbringen. "Die Entscheidung, mir das Leben zu nehmen, war die Entscheidung, mich der Sache zu stellen. Ich war schuldig, ich habe Vertrauen missbraucht, ich habe Familien missbraucht." Freunde, die ihn schon während der Untersuchungshaft besuchten und den Prozess begleiteten, brachten den Lebensmut zurück, sie besuchen ihn bis heute. Andere Freunde haben sich abgewandt, auch das empfindet er als Strafe. Zusätzlich zu der sechsjährigen Haft, die er als 'hart' empfand, "aber die hatte ich zu akzeptieren".« *(chrismon 04/2010)*

### **Fall "Heinz M." (Ein Suizid aus dem Umfeld des Autors)**

Heinz M., 44 Jahre alt, war seit 16 Jahren einer von zwei Kundendienstberatern eines Autohauses. Er war ein umgänglicher Mensch und seine natürliche, schwäbische Art wurde von Chef, Kunden und Kollegen geschätzt. Die Arbeit machte ihm viel Freude und außerdem war er aktiv im lokalen Sportverein. Mit seiner Frau und den beiden halbwüchsigen Kindern unternahm er oft an Wochenenden Ausflüge und Wanderungen. Es war für ihn eine heile Welt, bis das Autohaus den Eigentümer wechselte.

Der neue Eigentümer führte ein System von Zielvorgaben und leistungsabhängigen Gehältern ein. Als Koordinator zwischen Kundendienstberatern und Werkstatt wurde ein neuer, relativ unerfahrener Mitarbeiter mit weitreichenden Kompetenzen eingestellt.

Die Aufgaben von Heinz M. und sein bisheriger Freiraum, sich nach seiner Art um die Kunden zu kümmern, wurde beschnitten, der Leistungsdruck ständig erhöht, Fehlleistungen des Koordinators wurden Heinz M. in die Schuhe geschoben.

Beim alten Eigentümer war das Autohaus jeweils um 18.00 Uhr geschlossen worden. Dadurch war der Feierabend für die Mitarbeiter planbar. Der neue Eigentümer verfügte, dass Kundenberater im Hause warten mussten, bis auch verspätete Kunden ihre Autos abgeholt hatten. Dies konnte manchmal bis 19.00, 19.30 Uhr dauern.

Viele Einzelfaktoren trugen dazu bei, dass Heinz M. langsam die Freude an der Arbeit verlor und zunehmend mutlos und depressiv wurde. Zu einem Freund sagte er beiläufig: "Bei so einem Chef kann man sich nur umbringen."

Familie und Freunde bemerkten seine zunehmende Lustlosigkeit und Depressivität. Darauf angesprochen wimmelte er alles ab und sagte nur, er brauche langsam etwas Urlaub und Abwechslung.

Eines Tages wurde er zu einem Gespräch mit dem Eigentümer zitiert. Dieser hatte Heinz M. bereits zu einem dreitägigen Rhetorik-Seminar angemeldet. Er erklärte, dass dieses Seminar für Heinz M. wichtig sei, um seine "unbeholfene und unprofessionelle Art" im Umgang mit den Kunden abzumildern. Das Seminar sollte in 14 Tagen stattfinden. Auch der Werkmeister würde an dem Seminar teilnehmen und ihn, Heinz M., am Morgen vor dem Seminarbeginn von zu Hause abholen.

In der Woche vor dem Seminar war Heinz M. wieder 'der alte Heinz' und 'gut drauf'. Am Wochenende unmittelbar davor machte er mit seiner Familie einen Kurzurlaub im Schwarzwald. Das Wetter war gut und sie hatten eine schöne Zeit zusammen.

Am Montag, kurz vor 8.00 Uhr verabschiedete sich Heinz M. von seiner Frau und sagte, er gehe schon vor die Tür, da der Kollege gleich käme, um ihn abzuholen.

Um 8.30 Uhr klingelte der Kollege und fragte, wo Heinz bliebe. Gegen 9.00 Uhr fand man ihn in einem Obstgarten unweit des Hauses an einem Baum hängend. In seiner Tasche fand man einen Zettel:

Das Leben ist unerträglich  
geworden. Ich kann nicht mehr.

Ansonsten gab es keinen Abschiedsbrief.

Im Freundeskreis meinte später ein Sportkamerad, dass er vielleicht eine Teilschuld an dem Suizid von Heinz mittrage. Er selbst habe Jahre zuvor ein Nahtoderlebnis gehabt und Heinz erzählt, welche wunderbaren Erlebnisse er im "Himmel" gehabt und dass er seither keine Angst mehr vor dem Sterben habe. Diese Schilderung habe großen Eindruck auf Heinz gemacht und ihn vielleicht bei seinem Entschluss, sich das Leben zu nehmen, beeinflusst.

### **Der "Werther-Effekt" bei Suizid**

»Als sich der Torwart Robert Enke im November vor einen Zug warf, berichteten die Medien ausführlich darüber - obwohl jeder wusste, dass das die Gefahr von Nachahmungstaten erhöht. Vier Monate später ist klar: Die Zahl der Menschen, die sich mit einem Sprung vor den Zug ums Leben bringen, ist massiv gestiegen. Darüber aber spricht niemand.

Nachdem sich Enke im vergangenen November das Leben nahm, habe es eine "drastische" Steigerung der Suizide in Deutschland gegeben, sagt der Leipziger Psychiatrieprofessor Ulrich Hegerl. Von viermal so vielen Toten allein Mitte November ist die Rede.

Denn Suizide sind salopp gesagt wie Modetrends. Sie regen zur Nachahmung an. Und je mehr man darüber weiß, desto besser kann man sie kopieren. In der Wissenschaft nennt man diese Reaktion 'Werther-Effekt', angelehnt an Goethes Roman "Die Leiden des jungen Werther". Kurz nach Erscheinen des Buches 1774 töteten sich plötzlich junge Männer selbst - so wie Goethes Werther hatten sie zum Suizid eine gelbe Weste zur blauen Jacke angezogen. Eine Untersuchung des amerikanischen Soziologen David Phillips aus den Siebzigerjahren brachte schließlich den Beweis für den medial vermittelten Nachahmungseffekt: Phillips stellte fest, dass die Zahl der Suizide in den amtlichen Statistiken immer dann nach oben schnellte, wenn über die Selbsttötung eines Prominenten in der

Zeitung berichtet worden war. Am deutlichsten wurde dies nach dem Suizid von Marilyn Monroe, 198 Menschen mehr als sonst nahmen sich in den USA kurz darauf das Leben. Und in der Bundesrepublik ließ 1981 die ZDF-Serie *Tod eines Schülers*, die von einem Jungen erzählt, der sich selbst tötete, die Zahl an Suiziden von 15- bis 19-Jährigen um 175 Prozent ansteigen. Dabei handelte es sich nicht etwa um vorgezogene Suizide, wie Nachforschungen ergaben, das heißt, um Menschen, die sich ohnehin umgebracht hätten. Es waren zusätzliche Tote. Zusätzliche Tote wie nun bei Robert Enke.« (*SZ Magazin 19.02.2010*)

### **Aus einem Interview mit Bahnchef Rüdiger Grube**

SPIEGEL: Kommt das denn so oft vor, dass sich jemand vor den Zug wirft?

Grube: In "normalen" Zeiten sind es leider schon drei bis vier pro Tag. ... Nach dem Suizid von Nationaltorhüter Robert Enke waren es täglich mehr als fünf- bis sechsmal so viele - wochenlang. (*SPIEGEL 21/2010*)

### **Selbstmord durch Ansteckung**

»Peter Hedström ist bestens informiert über 1.116 unglückliche Menschen, die zu Lebzeiten nicht viel verband. Sie lebten nur alle in Stockholm, und sie haben sich umgebracht

Schon lange kursiert der Verdacht, dass ein Suizid Folgefälle nach sich ziehen kann, dass er irgendwie ansteckend ist. Aber wenn ja, wer ist anfällig dafür? Und welche Wege nimmt die Infektion?

Hedströms Forschergruppe legt nun erstmals Zahlen vor. Nach einem Suizid in der Familie steigt das Risiko demnach für die Angehörigen auf mehr als das Achtfache. Aber auch am Arbeitsplatz, wo kaum jemand das vermutet hätte, ist die Erschütterung offenbar beträchtlich. Dort ist es nach einem Freitod dreieinhalbmal so wahrscheinlich wie zuvor, dass sich ein weiterer Mitarbeiter das Leben nimmt. "

Noch krasser ist der Befund, betrachtet man die Zahl der Fälle. Zwar wirkt ein Suizid im beruflichen Umfeld nicht halb so stark wie in der Familie, aber er zieht dort nicht weniger, sondern doppelt so viele Folgefälle nach sich. Der Durchschnittsmensch hat eben weitaus mehr Kollegen als Angehörige - die schwächere Wirkung erstreckt sich auf einen größeren Kreis.« (*SPIEGEL 18/2008*)

## 1.10 Einfluss von Chatten in den dunklen Foren des Internet

»Der Berufsschüler Frank raste mit seinem gleichaltrigen Freund Martin absichtlich frontal gegen eine Birke. Der Wagen brannte aus, beide waren auf der Stelle tot. Kurz zuvor hatte Frank Freunden eine SMS geschickt:

"Heute ist ein schöner Tag zum Sterben."

"Wenn sich die Welt nicht ändert, wechseln wir die Welt."

Ihren Todestag verbrachten die beiden für Außenstehende absolut unauffällig: Kaffee trinken bei den Eltern, duschen und schick machen wie zum Ausgehen, kurze Treffen mit den Freunden. Verabschiedungen mit "Tschüs" und Küsschen.

Eltern, Schulen und Behörden der Region stehen fassungs- und hilflos vor dem Phänomen, das ihre Kinder umbringt.

"In der ganzen Region", weiß der evangelische Pfarrer und Sektenbeauftragte Andreas Breit im Nachbarort Sandau, "gibt es seit Jahren schon okkulte Jugendgruppen, bis hin zu bekennenden Satanisten."

Die schwarze Szene trifft sich alljährlich zu Pfingsten bei einem "Wave-Gothic-Treffen", einer Art Love-Parade der Schwarzen Jünger. Zuletzt kamen etwa 30.000 Jugendliche aus der ganzen Republik zu den Auftritten der Bands Wolfsheim oder Elegia.

Franks Vater beobachtete, wie sein Sohn auf der Straße Freunde grüßte: zwei Finger hoch, drei runter - ein Satanszeichen. Doch niemand in seinem Umfeld machte sich ernsthafte Gedanken, denn Frank galt als stabiler, zupackender Junge ohne persönliche oder schulische Probleme.

Von "der Computerei" verstehen die meisten Eltern in Kietz ebenso wenig wie vom Satanismus.

Im Internet chatten junge Leute über Leben und Sterben, Sinnlosigkeit und Selbstmordfanale. Tipps für den besten Countdown zum Tag X kursieren. Gelegentlich werden dort tödliche Medikamente angeboten oder gesucht.

In Leipzig arbeitet Solveig Prass von der Eltern- und Betroffeneninitiative Sachsen mit Jugendlichen, die Kontakt mit dem Selbstmordforum hatten. "Über das Forum entstehen persönliche Beziehungen", weiß Prass. "Personen, die Selbstmordabsichten äußern, bekommen einen Begleiter zur Seite gestellt, der sie bis zum Vollzug des Suizids überwacht."

... einer überlebte. Eine Mutter, die den Verdacht hatte, dass ihr Sohn womöglich zusammen mit Marko hatte sterben wollen, stellte ihn zur Rede. Seine Antwort: "Das Leben ist nicht mehr lebenswert. Ich will nicht mehr. Aber ich bin doch erst 16, ich bin doch nicht dran."

Wie sagte es Franks Freundin Diana aus der Kletzer Clique? "Die Eltern leben in ihrer Welt, und wir leben in einer anderen Welt. Die verstehen das nicht."« (*SPIEGEL 51/2000*)

### **Weitere Beispiele:**

»Beispiel 1: Oktober 1990: Zwei Schulmädchen, 13- und 14-jährig, erfuhren durch Totenbefragung von ihrem nahen Ende. Beide wohnten in Zürich-Dietikon. Beide stiegen miteinander auf die 14. Etage eines Hochhauses und stürzten sich in den Tod.

Beispiel 2: 1989 in Biasca/Tessin. Fünf junge Männer, alle unter 20, begingen Selbstmord. Jeweils am 14. eines geraden Monats stand einer der Selbstmörder nachts auf dem Gleis der Gotthardbahn und ließ sich überfahren. Drei Jahre früher haben sich zwei Mädchen auf die gleiche Weise unter den Gotthardzug geworfen. Alle waren Anhänger einer Satans-Sekte.

Beispiel 3: Forcheim/Deutschland, April 1991: Zwei Kameraden, 15- und 19-jährig, folgten nach schwarzen Messen, Tische- und Gläserücken dem Ruf ihres toten Freundes, ihm zu folgen. Am 23. April 1991 begingen die beiden Selbstmord durch Einatmen von Auspuff-Gasen.« (*"Die Bunte" 25.7.1991*)

## **1.11 Suizid wird über das Internet zunehmend leicht gemacht**

Ergebnis einer Internetrecherche bei Google (26.06.2010): Die Eingabe "Selbstmord Tipps" brachte 114.000 Ergebnisse, "Selbstmordmethoden" 44.500 Ergebnisse. (Allerdings befinden sich darunter auch Ratgeber-Seiten, die Hilfe anbieten.)

Auszüge:

[Selbstmord, Suizid, Freitod, Selbsttötung](#)

Hier findest du hilfreiche Informationen zum Thema **Selbstmord** oder Suizid. ... Im Folgenden kannst Du noch einige **Tipps** und Hinweise zum Thema Suizid finden ...  
[www.u25-freiburg.de/suizid.html](http://www.u25-freiburg.de/suizid.html) - Im Cache - Ähnliche

[Ratgeber Selbstmord, Selbstmordratgeber - Fragen, Tipps, Hilfe, Forum](#)  
 gutefrage.net - die Ratgeber Community für gute Fragen und hilfreiche Antworten zu allen Ratgeber Themen.

[www.gutefrage.net/tag/selbstmord/](http://www.gutefrage.net/tag/selbstmord/) - Im Cache - Ähnliche

[Tipps zu Selbstmord? \[Archiv\] - Esoterik-Forum](#)

47 Einträge - 11 Autoren - Letzter Eintrag: 28. Febr. 2004

[Archiv] **Tipps zu Selbstmord?** Sterben, Tod, Leben nach dem Tod.

[www.esoterikforum.at/forum/archive/...t-3225.html](http://www.esoterikforum.at/forum/archive/...t-3225.html) - Im Cache - Ähnliche

[Allmystery: Suizid in einer Sekunde - Polizei gibt Tipps !](#)

21 Einträge - 13 Autoren - Letzter Eintrag: vor 8 Stunden gefunden

Und generell **selbstmord** ist scheiße und deshalb will ich jetzt keinerlei **tips** reinschreiben... aber es gibt bessere methoden sich ...

[www.allmystery.de/.../mg7537](http://www.allmystery.de/.../mg7537) - vor 13 Stunden gefunden - Im Cache - Ähnliche

[Suche Selbstmordtipps! - Meinews.de](#)

13 Einträge - 8 Autoren - Letzter Eintrag: 5. Febr. 2009

x-no-archive: yes Ich bin seit Jahren arbeitslos und ich finde einfach keinen Job mehr. Ich bin nutzlos für meine Familie und nutzlos für ...

[meinews.niuz.biz/suche-t382348.html](http://meinews.niuz.biz/suche-t382348.html) - Im Cache

[Selbstmord: Ratgeber, Infos, Tipps](#)

**Tipps** aus allen Bereichen, wie Reinigung, Pflege, Reparatur und mehr. Dabei ist **Selbstmord** so verknüpft, dass man alles findet, was man damit machen kann.

[praxis-lexikon.de/diy/diy-bauplan/s/selbstmord.php](http://praxis-lexikon.de/diy/diy-bauplan/s/selbstmord.php) - Im Cache

[Da fruity forum - Quasselecke - Selbstmord?!](#)

4 Einträge - 2 Autoren - Letzter Eintrag: 7. Mai 2005

**selbstmord tipps** | scarlett simoneit | selbstmord einfach | **selbstmordtipps** | fruity forum | **selbstmord-tipps** | einfach selbstmord ...

[www.razyboard.com/.../morethread-selbstmord-bananna-443143-1203276-0.html](http://www.razyboard.com/.../morethread-selbstmord-bananna-443143-1203276-0.html) - Im Cache - Ähnliche

[Borderline Syndrom - Suizid](#)

Im Folgenden kannst Du noch einige **Tipps** und Hinweise zum Thema Suizid finden. ...

**Selbstmord** hat viele Namen: Suizid, Freitod, Selbsttötung Fachleute ...

[www.tobias-borderline.de/Suizid.htm](http://www.tobias-borderline.de/Suizid.htm) - Im Cache

[US-Senator empfiehlt: Selbstmord für Manager - jobbanet.eu - Der ...](#)

19. März 2009 ... Senator empfiehlt **Selbstmord** für Manager wie bei den Samurai ... **Tipps** und Trends. Exklusive Artikel von den Autoren dieser Seite auch auf ...

[www.jobbanet.eu/us-senator-empfeHLT-selbstmord-fuer-manager](http://www.jobbanet.eu/us-senator-empfeHLT-selbstmord-fuer-manager) - Im Cache

### Selbstmord "Methoden"

**Selbstmord Methoden.** Wer sich mit Selbstmordgedanken beschäftigt hat, hat sich sicherlich schon mal überlegt wie er aus dem Leben scheiden möchte. ...

[www.selbstmord.co.at/selbstmord.htm](http://www.selbstmord.co.at/selbstmord.htm) - Im Cache - Ähnliche

### Selbstmord - Selbstmordmethoden

12. Nov. 2009 ... Der Anlaß, warum ich diesen Artikel über **Selbstmordmethoden** schreibe, ist, daß ich vor einiger Zeit mit dem Zug unterwegs war und dieser ...

[www.martin-wagner.org/Selbstmord.htm](http://www.martin-wagner.org/Selbstmord.htm) - Im Cache - Ähnliche

### Re: Methoden -- Selbstmord-Forum

>>Fallen bei dir schon ein paar **methoden** in die engere >>auswahl? ... >**Methoden** hört man z.T. soviel widersprüchliches, und >manche Leute selbst auf Seiten ...

[www.voy.com/23723/1/4648.html](http://www.voy.com/23723/1/4648.html) - Im Cache - Ähnliche

### Schmerzloseste Selbstmord Methoden - gulli:board

5. Okt. 2008 ... in der japanischen Literatur gibt es da einige Bücher drüber, in denen **Selbstmordmethoden** nach verschiedenen Kriterien bewertet werden. ...

[board.gulli.com](http://board.gulli.com) > gulli:board > Diskussion > Der gute Rat - Ähnliche

### Die 25 besten Selbstmordmethoden. - Der RATZINGERONLINE-Blog: News ...

16. Aug. 2007 ... Willkommen. Da durch Google viele Menschen nach tatsächlichen

**Selbstmordmethoden** suchen, kann ich denen nur sagen: Das Leben ist wertvoll!

[ratzingeronline.blog.de/.../die\\_25\\_besten\\_selbstmordmethoden~2821073/](http://ratzingeronline.blog.de/.../die_25_besten_selbstmordmethoden~2821073/) - Ähnliche

### Selbstmord Methoden z.B. Pulsadern aufschneiden - Suizid Freitod ...

Der **Selbstmord** bei Kindern und Jugendlichen steigt stetig. Bei Menschen unter 20 Jahre, ist der Freitod Suizid die zweithäufigste Todesursache neben dem ...

[www.baby-zeit.de/service/.../suizidgefahrdung.php](http://www.baby-zeit.de/service/.../suizidgefahrdung.php) - Im Cache - Ähnliche

### Selbstmord Methoden und seine Folgen

1 Eintrag - Letzter Eintrag: 7. Okt. 2005

**Selbstmord Methoden.** Wer sich mit Selbstmordgedanken beschäftigt hat, hat sich sicherlich schon mal überlegt wie er aus dem Leben scheiden ...

[www.augenblicke-zwischen-leben-und-tod.de/t373f192-Selbstmord-Methoden-und-seine-Folgen.html](http://www.augenblicke-zwischen-leben-und-tod.de/t373f192-Selbstmord-Methoden-und-seine-Folgen.html) - Im Cache - Ähnliche

### Kreative Selbstmordmethoden in Aventurien - Aventurien & Dere ...

20 Einträge - 12 Autoren - Letzter Eintrag: 20. Juli 2006

Kreative **Selbstmordmethoden** in Aventurien. Es geht um Quasi-Selbstmord... also Dinge wie: - in einer Zwergenkneipe einen Kurzen bestellen ...

[forum.die3sphaere.de/wbb/index.php?page=Thread...](http://forum.die3sphaere.de/wbb/index.php?page=Thread...) - Im Cache

### 25 sichere Selbstmordmethoden

10 Einträge - 10 Autoren - Letzter Eintrag: 1. Juli 2008

Alles und Nichts - Fun - 25 sichere **Selbstmordmethoden.**

[www.youonweb.it/forum/ftopic3070.html](http://www.youonweb.it/forum/ftopic3070.html) - Im Cache - Ähnliche

### Sieben einmalige Methoden, Selbstmord zu begehen, a Harry Potter ...

A Harry Potter - Humor fanfiction. Story summary: Deutsche Version von 'Seven Unique Ways to Commit Suicide' - Haben Sie letztens den Wunsch verspürt, ...

[www.fanfiction.net/.../Sieben\\_einmalige\\_Methoden\\_Selbstmord\\_zu\\_begehen](http://www.fanfiction.net/.../Sieben_einmalige_Methoden_Selbstmord_zu_begehen)

## 1.12 Warnung vor einer Kontaktaufnahme mit jenseitigen Geistwesen

Viele Esoteriker und Parapsychologen wissen, wie gefährlich Kontaktaufnahmen mit Geistwesen werden können. Das 'harmlose' Gesellschaftsspiel mit Planchette, Gläserücken usw. zieht hauptsächlich negative erdgebundene Wesenheiten an; Resultat: meistens falsche, oft lebensbedrohende Äußerungen durch die so genannten Erd- & Fopp-Geister.

Viele Menschen sind durch solche zunächst anscheinend 'harmlosen' okkulten Sitzungen 'durchgedreht', umsessend oder besessen und landen in psychologischer oder psychiatrischer Behandlung.

»In ihrem Buch "Prüfet die Geister - Erlebnisbericht über Jenseitskontakte" schildert Frau Hildegard Gesbert ausführlich und anschaulich, wie es ihr bei spiritistischen Kontakten mittels Tonbandeinspielungen ergangen ist:

Beim Versuch, mit ihrem verstorbenen Vater durch Tonbandstimmen-Einspielung Kontakt aufzunehmen, erhielt sie Kontakte zu einem Wesen, das sich als ihr Vater ausgab und Kontakt zu weiteren Geistwesen. Ein Wesen gab sich als Gott persönlich aus. Im Glauben, die ergangenen Anweisungen seien wirklich von Gott, ließ sie sich darauf ein. Sie wurde durch ihren Gehorsam diesen inneren Anweisungen gegenüber zum Spielball bössartiger Geistwesen. Ihre anfängliche Glückseligkeit, von Gott 'ausgewählt' zu sein, führte u.a. zu so krassen Stimmungsänderungen und auffälligen Verhaltensweisen, dass sie als angeblich 'Schizophrene' in die Psychiatrie eingeliefert und mit massiven Psychopharmaka 'behandelt' wurde. - Erst durch Erkenntnis ihres Fehlers, Reue, Abkehr von dieser spiritistischen Praktik und konsequenter Weigerung, weiter auf diese Stimmen zu hören, sowie durch intensives Gebet zu Jesus Christus um Hilfe und Befreiung bekam sie die volle Herrschaft über ihre Gedanken, Gefühle und ihr Handeln wieder.

Seitdem ist es ihr Anliegen, mit ihrer Schrift Mitmenschen zu warnen, sich durch fromme und schöne Worte aus dem Jenseits verführen zu lassen.« (*Gutemann, 82*)

## 1.13 Angehörige von Suizidenten

### Reaktionen von durch Suizid Betroffenen

»Wenn sich in unserer Umgebung ein uns vertrauter Mensch das Leben nahm oder zu nehmen versuchte, merken wir an unseren Reaktionen, dass uns im Suizid etwas Unheimliches begegnet, das wir nicht einfach als eine gewählte Alternative zum Leben ohne Erschrecken hinnehmen können. Bohrend und oft vergeblich fragen wir nach den Gründen. Schuldgedanken und -gefühle können quälen und mit Enttäuschung und Ärger über den einhergehen, der "mir das angetan" hat. Es sollte zur Regel werden, so Betroffenen seelische Hilfe zu geben.« (*Evan. Katechismus, 799*)

»Die Angehörigen peinigen sich nach dem Suizid eines Menschen oft wegen ihrer Schuldgefühle. So sehr diese Gefühle verständlich sind, müssen wir sagen, dass gesund fühlende Menschen naturgemäß oft die Not eines anderen nicht erkennen, weil sie sie sich auch gar nicht vorstellen können.« (*Battegay, 95*)

»Die Hinterbliebenen verdienen genau so viel Mitgefühl wie die Weggegangenen. Sie brauchen eine Person, einen Ort, an dem sie alle ihre Gefühle äußern dürfen ohne Kritik. Im Gegenteil, sie brauchen Verstehen und Mitgefühl.« (*DAR 03/2001*)

»Ein Selbstmordversuch zerstört häufig das Familiengefüge und die Scheidungsrate steigt um 70 Prozent nach dem Suizid eines Kindes. Kummer, Schuldgefühle, das Gefühl, versagt zu haben, führen dazu, dass das Leben nicht mehr wie vorher ist. Vor allem steht die unendliche Qual nicht zu verstehen bzw. verstehen zu wollen, warum das Kind sich das Leben nahm.

Oft haben Eltern das Gefühl, die Zeichen nicht erkannt zu haben, was zu einem unendlich scheinenden Versagensgefühl führt. Es fällt schwer, andere verantwortlich zu machen, da ein Kind der Verantwortung der Eltern untersteht.

Die häufigste Frage in diesem Zusammenhang ist dann: "Warum kann GOTT so etwas zulassen?" Oft führen die unentwegt kreisenden Gedanken zum totalen Zusammenbruch. Die emotionale Heilung dauert lange.« (*Jakoby, 179*)

»Das Schwierigste für die Eltern von Kindern, die sich selbst getötet haben, ist, dass sie keine Möglichkeit hatten, sich zu verabschieden. Sie wissen auch nicht, warum ihr Kind dieses

tat. Viele Kinder hinterlassen keine Abschiedsbriefe. Und wenn, dann reflektieren diese ihre Wut gegen andere, sind voller Angriffe. Das kann bei den Eltern zu enormen, lange anhaltenden Schuldgefühlen führen, da die Briefe im Moment der größten Angst und Hoffnungslosigkeit geschrieben wurden. Viele Abschiedsbriefe klagen das Versagen der Eltern und Freunde an und sprechen diese schuldig.« (Jakoby, 182)

»Jeder Suizid betrifft nach verschiedenen Untersuchungen im Mittel direkt fünf andere Personen. Bei Kindern wird z.B. angenommen, dass schwere Persönlichkeitsstörungen und Depressionen auf einen elterlichen Suizid folgen können. Insgesamt zählen Menschen, die einen Angehörigen durch Suizid verloren haben, ebenfalls zu einer Risikogruppe. Suizid löst äußerste Machtlosigkeit und massive Schuldgefühle aus. Hinterbliebene stellen sich und ihre Wahrnehmungsfähigkeit insgesamt in Frage und sind dadurch völlig verunsichert. Sie suchen nach Erklärungen und Gründen, auf die sie niemals eine ausreichende Antwort erhalten werden. Es gibt wenig Wissen darüber, was in Menschen vorging, die sich tatsächlich suizidiert haben.« (AKL)

### **Das Krisenzentrum Dortmund:**

#### **»Wenn Sie einen nahestehenden Menschen durch Suizid verloren haben ...**

- erleben Sie möglicherweise schockartig eine dramatische Veränderung Ihrer Lebenssituation und geraten selber in eine existenzielle Lebenskrise,
- entwickeln Sie vielleicht Gefühle von Schuld, Scham und quälender Selbstvorwürfe, vielleicht aber auch Wut und Ärger,
- fällt es Ihnen möglicherweise schwer, ganz normale Trauer zu erleben und Abschied von diesem Menschen zu nehmen,
- brauchen Sie oft sehr lange (bis 2 Jahre und länger) um eine Einstellung zum Leben ohne die verstorbene Person zu finden,
- wünschen Sie sich eventuell verstärkt Zuwendung, Geduld, verlässliche Beziehungen, emotionalen Halt, Aufmerksamkeit,
- brauchen Sie manchmal im besonderen Maße professionellen Beistand und Hilfe,

- können Sie sich an Beratungsstellen, Krisentelefone, Selbsthilfegruppen und Trauergruppen wenden.« (*www3*)

## **Trauer von Angehörigen nach einem Suizid**

### **AGUS-Selbsthilfe:**

»Jeder Todesfall ist mit Kummer und Trauer verbunden.

Die Art des Todes hat wesentlichen Einfluss auf die Trauer und die Lebensgestaltung danach. Bei Tod durch Suizid drängen sich den Hinterbliebenen Fragen und Gefühle auf, die bei anderen Todesarten gar nicht oder nur abgeschwächt vorhanden sind und die Trauer unsagbar erschweren. Einige besonders schmerzhaft erschwernisse in der Trauer nach Suizid, die in unterschiedlicher Ausprägung und in unterschiedlichem zeitlichen Abstand vom Tod bei vielen Suizidtrauernden auftreten:

- Schuldgefühle ("Ich muss eine schlechte Ehefrau gewesen sein")
- Versagen ("Ich konnte es nicht verhindern, ich habe es nicht bemerkt")
- Einbruch des Selbstwertgefühles ("Ich bin es nicht wert, dass man meinetwegen weiterlebt")
- Infragestellung des bisherigen Lebens ("Hat er mich und die Kinder überhaupt geliebt")
- Scham und Verleugnung ("Niemand darf erfahren, dass der Vater meiner Kinder sich das Leben genommen hat")
- Wut oder Ärger auf den Verstorbenen ("Wie konnte er mir das antun")
- Verlust der Perspektive für das weitere Leben ("Wie soll ich damit weiterleben")

Weitere Erschwernisse sind oft die Reaktionen des Umfeldes. Tod durch Suizid ist ein gesellschaftliches Tabu, darüber spricht man nicht oder weiß dazu nichts zu sagen. Auch die jahrhundertelange Tradition, Selbsttötung als Todsünde zu verurteilen – ohne die tiefe Verzweiflung eines Menschen zu sehen, der sich das Leben nimmt – beeinflusst manchmal noch die Haltung gegenüber Trauernden. Eine Pastorin fasste dies bei der Trauerrede am Grabe eines durch Suizid verstorbenen jungen Mannes treffend zusammen:

"Trauernde haben einen Mitleidvorschuss, Suizidtrauernde einen Schuldvorschuss“.

Nicht-Betroffene gehen meist davon aus, dass die Trauer nach einem Suizid in ähnlichen Bahnen verläuft wie bei anderen Todesarten. Auch von Suizidtrauernden wird erwartet, dass nach dem Ablauf des ersten Trauerjahres eine Veränderung eintritt und langsame Normalisierung einsetzt. Aber Trauer nach Suizid ist ein Jahr nach dem Tod meist ebenso heftig, wenn auch verändert, als direkt in den Tagen danach; die Zeit ist dabei kein Maßstab.

Durch diese gesellschaftliche Tabuisierung und durch mangelnde Information kommt es oft zu Unsicherheit im Umgang mit den Hinterbliebenen und zur Vermeidung des Themas. Suizidtrauernde sehen sich häufig von einer 'Mauer des Schweigens' umgeben.« (www4)

### **Trauerseminare als Hilfe zur Trauerbewältigung**

Bericht einer Teilnehmerin eines Trauerseminars mit Jorgos Canacakis<sup>2</sup> (Auszug):

»Zum ersten Mal habe ich wirkliche Hilfe erfahren: Seit drei Jahren erlebe ich Trauer, Verzweiflung, Hoffnungslosigkeit, habe ich keine Lebensenergie mehr. Es war mir unmöglich, meine Trauer allein zu bewältigen. Ich habe lange vergeblich nach Menschen gesucht, mit denen ich über meine Gefühle sprechen wollte. Bis zu dem Seminar - länger als drei Jahre - habe ich sie nicht gefunden.

Die wichtigste Entscheidung für mich war der Entschluss, an dem Seminar teilzunehmen. Die Musik, das gemeinsame Feiern und Tanzen, die Mahlzeiten, das Kennenlernen und die Gemeinschaft mit den anderen Teilnehmern: das alles war für mich befreiend. Ich konnte einige meiner Ängste loswerden, andere abbauen. Ich konnte über das sprechen, was mich so sehr belastet hat. Drei Jahre nach dem Tod meines Lebensgefährten habe ich erkannt, dass Trauer ein Gefühl ist, das bewältigt und bearbeitet werden muss. Ich habe neue Erkenntnisse gewonnen, die ich an die Stelle der negativen, dunklen und belastenden Gedanken setzen kann. Ich kann jetzt Trauer bewusster zulassen und finde durch Hoffnung und Zuversicht

---

<sup>2</sup> Akademie für Menschliche Begleitung, Dr. Jorgos Canacakis, Goldammerweg 9, D-45134 Essen, [www.canacakis.de](http://www.canacakis.de), [info@canacakis.de](mailto:info@canacakis.de)

auch wieder aus ihr heraus. In meinem Herzen fühle ich mehr Ruhe und Klarheit als vorher.

Zum ersten Mal in meinem Leben habe ich in seelischer Not - die ich als viel schrecklicher und bedrohlicher als körperliche Schmerzen erlebt habe - wirkliche Hilfe erfahren.«

*(Canacakis, 169)*

### **Trauerfall in einer Bestatterfamilie**

»Selbst betroffen zu sein, eröffnet eine völlig andere Sichtweise.

Man sollte denken, dass Bestatter wie wir es gelernt haben mit dem Tod umzugehen, es verstehen, mit ihm zu leben, ja, das stimmt, aber auch nur, wenn es sich um den Tod fremder Menschen handelt. Trifft es einen geliebten Menschen aus der eigenen Familie, steht man genauso wie alle anderen vor einer schier unüberwindbaren Hürde aus Schmerz und Trauer.

Mein Bruder Frank, mit dem ich nicht nur meine Kindheit, sondern fast mein gesamtes Leben verbracht habe, hat seinem Leben mit nur 36 Jahren selbst ein Ende gesetzt.

Nachdem wir unsere verschiedenen Ausbildungen absolvierten, blieben wir unserer Heimatstadt treu und stiegen ins elterliche Bestattungsunternehmen ein.

Nach einigen Jahren übernahmen wir dieses und arbeiteten zusammen Tag für Tag, Jahr für Jahr. Er in seinem Aufgabenbereich und ich in dem meinigen. Wir waren ein eingespieltes Team, in dem sich jeder auf den anderen hundertprozentig verlassen und keiner auf die Arbeit des anderen verzichten konnte.

Das hat uns gestärkt, auch im Privaten, seine Sorgen waren meine und umgedreht genauso, so dachte ich es jedenfalls und hätte niemals vermutet, dass mein Bruder trotz seiner Beziehungsprobleme diesen verdammten Mut aufbringen würde. Gerade er, der starke, der große, attraktive und lebensfrohe Mann, Sohn, Lebensgefährte, Vater und Sportler würde nie aufhören zu kämpfen, dessen war ich mir so sicher und habe es darauf beruhen lassen und nicht nachgefragt.

Wie viele Suizide er selbst in all seinen langen Berufsjahren abholen musste, kann ich heute nicht mehr zählen. Ebenso wenig, wie oft er darüber schimpfte, dass sich Menschen durch Selbstmord aus dem Leben 'schleichen', wo doch andere durch

einen tragischen Unfall oder eine unheilbaren Krankheit mitten aus dem Leben gerissen werden und sich nichts sehnlicher gewünscht hätten, als weiter leben zu dürfen.

Und nun ist auch er eine Nummer auf der Statistikliste geworden, auf dessen Totenschein das Wort Suizid geschrieben steht. Ironie der Geschichte war und ist, dass Frank am Vormittag seines Sterbetages noch die Abholung eines unnatürlichen Haussterbefalles hatte, die Polizei und die Ärztin mussten am selben Abend die Umstände seines Todes untersuchen.

Seit jenem Unglückstag versteht unsere Familie die Welt nicht mehr, nichts ist und wird mehr so sein, wie es einstmals war. Nichts - diese Gewissheit, unsere Sehnsucht, unsere Vorwürfe, unsere Zweifel, unsere Wut, unsere nicht in Worte zu fassende Traurigkeit, unsere Erinnerungen, die momentan mehr schmerzhaft sind als tröstend, sind alles, was uns bleibt.

Wir - unsere Bestatterfamilie, wir sollten doch alles kennen, und nun stehen wir da wie alle anderen auch, hilflos, sprachlos, apathisch und krank vor Sehnsucht.

Wir haben meinen geliebten Bruder selbst abgeholt, überführt, gewaschen, gekleidet, eingebettet und offen bis zu seiner Beisetzung in unseren Betriebsräumen aufgebahrt.

Rückblickend gesehen war es wichtig, dass wir die Kraft fanden, alles Notwendige in der Familie zu machen, obwohl wir alle am liebsten weggelaufen wären, weil wir es nicht wahr haben wollten. Diese Direktheit aber, seinen Tod zu sehen, zu fühlen und zu spüren, wird uns vielleicht irgendwann einmal helfen zu akzeptieren, dass nichts und niemand unseren Frank wieder zurückbringen kann.« (*Eternity, Juni 2008*)

## 1.14 Abschiedsmitteilungen von Suizidenten

### Christian

»Anfang 1998 erhängte sich der 19-jährige Christian in seiner Wohnung. Er hinterließ ein aufrüttelndes Abschiedsprotokoll auf seinem Anrufbeantworter.

Christian war ein junger Mensch, der mit seinem Leben nicht klarkam. Sein Pflegevater hatte versucht, ihn in einer Lehre unterzubringen, aber bedingt durch den Einfluss falscher Freunde und Drogen aller Art bekam er sein Leben nicht in den Griff. Er verbarg stets seine wahren Gefühle vor den anderen

und geriet dadurch immer mehr ins innere Abseits, weil er sich nicht selbst lebte. Eine gescheiterte Beziehung nagte an ihm.

Auszüge:

"Einmal in meinem Leben hatte ich wirklich das Gefühl, dass ich gebraucht werde. Aber dies ist jetzt eben auch weg.

Wenn ich so darüber nachdenke, dann hat mir im Leben auch die Zuneigung gefehlt - einfach nur die Zuneigung, die jeder Mensch braucht. Ich habe sie eben nicht bekommen. Oder nicht an mich herangelassen. Oder beides, aber zum größten Teil nie bekommen.

Ich hasse das Leben!

Das Einzige, was mir im Leben Spaß gemacht hat, ist die Musik. Die Musik war immer da für mich. Ich konnte immer auf sie zurückgreifen. Sie hat mich immer abgelenkt von allem.

Ich habe schon öfter versucht, mich umzubringen. Gestern und vorgestern habe ich es auch versucht mit Schlaftabletten. Ich weiß nicht, aber es wirkt nicht so bei mir.

Und wenn ihr denkt, dass es mir leicht fällt, dann irrt ihr euch gewaltig. Es ist für mich auch ein großer Schritt oder Abgang. Also, es fällt mir auf keinen Fall leicht.

Wenn man Gefühle unterdrückt, dann ist man angesehen; wenn man alles immer logisch erkennt. Aber sobald es abwärts geht, sobald man es nicht mehr ganz richtig logisch erkennt, sondern vernebelt, also sobald man nicht mehr so richtig denken kann, spielen die Gefühle mit. Und sobald die Gefühle mitspielen, kann man kein richtiges Leben mehr führen - in dieser Gesellschaft, so wie sie jetzt ist.

Ich weiß nicht, also mir ist eigentlich vollkommen egal, was mit mir passiert. Mit einer anderen Dimension - nein, weiß ich nicht, ich lasse mich überraschen. Ich werde auf jeden Fall mitkriegen, was passiert. Vielleicht sterbe ich für immer, das war's, oder ich komme noch mal wieder. Aber das weiß ich nicht - das ist nur Spekulation. Deswegen lasse ich mich einfach überraschen.

