

# paternoster

Die Zeitschrift der Emmaus-Ölberg-Gemeinde

8. Jahrgang Nr. 2, 2004



„Lasst uns  
lauschen auf  
das Rauschen...“



Claudia Ondracek /  
Mein Urlaub ist schon viele Wochen her – und trotzdem habe ich es noch im Ohr: das Meererauschen, dieses Spiel der Wellen, wenn sie sich am Strand oder den Klippen brechen. Ich liebe dieses Geräusch – und das nicht nur, weil ich es mit Urlaub verbinde. Natürlich ist mir diese Urlaubs-Pause wichtig. Da trete ich aus meinem Alltagstrott, den täglichen Anforderungen und Pflichten heraus und kann mich ein wenig fallen lassen: Ins Nichtstun, ins stundenlange Lesen, in ausgiebige Essen in schönen Restaurants, in kilometerlange Strandwanderungen, ins Entdecken fremder Länder und Kulturen.

Im Urlaub habe ich Zeit. Die Tage scheinen länger als sonst, so kommt es mir vor, denn sie sind weniger verplant und daher fühle ich mich reich an Zeit, die nur mir gehört. Deshalb kann ich mich auch einfach auf einen Felsen oder an den Strand setzen und der Brandung lauschen.

Und wenn ich dann so dasitze und dem ewig gleichen Spiel der Wellen

## Berauscht

zuhöre, passiert noch etwas anderes mit mir: Ich kann mich loslassen. Ich bin dann nicht mehr die Mitte einer kleinen Welt, die ich mit meinem Denken und Handeln in Gang und im Gleichgewicht halte und wo ich mit all meiner Aufmerksamkeit und Kraft gefragt bin. Ich werde zu einem winzigen Teil dieser großen Welt und Schöpfung, die von etwas weit Größerem gehalten wird, was ich mit meinem Denken gar nicht richtig erfassen kann. Aber ich spüre Gott, den Schöpfer, hinter dieser Schöpfung. Aus jedem Wellenrauschen höre ich das: Denn das Meer bricht sich schon seit Jahrtausenden immer wieder gleichförmig an den Felsen und am Strand, auch ohne unser Zutun.

Was planen und tun wir nicht alles? Was denken wir uns nicht alles aus? Was nehmen wir nicht immer wieder unermüdlich in Angriff? Wo fühlen wir uns nicht überall unentbehrlich und wichtig?

Dieses Rauschen befreit mich für Augenblicke davon. Ich muss dann nicht mehr all die eigenen Sorgen

und Pläne oder weltpolitischen Fragen und Nöte mit mir herum schleppen. Ich kann sie getrost einmal ablegen, weil ich mich von einer anderen Kraft getragen fühle. Das lässt mich aufatmen. Und weil ich mir dann selbst nicht mehr den Blick verstelle, bin ich auch viel offener für all das, was um mich herum geschieht. Mein Blick ist freier und vorbehaltloser. Ich kann mir alles viel unbefangener anschauen – so, als entdeckte ich Teile dieser Welt und Schöpfung wieder ganz neu, auch das Meererauschen!

Und deshalb nehme ich es aus jedem Urlaub mit: Dieses Meererauschen im Ohr, das mich auch im Alltag immer wieder entführt und berauscht ...

**INHALT**

Claudia Ondracek Berauscht .....	2
Editorial .....	3
Dörte Rothenburg Hirnrauschen .....	4
Dorothea Weltecke Weihrauch .....	5
Heike Krohn Drinnen ganz laut .....	8
Jörg Machel R wie Rausch .....	10
Seyfried und Bröckers Hanf im Paradies .....	11
Nietzsche und andere Wie´s dem Dichter rauscht .....	12
Interview ...und wie berauscht du dich? .....	14
Jörg Machel und andere Mobiles Kloster .....	16
Bau-Rausch .....	17
Daniel Rühmkorf Die Medizin und der Rausch .....	18
Thomas Haudel Starten ist leichter als Landen .....	20
Aus den Büchern: Buchentdeckungen .....	22
KinderNoster .....	25
Gemeindeseite .....	26
Das Letzte / Impressum .....	27



Liebe Leserin und lieber Leser!

Der Glaube kann lebensrettend sein. Die Bibel erzählt davon in vielen Geschichten. Doch was zu retten vermag, kann auch vernichten. Das weiß man aus der Medizin. Es kommt auf die richtige Dosierung an. Kein Medikament ist für alles gut, bei jedem Medikament kann ein Zuviel oder Zuwenig schlimme Schäden anrichten. Religion kann berauschen. Glückselig machen geradezu. Das macht ihren Reiz aus. Das genau aber betrachten die Menschen auch mit Skepsis. Es gibt ein Fachwort für Entgleisungen: ekklesiogene Neurose.

Als Vikar in Indien habe ich erfahren, was man sich darunter vorstellen kann. Regelmäßig habe ich Europäer in Krankenhäusern besucht, die in den Rausch der Religion geraten waren. Meist waren diese Leute auf einem Horrortrip. Sie berichteten mir von ihren Kämpfen mit Teufeln und Dämonen und mischten in ihren Erzählungen die Glaubensgestalten ihrer Kinderzeit mit dem hinduistischen Pantheon. Nicht selten waren Drogen im Spiel. Oft kamen Krankheiten dazu, die Körper und Geist geschwächt hatten.

Ich habe es auch erlebt, dass Menschen im Glauben gesund und stark geworden sind. Aber es ist schwer, den Beweis anzutreten, dass man zu den „Kindern des Lichts“ gehört, von denen die Bibel spricht. Zu viele haben sich diesen Titel schon ausgeliehen, die sich dann als ausgesprochene Finsterlinge erwiesen.

Selbst Jesus musste mit Unterstellungen leben. Manche hielten ihn für einen Säufer und Fresser, weil er sich mit zwielichtigen Figuren einließ. Auch den Jüngern unterstellte man beim Pfingstfest berauscht zu sein, und das Argument, dass dies nicht sein könne, da es doch noch früher Vormittag war, überzeugt nun auch nicht jeden.

Über die Wonnen und Risiken des Rauschs soll dieser *pa t e r n o s t e r* handeln. Wir hoffen, Ihnen damit eine bekömmliche Weihnachtslektüre unter den Gabentisch zu legen.

Viel Spaß beim Lesen  
wünscht Pfarrer Jörg Machel

# Das Rauschen im Hirn der Ruhelosen

Dörte Rothenburg /  
ES RAUSCHT: Im Radio oder in den Lautsprecherboxen dank moderner Technik wohl weniger, dafür im Blätterwald der Boulevardpresse um so gewaltiger; und wen ein Tinnitus plagt, der verflucht die Pfeifgeräusche in seinem Ohr und sehnt sich vielleicht nach Waldesrauschen oder Meeresbrausen oder dass jedwedem Rauschen einfach nur aufhören möge.

Rauschen ist etwas Hörbares: vom Wind bewegte Blätter, eine Brandung, fließendes Wasser; darin ist Bewegung zu spüren. Die Jägersprache kennt Rauschen als brünstig sein vom Schwarzwild (und auch das Hauschwein rauscht). Der Mensch rauscht nicht. Er hat einen Rausch.

Liebhaber des „Wahrig“, des deutschen Wörterbuches, oder des Etymologischen Wörterbuches von Kluge können sich, wie ich, allein schon an der Herkunft der Wortbildungen und Bedeutungen zum Thema dieses „paternoster“ berauschen: „Meist mit Traurigkeit oder Heiterkeit verbundene Benebelung der Sinne als Folge von reichlich Alkoholgenuß“; „überwältigendes Freuden- oder Glücksgefühl“, „Rausch der Leidenschaft“ – da wallt das Blut, die Vitalität, durch die Adern; wer nicht genug davon hat, behilft sich mit Aufputzmitteln.

Verlorengegangen ist der Begriff „Rausch“ für Binse (lateinisch: ruscus; mittelhochdeutsch: rusch, englisch: rush)

Mittelhochdeutsch rusch bedeutet jedoch auch „Anlauf, Angriff“, und unser neuhochdeutscher „Rausch“ ist

ein Lehnwort mit noch im Dunkeln liegenden Verhältnis zu den niederdeutschen, englischen und russischen Bedeutungen: Rausch, Zechgelage, Trunkenheit.

Das mittelhochdeutsche Verb „rauschen“ bedeutet: rauschen, brausen, sausen, stürmen, eilig einhereilen, im Englischen: to rush auch „stürzen“ (aus mittelenglisch „ruschen“)

Rush hour in allen Metropolen dieser Welt lässt einen nicht nur an verstopfte Strassen, dahinschleichende statt vorwärts eilende Autokolonnen und Abgasgestank denken, sondern auch an genervte, angriffswütige Menschen, Geschrei, Hupkonzerte, Krach.

Wohl fühlen wir uns in der Natur, wo muntre Bächlein, Flüsse, Wälder rauschen und uns lieblich in den Ohren klingen.

Der geplagte Städter kann foh sein, wenn er des Nachts nichts mitbekommt vom rauschenden Verkehr unter seinen Fenstern, vom Brunstgeröhre der Autos, Schwertransporter und Motorräder.

Schon Tucholsky beklagte

zutiefst, dass der liebe Gott den Menschen

nicht mit Ohren-Lidern ausgestattet habe! Gegen rauschenden Beifall (an der richtigen Stelle) hatte er gewiß nichts einzuwenden, und dass eine Dame beleidigt davonrauschte, wird ihn amüsiert oder gekränkt haben, je nachdem; aber all die mißlichen Geräusche von Hurra-Gebrüll bis Telefon-Geklingel, gegen die man sich so schlecht wehren kann, die taten richtig weh.

Es scheint, als sei unsere zivilisierte Welt eine von Bildern geprägte, in der das Hören an bewußter Aufmerksamkeit verliert. Es wird weniger „gehört“ (sowohl im Sinne von Lauschen auf die leisen Zwischentöne als auch, Gott sei Dank, im Sinne von unkritischem Befehle ausführen). Aber wir dröhnen uns zu: nicht nur in den Discotheken mit über 100 Dezibel, sondern auch mit Rauschmitteln, die die schreiende Stille in uns betäuben soll.

Unser sensibles Ohr, das ausser dem Hörsinn auch den Gleichgewichtssinn beherbergt, was uns jedes Zechgelage beweist, nimmt's übel.



Das menschliche Ohr

Dorothea Weltecke / O Arabia Felix, Glückliches Arabien, Düfte des Orients, Hadramaut und Königin von Saba – die Wörter zergehen auf der Zunge wie Mokkasahneschokolade. Vergangen sind die alten Reiche von Südarabien. Über den Ruinen der Paläste der alten Sabäer und Minoer weht heute der Sand. Aber einst war geschäftiges Treiben in den glanzvollen Residenzen und Hafenstädten am



Ägyptischer Weihrauchbaum

südlichen Rand der arabischen Halbinsel, wo die ältesten Hochhäuser gebaut wurden in den Städten, die zu den ältesten Städten der Welt zählen. Ihren traumhaften Reichtum zogen sie, ähnlich wie heute die reichen Ölstaaten, aus einem Rohstoff. Auch dieser Rohstoff bestimmte den Alltag bis in die letzten Winkel. Doch war er im Unterschied zum Rohöl ein feines Luxusgut – der Weihrauch.

In den Regionen Dhofar und Hadramaut wurde das Harz des Weihrauchbaumes gewonnen. Man schaffte die Harztränen von dort auf dem Rücken der Kamele fort zu den

# Weihrauch

## Von der Antike bis zur Moderne

großen Handelsplätzen. Dort wurden sie von den Karawanen abgeholt. Diese zogen entlang der Weihrauchstraßen nach Norden. Nach einer Reise von etlichen Wochen lieferten sie ihre wertvolle Ware in die Welt des Mittelmeeres oder über Oman und den persischen Golf nach Indien.

Zwar wurden auch in der hochverfeinerten Gesellschaft Indiens Weihrauchbäume kultiviert, wie auch in dem sagenhaft reichen Land Punt, Somaliland, das auf den Fresken der alten Ägypter beschrieben wird. Aber der echte, der beste und teuerste Weihrauch, auch Myrrhe und Balsam, Aromata für die feinsten Öle und Parfums, sie stammten aus Südarabien, aus dem Jemen.

Archäologen und Reisende in der Neuzeit lebten gefährlich, wenn sie in dieses Land zu dringen versuchten, ebenso wie jeder andere Repräsentant ausländischer Mächte.

