

Merle Müller

*Wird keiner
helfen?*

ZEUGNISSE AUS DER
RITUELLEN GEWALT
Erster Teil

www.autonomie-und-chaos.berlin
www.dissoziation-und-trauma.de

Wird keiner helfen?

Merle Müllers Zeugnisse aus der Organisierten Ritualen Gewalt triggern in hohem Maße. Diese Veröffentlichung möchte dazu beitragen, "den Menschen die Augen zu öffnen" (Doris). Sie richtet sich vorrangig an MitarbeiterInnen von Strafverfolgungsbehörden, Jugendämter und andere staatliche Stellen, MitarbeiterInnen im Gesundheitswesen und in Beratungsstellen, politische Instanzen, PsychologInnen und PsychotherapeutInnen, SozialarbeiterInnen und andere HelferInnen sowie an die Medien. – Autorin und Herausgeber bitten herzlich und dringlich darum, den Hinweis auf diese Dokumentation weiterzugeben an Personen in diesem Umkreis!

Überlebende von sexualisierter Gewalt sollten sich diesen Blick in eine menschengewollte Hölle nicht zumuten! Für Jugendliche ist die Dokumentation generell nicht geeignet.

Sämtliche Namen (auch diejenigen von dissoziativen Persönlichkeitsanteilen) sowie andere Hinweise wurden verändert. Übereinstimmungen mit realen Personen sind zufällig.

Das originale Material (Mails, Klarnamen, Fotos, sonstige Hinweise) wird an einer neutralen Stelle verwahrt. Bei einem Gewaltangriff auf jemanden aus Merle Müllers Umkreis (sowie über das Bisherige hinausgehende Gewalt gegen die Autorin) wird es vollständig den Strafverfolgungsbehörden zur Verfügung gestellt.

Achtung!
**Diese Dokumentation enthält konkrete Beschreibungen
sadistischer Folter, die bei Überlebenden von extremer Gewalt
und sexuellem Mißbrauch als Trigger wirken können!**

© 2019 VERLAG AUTONOMIE & CHAOS BERLIN

für www.dissoziation-und-trauma.de

© bei Merle Müller und

Mondrian Graf v. Lüttichau (Herausgeber)

ISBN 978-3-945980-29-3

Diese Veröffentlichung kann von jedermann heruntergeladen
und zu nichtkommerziellen Zwecken weiterverbreitet werden.
Auszugsweise Weiterverbreitung und zitieren ist bei Namensnennung
auch in kommerziellen Medien gestattet.

Wird keiner helfen?

Den Babies gewidmet



"Weißt Du noch was ich mal gesagt habe Das wir den Menschen die Augen
öffnen müssen Und was wenn das gar nicht möglich ist"

Doris (22.12.18)

Wird keiner helfen?

Inhalt

Einleitung 5

Merle Müller: Wird keiner helfen? 55

Anhang 1: Persönlichkeitsanteile (Ichs) 876

Anhang 2: Zur Edition 880

Anhang 3: Literatur und andere Quellen 881

EINLEITUNG¹

Organisierte Rituelle Gewalt

Rituelle Gewalt ist eine schwere Form der Mißhandlung von Menschen. Sie umfaßt physische, sexuelle und psychische Formen von Gewalt, die planmäßig und zielgerichtet, teilweise im Rahmen von Zeremonien beziehungsweise Ritualen ausgeübt werden. Diese Zeremonien können einen ideologischen Hintergrund haben oder auch zum Zwecke der Täuschung und Einschüchterung inszeniert sein. Dabei werden Symbole, Tätigkeiten oder Rituale eingesetzt, die den Anschein von Religiosität, Magie oder übernatürlichen Bedeutungen haben. Meist werden diese Geschehnisse über einen längeren Zeitraum wiederholt.^{2,3}

Belegt wird das Vorkommen von Rituelier Gewalt durch eine Vielzahl von Aussagen Betroffener, vorrangig im Rahmen psychotherapeutischer Betreuung, durch publizierte Selbstzeugnisse Betroffener sowie durch die umfangreiche Dokumentation in Selbsthilfeforen und -zeitschriften.⁴ Daneben existieren empirische Untersuchungen aus verschiedenen Ländern.^{5, 6}

¹ Diese Einleitung zum ersten und zweiten Teil dieser Dokumentaiton ist in beiden Teilveröffentlichungen textgleich enthalten.

² Nach Thorsten Becker in: Claudia Fliß und Claudia Igney (Hrsg.): HANDBUCH TRAUMA UND DISSOZIATION (Lengerich 2008, S. 25–26) – Durch Zeugnisse von Überlebenden (wie hier vorliegend) wird mittlerweile deutlich, daß der rituelle (vor allem satanistische) Aspekt der Gewalt bei solchen Tätergruppen nicht unbedingt im Vordergrund steht. Übereinstimmend geht es um Menschenhandel (Sklaverei), Zwangsprostitution, Kinderpornografie, Folter, Freiheitsberaubung. Deshalb wird in neueren Fachveröffentlichungen die Bezeichnung "Organisierte Rituelle Gewalt" bevorzugt. In Foren von Überlebenden findet sich auch die Abkürzung rG.

³ Im BERICHT DER ENQUETE-KOMMISSION DES 13. DEUTSCHEN BUNDESTAGES SOGENANNT SEKTEN UND PSYCHOGRUPPEN. 1998, S. 184 wird ritueller Missbrauch wie folgt definiert: "Unter rituellem Missbrauch werden Formen sexueller, physischer und psychischer Übergriffe auf Kinder und jüngere Jugendliche - nach der Literaturlage überwiegend weiblichen Geschlechts - verstanden, die mit wiederkehrenden Symboliken, gleichförmigen Handlungen und kultisch-rituellen Vollzügen einhergehen."

⁴ Siehe hier weiter unten sowie auf der Linkliste von www.dissoziation-und-trauma.de.