Noch mal für alle gesagt: Es tut mir Leid, dass ich das machen muss. Wie gesagt, ich muss es machen. Es bleibt mir nichts anderes übrig. Ich komme in dieser Gesellschaft hier nicht klar."« (*Jakoby, 168 ff.*)

### **Ein 82-Jähriger** (ein Fall aus dem persönlichen Umfeld)

Die Ehefrau eines 82-jährigen ehemaligen Richters war über das Wochenende zu ihrer Schwester gefahren. Bei ihrer Rückkehr fand sie ihren Mann tot im Schlafzimmer. Er hatte sich mit einer Pistole das Leben genommen. Ihr Mann war bei guter Gesundheit gewesen, ausgeglichen und zufrieden mit seinem Rentnerdasein. Er hatte auch keine Anzeichen einer Depression gezeigt. An ein Leben nach dem Tod hatte er nicht geglaubt. Auf dem Nachttisch lag offen der folgende Abschiedsbrief:

"Meine liebe Marianne,

Mein Leben mit Dir war so schön. Ich danke Dir von Herzen. Warum sollen wir diesem schönen Teil noch einen qualvollen Teil anhängen, in dem ich Dir immer mehr zu Lasten fallen werde. Nein, 82 Jahre sind genug.

Wenn ich meinen 3 Kindern ein Leid zugefügt haben sollte, mögen sie mir verzeihen. Grüße sie und die Enkel und all unsere lieben Freunde und Bekannten.

Der Mann, der ich mal war, hat Dich sehr geliebt.

Dein Wolfgang"

Seine Frau war zutiefst getroffen und verstand sein Handeln nicht. Sie hatten einander immer versprochen, dass sie immer füreinander da sein wollten. Sie hatten immer ein sehr harmonisches Verhältnis zueinander gehabt, einander blind verstehen und vertraut, und über alles reden können.

### **Brief von Michael G. an die Herausgeber der Zeitschrift "DAR Die andere Realität" (Auszug):**

»Wenn Ihr diese Zeilen lest, bin ich nicht mehr auf dieser Erde: Ich hab die ständigen Schmerzen, verbunden mit Depressionen (besonders nach der letzten Chemotherapie) nicht mehr ertragen können. Ich bin freiwillig gegangen. Ich danke Euch von Herzen für Eure Freundschaft über so viele schöne und heitere Jahre hinweg. Das hat mir so viel bedeutet!

Ich freue mich derart aufs Wiedersehen mit Gisela. Die quälerischen Erinnerungen an Giselas Übergang und dieser Verlust lassen mich nicht los.

Bis wir uns wieder sehen, in alter Verbundenheit!  
Euer Michael« (DAR 1/2011)

## 1.15 Der Suizid von Adolf Merckle

Am 05.01.2009 warf sich der industrielle Adolf Merckle in Blaubeuren vor einen Zug. Dazu Auszüge aus dem *SPIEGEL* 3/2009 mit der Überschrift "Er hat nimmer können".

»Der Selbstmord des 74-Jährigen ist ein grausamer, ein archaischer Tod. So handelt jemand, der als Opfer anklagen möchte: Seht her, was man aus mir gemacht hat!

Bei ihm zu Hause finden sich noch am Abend ein paar handgeschriebene Zeilen an seine Hinterbliebenen.

Ein konkreter Anlass für die Tat wurde in dem Abschiedsbrief nicht genannt. Die Familie erklärte mit fast schon überraschender Nüchternheit: "Die durch die Finanzkrise verursachte wirtschaftliche Notlage seiner Firmen und die damit verbundenen Unsicherheiten der letzten Wochen sowie die Ohnmacht, nicht mehr handeln zu können, haben den leidenschaftlichen Familienunternehmer gebrochen, und er hat sein Leben beendet."

Es war ja nicht nur ein grausamer Tod. Es war auch ein einsamer.

Merckle fühlte sich im Stich gelassen. Von immer mehr Menschen und Institutionen.

"Er hat nimmer können", sagt seine Frau Ruth am Tag nach dem Selbstmord zum evangelischen Pfarrer Helmut Matthies. "Obwohl das Gebet für ihn in der letzten Zeit eine große Stütze war." Pfarrer Matthies bemüht dazu Psalm 69, in dem König David nach großen Erfolgen und bitteren Niederlagen rief: "Gott hilf mir. Das Wasser steht mir bis zum Hals."

Adolf Merckle ist nicht die einzige Wirtschaftsgröße, die in den vergangenen Monaten keinen anderen Ausweg aus dem drohenden Ruin sah, als sich umzubringen. Seit Beginn der Finanzkrise häufen sich die Selbstmorde von Top-Managern, Bankern und Finanzprofis rund um die Welt.«

## **Interview mit dem Sohn Philipp Merckle,**

*(SPIEGEL 19/2009) Auszüge:*

»SPIEGEL: Ausgerechnet so ein verschwiegener Unternehmer scheidet auf so grausige Art aus dem Leben. Was wollte er damit zum Ausdruck bringen?

Merckle: Was will man der Welt und den Hinterbliebenen erklären oder vorwerfen, indem man sich vor einen Zug legt und auf den Tod wartet? Immerhin nahm er auch den Schock des Zugführers in Kauf. Es gibt Leute, die glauben, dass er sich quasi selbst richten wollte, hinrichten. Für mich hat dieser Tod, wenn überhaupt, nur eine bestätigende Botschaft. Darüber hinaus glaube ich durchaus, dass wir als Gesellschaft daraus Lehren ziehen können.

SPIEGEL: Welche hauptsächlich?

Merckle: Dass wir vor allem als Unternehmer zurückfinden müssen zu einer gelebten Identität; zu Werten wie Vertrauen, Glaubwürdigkeit, zu verantwortlichem Handeln und den Prinzipien ehrbarer Kaufleute, wie sie beispielsweise mein Großvater noch gelebt hat. Und zu gesundem Maßhalten. ...

Die Wirtschaftskrise ist nicht schuld an seinem Ende, sie hat den Zerfall des Imperiums nur beschleunigt. Sie war Auslöser, nicht Ursache für seinen Selbstmord. Solche äußeren Krisen sind nicht ausschlaggebend. Mein Großvater erlebte den Zweiten Weltkrieg und musste danach mit einer einzigen Tablettenmaschine in den Ruinen wieder anfangen. Nein, meinem Vater wurde zum Verhängnis, dass ihm der innere Kompass abhanden gekommen war.«

## **Interview mit dem Arzt und Suizidforscher**

**Manfred Wolfersdorf,** *(WIWO 3/2009) Auszüge:*

»WIWO: Herr Wolfersdorf, in der vergangenen Woche hat sich der Unternehmer Adolf Merckle das Leben genommen. Warum begeht jemand Selbstmord, der trotz aller wirtschaftlichen Sorgen zu den reichsten Deutschen gehört?

Wolfersdorf: Selbst wenn es den Anschein hat, geht es bei einem Suizid nicht primär um wirtschaftliche Not. Das Entscheidende ist vielmehr der wahrgenommene Ehrverlust. Es gibt Hartz-IV-Empfänger, die sich töten, weil sie keine Weihnachtsgeschenke für ihre Kinder kaufen konnten. Auch bei ihnen spielt nicht der akute Geldmangel die zentrale Rolle,

sondern das Gefühl persönlichen Versagens. Man nennt dies dann in der Fachsprache narzisstische Kränkung.

WIWO: Was bedeutet das?

Wolfersdorf: Man zerbricht an seinem eigenen Ideal. Das Selbstbild hält der Wirklichkeit nicht mehr stand. Merckle etwa war in der Öffentlichkeit nicht mehr der solide, erfolgreiche Unternehmer, sondern der Zocker, der seine Unternehmen verspielt hat. Das könnte er als massive Entwertung seiner Person empfunden haben. Solche narzisstischen Kränkungen, verbunden mit dem Wegfall aller Hoffnungen auf Wiederherstellung des früheren Selbstwertgefühls als angesehenen Mensch, sind wahrscheinlich eine der Hauptursachen für Manager-Suizide.«

## 1.16 Der Suizid von Robert Enke

Der Fußballtorwart Robert Enke lässt sich am 10.11.2009 von einem Zug überfahren.

Auszüge aus der SPIEGEL-Titelgeschichte "Er hielt sich nicht mehr aus" (*SPIEGEL 47/2009*)

»Sein Suizid ließ die Deutschen erstarren. Und alle bewegte nur eine Frage: Warum?

Enkes Suizid geschah auf dem Höhepunkt seiner Karriere, sieben Monate vor der Weltmeisterschaft 2010, zu einem Zeitpunkt, zu dem Sportler sich unverwundbar fühlen oder so wirken. Wochen zuvor hatte Bundestrainer Joachim Löw erklärt, Enke sei sein Favorit für die WM in Südafrika. Dann hieß es, Enke sei krank, eine Infektion, er könne in den entscheidenden Qualifikationsspielen doch nicht antreten.

All die Jahre hatten Enkes Ehefrau und sein bester Freund, der Spielerberater Jörg Neblung, und die Eltern von den Depressionen gewusst, und natürlich sein Arzt, der Kölner Psychiater Valentin Markser. Sie hatten von seiner Angst gewusst, seinen Platz im Nationalteam zu verlieren, weil er das wichtige Spiel in Russland absagen musste.

Es war der Suizid eines Stehaufmannes, eines Unverwundbaren, der im Spiel alle Gefahren abwehrte, der doch seine Mannschaft und, metaphorisch, sein Land beschützte, weil er das Tor verteidigte.

Der Nationaltorwart ist der Inbegriff sportlicher Stärke. Er muss fehlerlos sein. Nervenstark. Selbstbewusst. Es gibt keinen härteren Job im Fußball, und Enke schaffte ihn.

"Ich bin jetzt wirklich entspannt", sagte er auf der Terrasse in Hannover und lächelte dabei.

Robert Enke - ein Baum von einem Mann, ein Vielgeliebter, brilliert im Tor, wie immer. Und zwei Tage später lässt er sich von einem Zug überrollen. Und im ganzen Land begreifen Menschen auf einmal, welche Verwüstungen die Krankheit Depression in der Seele eines Menschen anrichten kann. Sie sind erschrocken darüber, welche Wucht sie hat. Sie fragen sich, welcher mächtiger Schatten sich über einen Menschen legen muss, wenn der Schub kommt. Und wie es sein kann, dass nicht mal einer wie Enke sich dagegen wehren kann.

In der Katastrophe der Enkes zeigt sich mit einem Mal für alle sichtbar das Zerstörerische der Depression. Keine Salonkrankheit ist das, sondern oft ein tödliches Leiden. Es nimmt den Kranken die Lebenskraft und das Denkvermögen. Es zersetzt im Gehirn die Fähigkeit, sich am eigenen Schopf wieder herauszuziehen aus der Düsternis.

"Wenn Depressionen uns überkommen", schreibt der amerikanische Autor Andrew Solomon in seinem Buch "Saturns Schatten", "fühlen wir uns völlig erniedrigt und verlieren das Vermögen, zu lieben oder geliebt werden zu können. Als radikalste Vereinsamung zerstören sie sowohl Bindungen an andere als auch die Fähigkeit, in Frieden mit uns selbst zu leben."

Nur 30 bis 35 Prozent der behandlungsbedürftigen Depressiven bekommen eine richtige Diagnose, eine angemessene Behandlung gerade mal 6 bis 9 Prozent, ein Skandal, wenn man bedenkt, dass es hier nicht um Banalitäten geht. Noch immer wissen beispielsweise Hausärzte viel zu wenig über die Krankheit. Sie deuten Symptome falsch und schicken ihre Patienten mit Beruhigungsmitteln nach Hause - mit fatalen Folgen: Jeder Siebte, der an schweren Depressionen leidet, nimmt sich irgendwann das Leben. Nach den Erhebungen der Deutschen Angestellten-Krankenkasse ist die Depression die dritthäufigste Ursache für Arbeitsunfähigkeit. Gemessen daran, hört man nicht viel davon.

Vielleicht weil der Zustand, in dem sich Depressive befinden, so erbärmlich und schwer verständlich ist. Es ist eben

nicht die Niedergeschlagenheit oder Antriebslosigkeit, die jeder kennt. Es ist viel dramatischer, wenn die Kranken die Schwelle zur Normalität hinter sich lassen. Aber wie es sich anfühlt, wenn man Wochen oder Monate nicht aus dem Bett kommt, täglich in Tränen ausbricht oder wie versteinert ist, keinen klaren Gedanken fassen kann und nicht mehr ans Telefon oder aus dem Haus geht, weil man fürchtet, jemanden zu treffen, den man kennt, darüber spricht man nicht. Denn es ist ein Zustand äußerster Schwäche und Hoffnungslosigkeit. Es ist ein großes Schweigen, ein Tabu, das diese Krankheit umhüllt.

Es war bei einem Treffen auf Mallorca, als Enke erzählte, seine Haltung zum Fußball habe sich durch das private Drama seines Lebens verändert. Die Krankheit und der Tod seiner Tochter hätten alles relativiert.

Bei leichteren Depressionen hilft Psychotherapie mindestens genauso gut wie Medikamente. Bei schweren Episoden müssen Antidepressiva den Kranken erst so weit stabilisieren, dass er überhaupt therapiefähig wird. Oft dauert es aber viele Wochen, bis der Hirnstoffwechsel sich so weit normalisiert, dass die grotesk übersteigerten Gefühle von Schuld und Versagen abebben. Eine Zürcher Langzeitstudie ergab, dass die Suizidrate bei unbehandelten Depressiven dreimal höher war als bei behandelten - vorausgesetzt, die Medikamente wirken.

Psychotherapie ist teuer, aber sie wirkt, und sie schützt offenbar anders als eine reine Medikamentenbehandlung vor Rückfällen. Robert Enke bekam beides: Er nahm Medikamente und war bei Valentin Markser in Therapie, wegen Depressionen und Versagensängsten, zeitweise täglich, wie Markser sagte und natürlich streng geheim. Auch jetzt wieder standen sie in engem Kontakt. Bei Depressiven geht es in der Therapie darum, krank machende Wahrnehmungs- und Denkmuster zu erkennen und zu verändern. Nicht kleine Selbstzweifel oder Schuldgefühle, wie sie jeder kennt, sondern negative Gedankenschleifen, die einer Realitätsprüfung nicht standhalten. Auch Robert Enke muss solche Denkmuster gehabt haben, die geradewegs in die Hoffnungslosigkeit führten.

Robert Enke schaffte es, allen vorzumachen, es gehe ihm gut: Nein, macht euch keine Sorgen, ich muss nicht in die Klinik. Enke habe, sagt Holsboer, in dieser Hinsicht eine unglückliche Konstellation aufgewiesen, eine Art doppelte Buchführung:

Einerseits war ihm klar, dass er krank ist, andererseits war er geübt darin, so zu tun, als hätte er diese Krankheit nicht. "Wenn man Angst hat, jemand könnte sich das Leben nehmen", sagt Holsboer, "gibt es nur eins: Jemanden nicht allein zu lassen, auch nicht, um nur mal schnell zur Nachbarin zu gehen. Und eine Klinik zu kennen, in die man 24 Stunden am Tag kommen kann."

Teresa Enke beschrieb Roberts Versuche, mit der Krankheit zu leben. Die Phasen der Zuversicht. Wie die Verzweiflung am Ende doch immer größer wurde. Wie der Fußball ihrem Mann geholfen habe, mit der Krankheit fertig zu werden. Und wie der Fußball ihn fertigmachte, immer wieder. Sie habe versucht, ihm Perspektive und Hoffnung zu geben, ihm zu sagen, dass es außer Fußball noch andere Dinge gebe, für die es sich zu leben lohne, und dass er ins Krankenhaus gehen solle. Aber er glaubte, in der Welt, in der er lebte, dürfe eine Krankheit wie seine auf keinen Fall öffentlich werden.

"Wir dachten halt auch, mit Liebe geht das", sagte Teresa Enke. "Aber man schafft es doch nicht immer."

Das Stigma der Depression, das glaubte er auch, würde ihm alles nehmen, vielleicht sogar das Mädchen, das Teresa und er erst im Mai adoptiert hatten. "Was denken die Leute, wenn man ein Kind hat, und der Papa ist depressiv?", habe Robert gemeint, sagte Teresa Enke. Das Jugendamt werde ihnen das Kind wieder wegnehmen.

Doch Robert Enke glaubte, ein Klinikaufenthalt würde alles zum Einstürzen bringen. Kein Mensch kann sagen, ob er dort hätte geheilt werden können oder auch nur stabilisiert.

Das Einzige, was Suizidgefährdete im Leben hält, so heißt es, sind Beziehungen. Aber dafür muss man reden über die Gefahr. Im Laufe der Zeit, sagt sein Arzt Markser, habe sein Patient gelernt, seine Gedanken zu verschleiern - so perfekt, dass er am Ende auch für die nächsten Menschen nicht mehr zu erreichen war. Die Kollegen, die Freunde ahnten nichts. Suizidgedanken soll Robert Enke immer glaubhaft verneint haben.

Die meisten Depressiven tragen sich lange mit Selbstmordgedanken. Am Ende braucht es für den letzten Schritt doch noch einen Impuls: jetzt! Befragt man Menschen, deren Suizid fehlgeschlagen ist, sagen die meisten, sie hätten drei Stunden zuvor nicht geglaubt, dass sie es an diesem Tag tun würden.

Sich vor den Zug zu werfen, sagen manche Psychologen, sei eigentlich untypisch für einen geplanten Suizid. Wer rational plant, denkt auch daran, was es für die anderen bedeutet, wenn sich einer vom Zug überrollen lässt: Den Lokführer, die Rettungssanitäter, die Frau.

Enke war stark. Aber nicht stark genug, um seine Schwäche einzugestehen. "Robert hat ein Doppelleben geführt", sagt sein Vater, "er hielt sich nicht mehr aus in dem Leben, das er gar nicht wollte, und was er wollte, wusste er nicht. Oder er hatte Angst vor den Konsequenzen. Das muss so schlimm gewesen sein, dass es die leichtere Entscheidung war, aus dem Leben zu gehen."« (*SPIEGEL 47/2009*)

»Der Selbstmord des depressiven Nationaltorhüters Robert Enke im November 2009 löste kollektive Trauer aus. Große Einigkeit herrschte darüber, dass die Gesellschaft endlich einen offenen Umgang mit psychischen Leiden finden müsse. Doch geändert hat sich nicht viel.« (*SPIEGEL 4/2011*)

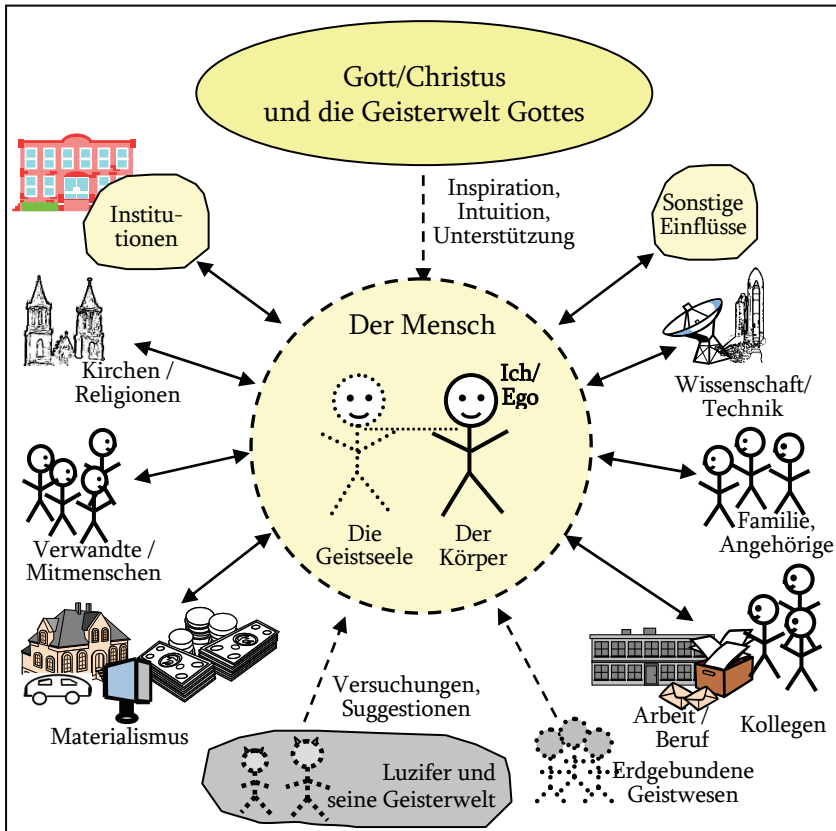
### **Die Robert-Enke-Stiftung**

»Der Deutsche Fußball-Bund (DFB), der Ligaverband (Die Liga – Fußballverband e.V.) und Bundesligist Hannover 96 haben am 15. Januar [2010] im Rahmen einer Sitzung des DFB-Präsidiums in München den Beschluss gefasst, die Robert-Enke-Stiftung als gemeinnützige Stiftung ins Leben zu rufen.« (*www7*)

- »1. Zweck der Stiftung ist die Förderung von Maßnahmen und Einrichtungen, die der Aufklärung über die Krankheit Depression bzw. Kinder-Herzkrankheiten und/oder der Erforschung oder Behandlung dieser Krankheiten dienen.
2. Der Stiftungszweck soll insbesondere verwirklicht werden durch:
  - Förderung von Studien, Projekten und anderen Maßnahmen, die sich mit der Krankheit Depression sowie Kinder-Herzkrankheiten beschäftigen
  - Förderung und Durchführung von Veranstaltungen und Vorhaben wie etwa Tagungen, Symposien, Diskussionen, Vorträgen, Seminaren etc. über die vorgenannten Krankheiten oder die Vergabe von Förderpreisen
  - Unterstützung von Einrichtungen, die den vorgenannten Aufgaben dienen « (*www7*)

## Teil 2 "Lebensorientierung durch spirituelles Wissen" - Die erweiterte Sicht des Menschseins -

### 2.1. Der Mensch auf der Erde: Geburt - Leben - Sterben



Der Mensch ist sein Leben lang eingespannt in ein Netz von externen Einflüssen, die er seinerseits selber zu beeinflussen und zu kontrollieren sucht.

#### Typische Probleme des Menschen im Erdenleben

- Der Mensch weiß nicht, wer er ist, was er ist und warum er auf der Erde ist.
- Die Körpersinne und das Ego können den Sinn des Lebens nicht erfassen.

- Es fehlen ihm die Fähigkeit und die Bereitschaft, den Versuchungen und dem Glanz der Materie zu widerstehen.
- Der Körper stellt laufend Ansprüche, die befriedigt werden wollen.
- Die Sehnsucht nach Sicherheit, Bequemlichkeit und einem Rundumsorglos-Paket.
- Das Leben ist ein ständiges sich Unterordnen und Anpassen an externe Einflussfaktoren.
- Ständige Ablenkungen und sinnliche Versuchungen, um bloß nicht zum Nachdenken zu kommen.
- Fehlende Orientierung für ein sinnvolles und sinnerfülltes Leben.
- Der Einzelne erklärt sich für ohnmächtig und übergibt sein Leben an "Obrigkeiten, die es besser wissen".
- Immer für andere da sein müssen, statt selber sein zu dürfen.
- Viele fühlen sich im Leben zu kurz gekommen, vom Leben vernachlässigt, ungerecht behandelt, einsam und ungeliebt.
- Angst vor sozialem Abstieg, Krankheiten und Behinderungen.
- Angst, im Alter anderen zur Last zu fallen.
- Gefühl der Wertlosigkeit, fehlende Perspektive und Ohnmacht.
- Wer versucht, spirituell orientiert zu leben, geht in der Gesellschaft unter.
- Spiritualität wird als lebensfremde Flucht vor der Realität angesehen.
- Spirituell Suchende werden als unbelehrbare Träumer angesehen.

### **Die Macht der Gewohnheit und 'Es ist nicht meine Schuld'**

» 1.

Ich gehe die Straße entlang.

Da ist ein tiefes Loch im Gehsteig.

Ich falle hinein.

Ich bin verloren ... Ich bin ohne Hoffnung.

Es ist nicht meine Schuld.

Es dauert endlos, wieder herauszukommen.

2.

Ich gehe dieselbe Straße entlang.

Da ist ein tiefes Loch im Gehsteig.

Ich tue so, als sähe ich es nicht.  
 Ich falle wieder hinein.  
 Ich kann nicht glauben, schon wieder am gleichen Ort zu sein.  
 Aber es ist nicht meine Schuld.  
 Immer noch dauert es sehr lange, herauszukommen.  
 3.  
 Ich gehe dieselbe Straße entlang.  
 Da ist ein tiefes Loch im Gehsteig.  
 Ich sehe es.  
 Ich falle immer noch hinein ... aus Gewohnheit.  
 Meine Augen sind offen.  
 Ich weiß, wo ich bin.  
 Es ist meine eigene Schuld.  
 Ich komme sofort heraus.  
 4.  
 Ich gehe dieselbe Straße entlang.  
 Da ist ein tiefes Loch im Gehsteig.  
 Ich gehe darum herum.  
 5.  
 Ich gehe eine andere Straße.« (*Rinpoche, 50 ff.*):

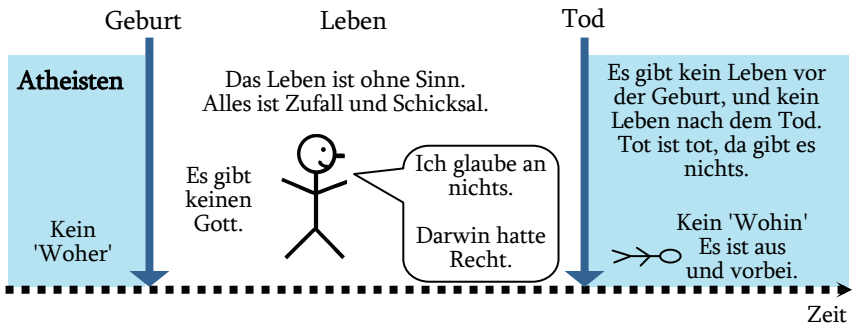
## 2.2. Überzeugungen und Weltbilder zum Erdenleben

»Zu allen Zeiten, von Anfang an, haben sich die Menschen gefragt: Wer bin ich? Wem verdanke ich das Leben? Weshalb existiere ich? Wozu bin ich hierher gekommen, und wohin gehe ich? Bewusst oder unbewusst sind wir alle auf der Suche nach Antworten und versuchen, die Lektionen des Lebens zu lernen. Wir ringen mit Angst- und Schuldgefühlen. Wir streben nach Sinn, Liebe und Macht. Wir versuchen, Angst, Verlust und Zeit zu verstehen. Wir möchten herausfinden, wer wir sind und wie wir wirklich glücklich werden können.«

*(Kübler-Ross 2, 14)*

Nur: Wer hat befriedigende Antworten auf diese Fragen und inwieweit helfen diese Antworten, das eigene Leben zu gestalten?

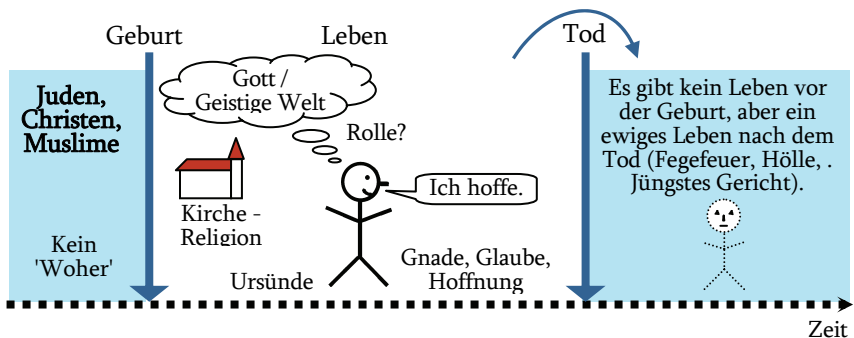
## 2.2.1 Atheisten zum Woher und Wohin des Lebens



### Annahmen und Überzeugungen eines Atheisten:

- Alles ist aus dem Urknall zufällig entstanden, ohne Ziel und Sinn.
- Alles hat sich natürlich und evolutionär entwickelt - ohne einen Gott. Darwin hat es bewiesen.
- Eine Kette von Milliarden erforderlicher Evolutionsschritte lief ganz zufällig ab.
- Der Mensch ist ein Zufallsprodukt aus Materie und ohne Sinn.
- Der Mensch lebt nur einmal.
- Emotionen, Gedanken, Freude, Trauer basieren auf chemischen Reaktionen im Gehirn.
- Schicksal ist nur Zufall, sonst nichts.
- Tot ist tot, danach gibt es nichts mehr.

## 2.2.2 Juden, Christen und Muslime zum Woher und Wohin



### **Annahmen und Überzeugungen:**

- Es gibt kein Woher. Die Seele entsteht irgendwann, bei der Zeugung oder in den ersten Monaten.
- Der Mensch lebt nur einmal.
- Durch Adam und Eva unterliegen alle Menschen der Ursünde.
- Nur die jeweilige Religionsgemeinschaft kann einen Menschen erlösen und retten.

Aussagen von Religionsvertretern zum Leben nach dem Tod  
(PM 12/1996):

Katholisch	»Christen glauben an das ewige Leben, das sich im Tod eröffnet. Im Tod verfällt der Leib, die Seele wird in die ewige Gemeinschaft mit Gott aufgenommen.«
Evangelisch	»Der gekreuzigte Jesus wurde durch Gott von den Toten auferweckt. Damit zeigt Gott, dass nicht der Tod, sondern Er selbst das letzte Wort spricht.«
Jüdisch/ Judentum	»Wir glauben an die Auferstehung von den Toten und das Weiterleben. Daher darf nach jüdischem Glauben ein Grab niemals angetastet werden.«
Islam	»Das diesseitige Leben ist vergänglich und trügerisch, das jenseitige Leben ist ewig. Am Tag der Auferstehung wird der Gläubige mit seinen diesseitigen Taten konfrontiert.«

### **Gott offenbart sich seinen Kindern zu allen Zeiten.**

Juden, Christen und Muslime glauben an den einen Gott als ihren Schöpfer, der seit ewigen Zeiten direkt oder über Propheten zu den Menschen spricht.

- Gen 1:           Dann sprach Gott: ...  
Gen 18-10:      Da sprach der Herr: ...  
Gen. 22-1:      Gott sprach: ...

- Exodus 3: Als der Herr sah, dass Mose näher kam, rief Gott ihm aus dem Dornbusch zu: Mose, Mose! ...  
Der Herr sprach: Ich bin der Gott deines Vaters, der Gott Abrahams, der Gott Isaaks und der Gott Jakobs.
- Jesaja 3,16: Der Herr sprach: ...
- Jesaja 8, 1: Der Herr sagte zu mir: ...
- Jeremia 2,1: Das Wort des Herrn erging an mich.
- Ezechiel 3,22: Dann legte sich die Hand des Herrn auf mich. Er sagte zu mir ...
- Math 3,17: Und eine Stimme aus dem Himmel sprach: Das ist mein geliebter Sohn ...

**Anmerkung:** Nicht nur Gott spricht zu den Menschen. Zu allen Zeiten sprechen Christus als 'das Wort Gottes' und Geistwesen aus der Geisterwelt Gottes zu den Menschen, leider aber auch die Anhängerschaft Luzifers.

»Die Geisterwelt Gottes ist in den christlichen Kirchen schon seit 1600 Jahren ausgeschaltet. Die Leiter der Kirchen haben den 'heiligen Geist ausgelöscht'. Wo aber die Geister Gottes haben weichen müssen, da stellen sich andere Geister ein, von denen Paulus an Timotheus schreibt: 'Der Geist Gottes aber sagt ausdrücklich, dass in späteren Zeiten manche vom rechten Glauben abfallen werden, indem sie sich irreführenden Geistern und Lehren zuwenden, die von Dämonen stammen.' [1. Tim 4,1.]« (*Greber, 19*)

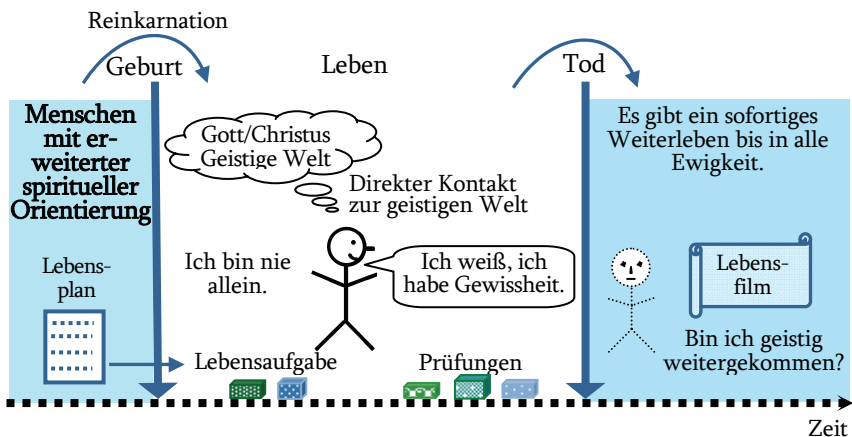
»Seht auf einen irdischen Vater und sein Kind. Glaubt ihr, dass ein irdischer Vater mit seinem Kind nicht redet? Das müsste schon ein sehr schlechter Vater sein, der sich seinem Kind nicht zuneigt, mit ihm scherzt, lacht, spielt und mit ihm redet. Warum soll Ich, euer Himmlischer Vater, nicht mit euch reden?« (\* *LLK 28.-30.09 2007*)

Sehr viele der christlichen Propheten, wie etwa Katharina von Siena, Birgitta von Schweden und Hildegard von Bingen, führen ihre prophetische Rede direkt zurück auf Offenbarungen von Christus. Diese Offenbarungen werden von der Theologie oft mit dem Begriff der 'Privatoffenbarungen' bezeichnet.

Es gab und gibt seit Beginn der Menschheit eine Kommunikationsverbindung zwischen dem "Jenseits" und dem Diesseits über die sog. 'Medien'. Dazu Paulus:

»Das Reden der Geister Gottes durch Medien behandelt nicht geringschätzig. Doch prüfet alle Geisterkundgebungen und haltet nur an dem fest, was sich als gut erweist. Von allem, was dabei auch nur den Schein des Bösen an sich trägt, haltet euch fern! « (1. Thess 5.20 ff.)

## 2.3 "Woher und Wohin" aus erweiterter spiritueller Sicht



### Offenbarungen aus der Geistigen Welt Gottes besagen:

Es gibt ein Leben vor und ein Leben nach dem Erdenleben.

Es gibt ein 'Woher', es gibt Reinkarnation und Karma.

Der Mensch als solcher lebt zwar nur einmal, wie es die Kirchen postulieren. Aber das ihm innewohnende Geistwesen lebt ewig.

### Was ist unter Spiritualität und Spiritualismus zu verstehen?

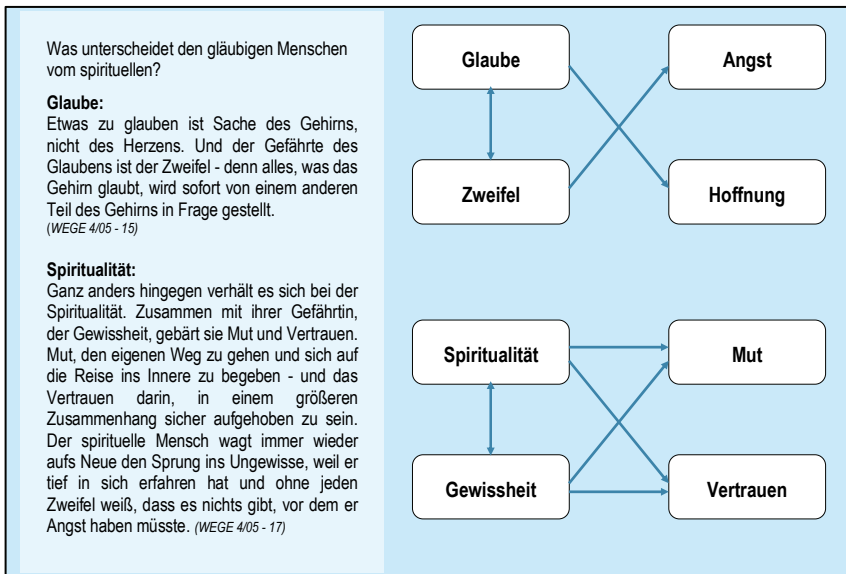
- Die Spiritualität ist die Brücke zu unserem geistigen Ursprung.
- Spiritualität beinhaltet keine Abkehr von der Welt, sondern – über diese hinaus - das Anstreben eines inneren geistigen Wachstums.
- Spiritualität ist eröffnend und befreiend, Religionen sind häufig einengend und dogmatisch.
- Spiritualismus ist das Gegenteil von Materialismus.
- Spiritualität ist der innere und ursprüngliche Wesenskern aller Religionen.

- Spiritualität ist zeitlos und religionsübergreifend.
- Spiritualität gibt Kraft, Halt und Zuversicht. Es ist die innere Beziehung zu Gott und die Entdeckung des Geistes im Menschen.
- Die Liebe ist der wahre Kern der Spiritualität.

»Spiritualismus ist die Lehre vom persönlichen Überleben des irdischen Todes und der Bindung an Gott. Er ist die Lehre von der Herkunft und Bestimmung des Menschen und der Verantwortlichkeit für seine Handlungen gegenüber Gott. Er ist die Lehre vom Nachrichtenaustausch zwischen Diesseits und Jenseits, zwischen der irdischen und der göttlichen Welt.«

(Schiebeler, 3)

»Der Spiritualismus ist keine Religion; er ist die gleiche Lehre, die Ich in der Person Jesu zur Orientierung aller Menschen aller Zeiten auf der Welt verbreitete. Es ist meine Lehre der Liebe, der Gerechtigkeit, des Verstehens und der Vergeltung.« (\* DT 47, 14)



»Der Spiritualismus ist die Offenbarung, die euch alles enthüllt und lehrt, was ihr besitzt und in euch tragt. Er lässt euch erkennen, dass ihr ein Werk Gottes seid, dass ihr nicht nur Materie seid, dass es etwas über eurem "Fleisch" gibt, das euch

über die Ebene der Natur, die euch umgibt, und über den Schmutz eurer Leidenschaften erhebt.« (\*DT 47, 23)

»Spiritualität ist das Ziel, das der Mensch anstreben soll, da er dadurch imstande sein wird, voll und ganz mit seinem Gewissen eins zu werden, und schließlich das Gute vom Bösen unterscheiden kann.« (\*DT 34, 61)

## 2.4 Was und Wer ist der Mensch?

Es gibt eine Reihe von Aussagen der Geisterwelt Gottes zum Suizid, seinen Ursachen und seinen Folgen, wie sie in Teil 3 dargestellt werden. Um zu einem besseren Verständnis dieser Aussagen zu gelangen, ist es hilfreich, sich zunächst ein erweitertes Bild vom Menschen und vom Menschsein innerhalb der Schöpfung zu machen.

Der Mensch ist eine Einheit aus Geist, Seele und Erdenkörper.

»In der Umgangssprache werden 'Geist' und 'Seele' häufig synonym verwendet. Im vorliegenden Text werden diese Begriffe differenziert. Zum besseren Verständnis wollen die folgenden Aussagen und Erläuterungen der Begriffe 'Geist', 'Seele', 'Geistwesen' und 'Geistseele' eine Hilfestellung sein.

- Der Mensch ist mehr als sein Körper.
- Der Mensch ist eine geistige Wesenheit in einem Erdenkörper, d.h., ein jenseitiges, feinstoffliches Geistwesen in einem materiellen Körper.
- Dieses Geistwesen als geistige Wesenheit hat eine feinstoffliche Geistseele. Häufig wird in der Literatur nur der Begriff 'Seele' anstelle von 'Geistseele' verwendet, da die Seele ohnehin den Geist als inneren Kern beinhaltet und ihn als ein feinstoffliches Seelenkleid umhüllt.
- Das körperliche Erscheinungsbild des Geistwesens im Jenseits, d.h., in der Astralwelt, ist das seiner Geistseele.
- Der Geist eines Geistwesens ist der von Gott erhaltene Urlichtfunke, auch Gottesfunke genannt. Der Urlichtfunke ist die innige und unauslöschliche Verbindung zwischen dem Geistwesen und Gott, seinem Vater. Er ist Sitz der Göttlichen Geistesgaben wie Gewissen, freier Wille, Be-

wusstsein, Liebesfähigkeit, Intelligenz und eine unerschöpfliche Göttliche Energiequelle im Geistwesen.