Derzeit wird von Seiten des Deutschen Auslandsamtes zwar nicht vor Reisen in den Jemen gewarnt, aber das Chicago der Antike im Hadramaut, Schibam, wird wenig von außen gestört und behält seine Geheimnisse in der Regel für sich.

Voller Geheimnisse und von Gerüchten umgeben war Arabia Felix schon immer. Denn ein so teures und seltenes Gut wie der Weihrauch wird den Gesetzen des Marktes nicht ausgesetzt, sondern es wird geschützt und verborgen. Wie bei der chinesischen Seide war es im Interesse aller Beteiligten, die Anbaumethoden und die Transportwege des Weihrauchs möglichen Konkurrenten zu entziehen.

Auf diese Weise ernährte er nicht nur seine Hersteller: Alle möglichen Arten von Abgaben waren fällig, zum Beispiel für die Erlaubnis, den Weihrauch lagern und anbieten zu dürfen oder für die Führer der Karawanen, die die Wege kannten und für die Packtiere sorgten. Nicht zuletzt zahlte man für die Zusicherung, auf dem Weg nicht ausgeraubt zu werden. Diese Abgaben wurden natürlich auf den Verkaufspreis umgelegt. Und so wurde der Weihrauch allein auf dem Weg über die Weihrauchstraße von Station zu Station immer teurer, geradezu astronomisch teuer, bevor er die römischen, indischen und persischen Imperien überhaupt erreichte. Trotzdem brannte er dort; er brannte überall: Bei denen, die es sich leisten konnten wie bei denen, die es sich eigentlich nicht leisten konnten, in unterschiedlich großer Reinheit versteht sich. Er brannte in den profanen und in den heiligen Räumen, auf den Plätzen und in den Winkeln.

Sein Duft betörte die antiken Menschen; Reinheit und Erhabenheit empfanden sie. Wo der Weihrauch brannte, da berührte der Himmel die Erde, da breitete sich Frieden aus. Nichtig wurden das Treiben, der



Gewonnener Weihrauch

Lärm der Straße und der Märkte in den großen Städten – und nicht zuletzt deren furchtbarer Gestank, in dem die Gerüche von zu vielen Menschen auf engem Raum, von Schweiß, Latrinen und Kloaken oder faulenden Waren in der sengenden Sonne noch zu den geringeren Übeln zählten.

Versteht sich, dass ein solches Gut den mächtigsten Wesen gebührt, dass sich mit seinem Rauch wie mit nichts anderem Ehrfurcht und Verehrung darstellen ließen. Und so verbindet sich schon in den Hochkulturen des Alten Orients, von Mesopotamien bis Ägypten, der Duft des Weihrauchs mit dem König und mit den Göttern. Auf den alten assyrischen Reliefs wie auf den Fresken aus der Zeit der Pharaonin Hatschepsut sind die großen Weihrauchständer, Weihrauchfässer und anderes Gerät zu sehen, das für den Kult der Götter und der Könige gebraucht wurde.

Wie passend war es daher, dass die Weisen aus dem Morgenland das Jesuskind in der Krippe mit Gold, Weihrauch und Myrrhe ehrten. Aber so leicht lesbar die Botschaft der Geschenke der Weisen in der Heiligen Nacht für die Menschen der Antike gewesen ist, so ganz direkt fand trotzdem der Weihrauch nicht den Weg in das Christentum.

Denn die ersten Christen waren Aussteiger. Sie lehnten viele Elemente der antiken Kultur ab, die exzessive Körperpflege und das Baden im öffentlichen Badehaus ebenso wie die unverbindlichen und ungezügelten Sexualbekanntschaften mit Männern und Frauen. Sie hassten zunächst auch den luxuriösen Duft, das Mar-



Weihrauchpflanze *Boswellia thurifera* Boiss.

kenzeichen der feinen Kultiviertheit, an dem man sozialen Status und finanzielles Vermögen ablesen konnte. Für die Alte Kirche war er ein Symbol des Heidentums, ein Symbol der städtisch zerstreuten, in Ausschweifungen selbstvergessenen Gesellschaft und der Opferkulte für ihre Götzen. Er war auch der Geruch des verhassten römischen Kaiserkultes, an dem teilzunehmen die Christen sich weigerten, wofür sie in mehreren Wellen tödlich verfolgt wurden. Und so dauerte es tatsächlich etliche Jahrhunderte, bis der Duft des Weihrauchs allmählich auch die Kirchen zu verzaubern begann.

Nicht ganz zufällig begann dies in den ältesten christlichen Regionen, wo die großen Umschlagplätze für den Weihrauchhandel mit dem Westen lagen – in Palästina, Libanon und Syrien. Dort war der Weihrauch letztlich doch nie aus dem Alltag verschwunden. Die tiefe, kulturelle Verbindung des Weihrauchduftes mit dem Heiligen und mit dem Königlichen ließ ihn irgendwann als natürliches Element der Feier auch des christlichen Gottesdienstes erscheinen. Außerdem wurden jüdische Formen und Riten in den Kirchen nachgeahmt und so auch der Gebrauch

des Weihrauchs in der Tempelliturgie, zumindest in symbolischer Form.

Die ältesten christlichen Weihrauchgefäße für den liturgischen Gebrauch stammen von dort. Der erste lateinische Bericht stammt von der spanischen Pilgerin Egeria. Sie sah Weihrauch in der kirchlichen Liturgie in Jerusalem am Ende des 4. Jahrhunderts. Auch in der ägyptischen Kirche zog der Weihrauch in die Liturgie ein und erhielt sogar einen besonders wichtigen liturgischen Ort.

Der Westen war mit dem Untergang des römischen Imperiums kein besonders wichtiger Kunde für die Jemeniten mehr. Aber auch in der römischen Liturgie zog der Weihrauch ein und verbreitete sich gegen die Jahrtausendwende bis in die letzten Winkel und Gemäuer Europas. Am Ende des Mittelalters wurde der Weihrauch zu allen möglichen religiösen, aber auch abergläubischen Handlungen abgebrannt. Die katholische Kirche hat den Weihrauchgebrauch inzwischen stark eingeschränkt. Bei den Protestanten war er bis vor wenigen Jahren verpönt. Aber Besuche in orthodoxen Kirchen, bei Syrern, Kopten und Griechen, lassen uns manchmal ahnen, dass wir etwas verloren haben.



„Die Luft ging durch die Fel-  
der, die Ähren wogten  
sacht, es rauschten leis die  
Wälder, so sternklar war die  
Nacht. Und meine Seele  
spannte weit ihre Flügel aus,  
flog durch die stillen Lande,  
als flöge sie nach Haus.“

(Eichendorff, Mondnacht)

**Amill Gorgis, syrisch-orthodox,  
Diplomingenieur, Subdiakon**

*Kannst Du dich an deine erste Erfah-  
rung mit Weihrauch erinnern?*

Nein, daran kann ich mich nicht erin-  
nern. Der Weihrauch war immer da.  
Ich kann mich nur erinnern, dass ich  
Weihrauch einmal als Kind in einem  
nichtkirchlichen Raum gerochen  
habe. Darüber habe ich gestaunt, und  
ich fand es sehr unpassend.

*Magst Du den Duft des Weihrauchs?*

Er hilft mir, einen Schnitt zu machen,  
die Welt von draußen hinter mir zu  
lassen und eine meditative Haltung  
einzunehmen, mich auf Gott einzu-  
lassen und zu hören, was er mir sa-  
gen will.

*Was bedeutet Weihrauch für Dich?*

Er ist ein Symbol des Gebetes für  
mich. Der Weihrauch ist ein Zeichen  
für unsere wechselseitige Beziehung  
mit Gott, wie eine Fernleitung. Oder  
eigentlich so, wenn die Fäden des  
Weichrauchs aufsteigen, sehe ich sie  
als Notenlinien, auf denen die Töne  
unserer Gebete zum Himmel emporz-  
iehen – wir singen ja unsere Gebete.

**Saro Teber, syrisch-orthodox,  
Altenpflegerin**

*Kannst Du dich an deine erste Erfah-  
rung mit Weihrauch erinnern?*

Nein, ich bin ja als kleines Kind  
schon in die Kirche gegangen. Viel-  
leicht am Karfreitag, weil am Grün-  
donnerstag sehr viel Weihrauch ver-  
brannt wird und wir Karfreitagnacht  
in die Kirche gegangen sind. Das war  
sehr spannend, als ich so fünf war; es  
war sehr dunkel. An den Geruch  
kann ich mich erinnern.

*Magst Du den Duft des Weihrauchs?*

Ja, ich finde es schön. Ich mag es ge-  
ne. Neulich wurde Weihrauch auf ei-  
nem Straßenfest in Schöneberg ver-  
kauft. Ich habe meinen Sohn gerufen  
und mich gefreut.

*Was bedeutet Weihrauch für Dich?*

Das Weihrauchfass ist ein Symbol für  
Maria, und der Weihrauch für Chris-  
tus, der Rauch für den Heiligen Geist.  
Der Weihrauch bedeutet, dass Chris-  
tus zu uns Menschen gekommen ist,  
er ist in Maria gewesen und zu uns  
gekommen. Daran denken wir, wenn  
der Weihrauch brennt.

**Murat Üzel, syrisch-orthodox,  
Syrisch- und Religionslehrer**

*Kannst Du dich an deine erste Erfah-  
rung mit Weihrauch erinnern?*

Ich bin ja immer in die Kirche gegan-  
gen. Nein. Mit fünf Jahren oder so  
habe ich meinen Vater gefragt, was  
der Diakon mit dem Weihrauchfass  
macht, wenn er durch die Kirche  
geht. Sammelt der was ein? Da hat  
mir mein Vater erklärt, dass der  
Weihrauch zu Maria und den Heili-  
gen aufsteigt. Daran kann ich mich  
erinnern.

*Magst Du den Duft des Weihrauchs?*

Seeehr! Ich mag es sehr gerne. Es ist  
genau umgekehrt wie bei Zigaretten-  
rauch. Von Zigaretten bekomme ich  
Kopfschmerzen. Aber Weihrauch ist  
gut für den Menschen.

*Was bedeutet Weihrauch für Dich?*

Weihrauch hat viele Bedeutungen. Es  
gehört zur Kirche dazu wie das Be-  
ten. Wie der Weihrauch aufsteigt, sol-  
len auch unsere Gebete aufsteigen.  
Und es ist auch ein Zeichen der Ver-  
ehrung, zum Beispiel für die Mutter-  
gottes und für die Heiligen.

# Drinnen ganz laut

Die Gedanken gehen spazieren

Heike Krohn / Die Gedanken gehen spazieren. Was hatte doch neulich die Frau im Supermarkt gesagt? Und das Treffen mit meiner Mutter am Sonntag? Ein Gongzeichen ertönt. Die Meditation wird durch fünf Minuten konzentriertes Gehen unterbrochen. Immer schön einen Fuß vor den anderen setzen, Kleidungsstücke rascheln, Dielen knarren. Durch die geöffneten Fenster bläst der Wind, in den Bäumen rauschen die Blätter. Vier Tage bin ich in den Schwarzwald gefahren, um zu meditieren und zu schweigen. Vier Tage ohne zu reden. Wie soll ich das aushalten? Kann man überhaupt so lange den Mund halten? Hier ist alles Stille. Die zwanzig Kurs Teilnehmer haben bisher noch kein Wort miteinander gesprochen und werden es bis zum Ende ihres Aufenthaltes auch nicht tun. Auch die Mahlzeiten nehmen alle gemeinsam schweigend ein. Man hört nur das Klappern der Messer und Gabeln auf den Tellern. Die Regeln, nach de-

nen die Mahlzeiten ablaufen, wurden zuvor erklärt. Zwei Hölzchen werden aufeinander geschlagen: Schüsseln im Uhrzeigersinn weitergeben. Wieder das Hölzchenzeichen: alle beginnen zu essen. Auch sonst gibt es so gut wie keine Kommunikation zwischen den Meditationswilligen. Kein „Guten Morgen“, kein Blickkontakt oder Kopfnicken, wenn man sich auf den Fluren begegnet. Jeder soll bei sich bleiben können.