⁵ Claudia Igney: STAND DER FORSCHUNG IN DEUTSCHLAND, in: Claudia Fliß und Claudia Igney (Hrsg.): HANDBUCH RITUELLE GEWALT (Lengerich 2010)

⁶ Michaela Huber: MULTIPLE PERSÖNLICHKEITEN. ÜBERLEBENDE EXTREMER GEWALT (Frankfurt/M. 1995, Neuauflage: Paderborn 2010)

Wird keiner helfen?

Repräsentative Befragungen unter Psychotherapeuten in Deutschland (insgesamt 1500 Rückmeldungen) ergaben KlientInnenberichte über Tieropferung, rituellen sexuellen Mißbrauch, Ekeltraining, Leichenschändung, Menschenopferung (zumeist Neugeborene), schwarze Messen, Zwang zu absolutem Gehorsam und absoluter Geheimhaltung.⁷

Infolge der meist seit frühester Kindheit erfahrenen Traumatisierungen kommt es bei den Opfern häufig zur Ausbildung der Dissoziativen Identitätsstruktur (DIS, "Multiple Persönlichkeit"). Diese letzte Möglichkeit der Psyche, sich zu schützen, wird von Tätern ausgenutzt, um einzelne Persönlichkeitsanteile für bestimmte Zwecke einsetzen zu können. In diesem Zusammenhang berichten Betroffene von Konditionierungen, mit deren Hilfe "Programme" (posthypnotische Befehle oder Befehlsketten) verankert wurden (Mind Control). Auf diese Weise werden Opfer auch zu Gewalthandlungen gezwungen.⁸

Eine typische, fast regelhafte Folge von Rituellem Gewalt ist neben dissoziativen Störungen die Posttraumatische Belastungsstörung (PTBS). Als komorbide Störungen finden sich vor allem Depression, Eßstörungen, Zwänge und Persönlichkeitsstörungen.⁹

Auch die Kenntnis über Täterstrukturen stützt sich derzeit noch vorrangig auf Aussagen Überlebender. Oft scheint es sich um lokale Täterkreise zu handeln, die teilweise seit mehreren Generationen bestehen. Die Beteiligung traditioneller satanistischer Gruppierungen läßt sich bisher nicht belegen. Versatzstücke satanistischer Rituale scheinen manchmal verbunden zu sein mit germanofaschistischer Ideologie.¹⁰ Belegt (durch Zeugnisse von Betroffenen und Recherchen von Strafverfolgungsbehörden) ist kinderpornographische Kommerzialisierung (sexualisierte Mißhandlung und Folter an Kindern und Frauen, dokumentiert auf Video, vertrieben über Internet); dies läßt auf umfassendere Täternetze schließen. Nicht selten vorzukommen scheint eine Verbindung eines ursprünglichen Kreises von tatsächlich an satanischen Kulte orientierten Tätern mit anderen, die ohne kultisch-rituelle Überzeugung Opfer zur eigenen sadistischen Befriedigung oder zum Zwecke der Kinderprostitution bzw. zur Produktion von Gewaltvideos "übernehmen".¹¹

⁷ Claudia Igney in: Claudia Fliß und Claudia Igney (Hrsg.): HANDBUCH RITUELLE GEWALT (a.a.O., S. 67ff.)

⁸ vgl. Alison Miller: JENSEITS DES VORSTELLBAREN. THERAPIE BEI RITUELLER GEWALT UND MIND-CONTROL (Kröning 2014), Michaela Huber (a.a.O.) sowie Angaben von Überlebenden hier weiter unten in den Quellenhinweisen sowie in den hier vorgelegten Zeugnissen von Merle Müller.

⁹ Claudia Fliß: SPEZIFISCHE PSYCHISCHE FOLGEN, in: Claudia Fliß und Claudia Igney (Hrsg.): HANDBUCH RITUELLE GEWALT (a.a.O., S. 226–260)

¹⁰ vgl. in dem Dokumentarfilm *'Höllenleben (I)'* sowie in der Dokumentation von Rachel & Laura: UNSER SIEG ÜBER DIE RITUELLE GEWALT (Berlin 2012: A+C online) und Folgeveröffentlichung: RITUELLE GEWALT, AUTISMUS UND MIND CONTROL – AUS UNSERER ERFAHRUNG (Berlin 2018: A+C online).

¹¹ So bei Merle Müller. Siehe auch den Dokumentarfilm über Noemi und Pierre M. sowie die Berichterstattung über den belgischen Kindermörder Marc Dutroux (Links bei Wikipedia).

Wird keiner helfen?

In der Neigung, den Schwerpunkt der Diskussion auf die Existenz oder Nichtexistenz mafioser Täterstrukturen zu legen ("*gegen die wir sowieso nichts machen können*"), liegt die Gefahr, abzulenken von unserer konkreten Lebenswelt mit ihren Untiefen. Zumindest bei den mir bekannten Überlebenden bestand die Kerngruppe von TäterInnen¹² aus Angehörigen und anderen Personen der eigenen Lebensalltags, die mit außenstehenden, während der Gewalttaten oft maskierten Tätern in Verbindung standen. Das Augenmerk von (nationalen wie internationalen) Strafverfolgungsbehörden muß zweifellos auf der Aufdeckung von Täternetzwerken liegen. Wir als Mitbürger der Opfer sollten uns mit dem psychischen und sozialen Umständen beschäftigen, die in der Bevölkerung derartige zerstörerische, mörderische, sadistische Bedürfnisse hervorrufen und am Leben halten.¹³

Johannes-Wilhelm Rörig (Unabhängiger Beauftragter der Bundesregierung für Fragen des sexuellen Kindesmissbrauchs) sagte in einem Interview: "Durch die digitalen Medien haben wir auch neue Formen sexueller Gewalt – wenn Kinder etwa gezwungen werden, Nacktfotos von sich ins Netz zu stellen. Nicht alle Missbrauchsoffer sind Vergewaltigungsoffer. Aber wir kennen auch Fälle, in denen sogar Babys vergewaltigt werden." – Die Welt: Gibt es kriminelle Netzwerke, die gezielt auf Kindesmissbrauch spezialisiert sind? Welche Dimension hat dieses Problem? – Rörig: "Ja. Wir sprechen hier über organisierte Kriminalität. Das geht bis hin zu schwerster Folter an Kindern und Jugendlichen. Es werden sogar Kinder vor der Kamera umgebracht. Das sind unvorstellbare Grausamkeiten, die Menschen Kindern antun."¹⁴ – Und aus diesen Kindern werden Erwachsene, manche von ihnen, wie Merle Müller, weiterhin in der Gewalt der Täter.