- Im Erdenleben kann der Geist des Geistwesens den Körper nicht direkt, sondern nur über die Seele führen.
- Aufgrund des durch Ungehorsam verursachten Abfalls von Gott hat sich das Seelenkleid der abgefallenen Geistwesen 'befleckt'.
- Das Ziel eines auf der Erde inkarnierten Geistwesens ist, durch eine gottgewollte Lebensführung das Seelenkleid zu reinigen und die Höherentwicklung der Seele voranzutreiben.
- Das oberste Ziel eines jeden Geistwesens ist jedoch, durch spirituelles, geistiges Wachstum die geistige Vollkommenheit und die Rückkehr zu Gott, unserem Vater, zu erreichen.« (UNICON, 3)

### Spirituelle Offenbarungen zu "Was und Wer ist der Mensch?"

In Mexiko wurden von 1866 bis 1950 Göttliche Kundgaben durch sog. 'Stimmträger' übermittelt. Tausende von Menschen versammelten sich alle Sonntage in vielen Versammlungshäusern, um die Kundgaben zu hören. Die Inhalte der Kundgaben waren in den verschiedenen Versammlungshäusern in ihrem Sinngehalt übereinstimmend.

Aus der Vielzahl der Kundgebungsmitchriften wurden 12 Bände in spanischer Sprache zusammengestellt unter dem Titel 'Libro de la Vida Verdadera', zu deutsch: **"Buch des Wahren Lebens"**. Die 12 Bände umfassen 366 Unterweisungen in rund 25.500 Versen, aus denen wiederum verschiedene Kompendien zusammengestellt wurden. Davon vor allem zu nennen ist **"Das Dritte Testament"**.

Die Unterweisungen sind einfach und klar und für jedermann verständlich. Sie sind vom Geist und der Gesinnung Christi und der Liebe und Barmherzigkeit des Himmlischen Vaters durchdrungen. Ihre Weisheit und Tiefgründigkeit verhelfen den Menschen zu einem besseren Verstehen Gottes, ihrer selbst, des Sinns ihres Daseins auf Erden und der Geschehnisse in ihrem persönlichen Leben. So geben sie ihnen Trost und Orientierung.

In den Mexikanischen Offenbarungen hat Christus, das Wort Gottes, zu den grundlegenden Menschheitsfragen wie "Woher

kommen wir? - Warum sind wir hier auf der Erde? - Und wo gehen wir nach dem Sterben hin?" viele Antworten gegeben, aus denen im Folgenden zitiert wird.

In Bezug auf seine Offenbarungen sagt Christus:

»Zu allen Zeiten habe Ich Mich dem Menschen in schlichter Weise offenbart, damit er Mich verstehen könnte, immer habe Ich es im Fassungsereich eures Verstandesvermögens und eures Herzens getan. « (*\* DT 23, 41*)

»Erscheint es euch unmöglich oder zumindest seltsam, dass Gott Sich den Menschen geistig kundtut - dass die Geistige Welt sich kundgibt und in eurem Leben manifestiert - dass unbekannte Welten und Sphären sich euch mitteilen? Wollt ihr etwa, dass eure Erkenntnis stehenbleibt und der Vater euch niemals mehr als das offenbart, was Er euch bereits offenbart hat?« (*\* DT 23, 53*)

»Wer weiß nicht, dass der Mensch ein Kind Gottes ist? Wer weiß nicht, dass er einen Geist in sich trägt? Warum dann nicht glauben, dass es zwischen dem Vater und seinen Kindern eine oder mehrere Arten geben muss, sich gegenseitig zu verständigen?« (*\* DT 4, 35*)

## 2.5 Auszüge aus dem Buch "Einführung in das Buch des Wahren Lebens"

Die folgenden Texte im Kapitel 2.5 sind dem Buch der UNICON-Stiftung "**Einführung in das Buch des Wahren Lebens**"<sup>3</sup> entnommen. In diesem werden überwiegend Verse aus dem "Dritten Testament" zitiert. Die im vorliegenden Buch herangezogenen Verse sind daher ohne eigene Quellenangabe. An einzelnen Stellen werden zusätzlich ergänzende Texte aus anderen Quellen verwendet, die jeweils genannt werden.

### 2.5.1 Warum hat Gott die Schöpfung gemacht?

»Bevor es Welten gab, bevor alle Kreatur und die Materie zum Leben erstanden, existierte bereits Mein Göttlicher Geist. Doch als All-Einheit fühlte Ich in Mir eine unermessliche Leere, denn Ich war wie ein König ohne Untertanen, wie ein Meister ohne Schüler. Aus diesem Grunde fasste Ich den Plan,

---

<sup>3</sup> Das Buch ist bei der UNICON-Stiftung kostenlos erhältlich (s. Anhang).

Mir ähnliche Wesen zu erschaffen, denen Ich Mein ganzes Leben widmen und die ich innig lieben würde.«

### **2.5.2 Ist Gott für Menschen vorstellbar?**

»Gott hat keine Gestalt, denn wenn Er sie hätte, wäre Er ein begrenztes Wesen, wie es das menschliche ist, und dann wäre Er nicht Gott.«

»Ich bin Alles und bin niemals geboren. Ich bin der Anfang und das Ende, das Alpha und das Omega alles Geschaffenen.«

### **2.5.3 Der Geist Gottes**

»Der Geist Gottes ist wie ein unendlich großer Baum, bei dem die Äste die Welten und die Blätter die Wesen sind.«

»Der Geist des Vaters ist unsichtbar, aber Er offenbart sich in unendlich vielen Formen. Das ganze Universum ist nur eine materielle Manifestation der Göttlichkeit.«

### **2.5.4 Die geistige und die materielle Schöpfung**

»Aus Mir sind die drei Wesensnaturen hervorgegangen: Die Göttliche, die Geistige und die Materielle. Als Erschaffer und Eigentümer alles Geschaffenen kann Ich in Göttlicher und zugleich verständlicher Weise zu euch sprechen.«

»Die Liebe ist die Essenz Gottes. Aus dieser Kraft schöpfen alle Wesen, um zu leben; aus ihr entsprang das Leben und die ganze Schöpfung. Die Liebe ist der Ursprung und das Ziel in der Bestimmung all dessen, was vom Vater geschaffen wurde.«

### **2.5.5 Christus**

»Ich sage euch, Christus ist mit dem Vater eins von Ewigkeit her, noch bevor die Welten waren.«

»Christus ist die höchste Manifestation der Göttlichen Liebe, ist das Licht, welches in den Regionen des Geistes das Leben ist; das Licht, das die Finsternis durchbricht und vor jedem geistigen Blick die Wahrheit aufdeckt, die Geheimnisse auflöst, die Tür öffnet und den Weg zur Weisheit, Ewigkeit und Vollkommenheit der Geistseelen zeigt.«

## 2.5.6 Die Erschaffung der Geistwesen

### Der Grund für die Erschaffung

»Damit Gott sich Vater nennen könnte, ließ Er aus Seinem Schoße Geistwesen hervorgehen - Geschöpfe, die Ihm in Seinen Göttlichen Eigenschaften ähnlich waren. Dies war euer Ursprung, so erstandet ihr zum Geistigen Leben.«

»Der Grund für eure Erschaffung war die Liebe, die Göttliche Sehnsucht, Meine Macht mit jemandem zu teilen.«

»Der Mensch! Er ist Mein Ebenbild, weil er Intelligenz, Leben, Bewusstsein, Wille ist, weil er etwas von all Meinen Eigenschaften besitzt und sein Geist der Ewigkeit angehört.«

»Der Mensch ist Teil der Schöpfung, er hat eine Aufgabe zu erfüllen, wie sie alle Geschöpfe des Schöpfers haben; aber ihm wurde eine geistige Natur zuteil, eine Intelligenz und ein eigener Wille, damit er durch eigene Anstrengung die Entwicklung und Vervollkommnung der Geistseele erreicht, welche das Höchste ist, was er besitzt.«

### Der Geist des Geistwesens

»Ihr müsst begreifen, dass ihr - mit Geist begabt - in der Schöpfung das geliebteste Werk des Vaters darstellt, weil Er in euch geistige Essenz, geistige Eigenschaften und Unsterblichkeit hineinlegte.«

»Jener Lichtfunke, der in jedem Menschenwesen vorhanden ist, ist das Band, das den Menschen mit dem Geistigen verbindet, ist das, was ihn in Kontakt mit dem Jenseits und mit seinem Vater bringt.«

### Das Gewissen des Geistwesens

»Das Gewissen wird euch sagen, wie ihr in Einklang mit allem leben sollt.«

»Deshalb gab Ich euch das Gewissen, damit es euch als Führer diene. Ich gewährte euch den freien Willen, damit eure Werke wahren Wert vor Mir haben würden.«

### Die Geistseele und der Erdenkörper

»In der Geistseele ist das Licht des Gewissens; aber gleichzeitig mit der Entwicklung des Körpers entwickeln sich mit ihm die Leidenschaften, die bösen Neigungen, und diese liegen im Kampf mit den Tugenden.«

»Die Geistseele ringt darum, ihren Aufstieg und Fortschritt zu erreichen, während 'das Fleisch' immer wieder den Anreizen der Welt erliegt.«

»Der Geist soll die Seele erleuchten, und die Seele soll den Körper führen.«

»Wenn die Seele es nicht schafft, sich den Körper untertan zu machen, wird dieser sie beugen und sie beherrschen; aus diesem Grunde werden die Seelen schwach und glauben, dass sie mit dem Fleische sterben.«

»Der Körper, den ihr besitzt, ist nur eine vorübergehende Bekleidung der Geistseele.«

### **Der Freie Wille - die Willensfreiheit**

»Ich habe euch die Willensfreiheit gegeben, damit ihr aus eigenem Willen den rechten Weg einschlagt, der zu Mir führt.«

»Es liegt an euch, den Weg zu wählen, um zu Mir zu gelangen. Ihr besitzt noch immer die Willensfreiheit.«

»Außer Gott besitzen nur die Geistwesen geistige Intelligenz, Bewusstsein, Wille und Willensfreiheit.«

### **2.5.7 Die Gesetze Gottes**

#### **Die ewigen, unwandelbaren Gesetze**

»Meine Gesetze sind von Liebe geprägt, und da sie von Meiner Göttlichkeit stammen, sind sie unveränderlich und ewig, während die euren vergänglich und zuweilen grausam und eigensüchtig sind.«

»Mein ganzes Gesetz ist in zwei Geboten zusammengefasst: der Liebe zu Gott und der Liebe zum Nächsten. Dies ist der Weg.«

#### **Die immanente Kenntnis der Gesetze**

»Wie könnt ihr Mein Gesetz jederzeit ausüben? Indem ihr auf die Stimme des Gewissens hört, welche der Richter eurer Handlungen ist. Ich gebiete euch nichts, was ihr nicht erfüllen könntet.«

»Lebt in Meinem Gesetze, dann braucht ihr den Tod nicht zu fürchten.«

»Weil ihr Mein Gesetz durch die euren ersetzt habt, und hier habt ihr die Ergebnisse eurer eitlen Weisheit: Bitteres Leid, Krieg, Fanatismus, Enttäuschungen und Lügen, die euch ersticken und mit Verzweiflung erfüllen.«

## **2.5.8 Der Fall der Geistwesen**

### **Ursache, erster Ungehorsam**

»Als der Vater euch erschuf, stellte Er euch auf die erste Stufe der Himmelsleiter, damit ihr Gelegenheit hättet, euren Schöpfer wahrhaft kennenzulernen und zu verstehen, während ihr diesen Weg zurücklegt. Aber wie wenige begannen den aufwärtsführenden Entwicklungsweg beim Verlassen der ersten Sprosse! Die meisten schlossen sich in ihrem Ungehorsam und ihrer Widerspenstigkeit zusammen, machten schlechten Gebrauch von der Gabe der Freiheit und hörten nicht auf die Stimme des Gewissens.«

### **Rettungsaktion und Heimholungsversuch**

»Glaubt nicht, dass alle nach ihrem ersten Ungehorsam sanftmütig und reuevoll zurückkehrten. Nein, viele kamen voll Hochmut und Groll. Andere wollten schamerfüllt, in Erkenntnis ihrer Schuld, ihre Vergehen vor Mir rechtfertigen, und ferne davon, sich durch Reue und Besserung zu läutern entschieden sie sich, für sich selbst ein Leben nach ihrer Weise zu schaffen, außerhalb der Gesetze, die Meine Liebe vorschreibt.«

### **Die Fallebenen**

»Aber als ihr jene Heimstatt verließet, gab Ich eurem Geiste ein Gewand, und ihr sanket immer tiefer. Hernach entwickelte sich eure Seele Schritt für Schritt, bis sie zu der Daseinsebene gelangte, wo ihr euch jetzt befindet.«

»Von Abgrund zu Abgrund sank der Mensch geistig bis zu der Stufe, dass er Mich leugnete und vergaß - bis zu dem Extrem, sich selbst zu leugnen, indem er seinen Wesenskern, seinen Geist nicht erkannte.«

### **Freiwillig ist der Mensch gefallen**

»Bedenkt, dass ihr euch freiwillig auf dornige Wege oder in finstere Abgründe begeben habt, und dass ihr nicht auf Meinen liebevollen Ruf gehört, noch auf die Stimme eures Gewissens gelauscht habt, weshalb es notwendig wurde, dass der Schmerz euch zu Hilfe kam, um euch aufzuwecken, euch aufzuhalten, euch zur Besinnung zu bringen und zum wahren Weg zurückkehren zu lassen.«

## 2.5.9 Der Mensch auf der Erde

### Die Erde als ein Geschenk

»Zuerst existierte das Geistige Leben, zuerst gab es die Geistwesen, und danach erst die materielle Natur.«

»Ich schuf diese Welt, damit sie inkarnierten Geistwesen als vorübergehende Heimat diene.«

»Ich habe diese Welt für euch erschaffen, mit all ihrer Schönheit und all ihrer Vollkommenheit. Ich habe euch den menschlichen Körper gegeben, durch den ihr alle Fähigkeiten entfalten sollt, die Ich euch gegeben habe, um die Vollkommenheit zu erreichen.«

### Die Situation des Menschen auf der Erde

»Zu allen Zeiten, von Anfang an, haben sich die Menschen gefragt: Wer bin ich? Wem verdanke ich das Leben? Weshalb existiere ich? Wozu bin ich hierher gekommen, und wohin gehe ich?«

»Wahrlich, Ich sage euch, es gibt kein einziges Geistwesen, welches auf die Welt gekommen ist, ohne dass es zuvor im Jenseits existiert hat.«

»Der Mensch ist aufgrund der Willensfreiheit, die er genießt, das rebellischste Geschöpf der Schöpfung. Bis heute hat er sich nicht den Weisungen des Gewissens unterwerfen wollen.«

### Die Sünder und die Sündenlast

»Wie vielen jener ersten Sünder gelingt es noch immer nicht, sich von ihren Flecken zu befreien; denn von einem Sturz zum anderen fielen sie immer tiefer hinab in den Abgrund, aus dem sie allein die Ausübung Meines Gesetzes wird retten können.«

»Schüttelt hier eure Sündenlast ab, erfüllt Mein Gesetz und kommt bald. Bittet alle um Vergebung, die ihr verletzt habt, und überlasst das übrige Mir.«

»Die Erlösung gilt allen. Warum sollte nicht selbst der größte Sünder erlöst werden? Deshalb sage Ich euch: Arbeitet mit Mir zusammen, um die zu retten, die ihr ins Verderben gestürzt habt, indem ihr ihnen mit dem Lichte Meiner Lehre neue Hoffnung einflößt.«

## **2.5.10 Die Bedeutung der Erdenmission Jesu**

»Jesus kam zur Erde, um die Menschen den Weg zur Vollkommenheit zu lehren - einen Weg, den er mit Seinem Leben, mit Seinen Taten und Seinen Worten lehrte.«

»Christus wurde Mensch, um vor der Welt die Göttliche Liebe zu offenbaren.«

»Während der folgenden drei Tage [nach der Kreuzigung] stieg Mein Geist in die Welten hinab, in denen Mich die Geistwesen erwarteten, um ihnen Freiheit zu geben und ihnen den Weg zu zeigen. Die Erlösung erreichte auch jene Geschöpfe, die in der Finsternis lebten und ihren Heiland erwarteten.«

## **2.5.11 Die Dreieinigkeit Gottes - Es gibt nur den einen Gott.**

»Ich bin Jehova, der euch zu allen Zeiten vom Tode befreit hat. Ich bin der eine Gott, der zu allen Zeiten zu euch gesprochen hat. Christus ist Mein 'Wort', das durch Jesus zu euch sprach. Er sagte euch: "Wer den Sohn kennt, kennt den Vater." Und der Heilige Geist, der heute zu euch spricht, bin gleichfalls Ich; denn es gibt nur einen Heiligen Geist, nur ein 'Wort', und dies ist das Meine.«

»Warum wollt ihr dann durchaus dort drei Gottheiten entdecken, wo nur ein Göttlicher Geist existiert, welcher der Meine ist?«

## **2.5.12 Reinkarnation und ihre Gründe**

### **Reinkarnation und Gerechtigkeit**

»Dies ist die Zeit, in der Ich euch mit voller Klarheit sage, dass die Reinkarnation der Geistseele Tatsache ist, dass sie als Licht Göttlicher Gerechtigkeit und Liebe seit Anbeginn der Menschheit besteht, ohne welche ihr auf dem langen Wege der Vervollkommnung der Geistseele nicht vorankommen könntet.«

»Reinkarnieren bedeutet: zur materiellen Welt zurückkehren, um von neuem als Mensch geboren zu werden; das Auferstehen der Geistseele in einem menschlichen Körper, um ihre Mission fortzusetzen. Dies ist die Wahrheit über die 'Auferstehung des Fleisches', von der eure Vorfahren gesprochen haben, wobei sie ebenso verdrehte wie absurde Auslegungen gegeben haben.«

»Vergleicht die Theorien und verschiedenen Deutungen, welche die Konfessionen diesen Lehren gegeben haben, und entscheidet euch für jene, die am meisten Gerechtigkeit enthält und am meisten Vernunft besitzt.«

### **Reinkarnation - ein Geschenk**

»Wisset, dass die Geistseele, wenn sie inkarniert, alle ihre Fähigkeiten mitbringt, dass ihre Bestimmung bereits niedergeschrieben ist, und dass sie daher nichts auf der Welt erst empfangen muss. Sie bringt eine Botschaft mit oder eine Sühnaufgabe. Manchmal erntet sie eine (gute) Saat, und ein andermal bezahlt sie eine Schuld. Aber immer empfängt sie in diesem Leben eine Lektion der Liebe, die ihr ihr Vater gibt.«

»Die Geistseele kehrt zur Erde zurück, sucht einen kleinen und zarten menschlichen Körper, um in ihm zu ruhen und die neue Lebensreise zu beginnen. Sie findet den kleinen Kindeskörper, der ihr zugewiesen ist, und gebraucht ihn, um ihre Verstöße gegen Mein Gesetz zu sühnen.«

### **Viele Reinkarnationen**

»Der Grund, warum viele ein ums andere Mal zurückkehren müssen, ist der: weil sie es nicht verstanden und sie aus ihrem vorhergehenden Leben keinen Nutzen zogen.«

»So oft es für euch notwendig ist, werdet ihr zu diesem Planeten zurückkehren müssen, und je öfter ihr die Gelegenheiten, die euer Vater euch gewährt, ungenutzt lasst, desto mehr werdet ihr euren endgültigen Eintritt in das wahre Leben verzögern und eure Verweildauer im Tal der Tränen verlängern.«

### **Vervollkommnung als Ziel**

»Eure Geistseele schleift mühsam eine Kette hinter sich her, die durch die Leben geschaffen wurde, die Ich euch als Gelegenheit zu eurer Vervollkommnung gegeben habe, und die ihr nicht genutzt habt. Jedes Dasein bildet ein Kettenglied. Doch wenn ihr euer Leben nach Meinen Unterweisungen ausrichtet, wenn ihr euch an das Gesetz haltet, werdet ihr nicht mehr zu dieser Welt kommen, um zu leiden.«

## 2.5.13 Aufgaben und Ziele des Erdenlebens

### Der Sinn des Lebens und der Lebensplan

»Sucht eifrig nach der Wahrheit, sucht den Sinn des Lebens, liebt und werdet stark im Guten, und ihr werdet erleben, wie Schritt für Schritt alles von eurem Wesen abfallen wird, was falsch, unlauter oder unvollkommen war.«

»Jedes menschliche Wesen bringt einen Auftrag zur Erde mit, seine Bestimmung ist vom Vater vorgezeichnet, und seine Geistseele ist durch Meine Vaterliebe gesalbt.«

»Unterlasst nicht, eure Aufgabe zu erfüllen, weil ihr euch unwürdig fühlt. Wahrlich, Ich sage euch, wer eine Mission hat und unterlässt, sie zu erfüllen, handelt ebenso böse wie der, der das Gesetz wissentlich schändet.«

### Vorbereitung und Ausstattung für das Erdenleben

»Ihr müsst wissen, dass das Geistwesen vor seiner Erdeninkarnation eine gründliche Vorbereitung erhält, da es im Begriffe ist, einer langen und zuweilen harten Prüfung unterworfen zu werden. Aber dank jener Vorbereitung ist es nicht verstört, wenn es in dieses Leben eintritt. Es schließt seine Augen für die Vergangenheit, um sie für ein neues Dasein zu öffnen, und so passt es sich vom ersten Augenblick der Welt an, auf die es gekommen ist.«

»Jeder Einzelne von euch ist durch die Weisheit Gottes in dieser Welt an seinen Platz gestellt und demjenigen nahe, bei dem er sein soll. Jedem Menschen ist der Kreis zugewiesen, in dem er leben soll und in welchem es inkarnierte und entkörperperte Geistwesen gibt, mit denen er zusammenleben soll.«

»Ihr habt wahre Schätze in euch, Fähigkeiten und Begabungen, die ihr nicht einmal ahnt, und infolge eurer Unwissenheit vergießt ihr Tränen wie Bedürftige. Was wisst ihr von der Macht des Gebetes und der Kraft der Gedanken? Was wisst ihr vom tiefen Sinngehalt der Zwiesprache von Geist zu Geist? Nichts, du materialistische und irdisch gesinnte Menschheit!«

### Wir sind hier, um zu lernen

»Wahrlich, Ich sage euch, das Leben auf Erden ist eine weitere Stufe auf der Leiter des Lebens. Warum fasst ihr es nicht so auf, damit ihr alle seine Lektionen nutzt?«

»Doch wie langsam entwickelt sich der Mensch! Wie viele Zeiträume sind vergangen, seit er auf der Erde lebt, und noch immer ist es ihm nicht gelungen, seine geistige Aufgabe und seine wahre Bestimmung zu begreifen. Er hat es nicht vermocht, seinen Geist in sich zu entdecken, welcher nicht stirbt, weil er ewiges Leben besitzt; er hat es nicht verstanden, in Harmonie mit ihm zu leben, noch hat er dessen Rechte anerkannt, und dieser, seiner Freiheit beraubt, hat seine Gaben nicht entwickelt und ist stehen geblieben.«

»So trifft ihr, jeder auf seinem Wege, nach und nach alle, deren Aufgabe es ist, euch die Liebe zu lehren, die euch emporhebt; von anderen werdet ihr Schmerz erleiden, welcher euch läutert. Die einen werden euch Leid bringen, weil ihr es also bedürft, während die andern euch ihre Liebe schenken werden, um eure Bitternisse auszugleichen; doch alle haben eine Botschaft für euch, eine Lehre, die ihr verstehen und nützen müsst.«

»Vielen Geistwesen, die Ich zu euch geschickt habe, habt ihr keine Beachtung geschenkt, ohne euch bewusst zu machen, dass sie Teil eures Schicksals waren; doch weil ihr sie nicht anzunehmen verstandet, bleibt ihr mit leeren Händen zurück und musstet später Reuetränen vergießen.«

#### **2.5.14 Die Geisterwelt Gottes - Engel und Schutzgeister**

»Ihr geht nicht allein, denn Meine Ermutigung und Mein Licht sind mit jedem von euch. Aber für den Fall, dass euch dies wenig erscheinen sollte, habe Ich jedem menschlichen Geschöpf ein geistiges Lichtwesen zur Seite gestellt, um über eure Schritte zu wachen, um euch irgendeine Gefahr ahnen zu lassen, um euch als Gefährte in eurer Einsamkeit und als Stab auf der Lebensreise zu dienen. Es sind jene Wesenheiten, die ihr Schutzengel oder Beschützer nennt.«

»Wenn die Menschen von heute nicht so hart und gefühllos wären, würden sie zweifellos andauernd Botschaften der Geistigen Welt empfangen, und gelegentlich würden sie sich von Scharen von Geistwesen umgeben sehen, die unablässig auf das Erwachen der Menschen hinwirken, und sie würden feststellen, dass sie niemals allein sind.«

»Wenn ihr wüsstet, mit welchem Mitleid jene Wesen euch von der Geistigen Welt aus betrachten, wenn sie euch so spre-

chen hören. Mitleid ist es, was sie für euch fühlen angesichts eurer Unwissenheit!«

»Welch großes Glücksgefühl wird in euren Beschützern sein, wenn sie sehen, dass ihre Mühe von euch unterstützt wird, und dass ihre Inspiration mit eurer Erhebung im Einklang ist!«

### **2.5.15 Gott ist unser Vater**

»Heute fühlt sich der Mensch groß, erhöht er seine Persönlichkeit und schämt sich, 'Gott' zu sagen. Er gibt ihm andere Namen, um seinen Dünkel nicht zu kompromittieren, um nicht vom Sockel seiner gesellschaftlichen Stellung herabzufallen. Daher nennen sie Mich: Kosmische Intelligenz, Architekt des Universums. Aber Ich habe euch gelehrt, zu Mir 'Unser Vater', 'Mein Vater' zu sagen. Warum glauben die Menschen, ihre Persönlichkeit zu erniedrigen oder zu mindern, wenn sie Mich 'Vater' nennen?«

»Ich suche euch mit unendlicher Liebe. Ich habe in eure Geistseele so viel Anmut und so viele Gaben gelegt, dass Ich nicht bereit bin, auch nur ein einziges Meiner Kinder zu verlieren.«

»Ich wollte, alle würden begreifen, dass Gott keine Gefühle der Rache hegen kann, weil Seine Liebe vollkommen ist.«

»Ich habe Vertrauen zu euch, glaube an euch, weil Ich euch geschaffen und euch mit einem Geist begabt habe, welcher ein Funke von Mir ist, und mit einem Gewissen, das Mein Ebenbild ist.«

»Es gibt kein hilfloses Geistwesen, niemand ist enterbt. Angesichts Meiner Göttlichen Barmherzigkeit gibt es im ganzen Universum keinen einzigen, der sich arm nennen kann, von seinem Vater verstoßen; keinen, der sich aus den Landen des Herrn verbannt nennen könnte.«

### **2.5.16 Das Erdenleben des Menschen**

#### **Wir sind nicht zufällig hier**

»Niemand ist durch Zufall geboren worden, und wenn jemand sich für noch so unbedeutend, unfähig und armselig hält, so ist er doch durch die Gnade des Höchsten Wesens geschaffen worden, welches ihn ebenso liebt wie die Wesen, die er für

überlegen hält, und er hat eine Bestimmung, die ihn wie alle zum Schoße Gottes führen wird.«

»Oft werde Ich von jemandem gefragt: "Meister, so Du unsere Verfehlungen vergibst - warum lässt Du dann zu, dass wir sie mit Schmerzen sühnen?" Darauf sage Ich euch: Ich vergebe euch, aber es ist notwendig, jene Verstöße wiedergutzumachen, damit ihr eurer Seele die Reinheit zurückgebt.«

### **Das Erkennen des Lebensplanes**

»Wie kann ich wissen, was ich vor meiner Inkarnation versprochen habe?

Indem du dir dein jetziges Schicksal oder Lebenspanorama in Erinnerung rufst, und es von Jugend auf, so weit du diese Jugend zurückverfolgen kannst, aufzeichnest:

Warum bist du gerade in diese Familie gekommen? Warum hast du gerade diese Schulbildung? Warum bist du gerade in diese Gemeinschaft gekommen? Warum bist du gerade in diese ungute Situation gekommen, die dir Schwierigkeiten bereitet hat? Warum hast du diesen Bruder, diese Schwester als Partner gewählt? Warum bist du allein geblieben? Warum bist du mit deinen Eltern so lange zusammengewesen? Warum hast du diesen oder jenen schweren Schicksalsschlag erleiden müssen, der dich fast erdrückte? ... usw. usf.

Daraus ergibt sich für ein intensiv geschultes Geistwesen im Menschenkörper viel, was er da herauskriegt ... Ihr werdet erkennen, ... dass ihr das eine oder andere nicht getan habt, obwohl ihr es aus heutiger Sicht hättet besser machen können. Aber es ist noch nicht zu spät: Ich kann es in irgendeiner anderen Form wiedergutmachen.« (*\* Weidner 1, 203 ff.*)

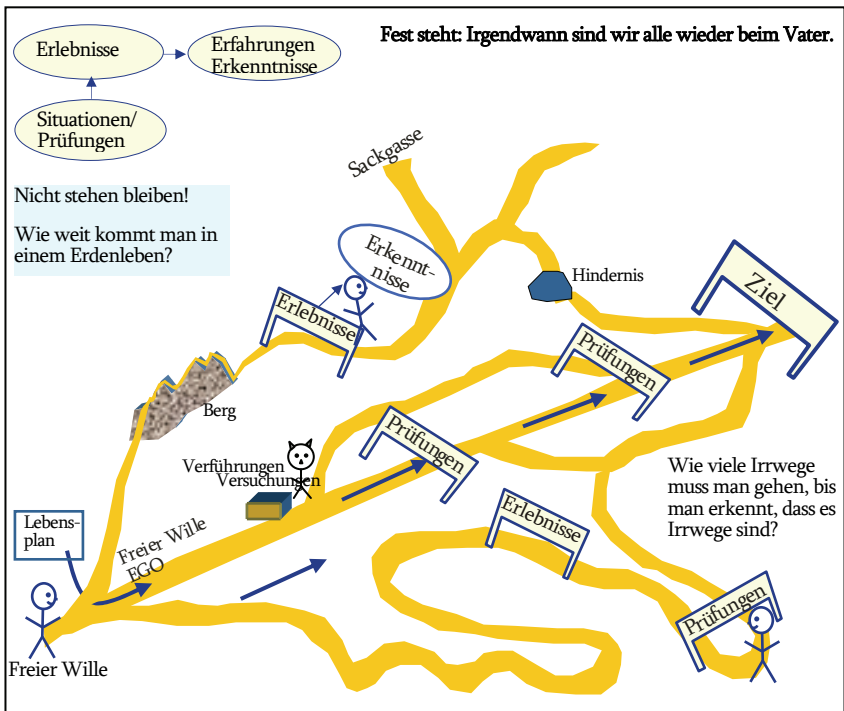
»Die Menschen werden bei richtiger Auffassung vom tiefen Sinn des Lebens ganz von selbst zu suchen beginnen, wo ihre Aufgaben liegen, in welcher Richtung sie gefördert werden müssen und welche Grundlagen ihnen dazu schon ins irdische Dasein mitgegeben sind, was sie also schon in vergangenen Leben erarbeitet haben. Seine Aufgaben zu erfüllen, ist es nie zu spät, denn die Erkenntnis reift oft erst in reiferen Jahren, wenn der Mensch befähigt ist, sich selbst zu erkennen und zu beurteilen, was im Verlauf des ganzen Lebens zu seinem geistigen Fortschritt beigetragen und was ihn behindert oder unmöglich gemacht hat.« (*\* Nowotny 1, 167*)

## Prüfungen, Schicksal

»Die Prüfungen, denen ihr auf eurem Lebensweg begegnet, sind kein Zufall, Ich habe sie euch gesandt, damit ihr Verdienste erwerbt.«

»Ertragt eure Mühsale mit Geduld, und wenn ihr den Sinn eurer Prüfungen nicht zu begreifen vermögt, so betet, und Ich werde euch ihren Sinn offenbaren, damit ihr sie innerlich bejaht.«

»Jene Prüfungen, in denen die Menschen leben, sind die Früchte, die sie nun ernten, sind das Ergebnis ihrer eigenen Saat - eine Ernte, die manchmal die Folge des Samens ist, die sie im Jahr zuvor gesät haben, und in andern Fällen die Frucht dessen, was sie Jahre davor oder in andern Inkarnationen gesät haben.«



Im Erdenleben geht es darum, Versuchungen zu widerstehen, Irrwege zu vermeiden sowie Prüfungen zu bestehen.

»Die Menschen sind wie Kinder, die nicht über die Folgen ihrer Taten nachdenken, und deshalb begreifen sie nicht, dass

ein Stolperstein, auf den sie auf ihrem Wege stoßen, nur ein Hindernis ist, das der Meister aufstellte, um ihren besinnungslosen Lauf aufzuhalten oder um ihnen zu ersparen, eine schlechte Entscheidung zu treffen.«

»Um in allen Prüfungen siegen zu können, tut das, was der Meister euch gelehrt hat: wachet und betet, damit eure Augen immer wachsam sind, und ihr nicht von der Versuchung überwältigt werdet. Bedenkt, dass das Böse großen Spürsinn hat, um euch zu versuchen, um euch zu Fall zu bringen, euch zu besiegen und sich eure Schwachheit zunutze zu machen. Seid scharfsichtig, damit ihr es zu entdecken versteht, wenn es euch auflauert.«

»Weil jede Prüfung für euch ein Geheimnis birgt, wisst ihr nicht, ob sie dafür da ist, um euch im Kampfe zu stärken, um euch etwas zu offenbaren, das ihr nicht kennt, oder um irgendein Vergehen zu sühnen. Doch weicht niemals vor den Prüfungen zurück, denn dazu sind sie nicht gesandt worden; auch gehen sie nicht über eure moralischen oder seelischen Kräfte.«

### **Denken und Gedanken**

»In jedem Augenblicke gehen gedankliche oder geistige Schwingungen von euch aus, aber in den meisten Fällen strahlt ihr Selbstsucht, Hass, Gewalttätigkeit, Eitelkeit und niedere Leidenschaften aus. Ihr verletzt und fühlt, wenn man euch verletzt: aber ihr liebt nicht, und deswegen fühlt ihr nicht, wenn man euch liebt, und mit euren krankhaften Gedanken sättigt ihr die Umgebung, in der ihr lebt, immer mehr mit Schmerz und erfüllt euer Dasein mit Unbehagen. Doch Ich sage euch: Sättigt alles mit Frieden, mit Harmonie, mit Liebe, dann werdet ihr glücklich sein.«

### **Innere Stimme**

»Anstatt sich aufwärts zu entwickeln und sich als Kind Gottes zu betrachten, sinkt der Mensch in seinem unwissenden Hochmut auf die Stufe eines tiefer stehenden Wesens, und wenn sein Gewissen von der Gottheit und vom Geistigen Leben zu ihm spricht, bemächtigt sich seiner die Furcht vor der Gerechtigkeit Gottes und er zieht es vor, diese innere Stimme zum Schweigen zu bringen und keinen Gedanken an jene Warnungen zu 'verschwenden'.«

## 2.5.17 Probleme im Erdenleben

### Materialismus

»Der Materialismus ist Tod, ist Finsternis, ist Joch und Gift für die Geistseele. Vertauscht niemals das Licht oder die Freiheit eurer Geistseele für armselige materielle Güter! «

»Der Materialismus stellt sich der Entwicklung der Geistseele als ein ungeheures Hindernis in den Weg. Vor dieser Mauer ist die Menschheit stehen geblieben.«

»Ein Materialist liebt nur das menschliche Leben. Da er erkennt, dass alles in ihm vergänglich ist, ist er darauf bedacht, es intensiv zu leben.«

»Die Welt und die Materie haben die Geistseele vorübergehend besiegt, haben sie nach und nach wieder in Knechtschaft geführt und schließlich ihre Mission im menschlichen Leben zunichte gemacht.«

### Der Einfluss der Gegenseite

»Ihr sollt erkennen, welche Macht und Kraft Luzifer und sein Anhang einsetzen, wenn es darum geht, die kraftvollen Offenbarungen der Geisterwelt Gottes zu verwischen und zu verdecken.« (*\* Weidner 2, 180*)

»Es ist so schwer, den Menschen klarzumachen, dass die Mächte der Finsternis hier auf Erden ja ihre unmittelbarste Gegenwart sind.« (*\* Weidner 3, 146*)

»Warum sind die Ungünstigen scharenweise auf dieser Erde und in der menschlichen Nähe? Warum? Weil sie Energie brauchen, um ihre schändlichen Werke an den Menschen, an ihren Energielieferanten, zu vollbringen!« (*\* Weidner 3, 137*)

»Die Menschheit kontrolliert nicht, was ihnen die ungünstigen Wesen gedanklich und gefühlsmäßig in Wort und Tat vortragen, sie konsumieren nur und kontrollieren nicht, wer der Aussender dieser gezielten Energien ist. ... Die Verschleierungstaktik der ungünstigen Wesen geht jedenfalls dahin, dass sie Energien von den Menschen absaugen und sie willfährigen Helfern gezielt zusenden, die in ihrem Sinn auf dieser Erde tätig sind.« (*\* Weidner 4, 115*)

»Legionen von Wesen der Finsternis gelangen wie Gewitterwolken unter die Menschheit, verursachen Umstürze, verwirren die Gedanken und verfinstern die Herzen der Menschen.«

»Von jener unsichtbaren Welt, die in eurer eigenen Welt webt und lebt, gehen Einflüsse aus, welche die Menschen heimsuchen - sei es in ihrem Verstande, in ihren Gefühlen oder in ihrem Willen - und sie zu ergebenen Dienern, zu Sklaven, zu Werkzeugen, zu Opfern machen.«

### **Das Böse**

»Ihr müsst euch auf einen schweren Kampf gefasst machen, denn ihr alle werdet gegen den Drachen des Bösen kämpfen müssen, dessen Waffen die Ruhmsucht, der Hass, die irdische Macht, die Zügellosigkeit, die Eitelkeit, die Selbstsucht, die Lüge, die Vergötzung und der Fanatismus sind - alles Mächte des Bösen, die aus dem menschlichen Herzen geboren wurden, gegen die ihr mit großem Mut und Glauben werdet kämpfen müssen, bis ihr sie besiegt habt.«

»Bedenkt, dass das Böse großen Spürsinn hat, um euch zu versuchen, um euch zu Fall zu bringen, euch zu besiegen und sich eure Schwachheit zunutze zu machen. Seid scharfsichtig, damit ihr es zu entdecken versteht, wenn es euch auflauert.«

»In dieser Zeit ist der Einfluss des Bösen größer als der des Guten. Deswegen ist die Kraft, die in der Menschheit vorherrscht, die des Bösen, aus welcher die Selbstsucht, die Lüge, die Unzucht, der Hochmut, die Schadenfreude, die Zerstörung und alle niederen Leidenschaften hervorgehen. Diesem gestörten moralischen Gleichgewicht entspringen die Krankheiten, die den Menschen quälen.«

»Im Geistigen gibt es Legionen von unvollkommenen, verwirrten, dem Bösen und der Rache zugeneigten Geistwesen, deren Kraft sich mit der menschlichen Bosheit vereint, um das Reich des Bösen zu bilden.«

### **Versuchungen und Versucher**

»Die Verführer sind nicht nur unsichtbare Wesen, ihr findet sie auch in Menschen inkarniert, die zu euch von Lehren sprechen, die Licht vortäuschen, die aber im Widerspruch zu Meinen Lehren stehen. Diesen sollt ihr kein Gehör schenken.«

»Leider werden allzu viele Erdenbürger durch die Lockungen der Sinnenwelt, hinter welchen die böartigen Geistwesen ihr Unwesen mit den unwissenden Menschen treiben, zu Verblendeten und Verführten. Diese böartigen Geistwesen flößen

den Menschen ein, dass dieses Materieleben das einzige, einmalige und wirkliche Leben sei.« (\* Weidner 2, 17)

»Sagt niemals: Ich bin von diesem oder jenem angegriffen oder verführt worden, ich wollte es nicht. Ein Angriff, eine Verführung kann nur dann erfolgen, wenn du, Mein Kind, eine Bahn gelegt hast, wenn du dein Tor aufgemacht hast und den, der dich versuchen will, hineingelassen hast.«

(\* LLK, 27.08.2005)

»Ich habe euch gelehrt, zu wachen und zu beten, damit ihr euch von Versuchungen und schlechten Einflüssen befreit, die sowohl von Menschenwesen als auch von Geistwesen stammen können.«

### **Furcht und Angst**

»Ihr sollt also keine Furcht haben, sondern wissen: Luzifer schürt die Angst mehr, als ihr ahnen könnt. Und da Luzifer nicht gerade euer persönlicher Freund ist, könnt ihr mir glauben: Christus ist euer persönlicher Freund und Heimführer zum Vater!« (\* Weidner 1, 185 ff.)