Die fünf Geh-Minuten sind vorbei. Ein Gongzeichen und alle sitzen wieder auf ihren Sitzkissen und Holzbänkchen. Einatmen, ausatmen, ein-

atmen, ausatmen, auf den Atem konzentrieren. Die Gedanken nehmen ihre Route wieder auf, ich bin ganz hippelig, mit Mareike wollte ich mich auch seit langem wieder treffen, was sie wohl macht? Einatmen, ausatmen. Oh, jetzt habe ich einen Augenblick nichts gedacht, das war angenehm. Einatmen, ausatmen. Leere breitet sich im Kopf aus. Bilder tauchen auf und nehmen mich mit. Mein Rücken ist leicht verspannt; jetzt bewegen können, das wäre schön. Der Gong. Das Sitzen ist vorbei, es geht zum Mittagessen. Ich bin ziemlich müde. Um fünf Uhr hat der

Tag begonnen: Wecken, ein wenig Gymnastik, in den Saal zum Singen und dann zur Meditation. Jetzt nach dem Essen werde ich eine Siesta halten – einfach wunderbar! Welch ein Luxus. Das ist in meinem Alltag sonst nur manchmal am Wochenende drin. Am Nach-



Franziskanerkloster im Zen-Stil





Ruheplatz

mittag geht es wieder weiter.

Eine Möglichkeit zu reden und Fragen zu stellen besteht aber. Ein bis zweimal am Tag können die Teilnehmer ein Gespräch mit dem Kursleiter suchen. Er fragt, wie es einem mit dem Sitzen ergeht und gibt Tipps, wie man sich noch besser auf die Übung konzentrieren kann. Meine Gespräche mit ihm dauern bestimmt nie länger als fünf Minuten, aber das reicht aus. Ich muss gar nicht länger reden oder anderen mitteilen, wie es mir geht, was mich stört oder bewegt. Schon nach dem ersten Tag

sind meine Gedanken ruhiger geworden. Sie gehen weiterhin auf Wanderschaft, aber ich komme mit meiner Aufmerksamkeit schneller zum Atmen zurück. Manchmal stören sie mich auch nicht mehr weiter. Ich muss nicht jedem Gedankengang folgen und kann mich trotzdem auf das Atmen konzentrieren.

Zum Tagesprogramm mit dazu gehören ebenfalls anderthalb Stunden Mithilfe in Haus und Garten. Jeder hat seine fest zugeteilte Arbeit, die auch im wesentlichen schweigend verrichtet wird. Nach dem Abendessen schließen sich die letzten Meditationsrunden an, von halb acht bis neun Uhr abends. Nach so einem langen Tag, falle ich vor Müdigkeit ins Bett. Komisch, ich langweile mich überhaupt nicht, obwohl ich weder ein Buch lese noch Radio höre. Ich denke viel über mich und mein Leben nach. Der Rest der Welt ist weit weg.

Nach vier Tagen fühle ich mich gelassen und entspannt, nur die Beine tun weh vom ungewohnten Dauersitzen auf den Kissen. Die Rückfahrt nach Berlin ist vor allem eins: laut. Ist das sonst auch immer so? Ein Reinigungswagen durchquert mit lautem Getöse die Bahnhofshalle – saubere Bahnhöfe will ja schließlich jeder ha-

ben. Im Bahnrestaurantschallt die Übertragung eines Fußballspieles aus den Lautsprechern. In einer anderen Ecke turnen in einem Fernseher Zeichentricksfiguren über den Bildschirm. Kein ruhiger Ort nirgends. Wie halte ich das normalerweise aus?

#### Anleitung zur Übung

Der Mensch soll sich in der Nacht und unter Tags stets eine gute Zeit nehmen, und in der soll er sich in seinen Grund hinein versenken, jeder auf seine Weise. Die edlen Menschen, die sich in Lauterkeit ohne Bilder und Formen in Gott versenken können, sie sollen es tun auf ihre Weise. Und die anderen sollen sich ebenfalls auf ihre Weise eine gute Stunde darin üben; jeder auf seine Weise.

Nach dem nächtlichen Chorgebet bleib im Gebetsraum ungefähr für die Dauer einer gesungenen Messe und nimm vor allem dein Herz und deinen Grund wahr! Wenn dann der Kopf schwach zu werden beginnt und die leibliche Natur schwer, so begib dich in dein Gemach, wo die leibliche Natur am wenigsten behindert wird, etwa ans Bett oder darauf und kehre dich ganz in dich selbst; das kann man besser im Gemach tun als anderswo. Denn wenn man nicht zur Ruhe kommt und die natürlichen Bedürfnisse abgewürgt werden, dann wird man grob innig und zerstreut.

Johannes Tauler

Jörg Machel / Für Karl Marx gehören Rausch und Religion zusammen. Er nannte die Religion das „Opium des Volkes“. Mit der Religion schmückte man jene Ketten, die einen fesseln mit Blumen, statt sich von ihnen zu befreien. Deshalb lehnte Marx die Religion ab. Auf dem Weg nach Rußland erfuhr dieser Satz eine kleine, aber folgenreiche Veränderung. Mit deutlicher Akzentverschiebung übersetzte Lenin: „Religion ist Opium für das Volk“. Aus einer Ablehnung der Religion, die einlullt und vom Kampf um die Rechte der arbeitenden Klasse ablenkt, wurde in dieser Lesart eine Ablehnung der Kirche. Denn mit Kalkül verdrummt sie das Volk. Sie handelt wie ein Dealer, der sich Abhängige schafft, um daraus eigenen Nutzen zu ziehen. Aus dem Marx'schen Ansatz zur Überwindung der Religion wurde mit Lenin eine gesteuerte Politik gegen die Kirchen und ihre Vertreter, aber auch gegen ganz gewöhnliche Gläubige.

Ein Blick auf das letzte Jahrhundert zeigt, dass diese Sicht der Dinge eine Täuschung war. Sowohl Marx als auch Lenin hatten unrecht. Nach Marx hätte es ein natürliches Absterben der Religion geben müssen, wenn das Volk erst einmal von den Ketten kapitalistischer Entfremdung befreit ist, und nach Lenin hätten die Massen clean werden müssen, sobald die Vertreter der Religion ihnen kein Opium mehr verabreichen konnten.

Die Religion aber hat sich als lebensstark erwiesen. In allen Teilen der ehemaligen Sowjetunion gibt es eine Renaissance der Religionen. Nicht nur die Orthodoxe Kirche erweist sich als lebendig, auch die vielen kleinen Völker besinnen sich auf ihre religiösen Wurzeln und pflegen wieder ihren Glauben – das Christentum, den Islam, den Buddhismus oder den Schamanismus – je nach Religion. Die Sätze von Marx und Lenin sind im realexistierenden Sozialismus

## R - wie Rausch

gegen die Kirche missbraucht worden und werden kaum noch nachgebetet, und doch können sie nützlich sein, indem sie die Religionsgemeinschaften immer wieder zu kritischer Selbstreflexion ermutigen. Wo die Autonomie und das Freiheitsbestreben des Menschen durch die Religion behindert werden, da ist nach wie vor Aufmerksamkeit geboten. Dass Religion aber auch ein wachmachendes, kritisches Potential enthält, mussten die Kämpfer gegen die Religion immer wieder erleben. Gerade Menschen, die einen tiefen Glauben in sich tragen, haben den Ideologien widerstanden und mit aufrührerischem Geist widersprochen. Ihr Verstand war gerade nicht opiumnebelt,



sondern hellwach. Und wenn die Kirche auf Abwegen war, so kam die Kritik in der Regel zuallererst aus den Reihen der Gläubigen selbst und forderte Reformen ein.

Und doch sind die Sätze von Marx und Lenin nicht völlig falsch! Religion kann berauschen. Und da in jedem Rausch Gefahren stecken, kann auch die Religion zu einer Gefahr werden. Der Geist eines Menschen kann durch die Religion durchaus getrübt werden. Dann wird die Wirklichkeit verzerrt wahrgenommen, die Gläubigen ziehen sich in eine Scheinwelt zurück, handeln gegen die eigenen Interessen. Gurus und Sekten setzen darauf. Bewusst schaffen sie Abhän-

gigkeiten und tun alles, um ihre Jünger an sich zu binden. Stabile Beziehungen leiden

darunter, soziale Bindungen brechen ab. Das kann in kleinen Zirkeln passieren, das kann aber auch ganze Gesellschaften erfassen.

Es ist nicht zu bestreiten: Religion hat tatsächlich immer auch etwas mit Rausch zu tun. In der Osternacht wird man nicht nur vom Weihrauch eingehüllt und umnebelt, auch die schönen Gesänge, die bewusste Inszenierung von Dunkelheit und Licht können und dürfen berauschen. Und daran gibt es auch gar nichts zu kritisieren. Eine Religion, die ohne emotionale Ansprache auszukommen sucht, ist blutleer und wird zu Recht kaum Jünger finden können.

Dass im Rausch Gefahren stecken, darum wissen alle großen Religionen. Buddhismus und Islam lehnen Drogen grundsätzlich ab. Der Weinanbau in Palästina geht der Heiligen Schrift zufolge auf Noah zurück. Doch auch im Judentum ist der Umgang mit dem Wein nicht dem Belieben überlassen. Der Weingenuss ist erlaubt und gilt als Segen für die Menschen, doch er sollte die Sinne nicht vernebeln und den Verstand nicht trüben. Auch das Christentum missbilligt die Trunksucht, ohne jedoch den Weingenuss zu verbieten. Im Heiligen Abendmahl steht der Wein sogar für das Blut Christi und erhält damit sakramentale Bedeutung.

In der Pflingstgeschichte wird davon erzählt, dass die Jünger, die vom Heiligen Geist erfasst waren, den Außenstehenden wie Betrunkene erschienen, und der Apostel Petrus verwendet einige Mühe darauf, diesen Leuten klar zu machen, dass seine Gefolgsleute keine haltlosen Säuer sind. Gottes Wirken selbst kann berauschen, so will uns die Geschichte erzählen. Die Pflingstkirchen haben diese Tradition kultiviert, und manchmal ist auch in unseren Kirchen durchaus etwas davon zu spüren.



## HANF IM PARADIES

Am Anfang stand, ihr wißt es ja,  
 zuerst die Drogenrazzia,  
 als Gott, der Herr des Paradies,  
 die Menschen aus dem Garten wies,  
 weil sie dort verbotnerweise  
 genossen von der Götterspeise,  
 die ganz herrliche Gefühle,  
 und sogar ein wenig schwüle,  
 im menschlichen Bewußtsein weckte,  
 was dem Herrgott gar nicht schmeckte.

Neid verzog ihm das Gesicht  
 und ER rief: Das duld ICH nicht!  
 Daß euch gleich der Teufel hol!  
 ICH hab hier das Monopol  
 auf die wirklich scharfen Sachen,  
 die mich high und heiter machen  
 und die meine grauen Zellen  
 durch und durch mit Licht erhellen!  
 Deshalb war auch streng verboten  
 zu berühren mit den Pfoten  
 dieses ganz besondere Kraut,  
 das ER selber angebaut.  
 Auf Übertretung stand für jeden  
 Sofort-Verweis aus Garten Eden:  
 Fortan sollt ihr im Jammertal,  
 mit Mühe, Kummer, Schweiß und Qual  
 eure Kräuter selber schaffen,  
 statt mir hier alles wegzupaffen!  
 Und so endete der Tag  
 mit Hagel, Blitz und Donnerschlag.

Seits mit dem Paradies vorbei,  
 fing sie an, die Schufferei,  
 und lange suchte man vergebens  
 nach dem echten Baum des Lebens,  
 der nicht als Mythos phantasiert  
 sondern wirklich existiert.



Als Pflanze, die all das kann geben,  
 was der Mensch so braucht zum Leben.  
 Die als Nahrung stärkt den Magen,  
 deren Kleidung gern getragen,  
 die Material zum Wärmespenden  
 liefert, und zum Bau von Wänden.  
 Die Lampenöl und Schreibpapiere,  
 Farben, Lacke, Wagenschmiere,  
 jedoch auch zarte Babycreme  
 gegen Ausschlag und Ekzeme,  
 die all dies bringt und nebenei  
 auch noch die wertvollste Arznei  
 gegen Übelkeit und Krampf,  
 die gegen Asthma hilft mit Dampf.  
 Die spendet Segeltuch dem Schiffer  
 und Hochgenuß für jeden Kiffer,  
 die liefert Seile für den Henker.  
 Hirntreibstoff für die Dichter, Denker.  
 Aus ihrem Zellstoff kann man machen  
 weit über fünfzigtausend Sachen,  
 von bio-kompatiblen Mäusen  
 zu abbaubar'n PC-Gehäusen,  
 Dinge, die wie all die andern,  
 am Ende auf den Kompost wandern.  
 Aus diesem wachsen neue Pflanzen:  
 Der Kreislauf rundet sich zum Ganzen!