Aussagen über das Täterverhalten sind aufgrund von dissoziativer Abspaltung (Amnesie) sowie der durch Täter geschürten Drohungen, aber auch Schuld- und Schamgefühle der Opfer oft nur im Rahmen psychotherapeutischer Aufarbeitung möglich. Geheimhaltung, teilweise Anonymität von Tätern, Unbekanntheit der Tatorte und der oft große zeitliche Abstand erschweren eine strafrechtliche Verfolgung.

¹² Eine Täterin bei Rachel (siehe im Literaturverzeichnis) ist Sozialpädagogin in leitender Position; sie ist namentlich bekannt und noch immer tätig. Auch unter den Tätern bei Merle Müller gibt es Frauen (siehe vorliegende Dokumentation u.a. am 14.1.18, 23:55).

¹³ Nach allem, was wir über die Psychologie solcher Täter wissen, dürfte es erhebliche Analogien geben zu sadistischen NS-Tätern an der Basis, untergeordneten SA- und SS-Schergen. Viele Berichte von Überlebenden lassen diesen Schluß zu. Siehe in diesem Dokument, das wohl gerade aufgrund seiner Deutlichkeit kaum Verbreitung gefunden hat in Deutschland: Jankiel Wiernik: EIN JAHR IN TREBLINKA (Wien 2014).

¹⁴ WELT online 18.5.16. Siehe auch eine Stellungnahme des Betroffenenrates beim UBSKM zum Thema Rituelle Gewalt: <https://beauftragter-missbrauch.de/betroffenenrat/aktuelles/detail/news/die-unendliche-geschichte-rituelle-gewalt-und-die-unfaehigkeit-den-betroffenen-zu-glauben/>

Wird keiner helfen?

Verstärkte Aufmerksamkeit wird dem Thema Rituelle Gewalt seit einiger Zeit in polizeilichen Ausbildungsstätten und im kirchlichen Bereich geschenkt.¹⁵

Zunehmend angewandte Möglichkeiten des Opferschutzes sind behördliche Auskunftssperre, Namensänderung, Maßnahmen nach dem Gewaltschutzgesetz. Die meist ungenügende Beweisbarkeit erschwert vor allem familienrechtliche Interventionen sowie Unterstützung nach dem Opferentschädigungsgesetz.

Für Betroffene, die noch bis ins Jugend- oder Erwachsenenalter in Gruppen der organisierten Ritualen Gewalt eingebunden sind, hat die Ausstiegsbegleitung (meist durch PsychotherapeutInnen oder SozialarbeiterInnen) existentielle Bedeutung.

Psychotherapeutische Betreuung orientiert sich zumeist an psychotraumatologischen Erkenntnissen (vor allem im Zusammenhang mit dissoziativen Störungen). Bei Betroffenen mit Dissoziativer Identitätsstruktur (DIS) werden möglichst alle ausdifferenzierten Teilpersönlichkeiten im authentischen Kontakt bei ihrer je eigenen Aufarbeitung der Traumavergangenheit begleitet. Weil das dissoziative Aufspalten bei einer Vielzahl von unterschiedlichen traumatischen Situationen immer leichter eintritt, entstehen bei der Opfern von Organisierter Ritualer Gewalt typischerweise sehr viele Teilpersönlichkeiten und Splitteranteile. Diese können innerhalb der Therapie zusammengeführt werden zu Gruppen (mit einem Sprecher/einer Sprecherin). Aufgrund der unterschiedlichen Abspaltungsbiografie sowie der eigenen Rolle und Funktion innerhalb des Kults haben die multiplen Persönlichkeiten teilweise sehr divergente Vorstellungen von den Tätern, von der kultischen Ideologie, von sich selbst und von der Außenwelt (die sogenannte *Theory of Mind*). Ein Schwerpunkt der Therapie liegt auf der Arbeit mit den in unterschiedlicher Weise täteridentifizierten Teilpersönlichkeiten. – Im multiplen "System" von Kultüberlebenden gibt es von daher meist extreme Spannungen, Dissonanzen, Feindseligkeiten, Unvereinbarkeiten, Widersprüche und Irritationen. Dazu kommt, daß die aufgrund spezieller Situationen entstandenen Teilpersönlichkeiten zunächst nichts voneinander wissen. Das gegenseitige Kennenlernen und nachfolgend der innersystemische Austausch (Auflösen der amnestischen Barrieren, situativer Konsens, Co-Bewußtsein und Kooperation) nehmen in der traumatherapeutischen Begleitung von Überlebenden deshalb einen sehr hohen Stellenwert ein. Daneben steht, wie bei anderen Traumaopfern, die Aufarbeitung/Integration traumatischer Inhalte.¹⁶

¹⁵ Adolf Gallwitz und Manfred Paulus: PÄDOKRIMINALITÄT WELTWEIT (Verlag Deutsche Polizeiliteratur, Hilden 2009); Arbeitskreis Rituelle Gewalt der Bistümer Osnabrück, Münster und Essen (Hrsg.): RITUELLE GEWALT. DAS (UN)HEIMLICHE UNTER UNS (Münster 2014)

¹⁶ vgl. Alison Miller (a.a.O.)

Wird keiner helfen?

Viele Überlebende müssen das Bewußtsein der eigentlich unvorstellbaren Schrecklichkeiten aushalten, wozu meist auch das Wissen zählt, selbst zu schlimmen Taten gezwungen worden zu sein. Existenzielle Fragen werden sehr relevant und sollten Inhalt des therapeutischen Gesprächs werden: die Frage einer eigenen Schuld, der Sinn des Weiterlebens (bei all den getöteten Leidensgefährtingen), Haß auf Täter, aber auch ambivalente Empfindungen ihnen gegenüber, Wut auf die soziale Umwelt, die nichts wahrgenommen hat und selbst jetzt kaum Solidarität zeigt.¹⁷

"Wenn mich heute jemand fragen würde: Was war das Schlimmste in Auschwitz?