»Angst ist für die satanischen Mächte dazu da, um an eure Lebenskräfte heranzukommen. Ob das Furcht ist, Befürchtungen oder negative Vorstellungen, was das alles nach sich zieht - ihr sagt dazu: ein ganzer Rattenschwanz von Unglücksfällen. Und ihr habt Recht damit, denn wenn ihr Angst habt, zieht ihr diese Befürchtungen an.

Mit jeder Furcht, mit jeder Befürchtung oder Angst öffnet ihr euch. Und das ist der größte Schwachpunkt in der Menschheitsgeschichte, dass die Menschen sich immer vor etwas fürchten, weil sie nicht reif sind zu erkennen, dass die Angst in Wahrheit nur etwas vorgaukelt, sie ist nicht real. «

(\* Weidner 1, 180)

### **Körper und Sinnesbefriedigung**

»Ich sage euch, dass es keine größere Versuchung gibt als die Schwachheit eures Körpers: sensibel für alles, was ihn umgibt; schwach genug, um nachzugeben; leicht zu Fall zu bringen und zu verführen. Doch wer die Antriebe, Leidenschaften und Schwächen des Körpers zu beherrschen gelernt hat, hat die Versuchung besiegt, die er in sich selbst trägt.«

## **Orientierungslosigkeit**

»Die Menschheit ist orientierungslos, doch Ich bin gekommen, um sie durch das Licht des Heiligen Geistes zu führen, und damit sie Mein Wort an Seinem Sinngehalt erkennt.«

## **2.5.18 Wie leben im Göttlichen Sinne?**

### **Leben im Gesetz**

»Lebt in Meinem Gesetze, dann braucht ihr den Tod nicht zu fürchten. Doch ruft oder wünscht ihn nicht vor der Zeit. Lasst ihn kommen, denn er gehorcht immer Meinen Befehlen. Sorgt dafür, dass er euch zugerüstet findet, dann werdet ihr in die Geistige Welt als Kinder des Lichtes eingehen.«

»Lebt rein, demütig, einfach. Erfüllt alles, was im menschlichen Bereich gerecht ist, ebenso wie alles, was eure Geistseele anbelangt. Entfernt aus eurem Leben das Überflüssige, das Künstliche, das Schädliche, und erquickt euch stattdessen an allem, was sich an Gutem in eurem Dasein findet.«

### **Gewissen als Kompass**

»Immer, wenn ihr wissen wollt, ob der Weg, dem ihr folgt, jener der Aufwärtsentwicklung ist, sollt ihr das Gewissen befragen, und wenn Frieden in ihm ist, und in eurem Herzen Nächstenliebe und guter Wille gegenüber euren Mitmenschen zu Hause ist, werdet ihr sicher sein, dass euer Licht noch immer scheint, und euer Wort tröstet und heilt.«

### **Vergeistigung und Vervollkommnung**

»Vergeistigung bedeutet nicht Frömmerei, noch setzt sie die Ausübung irgendeines Ritus voraus, und sie ist auch keine äußerliche Verehrungsform. Vergeistigung bedeutet Entfaltung aller Fähigkeiten des Menschen - sowohl jenen, die seinem menschlichen Teil zugehören, als auch denen, die jenseits der körperlichen Sinne liegen und Kräfte, Eigenschaften, Fähigkeiten und Sinne der Geistseele sind.«

### **Gebet und Meditation**

»Im Gebet werdet ihr Trost, Inspiration und Kraft finden, es wird euch die Befriedigung schenken, mit Gott vertraulich sprechen zu können ohne Zeugen und Vermittler. Gott und euer Geist sind in diesem süßen Augenblick der Vertraulichkeiten, der geistigen Zwiesprache und der Segnungen vereint.«

»Das Gebet ist Schild und Waffe; wenn ihr Feinde habt, so verteidigt euch durch das Gebet. Aber wisset, dass diese Waffe niemanden verwunden oder schädigen darf, weil seine einzige Aufgabe darin bestehen soll, Licht in die Finsternis zu bringen.«

»Wenn ihr lernen würdet, täglich für kurze Zeit zu meditieren, und wenn eure Meditation das Geistige Leben beträfe, würdet ihr unendlich viele Erklärungen entdecken und Offenbarungen empfangen, die ihr auf keine andere Weise erhalten könntet.«

»Sucht im Gebet das Licht. Fragt Mich in euren Meditationen; denn so weitgehend eure Fragestellungen auch sein mögen, Ich werde euch aus der Ewigkeit zu antworten wissen.«

### **Vergebung**

»Erkennt eure Irrtümer und berichtigt sie. Lernt, die Fehler eurer Mitmenschen zu vergeben, und wenn ihr sie nicht korrigieren könnt, so breitet wenigstens einen Schleier der Nachsicht über sie aus.«

»Vergebt so oft, wie ihr beleidigt werden mögt. Beachtet nicht einmal die Zahl der Fälle, in denen ihr vergeben müsst. Eure Bestimmung ist so hoch, dass ihr euch nicht in diesen Fußangeln des Weges verfangen dürft; denn weiter vorne erwarten euch sehr große Aufgaben.«

### **Demut**

»Verwechselt nicht Demut mit Dürftigkeit der Kleidung. Glaubt auch nicht, dass derjenige demütig ist, der ein Minderwertigkeitsgefühl in sich hat und aus diesem Grunde gezwungen ist, den andern zu dienen und sich vor ihnen zu verneigen. Ich sage euch, die wahre Demut ist in jenem, der zwar zu beurteilen vermag, dass er jemand ist, und der weiß, dass er manche Erkenntnis besitzt, der sich jedoch zu den andern herabzuneigen bereit ist und Freude daran hat, das mit ihnen zu teilen, was er hat.«

## **2.5.19 Sterben und Tod**

### **Nur die Körperhülle 'stirbt' - die Geistseele lebt ewig.**

»Niemand kann sterben. Selbst jener, der sich das Dasein mit eigener Hand raubt, wird hören, dass ihm sein Gewissen seinen Mangel an Glauben vorwirft.«

»Der "Tod" ist nur ein Sinnbild, der "Tod" existiert nur für jene, die die Wahrheit noch nicht zu erkennen vermögen. Für sie ist der "Tod" weiterhin ein Schreckensbild, hinter dem das Unfassbare oder das Nichts ist. Euch sage Ich: Macht eure Augen auf und begreift, dass auch ihr nicht sterben werdet. Ihr werdet euch vom Körper trennen, doch dies bedeutet nicht, dass ihr sterben werdet. Ihr habt, wie euer Meister, ewiges Leben.«

»Wer hat sich nicht schon gefragt - wie ungläubig er auch sei - ob in ihm nicht etwas existiert, das die Körpermaterie überlebt? Wahrlich, Ich sage euch, es gibt niemanden, der jenes Mysterium nicht ahnt und der nicht einen Augenblick über das Unergründliche nachgedacht hätte.«

### **Zuversichtlich und im Vertrauen sterben**

»Lebt in Meinem Gesetze, dann braucht ihr den Tod nicht zu fürchten. Doch ruft oder wünscht ihn nicht vor der Zeit. Lasst ihn kommen, denn er gehorcht immer Meinen Befehlen. Sorgt dafür, dass er euch zugerüstet findet, dann werdet ihr in die Geistige Welt als Kinder des Lichtes eingehen.«

»Scheidet von dieser Welt ohne Tränen, ohne im Herzen eurer Angehörigen Schmerz zurückzulassen. Löst euch, wenn der Augenblick gekommen ist, und lasst auf dem Antlitz eures Körpers ein Lächeln des Friedens zurück, das von der Befreiung eurer Geistseele spricht.«

### **Man schafft sich seine eigene Hölle**

»Die Hölle ist das Sinnbild für die schweren Leiden, die furchtbaren Gewissensbisse, die Verzweiflung, den Schmerz und die Bitternis derer, die schwer gesündigt haben. Doch von diesen Folgen werden sie sich frei machen durch die Entwicklung ihrer Geistseelen hin zur Liebe.«

## **2.5.20 Ankommen im Jenseits**

### **Ankunft**

»Wenn dann der Tod den Schlag eures Herzens anhält, und das Licht in euren Augen erlischt, werdet ihr zu einer durch ihre Harmonie, ihre Ordnung und ihre Gerechtigkeit wunderbaren Welt erwachen. Dort werdet ihr zu begreifen beginnen, dass die Liebe Gottes euch für alle eure Werke, Prüfungen und Leiden entschädigen kann.«

## **Lebensfilm und "Gerichtsprozess"**

»Wie glücklich wird sich eure Geistseele im Jenseits fühlen, wenn ihr Gewissen ihr sagt, dass sie auf Erden den Samen der Liebe säte! Die ganze Vergangenheit wird vor euren Augen erscheinen, und jeder Anblick von dem, was eure Werke waren, wird euch eine unendliche Wonne bereiten.«

»Für alles müsst ihr euch verantworten, und je nachdem, wie eure schlechten Werke beschaffen sind, werdet ihr nachdrücklichste Gerichte durch euch selbst empfangen. Denn Ich richte euch nicht, dies ist falsch. Euer eigenes Gewissen in seinem Zustand der Klarheit ist es, der euer furchtbarer Ankläger und schrecklicher Richter ist. Ich dagegen verteidige euch gegen die wilden Anklagen, spreche euch frei und erlöse euch, denn Ich bin die Liebe, die läutert und vergibt.«

### **2.5.21 Läuterung und Aufstieg im Jenseits: der Heimweg**

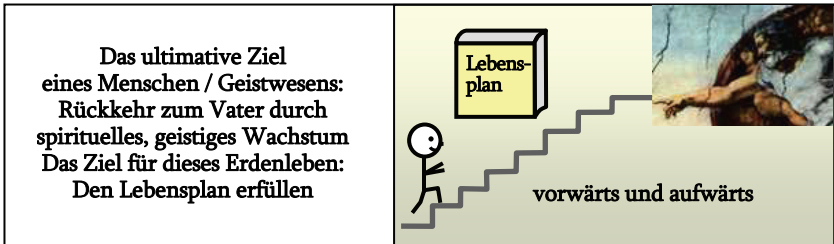
»Der Mensch kann tief sinken, von Finsternis erfüllt sein oder zögern, zu Mir zurückzukehren. Doch für alle wird der Zeitpunkt kommen, an dem sie Mich in ihrem eigenen Wesen spüren, Mich nicht mehr ferne fühlen und Mich auch nicht als einen Fremden betrachten oder Mein Dasein, Meine Liebe und Meine Gerechtigkeit leugnen können.«

»Ihr alle werdet auf dem Weg der Arbeit, des Kampfes und des Schmerzes zum Reich des Lichtes zurückkehren, wo ihr es nicht mehr nötig habt, in einen menschlichen Körper zu inkarnieren, noch in einer Welt aus Materie zu leben, denn dann wird euch euer geistiges Wirkungsvermögen bereits befähigen, euren Einfluss und euer Licht von einer Daseinsebene zur andern zu senden und fühlbar zu machen.«

»Sorgt dafür, dass die Geistseele immer vorwärts schreitet, damit ihr nie und nimmer aufhört, euch zu vervollkommen.«

»In der vollkommenen Heimat gibt es für jedes Geistwesen einen Ort, welcher in der Zeit oder in der Ewigkeit die Ankunft seines Besitzers erwartet. Auf der Stufenleiter der Liebe, der Barmherzigkeit, des Glaubens und der Verdienste werdet ihr einer nach dem andern in Mein Reich gelangen.«

## 2.6. Wie kann man seinen Lebensplan erfüllen



### Inhalte eines spirituell zielgerichteten Lebens:

- Erkannte Lebensaufgabe
- Verbindung mit dem Gottesfunken
- Innere Kraft und Weisheit
- Innere Stabilität und Führung
- Bewusstseinsweiterung
- Eigenverantwortlichkeit
- Gelassenheit
- Selbstwertgefühl
- Willenskraft

»Ihr sollt immer auf das eine Ziel ausgerichtet sein, sollt euer Leben selbst in die Hand nehmen und euch nicht von den Mächten der Finsternis treiben lassen! Das ist der gewaltige Unterschied!

Wenn ihr euer Leben - zusammen mit eurem Schutzgeist - selbst in die Hand genommen habt, dann sind Lebensfreuden genug vorhanden, denn Gott will, dass ihr euch mit dem Schutzgeist Griff um Griff in höhere Sphärenbereiche emporhantelt.« (\* Weidner 5, 198)

»Wir sind zum Wachstum geboren, zur Höherentwicklung und geistigen Reife, und kein Mensch kann sich dem über längere Perioden entziehen. Und wer nicht freiwillig will und schon manche Gelegenheit verpasst hat, den nimmt das Gesetz in die Zange!« (\* Weidner 2, 134)

»Wenn ein Menschenkind den Willen gefasst hat, das eigentliche Leben zu ergründen, gibt es einige Punkte, die eingehalten werden sollten:

1. Der unbedingte Glaube, dass Gott das Leben ist und gibt.
2. Die Verbesserung der Moral in jeder Form, z. B. richtiges Denken, positive Einstellung zu allem Tun, dem Mitmenschen nur Gutes wünschen und angedeihen lassen.
3. Die eigenen Wünsche zurückstellen, einfach wunschlos sein.
4. Aktive Lebensbejahung und keine Bindung an liebe Gewohnheiten usw.
5. Umstellung der Ernährungsweise. Weil Gott ja in allem seine Kraft gibt, nimmt ein Suchender nur das Reinste, das Einfachste auf.
6. Frohsinn, Harmonie, Freude, Friede und Liebe erzeugen und an jedermann schenken.

Wenn ein Sucher es bis hierher gebracht hat, ist sein Weg schon hell, und er wird täglich erleuchtet. Oft ist seine Intuition schon so weit ausgebildet, dass er auf Fragen aus seinem Inneren, dem Gottesfunken in ihm, Antwort erhält.«

(\* Weidner 6, 139)

»Und das ist ja der Sinn und Zweck des Erdenlebens, aus dem Reich der Finsternis wegzukommen, das Luzifer anführt, und hinein ins Reich Gottes zu gelangen durch die Brücke, die Christus durch sein Kommen und seinen Sieg über Luzifer geschlagen hat.« (\* Weidner 3, 30)

»Das Universum ist voll von Kräften, die dir helfen wollen, aber sie können dir nur so weit helfen, als du die Reife hast, diese Energien für das Gottgewollte einzusetzen.«

(\* Weidner 5, 95)

»Aus freiem Willen, ohne Einfluss von außen, muss eine Aufgabe gelöst und ausgeführt, eine Prüfung auf sich genommen werden, sonst ist das Ergebnis wertlos.« (\* Nowotny 2, 127)

»Vergebt einander, und ihr werdet dabei Erleichterung für euch selbst und für den finden, der euch Unrecht getan hat. Tragt nicht die Last des Hasses oder des Grolls in eurer Seele; seid reinen Herzens, und ihr habt das Geheimnis des Friedens entdeckt.« (\* DT 40, 85)

»Wandelt eure Gleichgültigkeit, euren Egoismus und eure Verachtung um in Liebe, in Mitgefühl, und ihr werdet erleben, wie bald der Friede zu euch kommen wird.« (\* DT 63, 433)

»Sucht eifrig nach der Wahrheit, sucht den Sinn des Lebens, liebt und werdet stark im Guten, und ihr werdet erleben, wie Schritt für Schritt alles von eurem Wesen abfallen wird, was

falsch, unlauter oder unvollkommen war. Seid von Tag zu Tag empfindsamer für das Licht der Göttlichen Gnade, dann werdet ihr euren Herrn direkt nach all dem fragen können, was ihr wissen wollt und was eure Seele benötigt, um die höchste Wahrheit zu erreichen.« (\* DT 36, 18)

## **2.7 Was haben alle Menschen gemeinsam**

- Wir sind Kinder Gottes und ausgestattet mit Gottesfunken und Christuslicht.
- Wir sind Geistseelen in einem Erdenkörper.
- Wir haben einen Freien Willen und Willenskraft.
- Wir unterliegen Gottes ewigen und endlichen Gesetzen.
- Wir sind durch Ungehorsam und Neugier bis zur Erde gefallen.
- Wir sind Versuchungen und Einflüssen der Gegenseite ausgesetzt.
- Die Geisterwelt Gottes ist unser wahrer Helfer.
- Wir werden ewig leben und können uns nicht ungeschaffen machen.
- Wir haben Verbindung zu anderen ewigen Lebewesen.
- Alle sind mit allen verbunden, in Resonanz miteinander.
- Wir sind Wanderer zwischen Diesseits und Jenseits.
- Es ist höchste Zeit nach Hause zu wandern.

## Teil 3 Suizid aus spiritueller und jenseitiger Sicht

### 3.1 Was erleben Suizidenten im Jenseits nach dem 'Tod'?

»Der extrem negative, depressive Geisteszustand des Selbstmörders zur Zeit seiner selbstzerstörerischen Tat begleitet ihn hinüber und behindert ihn außerordentlich bei der Anpassung an die neue Situation. Das geht oft so weit, dass er beim Erwachen zum neuen Bewusstsein gar nicht erkennt, dass er gestorben ist, und die Entdeckung, dass er seinen physischen Körper nicht mehr unter Kontrolle hat, kann ihn erneut in Panik versetzen.

Das Erkennen, sich nicht vernichtet und die Probleme, vor denen man Reißaus genommen hat, nicht gelöst, sondern mitgenommen zu haben, an ihrer Lösung aber jetzt auch nicht mehr mithelfen zu können, das allein sind Qualen genug für die Seele. Ganz besonders schlimm aber wird es dann für sie, wenn sie mit ansehen muss, was ihre Tat in anderen Menschen auslöst. Deren Schmerz, Verzweiflung und Unglück verspürt sie auch, denn auch das sind die Auswirkungen ihres Tuns. Zudem wird sie so lange erdgebunden bleiben, wie sie noch an Erdenjahren gelebt hätte. Sie wartet praktisch auf ihren eigenen Tod.« (*Dienstknecht, 175*)

»Das Wissen, dass durch Selbstmord nur der Körper gebrauchsunfähig gemacht, jedoch in keinem Fall und durch kein Mittel der Seele das Leben genommen werden kann, dürfte allein schon manchen mit dem Selbstmord Liebäugelnden veranlassen, es sich zweimal zu überlegen, bevor er leichtfertig Hand an sein Leben legt, nimmt sich doch fast jeder Mensch in der irrtümlichen Auffassung das Leben, dass damit alles aus und fertig sein werde.

Selbstmörder werden sich meist sofort bewusst, dass sie weiterleben und dass es somit ein großer Irrtum war, wenn sie wähten, dass es mit ihrer unbedachten Tat aus und fertig sein werde. Dazu kommt die noch schmerzlichere, die Seele in große Verzweiflung stürzende Einsicht, dass es kein Zurück mehr gibt. In dieser furchtbaren Verfassung befindet sich die Seele, bis ihr Dasein im Diesseits beendet gewesen wäre, es sei denn, dass sie vor diesem Zeitpunkt aus ihrer schrecklichen Lage befreit wird. Immer vergegenwärtigt sie sich ihre unbe-

dachte Tat Da das Fühlen ein Attribut der Seele ist, fühlt sie alle Begleitumstände und die Tat immer wieder mit.« (*Helper, 90*)

»Es gibt wohl wenige Menschen, in denen nicht schon einmal der Wunsch oder der Gedanke aufgestiegen ist, dass es herrlich wäre, aus dem Lärm und Kampfgewühl dieses Lebens heraus in die heilige Stille und Erhabenheit des Todes einzugehen.

Selbst wenn das Schicksal uns hart mitspielen sollte, wenn wir Hab und Gut, Weib und Kind verloren haben, so dürfen wir doch nicht Gottes Hand vorgreifen. Das einmalige Erdenleben geistig auszuschöpfen bis zum letzten, ist die bedeutsame Aufgabe des irdischen Daseins.

Nimmt ein Lebensmüder sich das Leben, so ist ihm nach seinem Erwachen im Jenseits die volle Bedeutung seiner Tat noch keineswegs klar geworden. ... Immer wieder greift er nun in der Erdgebundenheit seines Seelenleibes, alles noch so wie im Leben fühlend und sich vorstellend, zur Waffe, um sich das Leben zu nehmen. Und immer wieder, nach traumartigem, für ihn jedoch wirklichem Durchleben der entsetzlichen Augenblicke zwischen seiner Tat und dem Tode, erkennt die Seele, dass sie sich das Leben gar nicht nehmen kann,

Die Sorgen und der Kummer, oder die Schuld, die ihn in den Tod getrieben haben, werden für ihn zu einem Dauerzustand und erscheinen ihm nun in grellster Beleuchtung und in erschreckender Größe vor seinem geistigen Auge.« (*Licht, 175*)

»Der Suizident will dem Leben entfliehen, um zur Ruhe zu gelangen, begreift aber zu spät, dass es den Tod nicht gibt, denn er ist nur ein Übergang ins Jenseits.

Mancher glaubt, dass er weiterlebt, erschrickt aber über anwesende Geistführer oder ihm vorausgegangene Verstorbene. Er kann sich dem Licht nicht zuwenden, weil er seinen mentalen Zustand von Zerrissenheit mit hinübergenommen hat. So bleibt er in der untersten Astralebene stecken.« (*Jakoby, 150*)

»Das Schicksal der Selbstmörder in der anderen Welt ist sehr schwer - betrüblich ist aber auch die Tatsache, dass die Menschen über das nachtodliche Schicksal der Selbstmörder kaum unterrichtet sind.

Ein Selbstmörder, so werden wir belehrt, ist drüben so lange von dem krankhaften Zustand befangen, in dem er sich befand, als er den Tod gesucht hat, bis die Jahre erfüllt sind, welche in

seinem Lebensplane als seine Erdenzeit vorgesehen waren. "Wenn für dich bestimmt ist, dass du sechzig Jahre alt wirst, und du begehst mit dreißig Jahren Selbstmord, so hast du die fehlenden dreißig Jahre in einer bestimmten Sphäre zu verbringen. Dort wird dir das getane Unrecht immer wieder vorgeführt."

Dabei werden alle mildernden Umstände berücksichtigt. Die Gotteswelt prüft genau, was zu dem furchtbaren Schritt geführt hat - wieweit die Mächte der Tiefe die wahren Schuldigen gewesen sind. Keinem geschieht Unrecht, und über allen waltet Gottes Gerechtigkeit. Balsam für alle leidenden Wesen ist das Gebet mitfühlender Menschen.« (*Hardo, 184*)

» "Die Selbstmörder, die ihre Lebenszeit auf Erden gewaltsam abkürzen" heißt es in einer Auskunft von höherer jenseitiger Warte, "bleiben so lange erdgebunden, wie sie noch Erdenjahre gelebt hätten. Sie befinden sich in einer Mittelsphäre - nennet es Vorhölle oder Fegefeuer, das ist alles gleich - sie sind in einem Zustand von halb Mensch, halb Geist. Ihr Astralkörper altert, d. h. er wird gebrechlich. Sie fühlen Kälte, Wärme, Hunger, Durst." Sie lernen von guten Menschen, und suchen Trost bei ihnen. Gebete spüren sie wohltuend. Viele jedoch sind stur und eigensinnig; sie erweisen sich in dieser Verfassung als unbelehrbar. "Ist dann die Zeit da, wo sie auf Erden gestorben wären, so werden sie von ihrem dichten Astralkörper befreit; diese Hülle wird abgeworfen, sie machen eine Art von Tod durch." « (*Passian, 365*)

»Selbstmord ist die sofortige und offensichtliche Befreiung von den unmittelbaren Problemen des Lebens und auch die einengendste und den größten spirituellen Schaden verursachende Handlung gegenüber dem Geschenk des Lebens. Durch Selbstmord schafft sich der Mensch gewaltiges Karma, das in einem anderen Leben überwunden werden muss. Selbstmord wirft uns karmisch zurück.« (*MacGregor, 27*)

### **3.2 Jenseitsforschung, Nahtod-Erfahrungen (NTE) und Suizid**

»In der so genannten Jenseitsforschung indes wird übereinstimmend vor dem Irrtum eines Selbstmordes gewarnt. Er erscheint als Irrtum, der in Wirklichkeit unkalkulierbare Folgen

zeitigt, da er auf der falschen Annahme beruht, dass mit dem Tod alles aus ist.

Die Gefühle, die Verzweiflungsausbrüche oder Geschehnisse, die dem Suizidversuch vorausgingen, werden wieder und wieder erlebt.« (*Jakoby, 151*)

### **Moody und seine Forschung auf dem Gebiet der NTE**

»Zahlreiche Menschen, die eines natürlichen 'Todes' oder bei einem Unfall 'gestorben' waren, haben mir erzählt, ihnen sei während ihres Verweilens in diesem Zustand kundgetan worden, dass der Selbstmord eine sehr schlimme Tat sei, die eine Bestrafung zur Folge habe. So hat mir zum Beispiel ein Mann, der nach einem Unfall 'gestorben' war, folgendes erzählt: "Während ich drüben war, hat sich mir ganz fest eingepägt, dass zwei Dinge für mich absolut verboten sind, nämlich mich selbst zu töten und einen anderen zu töten. Wenn ich Selbstmord begehe, dann wäre das so, als ob ich Gott sein Geschenk ins Gesicht schmeißen würde."

Ein anderer Mann, der für längere Zeit klinisch tot gewesen war, berichtete, er habe während seines Aufenthaltes "drüben" den Eindruck bekommen, für gewisse Formen des Selbstmords müsse eine 'Buße' entrichtet werden, die zum Teil darin bestehe, dass der Betreffende mit ansehen müsse, welches Leid dieser Akt anderen Menschen zugefügt habe.

Als ich das Manuskript meines ersten Buches abschloss, waren mir nur sehr wenige Fälle von Todesnähe begegnet, die auf einen Selbstmordversuch zurückgingen. Ich finde es sehr verständlich, dass Menschen, die so etwas erlebt haben, sich noch mehr scheuen, darüber zu sprechen, weil sie vielleicht immer noch Schuldgefühle haben wegen ihres Suizidversuchs. In der Zwischenzeit sind mir nun allerdings einige weitere Fälle dieser Art bekannt geworden. Alle Zeugnisse aus dieser Personengruppe stimmen in einem Punkt überein: dass nämlich ihr Selbstmordversuch gar keine Lösung gebracht habe. Sie mussten erleben, dass sie nach wie vor mit genau denselben Problemen konfrontiert waren, denen sie sich durch Suizid zu entziehen versucht hatten. Gleichgültig, was das für eine Sache war, der sie hatten ausweichen wollen - dasselbe Problem bestand weiter auf der anderen Seite und war genauso ungelöst wie zuvor.

Eine Frau sprach davon, sie habe sich 'eingesperrt' gefühlt in eben derselben Lebenslage, die sie in den Selbstmordversuch getrieben hatte. Es kam ihr so vor, als würde sich der Zustand, in dem sie sich vor ihrem 'Tode' befunden hatte, unablässig wiederholen wie in einem Zyklus.

Alle haben gesagt, nach dem, was sie jetzt erlebt hätten, würden sie nie wieder an einen Selbstmord denken. Ihr Standpunkt war jetzt, dass sie einen Fehler gemacht hatten und nun sehr froh sein konnten, dass ihr Suizidversuch misslungen war.«  
(*Moody, 62*)

### 3.3 Aussagen von jenseitigen Geistwesen zum Suizid

»Der Selbstmörder endet die Qual, der er sich entziehen wollte, nicht, denn das empfindende Wesen, der Geist, kann ja nicht getötet werden, mit ihm lebt die Erinnerung, lebt das Gewissen fort. Leid und Qual werden nur noch vergrößert, denn es ist kein Gutmachen, keine Rückkehr mehr möglich, alle Brücken sind abgerissen. Verzweiflung, bittere Reue ergreift dann solche Geister.« (\* *Vay 1, 128*)

»Der traurigste Anblick im Geistreich sind die Geister der Selbstmörder, die zur Einsicht kommen, welch entsetzlichen Missgriff sie taten, indem sie sich selbst mordeten. Die meisten möchten die Tat ungeschehen machen, weil der Selbstmord sie von dem sie quälenden Übel nicht befreite.« (\* *Vay 2, 35*)

»Ein Augenblick der Verzweiflung bringt eine lange Zeit des Leidens im Jenseits. Wer nicht an Gott und seine Liebe glaubt, der ist solchen Versuchungen ausgesetzt.

Die Sühnen und Seelenzustände der Menschen sind sehr verschieden, je nach der Ursache des Selbstmordes. Aber ein Gesetz ist gleich für alle. Keiner kann in die Geistersphären eingehen, bevor nicht die Zeit verflossen ist, die er hätte auf Erden leben sollen.« (\* *Vay 2, 36*)

»Ihr sollt einmal verstehen, was Selbstmord ist: ein mutwilliges, selbstverschuldetes Wegwerfen von gottgewollten Gelegenheiten zur geistseelischen Entwicklung!« (\* *Weidner 7, 185*)

»Zur Frage des Selbstmords gibt es sehr klare Regeln: Du darfst dir nicht das Leben nehmen. Selbstmord ist ein Verstoß gegen das universale Gesetz. Manche werden das Gefühl gehabt haben und vielleicht noch haben, dass sie einfach nicht mehr

weiterkönnen. Trotzdem, führt dieses Leben zu Ende und lernt, was ihr euch vor dieser Inkarnation vorgenommen habt zu lernen.

Wenn du todkrank warst und dich im Endstadium des körperlichen Verfalls getötet hast, wird dir der Zugang zu deiner Heimatdimension nicht verwehrt. Hast du dein Leben aber mit Drogen, Alkohol und dergleichen ruiniert, gilt das als Selbstmord, und du wirst zurückgeschickt, um es besser zu machen.«  
(\* *Frost 1*, 45)

»Natürlich gibt es Unterschiede, denn ein Mensch, der sich in einem Zustand geistiger Verwirrung tötet, ist nicht schuldig geworden, da sein Geist durch einen kranken Körper gehindert wurde, sich so zu entfalten, wie es richtig gewesen wäre. Aber diejenigen die sich aus Verzweiflung über irdische Probleme töten, machen sich schuldig. Und das haben sie durchzustehen. Denn was geschieht, wenn sie den geistigen Bereich betreten? Sie erschrecken, noch am Leben zu sein. Sie haben auf ein Ende gehofft, doch nun sind sie in einer geistigen Verfassung, wie sie sie zuletzt auf der Erde hatten. Und diese Verfassung ist die der Verzweiflung, der Angst, des Hoffnungslosen.

Es ist ein Zustand, der so furchtbar ist, dass jene Wesen lange nicht aus dem Kreise ihrer Empfindungen herauskommen.

Deshalb kann ich euch nur bitten: Macht niemals den Fehler, einen solchen Weg zu beschreiten. Es gibt nichts Leichteres als das, was der Mensch an Not und Sorge hat, im Vergleich zu dem, was er bekommt, wenn er sich selber tötet.«

(\* *Graichen*, 227)

»Der traurigste Anblick im Geisterreiche sind die Geister der Selbstmörder, die zur Einsicht kommen, welch entsetzlichen Missgriff sie taten, indem sie sich selbst mordeten. Die meisten möchten die Tat ungeschehen machen, weil der Selbstmord sie von dem sie quälenden Übel nicht befreite. Wie viel Selbstmorde geschehen täglich auf dieser Erde, wohl hunderte an einem Tag! Hunderte, die das sowieso kurze Erdenleben noch verkürzen und die vorübergehenden Prüfungen nicht ertragen wollen. Was ist ein Erdenleben in der Ewigkeit? Ein Tropfen im Ozean; ein Augenblick der Verzweiflung bringt eine lange Zeit des Leidens im Jenseits.

Die Sühnen und Seelenzustände der Menschen sind sehr verschieden, je nach der Ursache des Selbstmordes. Aber ein

Gesetz ist gleich für alle. Keiner kann in die Geistersphären eingehen, bevor nicht die Zeit verflossen ist, die er hätte auf Erden leben sollen.

Für den Selbstmord, den ein geistig Verwirrter begeht, wird dieser keine Strafe erhalten, sondern jene Menschen oder Geister werden bestraft, die ihn zum Selbstmord trieben.«

(\* *Vay 2, 40 ff.*)

»Frage: Werden diejenigen, die den Unglücklichen zu dieser Unglückstat veranlassten, die Folgen davon zu tragen haben ?

Antwort: "Oh, wehe ihnen! Denn sie werden sich dafür wie für einen Mord zu verantworten haben."« (\* *Kardec 1, 487 ff.*)

»Warum begeht der Mensch aber einen Selbstmord? Weil er keine Willenskraft mehr besitzt, seine irdischen Aufgaben zu meistern. So wenigstens motiviert er seine Tat.

Verlässt ein Mensch die materielle Welt durch sein Versagen früher als vorgesehen, so bleibt sein Geistwesen weitgehend an der Materie haften, leidet unsäglich an dem Unvermögen, sie noch für sich zu gebrauchen, findet aber so lange nicht den Zusammenhang mit dem geistigen Bereich, dem rein geistigen kraftspendenden Jenseits, bis der Zeitpunkt des erlaubten Abschieds gekommen ist. Solche Wesen sind eben an Raum und Zeit gebunden und daraus allein resultiert unendliches Leid und Ungemach.

In dieser Richtung ein Weltbild zu vermitteln, ist in solchen Fällen die vordringliche Aufgabe der Psychiater, und richtiges Verstehen und Verzeihen die Umgebung zu lehren unerlässlich.« (\* *Nowotny 3, 148 ff.*)

»Es ist wahr, dass es keinen Tod gibt. Darum sagen manche: "Es ist egal, weil es ja keinen Tod gibt." Aber es ist nicht egal; denn wenn ihr ein Leben beendet, ehe ihm ein Ende bestimmt ist, wenn ihr euer eigenes Leben auf die falsche Weise - durch falsches Denken, durch eine Tat oder sonst wie - beendet, dann habt ihr eure eigene Wahl und die der anderen nicht erfüllt, und dafür müsst ihr bezahlen - und die Bezahlung wird euch wahrscheinlich nicht gefallen. Wäre es nicht besser zu erfüllen, wofür ihr euch für diesen Planeten entschlossen habt?«

(\* *Carmel, 360 ff.*)

### 3.4 Recht auf Suizid? - Jenseitige Aussagen

»Frage: Hat der Mensch das Recht, über sein eigenes Leben zu verfügen ?

Antwort: "Nein, Gott allein hat dieses Recht. Der freiwillige Selbstmord ist eine Übertretung desselben."

Frage: Ist der Selbstmord nicht immer freiwillig?

Antwort: "Der sich tötende Wahnsinnige weiß nicht, was er tut."« (*\* Kardec 1, 486*)

»Selbstmord ist kein freier Willensakt - in keinem Fall. Die Ausführung der Tat erfolgt wohl von dem Menschen selbst, sein Wille ist aber infolge seiner Passivität ausgeschaltet oder so sehr herabgesetzt, dass sich andere Kräfte seiner bemächtigen können und er zum willenlosen Werkzeug wird.«

(*\* Nowotny 3, 148*)

### 3.5 Beweggründe für Suizid aus jenseitiger Sicht

»Diejenigen, die Selbstmord begehen, haben das Gefühl, dass sie nicht mehr gebraucht werden oder dass ihre Existenz sogar dem Glück anderer Menschen im Wege steht. Selbstmorde von jungen Menschen sind nicht unbedingt auf die ärmsten Schichten der Gesellschaft beschränkt. Im Gegenteil, Armut schafft oft einen starken Antrieb, sich das tägliche Leben erkämpfen zu müssen.

Der Wunsch nach Werterfüllung, Wachstum und Lebenssinn ist so stark ausgeprägt, dass das Leben an Wert verliert oder zu verlieren scheint, wenn diese nicht gegeben sind. In vielen Fällen ist es der Sohn oder die Tochter aus der oberen Mittelklasse oder der wohlhabenden Familie, der oder die sich in solchen lebensbedrohenden Krisen befindet. Es gibt Jugendliche, die von ihren Familien mit allem versorgt werden, so dass diese Kinder glauben, es gäbe nichts Erstrebenswertes mehr in ihrem Leben.

Wenn Eltern ihre Kinder sehr verwöhnen, fühlen sich diese als Anhängsel ihrer Eltern oder als deren Besitz. Auf der anderen Seite wird Wettbewerb von einigen Familien der oberen Mittelklasse dermaßen betont, dass sich Kinder nur wegen ihrer Leistung anerkannt und geliebt fühlen und nicht um ihrer selbst willen.

Viele dieser jungen Menschen sehen jedoch keine Zukunft für sich als Erwachsene.

Ob sich die Eltern dessen bewusst sind oder nicht, solchen Kindern erscheint das Leben sinnlos. Sie haben sehr oft große Talente, meinen jedoch, dass ihre Wünsche niemals in Erfüllung gehen werden.

Diese Jugendlichen halten sich sehr bedeckt, auch wenn sie sich ihren Eltern und Freunden gegenüber recht lebendig und gesellig zeigen.« (*\* Roberts, 255 ff*)

»Besonders die Jugend legt jetzt sehr viel Hand an ihr eigenes irdisches Leben und besonders häufig in Europa. Sie haben zu ihrem Schöpfer kein Vertrauen oder überhaupt keinen Kontakt, jedenfalls keine Ergebung in seinen Willen. Was bleibt ihnen? Leere! Und genau das ist es, was zur Lebensmüdigkeit und deren Folgen führt.« (*\* Weidner 8, 111*)

»Lebensmüdigkeit ist aus geistiger Sicht ein arger Mangel an Gottvertrauen und Gottergebenheit. Wenn du also diesen Mangel hast, dann bitte ich dich, höre meinen Rat: bete zu deinem Schöpfer und bitte: "Gib mir neue Kraft, meine Lebensaufgaben zu erkennen und zu erfüllen!"« (*\* Weidner 8, 110*)

»Was soll man vom Selbstmorde denken, der zum Zweck hat, dem Elende und den Enttäuschungen dieser Welt zu entfliehen?

Arme Geister, die nicht den Mut haben, das Elend des Daseins zu ertragen! Die Trübsale des Lebens sind Prüfungen oder eine Sühne. Glückselig die, welche sie ohne Murren ertragen. Sie werden dafür belohnt werden.« (*\* Kardec 1, 486*)

»Wenn jemand einen unvermeidlichen und schrecklichen Tod vor sich sieht, ist er dann strafbar, wenn er seine Leiden durch einen freiwilligen Tod um einige Augenblicke abkürzt?

"Man ist immer strafbar, das von Gott gesetzte Ende nicht abzuwarten. Ist man übrigens ganz sicher, dass dieses Ende dem Anschein zu Trotz gekommen sei und kann man nicht im letzten Augenblick eine unverhoffte Hilfe erhalten?"

Erreichen die, welche den Verlust teurer Personen nicht ertragen können und sich deswegen selbst töten, in der Hoffnung, sich wieder mit ihnen zu vereinigen, damit ihren Zweck?

"Der Erfolg ist für sie ein ganz anderer, als sie erwarten, und statt mit dem Gegenstand ihrer Liebe vereint zu werden, entfernen sie sich auf längere Zeit von demselben, denn Gott kann

keine Tat der Feigheit belohnen, ebenso wenig als die ihm, durch den Zweifel an seiner Vorsehung angetane Beleidigung. Sie werden diesen Augenblick der Torheit mit größerem Kummer bezahlen, als den sie abzukürzen meinen und werden die Befriedigung, die sie erhofften, nicht als Ersatz erhalten."«  
(\* Kardec 1, 490 ff.)

### **3.6 Einfluss von Depressionen auf Suizid aus jenseitiger Sicht**

»Ich will mich mit der Frage der Depressionen bzw. ihrer Ursachen befassen.

Es gibt, wie wir schon wissen, solche, die der Patient durch eine unrichtige Einstellung zu den Problemen des Lebens selbst begründet und verursacht.