Es gibt kein Kraut auf dieser Erden,  
 aus dem so viele Dinge werden.  
 Zu lange war es unbekannt.  
 Cannabis - Hanf - wird es genannt.



# Wie's dem Dichter rauscht

Friedrich Nietzsche / **Der Glaube an den Rausch.** – Die Menschen der erhabenen und verzückten Augenblicke, denen es für gewöhnlich, um des Gegensatzes willen und wegen der verschwenderischen Abnützung ihrer Nervenkräfte, elend und trostlos zu Muthe ist, betrachten jene Augenblicke als das eigentliche Selbst, als „sich“, das Elend und die Trostlosigkeit als die Wirkung des „Ausser-sich“; und desshalb denken sie an ihre Umgebung, ihre Zeit, ihre ganze Welt mit rachsüchtigen Gefühlen. Der Rausch gilt ihnen als das wahre Leben, als das eigentliche Ich: in allem Anderen sehen sie die Gegner und Verhinderer des Rausches, sei dieser nun geistiger, sittlicher, religiöser oder künstlerischer Natur. Diesen schwärmerischen Trunkenbolden verdankt die Menschheit viel Übles: denn sie sind die unersättlichen Unkraut-Aussäer der Unzufriedenheit mit sich und den Nächsten, der Zeit- und Weltverachtung und namentlich der Welt-Müdigkeit. Vielleicht könnte eine ganze Hölle von Verbrechern nicht diese drückende, land- und luftverderbende, unheimliche Nachwirkung in die fernste Ferne hin haben, wie jene kleine edle Gemeinde von Unbändigen, Phantasten, Halbverrück-



ten, von Genie's, die sich nicht beherrschen können und allen möglichen Genuss an sich erst dann haben, wenn sie sich völlig verlieren: während der Verbrecher sehr oft noch einen Beweis von ausgezeichneter Selbstbeherrschung, Aufopferung und Klugheit giebt und diese Eigenschaften bei Denen, welche ihn fürchten, wach erhält. Durch ihn wird der Himmel über dem Leben vielleicht gefährlich und düster, aber die Luft bleibt kräftig und streng. – Zu alledem pflanzen jene Schwärmer mit allen ihren Kräften den Glauben an den Rausch als an das Leben im Leben: einen furchtbaren Glauben! Wie die Wilden jetzt schnell durch das „Feuerwasser“ verdorben werden und zu Grunde gehen, so ist die Menschheit im Ganzen und Grossen langsam und gründlich durch die geistigen Feuerwässer trunken machender Gefühle und durch Die, welche die Begierde darnach lebendig erhielten, verdorben worden: vielleicht geht sie noch daran zu Grunde.

**Rausch und Ernährung.** – Die Völker werden so sehr betrogen, weil sie immer einen Betrüger suchen, nämlich einen aufregenden Wein für ihre Sinne. Wenn sie nur den haben können, dann nehmen sie wohl mit

schlechtem Brode fürlieb. Der Rausch gilt ihnen mehr, als die Nahrung, – hier ist der Köder, an dem sie immer

Mit Rauschen bezeichnet man die durch stochastische Prozesse bedingte Schwankung einer Grösse. Rauschen tritt nicht nur in der Elektronik auf, sondern in allen Vielteilchensystemen. So ist, zum Beispiel, die Brownsche Bewegung ein Rauschprozess. In der Elektronik betrachtet man den Transport von Strom, also einen Fluss einzelner Elektronen. Da diese, wie alle anderen Vielteilchensysteme den Gesetzen der statistischen Physik gehorchen müssen, tritt Rauschen auf. Man unterscheidet viele verschiedene Arten von Rauschen wie das Widerstandsrauschen oder das Schrotrauschen.

anbeissen werden! Was sind ihnen Männer, aus ihrer Mitte gewählt – und seien es die sachkundigsten Praktiker – gegen glänzende Eroberer, oder alte prunkhafte Fürstenhäuser! Mindestens muss der Volksmann ihnen Eroberungen und Prunk in Aussicht stellen: so findet er vielleicht Glauben. Sie gehorchen immer, und thun noch mehr, als gehorchen, vorausgesetzt, dass sie sich dabei berauschen können! Man darf ihnen selbst die Ruhe und das Vergnügen nicht anbieten, ohne den Lorberkranz und seine verrückt machende Kraft darin. Dieser pöbelhafte Geschmack, welcher den Rausch wichtiger nimmt, als die Ernährung, ist aber keineswegs in der Tiefe des Pöbels entstanden: er ist vielmehr dorthin getragen, dorthin verpflanzt und dort nur noch am meisten rückständig und üppig aufschliessend, während er von den höchsten Intelligenzen her seinen Ursprung nimmt und Jahrtausende lang in ihnen geblüht hat. Das Volk ist der letzte wilde Boden, auf dem dieses glänzende Unkraut noch gedeihen kann. - Wie! Und ihm gerade sollte man die Politik anvertrauen? Damit es sich aus ihr seinen täglichen Rausch mache?

**Genuss und Nicht-Genuss von Giften.** – Das einzige entscheidende Argument, welches zu allen Zeiten die Menschen abgehalten hat, ein Gift zu trinken, ist nicht, dass es tötete, sondern, dass es schlecht schmeckte.

**Zuviel und zu wenig.** – Die Menschen durchleben jetzt alle zu viel und durchdenken zu wenig: sie haben Heisshunger und Kolik zugleich und werden deshalb immer magerer, soviel sie auch essen. - Wer jetzt sagt- „ich habe Nichts erlebt“ – ist ein Dummkopf.

**Gefahr der Vegetarianer.** – Der vorwiegende ungeheure Reisgenuss treibt zur Anwendung von Opium und narkotischen Dingen, in gleicher Weise wie der vorwiegende ungeheure Kartoffelgenuss zu Branntwein treibt -: er treibt aber, in feinerer Nachwirkung, auch zu Denk- und Gefühlsweisen, die narkotisch wirken. Damit stimmt zusammen, dass die Förderer narkotischer Denk- und Gefühlsweisen, wie jene indischen Lehrer, gerade eine Diät preisen und zum Gesetz der Masse machen möchten, welche rein vegetabilisch ist: sie wollen so das Bedürfniss hervorrufen und mehren, welches sie zu befriedigen im Stande sind.

**Am Trinktisch der Erfahrung.** – Personen, welche aus angeborener Mässigkeit jedes Glas halbausgetrunken stehen lassen, wollen nicht zugeben, dass jedes Ding in der Welt seine Neige und Hefe habe.

Friedrich Nietzsche:  
Kritische Studienausgabe, dtv 1988

### DEE SEELE DES WEINS

Des Weines Seele sang im Glase diesen Abend:/ »O Mensch, Enterbter, den ich liebe, aus mir bricht/ Aus Haft von Glas und rot beglänztem

Wachs dich labend/ Ein Lied zu dir empor voll Brudersinn und Licht.

Ich weiß die Mühlen wohl, die auf dem Berg in Gluten/ Es kostet, wieviel Schweiß und wieviel Sonnenschein,/ Bis dann das Leben und die Seele in mich fluten;/ Doch ich will dankbar und kein Schelmenbruder sein,

Denn ich verspüre Lust ohnmaßen, wenn ich falle/ in eines Mannes Brust, den seine Arbeit frisst,/ Und warmen Busens Gruft ist eine süße Falle,/ Wo mir viel wohler als im kalten Keller ist.

Hörst du der Lieder Hall an blauen Feiertagen/ Und wie die Hoffnung perlt im Zittern meiner Brust?/ Die Arme auf dem Tisch, die Ärmel aufgeschlagen/ Wirst du mich rühmen und wird dir ein Glück bewußt.



Charles Baudelaire

In deines Weibes Aug glüh ich mit neuem Brande;/ Ich gebe deinem Sohn die Kraft und frisches Blut/ Und bin dem Zarten auf des Lebens Ringersande/ Das Öl, das Kämpfern neu mit Kraft tränkt Leib und Mut.

Doch in dich selbst dies Mark der Himmelsrose rinne/ –Besamend Naß, das uns der Ewige Sämann gießt-,/ Daß ein Gedicht ersteh im Schoße unsrer Minne,/ Das seltener Blume gleich zu Gottes Throne sprießt!«

Charles Baudelaire: *Die Blumen des Bösen*, Insel taschenbuch 120, 1977

# ...und wie berauschtst du dich?

Interviews zum Thema Rausch



**Raphael, 28 Jahre**

Mich berauscht Freiheit. Das Gefühl unabhängig zu sein und nach dem eigenen Willen etwas zu gestalten oder zu leben, berauscht mich.

Wenn ich jetzt auf die Schnelle ein Bild vor Augen habe, dann ist das Skifahren. Ja, Skifahren verbinde ich eigentlich auch mit dem Wort Rausch.

In der kalten, weißen Winterlandschaft einen Berg hinunter zu fahren, hinunter zu rauschen!, ist für mich ein Gefühl von Freiheit.

**Larissa, 12 Jahre und Franziskus, 11 Jahre**

Was Rausch ist? Für die meisten Leute bestimmt Alkohol und Rauchen. Aber, was ich schön finde: Abends nach dem ganzen Tag lege ich mich gern auf die Couch und ruhe mich aus. Dann schaue ich mir das Vorabendprogramm an, manchmal auch „Brandenburg aktuell“.

Das ist vielleicht so etwas wie ein klitzekleiner Rausch.



Larissa hat recht. Im Sessel sitzen und meinen Hasen auf meinen Schoß nehmen und ihn streicheln. Sein Fell ist ganz weich und flauschig. Ich schaue richtig gern Wissenschaftsmagazine an. „Galileo“ und so. Davon kann ich gar nicht genug sehen. Was die da zeigen von der Welt und erklären, ist wirklich toll.



**Simon, 11 Jahre**

Was ist Rausch für mich?

Playstation spielen und Physik. Ich bastele am liebsten an irgendwelchen Experimenten herum. Und meine Lieblingsband D 12, die hat gerade in Berlin ein großes Konzert gegeben.



**Philipp, 28 Jahre**

Rausch, Rausch- mir legen sich als erstes Worte wie Alkohol oder Drogen auf die Lippen. Das ist es aber nicht. Rausch... Höhenrausch... Skifahren ist wie ein Rausch für mich.

Jetzt hängt der Winter wieder in der Luft, und ich denke ziemlich oft ans Skifahren. Seit ich ein kleiner Junge war, kenne ich das Gefühl: Auf dem Berg stehen und ins schneeüberhangene Tal hinunterschauen. Und dann im Schnee ins Tal hinabfahren, wunderbar! Ganz besonders schön sind einsame Abfahrten, die durch Waldgebiete laufen. Die verschneiten Baumwipfel rauschen dann in deine Ohren. Skifahren berauscht mich. Ich gebe dir einfach ein Bild vom letzten Winterurlaub. Das passt!

**Heidi (ohne Altersangabe)**

Nun, Rausch ist für mich kein besonders griffiges Wort, es ist nicht besonders zugänglich.

Vielleicht ist es ein Zustand, der über das Alltägliche hinausgeht. Ein Ausblenden von Hindernissen, die mir irgendwie den Weg versperren. Der schönste Rausch, den ich jetzt in diesem Augenblick nennen könnte, ist der Arbeitsrausch. Ich meine damit gar nicht den Arbeitsrausch eines Workaholics, sondern einen Rausch, den ich manchmal habe, wenn ich an einem Thema arbeite und sich mir langsam eine ganz neue Erkenntnis eröffnet. Das kommt ganz unvermutet über mich, einfach beim Lesen, Assoziieren oder auch beim Malen. Das ist manchmal nur ein kurzer Moment, manchmal eine Stunde. Vielleicht ist dieser Rausch eine Art Kommunikation mit einer Idee, die sich mir nicht länger versperrt, sondern eins ist mit mir.