Dann würde ich sagen: Es waren nicht die Leichen, die rumlagen. Das Schlimmste waren die Scham und die Wut."

Renate Lasker-Harpprecht
(EMMA Nov./Dez. 2018, S. 37)

"Selbst in den barbarischsten Zeiten glommt ein menschlicher Funke in den Herzen der Menschen, auch unter den grobschlächtigsten unter ihnen, und die Kinder blieben verschont. Aber die Hitler'sche Bestie ist völlig anders. Sie verschlingt unsere Liebsten – die, die das größte Mitgefühl erregen: unsere unschuldigen Kinder."

Emanuel Ringelblum in seinem Untergrundarchiv "Oneg Schabbat",
im Warschauer Ghetto, 1942

"Wenn der Mensch diesen Grad der völligen Hilflosigkeit erreicht hat, beginnt er zu hoffen: vielleicht doch nicht ... vielleicht .. vielleicht ..."

Katalin Vidor: Alltag in der Hölle
(Berlin 2014, S. 101)¹⁸

"Die Konzentrations- und Vernichtungslager dienen dem totalen Herrschaftsapparat als Laboratorien, in denen experimentiert wird, ob der fundamentale Anspruch der totalitären Systeme, daß Menschen total beherrschbar sind, zutreffend ist."

"So wie die Stabilität des totalen Regimes von der Isolierung der fiktiven Welt der Bewegung von der Außenwelt abhängt, so hängt das Experiment der totalen Herrschaft in den Konzentrationslagern daran, daß sie auch innerhalb eines totalitär regierten Landes sicher gegen die Welt aller anderen, die Welt der Lebenden überhaupt, abgedichtet ist. Mit dieser Abdichtung hängt die eigentümliche Unwirklichkeit und Unglaubwürdigkeit zusammen, die allen Berichten aus den Lagern innewohnt und eine der Hauptschwierigkeiten für das wirkliche Verständnis der totalen Herrschaftsformen bildet (...)."

Hannah Arendt (zitiert bei: Hermann Langbein: MENSCHEN IN AUSCHWITZ)
(Neuausgabe München 1995, S. 34)

¹⁷ Dies alles zeigt sich umfassend in den hier vorliegenden Mailgesprächen mit Merle & Co.

¹⁸ Vidor Gáborné (=Katalin Vidor): HÁBOROG A SÍR (1960) erschien auf deutsch unter dem Titel UNTERM ZEICHEN DES STERNS (Leipzig 1963). Die Neuausgabe erschien 2014 bei A+C online unter dem Titel ALLTAG IN DER HÖLLE.

Wird keiner helfen?

Merle Müller

"Hallo, Ich habe eine Frage. Ich habe eine Dissoziative Identitätsstörung, und zur Zeit keine Therapeutin, weil diese in Rente gegangen ist. Leider finde ich keine neue Therapeutin und auch keine Klinik die bereit ist, mich aufzunehmen bzw zu behandeln. Doch brauche ich dringend Hilfe. Zu dem ganzen kommt nun auch dazu, dass mein Körper aufhört zu funktionieren... Was also kann ich tun? Haben Sie eine Idee wo ich Hilfe bekomme? Ich kann es nicht mehr ertragen, permanent weggeschickt, abgelehnt zu werden. Ich habe eine Tochter, ich möchte doch nur leben!!! Grüße Amanda"

Diese Anfrage erreichte mich im Februar 2017. Im Bemühen, besser zu verstehen, welcherart Unterstützung Amanda bzw. die Traumaüberlebende Merle Müller¹⁹ brauchte, nahm der Mailwechsel schnell an Intensität zu. Angst, – immer wieder sprach überflutende Angst aus den Mails verschiedener Anteile. Im Laufe der Wochen begann ich zu ahnen, daß es sich hier nicht nur um Flashbacks handelte, also um traumatische Erinnerungen, sondern daß die Tätergewalt noch in der Gegenwart besteht. Unter diesen Umständen war es illusorisch, Merle & Co. an irgendwelche TraumatherapeutInnen oder Fachkliniken verweisen zu wollen; Ausstiegshilfe aus der Organisierten Gewalt gibt es nicht auf Krankenschein. – Was tun?

Der Mailkontakt ging einfach weiter. Im Mittelpunkt unserer gemeinsamen Arbeit stand lange Zeit Psychoedukation (Was ist Dissoziation? – Täterverhalten: Lügen und Konditionierung, –Welchen Sinn hat die sexuelle Gewalt der Täter für diese? – Was ist überhaupt Sexualität? – Körperbild junger Anteile versus erwachsener Körper – Scham und Schuld – Situation der gesellschaftlichen Außenwelt – Möglichkeiten der Befreiung). Merle Müller hat ein biologisches Alter von 40. Seit spätestens dem dritten Lebensjahr ist sie der sexualisierten Gewalt ausgeliefert, – zunächst durch einen Großvater, dann durch den Vater, der schon das kleine Kind an Kumpane weitergegeben hat. *"Liebe als Erpressung! So alt und so wirkungsvoll! – Vater hat mich damit erpresst das er sonst meine Schwester nimmt, ihr all das antun wird mit all den anderen Männern. Jetzt ist es Amelie, mein Kind"* (Ina 10.3.18)

¹⁹ "Merle Müller" ist ein von mir gewähltes Pseudonym. Der Vorname soll erinnern an das sensible, genaue, wahrhaftige Buch MERLE OHNE MUND von Elisabeth Reuter (München 1996). Siehe dazu meine Rezension bei amazon oder bei D+T: <https://dissoziation-und-trauma.de/literatur/664-reuter-elisabeth-merle-ohne-mund>

Wird keiner helfen?