Schwächen seelischer und körperlicher Art machen es unmöglich, den rechten Abstand zu den Problemen zu gewinnen. Minderwertigkeitsgefühle lassen sie unlösbar erscheinen und Mangel an Selbstvertrauen verleitet dann zu der Annahme, dass man sich eben seinem Schicksal ergeben müsse; bestenfalls gelangt man zu der Meinung, es sei eben das Karma, dem man nicht entrinnen könne. Da aber Depressionen nicht nur in der Psyche des Menschen und seiner Unausgeglichenheit, seiner unrichtigen Lebensauffassung ihre Ursache haben - abgesehen von solchen, die durch die materielle Umgebung mit ihren Mängeln und Fehlern verursacht werden - muss auch mit Depressionen gerechnet werden, die von geistigen Kräften herbeigeführt werden. Wir sprachen schon von Selbstmord und es ist gewiss die schwerste Form der Depression. Wir sagten schon, dass kein Mensch aus eigenem freien Willen sein Leben im Irdischen vorzeitig wegwirft; es gehört aber doch eine gewisse Bereitschaft dazu, sich solchen Kräften zu öffnen, die eine psychische Schwäche, einen Irrtum des Patienten ausnützen, um ihn aus seiner Laufbahn zu reißen. Selbstmorde nehmen in erschreckendem Maße zu und das hat seine Ursache vor allem darin, dass es an der Betreuung und Pflege der Seele fehlt, an richtiger Vorbereitung und geeignetem Unterricht in der Zeit des Heranreifens.

Immer wieder möchte ich betonen, wie wichtig es ist, schon im Kindesalter das Selbstvertrauen zu stärken, gegen Gefühle

des Versagenmüssens und der Minderwertigkeit anzukämpfen, die Selbstverantwortung vorzuleben und Frohsinn und Heiterkeit zur Grundlage des täglichen Lebens zu machen. Menschen, die in dieser Weise zur Eigenpersönlichkeit heranreifen, sich ihrer geistigen und seelischen Kräfte bewusst werden, sind gewiss nicht anfällig für Depressionen und die daraus so leicht resultierenden Folgen.« (\* Nowotny 3, 80 ff.)

»Depression ist eine Tatsache, die von ungünstigen Wesen geschürt wird und ist eine Vorstufe der Um- oder Besessenheit. Ich spreche es ganz klar und deutlich aus. Denn es kreist immer um das Gleiche, nämlich um die *Eingebung der ungünstigen Wesen*, und es verdichtet sich immer mehr und mehr. Dadurch wird eure Seelenstruktur dunkler, obwohl ihr es gar nicht wollt oder begreift. Alles, was dunkler ist und in die Schwingung der ungünstigen Wesen treibt, ist eine Gefahr für eure geistige Entwicklung auf dieser Erde.« (\* GgL 2)

»Depression entsteht aus der Angst, gewissen Anforderungen nicht gewachsen zu sein, aus der Empfindung, angelastete Verantwortung nicht mehr ertragen zu können. Der Betroffene flüchtet sich in eine psychische Starre. Dadurch entzieht er sich der Pflicht, mitmachen zu müssen im allgemeinen Programm, durch das er sich überfordert fühlt.

Wenn Du glaubst, Du kommst dem Übel mit Tabletten bei, so sage ich Dir, dass dies ein folgenschwerer Trugschluss ist. Du schiebst nur auf, um später mit einer noch schwereren Form des Leidens konfrontiert zu werden. Geheilt werden kann dieser Mangel nur dadurch, dass Du lernst, mit Deinen Ängsten umzugehen, das heißt, ihnen ins Gesicht zu schauen und Dich ihnen zu stellen. Dazu gehört zuallererst Ehrlichkeit Dir selbst gegenüber. Vielleicht die Ehrlichkeit zuzugeben, dass Du Deine Ziele zu hoch gesteckt hast, Dich auf Dinge eingelassen hast, die außerhalb Deiner Möglichkeiten liegen, Deine Grenzen nicht geachtet hast. Eine Depression ist immer ein Zeichen dafür, dass Dein Lebensprogramm nicht mehr in der Dir zuge-dachten Form abläuft. Du musst also das Programm wieder ins Lot bringen, womöglich mit Hilfe anderer.

Setze Dich mit der Zeit vor der Depression auseinander. Sie hat zu dieser Erscheinung geführt. Wann hast Du angefangen, aus Deinem Programm herauszubrechen? Versuche, Schritt für Schritt wieder ins Gleichgewicht zu kommen, nicht mit Gewalt

von heute auf morgen. Der Vorgang der Stabilisierung muss sich genauso langsam vollziehen wie der Vorgang der Destabilisierung.« (\*McLean, 190 ff.)

### 3.7 Einfluss der 'Mächte der Finsternis' auf Menschen

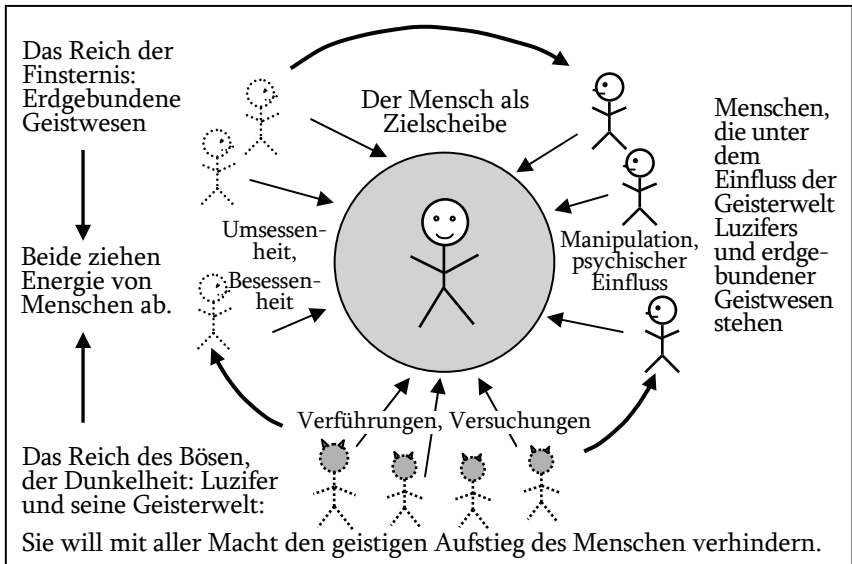


Abb.: Der Mensch ist im Erdenleben ständig Zielscheibe für Wesen der Finsternis sowie für Menschen, die ihrerseits beeinflusst werden.

»Jenseits eures menschlichen Lebens existiert eine Welt von Geistern, eure Geschwister, für den Menschen unsichtbare Wesen, die untereinander kämpfen, um euch zu erobern.«  
(\*DT 41, 48)

»Es sind bereits körperlose Wesen, die in ihrer Verwirrung fremde Körper suchen, um sich durch sie auszudrücken; doch aufgrund ihrer Verwirrung und ihres Einflusses ist das einzige, was sie erreichen, die Störung des Friedens, die Benebelung des Verstandes oder die Erkrankung derjenigen, denen sie sich nähern.« (\*BdWL U214, 28)

»Von jener unsichtbaren Welt, die in eurer eigenen Welt webt und lebt, gehen Einflüsse aus, welche die Menschen heimsuchen - sei es in ihrem Verstande, in ihren Gefühlen oder

in ihrem Willen - und sie zu ergebenen Dienern, zu Sklaven, zu Werkzeugen, zu Opfern machen.« (\*DT 41, 31)

»Das Fehlen von Gebet, Moral und Geistigkeit hat die unreinen und verstörten Wesen angezogen. Doch was kann man schon von denen erwarten, die ohne Licht und ohne Vorbereitung abgeschieden sind?« (\*DT 41, 34)

»Im Geistigen gibt es Legionen von unvollkommenen, verwirrten, dem Bösen und der Rache zugeneigten Geistwesen, deren Kraft sich mit der menschlichen Bosheit vereint, um das Reich des Bösen zu bilden.« (\*DT 40, 9)

»Bedenkt, dass das Böse großen Spürsinn hat, um euch zu versuchen, um euch zu Fall zu bringen, euch zu besiegen und sich eure Schwachheit zunutze zu machen. Seid scharfsichtig, damit ihr es zu entdecken versteht, wenn es euch auflauert.« (\*DT 63, 454)

»Glaubt ihr, dass es übertrieben ist, wenn Ich euch sage, dass von dieser Welt Millionen von Geistwesen im Zustand der Verwirrung scheiden?« (\*BdWL U78, 20)

»Sehr oft sind Menschen, die ihr Selbstvertrauen weitgehend verloren haben, mit aller Kraft bemüht, gegen Selbstmordgedanken zu kämpfen, sie fürchten, ihnen unterliegen zu müssen, beteuern, dass sie es nicht tun wollen, aber wie durch einen Zwang dazu gedrängt würden.« (\*Nowotny 3, 149)

»Jedenfalls sind die Mächte der Finsternis immer dabei, die Menschen so viel als möglich zum Selbstmord anzutreiben, auch zu Kriegen, weil sie wissen, da haben sie die Menschen wiederum in einer gewissen Sphäre für ihre Zwecke gebunden. Denn in einer niederen Sphäre kann man sich bekanntlich sehr schwer entwickeln.« (\*Weidner 9, 69)

»Wenn also Stimmungen auftauchen, für die ihr keine unmittelbare Erklärung findet, ist es klug, sich zu fragen, ob das unbehagliche Gefühl wirklich eures ist oder jemand anderem gehört. Lautet die Antwort: 'Nein, das ist nicht meins', dann hilft vielleicht ein energischer Befehl: Alles, was nicht euch gehört, soll verschwinden. Hilft das nicht, versucht euch vorzustellen, dass ihr unter einer Dusche aus Licht steht, die alles wegwspült, was nicht in eurer Aura sein sollte.« (\*Graham, 61)

»Aber zur Angst: Die negativen Kräfte schlachten die Ängste der Menschheit weidlich aus. Und was sie an Unheil und Verwirrung stiften, versorgt sie wieder reichlich mit negativen

Energien, durch die sie wachsen und gedeihen. Ihr könnt sie sehr schnell entmachten, wenn ihr ihnen das, was sie euch bieten, gar nicht erst abkauft.« (*\* Frost 1, 215*)

»Die Menschheit ist umschwirrt vom Gedankeneinfluss von Millionen entkörperter Geister, die den höheren Sinn des Lebens noch nicht erfasst haben! Erkennt man das als Tatsache an, dann erklärt sich aus ihr ungezwungen eine Unmenge von Erscheinungen, wie unerwünschte Gedanken, unbegründete Erregungen, seltsame Ahnungen, Launen, Reizbarkeit, übertriebene Erregbarkeit, unvernünftige Leidenschaftsausbrüche, unlenksame Wahnbefangenheit und zahllose andere Entgleisungen im Gemüts- und Denkleben.« (*Wickland, 32*)

»Niedrig entwickelte Verstorbene, die noch nicht erkannt haben, dass sie gestorben sind, finden sich im Jenseits nicht zu recht. Für diese Wesen wirken Lebende mit passenden Schwingungen wie Lichter und sie versuchen, sich an diese anzuklammern und durch sie Energien zu erhalten. Viele Geisteskrankheiten werden dadurch verursacht, dass sich solche jenseitige, niedrige Wesen des Energiepotentials lebender Erdenmenschen auf diese Weise bedienen. Die geistigen Schwingungen beider müssen jedoch in einem gewissen Mindestausmaß harmonisieren.« (*\* Taschner, 105*)

»Ein Mensch mit gesundem Menschenverstand erlaubt nicht, dass irgendjemand ihm die Energie raubt, umso mehr erlaubt er kein Eindringen. Geister spüren das und suchen Menschen, die es ihnen erlauben, sich für immer wie Blutegel an ihnen festzusaugen. Sie stehlen die Energie von schwachen, kranken, alten, alkohol- oder drogenberauschten, müden, unausgeschlafenen, aufgeregten, depressiven und verängstigten Menschen. Also von denen, denen sie sowieso fehlt. Sie sind nämlich nicht imstande, die Einwirkung des Geistes zu spüren und entsprechend darauf zu reagieren. So ein Mensch ahnt nicht, dass er die tägliche Portion an Energie, die er von Gott bekommt, mit einem Begleiter teilt. Er verliert seine Gesundheit, ohne zu wissen warum. Infolgedessen können die Geister eine körperliche Erschöpfung herbeiführen, die zu schweren Krankheiten und manchmal auch zum Tod führt. Die Geister bleiben oft außerhalb des Menschen, aber manchmal können sie unabsichtlich hineingelangen. Es ist so, als ob der Geist an einem Geheimgang vorbeigeht, sich zufällig an die Tür lehnt,

diese sich öffnet und er hineinstürzt. So sieht die Besessenheit eines Menschen durch einen Geist aus, der das weder plante noch beabsichtigte.« (*Pratnicka, 86*)

»Die Umsessenheit ist ein geringerer Grad von Besessenheit. Früher gebrauchte man zur Erklärung gern das Bild von der Belagerung. Bei der Umsessenheit hat der Feind die Stadt umzingelt, sie aber noch nicht eingenommen. Er beschießt sie von außen und richtet so großen Schaden an. Bei der Besessenheit hat er die Stadt erobert und beherrscht sie von innen her.«

(*Rodewyk, 53*)

»Ein gemeinsames Merkmal der von Geistern besessenen Menschen ist einerseits die erhöhte Reizbarkeit, Streitsucht, manchmal auch Tobsuchtsanfälle in ganz unerwarteten Momenten und andererseits Schläfrigkeit, Begeisterungsmangel und Weinerlichkeit. Die Stimmung wechselt von starker Euphorie zu großer 'Schwarzseherei'. Der Mensch, der bisher sowohl psychisch als auch physisch stark war, weiß jetzt nicht recht, was er machen soll. Für ihn ist das genauso beschwerlich wie für seine Nächsten.« (*Pratnicka, 88*)

### **Bedenkliche Aussage eines Geistwesens, gegeben über ein Medium eines weltweit bekannten spirituellen Kreises (Auszüge):**

Wir geben hier einen Text wieder - als Beispiel, welche gefährliche Aussagen von z. T. weltweit bekannten Medien gemacht werden, denen Menschen vertrauen. Die Wiedergabe des Textes ist als Warnung gedacht, wir distanzieren uns ausdrücklich von dem Inhalt.

»Frage: Eine gute Freundin von mir litt unter Multipler Sklerose und hat sich vor einigen Jahren das Leben genommen. Meine Frage ist, was passiert mit Menschen, die den Freitod wählen, wenn sie drüben ankommen? Gibt es da irgendeinen Unterschied?

Geistwesen: Hm. In Eurer Gesellschaft gibt es so viele Kontroversen zum Thema Suizid. Aber wir halten es ganz unkompliziert. Der Mensch besitzt die Eigentumsrechte an seiner Existenz und kann damit verfahren, wie es ihm beliebt! Wenn er sich für den Freitod entscheidet, dann wird er hier auf unserer Seite nicht anders begrüßt als jemand, der auf andere Art zu Tode kommt. Von unserer Seite aus gibt es keinerlei Be- oder Verurteilung des Freitods!

Natürlich haben sie ein wenig Schuldgefühl, und sie glauben, dass sie vielleicht etwas Falsches getan haben könnten, indem sie sich das Leben nahmen, dennoch, liebe Freunde, gibt es von unserer Seite aus keinerlei Vorwürfe! Es ist doch Euer Leben! Ihr könnt damit spielen oder es leben oder es auf jegliche Weise beenden, die Ihr wünscht.

Frage: Würdest Du etwas zur Beihilfe zum Freitod sagen?

Geistwesen: Menschen, die sich beim Freitod helfen lassen wollen, wissen in ihrem tiefsten Wesen, dass es Zeit ist zu gehen. Sie wissen, ihre Zeit ist gekommen. Liebe Freunde, von unserer Seite aus gibt es weder Beurteilung noch Verurteilung für jemanden, der gehen möchte. Bei ihrer Rückkehr warten auf sie ganz genau so große Freudenfeste wie auf jeden anderen. In ihrem Herzen wissen sie, die Zeit ist reif. Unsere Auffassung ist es, dass dies ein heiliger und ehrenvoller Augenblick im Leben eines Menschen sein sollte und nicht etwa ein Moment voller Scham und Schuldgefühle.« *(Quelle bewusst nicht angegeben)*

### **3.8 Fallbeispiele zum Einfluss negativer Astralwesen auf Menschen**

**Auszüge aus dem Buch von Anton Styger "Erlebnisse mit den Zwischenwelten - Seelenbefreiungen"**

#### **Einführung**

»Ich berichte jetzt von Menschen, welche von herumirrenden Seelen von Selbstmördern überfallen und missbraucht wurden. Diese Menschen leiden augenblicklich unter einem starken inneren Zwang, sich selbst umbringen zu müssen. Generell werden Menschen, die sich selbst getötet haben, auch im Jenseits diesen Zwang weiter ausleben und sich ein Opfer suchen, an das sie sich hängen können. Vielfach ist es so, dass sie zu Lebzeiten selbst von Astralwesen oder gar Selbstmörderseelen besetzt waren. Diese wiederum können sie auf der anderen Seite nicht so einfach abhängen oder loswerden, wie sie wollen. Nein, sie merken sogar meist nicht einmal, dass der Zwang oder ihre Selbsttötungslust von anderen Wesen stammt, die an ihnen hängen und sie völlig manipulieren. Dieses Selbsterstörungsverhalten ist auch bei Menschen, die süchtig sind, festzustellen.

Egal, ob es sich um Drogensüchtige, Trinker oder Raucher handelt. Sie alle zerstören sich auf ihre Weise in Raten. Der Selbstmörder macht es halt auf einmal, gründlich.

Selbstmörder erkennen, dass sie die Probleme, vor denen sie geflohen sind, jetzt nicht mehr überwinden können. Alle Selbstmörderseelen fallen sofort in eine der schwersten Depressionen, die sie je hatten. Diese gewaltige, nie gekannte Hoffnungslosigkeit und die ihnen noch immer anhaftende Neigung oder Sucht, sich umbringen zu müssen, treibt sie dazu, Hilfe zu suchen oder sich sensiblen Menschen zu nähern. Auf dieser anderen Seite, der Ebene des irdisch gebundenen Seins wird genau unterschieden, wie und warum sich jemand selber umgebracht hat. Einer, der sich aus purer Verzweiflung oder schierer Ohnmacht das Leben genommen hat, wird nicht in dieselbe Ebene gebracht wie jener, der sich aufgrund einer schlimmen Tat seiner Verantwortung entziehen wollte. Doch sie alle haben gegen das wichtigste Gesetz vom Geschenk des Göttlichen Lebens verstoßen.

Es ist niemand da, sie sind alleine oder höchstens unter ihresgleichen. Also stürzen sie, sobald sie können, auf alles los, was sich bewegt und einigermaßen mit Gefühlen ausgestattet ist. Von solchen Fallen möchte ich nun berichten.«

*(Styger, 545 ff.)*

### **Stygers Fallbeispiel "Die Auszubildende"**

Eine Auszubildende äußerte ihren Kunden gegenüber, dass sie sich bald das Leben nehmen wolle, denn sie halte es hier nicht mehr aus. Herr Styger wurde von der Ausbilderin kontaktiert und berichtet (Auszüge):

»Was konnte der Grund für die Aussagen der Lehrtochter sein? Ich befragte meine Engel. Die Antwort war kurz und klar: Die Lehrtochter war besetzt von der irdisch gebundenen Seele eines Selbstmörders. Die Ausbilderin setzte sich daraufhin sofort mit deren Eltern in Verbindung und bat sie, mit mir Kontakt aufzunehmen. Noch am selben Abend läutete bei mir das Telefon. Die Mutter besagter Lehrtochter war am anderen Ende: "Herr Styger, bitte kommen Sie sobald wie möglich zu uns, denn wir halten es vor Angst um unsere Tochter kaum mehr aus."

Die Tochter war seit zwei Wochen zu Hause geblieben, unter Aufsicht der Eltern. Der Hausarzt hatte ihnen dies angeraten und zudem noch drei Schachteln Beruhigungs- und Schlafmittel hinterlassen. Scheinbar hatten diese jedoch keine allzu große Wirkung gezeigt, denn eines Abends hatte der Vater seine Tochter auf dem Fenstersims stehen sehen. 'Zufällig' war er gerade noch in der richtigen Minute in ihr Zimmer gekommen. Es war der größte Schock seines Lebens, und so ließ er kurzerhand alle Fenster fest zuschrauben. Das Ehepaar bat mich ins Wohnzimmer, wo ich mit ihnen am Esstisch Platz nahm. Die Mutter holte nun ihr Mädchen aus dem von außen abgeschlossenen Zimmer.

Eine hoch geschossene, blondhaarige Frau sah mich mit ihren traurigen, dunklen Augen fragend an. Ihr Name war Graziella, und sie saß mir nun ruhig gegenüber, als ich sie fragte: "Haben Sie besondere Träume oder nehmen Sie nachts Seltsames wahr?"

"Nein, ich träume gar nichts mehr, und ich schlafe auch so gut wie nicht mehr, denn ich höre fast immer eine Stimme, die zu mir redet und mich nicht schlafen lässt."

"Was sagt sie denn?"

"Bring dich um, spring aus dem Fenster, es geht dir danach besser. Du hast dann keinen Stress mehr im Laden und schon gar nicht mehr in der Schule. Mach das doch!"

Ich fragte weiter. "Haben Sie eine Ahnung, seit wann etwa diese Stimme da ist und wer dies sein könnte?"

"Nein, aber im Sommer wurde ein Dreiundzwanzigjähriger da drüben auf dem Friedhof beerdigt. Er hatte Selbstmord begangen, und ich empfand Mitleid mit ihm. Ich dachte, der ist ja nur vier Jahre älter als ich und ist nun schon tot. Wenn ich mich richtig erinnere, hörte ich diese Stimme im Juli das erste Mal. Seither ist sie andauernd bei mir."

"Liebe Graziella, ich werde mit Hilfe meiner Engel auspendeln, ob es dieser junge Mann ist, der an Ihnen hängt."

Auf diese Frage bekam ich von den Engeln ein: "Ja."

Da sagte ich zu ihr: "Es scheint so, dass nur dieser junge Selbstmörder an Ihnen ist und sie manipulieren möchte in seinem Befehlston. Wir machen jetzt gemeinsam ein Ablösegebet, um Sie zu befreien und ihm den Weg ins Licht zu ebnen. Haben

Sie keine Angst. Wir zünden aber vorher noch ein paar Kerzen hier auf dem Tisch an."

Die Mutter stellte noch drei Kerzen zu der einen, die schon da war, und zündete sie an.

Als das Ablösegebet zu Ende war, war die Leidensenergie aus dem Raum verschwunden. Graziella schlug die Augen auf, ihr schönes Gesicht hellte sich auf. Sie strahlte übers gesamte Antlitz und schien wie verwandelt.

Daraufhin sprang sie übergücklich hinüber zu ihren Eltern und drückte beide überschwänglich. Mit tränenüberströmten Gesichtern dankten sie mir für diese Seelenbefreiung. Auch ich fühlte mich gut und leicht und verließ voll Freude jene erlöste, endlich wieder glückliche Familie.« (*Styger, 547 ff.*)

### **Stygers Fallbeispiel "Tödliche Befehle" (Auszüge):**

»Im nahen Rheintal lebt eine Frau, die ich bei einem meiner Vorträge kennen gelernt habe. Sie erzählte mir, dass sie einen Therapeuten in Vorarlberg aufgesucht und sich beim Besuch sehr unwohl gefühlt hatte.

Seine Therapie nutzte dieser guten Frau leider gar nichts, denn ihr ging es von Minute zu Minute schlechter. Als sie dann die Praxis verließ, hatte sie das Gefühl, sie müsse sich übergeben. Sie fühlte sich überlagert von etwas, das ihr fremd war, und dabei dreckig, richtig verschmutzt. Sie schleppte sich zum Auto und fuhr los. Über ihrem Kopf spürte sie etwas, das sie wie eine schwere Glocke oder Deckel drückte. Halb betäubt fuhr sie unsicher über die Landstraße. Plötzlich vernahm sie deutlich eine männliche Stimme, die zu ihr sagte: "Fahre gegen diesen Baum, es geht dir dann leichter!"

Und zwar in einem Befehlston, der absolut dominierend war. Mit aller Kraft wehrte sie sich gegen diese Manipulation und steuerte ihren Wagen im Schritt-Tempo nach Hause. Dort legte sie sich aufs Sofa und konnte sich kaum mehr rühren. Alle ihre Gefühle und körperlichen Bedürfnisse schienen wie ausgeschaltet und sie fiel in eine Depression, gemischt mit Angst. Am nächsten Tag erinnerte sie sich an den Vortrag, den sie von mir gehört hatte, der sich um die Befreiung von irdisch gebundenen Seelen gehandelt hatte. Daraufhin rief sie Erzengel Michael um Hilfe und bat ihn um die Ablösung jener zerstörerischen Seele. Die arrogante Stimme und ihre Angst hörten auf. Langsam

verschwand auch dieser lähmende Druck auf ihr, der sie nicht mal mehr hatte ordentlich hören und sehen lassen. Bald fühlte sie sich wieder befreit von alledem.« (*Styger, 553 ff.*)

### **Stygers Fallbeispiel "Von Schulfreundin befallen" (Auszüge):**

»Eine sehr besorgte Mutter bat mich um Rat. Sie hatte drei Töchter, und die mittlere, die so um die zwanzig war, bereitete ihr große Sorgen.

Ich pendelte am Telefon aus, woran die Betreffende leidet und bekam heraus, dass sie von mehreren Selbstmörderseelen gefangen und beeinflusst wurde. Die Mutter war erstaunt und bat mich, so schnell wie möglich zu kommen.

Als ich dann bei ihnen war, sah ich diese Tochter namens Sereina, wie sie in der Stube saß und nur noch in eine Ecke starrte.

Am Sonntag sprach sie schon davon, dass sie sich umbringen müsse. Das Wörtchen 'müssen' ist in diesem Zusammenhang die wesentliche Aussage, denn niemand der Besetzten will dies ja freiwillig.

Nach diesen Worten wagten die Eltern es nicht mehr, ihre Tochter alleine zu lassen. Der Hausarzt meinte, sie hätte wohl nur so eine Art Liebeskummer, und der ginge bald wieder vorbei. Doch die Eltern spürten, dass es etwas anderes sein musste, und sie konsultierten baldmöglichst eine Psychologin. Doch diese gab ihnen ein Beruhigungsmittel mit nach Hause und meinte, dass der Schulstress zu einer Depression geführt hätte. Der Zustand wurde noch schlechter und trüber. Schon seit über einem Monat saß sie nun zu Hause und weinte viel und ließ mehrmals am Tag verlauten, dass sie sich töten müsse. Natürlich belastete es die gesamte Familie, wenn sie so etwas sagte.

Inzwischen waren alle sehr deprimiert und ohne Hoffnung, dass Sereina noch jemand helfen konnte. Die Ärzte drängten darauf, die Tochter in eine geschlossene psychiatrische Klinik einzuweisen. Der Termin stand fest und war bereits zwei Tage später.

Ich nahm Sereinas Hand, diese war kalt und reglos. Nun fragte ich sie: "Hast du jemanden gekannt, der Selbstmord gemacht hat?"

Keine Regung im Gesicht, aber die Hand begann zu zucken. Die Mutter meldete sich nach einer Weile der Stille wieder zu

Wort: "Jetzt, wo Sie dies so fragen, weiß ich, dass sie der Tod einer Berufsschulkollegin sehr beschäftigt hat. Diese hatte sich vor knapp zwei Jahren vor einen Zug gestürzt. Sereina hat lange davon erzählt und sehr mitgelitten. Und wenn ich es mir so recht überlege, ist sogar noch eine zweite Kollegin, eine Busenfreundin der ersten, an genau der gleichen Stelle unter den Zug gegangen. Aber Sereina hat davon nie viel erzählt, und dieser Fall liegt nun etwa ein Jahr zurück."

Nun holte ich meinen Tensor hervor und befragte meine Engel um Rat: "Hat diese erste Schulkollegin, die sich das Leben nahm, mit dem Zustand von Sereina zu tun?"

"Ja."

"War diese Schulkollegin von anderen Wesen besetzt?"

"Ja."

"Hat sich die Freundin der Schulkollegin das Leben genommen, weil sie von dieser besetzt war?"

"Ja, ja."

"Also sind da zwei irdisch gebundene Seelen an Sereina?"

"Ja - nein."

"Sind denn noch mehrere Seelen an ihr?"

"Ja."

"Etwa noch etliche Astralwesen?"

"Ja"

"Bringe ich die alle ab von ihrem zerstörerischen Tun, und wird Sereina jetzt wieder ganz frei von ihnen?"

"Ja."

Nun wandte ich mich an Mutter und Tochter: "Also liebe Sereina und Sie, ich mache mit Ihnen gemeinsam jetzt ein Ablösegebet, Sie haben ja gehört, wer sich noch alles hier befindet."

Laut rief ich meine liebsten Engel zu Hilfe, um diese gefangenen und manipulierenden Seelen aufzuklären und weiterzuleiten ins Licht oder an Orte, wo ihnen geholfen würde, sich weiterzuentwickeln. Lange und intensiv redete ich auf sie ein. Deutlich nahm ich ihre große Angst und ihren desolaten Gemütszustand wahr. Am Ende des Gebets saßen wir dann noch ein paar Minuten in der wundervollen Stille beieinander. Nun schüttelte Sereina ihre langen, blonden Haare und öffnete die Augen. Ihr Gesichtsausdruck hatte sich erhellt. Inzwischen am Türrahmen lehnend, sagte sie auf einmal zu ihrer Mutter und mir: "Vorher war ich weit weg an einem dunklen, düsteren Ort,

wo ich sehr gelitten habe. Herr Styger, ich hörte Sie sprechen in weiter Ferne, daneben hörte ich aber immer die Stimmen meiner Kolleginnen. Sie schrien dauernd: ‚Bringe dich endlich um und folge uns.‘ Wo war das denn und wie lange war ich dort?"

"Weißt du, wenn man in diesen Sphären des Leidens und des Selbstzerstörens ist, dann kommen einem Minuten schon sehr lange vor, und eine Stunde kann wie ein Jahr wirken. Du warst dort etwa einen Monat deines Lebens, aber erst nachdem die anderen deinen Lebenswillen gebrochen hatten. Aber sie wurden ja, wie du, auch von anderen überfallen und konnten gar nicht mehr anders, als dich mit hineinziehen. Dort, wo du mit diesen anderen warst, ist wirklich ein hoffnungsloser Ort. Es ist eine Art von Hölle, weil die anwesenden Seelen alle gegen das höchste Göttliche Gut, nämlich das Leben selbst, verstoßen haben. Wenn du, liebe Sereina, mich nun jedoch fragst, wo dieser Ort ist, so kann ich dir nur antworten, er ist immer und überall, gerade da, wo er erschaffen wurde."« (*Styger, 557 ff.*)

### **Bericht von Dr. Wickland über Geistwesen und Selbstmord**

»Viele überraschende Selbstmorde, die ohne ersichtlichen Anlass begangen werden, haben ihre Ursache in Besessenheit durch erdgebundene Geister. Manche dieser Geister treibt lediglich die Lust, ihre Opfer zu quälen; andere wieder haben selber Selbstmord begangen, sehen sich dennoch weiter am Leben; von einer geistigen Welt wissen sie nichts, und so leben sie unter dem bedrückenden Irrtum, dass ihnen ihr Versuch, sich umzubringen, nicht geglückt sei, und machen immer wieder neue Selbstmordversuche.

Wenn diese Geister mit medialen Menschen in enge Verbindung kommen, halten sie deren Körper fälschlich für den ihrigen, flößen diesen Medien lebensmüde Gedanken ein und veranlassen sie zu selbstmörderischen Handlungen.

Das Schicksal eines Selbstmörders ist in der Regel ein äußerst jämmerliches, denn seine übereilte Tat hält ihn in der Erdsphäre solange fest, wie sein Leben bis zu seinem natürlichen Ende gedauert haben würde.

Ein Fall von Selbstmord, mit dem wir in Verbindung kamen, betraf eine Frau X.

Sie war eine kluge und geistig rege Frau gewesen und auch ein ernstes Mitglied der Kirche. Sie war glücklich verheiratet und Mutter mehrerer Kinder. Ohne irgend welche bedrohlichen Vorzeichen, bei sichtlich zufriedener und glücklichem Befinden, hatte sie sich plötzlich erhängt; und der zu Tode erschrockene Ehemann und ihre Kinder fanden keinerlei Erklärung für diesen unseligen Schritt.

Eines Wintertags, waren meine Frau und ich allein in unserem Heim in Chicago, als ganz unvermutet ein Geistwesen von meiner Frau Besitz nahm, das nach Atem rang und zu ersticken schien. Dieser Geist war, wie so viele andere auch, sich nicht bewusst, in einem fremden Körper zu stecken, und erlebte in der engen Fühlung mit der Körpermaterie noch einmal seinen letzten Todeskampf.

Auf mein vieles Fragen hin wurde mir durch die erhaltenen Äußerungen zu meiner größten Überraschung klar, dass ich hier eine gute Bekannte aus längst vergangenen Tagen vor mir hatte, die ihrem Erdenleben durch Erhängen eigenmächtig ein Ende gemacht. Sie war noch in der Erdsphäre verhaftet und berichtete von den unbeschreiblichen Gewissensqualen, in denen sie all die Jahre gelebt.

"Sobald ich mich außerhalb meines Körpers befand, sah ich auch sogleich die Ursache meiner unheiligen Tat. Böse Geister, denen missgünstige Gedanken übelwollender Mitmenschen den Weg zu mir gewiesen, standen um mich herum und freuten sich in teuflischer Genugtuung über ihr gelungenes Werk. Sie hatten mich dahin beeinflusst, meinem Leben ein Ende zu machen. Ich hatte von mir aus nicht den geringsten Grund, an solch eine Torheit auch nur zu denken. Ein unwiderstehlicher Drang hatte mich plötzlich überkommen - ich legte mir den Strick um den Hals, und erst als es zu spät war, begriff ich, was ich getan hatte. - Ich hätte die ganze Welt darum gegeben für die Möglichkeit, meinen Körper wiederzubekommen. Oh, was für entsetzliche Verzweiflung und Gewissensqualen habe ich durchgemacht! Unser Heim zerstört, mein Mann untröstlich mit gebrochenem Herzen, und meine Kleinen meiner Fürsorge so bedürftig! Sie merken es nicht, wenn ich zu ihnen komme und sie zu trösten versuche, und ich sah um mich bisher nur Dunkelheit und Schwermut."

Getröstet und ermutigt durch eine Belehrung über die geistige Welt war diese Verstorbene gern bereit, mit höheren Geistern mitzugehen und sich belehren zu lassen.« (*Wickland 166 ff.*)

### **3.9 Kontakte von Medien mit Suizidenten im Jenseits**

#### **Bericht des Mediums Rosemary Altea**

»Ich habe selten mit einer Person, die Selbstmord beging, problemlos Kontakt aufgenommen. Die Selbstmörder, mit denen ich gesprochen habe, hatten alle eines gemeinsam. Ich spürte auf ihrer Seite immer einen enormen Widerwillen, den ersten Schritt zur Kommunikation zu tun. Es ist ein aus der Angst geborener Widerwille, Angst davor, von jenen eine Zurückweisung zu erfahren, die sie lieben, die sie zurückgelassen haben und sich nun mit der Qual und dem Schmerz auseinandersetzen müssen.

Diejenigen, die sich selbst das Leben genommen haben, brauchen oft ungeheuer viel Zuspruch und Ermunterung. Ich versuche immer, ihnen meine Liebe zu zeigen, sie merken zu lassen, dass sie mir am Herzen liegen. Für mich besteht die Kunst darin, dass ich nie meine Geduld verliere, immer sanft und liebevoll bleibe und so allmählich das Zutrauen der Person aus der Geisterwelt gewinne, die darauf wartet zu kommunizieren.

Wenn ich mit den Wesen in der Geisterwelt kommuniziere, ist es häufig so, als säße ich vor einem großen Fernseher und sähe mir einen Film an. Ich bekomme die Informationen in Wort und Bild übertragen. Ich betrachte aufmerksam diesen 'Film', diese Vision, mit der mir die betreffende Person ihre eigene Geschichte erzählt.

Selbstmördern fällt es immer schwer davon zu sprechen, wie sie verschieden, weil sie oft immer noch nicht genau wissen, warum sie sich selbst das Leben genommen haben.

Ein Selbstmord löst nichts, nicht einmal in Fällen von Krankheit, weil die Probleme, mit denen wir im Alltagsleben konfrontiert werden, ganz gleich, um welche es sich handelt, Hindernisse sind, die zu bewältigen wir aufgerufen sind. Es wird immer Probleme geben, egal was wir tun und wo wir sind, ob auf dieser oder auf der anderen Seite.« (*Altea, 154 ff.*)

### **Der hellsichtige Geistheiler Mario Mantese berichtet:**

»In der Zeit, in der ich als Heiler aktiv war, besuchten mich immer wieder Menschen, die gestorben waren und sich im Jenseits aufhielten. Sie baten mich um Hilfe.

Ich konnte sie sehen, hörte ihre Stimmen und las ihre Gedanken. Es kamen Menschen, die Selbstmord begangen hatten. Seelen, die in verhängnisvollen Zuständen gefangen waren, gekettet und geknechtet von ihren Schicksalskräften. Sie waren nicht an dem Ruheort angelangt, den sie sich vorgestellt hatten, nein, sie waren in den finsternen Eingeweiden der jenseitigen Welt gelandet und suchten verzweifelt Hilfe.

Sie hatten geglaubt, dass sie mit der Zerstörung ihres physischen Körpers auch ihre psychischen Probleme zerstört hätten, doch dem war nicht so, wie sie beim Verlassen ihres physischen Körpers feststellen mussten. Sie hatten geglaubt, dass in der anderen Welt alles besser und klarer würde. Sie hatten sich geirrt. « (*Mantese, 91*)

### **Bericht eines Mediums, das anonym bleiben möchte:**

»Ich habe auf einer Astralreise einmal einen Freund von mir gesucht und gefunden, der vor einigen Jahren Selbstmord begangen hatte. Ich fand ihn in einer erbärmlich tristen Umgebung in einem jämmerlichen Zustand vor. Er war so tief in Trauer und Resignation versunken, dass er außerstande war, irgend etwas anderes als seine eigene Traurigkeit wahrzunehmen. Alle Versuche, ihn anzusprechen, schlugen fehl. Das war eine sehr deprimierende Erfahrung für mich.«

## **3.10 Aussagen von Suizidenten gegenüber Medien**

Um zu erfahren, wie es Menschen nach dem Suizid (als Geistwesen) im Jenseits geht, und wie sie ihre Situation erleben, ist es am besten, sie selber zu Wort kommen zu lassen. Die im Folgenden ausgewählten Berichte von Suizidenten stammen aus dem Zeitraum zwischen 1850 und heute. Dennoch zeigen die Inhalte frappierende Übereinstimmungen.

### 3.10.1 Bitten von Suizidenten an das ungarische Medium Adelma von Vay

»Über Adelma von Vay meldeten sich des öfteren Selbstmörder und baten um Gebetshilfe. "Ja, wir bitten um deine Gebete und Hilfe" heißt es in einer diesbezüglichen Kommunikation, "wir beiden haben uns das Leben genommen. Das Motiv unserer Untaten war dasselbe: sogenannte unglückliche Liebe. Im Leben kannten wir uns nicht, doch sind wir im Geisterreiche in derselben Sphäre. Lange waren wir uns unserer Entkörperung nicht bewusst, d. h. wir sahen es ja, dass unser Körper 'tot' war und begraben wurde, doch waren wir selbst noch fast wie Menschen, steinunglücklich ... Nun höre: wir sind an die Erde gebunden bis zu der Zeit, da Gott uns auf natürliche Weise abberufen hätte. Ich wäre, wie ich jetzt sehe, 84 Jahre alt geworden, nahm mir aber das Leben mit 28 Jahren. Also muss ich noch lange auf der Erde (erdgebunden) bleiben, büßen und solche junge Leute beschützen helfen, die Selbstmordanlagen in sich tragen. Neulich erst habe ich einem jungen Mann die Pistole aus der Hand geschleudert, so dass er sich verwunderte. Er wollte sich wegen einer nichtsnutzigen Chansonetten-Sängerin erschießen. - Wir sind Scharen solcher Geister. Scharerweise bemühen wir uns, die armen leidenden, oft verrückten Menschen vom Selbstmord abzuhalten und wir bestehen wahre Schlachten mit den Gegensatzgeistern und Dämonen, welche die Menschen schlimm beeinflussen und sie zum Selbstmord treiben." « (*Passian, 365*)

### 3.10.2 Berichte, entnommen dem Buch von Allen Kardec "Himmel und Hölle"

Fragesteller waren Mitglieder der Geistforscher-Gesellschaft von Paris. (F: = Frage, A: = Antwort)

#### **Bericht eines Suizidenten**

Der Mann hatte sich in der Wanne eines Badehauses die Kehle durchgeschnitten. Keiner wusste, wer er war. Die Mitglieder der Pariser Geistforscher Gesellschaft hatten 6 Tage nach seinem Tod die Möglichkeit, ihn zu befragen.