**Franziska, Cellistin**

Das Wort Rausch passt nicht wirklich zu meinem Cello-Spiel. Rausch ist für mich etwas Kurzes, ein Abdriften oder eine Flucht vor den Realitäten der Welt. „Sich in der Musik verlieren wie in einem Rausch“ – das mag es geben. Aber das ist meine Musik gerade nicht für mich. In den letzten Jahren hat sich mir die klassische Musik nach und nach völlig neu eröffnet: Musik fasziniert mich, weil sie grundehrlich ist. An ihr ist keine Lüge, nichts Demonstratives, keine falschen Ausflüchte. Wenn ich Cello spiele, dann merke ich: das bist du, dann bin ich ganz bei mir selbst. Das ist eben kein falscher oder künstlicher Bewusstseinszustand, sondern ein grundehrlicher, ein wahrhaftiger, der mir sonst oft verschlossen bleibt. Das macht klassische Musik vielleicht auch so zeitlos göltig. Es ist ein Stimmigkeitsgefühl mit mir selbst, das wie eine Offenbarung sein kann. Ich würde eher von Hingabe als von Rausch zur klassischen Musik reden. Wenn ich in dem Zusammenhang eine Geschichte vor Augen habe, dann ist es das Märchen „Des Kaisers neue Kleider“. Sie enthüllt Unwahres so, wie Musik es auch vermag.



**Knut Becker, 52, Tonmeister,**

Mich berauscht ein kreatives Umfeld. Das ist mir wichtiger als Geldverdienen. Ich möchte mit Menschen arbeiten, die Spaß haben an dem, was sie tun. Es ist toll, Musik zu produzieren, die ich später selbst gern hören möchte. Eine CD mit Musik für Orgel und Sheng zu produzieren, war so ein tolles, berauschendes Erlebnis. Es gibt aber auch negative Rauschzustände. Wenn Menschen die Zusammenarbeit verweigern, zum Beispiel, sich an ihrer Macht berauschen und anderen damit auf die Nerven gehen.

# Mobiles Kloster

## Ein mobiles Kloster entsteht - vom Wandern und Verweilen

Das erste Gotteshaus war ein Zelt. Israel war auf der Wanderschaft. Und zu jeder Wanderung und zu jedem Pilgerweg gehört es, dass man immer wieder anhält, innehält und damit auch ermöglicht, eine andere Richtung einzuschlagen und etwas zu verändern.

Das mobile Kloster soll beweglich sein. Alle sieben Jahre wechselt es den Ort. Nach ein, zwei oder drei Wochen wechseln seine Bewohnerinnen und Bewohner. In der Passions- und Weihnachtszeit kann ein Turnus auch einmal 40 Tage dauern.

Menschen bilden die Klostergemeinschaft auf Zeit. Sie reisen an und konstituieren ihr Kloster. Zwei erfahrene Menschen begleiten sie, auch die wechseln von Kurs zu Kurs: als Kantor und Abt geben sie den Rahmen vor, der gemeinsam mit der Gruppe je neu zu füllen ist. Einmal steht die Gregorianik im Zentrum, dann die Kalligraphie, mal die Seelsorge, dann wieder das Bibelstudium.

Die Orte, an denen das Kloster stehen soll, haben eine Geschichte. Eine Geschichte, die durch das mobile Kloster eine neue Ausstrahlung bekommt. Wenn sieben Jahre vorbei sind, wird der Ort so übergeben, wie er vorgefunden wurde. Nur eine kleine Spur wird hinterlassen: vielleicht ein Klostersgarten, ein Brunnen oder ein Glockenspiel.

Und nach sieben mal sieben Jahren wechselt das Kloster seine Bestimmung. Dann soll es einer Hilfsorganisation übergeben werden, wird eine Schule, ein Hospital, eine Bücherei.

## Jeder braucht mal eine Auszeit

Viele landen beim Arzt, beim Psychologen oder in der Kneipe, obwohl sie eigentlich nach Gott suchen, eine Auszeit brauchen, neue Orientierung für ihr Leben.

Es gibt unzählige Angebote, um auszusteigen. Kloster auf Zeit ist ein Angebot vieler traditioneller Orden. Man ist eingeladen, in bestehende Strukturen einzutauchen.

Nicht allen passt das fertige Kleid, das einem dort angeboten wird. Darum wird im mobilen Kloster ein ganzer Kleiderschrank zur Verfügung gestellt, aus dem sich Gruppen ihre Garderobe zusammenstellen können. Der Fundus ist nicht beliebig, wir bedienen uns der reichen Tradition der Ökumene.

## Nur mit gutem Standbein kann man beweglich sein

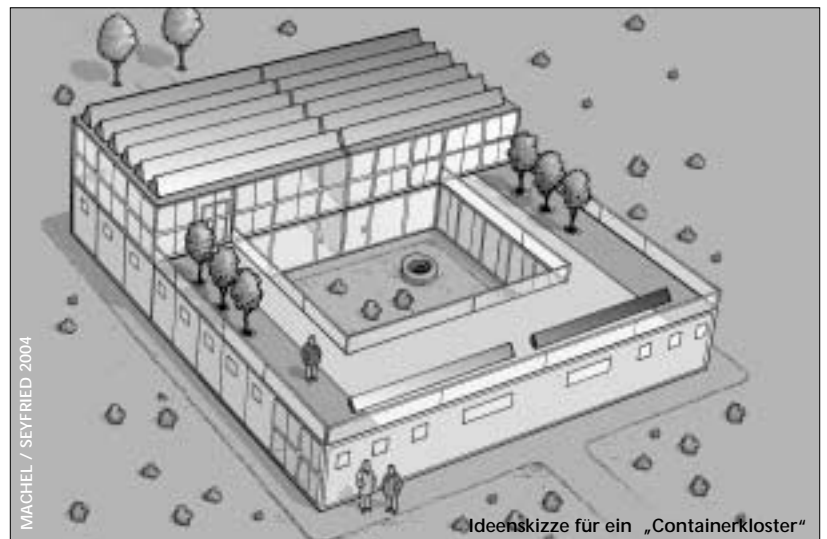
Rosengarten - das ist ein Bauernhof, unweit von Frankfurt/Oder. Ein gut erhaltenes Stallgebäude steht leer. Die Bausubstanz ist gut in Schuss.

Mit ein paar Wänden, mit Küche und Bad entsteht hier ein Klosterbetrieb auf Probe, ein Ort der Einkehr, ein Platz der Kontinuität. Hier soll das mobile Kloster weiter strukturiert werden. Und von hier aus soll es auch gesteuert werden, wenn es auf die Reise geht. Denn um einen sicheren Schritt nach vorn zu gehen, braucht man auch ein Bein, auf dem man sicher steht.

## Eine Idee braucht Menschen, die sie umsetzen

Ein evangelischer Pfarrer fand für seine Idee vom mobilen Kloster Gehör – bei Architekten, Werbefachleuten, Handwerkern, Musikern, Flaneuren, Journalisten und Lehrern. Und so wurde die Idee des mobilen Klosters konkret. Inhaltlich und formal. Es wurde nicht nur der gemeinnützige Verein Einkehr e.V. zur Umsetzung des mobilen Klosters gegründet, in der Gruppe wird auch die Konzeption und Struktur des mobilen Klosters weiter ausgearbeitet.

Informationen: joerg.machel@emmaus.de



# Ein neuer Raum auf der Empore



Fotos: Gerd Schwierske



# Die Medizin und der Rausch

Daniel Rühmkorf / Menschen wollen sich berauschen, damit sie Glücksgefühle produzieren können. Im Rausch werden die alltäglichen Probleme verdrängt, positive Gefühle dagegen verstärkt. Leben wie im Rausch – das kann es sowohl mit als auch ohne Drogen geben. Je mehr aber der Alltag von Problemen geprägt ist, desto stärker ist die Gefahr, dass aus dem gelegentlichen Rausch eine Sucht entsteht.

Deshalb nehmen viele Menschen Drogen, in Kreuzberg gehört der Drogenkonsum zum täglichen Bild. In den meisten Industrieländern steht es den Menschen frei, sich auf legale Weise zu berauschen. Das Resultat: In Deutschland sind schätzungsweise 1,6 Millionen Menschen alkoholabhängig. Darüber hinaus gibt es 3 Millionen Deutsche, die illegale Drogen konsumieren, von denen etwa 300.000 nach Ansicht der Deutschen Hauptstellen für Suchtfragen abhängig sind. Damit nicht genug.

Auch 6 Prozent der häufig verschriebenen Medikamente in Deutschland besitzen ein eigenes Suchtpotenzial. Dazu gehören viele Schlaf- und Beruhigungsmittel, zentral wirksame Schmerzmittel, Codeinhaltige Medikamente und Psychostimulantien. Etwa ein Drittel dieser

Mittel wird nicht wegen akuter Probleme, sondern langfristig zur Suchterhaltung und zur Vermeidung von Entzugserscheinungen verordnet. Über eine Million Menschen sind valiumabhängig, auf weitere Medikamente kommen nochmals 300.000 Süchtige. Die unsachgemäße und unkritische Verschreibung dieser Medikamente rückt Ärzte in die Nähe von Dealern.

Zwar setzt die Medizin Mittel ein, die berauschen können. Therapeutisches Ziel ist der Rausch aber nicht,



sondern eine Nebenwirkung. In der Mehrheit sind Ärzte damit beschäftigt, die Auswirkungen von Rauschzuständen zu bekämpfen und Menschen dabei zu unterstützen, von ihrer Sucht los zu kommen. Es gibt eine Grauzone, in der die Medizin Mittel zu medizinischen Zwecken einsetzt, die als Wirkstoff auch als il-

legale Droge gehandelt werden. Um das zu verdeutlichen, seien an dieser Stelle zwei Beispiele genannt.

Morphin ist eine Substanz, die aus dem Milchsaft der Schlafmohnkapsel gewonnen wird. Dieser Saft wird Opium genannt und wurde schon in der Antike – seit mindestens 2500 Jahren – als ein wirksames Schmerzmittel verwendet. Seit es reines Morphin gibt (seit 1806), ist es eines der meistverwendeten Schmerzmittel und das Referenzprodukt für alle neueren Substanzen. Viele Menschen, darunter auch Ärztinnen, Ärzte und Pflegepersonen, haben Vorurteile und Angst vor dessen Verschreibung als Schmerzmittel. Konsequenz daraus ist oftmals eine sehr späte und erst nach unnötiger Leidenszeit verabreichte optimale Schmerzbehandlung. Denn heftige Schmerzen schaden den Patienten zweifellos mehr als die Nebenwirkungen der Schmerztherapie. Schmerzen rauben viel Kraft und nehmen den Lebensmut. Das Vorurteil gegenüber starken Nebenwirkungen stammt aus früheren Zeiten, als morphinhaltige Präparate (Spritzen) in zu hohen Dosen und erst nach Wiederauftreten der Schmerzen verabreicht wurden.

Im Unterschied zu Süchtigen, die Morphin spritzen, damit es rasch

## Rauschen

Mit Rauschen bezeichnet man die durch stochastische Prozesse bedingte Schwankung einer Grösse. Rauschen tritt nicht nur in der Elektronik auf, sondern in allen Vielteilchensystemen. So ist, zum Beispiel, die Brownsche Bewegung ein Rauschprozess. In der Elektronik betrachtet man den Transport von Strom, also einen Fluss einzelner Elektronen. Da diese, wie alle anderen Vielteilchensysteme den Gesetzen der statistischen Physik gehorchen müssen, tritt Rauschen auf. Man unterscheidet viele verschiedene Arten von Rauschen wie das Widerstandsrauschen oder das Schrotrauschen.



„einfährt“, werden Schmerzmedikamente nach Möglichkeit geschluckt. Das Medikament gelangt auf diese Weise nicht in einem einzigen Schub in das Nervensystem, sondern wird allmählich freigesetzt. Diese Form der Einnahme eignet sich nicht, um Rausch zu erzeugen.

Die modernen oralen (durch den Mund verabreichten) Morphinpräparate zur Prophylaxe und Therapie von heftigen Schmerzen werden in einer Dosis verabreicht, die das Bewusstsein nicht trüben sollen. Trotzdem stellen sich bei vielen Schmerzpatienten regelmäßig Phasen der Abwesenheit und Schläfrigkeit ein.