Wie bei anderen Opfern von inzestuöser sexualisierter Gewalt gehörten neben solchen Drohungen auch Tiertötungen und darauf bezogene Morddrohungen und teuflische Doppelbotschaften zu den ersten Konditionierungen. So wurde dem Kind bereits vom Großvater und Vater der Oralverkehr nahegebracht mit Tricks, die sich jetzt über Flashbacks und Momente einer *dissoziativer Regression*²⁰ nachvollziehen ließen. So schrieb ein kindliches Täterintjekt: *"Kommt ganz viel Liebe raus Nur für mich Liebe geht in mich"* (Gisi 5.12.18) – Ein Flashback von Anne oder der kleinen Doris: *"Opa lieb mich zu sehr muss liebe raus lassen in meinem Mund"* (3.12.18)²¹

Konsequent wurden in der Kindheit durch die Täter dissoziative Abspaltungen (Persönlichkeiten, Anteile) "hergestellt" (im allgemeinen durch bewußt herbeigeführte Todesangst/Panik) und zu bestimmten Aufgaben konditioniert.²² Neben der brutalen sexualisierten Gewalt im Sinne von Zwangsprostitution kam es seit der Kindheit zu pornografischen Fotografien und Filmen. Etwa monatlich wird Merle Müller einer satanistischen Gruppe ausgeliefert (vermutlich ebenfalls für Geld).²³ Ja, es geht auch um getötete Babys.

Eine in der Fachliteratur ebenfalls beschriebene Foltermethode ist die "Kiste", in die das Opfer zwischen den Gewalttaten eingesperrt wird. Nach vielen Stunden wieder "frei"-gelassen, empfindet sie die dann wieder einsetzende Zwangsprostituierung als weniger schlimm: *"Aber die Kiste macht mehr Angst Das ist was Vati will Das ich die Männer will Und der hat recht"* (Doris 29.12.18).

Dies alles mußte und muß von Merle & Co. zunächst kognitiv begriffen werden – soweit wie möglich –, um einen eigenen Standpunkt dazu und dann erst Motivation, Mut und seelische Kraft für den Ausstieg zu finden: *"Mein Problem ist aber schau ich versuche die ganzen schrecklichen Menschen zu verstehen. Ich muss das! Ich denke nur wenn ich die verstehen kann kann ich Ordnung in meinem Kopf machen... das schreckliche irgendwie "ablegen". Weißt du ungefähr was ich meine?"* (Doris 25.7.17) – Denken heißt überschreiten, schrieb Ernst Bloch²⁴.

²⁰ Mein Begriff. Ursprünglich kindliche Ichs können sich im biologischen Erwachsenenleben weiterentwickeln. Durch den anhaltenden Täterkontakt kann es offenbar zu situativen Teil-Abspaltungen kommen, bei denen die ursprüngliche kindliche Erfahrung des Anteils reaktiviert wird. Siehe dazu in der Folge.

²¹ Analoge Formulierungen wegen des Vaters im Flashback am 13.12.18 sowie hier in der Folge (21./22.12.18). – Am 6.12. 00:17 kam eine höhnische Bestätigung des Zuhälter-Täters: ("Vati"): "Die kleine hat recht, bei mir kommt viel Liebe raus!"

²² So heißt es einem Hilferuf eines kindlichen Ich (wahrscheinlich Gisi, die den Tätern regelhaft die Tür öffnet): *"Käfer Mäuse Ratten spinnen wollen mich fressen Beißen mich an Spinnen legen Eier in mein Gehirn Dann kommen Baby spinnen aus meiner Nase"* – Siehe zu den Konditionierungsmethoden solcher Täter bei Alison Miller, Claudia Fliß, Rachels & blumen.

²³ Bezeichnung bei den Anteilen: *"Die Schwarzen"*, *"die Teufel"* (im Gegensatz zu *"die Männer"* = *"die Bösen"*). – Am 21.12.18 heißt es in einer Mail der (regressiven) Anne: *"Teufel sagen ich bin in Hölle"*.

²⁴ Ernst Bloch: DAS PRINZIP HOFFNUNG (Band 1, Vorwort).

Wird keiner helfen?

Die in der Kindheit konditionierten ambivalenten Erfahrungen mit dem Vater haben das System der Ausgeliefertheit, der gnadenlosen Hilflosigkeit über all die Jahrzehnte stabilisiert. Der Zuhälter-Nachfolger des Vaters, der sich "Vati" nennen läßt und für manche Kinder-Anteile identisch ist mit dem originalen Vater, nutzt die Folterpädagogik nach dem Motto Zuckerbrot und Peitsche bzw. Teile und herrsche virtuos. Er inszeniert sich als derjenige, der es in der Hand hat, die bösen Taten der anderen (auch der Satanisten) bedarfsweise zu begrenzen, das Opfer daraus zu "retten".²⁵ Jede zeitliche Einschränkung des Helfers wird vom Zuhälter-Täter entsprechenden Teilpersönlichkeiten gegenüber umgehend als Beleg präsentiert, daß sie mir zu eklig oder böse sind, ich nichts mehr von ihnen wissen will oder ich zu den Tätern gehöre. Mehrfach führte dies dazu, daß Kinder-Anteile (wieder) nach ihm riefen, er solle sie von den Satanisten retten (21.9.18).²⁶ Andererseits schrieb mir ein Ich einmal lakonisch: *"So ein Großkotz!"*

Im Herbst 2018 zwang der "Vati"-Täter mehrere Teilpersönlichkeiten, sich Videos anzuschauen, die von ihnen gemacht worden waren. Sie zeigen sexuelle Gewaltszene sowie (echte oder gefakte) Tötungen von Babys. Teilweise wurden die Szenen so inszeniert, daß sie wirken, als hätte Merle Müller entsprechende Handlungen freiwillig gemacht.²⁷ Durch diese Vorführungen waren die entsprechenden Ichs (vor allem Doris und Anne) nun für längere Zeit überzeugt, daß sie selbst als Täterinnen eingesperrt würden, daß jeder auf der Straße sie erkennen würde und schon allein deshalb niemand ihnen helfen würde. Der Täter kündigte an, diese Videos mir zu schicken, damit ich wüßte, "was sie sind". Abgesehen davon, daß er mir natürlich nichts geschickt hat, habe ich Merle & Co. versprochen, mir solche Filme von ihnen auf keinen Fall anzuschauen.