»F: Was hat Sie dazu gebracht, sich umzubringen?

A: Bin ich tot? ... Nein ... ich bewohne meinen Körper ... Ihr wisst nicht, wie sehr ich leide! ... Ich ersticke ... Möchte

eine mitfühlende Hand versuchen, es mit mir ein Ende zu machen?

F: Möchten Sie uns wohl Ihren Namen, Ihr Alter, Ihren Beruf, Ihren Wohnort sagen?

A: Nein ... Auf alles nein!

F: Hatten Sie Angehörige, ein Weib, Kinder?

A: Ich war ganz verlassen; kein Wesen liebte mich.

F: Was hatten Sie getan, dass Sie von niemand geliebt wurden?

A: Wie viele sind es wie ich! ... Es kann ein Mensch verlassen sein inmitten seiner Angehörigen, wenn kein Herz ihn liebt.

F: Haben Sie in dem Augenblick, wo Sie Ihren Selbstmord begingen, keine Bedenklichkeit empfunden?

A: Mich dürstete nach dem Tode ... Ich sehnte mich nach Ruhe.

F: Wie kommt es, dass der Gedanke an die Zukunft Ihnen nicht nahe gelegt hat, auf Ihr Vorhaben zu verzichten?

A: Ich glaubte nicht mehr daran, ich war ohne Hoffnung.

F: Was für Erwägungen haben Sie angestellt in dem Zeitpunkt wo Sie fühlten, dass das Leben in Ihnen erlösche?

A: Ich habe nicht nachgedacht. Aber mein Leben ist nicht erloschen. Meine Seele ist an meinen Körper gebunden. Ich fühle die Würmer, die an mir nagen.

F: Was für eine Empfindung hatten Sie in dem Zeitpunkt, wo der Tod vollständig ward?

A: Ist er's?

F: Der Zeitpunkt, wo in Ihnen das Leben erlosch, ist der für Sie schmerzvoll gewesen?

A: Weniger schmerzvoll als das Nachher. Bloß der Leib hat gelitten.« (\* *Kardec 2, 319 ff.*)

### **Aussage eines Suizidenten, eines Kaufmanns aus Paris**

Ein Kaufmann hatte einen Sohn, der zum Krieg eingezogen werden sollte. Der Vater wollte durch eigenen Suizid verhindern, dass der Sohn eingezogen würde; denn nach dem Gesetz musste der Sohn das Geschäft des Vaters nach dessen Tod übernehmen und durfte nicht eingezogen werden.

»F: Sie sagen, dass Sie leiden; Sie haben ohne Zweifel Unrecht daran getan, Sich zu töten; hat indes der Beweggrund, der Sie zu diesem Schritte führte, Ihnen nicht irgendwelche Nachsicht verschafft?

- A: Meine Bestrafung wird weniger lang sein; aber die Tat ist darum nicht weniger schlecht.
- F: Könnten Sie uns wohl die Strafe beschreiben, die Sie erleiden?
- A: Ich leide doppelt, in meiner Seele und in meinem Leibe. Ich leide in letzterem, wiewohl ich denselben nicht besitze, wie einer, dem ein Glied abgeschnitten, leidet im abgeschnittenen Gliede.
- F: Hat Ihre Tat Ihren Sohn als einzigen Beweggrund gehabt und sind Sie durch keinerlei anderen Umstand gereizt worden?
- A: Väterliche Liebe allein hat mich geleitet; in Rücksicht auf diesen Beweggrund wird meine Pein abgekürzt werden.
- F: Sehen Sie die Grenze Ihrer Leiden voraus?
- A: Ich kenne deren Grenze nicht. Aber ich habe die Versicherung, dass diese Grenze besteht, was ein Trost für mich ist.«  
 (\* Kardec 2, 322 ff.)

### **Aussage des Suizidenten M. Felicien**

»Das war ein gebildeter reicher Mann, geistfreundlicher Dichter, von guter, gewinnender und aufmunternder Sinnesart, sowie von vollkommener Ehrbarkeit. Falsche Handelsberechnungen hatten jedoch sein Vermögen gefährdet.

F: Möchten Sie uns sagen, wie Sie gestorben sind?

A: Wie ich gestorben bin? Durch den von mir gewählten Tod. Derselbe gefiel mir, ich habe lange genug nachgedacht über den, welchen ich wählen sollte, um mich des Lebens zu entledigen. Und meiner Treu', ich gestehe, dass ich nichts Großes gewonnen habe, es wäre denn: befreit zu sein von meinen das äußere Leben angehenden Sorgen, jedoch um schwerere, peinlichere solche wiederzufinden in der Lage, in welcher ich als Geist bin und deren Ende ich nicht voraussehe.«

Mitglieder des Kreises fragten, was sie für ihn tun könnten.

»A:Gegenwärtig bedarf ich nur der Gebete. Betet vor allem dafür, dass ich möge befreit werden von den schauerhaften Gefährten, die bei mir sind und mit ihrem Gelächter, ihrem Geschrei und ihren höllischen Spöttereien mich plagen. Sie nennen mich feige und sie haben Recht. Feigheit ist es, das Leben verlassen zu wollen. Ach betet! Wie hart ist meine

Strafe! Ich bin recht unglücklich. Die Prüfung, in welcher ich so oft gestrauchelt bin, richtet sich vor mir auf in unauslöschlichen Zügen. Betet für mich! Auch ich will beten.«  
(\* Kardec 2, 346 ff.)

### **Aussage des Suizidenten Anton Bell**

»Rechnungsbeamter in einem Bankhause.

Er war gewohnt zu sprechen von einem Wesen, das er in sich fühle und welches ihm sein Rechnungswesen in Ordnung und Regelmäßigkeit führen helfe. In einem Augenblicke, wo er von der Widersinnigkeit seiner Gedanken überzeugt zu werden schien, rief er: "Nein, nein, ihr wollt mich täuschen "

Auf Verlangen seines Freundes wurde Anton Bell vorgerufen.

F: Es liegt unseren Gedanken fern, Sie durch unbescheidene Fragen quälen zu wollen. Wir begehren zu wissen, welches Ihre Lage in jener Welt ist, in der Sie weilen, und ob wir Ihnen nützlich sein können.

A: Ach, wenn ihr das könntet, würde ich euch sehr dankbar dafür sein! Mich schaudert vor meinem Verbrechen und ich bin recht unglücklich.

F: Unsere Gebete, das hoffen wir, werden Ihre Pein mildern.

A: Die Selbstmörder meiner Gattung, welche zu schwach sind, um den Quälgeistern zu widerstehen, sind minder schuldvoll und werden weniger bestraft als diejenigen, welche sich infolge der alleinigen Entscheidung ihres freien Willens das Leben nehmen. Betet mit mir für den Geist, welcher mich so verhängnisvoll beeinflusst hat, damit er seiner Rachsucht entsage, und betet auch für mich, damit ich die nötige Stärke und Tatkraft gewinne, um nicht schwach zu werden in der Prüfung auf Selbstmord durch den freien Willen, welcher ich, so sagt man mir, in meiner nächsten Einverleibung werde unterworfen werden.

Frage an den geistigen Führer des Mediums: Kann ein Quälgeist jemanden wirklich in den Selbstmord treiben?

A: Sicherlich. Denn das geistige Belagertsein, welches an sich eine Art Prüfung ist, kann sich in alle Gestalten kleiden. Doch ist das keine Entschuldigung. Der Mensch hat immer Freiheit der Entschließung und folglich ist er unbehindert darin, dass er nachgebe oder widerstehe den Einflüsterun-

gen, welchen er ausgesetzt ist. So oft er unterliegt, stets geschieht es durch seine Willenstat. Übrigens hat der Geist recht, wenn er sagt, derjenige, der auf Anstachelung von seiten eines Andern hin Böses tut, sei weniger tadelnswert und werde minder gestraft als derjenige, welcher es aus eigenem Antrieb tut. Jedoch wird jener dadurch nicht schuldlos.« (*\* Kardec 2, 350 ff.*)

### **Suizidfall "Mutter und Sohn"**

»Herr C., Kaufmann in einem Städtchen bei Paris, hatte bei sich zu Hause seinen 21-jährigen Sohn, der schwer krank war. Als dieser junge Mann fühlte, dass es bei ihm ans Sterben gehe, rief er seine Mutter und hatte noch so viel Kraft, dass er sie umarmen konnte. Diese sprach unter heftigem Weinen zu ihm: "Geh, mein Sohn, mir voran. Ich werde nicht säumen, dir zu folgen!" Anschließend ging sie hinaus, wobei sie den Kopf in den Händen verbarg.

Als indessen der Kranke verschieden war, suchte man sie im ganzen Hause und fand sie schließlich erhängt auf einem Speicher. Die Leichenbestattung der Mutter geschah zugleich mit der ihres Sohnes.

Der Sitzungsleiter des Kreises fragte den verstorbenen Sohn: "Haben Sie Kenntnis vom Tode Ihrer Mutter, die sich ums Leben gebracht hat, da sie der Verzweiflung erlag, in welche sie der Verlust von Ihnen gestürzt hat?"

Sohn: "Ja, und ohne den Kummer, den mir die Ausführung ihres verhängnisvollen Entschlusses verursacht hat, würde ich vollkommen glücklich sein. Arme und vortreffliche Mutter! Sie hat die Prüfung dieser für Augenblicke geschehenen Trennung nicht ertragen können und hat, um mit ihrem Sohne, den sie so sehr liebte, wieder vereint zu sein, einen Weg gewählt, welcher auf recht lange Zeit sie davon fernhalten muss. So hat sie in unbestimmbarem Maße diese Wiedervereinigung verzögert."

Anschließend trat die Mutter in das Medium ein, und es wurde mit ihr folgendes Gespräch geführt:

Mutter: "Ich will meinen Sohn sehen! Habt ihr die Macht, ihn mir wiederzugeben? Die Grausamen! Sie haben ihn mitgenommen, um ihn einzuführen in das Licht, und haben mich in der Nacht gelassen! Ich will ihn haben, er gehört mir! Gilt denn die Mutterliebe nichts? Nein, Gott ist nicht gerecht! Er ist kein

Gott der Mütter! Er versteht ihre Verzweiflung und ihren Schmerz nicht. Und wenn ich mir den Tod bereite, um mein Kind nicht zu verlassen, so raubt man es mir von neuem! Mein Sohn, mein Sohn, wo bist du?"

Sitzungsleiter: "Arme Mutter, wir haben Mitleid mit Ihrem Schmerz. Aber Sie haben ein trauriges Mittel ergriffen, um mit Ihrem Sohn wieder vereinigt zu werden. Der Selbstmord ist in Gottes Augen ein Verbrechen. Beschwichtigen Sie Ihre Verzweiflung! Bedenken Sie, wenn es ein Mittel für Sie gibt, Ihr Kind wiederzusehen, so liegt das nicht in einer Gotteslästerung, wie Sie sie üben. Sie werden ihn gewiss wiedersehen. Aber Sie müssen es erst verdienen durch Ihre Unterwerfung unter den Willen Gottes. Hören Sie auf mich! Gott ist unendlich gut, aber er ist unendlich gerecht. Er straft nie ohne Ursache."

Mutter: "Welch einen Hoffnungsstrahl haben Sie in meiner Seele jetzt aufleuchten lassen! Das ist ein Blitz hinein in die Nacht, die mich umgibt. Haben Sie Dank! Ich werde beten. Gott befohlen!"« (\* Kardec 2, 327 ff.)

### **Suizid eines Gottesleugners**

»Herr J. B. D. war ein gebildeter Mann, aber im höchsten Maße durchdrungen von materialistischen Gedanken, glaubte weder an Gott noch an seine Seele. Er wurde zwei Jahre nach seinem Tode in der Geistforscher-Gesellschaft von Paris vorge-rufen, auf die Bitte eines seiner Verwandten hin.

F: Was hat Sie dazu bringen können, Hand an sich zu legen?

A: Lebensüberdruß und Hoffnungslosigkeit.

F: Sie haben den Wechselfällen des Lebens entrinnen wollen, haben Sie etwas gewonnen dabei? Sind Sie nun glücklicher?

A: Warum besteht das Nichts nicht?

F: Möchten Sie so gut sein, uns so zutreffend wie Sie können, Ihre Lage beschreiben!

A: Ich dulde dadurch, dass ich genötigt bin, zu glauben all das, was ich leugnete. Es ist, als ob meine Seele in einem Glut-ofen wäre; sie wird schrecklich gequält.

F: Als Sie sich ertränkt haben, was sollte da nach Ihrer Meinung aus Ihnen werden? Welche Überlegungen haben Sie in jenem Zeitpunkt angestellt?

A: Gar keine; es war für mich das Nichts. Danach habe ich gesehen, dass ich noch sehr würde zu dulden haben.

F: Wünschen Sie, Ihren Verwandten etwas sagen zu lassen?

A: Man bete für mich.

F: Es scheint, dass in der Gesellschaft, in welcher Sie verkehrten, einige die Meinungen teilten, welche Sie bei Ihren Lebzeiten hatten. Sollten Sie in diesem Betreff Ihnen etwas zu sagen haben?

A: Ach die Unglücklichen! Könnten sie an ein andres Leben glauben! Das ist das Beglückendste, das ich ihnen wünschen kann. Wenn sie meine traurige Lage ermessen könnten, würde sie das wohl dahin bringen, dass sie nachdächten.«

(\* Kardec 2, 339 ff.)

### 3.10.3 Die Selbstmörderin Emma

Die folgende Durchgabe ist dem Buch von Rufina Noeggerath entnommen: "Das Fortleben; Beweise, Kundgebungen, Philosophie - Stimmen aus dem Jenseits".

»Wie entsetzlich ist es, zur Unsterblichkeit zu erwachen, wenn man das Nichts gesucht hat. Es war mir, als ob ich erhängt sei, und doch lebte ich. Wie in einem entsetzlichen Traume hatte ich immer wieder das Gefühl, als legte ich Hand an mich, und doch konnte ich nicht sterben! Ich fror, und um mich war tiefe Nacht. Täuschende, grausame Träume marterten mich in unruhigem Schlaf, aus dem ich nicht erwachte! Endlich erblickte ich eine mitleidige, liebende Seele.

Zu dir, zu meiner geliebten Verwandten bin ich gekommen. Du hast um mich geweint und früher oft, aber vergeblich versucht, mich von der Unsterblichkeit zu überzeugen. – Ich hatte dich angefleht, Gnade für eine Selbstmörderin zu erbitten. Dank, Dank für die mitleidvollen Gedanken, die du mir gewidmet hast. So hat deine Liebe eine Unglückliche ermutigt.

Ich Feigling! Ich habe meinen Posten verlassen! Ich glaubte, so bitter sei der Kelch des Leidens noch niemandem gereicht worden. Wenn ich wiederkomme, werde ich stärker sein, und dann werde ich alles wiedergutmachen.« (\* Noeggerath, S. 242)

### 3.10.4 Berichte von Suizidenten, durchgegeben an Adelma von Vay

#### **Suizident "Rudolf"**

»Es manifestierte sich ein Geist mit folgenden Worten: "Ich heiße Rudolf. Ich war unglücklich auf Erden. Ich habe nicht geglaubt; ich habe mich im Unglauben umgebracht.

Täuschungen aller Art verbitterten mein Gemüt; nirgends fand ich Trost; ich wandte mich ab vom Glauben und der Religion, und kam auf geistige Irrwege; ich verzweifelte. Ich dachte mir, mein Leben, mein Denken, mein Sein, töten, vernichten zu können, und erschoss mich! Doch wie schrecklich! Ich lebte fort. Der Tod des Menschenkörpers war kein wirklicher Tod.

Denn ich, ich war ja da! Ich dachte, ich fühlte; ich lebte. Der abgefallene Menschenkörper lag vor mir, und ich sah ihn. Es war dies wie das Absterben eines Stückchen Fleisches; doch das Leben, es war in mir.

Der Anblick dieser leblosen Masse vor mir, die kalt und tot da lag, war furchtbar. Es ergriff mich ein wahres Entsetzen davor. Doch noch mehr entsetzte mich mein Fortleben und Fortempfinden, und das Bewusstsein, mich nicht vernichten zu können. Ich war stumpf vor Verwunderung und Verzweiflung, es nun zu wissen, dass man fortlebe, dass man eine Verantwortung habe zu leben, ja, leben zu müssen als Mensch, solange man soll, solange es einem bestimmt ist. O menschlicher Wahn! Du glaubst dich vernichten zu können? Du glaubst, dich, dein Leben, töten zu können? Du glaubst, zu Nichts zu werden? Du glaubst, dass deine Empfindung, dein Denken, dein Individuum sich auflöst? O Wahn - Wahn! Nie, nie kannst du dich vernichten, du, dein Ich, deine Person - du lebst - es lebt - sie lebt - tausendmal ja! Ich habe es empfunden, peinvoll, qualvoll - ja, ich habe es gefühlt in meinen Schmerzen und endlich auch in meiner Reue.

Welch großartigen Kampf brauchte es, bis ich die Reue erreichte! Denn der Hochmut meines Geistes musste zuerst gebrochen werden; und ich wollte mich nicht beugen vor mir selbst, vor Gott und vor der Anerkennung des ewigen Lebens.

Wenn mir auch die Zähne nicht klapperten und ich nicht heulte, so waren doch meine Seelenleiden tausendmal ärger, als alle Beißzangen und Bratspieße der Hölle; und doch wollte ich

nicht zur Erkenntnis gelangen, dass meine eigene geistige Verirrung, mein Hochmut an all' diesem schuld sei.

Ich war von vielen anderen Wesen umgeben; denn der Raum ist nicht leer, er ist von lebenden Wesen angefüllt, die das organische Auge des Menschen nicht sieht. Einige waren ebenso unglücklich wie ich;

Ich lernte und forschte unermüdlich; man hat herrliche Mittel hierzu im Geisterreiche. Je mehr ich lernte, desto mehr erkannte ich den Wahnsinn des Hochmutes, ja desto demütiger und kleiner wurde ich. Einmal dies Studium erfasst, gab ich nicht nach! Große Wonne und Glückseligkeit zog mit der wachsenden Erkenntnis des Daseins Gottes in mich ein; es tut mir wohl, dir zu sagen, welch' unendliche, unfassbare Liebe und Güte dieser Schöpfer ist. Ja, jetzt erkenne ich diese leitende, höchste, ewige, unerschaffliche Intelligenz!

Und wo eine Hand sich frevelnd erheben will zur Vernichtung seines Menschenlebens, da will ich ihm zurufen: Halt, Freund! Was willst du vernichten? Deine Empfindung, deine Gedanken, dich selbst? Die kannst du nicht vernichten, denn die leben ewig fort! Handle nicht gegen das Gesetz des Lebens, welches dir gebietet, auf Erden noch zu wirken. Streite, lebe, kämpfe hier, um geläutert und glücklich dereinst als Geist zu erwachen." « (*\* Vay 3, 253 ff.*)

### **Bericht des jenseitigen Wesens 'Andersen' an Adelma von Vay über einen Doppel-Selbstmord**

»Wenn sich ein unglückliches Liebespaar umbringt, so tun sie es in dem Wahne, dass sie nach dem Tode sofort vereint werden, um sich nicht mehr zu trennen.

Welche Irrung! Ihre Enttäuschung nach dem gewaltsamen Tode ist groß !

Ich begegne einem Geistwesen, er hatte den Anschein eines jungen Mannes. Verzweifelt lief er umher, immer: "Julie! Julie!" rufend.

"Wen suchst du?" frag ich. "Vielleicht kann ich dir helfen?" "Ich suche meine Geliebte", rief er aus. "Ich habe sie und mich erschossen aus Verzweiflung, weil wir uns nicht angehören konnten. Mir scheint, ich bin noch bluttriefend, die roten Flecken wollen nicht fort von meiner Hülle. Um auf ewig vereint zu sein, suchten wir den gemeinsamen Tod und nun finde ich

sie nirgends! O wo ist sie nur? Warum hört sie nicht die Stimme des Geliebten? Zuerst nach der Tat, als ich zu mir kam, und sie nicht sah, eilte ich zurück in den Gasthof, wo wir uns umbrachten, fürchtend, sie sei nicht tot, aber da lag sie. -- Unsere beiden Leichen ruhten nebeneinander in dem Doppelbett, aber sie, ihre Seele, war nicht da. Da ich den Tod überlebte, muss auch sie leben. O diese Qual, dass ich sie nicht finden kann! Hilfe mir du Guter, Julie suchen."

Ich versprach es ihm, und bat gute Führer der Sphären, mich zu Julie zu führen. Da fand ich sie in einer etwas besseren Sphäre; sie kniete inmitten eines Gartens und betete laut: "Mein Gott! Verzeihe uns diese Sünde, diese Missetat, die wir an uns selbst verübt! Aber wir waren so verzweifelt. O mein Gott, lasse mich Oskar finden, meine Seele vergeht vor Sehnsucht nach ihm! Sollten wir uns umsonst erschossen haben? Sind wir nun erst recht getrennt? Barmherziger Gott, sei uns gnädig! Ich liebe Oskar so unendlich, mein Herz tut mir weh. Ach, lasse mich ihn finden!" So betete die Arme.

Dass sie in einer besseren Sphäre war als Oskar, kommt daher, weil sie ein fortgeschrittenerer Geist war und ihm aus Schwäche nachgab. Sie hatte nicht die Kraft, ihm zu widerstehen, trotz der Angst, die sie vor dem grausigen Tod hatte. Aus Liebe zu ihm opferte sie sich auf. Er war ein leidenschaftlicher Mann, sinnlich, ohne Glauben.

Ein guter Engel trat zu Julie und sprach: "Sei getrost, verzweifle nicht, Gott ist gnädig. Ihr dachtet euch zu vereinen und seid nun getrennt. Sühne muss sein. Ihr könnet euch so lange nicht wiedersehen, bis auch Oskar diese Tat bereut. Hättet ihr im Leben geduldig, auf Gott vertrauend, ausgeharrt, so wäret ihr noch glücklich geworden."

Julie sprach: "Du guter Engel, geh zu Oskar, und bring ihm meinen Gruß. Unablässig will ich zu Gott beten, dass er uns gnädig verzeihe."

Ich übernahm Juliens Botschaft, begab mich zu Oskar und sagte ihm, ich hätte Julie betend gefunden. Er war tief ergriffen, weinte und sagte: "Julie war immer ein Engel an Güte. Ach Gott, verzeihe mir!"

Wie gerne hätte er die Tat ungeschehen gemacht. Ach wie tief bereute er sie! Er dachte sein Leid abzukürzen, und nun hatte er es nur verlängert.

Der Selbstmord verbesserte nichts. Er schreit millionenfach den Menschen zu, dass er das Leiden verlängere und schwere Bußen nach sich ziehe.« (*Vay 2, 48 ff.*)

**Bericht des Suizidenten A. an das Geistwesen Andersen, übermittelt durch Adelma von Vay**

»Andersen: Erzähle mir nun ganz ruhig, wie konntest du als 19-jähriger Knabe, halb noch ein Kind, zu solch leidenschaftlicher Liebe, zu solcher Tat kommen?

Hattest du denn gar keinen Glauben, gar keine Religion, keinen Halt mehr im Leben?

A: Ach mit 19 Jahren war ich schon ein Zweifler, lieber Freund, was willst du? So geboren, so angelegt war ich, auch so manches hatte ich von den Eltern geerbt. Erziehung. Leben!

Der eine so, der andere so. Meine arme Mutter war Morphinstin. Ich sog schon an der Mutterbrust Morphinium ein. Mein Vater hatte wenig Herz, und seine Seele war Grausamkeit und Zynismus. Meine Mutter starb, als ich 1 Jahr alt war, man sagt, sie habe mich sehr geliebt. Sie starb infolge des Morphiums, an Gram, an gebrochenem Herzen.

Ich bekam eine Stiefmutter, die trieb Pfaffendienst, eine falsche Heuchlerin, total ohne Herz, eine echte Verehrerin ihres eigenen Ich. Sie entfremdete mich total von meinem Vater. So wuchs ich auf, ohne dass mich jemand liebte, ohne Liebkosung, ohne Kosenamen. Ich war sehr begabt und lernte vorzüglich. Das schmeichelte meinem Herrn Papa, aber ein gutes herzliches Wort gab er mir doch nie. - Ich vertraute niemandem: Mein Herz war kalt aber ehrgeizig, und da kam der Dämon: Weib. Sie fachte meine Leidenschaften bis zum Wahnsinn an, und als sie mich mit einem Hohngelächter von sich stieß, da erschoss ich mich. Nun sitze ich da und kenne mich gar nicht aus.

Andersen: Du wirst in diesem Mittelzustand zwischen Geist und Mensch so lange bleiben, bis Deine Sterbestunde auf Erden geschlagen hätte. Sieh, es entrollt sich ein Bild vor Deinen Augen. Was siehst Du?

A: Ah! Das ist interessant! Ich sehe mich als reifen Mann. Ich sitze am Schreibtisch und schreibe. Ich bin etwa 60 Jahre alt. Ha, was ist das, ich falle um, ich bin tot? Nein, noch nicht, man trägt mich in das Bett, da sterbe ich langsam. Also 60 Jahre alt

wäre ich geworden? Man ziehe 19 Jahre davon ab, so kann ich noch 41 Jahre so da sitzen?« (*Vay 2, 42 ff.*)

### **3.10.5 'Selbstmörder ans Grab gebannt': Bericht des Selbstmörders Thieme**

»Zu Beginn des 20. Jahrhunderts gab es einen spirituellen Zirkel in Leipzig, in dem man sich auch mit jenseitigen Durchgaben befasste. Dabei erhielten die Teilnehmer die Durchgabe eines Selbstmörders namens Thieme.

Thieme war ein Bekannter von einigen Zirkelteilnehmern. Er war gut zu leiden, aber sonst ein Durchschnittsmensch, der wie alle derartigen Leute spirituelle Dinge nur mit einem Lächeln abtat. Er kam in Geldschwierigkeiten und schoss sich eine Kugel durch den Kopf.

Thieme: Ich bin ein unglücklicher Mensch. Nun ist es doch wahr, ich habe euch manchmal ausgelacht. Ihr seid gut daran, Ihr könnt wenigstens bitten, unsereiner hat nie daran geglaubt. Ich bin ja noch viel weniger als nichts. Ich habe mich wollen vernichten und habe mir eine Kugel durch den Kopf gejagt. Dann haben sie mich in das Grab gelegt. Ich habe es nun satt, das geht nun alles in Fäulnis über, und da drin vermodert und verfault alles. Ihr könntet doch vielleicht etwas für mich tun. Herr Gott noch einmal, wenn ich so daran denke, ich schäme mich vor euch. – Ja, was ist aus mir geworden, ich komme ja nicht los, ich muss dort hocken, ich kann nicht los von dem fauligen Körper.

Zirkelteilnehmer: Von was lebst Du da?

Thieme: Ich brauche nichts. Wenn ich euch das alles richtig erzählen könnte. Aber ich glaube, ich verzehre meinen eigenen Körper, ich lebe von den Dünsten, aber richtig aufgeklärt wird man ja nicht.

Zirkelteilnehmer: Hast Du Gesellschaft dort?

Thieme: Hier und da kommt mal einer, der reißt mich los, die sind alle besser daran als ich. Ich hatte doch einen Revolver genommen und mir in den Kopf geschossen, nun war ich weg. Ich habe weiter nichts gemerkt. Auf einmal, da wache ich auf, als wenn ich geschlafen hätte, richtig, als wenn man so früh oder in der Nacht aufweckt. Da denke ich: "Himmel, wo liegst du denn, du bist ja so eingesperrt." Ich wollte mich bewegen, und es ging nicht; ich bewegte mich, bewegte meine Arme,

aber die eigentlichen Arme bewegten sich nicht. Ich bewegte meinen Kopf und alles, aber doch konnte ich meinen Kopf nicht bewegen; ich wusste, dass ich meinen Kopf bewegte und konnte ihn aber doch nicht bewegen.

So habe ich mich nun eine reichliche Woche herumgequält und wusste nicht, was mit mir los war. Ich habe gebrüllt, niemand hörte mich. Danach kam es mir erst zum Bewusstsein, dass ich mich hatte totschießen wollen, doch wusste ich nicht, wie ich in den hölzernen Kasten kam, mir kamen hundert- und tausenderlei Gedanken, ich konnte es mir nicht erklären.

Da fühlte ich auf einmal, wie ich hinaufgerissen wurde und wie ich loskam aus dem hölzernen Kasten, von dem ganzen ekligen Stoffe. Jetzt merkte ich, dass das zweierlei war, der Körper und ich. Dann musste ich wieder zurück. Ich muss so lange warten, bis auf den Tag, wo ich von selbst gestorben wäre. Und so muss ich noch bei meinem Körper bleiben.

Ich möchte lieber 15 Jahre im Zuchthaus sitzen, als ein einziges Jahr hier. Ach Gott, Kinder, könnt ihr nicht beten für mich?« (\**Däbritz, 312 ff.*)

### 3.10.6 Aussage des Suizidenten Johann

Auszug aus dem Heft "Das Leben nach dem Leben". Gesprächskreis für ganzheitliche Lebenshilfe, Wien 2009, Aufzeichnung einer Sitzung.

L: Leiter der Sitzung, S = Suizident

»S: Ich habe an der Stirn eine Verletzung.

L: Woher stammt diese?

S: Selbst zugefügt, und trotzdem bin ich nicht gestorben. Mein Name ist Johann, ich bin 45 Jahre alt. Ich habe aus einer schweren persönlichen und finanziellen Notlage heraus diese Tat begangen und versucht, meinem Leben ein Ende zu setzen.

L: Du warst also der Überzeugung, man kann sein Leben so beenden, dass es endgültig aus ist?

S: Ja, sonst hätte ich es nicht gemacht.

L: Was bist du von Beruf gewesen?

S: Ich war Geschäftsmann und hatte ein eigenes Unternehmen. Ich konnte mir nicht erklären, wieso ich trotz dieser schweren Verletzung nicht sterben konnte.

- L: Als du es getan hattest, was ist dann passiert?
- S: Da sehe ich einen Körper vor mir liegen... und ich selbst stehe mit allen meinen persönlichen Merkmalen davor. So wie ich das jetzt ausnehmen kann, bin ich etwas 'Geistiges'.
- L: Ja, etwas Feinstoffliches, das stimmt. Hast du es noch einmal gemacht? [den Suizid]
- S: Ja, oft ...
- L: ... und es ist nicht gegangen?
- S: Nein, das war furchtbar.
- L: Wir wissen das. Immer wieder hast du geglaubt, es ist aus, und es war immer wieder das Gleiche.
- S: Es gab keine Erlösung.
- L: Du sollst sehen, ob Wesen um dich sind, die dich zur Tat zwingen.
- S: Als vernunftbegabtes Menschenkind würde ich sagen, das gibt es nicht, das ist ein Trugbild. Ich sehe aber Gestalten, die der Dämonie gleichen.
- L: Wie beeinflussen sie dich?
- S: Es sind Einflüsterungen jeglicher Art. Ich werde bedrängt, angetrieben, verängstigt, all das, was ich als 'höllisch' bezeichnen möchte!
- L: Jetzt sollst du sehen, was diese Wesen machen, nachdem dein Körper umgefallen ist.
- S: Es breitet sich Freude unter diesen Wesen aus! Sie finden Gefallen daran, wieder jemanden zu Fall gebracht zu haben.
- L: Ist dann ein Zustand eingetreten, in dem du dieses vergebliche Bemühen aufgegeben hast?
- S: Soweit ich es erkenne, bin ich schließlich in einen todesähnlichen Schlaf gefallen. Wenn ich zeitweise erwachte, wurde mir jemand gesendet. Der sprach auf mich ein mit einer sanften, wohlklingenden Stimme. Er sagte: "Bruder, mache dich auf und suche das Licht, das Licht, das in dir ist! Hebe dein Herz dort hinauf, wo du Hilfe erwarten kannst. Komm mit mir, und ich weise dir den Weg!" Nicht gleich ging ich mit, es war zu schwer. Er kam aber oft und oft, immer wieder, und jetzt konnte ich endlich mitgehen. Er meint, mein geistiges Auge wäre nun geöffnet, und er sei mein Schutzengel. Er ist übergücklich, dass ich nun endlich den Weg hierher gefunden habe, wo man mir helfen konnte.« (\* GgL 1, 23 ff.)

### 3.10.7 Bericht des Suizidenten Dieter

Dieter hatte sich 1991 im Gefängnis erhängt.

L: Leiter der Sitzung, S = Suizident

- »S: Ich will noch kurz sagen, dass ich jedem, aber wirklich jedem, ob Mann, Frau oder Kind, nicht rate, sich selbst das Leben zu nehmen! Diese Weisheit habe ich jetzt.
- L: Das hat man dir ganz intensiv gesagt?
- S: Nicht gesagt, sondern ich habe es viele Male durchleben müssen. Vorexerziert wurde mir das. Ich musste selber es immer wieder tun.  
Es ist grausamst. Ich warne alle davor, es ist grausamst! Und mit den Teufeln, da möchte ich überhaupt nichts mehr zu tun haben. Denn sie sind die Anstifter! Ich hätte höchstens noch fünf Jahre sitzen müssen, dann wäre ich wieder ein freier Mann gewesen. Aber so bin ich ein Gefangener der Teufel.
- L: Es wurde dir ja gezeigt, wer dich beeinflusste zu dieser Handlung, dass du selbst deinem Leben ein Ende bereitet hast.
- S: Es ist ja eine ganze Meute gewesen. Aber das Problem ist immer, der Mensch glaubt es nicht, wenn er es nicht selbst erlebt! Und das möchte ich allen sagen. Erzählt es weiter! Man darf es nicht auf die Spitze treiben, fanatisch sein oder sonst irgendetwas. Sondern man muss versuchen, das Leben so zu gestalten, dass man niemand weh tut, niemandem ein Leid zufügt, nicht böse Worte sagt und schon gar nicht be-  
trügt.
- L: Das Leben hat dir Gott gegeben, und du hattest kein Recht, es dir selbst zu nehmen! Hast du das gewusst?
- S: Da hast du Recht
- L: Oder ist es dir jetzt bewusst?
- S: Durch das Erleben des Todes, und die Wiederholungsvorgänge, grausamst, möchte ich jeden nur eindringlich warnen davor! « (*\* Weidner 10, 156 ff.*)

### 3.10.8 Aussage des Suizidenten "Ricky Jones"

Der Bericht ist entnommen dem Buch von Rosemary Altea, "Sag ihnen, dass ich lebe". Das Medium Rosemarie Altea nimmt

auf Wunsch einer Mrs. Jones Kontakt mit deren Sohn auf. Nach einer Weile 'sieht' Rosemary Altea ihn. Sie berichtet:

»Er war ein junger Mann, sehr schmal, nicht sehr groß, und ich schätzte ihn auf etwa achtzehn Jahre.

"Ich heiÙe Ricky", sagte er. Dann deutete er auf meine Klientin: "Und das ist meine Mama."

Schließlich brach er in Tränen aus, erleichtert darüber, dass er schließlich die Barriere, die die beiden Welten voneinander trennt, durchbrochen hatte. Nachdem er sich beruhigt und mit der neuen Situation vertraut gemacht hatte, fing er zu reden an.

Er erzählte mir mehr von dem Tag - seinem letzten auf dieser Seite -, an dem er beschloss, allem ein Ende zu setzen. Schon seit Jahren hatten er und sein Vater sich in den Haaren gelegen. Sie brauchten sich nur anzusehen, und schon gingen die Streitereien los. An dem fraglichen Tag hatten sich die beiden wie gewöhnlich gestritten. Kein großer Streit, nicht viel mehr als ein Wortwechsel.

Danach holte Ricky aus Gründen, die ihm selbst unbekannt waren, das Jagdgewehr seines Vaters und ging zum Gartenschuppen.

Nachdem er eine Weile dort allein gesessen hatte, richtete er das Gewehr auf seinen Kopf und drückte ab. Es dauerte viele Stunden, bis er gefunden wurde. Seine Familie durchlitt währenddessen und seither unbeschreibliche Qualen und Schmerzen.

Für eine Mutter ist es sehr hart, wenn sie mit der Tatsache konfrontiert wird, dass ihr Sohn, aus welchen Gründen auch immer, so unglücklich war, dass er sich selbst tötete. Mrs. Jones konnte nicht verstehen, warum Ricky das getan hatte, und ich bin sicher, sie wird es nie verstehen. Und ihr Sohn konnte ihr dabei nicht helfen, denn er verstand es ja selber nicht.

Ich würde diese Geschichte gerne glücklich enden lassen, aber das kann ich natürlich nicht. Obgleich Mrs. Jones seither viele Male bei mir war und sie nun sicherlich davon überzeugt ist, dass ihr Sohn lebt, bleibt eine Traurigkeit. Sie und ihr Mann leben in Dunkelheit, denn das Licht ist aus ihrem Leben verschwunden; aber ab und zu wird das Licht wieder entzündet, wenn sie sich daran erinnern, dass der Junge, den sie lieben und den sie verloren haben, immer noch irgendwo existiert.«

*(Altea, S. 155 ff.)*

### 3.10.9 "Stephen lebt"

»Das Buch "Stephen lives" wurde Anne Puryear, der Mutter Stephens, von ihrem Sohn aus dem Jenseits diktiert. Seine Absicht ist es, anderen Jugendlichen mit diesen Mitteilungen zu helfen und sie erkennen zu lassen, dass es im Leben immer andere Möglichkeiten gibt, als Selbstmord zu begehen. Selbsttötung löst kein Problem. Es erzeugt stattdessen unerträgliche seelische Schmerzen und viel Leid - auf beiden Seiten.

Und dann berichtet Stephen von den Umständen, die zu seinem Selbstmord führten und wie er den Übergang erlebte.

"Selbstmord ist niemals die korrekte Entscheidung für einen Jugendlichen. Weder für mich noch für irgendein anderes Kind auf dieser Welt. Selbstmord ist verständlich in vielen Fällen, aber er ist nie die richtige Entscheidung."

Der Tag, an dem Stephen starb, war ein Montag. Nur die Wochenenden hielten ihn am Leben, weil er nicht in die Schule musste. Er hasste seinen dicken Körper und fürchtete die Hänseleien. Hinzu kam an jenem vorangegangenen Sonntag, dass ihm sein Stiefvater eine Standpauke hielt, da er einen Ladediebstahl begangen hatte. Der Junge fühlte sich zutiefst gedemütigt. Er fühlte sich verstoßen, im Stich gelassen. Er wollte nicht mehr leben.

Er geht in den Wald und schreibt Abschiedsbriefe an jeden seiner Angehörigen und Freunde. Stephen hat ein Seil dabei, das er um einen dicken Ast bindet und die Schlaufe um seinen Hals. Er schreibt und denkt und schreibt sich in einen Zustand der Erhebung: Er fühlt sich befreit, gerät in einen intensiven, falschen Freudentaumel. Das ist die wirkliche Gefahr, sagt er. Wäre jemand da gewesen und hätte mir beigestanden, ich hätte mich nicht getötet.

Sein Mut kämpft mit seiner Angst. Er denkt, dass sein Mut gewinnt, in Wirklichkeit ist es seine Angst. Dann bittet er Gott, ihn zu stoppen, aber ER greift nicht ein. Dann springt er vom Baum - und ist sofort tot!

Er fühlte Schmerz für einen kurzen Moment, aber das dauerte nicht lange.

"Dann sah ich meinen Körper am Baum hängen.

Ich hatte den Eindruck, immer noch einen Körper zu haben. Ich fühlte mich wie immer, außer dass ich den Boden nicht

mehr berührte. Ich schwebte oben in der Luft, ohne zu fallen. Als ich mich umsah, erkannte ich meinen Großvater.

Ich sah viele Verwandte, die ich nur von Bildern kannte, und ich sah frühere Bekannte, die ich gekannt hatte, auch viele, die ich nicht kannte, die mir aber vertraut vorkamen. Doch jedes Mal, wenn ich umarmt und begrüßt wurde und dann meinen Körper am Baum hängen sah, fühlte ich mich schrecklich. Ich wollte ihn nicht sehen. Dann setzte wieder Panik ein und ich schlief ein.