Ein weiteres illegales Rauschmittel, das mittlerweile in der Medizin eingesetzt wird, ist Cannabis und sein wirksamer Bestandteil, das Tetra-Hydro-Cannabinol (THC). Erst in den letzten Jahren ist es in Deutschland als Therapeutikum zugelassen worden. Insbesondere Krebskranke und AIDS-Patienten wünschen sich die „Nebenwirkung“ des Cannabis, die Bekämpfung von Übelkeit und den appetitanregenden Effekt. Gleichzeitig wird es als Schmerzmittel eingesetzt, da die Dosis beispielsweise von Morphin reduziert werden kann. Den Rausch aber, der mit normalen Cannabisprodukten einhergeht, ist

vielen von ihnen unangenehm. Insofern wurden Cannabistabletten entwickelt, die den berausenden Effekt so gering wie möglich halten.



Wie hier beschrieben wurde, können einige Medikamente Rauschzustände hervorrufen. Doch ist es nicht Aufgabe der Medizin, Menschen zu berauschen.

Die psychotrop wirksamen Substanzen der Drogen binden sich im Gehirn an wichtige Neurorezeptoren. Diese Rezeptoren haben die natürliche Funktion, temporär Überlebenskräfte für kurzfristige Notfallsituationen zur Verfügung zu stellen: Schmerzblockaden für Flucht, Kampf trotz eines abgetrennten Beins, Weiterlaufen trotz eines Beinbruchs oder Zupacken trotz Muskelriss. Diese Me-

chanismen sind biologisch sinnvoll, aber ziehen Wechsel auf die Zukunft. Ähnlich wie andere Stressreaktionen sind sie nicht auf Dauer angelegt, da sie stoffwechselfähige Extremsituationen schaffen, die Reparationsphasen brauchen. Auf solche Situationen reagiert der Organismus mit biochemischen Gleichgewichtsverschiebungen auf molekularem Niveau. Das sind die gewöhnungsbildenden Vermittler von Reboundphasen, Toleranzentwicklung, Entzugserscheinungen – dem Antrieb der Suchtbildung. Denn durch die bewirkten Stressreaktionen kommt der Organismus aus dem Gleichgewicht, es folgen depressive Verstimmungen, Nervosität oder Halluzinationen. Dem begegnet der Drogenkonsument mit erneuten Drogengebrauch.

Thomas Haudel /  
Das Bedürfnis nach Rausch ist so alt wie die Menschheit und damals wie heute wird Rausch zuerst mit Alkohol in Verbindung gebracht. Auch im Alten Testament finden sich Hinweise darauf : Sprüche 20,1 „Der Wein macht Spötter, und starkes Getränk macht wild; wer davon taumelt, wird niemals weise.“ Oder 23, 29/30 „Wo ist Weh? Wo ist Leid? Wo ist Zank? Wo ist Klagen? Wo sind trübe Augen? Wo man lange beim Wein sitzt und kommt, auszusaufen, was eingeschenkt ist.“ Diese rhetorischen Fragen und Antworten haben auch heute noch unverändert Gültigkeit, was ich im Folgenden mit Fakten untermauern werde.

Auch in der Gegenwart ist Alkohol das Rauschmittel Nr.1 auf der Welt. Alkohol ist legal, billig und fast überall zu haben. Bereits 1 Liter Bier reicht aus, um sich in einen leichten Rausch zu versetzen, der ab einem Blutalkoholspiegel von 0,5 Promille beginnt. Selbst ein leichter Rauschzustand beeinflusst bereits deutlich unser Verhalten. Man spürt einen vermehrten Rede- und Tätigkeitsdrang, die Hemmschwelle sinkt und die Fähigkeit zur kritischen Selbstkontrolle ist eingeschränkt. Der mittlere Rausch beginnt bei 1,5 Promille. Ein solcher Blutalkoholspiegel hat eine grundlegende Störung der Bewegungsabläufe und starke Stimmungsveränderungen zur Folge. Die Stimmung kann je nach Persönlichkeitstyp überschäumend-glücklich oder aggressiv-gereizt werden. In letzterem Fall kommt es dann meist zum Durchbruch primitiver archaischer Impulse und Gewalthandlungen. Vie-

# Starten ist leichter als Landen

## Über das Für und Wider eines aussergewöhnlichen Bewusstseinszustandes

le Gewalttaten innerhalb der Familie werden unter Alkoholeinfluss begangen. Da nur ein Bruchteil davon angezeigt wird, gibt es eine hohe Dunkelziffer. Bei den juristisch verfolgten Straftaten in der BRD beträgt der Anteil alkoholisierter Tatverdächtiger ca. 1/3 bezogen auf Delikte wie Totschlag, Vergewaltigung und Körperverletzung. Bei alkoholbedingten Verkehrsunfällen starben 1994 in Deutschland 1.828 Menschen. Zwischen 30.000 und 40.000 Menschen hierzulande sterben jährlich an den Folgen übermäßigen Alkoholkonsums. Man könnte die Aufzählung negativer Auswirkungen des Alkohols beliebig fortsetzen und würde damit illustrieren, wie gefährlich Rausch sein kann, wie viele Opfer er hinterlässt und wie viel Leid er mit sich bringen kann.

Um so unverständlicher ist es daher, warum sich in Deutschland Alkoholenuss immer noch strafmildernd auswirkt. Der Rausch als Entschuldigung für die Aufgabe der Selbstverantwortung – eine merkwürdige Rechtsauffassung, die man nicht unbedingt teilen muss.

Andere Formen des Rausches wirken auch destruktiv, richten sich aber in erster Linie nur gegen diejenigen, die sich in diesen Zustand versetzt haben. Das betrifft z.B. den Drogenrausch aber auch Arten des Rausches, die mit Extremsportarten zu tun haben. Ich denke da an den Höhen-

rausch des Bergsteigers, den Geschwindigkeitsrausch des Rennfahrers oder den Tiefenrausch eines Tauchers. Hier werden für eine begrenzte Zeit Glücksgefühle erlebt, die

über die große Gefahr hinwegtäuschen, in die sich diese Menschen begeben. Wenn in einem solchen Rausch das rationale Denken als Gegenkraft nicht mehr funktioniert, kann das für den Betroffenen tödlich enden. Erst kürzlich ist ein Bergsteiger aus Thüringen durch eine rauschhafte Selbstüberschätzung seiner Kräfte im Himalaya ums Leben gekommen.

Oft liegt bei Menschen, die sich in einen solchen Rauschzustand versetzen, eine verdeckte suizidale Tendenz zu Grunde. Sie haben die Freude am Leben verloren und glauben sie durch derart außergewöhnliche Gefühlszustände wieder finden zu können. Doch selbst wenn man den Rausch überlebt, wirkt er nur sehr kurze Zeit wirklich motivierend für das alltägliche Leben. Es besteht die Tendenz, derartige Erlebnisse wiederholen zu müssen, so dass die Wahrscheinlichkeit eines unglücklichen Ausganges immer größer wird.

Was also bringt uns der Rausch außer Gefahr und Leid? Sollten wir ihn moralisch verurteilen, ihn gar unter Strafe stellen?

Bevor wir zu voreiligen Schlüssen kommen, sollten wir uns fragen, welche Bedürfnisse dem Rausch zugrunde liegen und ob ihm auch etwas Positives abzugewinnen ist.

Was treibt uns Menschen in den Rausch? Ist unser irdisches Dasein so unerträglich, dass wir es nicht anders

aushalten können als durch solche Art von Weltflucht? Es gibt offenbar ein tief verwurzeltetes Bedürfnis in uns, von Zeit zu Zeit unser rationales Denken zugunsten einer emotionaleren und euphorischen Wahrnehmung der Realität aufzugeben. Der Rausch ist ein außergewöhnlicher Bewusstseinszustand und ermöglicht unserer Psyche die Welt aus einem anderen Blickwinkel zu sehen. Im Rausch erscheint alles leicht und in einem helleren Licht. Bedrückende Lebensumstände geraten vorübergehend in Vergessenheit. Man fühlt sich für eine kurze Zeit befreit von allen Lasten, die Grenzen unserer alltäglichen Wahrnehmung werden erweitert. Oft wird der Rausch in Gemeinschaft erlebt, so dass ein Gefühl der Verbundenheit mit anderen Menschen entstehen kann.

Jeder von uns hat schon irgendwann ein Rauscherlebnis gehabt, was sicher nicht nur mit negativen Erinnerungen verknüpft ist. Offenbar ist es doch nicht so leicht, den Rausch einfach aus unserem Gefühlsrepertoire zu verbannen und ihn moralisch zu ächten. In Anbetracht der oben geschilderten Tatsachen lautet demnach die Frage: Ist es möglich, in einen Rausch zu geraten, ohne sich selbst und seinen Mitmenschen zu schaden? Die Antwort ist für mich eindeutig – ja!

Den Weg dorthin mag jeder für sich selbst finden. Voraussetzung ist in jedem Falle die Fähigkeit zu wissen, wann man seine Grenze erreicht hat und wie man aus dem Rausch wieder heraus kommt. Jede Art von Rausch birgt die Gefahr in sich, zerstörerisch zu wirken, wenn er zur Sucht wird und kompensatorisch für ungelöste Probleme eingesetzt wird.

Das sollte man beim Lesen der fol-

genden Zeilen bedenken. Ich will dennoch den Versuch machen positive Aspekte des Rausches darzustellen, die sich meiner Meinung nach mit dem christlichen Glauben vereinbaren lassen. Da wäre zum Beispiel der Schaffensrausch, die gesteigerte Freude am eigenen Tun, bei der man alles um sich herum vergisst. Viele nützliche Erfindungen sind in solchen Zuständen gemacht worden und eine große Zahl von Kunstwerken wurde so erschaffen. So etwas kann jeder von uns erleben, wenn er sich irgendeiner Tätigkeit mit Leidenschaft hingibt und darüber die Zeit vergisst. Auch Kinder, die in ihr eigenes Spiel vertieft sind, können in solche Zustände geraten.

Vor wenigen Wochen ging die Olympiade zu Ende. Was haben wir da nicht alles für Gesichter gesehen. Sportler, die geweint haben vor Freude oder Enttäuschung, und die alle das Letzte aus ihrem Körper herausgeholt haben. Sicher werden viele von ihnen im oder nach dem Wettkampf rauschähnliche Erlebnisse gehabt haben. Selbst wer sich für den Leistungssport nicht begeistern kann, wird zugeben müssen, dass durch die Aktivitäten der Sportler zumindest niemand zu Schaden kommt, außer in einigen Fällen sie selber.

Rauschhafte Erlebnisse mit Hilfe körperlicher Aktivitäten kann aber fast jeder von uns haben, wenn er nur einigermaßen gesund ist. An dieser Stelle möchte ich zwei Begriffe einführen, die dem Rausch verwandt sind, aber nicht diese negativen Assoziationen auslösen, ich meine Ekstase und Trance.

Beide Zustände sind verbunden mit Bewegung und auch ohne die Einnahme stimulierender Mittel erreichbar. Wesentliche Voraussetzun-

gen sind die Intensivierung der Atmung und rhythmische Bewegungen. Das geschieht zum Beispiel beim Tanzen, Musizieren oder bei der Sexualität. Ekstase und Trance sind daher in den meisten Fällen gemeinschaftliche Erlebnisse und sind ohne ein großes Vertrauen zueinander gar nicht möglich. Diese Art des Rausches führt neben der Intensivierung des Körpererlebens auch zu einer seelischen Öffnung sowohl für die Mitmenschen als auch für alles Lebendige, was uns umgibt. Es entsteht ein starkes Gefühl der Verbundenheit mit der Welt, was eine Zufriedenheit hinterlässt, die im Gegensatz zu künstlichen Rauschzuständen von langer Dauer sein kann. Das eigene Leben wird als kostbares Geschenk erlebt, unser Glaube und unsere Zuversicht werden gestärkt.

Eines jedoch kann kein Rausch und kein Trancezustand ersetzen, und das sind moralische Werte, Glaube, Grundüberzeugungen und Lebenssinn. Das ist das Fundament einer jeden menschlichen Persönlichkeit und wer sich in dieser Hinsicht nicht gefestigt fühlt, sollte sich besser nicht, oder zumindest nicht allein, in einen Rausch versetzen. Moralisch gefestigte und zufriedene Menschen sind demnach viel weniger gefährdet, im Rausch sich selbst und anderen zu schaden. Sie könnten Vorbild sein für Andere, wie und unter welchen Umständen der Rausch eine Bereicherung unseres Lebens sein kann.

Den Rausch generell abzulehnen ist also nicht nötig, aber wir sollten genau darauf achten, auf welchem Weg wir in ihn hinein und wie wir unbeschadet wieder herauskommen.