Im Dezember 2018 zeigte der Täter den Anteilen alte Videos, in denen der reale Vater bei seinen Gewalttaten zu sehen ist. Zweck war vermutlich, im Hinblick auf zukünftige Vernehmungen bei der Polizei die Glaubwürdigkeit des Opfers zu diskreditieren. (Selbst die sehr bewußte und lernfähige Doris war zunächst völlig verunsichert und schrieb: *"Ich weiß doch schon die ganze Zeit nicht was Wirklichkeit ist und was war"* – *"Mo ich kann meine Augen nicht zu machen weil ich dann Vati ganz*

²⁵ Ronald, kein Täterinterview, schreibt noch in seinem detaillierten Bericht, der Anführertäter "rette" ihn manchmal vor den Männern (6.12.17).

²⁶ Die Möglichkeit, an mich zu mailen, führte nicht selten dazu, daß auch Flashbacks auf diese Weise formuliert wurden. Flashbacks sind Rückblenden in eine frühere Situation, das Aufschreiben richtet sich nicht an ein gegenwärtiges Gegenüber. Zudem sind Denken und Schreiben für Anteile ohne stärkeres leibliche Präsenz enger verbunden. – Solche Flashbacks bedeuteten für mich oft wichtige Hinweise und sind hier teilweise dokumentiert.

²⁷ Realität war in diesen Situationen, daß massive Drohungen vorangegangen waren (vorrangig die Ankündigung, ansonsten Amelie oder mich zu töten) bzw. daß die Hand des Opfers mit dem Messer geführt wurde. (Dies alles wurde mir von Merle & Co. berichtet.)

Wird keiner helfen?

deutlich vor mir sehe Angst Panik! Und doch weiß ich nicht ist der echt oder von früher" – "Ja den [echten Vater] hab ich in einem alten Film gesehen der ist ja echt gewesen! Aber jetzt? Was ist jetzt echt?" – Anschließend schrieb die kleine Abspaltung von Doris: "Musste Vater sehen ist tot doch große Angst Alles böse wiederholt sich machen alles neu War so echt Konnte Vater riechen"; alles am 9.12.18)

Der "Vati"-Täter betonte mehrfach in seinen Kommentaren²⁸ an mich, Merle & Co. seien seit 35 Jahren, also seit frühester Kindheit, in seiner Gewalt und er selbst habe sie in seinem Sinne erzogen. Durch die Filme erkannten Merles Anteile, daß etliche Anteile – von Kleinkindern über ältere Kinder bis zu Jugendlichen (beiderlei Geschlechts) und Erwachsenen – durch den Täter auf Zuruf oder mit akustischen Signalen punktgenau hervorgerufen werden, um die perversen Gelüste seiner unterschiedlichen Kunden zu befriedigen (30.10/2.11./30.11.18). In einer seiner prahlerischen Kommentare hatte mir der Täter bereits am 21.10.18 geschrieben: "Das ist die perfekte Hure von morgen! Braucht nur eine so Schlampe und bedient alles! Jede noch so perverse Fantasie! Damit macht man Kohle!" Dabei erreichen die Empfindungen der weiblichen Opferanteile den männlichen Anteil Ronald nicht. Wie es ihm in der Tätergewalt ergeht, konnte er nur mithilfe von Bildschirmtechnik berichten (am 6.12.17). In einem Flashback eines sehr jungen Anteils (am 26.11.18 23:23) wurde es deutlicher: "Wer will mit Ronald ficken – Den müsst ihr gut fest halten der ist wild – Müsst dem erstmal das Rohr in den Arsch stecken dann wird er ruhiger – Scheiße ihr Idioten der blutet wie ein Schwein – Deine Schuld musstest wilden Stier spielen – Dann Blase jetzt aber los – Das schafft ihr nicht das ganze Blut aufzulecken – Steck dem deinen Schwanz rein soll sein Maul halten"

Durch Flashbacks eines weitgehend noch in der kindlichen Vergangenheit verorteten 14-jährigen Anteils wurden andere Momente der täterseitigen theory of mind vorstellbar: *"Gebe Kraft Lass liebe raus Macht die Männer stark und ruhig – Liebe muss immer raus tut sonst Männern weh" (Anne, 21.12.18)*²⁹

²⁸ Bis Ende 2018 erreichten mich rund 150 zunächst höhnische oder drohende Kommentare des "Vati"-Täters über Merle Müllers Facebook- oder Mailaccount. Obwohl ich selbstverständlich niemals antwortete, schien der Täter mich im Laufe der Monate in seine perverse Männerkumpanei einbeziehen zu wollen – das Teilen der Beute unter den Vergewaltigern. Beispielsweise am 25.11.18: "So Herr Graf du bist dran! Wir hatten unseren Spaß!", am 28.12.18: "Schöne Weihnachten gehabt? Meine waren geil und lukrativ!"

²⁹ Es handelt sich um eine Teil-Abspaltung von Anne ("dissoziative Regression"). Zu "Liebe muß raus" siehe hier zuvor.

Wird keiner helfen?

Der Sadismus solcher Täter hängt wohl oft mit einer entsprechenden psychosexuellen Pervertierung zusammen; das gilt auch für den Zuhälter-Täter bei Merle Müller. So schrieb eine Teilpersönlichkeit: *"Der will machen Sex Wird wütend Der nicht kann Meine schuld Dann wütend Quält mich Tut mir weh Und dann geht es"* (Doris 30.12.18).