Als ich erwachte, wusste ich nicht, wo ich bin, und eine weiß gekleidete Dame hielt meine Hand. Sie fragte mich, ob ich meine Mutter sehen möchte. Es war die Situation, wo ihr mein Tod mitgeteilt wurde."

Als Stephen bejaht, befindet er sich in Sekundenbruchteilen im Wohnzimmer der Eltern. Er will sich bemerkbar machen, doch keiner der Anwesenden sieht und hört ihn. Nun begreift er, dass er gestorben ist, und wird mit den Folgen seiner Handlung konfrontiert.

Er fühlt den Schmerz der Mutter in seinem Herzen. Noch nie hatte er einen solchen Schmerz empfunden. Er wünscht sich zu sterben und muss erkennen, dass er nun nicht mehr vor sich selbst davonlaufen kann.

Stephen versucht vergeblich, seine Anwesenheit bemerkbar zu machen. Er stellt fest, dass er nicht nur hört, was gesagt wird, sondern dass er sogar die Gedanken der Anwesenden lesen kann.

Von der geistigen Welt aus verfolgt Stephen die unterschiedlichen Reaktionen seiner Angehörigen, Freunde und Schulkameraden. Er spürt die Angst und den Abscheu vieler Menschen, während sie von seinem Selbstmord sprechen. Keiner versteht seine Handlung, alle beurteilen, bis auf seine Mutter. Er erkennt, dass keiner ihn überhaupt als den erinnert, der er wirklich war.

Stephens Geschichte erinnert uns daran, dass unser Leben kontinuierlich weitergeht. Wir bleiben die gleichen Menschen, die wir auf Erden waren, nur in einem erweiterten Bewusstseinszustand. Es ist sinnlos, sich das Leben zu nehmen. Wir sollten unser Leben zu schätzen wissen, als die Möglichkeit, die uns hier auf Erden gegeben ist, seelisch und geistig zu wachsen. Selbst in den schwierigsten Lebenssituationen haben wir die

Möglichkeit, durch den freien Willen bessere Entscheidungen zu treffen als den Suizid.« (*Jakoby, 179 ff.*)

### 3.11 Hilfe aus dem Jenseits für Suizidgefährdete

»Eine 36-jährige Patientin berichtete mir, wie sie vor Selbstmord bewahrt wurde.

"Während einer Bergtour in Begleitung meines Freundes wurde ich durch eine starke innere Macht dazu gezwungen, ihn unter dem Vorwand, noch einige Blumen pflücken zu wollen, zu verlassen, rasch auf einen dutzende Meter hohen Felsen zu steigen und mich von dort herunterzustürzen. Als ich stürzte, blähte sich mein Rock wie ein Fallschirm auf und ich landete genau in den Armen meines darunter stehenden Freundes. Er sah genau in diesem Moment 'zufällig' nach oben, stand 'zufällig' am Aufprallort und fing mich auf, ohne dass er oder ich verletzt worden wären!" - Obwohl ein Rock physikalisch gesehen keine nennenswerte Bremswirkung aufweisen kann und die Fallhöhe recht beträchtlich war, blieben beide unverletzt!

Auch in diesem Beispiel zeigt sich das Wirken sowohl der höllischen Wesen als auch der helfenden Engel. Es waren wohl Engel, die den Sturz abbremsten und den unten stehenden Freund offensichtlich so lenkten, dass er richtig stand, im erforderlichen Moment hoch sah und dann auch noch die nötige enorme Kraft erhielt. « (*Gutemann, 66*)

»Vor mehreren Jahren kam eine Patientin zur Behandlung, deren vergangene Lebensjahre von einer einzigen Kette von Unglücken, schweren Krankheiten, Operationen und mehreren Selbstmordversuchen geprägt waren. Wie oft und auf welcher wunderbaren Art sie Hilfe erhielt, war kaum glaublich:

Diese Frau lebte so intensiv in ihrem kath. Glauben, und hatte ein so inniges Verhältnis zu Jesus Christus, wie ich dies noch nie erlebt habe. (Freilich zeigten sich bei ihr auch sehr viele abergläubische und abgöttische Denk- und Handlungsweisen). Aufgrund ihres Glaubens und ihrer gesamten Lebenseinstellung hätte sie wohl nie von sich aus Selbstmordversuche unternommen. Zum Zeitpunkt der Behandlung bei mir hatte sie aber dennoch schon mehrere Suizidversuche hinter sich.

In jedem Fall spürte sie vor dem Suizid-Versuch, dass ihr direkt davor durch eine böse Macht von innen heraus das Be-

wusstsein vernebelt oder völlig genommen wurde, oder sie unter unwiderstehlichem Zwang die jeweils unterschiedliche Art des Selbstmordversuches vollziehen musste.

Über einen Selbstmordversuch berichtete sie: "Als ich im Wald spazieren ging, zwang mich eine dunkle innere Macht, mich mit meinem Gürtel an einem abseits vom Weg stehenden Baum aufzuhängen. Ein dort spazieren gehendes Ehepaar fand und rettete mich, weil der Mann 'zufällig' gerade dort den Weg verließ, weil er auf einmal den starken Drang, Wasser zu lassen, spürte!" So fand er sie noch rechtzeitig, und sie wurde wieder einmal gerettet.

Die Beispiele liefern wichtige Erkenntnisse, welche große Rolle geistige Fremdeinflüsse bei Selbstmord(versuch)en spielen können!

Aus einer Reihe weiterer Berufserfahrungen mit geretteten SelbstmörderInnen und zahlreichen Informationen aus dem Jenseits ergibt sich:

Menschen mit starken Selbstmordneigungen, Depressionen und Süchten handeln fast immer unter starkem inneren Zwang durch negative Geistwesen. In der akuten Situation sind diese Menschen deswegen meist kaum oder gar nicht mehr Herr ihres Denkens und Wollens. Dieselben Einflüsse behindern auch die Fähigkeit, zu beten.

In solchen Fällen von Besessenheit durch Dämonen bzw. bössartige Verstorbene werden Engel oft auch ohne spezielle Bitte um Hilfe aktiv und retten die Betroffenen z.B. vor dem Selbstmord oder vor einer Schädigung anderer Menschen.

Zwar erhält jeder Mensch einen gewissen Grundschutz durch Engel, selbst wenn er nicht darum betet oder (noch) wenig glaubt. Aber nur wenn solche gefährdete Menschen wenigstens zeitweilig um Hilfe beten bzw. ihr Leben nach dem Gewissen gestalten, bekommen sie deutlicheren Schutz.«

*(Gutemann, 66 ff.)*

»Vor wenigen Tagen besuchte mich Carna Zacharias - Journalistin und Buchautorin -, und wir sprachen über Schutzgeister. Carnas diesbezügliches Erlebnis übertrifft alles, was ich selbst erlebt habe.

Carna hat eine Jugend hinter sich, die durch eine lieblose Stiefmutter zeitweilig unerträglich gewesen war. Das Missverhältnis eskalierte eines Tages in dem Ausruf der Stiefmutter:

"Wenn du dich nur endlich umbringen würdest." Carna war restlos verzweifelt und schließlich auch zum Äußersten entschlossen. Sie ging in die Wohnung ihres Vaters und holte sich ein Rasiermesser, in der festen Absicht, ihrem Leben ein Ende zu machen. Sie setzte die Klinge eben an ihre Pulsader an, als es an der Wohnungstür läutete. Carna versteckte das Messer und öffnete.

Vor ihr stand ein großer, massig wirkender Mann in Handwerker-Kleidung, der einen Zollstab und einen Block in der Hand hielt. "Guten Tag", brummte er, "hier bin ich."

Carna konnte mit dieser Erklärung wenig anfangen. "Was wollen Sie denn hier?" fragte sie verwirrt.

"Ich soll die Wohnung ausmessen, wegen der neuen Einbaumöbel, die Ihr Vater bei uns bestellt hat", erklärte der Mann und schob sich zur Türe herein.

Mit geradezu penibler Genauigkeit begann er nun, die ganze Wohnung, Zentimeter für Zentimeter, zu vermessen. Kein Türrahmen, kein Eckchen wurde ausgelassen. Die ganze Prozedur dauerte etwa eine Stunde, dann verschwand er genauso wortkarg, wie er sich während der ganzen Zeit gezeigt hatte.

In dieser einen Stunde hatte sich Carnas Entschlossenheit, sich das Leben zu nehmen, so verbraucht, dass sie nicht mehr den Mut und die Kraft fand, das Rasiermesser noch einmal in die Hand zu nehmen. Gegen Abend erschien der Vater. Carna fragte ihn, was das denn für neue Möbel seien, die er sich da bestellt habe. Zuerst verstand er überhaupt nicht, was sie meinte. Auch über den Vermesser war er mehr als erstaunt. Weder hatte er einen Handwerker bestellt noch irgendwo Einbaumöbel in Auftrag gegeben. Da verstand Carna. Hier war es jemandem nicht um Möbel gegangen, sondern um ihr Leben.

Ich habe mir über diese Geschichte viele Gedanken gemacht, denn es gibt zwei Möglichkeiten, den Vorgang zu erklären.

Erstens: Es wurde tatsächlich ein ganz normaler Handwerker mental benutzt, was dann so vor sich gegangen wäre, dass der arme Mann wahrscheinlich schon nach kürzester Zeit sich nicht mehr hätte erklären können, wie er die Hausnummern derartig verwechseln konnte.

Oder zweitens: Es hat sich einer ihrer Schutzgeister materialisiert, das heißt, sich durch Energieverdichtung kurzfristig das Aussehen eines Handwerkers zugelegt.« (*McLean, 50 ff.*)

## Teil 4 Hilfe für Suizidgefährdete und Suizidenten

»Ohne Glauben an das ewige Leben gerät der Mensch in Verzweiflung bei all den schweren Prüfungen, ohne hohe Ideale versinkt er im Materialismus, und ohne Kräfte, um eine Enttäuschung zu ertragen, geht er in der Mutlosigkeit oder im Laster zugrunde.« (\* DT 42, 40)

»Sucht eifrig nach der Wahrheit, sucht den Sinn des Lebens, liebt und werdet stark im Guten, und ihr werdet erleben, wie Schritt für Schritt alles von eurem Wesen abfallen wird, was falsch, unlauter oder unvollkommen war. Seid von Tag zu Tag empfindsamer für das Licht der Göttlichen Gnade, dann werdet ihr euren Herrn direkt nach all dem fragen können, was ihr wissen wollt und was eure Seele benötigt, um die höchste Wahrheit zu erreichen.« (\* DT 36, 18)

### 4.1 Ratschläge für Suizidgefährdete

»Im Grunde ist keine Situation - und mag sie noch so ausweglos erscheinen - absolut hoffnungslos!

Solange wir leben, haben wir kraft des freien Willens in jedem Augenblick die Möglichkeit, eine verfahrenere Situation durch eine einzige Entscheidung im Hier und Jetzt des Augenblicks zu verändern, wenn es uns gelingt, eigene starrsinnige und verhärtete Sichtweisen zu erkennen und ganz loszulassen. Wir erschaffen die Konsequenzen unserer Handlungen durch unsere Gedanken. Falsches Denken kann in Sackgassen führen, die durch rechtzeitiges Erkennen von Irrtümern zu einer anderen Sichtweise der Dinge führen kann: Es gibt bessere Wege im Leben, als sich selbst zu töten.« (Jakoby, 148)

#### **Ein ermutigender Beitrag in einem Internetforum (Auszug):**

»Name: anonym. Alter: 16 J., weiblich. Meine Lebensgeschichte:

"Ich wurde im März 1990 geboren. ... Ich wurde gleich nach der Geburt abgegeben zu meiner Oma. ... Doch schon mit 3 bekam ich einen ersten Eindruck, wie hart das Leben ist. ... Es war sehr hart, immer früh um 5 aufstehen und keine Zeit für Freunde oder Spielen. ... Kurz nach den Sommerferien hatte ich einen schweren Unfall. Ich lag 3 Wochen im Koma, die Ärzte

und meine Oma gaben die Hoffnung auf, doch ich wachte auf und bekam sofort nach dem Erwachen die Nachricht, dass ich gelähmt bin. .. Ich musste zur Reha und habe es geschafft. Die Ärzte nannten es Wunder und ich nannte es Willenskraft. ... Ich musste zu meiner Mutter ziehen. ... Meine Mutter sagte: "Ich wünscht, ich hätte dich abgetrieben!" Ja und den Hass spürte ich täglich. Prügeln stand fast täglich auf dem Programm. Mit 10 lernte ich einen Nazi kennen. ... Er vergewaltigte mich, immer und immer wieder. ... Es folgten Selbstmordversuche und somit kam ich für 6 Wochen in eine geschlossene Anstalt. Es war der Hass. Die Jahre vergingen und es ging mal bergauf und dann wieder bergab. ... Dann kam der 12. 3. 2006. Meine Oma starb an Krebs. Es riss mir den Boden weg und ich fiel in ein großes schwarzes Loch. ... Ich suchte mir Hilfe im Internet, doch ich wollte nur noch sterben. Nun bin ich in einer Klinik und versuche alles zu verarbeiten, um endlich ein normales Leben führen zu können.

Fazit: Ich habe viele schlechte Erinnerungen, ritze und verletze mich, bin Alkoholikerin und mir fehlt der Wille zum Leben und doch habe ich begriffen, das jedes Leben einen Sinn hat. Auch wenn man ihn nicht erkennt. Es wird immer Phasen geben, in denen man sich umbringen, verletzen oder sonst was machen möchte, doch man darf nicht aufgeben, man muss kämpfen, und wenn es allein nicht geht, muss man sich Hilfe suchen. ...«

### **Ratschläge des Krisenzentrums Dortmund:**

#### **» Wenn Sie selbst an Selbsttötung denken, sollten Sie ...**

- sich lange Bedenkzeit geben, um eine Lösung im Leben zu finden, denn Selbstmord ist ein radikaler Lösungsversuch für ein vorübergehendes Problem,
- dabei Folgendes bedenken: Die Möglichkeit sich zu töten bleibt immer. Wer aber tot ist, hat nicht mehr die Möglichkeit, eine Lösung im Leben zu finden,
- mit einem vertrauten Menschen offen über ihre Selbsttötungsgedanken sprechen,
- Hilfsangebote annehmen, auch wenn Sie im Augenblick wenig Zuversicht haben,
- die Telefonseelsorge (0800/1110111 oder 0800/1110222) oder das Kinder- und Jugendtelefon (0800/1110333) anrufen,

- professionelle Hilfemöglichkeiten (Beratungsstellen, Ärzte, Lehrer Pfarrer, etc.) aufsuchen,
- sich Möglichkeiten ausdenken, um schwierige Zeiten zu überbrücken und die akuten Selbstmordgedanken zu bekämpfen (Rausgehen, Freunde besuchen, Kino, Sport usw.),
- sich in schützende Hände begeben (stationärer Aufenthalt), wenn Sie die Verantwortung für sich im Augenblick nicht übernehmen wollen oder tragen können.« (*www3*)

### **Weitere Aussagen**

»Es liegt nicht in unserem Ermessen, das Schicksal eines Menschen zu beurteilen oder zu verurteilen. Doch bevor man sich für den Freitod entscheidet, sollte man, wenn es noch möglich ist, unbedingt bei fachkundigen Ärzten oder Psychiatern Hilfe holen. Hilfe *ist* möglich! Die Zeit, die wir im physischen Körper zur Verfügung haben, ist kostbar, das sollte man nie vergessen!« (*Mantese, 92*)

»Die Sterbeforscherin Elisabeth Kübler-Ross [sagt] in ihren Vorträgen "Man erhält nie mehr, als man ertragen kann."

Das heißt auch, dass eines jeden Schicksal auf Erden, ganz egal, welche Ausmaße es annimmt, genau für einen bemessen ist und als solches, auch wenn es aus der irdischen Perspektive ungeheuerlich und unerträglich erscheint, nie zuviel für einen ist und deshalb mit Tapferkeit bis zu Ende getragen werden soll. Denn wer vor seinem Schicksal verzagt und sich deswegen das Leben nimmt oder in sich zurückzieht, hat nichts, aber auch gar nichts gewonnen - außer der Sicherheit, dass er ebendieses Programm mit all seinen Lernaufgaben irgendwann einmal zu wiederholen hat.« (*Hardo, 337*)

### **Hinweise von jenseitigen Geistwesen**

»Wenn ihr jemand seid, der öfter an Selbstmord denkt, dann solltet ihr eine Person eures Vertrauens aufsuchen. Das Mitteilen wird euch etwas mehr Klarheit verschaffen.

Ein Mensch, der an Selbstmord denkt, hat es mit einem irreversiblen Schritt zu tun, der sicherlich nicht auf die leichte Schulter zu nehmen ist. Seine Stimmung ist sehr depressiv, er hat sich den Gründen für das Leben bereits verschlossen und denkt immer wieder nur an die Möglichkeit des Todes.

Andere Menschen können durch eine kleine, harmlose Bemerkung dem Betroffenen plötzlich ganz neue Chancen vor

Augen führen. Es ist durchaus möglich, dass der Verstand auch nur den kleinsten Hinweis aufgreift, der den Betroffenen spontan von seiner Depression oder Verzweiflung, zumindest kurzzeitig, befreit.

Wenn ihr in einer solchen Situation seid, erinnert euch daran, dass es viel natürlicher und wahrscheinlicher für jedes Problem ist, gelöst zu werden, und dass es für jedes Problem eine Lösung gibt. Der Tod ist keine Lösung. Er ist ein Ende auf sehr elementare Art.

Egal wie frustriert ihr euch fühlt, ihr wollt sicherlich leben, sonst wäret ihr jetzt schon tot - also gibt es einen Teil in euch, der das Leben und die Vitalität sucht; dieser Teil verdient die Möglichkeit seines Ausdrucks. Es ist eine gute Idee, euch erst einmal nicht zu entscheiden. Wenn ihr euch dann doch umbringen wollt, dann könnt ihr es tun. Aber danach sind eure Chancen in diesem Leben vorbei.

»Menschen, die bei guter Gesundheit sind und oft an Selbstmord denken, haben sich bereits zu einem erheblichen Maße der Welt verschlossen. Sogar ihre Sinne sind trüb geworden. Wenn ihr solch ein Individuum seid, gibt es auch noch andere Lösungsmöglichkeiten. Stellt euch eine zufriedenstellende Zukunft vor. Erinnert euch daran, dass es tatsächlich eine Zukunft gibt, wenn ihr es wollt, und dass ihr in diese Zukunft genauso hereinwachsen könnt, wie ihr von der Vergangenheit in die Gegenwart gewachsen seid.

»Wenn ihr zur Lethargie neigt, versucht, einen kleinen Schritt zu machen, egal wie klein, um aktiv zu werden. Das Leben bedeutet Aktivität und Bewegung.« (*\* Roberts, 255 ff.*)

»Meistens ist es ja so, dass aus Furcht vor irdischer Rechenschaft Selbstmord verübt wird. Das Gegenteil sollte getan werden: Sich den Verfehlungen stellen und es dadurch gutmachen. Es ist zwar kein angenehmes Leben, aber es ist besser so, denn das sich sofort weiter fortsetzende jenseitige Leben ist viel schlechter, als wenn man z. B. in einen irdischen Kerker kommt.« (*\* Weidner 7, 186 ff.*)

»Liebt euch selbst. Quält euch niemals selbst. Liebt euch selbst. Vergleicht euch nie mit jemand anderem. Es gibt niemanden, der so ist wie ihr. Liebt euch selbst. Denkt nicht, dass Liebe damit zu tun hat, wie ihr aussieht. Liebe hat vor allem mit Substanz in euch zu tun. Also gebt euch selbst Liebe. Es gibt

niemanden wie euch, also hört auf, wie alle anderen zu sein. Hört auf zu denken, dass euch die Welt etwas schuldet. Sie schuldet euch gar nichts. Ihr schuldet euch selbst. Liebt euch selbst, um Menschen in eurem Leben zu vergeben.«

(\* *Ramtha*, 41)

Ein Appell des Apple-Gründers Steve Jobs in einem Vortrag vor Studenten:

»Eure Zeit ist begrenzt. Vergeudet sie nicht damit, das Leben eines anderen zu leben. Lasst euch nicht von Dogmen einengen - dem Resultat des Denkens anderer. Lasst den Lärm der Stimmen anderer nicht eure innere Stimme ersticken. Das Wichtigste: Folgt eurem Herzen und eurer Intuition, sie wissen bereits, was ihr wirklich werden wollt.«

Und schließlich sprach er ein Schlusswort: "Bleibt hungrig. Bleibt tollkühn."« (*SPIEGEL* 17/2010)

## 4.2 Hilfe aus dem Umfeld der Suizid-Gefährdeten

### »Stufen einer suizidalen Entwicklung (nach Pöldinger):

- Stadium der Erwägung. Der Gedanke an einen Suizid kommt, aber er geht auch wieder und kann vom Betroffenen aus eigener Kraft verworfen werden.
- Stadium der Ambivalenz: Dabei ringen schon Lebenswunsch und der Gedanke an den Tod als Ausweg miteinander. Die Gefährdung hat zugenommen.
- Stadium des Entschlusses: Da das Ringen ein Ende hat und der Entschluss zur Selbsttötung gefasst wurde, kann der Betroffene auf die Umgebung gelöster und aufgeräumter wirken als zuvor - höchste Gefährdung!

Es kann für den von innen her Bedrohten lebensrettend sein, wenn ein wahrnehmungsfähiger, einfühlsamer Mensch seines Vertrauens bei vorliegenden Anzeichen den Mut hat, "das Geheimnis" taktvoll und doch ohne Peinlichkeit anzusprechen: Es empfiehlt sich, nicht mit einer Frage zu beginnen, sondern taktvoll auszusprechen, was man am Verhalten des anderen wahrgenommen hat. Wer seine besorgten Gedanken ausspricht, stellt etwas Eigenes und damit sich selbst zur Verfügung. Je nach Reaktion mag man dann die Fragen anschließen, die durch eine gewisse Nüchternheit vor Peinlichkeit bewahren

können. Unsere Aufmerksamkeit sollte schließlich nicht nur den Worten des anderen, sondern auch seiner Mimik und dem gesamten Körperausdruck gelten.« (*Evan. Katechismus, 800*)

### **»Indirekte Äußerungen und versteckte Hinweise auf Selbsttötungsabsichten als Warnsignale:**

"Ich falle jedem zur Last" - "Ich mache das nicht mehr mit" - "Meine Lage wird sich nie bessern" - "Ich möchte, dass das alles aufhört" - "Ich schaffe das nicht mehr" - "Manchmal habe ich Gedanken, das ist eine richtige Sünde" - "Wenn ich mal nicht mehr (da) bin ..." - "Die werden schon noch sehen ..." - "Die am Friedhof sind manchmal zu beneiden" - "Mein ganzes Leben ist sinnlos gewesen" - "Manchmal möchte ich nur noch schlafen" - "Vielleicht sehen wir uns nicht mehr ..." - "Ich danke für Ihr Bemühen und die Geduld, Sie haben wirklich alles versucht" - "Leben Sie wohl" (statt "Auf Wiedersehen") - "Man kann sich doch auch nicht so einfach davonstehlen" - "Ich hasse dieses Leben" - "Wenn ich meinen Glauben nicht hätte, hätte ich schon längst aufgegeben" - "... dann ist es schon zu spät." - "Es gibt auch noch einen anderen Weg" - "Ich will einfach Ruhe haben, nichts mehr hören und sehen".« (*Dorrmann, 40*)

### **»Wie verhalte ich mich, wenn jemand Selbstmordgedanken äußert?**

Wichtig ist es, denjenigen die Folgen dieser beabsichtigten Tat klar vor Augen zu führen und innig für sie zu beten.

In diesem Fall ist es unbedingt notwendig, zu handeln, und nicht passiv zu sein, da wir sonst unter Umständen auch mitverantwortlich wären. Wenn nicht anders möglich, den Suizidgefährdeten zum Arzt bringen oder seine Angehörigen bitten, es zu tun. Selbstverständlich sollen wir, solange die Gefahr besteht, immer wieder Gebete an hohe Lichtwesen für ihn und für seinen lieben Schutzgeist nach oben senden.

Auch ist es falsch, ein Gespräch mit einem Menschen, den man für suizidgefährdet hält, aufzuschieben. Er steht in einer Grenzsituation, und die Grenze zum Tod hin ist rasch überschritten.« (*Battegay, 95*)

### »Was tun, wenn ein nahestehender Mensch an Suizid denkt oder offen davon spricht ...

- Zeigen Sie Verständnis für die Situation des suizidalen Menschen. Schauen Sie genau hin, hören Sie zu, seien Sie aufmerksam und nehmen Sie den Betroffenen ernst.
- Verkleinern Sie nicht die Probleme ("Ist doch nicht so schlimm."), versuchen Sie nicht, umzustimmen ("Sag so was nicht.", "Das darfst Du nicht tun."), machen Sie keine Vorwürfe ("Wie kannst Du Deiner Familie so etwas nur antun?!").
- Wenn Sie einem suizidalen Menschen Hilfe anbieten wollen, dann versprechen Sie nur das, was Sie wirklich einhalten können.
- Erkennen Sie Ihre Grenzen. Sie können nicht die Verantwortung für das Überleben eines anderen Menschen übernehmen.
- Behalten Sie keine Geheimnisse für sich, wenn sie zum Tod führen können. Sie sind in dieser Situation nicht an ein eventuell abgegebenes Schweigeversprechen gebunden.
- Sprechen Sie mit vertrauten Menschen und weihen diese in Ihre Sorgen und Ängste ein und holen sich damit Hilfe für sich selbst.
- Lassen Sie sich nicht in einen Sog von Verzweiflung und Schuldgefühlen ziehen, suchen Sie sich Unterstützung.
- Denken Sie daran: Um eine schwierige Lebenssituation zu überwinden, braucht man Zeit. Der erste Schritt zur Lösung ist der deshalb der Schutz vor den drängenden Suizidgedanken, die Problemlösung steht nicht an erster Stelle.«

*(www.3, 03.05.2010)*

### Den Ernst der Situation rechtzeitig erkennen

»Ludovic Nonclercq war kurz davor, sich auch umzubringen: "Ich sah meinen Körper in den Drähten zwischen den Telegrafmasten baumeln, gefangen, leblos, gleich hier vor unserem Haus." Die Vision seiner eigenen Silhouette verfolgt ihn bis heute - 18 Monate nachdem der Abteilungsleiter einer Tochterfirma von France Telecom plötzlich degradiert und entlassen wurde. Gerettet hat ihn am Ende seine Frau, die ihn noch rechtzeitig in die Notaufnahme der psychiatrischen Klinik bringen ließ.« *(SPIEGEL 42/2009)*

»Wer einem Menschen, der an Suizid denkt, helfen möchte, muss wissen, dass er sich mit starken Ohnmachtsgefühlen und einem großen Drang nach Entwertung wird auseinandersetzen müssen. Und er muss wissen, dass eben dieser Drang nach Entwertung ihn an wirklicher Hilfe hindern kann. Wenn er nämlich die Krise und die Gefühle des verzweifelten Menschen entwertet - wenn er also z. B. sagt: "es ist doch alles gar nicht so schlimm", so führt das dazu, dass der so Angesprochene sich nicht verstanden fühlen kann. Dies verstärkt den suizidalen Kreislauf, der ja darin besteht, dass der Mensch, der bereit ist sich umzubringen, überzeugt ist, dass es niemanden gibt, der ihn versteht.« (AKL)

»Suizidgefährdete erwähnen, trotz ihrer Geheimnistuerei, das Thema normalerweise gegenüber ihren engsten Freunden, Verwandten oder Familienmitgliedern. Das Thema sollte nicht ignoriert oder verdammt, sondern ernsthaft untersucht werden.

Das Dilemma eines Suizidgefährdeten ist sicherlich auch bedingt durch mangelnde Verständigung mit anderen Menschen, durch falsch verstandene Motive von Freunden oder Familienmitgliedern und durch die Schwierigkeit, seine eigenen Bedürfnisse und Empfindungen richtig auszudrücken.« (\* Roberts, 256)

»Nicht alle Möchtegern-Selbstmörder bringen sich um, und viele verbringen ein langes und konstruktives Leben; auch wenn negative Gedanken in ernsthafter Form bei ihnen wieder auftauchen, gibt es dennoch die Hoffnung auf Überwindung und Erfolg« (\* Roberts, 262)

### **4.3 Präventionsprogramme von Institutionen und Organisationen**

#### **Die Deutsche Gesellschaft für Suizidprävention (DGS)**

»Die Deutsche Gesellschaft für Suizidprävention - Hilfe in Lebenskrisen (DGS) ist die Dachgesellschaft für alle Einrichtungen und Personen, die sich in Forschung, Lehre oder Praxis mit Suizidprävention als Hilfe in Lebenskrisen befassen. Die DGS versteht sich als Fachverband mit spezifischer Ausrichtung im Bereich der Suizidologie und Suizidprävention, unter deren Dach sich Institutionen und Einzelpersonen aus den verschiedensten Disziplinen zusammengeschlossen haben, welche die Ziele der DGS zu ihrer eigenen Aufgabe machen wollen.

Wesentliche Aufgaben der DGS sind: Die Förderung von Forschung, Fortbildung und Praxis auf diesem Gebiet, die - auch internationale - Vernetzung von Erfahrungen und eine informative Öffentlichkeitsarbeit.

Sie hat Leitlinien für Krisenintervention und Suizidprävention herausgegeben. Die Leitlinien beziehen sich auf sieben Themenbereiche. Für jeden Bereich gibt es Checklisten mit "Besinnungsfragen" sowie die Beschreibung von "Minimal-Standards", die den Status von Qualitätsstandards repräsentieren. Das in den Leitlinien zusammengefasste Erfahrungswissen kann als Basis für alle weiteren Überlegungen benutzt werden.

Sie vermittelt Kontakte zu den Beratungs- und Hilfestellen für Betroffene und deren Angehörige.

Seit ihrer Gründung 1972 hat sich die DGS der Aufgabe gestellt, suizidgefährdete Menschen nicht länger sich selbst und einem sie ausgrenzenden Vorurteil der Umwelt zu überlassen und nachhaltig dazu beizutragen, die Phänomene des suizidalen Verhaltens und des Suizid besser zu verstehen und realitätsgerechte Ansätze für wirksame Suizidprävention und Krisenintervention zu finden.

Auf internationaler Ebene ist die DGS mit ähnlich arbeitenden Gesellschaften und Institutionen vernetzt, so vor allem durch Mitgliedschaft mit der International Association for Suicide Prevention and Crisis Intervention (IASP).

Die Weltgesundheitsorganisation (WHO) hat 2003 erstmals den **10. September als Welt-Suizid-Präventionstag** ausgerufen. Seitdem finden jährlich an diesem Datum Veranstaltungen statt, die vorwiegend von Organisationen aus dem Gesundheitsbereich bzw. der Suizidprävention veranstaltet werden.

Die WHO begründet die Ausrufung dieses Aktionstages damit, dass Suizid eines der größten Gesundheitsprobleme der Welt darstelle. Jährlich nehmen sich rund 1 Million Menschen das Leben. Das bedeutet, dass dabei jährlich mehr Menschen ums Leben kommen als durch alle Kriege der Welt zusammen. Bei Jugendlichen und jungen Erwachsenen sind Suizide sogar die zweithäufigste Todesursache nach Unfällen. Auch ältere Menschen sind sehr stark suizidgefährdet.« (s. *www6*)

## **Die Rolle der Prophylaxe**

»Ein zentraler Punkt der Prophylaxe besteht darin, Menschen zu helfen, über ihre Probleme und Suizidgedanken zu reden, um nicht in eine noch stärkere Isolation zu geraten. Aus diesem Gedanken heraus entstand in den 1950er Jahren die Telefonseelsorge als Einrichtung der Suizidprävention.

Personen, die einen Suizidversuch durchgeführt haben, werden in der Regel wegen ihrer Verletzungen oder Vergiftungen in ein Krankenhaus eingewiesen. Meist werden sie dort nach der körperlichen Genesung auf einer geschlossenen psychiatrischen Station überwacht, bis sie glaubhaft machen können, dass keine Suizidgefährdung mehr besteht. Betont ein Patient, auch weiterhin einen Suizid begehen zu wollen, wird er in eine Psychiatrie zwangseingewiesen.« (*www1*)

## **Aufklärungs- und Fortbildungsmaßnahmen**

»Das "Nürnberger Bündnis gegen Depression" untersuchte 2001-02, ob eine Aufklärungs- und Fortbildungskampagne über die Depression Suizide und Suizidversuche verhindern kann. Auf vier sich ergänzenden Interventionsebenen wurden Hausärzte geschult, eine professionelle PR-Kampagne gestaltet, Multiplikatoren wie Lehrer, Pfarrer und Pflegepersonal angesprochen und weitergebildet sowie Hilfsmaßnahmen und Informationsmaterialien für Betroffene und Angehörige angeboten. Nach zwei Jahren Intervention (2001 und 2002) ging die Gesamtzahl der Suizide und Suizidversuche im Vergleich zum Kontrolljahr 2000 und zur Kontrollregion Würzburg signifikant um 24 % zurück.

Der österreichische Psychiater Erwin Ringel untersuchte Methoden, Suizide zu verhindern, und gründete 1948 das erste Selbsttötungsverhütungszentrum.« (*www1*)

## **Die Verwendung von Aussagen aus Nahtod-Erfahrungen (NTE)**

»Das NTE-Material wurde auch schon zur Verhinderung von Selbstmorden eingesetzt und findet Eingang in die Psychotherapie suizidgefährdeter Menschen.

Der New Yorker Psychologe John McDonagh berichtet, dass der Einsatz von NTE insofern erfolgreich war, dass Gedanken an Suizid reduziert werden konnten und die Ausführung vermieden werden kann. Der Patient begreift die Nutzlosigkeit des Selbstmordes, da er erkennt, dass er sich gar nicht wirklich tö-

ten kann. Er erkennt, warum es sinnvoll ist, die Probleme im Hier und Jetzt seines Lebens anzupacken. Viele suizidgefährdete Patienten kommen zu der Einsicht, dass ein Selbstmord eben nicht zur ersehnten Auslöschung des Bewusstseins führt, da es unmöglich ist, das Selbst zu töten.« (*Jakoby, 23*)

### **Fragen, die in einem Gespräch mit einem Suizidenten dazu führen könnten, dass er sein Vorhaben überdenkt:**

»"Wenn Sie nun gehen und sich das Leben nehmen, wie werden Sie es tun?" - "Wer soll Ihren Körper finden?"- "Was soll in Ihrem Abschiedsbrief stehen?" - "Wenn Sie dann tot sind, wo möchten Sie beerdigt werden?" - "Sollen Ihre Angehörigen Sie beerdigen oder möchten Sie eine Urnenbestattung?" - "Wie werden sich Ihre Angehörigen von Ihnen verabschieden?" - "Wie viele Menschen, glauben Sie, werden zu Ihrer Beerdigung kommen?\*" - "Möchten Sie, dass man Blumen und Kränze aufs Grab legt?" - "Wer wird auf keinen Fall weinen, wenn er die Nachricht erhält?" - "Was wird in der Zeitung darüber stehen?" - "Welche Musikstücke sollen bei Ihrer Beerdigung gespielt werden?" - "Wer wird die Blumen auf Ihrem Grab gießen?" - "Wie wird Ihre Frau zehn Jahre nach Ihrem Tod leben?" - "Was werden Ihre Kinder ihren Freunden über ihren Vater erzählen?"« (*Dorrmann, 72*)

»Plutarch (griechischer Philosoph 45.- 125 n. Chr.) berichtet von einem hochinteressanten Fall. In der kleinasiatischen Stadt Milet war eine Selbstmordepidemie unter jungen Frauen ausgebrochen. Dem Rate eines weisen Mannes folgend, erließen die Behörden ein Dekret, wonach die nackten Körper dieser Frauen auf dem Marktplatz auszustellen waren. Aufgrund dieser Entscheidung hörte die Epidemie praktisch über Nacht auf.« (*www1*)

## **4.4 Hinweise für Suizidgefährdete bei der Suche um Hilfe**

### **4.4.1 Die Hemmschwelle, sich in psychiatrische Behandlung zu begeben, überwinden**

Man ist dauernd erschöpft. Der Körper sendet verrückte Signale. Alles ist aussichtslos, man spürt Leere und hat negative Gedanken. Nichts trägt einen. Man fühlt sich krank und nutzlos. Es ist klar, das irgendetwas "nicht stimmt". Man erkennt,

dass man aus dieser Situation aus eigener Kraft nicht mehr herauskommt.

Aber an wen kann man sich vertrauensvoll wenden, ohne gleich als 'Geisteskranker' betrachtet zu werden? Der Ruf von Psychiatern und psychiatrischen Anstalten ist in der Bevölkerung nicht der beste. Und: Kommt man da je gesund wieder heraus?

Wenn man erkannt hat, dass man für sein psychisches Problem externe Hilfe benötigt, bieten die folgenden beiden Adressen hilfreiche und vertrauensvolle Unterstützung bei der Suche nach Therapeuten, Therapiemöglichkeiten und einer sinnvollen, selbstbestimmten Vorgehensweise:

[www.therapie.de](http://www.therapie.de)

[www.bpe-online.de](http://www.bpe-online.de)

#### **4.4.2 Psychopharmaka und ihre Wirkung auf Suizidalität**

Der Autor und Verleger Peter Lehmann schreibt dazu:

»Das Thema der Suizidalität als Folge psychiatrischer Behandlung beschäftigt mich schon über 30 Jahre. 1977 lernte ich die suizidfördernde Wirkung von Neuroleptika und psychiatrischer Ideologie von lebenslanger Behandlungsnotwendigkeit am eigenen Leib kennen. Seitdem engagiere ich mich für die Erfassung von Selbsttötungen insbesondere als Folge der Neuroleptika-Eigenwirkung. Meine Erfahrungen haben mir gezeigt, dass eine solche Maßnahme dringend nötig ist, aber recht arbeitsaufwendig sein wird.

#### **Risikofaktoren für Depressionen und Suizidalität**

Im Allgemeinen kommt es zu Suizidversuchen, wenn ein Mensch eine mehr oder weniger reflektierte, bewusste und psychologisch begründete Entscheidung trifft, sich wegen unerträglich empfundenen Leids das Leben zu nehmen. Politische, soziale und ökonomische Suizidfaktoren sind bekannt. Dies gilt auch für psychiatrische Faktoren: Depression kann Suizidalität ebenso bewirken wie Angst vor Zwangsunterbringung oder Verzweiflung angesichts einer als unheilbar verstandenen psychiatrischen Diagnose, insbesondere wenn diese mit Selbststigmatisierung und mit sozialem Abstieg verbunden ist.

#### **Die Einrichtung eines Suizidregisters**

Ein Suizidregister unter Mitwirkung von Psychiatriebetroffenen könnte verlässliche Erkenntnisse bringen über den Zu-

sammenhang zwischen Psychopharmakawirkungen und Suizidalität, und es könnte wirksame Vorsorgemaßnahmen ermöglichen. Bisher wird die behandlungsbedingte Suizidalität im psychiatrischen Bereich tabuisiert.

Ein Suizidregister in Schweden besteht seit Februar 2006. Dort müssen alle Suizide, die innerhalb von vier Wochen nach dem letzten Arztbesuch stattfinden, dem Zentralamt für Gesundheits- und Sozialwesen gemeldet werden. 2007 waren es 393 Fälle. Von diesen hatten 338 - 86% - im Jahr vor ihrem Suizid Psychopharmaka verabreicht bekommen und 77% Antidepressiva und/oder Neuroleptika.« (*www8*)

#### **4.4.3 'Stimmenhören' als Auslöser für Depression und Suizid**

Die allermeisten Psychologen und Psychiater lehnen das 'Stimmenhören' als reales Phänomen der Beeinflussung durch erdgebundene Geistwesen in Form von Um- und Besessenheit ab.

Hannelore Klafki schildert in ihrem Buch "Meine Stimmen - Quälgeister und Schutzengel", wie dieses Phänomen tabuisiert wird.

»Kurz vor meinem sechzehnten Geburtstag kam also dieser Nachmittag, an dem ich zum ersten Mal Stimmen hörte.

Ich war wie erstarrt und konnte deutlich verstehen, wie sich mehrere Leute über mich unterhielten. Sie waren böseartig und benutzten gemeine und obszöne Ausdrücke. Ich hatte wahn-sinnige Angst.