Es ist wie beim Fliegen, starten ist leichter als landen.

# No Drugs – no Future

## Drogen im Zeitalter der Globalisierung

Ingo Schulz / So lautet der Titel eines Buches, das viel verspricht und es tatsächlich schafft, den großen Anspruch zu erfüllen.

Der streitbare Publizist und Psychologe Günter Amendt zieht nach 30 Jahren Drogenforschung Bilanz. Er zeichnet ein ungeschöntes Bild unserer Gesellschaft in der nahen Zukunft und zeigt auf, welche Rolle Drogen in ihr spielen werden.

Die Tatsachen sind alle bekannt, aber nie wurden sie so klar, so kompetent und so eindrücklich zusammengefasst:

International zählen Drogen nicht nur zu den Gütern mit den höchsten Profitraten, sondern werden von den USA zur Durchsetzung der eigenen machtpolitischen Interessen eingesetzt. Seit die Bundeswehr in Kundus für Ruhe und Ordnung sorgen soll, ist sie Teil des internationalen Drogengeschäfts, ob sie will oder nicht. Nach 30 Jahren Drogenforschung steht fest: Die auf Verbote und Repressionen aufbauende Drogenpolitik ist gescheitert, ein Kurswechsel ist überfällig. Der kompromisslose Kampf gegen Drogen ist nicht zu gewinnen und richtet international wie auch in unserer Gesellschaft große Schäden an. Von den Restriktionen profitiert letztendlich doch nur wieder die Drogenmafia.

Spannend, wie Amendt am Paradebeispiel Doping zeigt, dass Drogen als Antriebsmittel und Hilfe zur Steuerung und Selbststeuerung schon heute aus dem Alltagsbewusstsein nicht mehr wegzudenken sind. So schafft er es, die Leserin an einem Punkt abzuholen, der unter Umständen von einer allgemeinen Befürwortung von Drogen weit entfernt ist.

Wenn Amendt dann die gravierendsten Fehlentwicklungen des Glo-

balisierungsprozesses vor Augen führt, die Auswirkungen des „War on Drugs“ - den die USA mit Hilfe der UNO führen - an erschütternden, einleuchtenden Beispielen aufzeigt, dann wird man auf den Weg geleitet, der am Ende zur Erkenntnis führt: Dass Menschen Drogen als Genussmittel konsumieren ist eine unumgängliche Tatsache, die zu einem neuen Weg im Umgang mit Drogen führen muss.

Amendt führt in seinem Buch behutsam auf seinen Weg, der überzeugende Forderungen stellt:

- die Menschen ohne Verbotsdrohung, ohne moralische Überheblichkeit über die Gefahren von Drogen aufklären
- Überlebenshilfen für Menschen im Suchtkreislauf bereitstellen
- das Prohibitionsdogma aufgeben
- den Angebotsdruck brechen
- Suchtmittelwerbung verbieten
- die Prohibitionsgewinner entlarven und kaltstellen.

Das Modell einer kontrollierten Freigabe von psychoaktiven Substanzen ist langfristig der einzig realistische Weg zu einer Gesellschaft, die sich nicht von Drogen terrorisieren lässt. Nur mit dem Abschied von der Illusion einer drogenfreien Gesellschaft lässt sich eine Lösung des Drogenproblems erreichen. Modellversuche in den Niederlanden und der Schweiz zeigen, dass dies möglich ist.

Auf dem Weg zeigt Amendt im Vorübergehen die Gefahren auf, die durch die steigende Pharmakologisierung des Alltags hervorgerufen werden. Für und gegen jedes von der Norm abweichende Befinden und Verhalten des Menschen hat die Pharmaindustrie längst ein Mittel erfunden. Seit den 1960er Jahren wird die Welt mit Tranquilizern, Sedativa,

Hypnotika und Antidepressiva über-

schwemmt, die Ärzte werden mit Werbekam-

pagnen gefügig gemacht. Bekämpfung von Symptomen statt Ursachen - Valium hat die Welt erobert.

Auch aktuelle Entwicklungen werden besprochen, z.B. Alkopops: Der perfide Angriff auf die Gesundheit von Jugendlichen wird schonungslos benannt, die Kombination von Alkohol und Zucker mit dem anschließenden Pillenwerfen zur Katerbeseitigung nutzt Amendt, um nochmals seine Forderung klar darzulegen:

Der Gesetzgeber sollte grundsätzlich die Beimischung von psychoaktiven Substanzen in Nahrungs- und Genussmittel verbieten. Wer seine Limo mit Alkohol oder sonstwas aufpeppen möchte, soll dies - bei vollem Bewusstsein der Gefahren - selbst machen und dazu reine Stoffe verwenden können.

Und das Geld der Bürgerkriegsarmeen und die Rolle der Medien und

...

Ein Buch nicht nur für den geeigneten linken Leser, sondern für alle, die zum Thema Drogen mitdenken und -reden möchten, also ein Buch für jeden!

Günter Amendt: No Drugs - no Future  
Aktualisierte Neuausgabe 2004, 207 Seiten  
plus 47-seitige Beilage. Fester Einband. EUR  
15,90, Zweitausendeins-Verlag  
[www.zweitausendeins.de](http://www.zweitausendeins.de)



# DER PHARMA-RIESE JAGT DIE TODESDROGE!



# Handbuch der Rauschdrogen

## Eine Empfehlung

Dörte Rothenburg / Es handelt sich hierbei laut Verlagsmitteilung um das größte deutschsprachige Standardwerk und umfasst die Darstellung aller Drogen und verwandter Substanzen von Alkohol bis Zukunftsdrogen, eine detaillierte Kulturgeschichte der Drogen, ausführliche Erläuterungen der sozialen, psychischen, politischen (und militär-) Hintergründe von Drogenkonsum, -Anbau und Anti-Drogen-Kampagnen, eine verständliche Einführung in Therapie und Rehabilitation von Süchtigen, ein eigenes Kapitel zu Medizin und Psychopharmakologie, eine umfangreiche Zeittafel der Rauschdrogen von der Urzeit bis ins Jahr 2003 nebst Hochrechnungen für 2100 sowie ein Drogen-, Sach- und Namensregister mit ca. 4.000 Stichworten. Die Autoren, bekannte Psychotherapeuten mit Erfahrungen in der Suchthilfe, schwingen keine Moralkeule, aber sie beziehen in ihrer sachlichen Darstellung der Fakten bzw. durch die Art ihrer Zusammenschau durchaus Stellung im Meinungsspektrum der diversen sozialpolitischen Ursachen-Analysen und Bekämpfungs-Strategien. Die Beiträge sind informativ, klar verständlich und interessant geschrieben; es gibt, ohne den Lesefluss der gut untergliederten Artikel zu stören, viele erläuternde Fußnoten und je spezifische Literaturlisten, Schaubilder, Statistiken, Zitate, Internetadressen. Das alles wirkt gediegen recherchiert, kritisch gewürdigt, auf die aktuellen individual- und sozialpsychologischen wie kulturpolitischen Problemlagen unserer globalisierten Gesellschaften bezogen und somit herausgehoben aus den Klein-Klein-Beurteilungen unseres Alltagswissens über

das, was uns oder andere zu Spirituosen greifen lässt, wenn es uns an Espirit mangelt, zu Heroin, um der Sinnlosigkeit des Lebens und der inneren Leere zu entgehen, zu Morphinum, um Schmerzen zu lindern und die Qualen beim Sterben nicht mehr spüren zu müssen. Das Handbuch gibt Auskünfte über das, was wir eh schon wissen: über Alkoholexzesse und Drogenexperimente von Künstlern, die sich vor der Stagnation ihrer Kreativität fürchten; Zitate aus der Weltliteratur wie Hinweise auf die bildenden Künstler und Musiker, die Rauschzustände in all ihren beflügelnden wie zerstörerischen Aspekten beschreiben; wir wissen aus den Armuts- und Elendquartieren aller Zeiten und Breitengrade: „Wer Kummer hat, hat auch Likör“; wir wissen um die europäischen Eroberer, die nicht nur mit Kanonen, sondern noch nachhaltiger mit dem billigsten Fusel den Widerstand der einheimischen Bevölkerung in den Kolonien gebrochen haben; viele unserer Generation der 68er haben mehr oder weniger „psychedelische“ Erfahrungen gesammelt; die gesamte Kulturindustrie der Gegenwart lebt noch immer davon. Das Handbuch gibt aber auch viel mehr Auskünfte darüber, was wir offenbar nicht (mehr) wissen (wollen oder sollen): Über den Gebrauch von Dro-

gen im sakralen Kult zur kollektiven Erfahrung von Entgrenzung; über das Interesse der Militärs an Drogen (sie haben aus den Erfahrungen

der beiden Weltkriege und aus Vietnam gelernt: nüchtern sind Menschen zum Abschachten anderer Menschen nicht fähig, ohne „durchzudrehen“ und dadurch dem Krieg quasi in den Rücken zu fallen); über eine entfremdete Konsum- und Leistungsgesellschaft, die nicht mehr all ihren Kindern und jungen Menschen immaterielle Werte wie Zuwendung, Geborgenheit, Lebenssinn, Zeit und Raum zum Wachsen, zur Individuation bietet (das ist ein Allgemeinplatz; aber nehmen wir uns wirklich die Zeit, die dazu vorhandenen, ganz konkreten Erkenntnisse zu studieren, ernst zu nehmen und daraus die für unsere Kinder und Jugendlichen förderlichen gesellschaftspolitischen Konsequenzen zu ziehen?) Das Handbuch äußert sich auch zur Palliativ-Medizin, zum Tabu-Thema Tod und Sterben und stellt Drogenmissbrauch wie Drogen-Gebrauch dazu in einen gesellschaftspolitisch viel zu wenig öffentlich diskutierten Zusammenhang.

Wir ziehen gegen die Drogen in den Krieg wie gegen die Terroristen. Der „War on Drugs“, der sich gleichermaßen gegen Hersteller (Bauern und Veredler), (Schwarz-)Händler und Konsumenten richtet, ist sinnlos und schon verloren, solange der Kampf nur auf dieser Ebene geführt wird und nicht die psychosozialen Ursachen für die Drogenanfälligkeit in den Blick nimmt. „Wer Drogen welcher Art auch immer nimmt, führt im Grunde bereits einen Krieg mit sich selbst...“ (Vorwort zur Neuausgabe 2003)

Wolfgang Schmidbauer, Jürgen vom Scheidt: Handbuch der Rauschdrogen, Fischer Taschenbuch Verlag, überarbeitet und erweiterte Ausgabe 2004, Paperback, 702 S., Euro 16,90  
[www.fischerverlage.de](http://www.fischerverlage.de)



# Als Michel einen Rausch hatte...

Michel aus Lönneberga

Astrid Lindgren / An einem Sommertag mitten in der Kirschenzeit geschah in Katthult etwas Entsetzliches. Michel hatte ein eigenes kleines Schwein, das Knirpsschweinchen genannt wurde, und dieses Schwein folgte ihm auf den Fersen, genau wie ein Hund. Aber gerade an diesem Tag war Knirpsschweinchen ganz allein im Stall, als Michel mit einem Eimer vorbeikam. Knirpsschweinchen dachte, er bringe ihm Futter. Aber da dachte es falsch. Michel war auf dem Weg zum Misthaufen, denn der Eimer war voll vergorener Kirschen. Sie waren übrig geblieben, als Michels Mama Kirschwein angesetzt hatte. „Michel, geh und vergrab diese Kirschen im Misthaufen“, hatte Michels Mama gesagt. Von vergorenen Kirschen wird man betrunken und deshalb muss man sie vergraben. Aber das wusste Michel ja nicht. Er fand, ebenso gut könnte Knirpsschweinchen die Kirschen haben. Also schütete er sie auf die Erde, damit sein Schwein davon essen konnte. Der Hahn kam auch und pickte so viel in

sich hinein, wie er nur konnte. Doch dann geschah das Entsetzliche! Knirpsschweinchen und der Hahn wurden ganz verrückt. „Kikerikiki!“, schrie der Hahn. „Kikerikiki!“ Dort drüben gingen seine Frauen, die Hennen, ganz artig und pickten Würmer. Denen wollte er es jetzt zeigen! Der Hahn kam angestürzt, er krächte und schrie und jagte die armen Hühner vor sich her und Knirpsschweinchen kam schrill grunzend hinter ihm hergerannt. Arme Hühner! Sie standen Todesängste aus und plötzlich fielen sie um, eins nach dem anderen, und lagen wie tot im Gras. Da wurde Michel auch ganz angst und bange. Er begriff nicht, was in den Hahn und Knirpsschweinchen gefahren war. Vielleicht stimmt etwas mit den Kirschen nicht, dachte er. Deshalb hob er ein paar davon auf und kostete sie. Und dann noch ein paar, denn die Kirschen schmeckten gut, fand er. Als in Katthult Abendbrotzeit war, saß kein Michel bei den anderen am Küchentisch. „Lina“, sagte Michels Mama, „sieh mal nach, ob Michel

draußen bei Knirpsschweinchen ist.“ Lina ging und nach einer Weile kam sie zurück. „Was machst du nur für ein merkwürdiges Gesicht?“ fragte Michels Mama. „Ist etwas passiert?“ „Ich weiß nicht, wie ich es sagen soll“, antwortete Lina. „Aber die Hühner sind jedenfalls tot. Und der Hahn ist besoffen. Und Knirpsschweinchen ist besoffen. Und Michel... der ist auch besoffen.“ Stell dir vor, wie entsetzlich! Das war ein Kummer und ein Jammer in Katthult. Man kann es kaum beschreiben. Doch am nächsten Tag war Michel wieder nüchtern und da ging er mit seiner Mama zum Guttemplerhaus und gelobte, sich in seinem Leben nie wieder zu betrinken. Und das tat er auch nicht, nie, nie wieder. Knirpsschweinchen und der Hahn blieben von diesem Tag an ebenfalls nüchtern. Und die Hühner, die waren gar nicht tot. Sie waren nur ein bisschen ohnmächtig geworden. Was für ein Glück!