Merle & Co. und andere Opfer solcher Tätergruppen sind lebenslang versklavt, sie kennen es nicht anders, als daß sie Objekt sind, daß es ihr Daseinszweck zu sein scheint, die Forderungen anderer zu erfüllen. Sobald sich Widerstand regt, wird die Schraube der Folter, des Terrors mal kurz angedreht; so ist es noch heute. Da wird auch jede Meinungsäußerung, jeder Vorschlag von HelferInnen noch lange Zeit als Forderung empfunden, der die Anteile sich unterzuordnen versuchen. Die Kraft zum selbstbestimmten Lernen kann aber nur aus der Selbstwahrnehmung als Subjekt kommen. Widerspruch, Kritik und Wut gegenüber dem Helfer werden so zu kostbaren Impulsen der Selbstbestimmung. Falls dadurch das vertrauensvolle Verhältnis nicht kaputt geht, sondern sich letztlich bestätigt, entsteht Objekt Konstanz und wächst nachholende Bindung.³⁰

Deutlich wurde, daß es in der Unterstützung von Menschen in solchen Situationen zunächst nicht vorrangig darum gehen kann, den Tätern zu entkommen – vielmehr muß erstmal die Motivation entstehen, sich einer weitgehend uneinschätzbaren Menschenwelt anzuvertrauen. Daß aus Unbekanntem in der Regel noch Schlimmeres kommt, ist durchgängige Lebenserfahrung dieser Opfer! – Letztlich ist es so, wie bei Joan Francis Casey, Marilyn Van Derbur oder Zora Sanné und anderen sehr deutlich wird: es bedarf realer affektiver Bindungen und Beziehungen.

Immernoch findet sich in der öffentlichen Diskussion die Behauptung, derart schreckliche Taten würden den entsprechenden Klientinnen von TherapeutInnen nur eingeredet. Das hier dokumentierte Zeugnis des annähernd täglichen Mailkontakts läßt sich kaum auf diese Weise diskreditieren. Ich frage nicht oder kaum je – vielmehr bin ich auf die an mich gerichteten Mails (und Facebook-PN) einfach nur eingegangen...

³⁰ Siehe hierzu Silke B. Gahleitner: NEUE BINDUNGEN WAGEN, BEZIEHUNGSORIENTIERTE THERAPIE BEI SEXUELLER TRAUMATISIERUNG (München 2005).

Wird keiner helfen?

"Ich, wir sind allein! Immer wenn ich denke, Hilfe, wird zugeschaut oder mitgemacht!

Also erzähle nichts von helfen!" (Kala 20.3.17)

"Aber ICH, um es mal ganz klar zu sagen, habe schon verstanden, dass der einzige Ausweg vermutlich der Tod ist! Aber mein Dilemma ist eben, meine Amelie! ICH werde meine Amelie niemals allein lassen!" (Merle 12.4.17)

"Warum darf ich nicht tot sein?" (Doris 1.6.17)

"Also hat es nie aufgehört? Nie hat jemand geholfen? Weitere fast dreißig Jahre! Warum lebe ich noch?" (Nele 13.6.17)

"Können Sie denn überhaupt verstehen, dass ich niemandem vertrauen kann?!"
(Nele 17.6.17)

"So viele Male wollte ich Hilfe habe darum gebettelt wurde belogen verraten mir wurde nicht geglaubt oder es wurde nur geredet und geredet doch nun Schau der Körper ist 40 hat eine Tochter und es hört nicht auf das wird es nie!" (Doris 16.7.17)

"Ich bin kein Mensch nur ein Gegenstand der dummerweise dennoch fühlt!" (Doris 29.1.18)

"Nein Momo niemals hilft jemand! Die schauen doch alle weg! Wollen nichts böses sehen! Das nicht mal wissen!" (Anne 6.3.18)

"Niemand wird irgendetwas kommen und mich abholen und mitnehmen wegnehmen von den schrecklichen Männern!" (Doris 4.4.18)

"Böse Kinder bekommen keine Hilfe" (Doris 4.9.2018)

"Warum bin ich allein? Keiner sucht mich Tote sucht keiner" (Anne-Abspaltung 21.12.18)

"Will nicht Mörder sein Nicht Hure sein Nur Mädchen Bitte" (Doris 24.12.18)

Nachdem ich erkannt hatte, daß Merle & Co. noch immer in der Gewalt der Täter sind, konnte Hilfe für mich nur Unterstützung bei der Befreiung aus dieser Hölle bedeuten. Im Laufe der Monate mußte ich lernen, daß dieses Ziel für das System nur äußerst theoretisch existierte: Selbst diejenigen Ichs, die Tag für Tag unter den Tätern litten, konnten sich eine Befreiung, ein anderes Leben nicht wirklich vorstellen, oder nur in einer Form: wenn sie tot sind. Was sie sich von einer Therapeutin oder von mir wünschten, war im Grunde nur: daß es weniger schlimm ist. Daß jemand da ist, dem sie etwas von dem Unbegreiflichen, den Erfahrungen, der Qual zumindest ansatzweise erzählen konnten.

Bei Merle & Co, die nur in sehr eingeschränkter Weise erwachsen werden konnte, lebt letztlich noch immer die kreatürliche, kindliche Erwartung, daß tatsächlich zeitnah geholfen wird, sobald Außenstehende von den Schrecklichkeiten erfahren und "es glauben". Demgegenüber sahen und sehen sich Merles Persönlichkeiten einer Flut von organisatorisch-administrativen Zusammenhängen und Begründungen gegenüber, die alle darauf hinauslaufen, daß Hilfe auch jetzt noch von unübersehbar vielen

Wird keiner helfen?

Bedingungen abhängt und sozusagen in den Sternen steht. Das wirkt wie Verhöhnung durch denjenigen, der doch beteuert, daß er helfen will!

" Ich kann nicht verstehen, warum die mich nehmen!?! Was an mir falsch ist! Was mich so billig macht! Bin ich so viel dümmer, als die anderen? Es geht nicht in meinen Verstand, wie Menschen, Kinder wie Scheiße, wie Dreck, wie Abfall behandeln, benutzen können? Ständig stelle ich mir die Frage, was ich gemacht habe? Zu böse war?" (Nele 17.6.17) – Nele (12) war zu diesem Zeitpunkt noch in der Realität der Kindheit. Der gleichaltrige Anteil Doris ist dagegen bereits in der Gegenwart und erinnert sich an die Kindheit, in der sie zu anderem Zweck als Nele konditioniert wurde: "Gut vielleicht bin ich ein Spätentwickler aber das die ganzen bösen Menschen mit mir Sex machen wusste ich da nicht das es falsch ist. Eben erst jetzt durch dich. Ich erinnere an einen Satz. Das machen nur die mit dir die dich ganz besonders liebhaben! Es ging darum es keinem zu sagen weil die mich dann nicht mehr lieb haben werden sondern nur sehr böse auf mich werden." (19.7.17)

