

Und doch letztlich hoffe ich doch für Dich,
das Du einen kompetenten Profi findest,
der zu Deinem Herzen spricht:
Es geht dann hin, es geht dann her ,
ach, Leute, Heilung ist gar nicht so schwer.
Doch suchen musst Du lange,
denn überlaufen sind die Guten alle mal.
Warum gibt es nicht mehr von Ihnen?
Ist das nicht ein Skandal?

Sie operieren mich in meinem Kopf! (J.W.)

Sie operieren mich an meinem offenen Herzen.

Sie operieren mich, - jetzt an anderer Stelle -
an meinen offenen Herzen.

Und ein Skalpell, welches alles zerschneidet und mich zum Schluss auffrisst,
gibt es hier nicht.

Die Werkzeuge hier, die Waffen hier sind die Liebe und das Vertrauen.

Sie operieren mich an meinem offenen Herzen.

Das Vertrauen, dass ich hier lernen, sprich praktizieren durfte,
ist der Vorbote der Liebe, die mein Herz erreicht und durchströmt.

Und das, mein Herz und ich, meine Persönlichkeit, meine Seele werden ganz
und heil.

Sie operieren mich am offenen Herzen.

Und du mein lieber Zuhörer bzw. Leser
fragst dich:

Wer ist sie?

Wer operiert mich?

Nun, habe in den letzten Jahr,
in dem ich EX-IN gemacht habe,
viel, nein wirklich sehr viel lernen und
auch gleichzeitig
erfahren dürfen und können.
Wir nennen das Erfahrungswissen.



...oder lieber runder. (J.W.)

Danke, dafür nochmals auf diesem Weg.

Sie operieren mich an meinen offenen Herzen.

Und Narben gibt es nicht, da das Unterfangen, die Operation gelingen,
ja, das kann ich jetzt schon sagen,
denn alles fließt und durchströmt mich auf wunderbarer Art und Weise.

Sie operieren mich an meinen offenen Herzen.

Ja, so was wie hier, habe ich noch in
diesem meinem jetzigen Leben noch nicht erlebt.

Sie operieren mich an meinem offenen Herzen.

Ja, wir operieren uns hier gegenseitig an unseren Herzen,
dadurch dass wir uns Wertschätzung, und Vertrauen im großen Übermaß
schenken.

Und offen aber wirklich, über alles reden und auch ansprechen dürfen.

Sie operieren mich an meinem offenen Herzen.

Ja, ich bin hier richtig, nämlich so wie, ich wirklich bin,
ja, ich bin hier im EX-IN Kurs.

Sie operieren mich an meinem offenen Herzen.

Was auch mein Gehirn, mein Geist, erreicht
und von dem negativen Denken,
welches ich bzw. mein Gehirn in den
dreimalig auftretenden Psychosen,
gelernt hat.

Ja, mein Denken, meine Denkmuster
verändern sich,
und ich werde frei, und denke positiv,
ja ich liebe sowohl dich, als auch
mich.

Sie operieren mich an meinen offenen
Herzen.

Wir, du, ich!
Ich, du, wir!
Ja, teilen miteinander unser
Erfahrungswissen.
Ja, wir verstehen uns wirklich gut,
das sind keine leeren Phrasen.
Nein, wir meinen uns wirklich.



Jonas mit Kunst (H.W.)

Sie operieren mich an meinem offenen Herzen.

Ja, und jetzt bin ich soweit, das Ziel ist erreicht,
die Operateure machen sich selbst überflüssig.

Sie operieren mich an meinem offenen Herzen.

Und ich muss sagen, ja, ich merke jetzt,
komme an den Punkt,
an dem ich merke, dass Liebe ansteckend ist.

Und das mein lieber Leser bzw. Zuhörer möchte ich mit dir,
und deinem sowie auch meinen sozialen Umfeld teilen.
Darum schreibe ich dieses Gedicht.

Sie operieren mich am offenen Herzen.

Und nun mein lieber Leser, du musst doch wirklich sagen,
nachdem du dieses Gedicht gelesen,
dass ich habe in den letzten Jahr EX-IN sehr viel lernen können und dürfen.

Nämlich, worauf es im Leben ankommt.
Nämlich, die Liebe zu leben,
und meine Niederlagen als Sollbruchstellen meines Leben zu bewerten, und
einzuordnen, und an diesem wiederum menschlich, seelisch zu wachsen.

Sie operieren mich an meinem offenen Herzen.

Und es fühlt sich alles wirklich sehr gut an.

Sie operieren mich an meinem offenen Herzen. (J.W.)

10.06.2018

Mein persönlicher Recovery Weg

Meine persönliche Recovery-Geschichte begann erst nach der dritten
Psychose 1996:
war hier stationär im ehemaligen Landeskrankenhaus,
und hatte hier das erste fruchtbare Gespräch in meinem diesem jetzigen
Leben mit einem Psychotherapeuten.

Der mir erklärte, dass meine Psychosen dann doch durch Stress und
kritischen Lebensereignissen negativ beeinflusst werden.

Nach diesem Krankenhausaufenthalt kam ich in den Genuss,
in dem selben Krankenhaus meiner ersten dieses Mal ambulanten
Psychoedukation,