Mit jemandem darüber zu reden kam auf gar keinen Fall in Frage. Was sollte ich sagen: Ich höre Leute reden, kann sie aber nicht sehen? Nein, das ging nicht. Es reichte schon, dass ich mich selber für verrückt hielt, das sollten nicht auch noch andere von mir denken.

Schließlich traute ich mich kaum noch aus meinem Zimmer und war schließlich so am Ende und entnervt, dass ich versuchte, mir die Pulsadern aufzuschneiden. Natürlich gab es ein großes Theater. Meine Mutter versuchte, alles zu vertuschen und steckte mich ins Bett. Alle fragten, warum ich das gemacht hätte. Ich antwortete, dass ich unglücklich verliebt sei. Mit dieser Erklärung konnten sie etwas anfangen, und langsam ließen sie mich wieder in Ruhe.

Die folgenden vier Jahre waren ziemlich schlimm für mich, brachten schließlich aber auch die Wende. Ich begann, körperlich auf die Stimmen zu reagieren, das heißt, ich kollabierte, wenn sie unerträglich wurden. Sie kamen, mehr oder weniger intensiv, ungefähr ein- bis zweimal im Monat. Wenn sie nicht da waren, lebte ich ständig in der Angst, dass sie jeden Moment wiederkommen könnten. In dieser Zeit kam ich oft mit dem Notarztwagen in die Klinik, in der ich auf Epilepsie untersucht wurde. Hier machte ich auch meine erste Bekanntschaft mit der Psychiatrie. Nie werde ich diesen großen Wachsaal in Spandau vergessen, wo ich zwischen fixierten und mit Medikamenten vollgepumpten Menschen lag. Die Zustände waren schrecklich, trotzdem ebte hier immer die Angst vor den Stimmen ab.

Bei einem dieser Klinikaufenthalte kamen plötzlich neue Stimmen hinzu, die mich trösteten und mit mir redeten wie mit einem kleinen Kind.

Ein wichtiger Punkt war sicher, dass sie mir einschärften, nie wieder einen Suizidversuch zu machen, sonst könnte ich nicht irgendwann in ihre Welt kommen und wiedergeboren werden. Deshalb lebe ich wahrscheinlich noch, denn in meinem Leben gab es leider mehrere Situationen, in denen ich mich am liebsten umgebracht hätte.« (*Klafki, 14 ff.*)

Die Quälgeister setzten ihren Terror fort, und eines Tages kam es zu einer erneuten Einweisung in eine psychiatrische Klinik.

»Noch in der U-Bahn stieg ich aus meinem Körper aus. Ich weiß nicht mehr, was dann im Einzelnen passierte. Das Nächste, woran ich mich erinnern kann, ist, dass jemand in einer psychiatrischen Klinik mit mir sprach und ich nicht reagieren konnte. Ich musste lange in dieser Klinik bleiben, erzählte aber nichts von den Stimmen. Die Ärzte diagnostizierten eine schwere Depression. Das Auftauchen dieser entsetzlichen Automatenstimme erschreckte mich noch mehr als die Stimmen beim allerersten Mal. Fast ein Jahr lang war ich handlungsunfähig, dann brach ich die Krankenpflegeausbildung ab. Seitdem habe ich nicht mehr arbeiten können, und irgendwann steuerte mich die Krankenkasse aus, wodurch ich zur Sozialhilfeempfängerin wurde.

1990 kam der nächste Wendepunkt in meinem Leben, denn ich gestand während eines erneuten Klinikaufenthaltes einer

Ärztin gegenüber ein, dass ich Stimmen höre. Das habe ich inzwischen teuer bezahlen müssen, denn dadurch erhielt ich fünf verschiedene psychiatrische Diagnosen, von denen die angebliche Schizophrenie mich am meisten traf. Alle möglichen Neuroleptika wurden bei mir ausprobiert, gegen die die Stimmen aber alle immun sind. Mein schlimmstes Erlebnis in dieser Richtung war, als ich Haldol bekam. Ich war wie eine Puppe und empfand meinen Körper wie einen Hohlkörper, in dem die Stimmen ganz laut hallten, als ob man in einen langen Gang oder Tunnel ruft.

Inzwischen lehne ich Medikamente kategorisch ab. Nur in Krisensituationen akzeptiere ich für kurze Zeit Fluanxol, das bei mir die Angst dämmt, und ein Beruhigungsmittel zum Einschlafen. Die verschiedenen Diagnosen der Psychiater verunsicherten mich ziemlich, vor allem ließen mich ihre Beteuerungen, ich sei unheilbar psychisch krank, befürchten, dass mit mir wirklich etwas nicht stimmt. Ich resignierte und ergab mich sozusagen in mein Schicksal. Das hatte leider zur Folge, dass die Stimmen sehr laut und aggressiv wurden. Ich führte praktisch einen Dauerkampf gegen sie, was mich zur Drehtürpatientin in der Psychiatrie machte. 1992 wurde ich zur Erwerbsunfähigkeitsrentnerin - auch die Gutachterin der BfA kam zu dem Schluss, dass ich schizophren sei.

Kurz vor der Berentung lernte ich die Psychosoziale Kontakt- und Begegnungsstätte in Schöneberg kennen. Dadurch wurde meine Isolation aufgebrochen, und die tiefen Löcher, in die ich jedes Mal nach einer Entlassung aus der Klinik fiel, wurden abgemildert. Hier fand ich Anerkennung, und mein lädiertes Selbstwertgefühl wurde langsam wieder aufgemöbelt.«  
(Klafki, 22 ff.)

#### **4.4.4 Mögliche Wirkung des Absetzens von Psychopharmaka nach einem Klinikaufenthalt**

»In dem Buch »Psychopharmaka absetzen« beschrieb Regina Bellion aus Bremen ihre Persönlichkeitsveränderung unter dem Einfluss von Neuroleptika:

"Entlassung aus der Klinik. Auf nicht absehbare Zeit soll ich Neuroleptika einnehmen, sagt mir der Klinikarzt, an eine andere Therapieform sei überhaupt nicht zu denken, ich solle ja nichts ausprobieren.

Allein zu Hause. Dreimal täglich zähle ich meine Haldol-Tropfen ab. Sonst tue ich nicht viel. Ich sitze auf meinem Stuhl und starre in Richtung Fenster. Ich nehme nicht wahr, was draußen vor sich geht. Es fällt mir schwer, mich zu bewegen. Immerhin schaffe ich es täglich, aus dem Bett aufzustehen. Ich merke nicht, dass die Wohnung verdreckt. Es kommt mir nicht in den Sinn, dass ich kochen sollte. Ich wasche mich nicht. Ich frage mich nicht einmal, ob ich stinke. Meine Verelendung schreitet fort - ich bemerke es nicht.

Hinter meiner neuroleptischen Mauer vegetiere ich vor mich hin und bin ausgesperrt aus der Welt und aus dem Leben. Die reale Welt ist weiter von mir weg als Pluto von der Sonne. Meine eigene heimliche Welt ist auch weg - diese letzte Zuflucht habe ich mir mit Haldol zerstört.

Dies ist nicht mein Leben. Dies bin nicht ich. Genauso gut könnte ich tot sein. Eine Idee nimmt allmählich Form an: Bevor es Winter wird, werde ich mich erhängen.

Vorher will ich ausprobieren, ob mein Leben ohne Haldol anders wird. Ich reduziere die Tropfen. Weniger und weniger nehme ich davon ein, bis ich bei Null ankomme.

Nach einem Monat bin ich clean. Da merke ich, wie ver-wahrlost ich bin. Ich wasche mir die Haare, beziehe das Bett, mache die Wohnung sauber. Ich bereite eine warme Mahlzeit. Das macht mir sogar Vergnügen. Ich kann wieder denken." «

(www8)

## 4.5 Hilfe für Suizidenten, die bereits im Jenseits sind

### 4.5.1 Für Suizidenten beten

»Durch Selbstmord aus dem Erdenleben Geschiedene bedürfen des ernsthaften Gebetes von unserer Seite aus genau so sehr, wie alle "armen Seelen", die Drüben in Unwissenheit und Verzweiflung umherirren.« (*Passian, 362*)

»Auch wenn wir aus der geistigen Welt Mahnung und Aufklärung erhalten und ein solcher Entschluss und seine Durchführung ein Verstoß gegen Göttliches Gebot ist, so steht es doch niemandem zu, in irgendeiner Form eine solche unglückliche und leidende Seele zu verurteilen. ... Was ein Selbstmörder von seinen Mitmenschen braucht, ist keine Verdammung,

sondern Liebe. Da ist das Gebet die beste Form der Hilfe, die wir geben können.« (*Dienstknecht, 176*)

»Was ein Selbstmörder von uns als seinen Mitmenschen braucht, ist keine Verurteilung seiner Person und Handlungen, sondern Liebe und Verständnis.« (*Jakoby, 167*)

#### **4.5.2 Die heilende Wirkung von Gebeten**

»Das Gebet der Hinterbliebenen hilft auch, das schwere Los der Selbstmörder im Jenseits zu mildern und eventuell deren Leidenszeit zu verkürzen. Erreichen sie nämlich unsere Liebesstrahlen, dann tragen diese dazu bei, dass ihre Verhärtung aufgeweicht wird und sie somit eher zur Einsicht in ihr schuldhaftes Verhalten kommen und Gott um Verzeihung bitten, was die Voraussetzung dafür ist, ihren Zustand zu verbessern.«

(*GgL 2*)

#### **Hinweise aus dem "Dritten Testament"/"Buch des Wahren Lebens"**

»Sucht Mich, sprecht mit Mir, macht euch nichts daraus, dass eure Gedanken zu unbeholfen sind, um eure Bitte auszu-drücken; Ich werde sie zu verstehen wissen.« (*\*DT 17, 62*)

»Überall könnt ihr Mich anrufen, denn für Mich ist der Ort gleichgültig, da das, was Ich suche, euer Geist ist.« (*\*DT 17, 66*)

»Erzählt Mir in der Stille eure Leiden, vertraut Mir eure Sehnsüchte an. Obwohl Ich alles weiß, will Ich, dass ihr nach und nach lernt, euer eigenes Gebet zu formulieren, bis ihr so weit seid, die vollkommene Zwiesprache eures Geistes mit dem Vater auszuüben.« (*\*DT 63, 213*)

»Es sind nicht die Worte, mit denen euer Verstand das Gebet zu gestalten versucht, die zu Mir gelangen, sondern die Liebe, der Glaube oder die Not, mit der ihr euch vor Mir zeigt.«

(*\*DT 17, 65*)

»Betet nicht nur, wenn ihr gerade eine schmerzliche Prüfung durchlebt, betet auch, wenn ihr im Frieden seid. Bittet auch für diejenigen, die euch auf irgendeine Weise Schaden zugefügt haben.« (*\*DT 17, 101*)

#### **4.5.3 Botschaften von Angehörigen an Suizidenten**

Angehörige von Suizidenten können versuchen, mit Unterstützung der Geisterwelt Gottes selber Kontakt zum Suiziden-

ten herzustellen, um ihn mit einer helfenden Botschaft anzusprechen.

### **Beispiel einer Botschaft:**

Liebe/Lieber ...

Wir wissen um den bedauernswerten Zustand, in dem du dich jetzt befindest. Wir sind alle sehr betroffen und mitgenommen von deiner Tat, aber wir wollen jetzt alles tun, um dir zu helfen. Wir lieben dich weiter ungeachtet deiner Tat und bitten Gott, unseren Vater, seine Liebe und Barmherzigkeit bei dir walten zu lassen, damit du ins Licht geführt werden kannst.

Bitte auch du selber unseren himmlischen Vater aufrichtig und von Herzen mit eigenen Worten um Vergebung und Hilfe.

Vergib uns bitte, wenn wir deine Tat mitverschuldet haben sollten und wir vergeben dir ebenfalls, was deine Tat bei uns verursacht hat.

Deine Schmerzen, alles was dich jetzt plagt, werden vergehen. Nach einigen Lernaufgaben, die dir noch bevorstehen, wird deine Seele einkehren in das Haus des Vaters, wie alle Kinder Gottes.

### **Mögliche Versöhnung mit dem Suizidenten durch Kontakt von Geist zu Geist**

»Geistlehrer Josef: Wer einem Verstorbenen einmal etwas zuleide getan hat oder mit ihm nicht einverstanden war, woraus sich Zwistigkeiten ergeben haben, so kann der Geist des reumütigen Menschen - in der Zeit, da sein Körper schläft - möglicherweise sich zuweilen mit dem Verstorbenen treffen, so dass dann eine Aussprache von Geist zu Geist stattfinden kann (unbewusst). In diesem Falle würde der Verstorbene deine Reue sehen und es könnte eine Versöhnung stattfinden. Dies also ist eine große Wahrscheinlichkeit. Und der Verstorbene freut sich, wenn er sieht, dass man seiner gedenkt.« (\* *GW 18/74*)

#### **4.5.4 Beispiele für Gebete**

##### **Angehörige bitten für den Suizidenten**

Lieber Vater, wir bitten um Deine Gnade und Barmherzigkeit für unseren Angehörigen. Wir bitten um Linderung seiner Leiden und Verzweiflungen und, dass er, so schnell es möglich ist, von Deiner Geisterwelt ins Licht geführt werden kann.

Vater, wir danken Dir für Deine Güte und Deine Liebe.

### **Angehörige bitten um Kraft für sich**

Lieber Vater, gib uns Kraft, unseren Schmerz und die negativen Gedanken, die die Tat unseres Angehörigen verursacht hat, zu überwinden. Wir bitten Dich um gute Gedanken und Kraft, damit wir unserem Angehörigen helfen können, den Weg ins Licht zu finden und zu gehen.

Vater, wir bitten Dich in Deiner unendlichen Güte, halte Deine Hand schützend über uns und gib uns Deinen Segen, das Richtige zu tun. Sende uns Deine Geisterwelt, damit sie uns in dieser schwierigen Zeit beistehe und führe.

Vater, wir danken Dir von Herzen.

### **Gebet eines Suizidenten**

(Ein solches Gebet kann man dem Suizidenten vorschlagen, wenn man davon ausgeht, dass er den Gebetsvorschlag wahrnehmen kann.)

Himmlischer Vater, verzeih mir, dass ich mich habe treiben lassen und dem Druck auf mich nicht standhalten konnte, so dass ich mir dieses Ende gesetzt habe. Ich weiß jetzt, dass es kein wirkliches Ende ist, sondern eine Sackgasse. Ich bereue zutiefst meine Tat und das Leid, das ich den Menschen um mich herum angetan habe.

Bitte vergib mir alle meine Vergehen und hilf bitte meinen Angehörigen, dass ihnen noch Gutes widerfährt, wo ich ihnen doch so übel zugesetzt habe. Und hilf bitte den Menschen, die dem nacheifern wollen, was ich getan habe, und lass es nicht zu, dass noch mehrere so etwas tun wie ich und sich mit Schuld beladen.

Vater, lehre mich Deinen Willen zu tun und zu erkennen, welche Entwicklungsschritte mich zu Dir führen und was ich tun kann, um das wieder gutzumachen, dessen ich mich schuldig gemacht habe.

Vater, ich bitte Dich in Deiner unendlichen Güte, halte Deine Hand jetzt schützend über mich und gib mir Deinen Segen. Sende mir Deine Geisterwelt, damit sie mich führen kann, damit ich den Weg der Entwicklung und der Einsicht finde und wirklich nach Hause zum ewigen Licht komme.

Ich danke Dir, Vater!

## Teil 5 Hilfreiche Kontakte

### Adressen

(s. auch *Dormann und Mess* )

- **DGS, Deutsche Gesellschaft für Suizidprävention** - Hilfe in Lebenskrisen e.V., Nikolsburger Platz 6, 10717 Berlin  
Tel. 030/4172 8395 2, Fax 030/4172 8395 9  
www.suizidprophylaxe.de, dgs@suizidprophylaxe.de
- **Telefonseelsorgestellen in Deutschland** (rund um die Uhr erreichbar und gebührenfrei)  
Tel. 0800/1110111 (katholisch)  
Tel. 0800/1110222 (evangelisch)  
Tel. 0800/1110333 (für Kinder und Jugendliche Mo-Fr 15.00 - 19.00 Uhr)  
www.telefonseelsorge.de (Seelsorge und Beratung im Internet)
  - Für Österreich: 0043/1/142
  - Für die Schweiz: 0041/143
- **Krisendienste:**  
Ein Verzeichnis von Hilfseinrichtungen ist gegen eine Schutzgebühr erhältlich bei: Beratungsstelle NEUUhland, Nikolsburger Platz 6 10717 Berlin,  
Tel.: 030/8730 111, Fax: 030/4172 8391 9  
www.neuhland.net; post@neuhland.de

### Hilfe für Angehörige im Zusammenhang mit Suizidfällen

- **AGUS – Angehörige um Suizid e.V.**  
Markgrafentallee 3a, 95448 Bayreuth  
Tel.: 0921/1500 380, Fax: 0921/1500 879
- **Bundesverband Verwaiste Eltern in Deutschland e.V.,**  
An der Verfassungslinde 2, 04103 Leipzig,  
Telefonzeiten: Mo-Fr 9.00-12.00 Uhr,  
Tel.: 0341/946 8884, www.veid.de
- **Michael-Franke-Stiftung,** Beratung für junge Menschen in Krisen, Quantius Str. 8, 53115 Bonn,  
Tel.: 0228/696 939

- **Die Nationale Kontakt- und Informationsstelle zur Anregung und Unterstützung von Selbsthilfegruppen (NAKOS),**  
Wilmsdorfer Str. 39, 10627 Berlin,  
Telefon: 030/3101 8960, [www.nakos.de](http://www.nakos.de)

### Internet-Adressen

- **[www.telefonseelsorge.de](http://www.telefonseelsorge.de)**  
Die Telefonseelsorge berät telefonisch, im Internet oder persönlich. Auf ihren Seiten hat sie alle wichtigen Informationen zusammengestellt.
- **[www.ak-leben.de](http://www.ak-leben.de)**  
Homepage aller AKL (Arbeitskreis Leben AKL e.V.) in Baden-Württemberg: Informationen, aktuelle Hinweise und Links
- **[www.suizidprophylaxe.de](http://www.suizidprophylaxe.de)**  
Deutsche Gesellschaft für Suizidprävention (DGS) mit vielen Informationen, Links und Adressen
- **[www.suizidpraevention-deutschland.de](http://www.suizidpraevention-deutschland.de)**  
Nationales Suizidpräventionsprogramm für Deutschland
- **[www.agus-selbsthilfe.de](http://www.agus-selbsthilfe.de)**  
Selbsthilfegruppen für Angehörige nach Suizid
- **[www.veid.de](http://www.veid.de)**  
Für die Verwaisten Eltern in Deutschland e.V. haben inzwischen viele betroffene Mütter und Väter ehrenamtlich verschiedene Aufgaben übernommen.
- **[www.frnd.de](http://www.frnd.de)**  
Eine Website mit hilfreichen Informationen und Links
- **[www.uke.uni-hamburg.de/Clinics/Psych/TZS](http://www.uke.uni-hamburg.de/Clinics/Psych/TZS)**  
Homepage des Hamburger Therapiezentrum
- **[www.krisen-intervention.de](http://www.krisen-intervention.de)**  
Homepage von Wolfram Dorrman mit Informationen für Menschen in Krisen sowie zu den Themen Suizidprophylaxe in der Psychotherapie, Traumatherapie und anderen Problemen der Psychotherapie.
- **[www.offene-tuer.net](http://www.offene-tuer.net)**  
Lebens- und Krisenberatung in der City - ein Angebot der Kirchen
- **[www.therapie.de](http://www.therapie.de)**  
Unabhängige Informationen von Pro Psychotherapie e.V. und Therapeutensuche

- **www.bpe-online.de**  
Auskunft darüber, welches Infomaterial der BPE vorrätig hat und ob an Ihrem Wohnort oder in der näheren Umgebung eine Selbsthilfegruppe existiert. Außerdem: Beratung zum Umgang mit Krisen, zu Vorausverfügungen, zu Betreuungsfragen usw.

### **Foren, die bei Suizidgefährdung Hilfe anbieten**

- **www.selbstmordforum.de**  
Dieses Forum bietet Betroffenen eine Möglichkeit, sich auszutauschen, sowie Hilfe zur Selbsthilfe!
- **www.selbstmord.de**  
"Selbstmord ist keine Lösung." Ein Forum für Menschen, welche Fragen zu dem Thema 'Selbstmordgedanken' haben bzw. selbst davon betroffen sind. Akut Gefährdete werden ausdrücklich an professionelle Dienste weiter verwiesen.
- **www.youth-life-line.de**  
Ein Team jugendlicher Peer-Beraterinnen, Peer-Berater und therapeutischer Fachkräfte hilft in Lebenskrisen kostenlos per Mail.

## Quellenverzeichnis

- AKL* Arbeitskreis Leben AKL e.V., Stuttgart: Heft Suizid
- Altea* Altea, Rosemary: Sag ihnen, dass ich lebe, 1995 Goldmann-Verlag
- Aubry* Aubry, Susanne: Es gibt nur ein Gebot – Menschliches Bewusstsein im Wandel, 2008 Govinda-Verlag,
- Battegay* Battegay, Raymond: Grenzsituationen, 2005 Kreuz-Verlag
- Bronisch* Bronisch, Thomas: Der Suizid - Ursachen, Warnsignale, Prävention, 2007 C.H. Beck, München
- Canacakis* Canacakis, Jorgos: Ich sehe deine Trauer – Trauern, klagen, leben können, 1987 Kreuz-Verlag, Stuttgart, Zürich
- Carmel* Carmel, Phyllis Virtue: Planet der Wandlung, 1995 Verlag Die Silberschnur, Göllesheim,
- chrison* Zeitschrift "chrison", Evangelische Publizistik gGmbH
- Däbritz* Däbritz, Max: Hinter den ehernen Pforten des Todes, 1984 Verlag Erich Peterson, Berlin
- DAR* Zeitschrift "DAR Die andere Realität", D-45966 Gladbeck
- Dienstknecht* Dienstknecht, Hans: Das Leben nach dem Tode - Die Reise deiner Seele
- Dorrmann* Dorrmann, Wolfram: Suizid - Therapeutische Interventionen bei Selbsttötungsabsichten, 2009 Klett-Cotta
- DT* "Das Dritte Testament" - Kompendium der Göttlichen Kundgaben aus dem Offenbarungswerk "Libro de la Vida Verdadera", 2001 Reichl-Verlag, St. Goar
- Eink* Eink, Michael, Haltenhof, Horst: Umgang mit suizidgefährdeten Menschen, 2009 Psychiatrie Verlag
- Eternity* Zeitschrift Eternity
- Evan. Katechismus* Evangelischer Erwachsenenkatechismus 2003, Gütersloher Verlagshaus GmbH
- Foret* de Foret, Pierre: Die Weisheit Deiner Seele - Einblicke in höheres Wissen, 2001 Verlag Die Silberschnur
- Frost 1* Frost, Mark, Smith, Casandra: Seth – Neue Botschaften über die Realität der Welt, 2007 Ansata Verlag
- Frost 2* Frost, Mark: Seth – Botschaften über den Aufstieg der Seele ins Licht, 2008 Ansata Verlag
- GgL 1* Gesprächskreis für ganzheitliche Lebenshilfe: "Das Leben nach dem Leben", Wien 2009
- GgL 2* Gesprächskreis für ganzheitliche Lebenshilfe: St.Josephheft 11/2010, Wien
- Graham* Graham Ian/White Bull: Gott kommt nie zu spät ... zu früh aber auch nicht!
- Graichen* Graichen, Kurt D.: Denn Ihr seid Geist – Antworten aus einer anderen Dimension, 1988 Verlag Arthur Moewig,
- Greber* Greber, Johannes: Das Neue Testament, 2001 Johannes Greber Arbeitskreis - Verlag Irmgard Herrmann, Vierhöfen

- Gutemann* Gutemann, Gerd: Engel als Freunde gewinnen - Erfahrungen mit Engeln in Psychotherapie, Seelsorge und im Alltagsleben, 1996, "Disk-Plus-Buch"-Verlag, Hagnau
- GW* Zeitschrift "Geistige Welt. Zeitschrift für Jenseitswissen, Glauben in der Geschichte und unverfälschtes Christentum", Hrsg. Abz-Verlag, Zürich,
- Hardo* Hardo, Trutz: Das große Karma-Handbuch, 2002 Verlag Die Silberschnur GmbH, Güllesheim
- Helfer* Helfer, Peter: Diesseits und Jenseits - Vom Weiterleben der menschlichen Seele im Jenseits und der Vorbereitung darauf, 1960 Gärteli-Verlag, Kerzers (Schweiz)
- Hospizlexikon* Drolshagen Christoph (Hrsg.): Lexikon Hospiz, 2003 Gütersloher Verlagshaus GmbH, Gütersloh
- Jakoby* Jakoby, Bernhard: Das Leben danach – Was mit uns geschieht, wenn wir sterben, 2004 Rowohlt Taschenbuch Verlag, Reinbeck, 2006
- Kardec 1* Kardec, Allen: Das Buch der Geister - Grundsätze der spiritistischen Lehre, 2000 Bauer-Verlag
- Kardec 2* Kardec, Allen: Himmel und Hölle - Die göttliche Gerechtigkeit im Lichte des Spiritismus, 1890 Berlin
- Kath. Katechismus,* Katechismus der katholischen Kirche, 1993 Oldenburg
- Klafki* Klafki, Hannelore: Meine Stimmen - Quälgeister und Schutzengel, 2006 Peter Lehmann Antipsychiatrieverlag
- Kübler-Ross 1* Kübler-Ross Elisabeth: Was können wir noch tun? Antworten auf Fragen nach Sterben und Tod, 1980 Kreuz-Verlag, Stuttgart
- Kübler-Ross 2* Kübler-Ross Elisabeth, David Kessler, Susanne Schaup (Hrsg.): Warum das Leben kostbar ist, 2001 Kreuz-Verlag, Stuttgart
- Licht* Zeitschrift "Licht", Jahrgang 1930,
- LLK* [www.liebe-licht-kreis-jesu-christi.de](http://www.liebe-licht-kreis-jesu-christi.de)
- MacGregor* MacGregor, Geddes: Reinkarnation und Karma im Christentum, Band II, 1986 Aquamarin Verlag
- Mantese* Mantese, Mario: Vision des Todes - Meine Reise durch das Jenseits, 2006 Drei Eichen Verlag
- McLean* McLean, Penny: Schutzgeister - Die Trilogie, 1997 Verlag Peter Erd, München
- Mess* Mess, Anne Christina: Wenn ich das geahnt hätte - Suizid - Hilfen für Angehörige und Mitbetroffene, 2009 Brendow-Verlag
- Moody* Moody, Raymond A.: Nachgedanken über das Leben nach dem Tod, 1997
- Noeggerath* Noeggerath Rufina: Das Fortleben, Beweise. Kundgebungen, Philosophie - Stimmen aus dem Jenseits, Oswald Mutze Verlag, Leipzig

- Nowotny 1* Nowotny, Karl: Mediale Schriften Band 3, 1991 Laredo Verlag, München
- Nowotny 2* Mediale Schriften Band 2, 1989 Laredo Verlag, München
- Nowotny 3* Nowotny, Karl: Mediale Schriften Band 5, 1991 Laredo Verlag, München
- Passian* Passian, Rudolf: Abschied ohne Wiederkehr? - Tod und Jenseits in parapsychologischer Sicht, Reichl-Verlag, St. Goar
- Pratnicka* Pratnicka, Wanda: Von Geistern besessen - Exorcismen im 21. Jahrhundert, 2002 Centrum Verlag, Gdynia/Polen
- PM* Zeitschrift "PM-Magazin"
- Ramtha* Ramtha: Wer sind wir wirklich?, 2010 In der Tat Verlag
- Rinpoche* Rinpoche, Sogyal: Das tibetische Buch vom Leben und vom Sterben, 1996 Verlag Otto Wilhelm Barth Wien
- Roberts* Roberts, Jane: Seths letzte Botschaft - Eine neue Sicht von Gesundheit, Krankheit und Tod, 1999 Verlag Herrmann Bauer
- Rodewyk* Rodewyk S.J., Adolf: Dämonische Besessenheit heute - Tatsachen und Deutungen, 1966 Pattloch-Verlag, Aschaffenburg
- Schiebeler* Schiebeler, Werner: Zeugnis für die jenseitige Welt, 1989 Verlag Die Silberschnur, Göllesheim
- Schwarz* Schwarz, Rudolf: Mehr Licht aus dem Jenseits, Landmann'sche Protokolle, 1956
- SPIEGEL* Zeitschrift DER SPIEGEL, verschiedene Ausgaben, vgl. jeweilige Quellenangabe
- Styger* Styger, Anton: Erlebnisse mit den Zwischenwelten - Seelenbefreiungen, 2008 Styger-Verlag
- SZ Magazin* Süddeutsche Zeitung Magazin
- Unicon* UNICON-Stiftung: "Einführung in das Buch des Wahren Lebens", 2010
- Vay 1* Vay, Adelma von: Aeonon - Allerlei Betrachtungen und Ermahnungen, 2008 Irene Huber, Graz, Verlag Edition Geheimes Wissen
- Vay 2* Vay, Adelma von: Bilder aus dem Jenseits, 1905, 2008 Irene Huber, Graz, Verlag Edition Geheimes Wissen
- Vay 3* Vay, Adelma von: Studien über die Geisterwelt, 2006 Irmgard Herrmann Verlag, Vierhöfen
- WEGE* Zeitschrift WEGE
- Weidner 1* Weidner, Gisela (Hrsg.): Der Weg zur Geborgenheit, Eigenverlag G. Weidner, Wien, [www.weidner-verlag.at/](http://www.weidner-verlag.at/)
- Weidner 2* Weidner, Gisela (Hrsg.): Sprossen zum geistigen Aufstieg, Eigenverlag G. Weidner, Wien, 2006
- Weidner 3* Weidner, Gisela (Hrsg.): Das sichere Geleit, Eigenverlag G. Weidner, Wien
- Weidner 4* Weidner, Gisela (Hrsg.): Komm höher herauf, Eigenverlag G. Weidner, Wien 2005
- Weidner 5* Weidner, Gisela (Hrsg.): Die Spirale zum Geistigen Erfolg, Eigenverlag G. Weidner, Wien, 2003

- Weidner 6* Weidner, Gisela (Hrsg.): Woher komme ich - Wozu lebe ich - Wohin gehe ich, Eigenverlag G. Weidner, Wien, 2008
- Weidner 7* Weidner, Gisela (Hrsg.): Dein Schutzengel und Du, Eigenverlag G. Weidner, Wien
- Weidner 8* Weidner, Gisela (Hrsg.): Geistiges ABC zur zielführenden Lebensgestaltung, Eigenverlag G. Weidner, Wien
- Weidner 9* Weidner, Gisela (Hrsg.): Gespräche mit drüben, Eigenverlag G. Weidner, Wien
- Weidner 10* Weidner, Gisela (Hrsg.): Unsere Brücke zum ewigen Ziel, Eigenverlag G. Weidner, Wien
- Wickland* Wickland, Carl: Dreißig Jahre unter den Toten, Reichl-Verlag - Der Leuchter St. Goar
- WTWO* Zeitschrift "Wirtschaftswoche"
- www1* <http://de.wikipedia.org/wiki/Suizid> (01.08.2008)
- www2* [www.selbstmord.de/forum](http://www.selbstmord.de/forum) (01.08.2008)
- www3* [www.krisenzentrum-dortmund.de](http://www.krisenzentrum-dortmund.de)
- www4* [www.agus-selbsthilfe.de](http://www.agus-selbsthilfe.de)
- www5* [www.efg-hohenstaufen.de/downloads/texte/ selbstmord.html](http://www.efg-hohenstaufen.de/downloads/texte/selbstmord.html) (01.08.2008)
- www6* [www.suizidprophylaxe.de](http://www.suizidprophylaxe.de)
- www7* [www.robert-enke-stiftung.de](http://www.robert-enke-stiftung.de)
- www8* [www.antipsychoiatrieverlag.de](http://www.antipsychoiatrieverlag.de)  
[www.antipsychoiatrieverlag.de/artikel/gesundheit/suizid.htm](http://www.antipsychoiatrieverlag.de/artikel/gesundheit/suizid.htm)

## Anhang: Die UNICON-Stiftung

Die "UNICON-Stiftung" wurde von Dr. Bernt Högsdal und Irmtraut Albert im Jahr 2003 mit dem Sitz in Meersburg am Bodensee gegründet. Sie ist als gemeinnützige Stiftung des bürgerlichen Rechts anerkannt. Die Stiftungsarbeit wird unabhängig von Spenden finanziert.

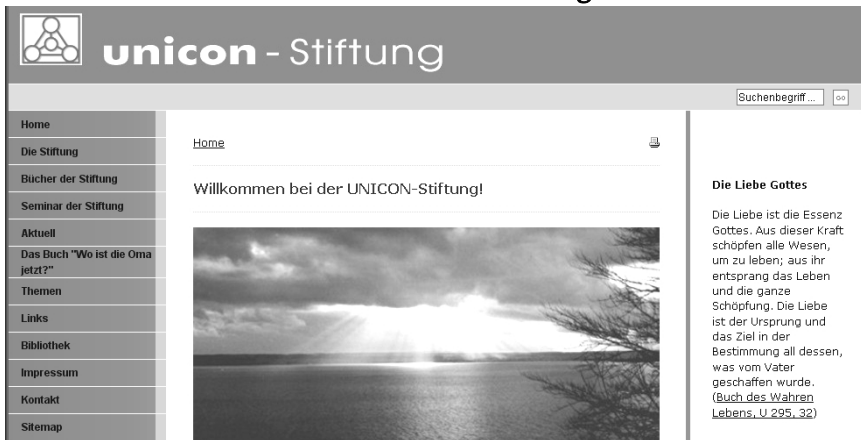
Die Stiftung hat sich zur Aufgabe gemacht, spirituelles Wissen als Hilfe zur Lebensorientierung bereitzustellen. Hierzu bereitet sie Wissen aus den Bereichen Philosophie, Religionen, Wissenschaft, Mystik, Mythologie auf, vor allem aber aus Botschaften der geistigen Welt, welche Hinweise auf die spirituelle Seite des Lebens geben. Es geht ihr um Themen wie

- Schöpfung des Universums,
- Schöpfung und Rolle der Erde und Evolution der Menschheit,
- Ursprung und Entwicklung des Christentums,
- Woher und Wohin des Lebens und der Sinn des Lebens.
- Was gibt Halt und Orientierung im Leben?

Diese Aufgabe will sie erfüllen durch:

- Aufbau, Bereitstellung und Betrieb von Internetplattformen mit Informationen aus den oben genannten Bereichen sowie Links zu weiterführenden Informationen,
- Durchführung von Vorträgen und Seminaren zum Thema "Lebensorientierung durch spirituelles Wissen",
- Erstellung und Herausgabe von Büchern und Themenheften.

Aus der Startseite von [www.unicon-stiftung.de](http://www.unicon-stiftung.de):



**unicon - Stiftung**

Suchenbegriff...

Home

Die Stiftung

Bücher der Stiftung

Seminar der Stiftung

Aktuell

Das Buch "Wo ist die Oma jetzt?"

Themen

Links

Bibliothek

Impressum

Kontakt

Sitemap

Home

Willkommen bei der UNICON-Stiftung!



**Die Liebe Gottes**

Die Liebe ist die Essenz Gottes. Aus dieser Kraft schöpfen alle Wesen, um zu leben; aus ihr entsprang das Leben und die ganze Schöpfung. Die Liebe ist der Ursprung und das Ziel in der Bestimmung all dessen, was vom Vater geschaffen wurde. (Buch des Wahrnen Lebens, V. 295, 32)

Die Bücher der UNICON-Stiftung können kostenlos bezogen werden bei:

UNICON-Stiftung  
Stefan-Lochner-Str. 26 ▪ D-88709 Meersburg  
Fon: +49 (0) 7532 808162 ▪ Fax: +49 (0) 7532 808161  
E-Mail: info@unicon-stiftung.de

Auf unserer Website **www.unicon-stiftung.de** können die Bücher auch als PDF-Dateien eingesehen und heruntergeladen werden.

Das Buch "Einführung in das Buch des Wahren Lebens" kann auch auf unserer Website **www.drittes-testament.de** als PDF-Datei eingesehen und heruntergeladen werden.

## Weitere Bücher der UNICON-Stiftung

### **Inkarnationsziel Erde - Vorbereitung · Menschwerdung · Lebensplanerfüllung**

Nach dem Tod und einer gewissen Zeit im Jenseits wünschen sich die meisten Geistwesen ein erneutes Erdenleben als Mensch, um dadurch die geistige Höherentwicklung schneller voranzutreiben - auf dem Weg zurück zum Vater.

Das Buch beinhaltet Aussagen aus unterschiedlichen Quellen über die sorgfältige Vorbereitung im Jenseits für eine erneute Inkarnation.

Der wichtigste Teil der Vorbereitung ist die Festlegung der Schwerpunkte, Aufgaben und Meilensteine des Lebensplanes als 'Drehbuch' für die bevorstehende Inkarnation.

Unser Schöpfer hat einen Schleier über die Erinnerung an unsere früheren Erdenleben und die Inhalte unseres aktuellen Lebensplanes gelegt. Wir haben aber die Möglichkeit, durch



Analyse des bisherigen Lebensweges im Hinblick auf unsere Talente, Fähigkeiten, Erfahrungen und erworbenen Kenntnisse uns ein Bild vom Inhalt unseres Lebensplanes zu machen. Durchlebte Schicksale und 'Zufälle' erscheinen in neuem Licht. Je offener und vorurteilsfreier wir analysieren, desto verständlicher wird unser tägliches Leben und unser gewohntes Umfeld. Dies erleichtert es uns, den Lebensplan zu erfüllen.

### **Reiseführer ins Licht - Das Leben und das Leben danach -**

Der "Reiseführer" will Menschen mit dem vertraut machen, was für die Reisevorbereitung ins Jenseits und für die Reise selber von Bedeutung ist. Er möchte den Reisenden den Weg ins Licht zeigen und helfen, Umwege, Irrwege und Sackgassen zu vermeiden. Er will den Menschen das Schreckensbild des Sterbens und die Angst davor nehmen, sodass sie die Reise gut vorbereitet und gelassen antreten können.

Das Buch bietet glaubhafte Hinweise auf ein ewiges Leben in der jenseitigen Welt und nimmt so dem irdischen Tod seinen Schrecken. Es öffnet den Blick für größere Zusammenhänge und den tieferen Sinn des Lebens. Damit wird es zu einem Ratgeber, der hilft, bewusster zu leben und sich auf das Leben im Jenseits vorzubereiten.

Das Buch "Inkarnationsziel Erde" bildet zusammen mit dem Buch "Reiseführer ins Licht" eine Einheit, um die Fragen "Wo kommen wir her? - Warum sind wir hier? - Wo gehen wir hin?" zu beantworten.

Beide Bücher beinhalten Hinweise aus vielen unterschiedlichen Quellen - zu besonderen Themen auch Offenbarungen von Gott bzw. Christus und der Geisterwelt Gottes. Es ist uns dabei auch wichtig, Übereinstimmungen von Aussagen aufzuzeigen.



## **Einführung in das Buch des Wahren Lebens - Entstehung und Inhalte der Göttlichen Offenbarungen -**

Vor einigen Jahren lernten wir die Göttlichen Offenbarungen von Mexiko kennen, die in dem 12-bändigen "Libro de la Vida Verdadera" zusammengetragen wurden. Davon liegen 6 Bände inzwischen in deutscher Sprache unter dem Titel "Buch des Wahren Lebens" vor. Darüber hinaus gibt es die Kompendien "Die Dritte Zeit" und "Das Dritte Testament".

Es ist uns ein Anliegen, Interessierten diese Offenbarungen wie auch ihre Entstehungsgeschichte in einer übersichtlichen Form bekannt zu machen. Daher dieses Einführungsbuch.

Für die Darstellung der Entstehungsgeschichte stützen wir uns vor allem auf den Zeitzeugen Walter Maier, der von 1942 bis 1950 den sonntäglichen göttlichen Durchgaben beiwohnte. Seine Erfahrungen schildert er in einer persönlichen Autobiografie. Auszüge aus dieser Biografie bilden den 1. Teil des Einführungsbuches. Der 2. Teil beinhaltet Auszüge aus der Fülle der Botschaften, die wir thematisch gegliedert haben.