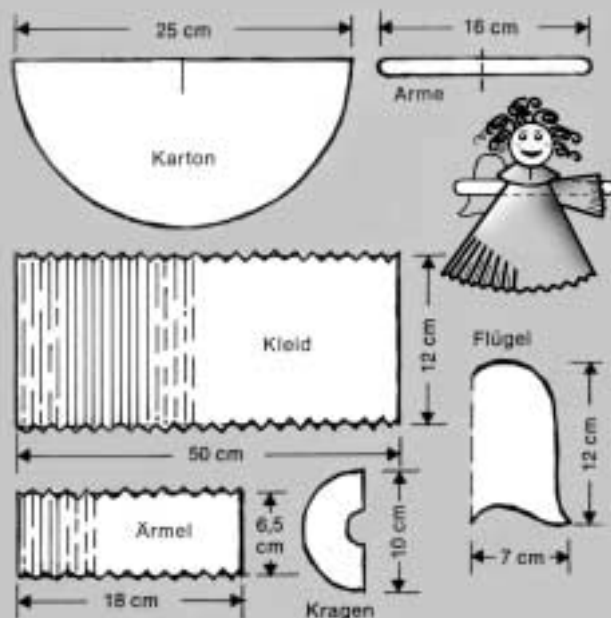
(Mit freundlicher Genehmigung des Verlags Oetinger, Hamburg)

## Bastelecke

Wir basteln einen Rauschgoldengel

Ihr benötigt: Goldene Bastelfolie, Karton, 1 Holzkugel (Durchmesser 3,5 cm), Streichhölzer, Perlen, Schleifenband für Haare, kleine Filzreste und Kleber.

Der Engel besteht aus einem Kleid, Kragen, Armen und Flügeln, die ihr aus der Bastelfolie zuschneidet. Das Kleid wird zickzackgefaltet und kegelförmig zusammengeklebt und die Spitze abgeschnitten. Nun werden Arme und Flügel angeklebt und das Kleid verziert. Bevor der Kopf mit Streichhölzern im Körper befestigt wird, klebt ihr Haare aus Schleifenband und das Gesicht aus Filzpunkten auf oder bemalt das Gesicht mit Filzstiften.





Am 24. Oktober 2004 fanden die Wahlen zu einem neuen Gemeindegemeinderat statt. Insgesamt haben 146 Wählerinnen und Wähler ihre Stimme abgegeben. In den Gemeindegemeinderat gewählt wurden Kristin Huckauf mit 109 Stimmen, Dr. Heinrich-Daniel Rühmkorf mit 102 Stimmen, Anni Herrmann und Peter Frunzke mit je 78 Stimmen. Dorothea Rothenburg und Thomas Hammer wurden mit 76 und 61 Stimmen als Ersatzälteste gewählt. Wir sind dankbar für die Bereitschaft zur Mitarbeit und gratulieren ganz herzlich.

Ausschließlich aus Spendenmitteln konnte auf der Empore der Emmaus-Kirche ein Raum für die Konfirmandenarbeit finanziert werden. Eine kleine Dokumentation des Baugeschehens finden Sie auf der Seite 17 dieses *paternoster*.

Mit der professionellen Hilfe von Ralf haben die Kinder unserer Kindertagesstätte das Preisgeld, das sie für den Ökumenischen Umweltpreis bekommen haben, in den Ofen gesetzt. Aus selbstgeformten Lehmziegeln ist ein Backofen im Entstehen. Nun hoffen wir gemeinsam auf einen kurzen Winter, damit die Gartensaison recht bald wieder eröffnet werden kann.

In der Sendereihe am Sonntagmorgen überträgt der Deutschlandfunk am 5. Dezember um 8.35 Uhr den Beitrag: Jörg Machel im Gespräch mit Kohelet, in der Reihe: Mit Zeugen der Vergangenheit im Gespräch über Zukunftsfragen.

Am 4. Advent kommen wir mit unserem Gottesdienst gern auch zu Ihnen nach Hause. Ab 10 Uhr sendet der rbb auf 92,4 Mhz live aus unserer Ölberg-Kirche.

Während das Redaktionsteam an der Fertigstellung des *paternoster* sitzt, ist die Bastelgruppe damit beschäftigt, den Basar am 1. Advent vorzubereiten. Viele Helferinnen und Helfer werden auch in diesem Jahr dafür sorgen, dass der Gemeinde ein tolles Fest geboten wird. Und freuen dürfen sich vor allem die, denen der Erlös des Festes zukommen soll: die Seelsorgebetreuung krebserkrankter Kinder in der Charité mit 30%, das Ricam-Hospiz mit 30% und mit 40% ein Jugendprojekt in Südafrika.

Für viele, denen das Geld in diesem Jahr ganz besonders knapp ist, bietet das Internet-Café einen guten und kostenlosen Weg, ihre Lieben mit Weihnachtsgrüßen zu erfreuen. Die klassische Postkarte wird zu einem Luxusartikel, mit dem man nur noch die Großeltern erfreuen kann.



## Brot und Wein

Dieses Ölgemälde (101 x 201) von Rolf Walter steht zur Unterstützung des Vereins Einkehr e.V. zum Verkauf. Anfragen und Gebote bitte über die Redaktion des *paternoster*.



Johannes H. E. Koch am 11. September 2004

Foto: Christian Fischer IX.2004

## Johannes H.E. Koch war da!

Ingo Schulz / Im März diesen Jahres hat der Ölberg-Chor unter Leitung von Ingo Schulz erfolgreich die Markus-Passion von Johann Sebastian Bach in der Vervollständigung von Johannes Hermann Ernst Koch in der Emmaus-Kirche aufgeführt.

Zur Einführungsveranstaltung zu diesem Konzert hatten wir fest mit dem Erscheinen des Komponisten gerechnet, der dann leider wegen Krankheit absagen musste. Am 11. September konnte nun – zumindest für einen kleinen Kreis – das Treffen nachgeholt werden. Joh. H. E. Koch war zur Taufe einer Urenkelin in Berlin, und eine kleine Abordnung des Chores verbrachte einen sehr anregenden Nachmittag mit ihm.

Wer die spannende Geschichte der Markus-Passion, die in der Einführungsveranstaltung erläutert wurde, verpasst hat, kann sie nachlesen und dazu die Musik hören: Die CD mit ausführlichem Booklet ist bei uns für EUR 10,- erhältlich.

Und: Wir geben die Hoffnung nicht auf, Herrn Koch in einem unserer nächsten Konzerte zu begrüßen. Am 18. und 19. März 2005 spielen wir in der Emmaus-Kirche das „Psalm-Requiem-deutsch“ von Joh. H. E. Koch als Uraufführung. Wir hoffen für das Konzert auf den Besuch des Komponisten, der dann wenige Tage später seinen 87. Geburtstag feiern darf.



Johannes H. E. Koch mit Ingo Schulz

**paternoster**  
Die Zeitschrift der Evangelischen  
Emmaus-Ölberg-Gemeinde  
8. Jahrgang Nr. 2

Herausgeber im Sinne des Presse-  
rechts ist der Gemeindekirchenrat  
der Emmaus-Ölberg-Gemeinde

**Redaktion:**  
Agnes Gaertner, Heike Krohn,  
Jörg Machel, Claudia Ondracek,  
Dörte Rothenburg, Ingo Schulz,  
Dorothea Weltecke

**Umschlag:**  
Rolf Walter: Brot und Wein

**Redaktionsanschrift:**  
Lausitzer Platz 8a, 10997 Berlin

**Satz und Layout:**  
Kristin Huckauf,  
Jörg Machel, Ingo Schulz

**Druck:** Trigger®  
(Umweltmanagement gemäß  
EG-Öko-Audit-Verordnung)  
gedruckt auf Recymago

**Adressen und Rufnummern der  
Emmaus-Ölberg-Gemeinde:**

Emmaus-Kirche  
Lausitzer Platz 8a, 10997 Berlin  
Tel.: 030/ 61 69 31-0, Fax -21  
gemeinde@emmaus.de

**Öffnungszeiten der Küsterei:**  
Mo, Do, Fr 9-13 Uhr,  
Di 13-17 Uhr, Mi geschlossen

Ölberg-Kirche  
Lausitzer Straße 28/Ecke Paul-  
Lincke-Ufer, 10999 Berlin

Emmaus-Ölberg Kita  
Lausitzer Straße 29-30,  
10999 Berlin, Tel.: 61 69 32-17

Emmaus-Kirchhof  
Hermannstr. 133, 12051 Berlin,  
Tel.: 626 24 35 (Di-Do 9-12 Uhr)

Pfarrer Jörg Machel  
Lausitzer Straße 30, 10999 Berlin,  
Tel.: 61 69 32-15  
joerg.machel@emmaus.de

**Internet:**  
<http://www.emmaus.de>

**Spendenkonto**  
Berliner Bank AG  
(BLZ 100 200 00),  
Konto 47 03 240 501  
Verwendungszweck:  
KVA Berlin Stadtmitte/  
Emmaus/paternoster

**Der nächste paternoster:**

**Blut ist ein ganz besonderer Saft...**

**Hinweis:** Die namentlich gezeichneten Artikel entsprechen nicht  
in jedem Fall der Meinung der Redaktion.

## Sorgt nicht

Sorgt nicht, seht!  
Hockt nicht, steht!  
Bockt nicht, geht!

Schlaft nicht, wacht!  
Döst nicht, macht!  
Grinst nicht, lacht!

Zockt nicht, gebt!  
Drückt nicht, hebt!  
Träumt nicht, lebt!

Kneift nicht, schaut!  
Blockt nicht, baut!  
Schluckt nicht, kaut!

Heult nicht, singt!  
Schlagt nicht, ringt!  
Klaut nicht, bringt!

Schreit nicht, hört!  
Kuscht nicht, stört!  
Motzt nicht, klärt!

Kränkst nicht, heilt!  
Hetzt nicht, weilt!  
Schlampt nicht, feilt!

Borgt nicht, schenkt!  
Sperrt nicht, lenkt!  
Raucht nicht, denkt!

Welkt nicht, blüht!  
Spuckt nicht, sprüht!  
Friert nicht, glüht!

Olaf Trenn

DEUTSCHE POST AN  
ENTGELT BEZAHLT  
10997 BERLIN

Möchten Sie den paternoster  
regelmäßig per Post erhalten?  
Hier könnte Ihre Anschrift stehen!

**Aktuelle Termine** sind nicht hier abgedruckt,  
sondern im „Emmaus-Ölberg-Kalender“,  
der monatlich erscheint.  
Sie erhalten ihn in der Gemeinde  
und über das Internet:

<http://www.emmaus.de>