Innerhalb einer Diskussion auf meiner Facebook-Site Dissoziation und Trauma kommentierte jemand: "Es gibt so wenige Therapeuten, die sich mit der ganzen Bandbreite rit. Gewalt, besonders mit Programmen und Mind Control auskennen. Wir haben glücklicherweise eine super Therapeutin, aber manches geht nur im stationären Rahmen, und da wirds grad echt schwierig, etwas passendes zu finden..." – Merles Persönlichkeit Ingrid antwortete: *"Es ist nicht 'nur' das Es zu harmlos anfängt. Das Problem ist, das Es zu früh anfängt! Kein Kind weiß das etwas Falsches passiert ... so wird das Kind erzogen, so wird aus dem Kind gemacht was GEBRAUCHT WIRD!"*

Doris schrieb an mich: *"Ich will nichts besonderes oder so sein Nur ein normales Kind." (13.12.18)*

Unsere gemeinsame Arbeit per Mail (später auch in persönlichen Begegnungen und Telefonaten) versuchte in zunehmendem Maße, täterseitige Konditionierungen und Lügen sowie kognitive und emotionale Verzerrungen zu erkennen und möglichst aufzulösen. Dazu gehört auch der Versuch, den Anteilen zu vermitteln, was die Außenwelt, die Öffentlichkeit, die Gesellschaft bedeutet; daß es nicht nur den Zusammenhang der Täterwelt gibt. Hoffnung auf andere, Vorbilder, Orientierung an anderen (die den Ausstieg geschafft haben): das alles hatte lange Zeit kaum Bedeutung wegen der rigorosen sozialen Isolation.

Wird keiner helfen?

Was Opfer von jahrelanger, seit der Kindheit bestehender sexualisierter Gewalt abhält, Hilfe zu suchen, ist bei Merle & Co. und wohl auch bei anderen Opfern nicht vorrangig die Gewalt, der sie selbst ausgesetzt sind. Es gibt andere Faktoren, die jedoch manchmal zu wenig berücksichtigt werden von HelferInnen aller Professionen. Die Überzeugung, selbst schuldig geworden zu sein, selbst böse zu sein, Hilfe nicht zu verdienen, steht an erster Stelle. Dabei spielen ungewollte sexuelle Empfindungen während der sexualisierten Gewalt eine entscheidende Rolle. Scham, die Überzeugung, Außenstehende könnten sich vor ihnen nur ekeln, aber auch die Überzeugung, sie seien genauso böse wie die Täter. Dann die jahrzehntelange Erfahrung, daß Außenstehende, deren Aufgabe das Helfen ist, nicht zuhören, nichts verstehen und fehlinterpretieren. Bürokratische Mechanismen und organisatorische Begrenzungen wirken sich aus, als steckten Täterinteressen dahinter. Zumal Täter ihnen einreden, daß niemand sich für ihr Schicksal interessiert bzw. Behörden, Polizisten zu ihnen (den Tätern) gehörten. Eine andere, kaum überwindbare Hürde sind Drohungen der Täter, Angehörigen zu schaden, sie zu töten, falls das versklavte Opfer auszusteigen versucht.³¹

Anne schreibt über die Situation in ihrem Elternhaus: *"In MIR vermutlich in UNS ALLEN, ist ganz tief ein Gefühl von "Ablehnung" von "wollen" und plötzlich "genug" haben. GENUG Von MIR VON UNS HABEN" – "Die Eltern ich habe die lieb gehabt und die? Die haben mir nur wehgetan! Mein Vater hat immer gesagt er hat mich lieb und dann.. Du weißt was er tat! Meine Mutter hatte mich niemals lieb! Ich habe immer um ihre Liebe gekämpft alles dafür getan! Nichts ich war ihr immer egal einfach zuviel! Dann diese Männer mein Vater sagt er hat mich lieb müsse nur... diese Männer ich denke du weißt wie es weiter geht! Ich habe meinen Vater lieb gehabt und er hat mein Herz kaputt gemacht" (17.2.18) –*

Wer seit der Kindheit in der Gewalt organisierter Tätergruppen ist, kann sich zugewandte Außenstehende und ein nicht von Gewalt durchsetztes Leben kaum vorstellen; dies gilt auch für Merle & Co. – Andererseits möchten Anteile immer wieder glauben, daß es *"nicht echt ist"*, daß sie sich das Schreckliche nur einbilden, daß sie nur geträumt haben.

Vieles muß eine Helferin/ein Helfer tatsächlich immer wieder sagen, nicht zehnmal, sondern hundertmal, möglichst allen Anteilen, die es vielleicht erreichen kann. Auch die Täter sagen immer wieder dasselbe, dieselben Lügen, dieselben Drohungen, immer dasselbe wird dem Opfer eingebleut: daß niemand helfen wird, daß sie nichts wert ist, für alle zu schwierig, für alle nur eklig. Bei Merle & Co. seit 35 Jahren. –

³¹ Siehe eine ausführlichere Auflistung hier in der Folge.

Wird keiner helfen?

Wurde das ehrliche Bemühen einer Außenstehenden zu helfen erstmal ernstgenommen, sind die Hoffnungen auf diese Helferin grenzenlos. Jede minimale Enttäuschung dieser Erwartungen läßt die Betroffene wieder abstürzen in jene existenzielle Einsamkeit, Ungeborgenheit, in der sie ihr ganzes Leben lang steckte. Und verstärkt die Verzweiflung, weil die emotionale Erfahrung eines möglichen anderen Lebens ab jetzt in ihrem Herz verwurzelt ist...

Seit früher Kindheit hat Merle gelernt, daß die Täter töten, sobald ihre Forderungen nicht zur Zufriedenheit erfüllt wurden. Eine Puppe wurde zerstört, Meerschweinchenbabys und eine Katze wurden vor den Augen des Kindes gefoltert und getötet. Später auch Babys; wobei der Streit darüber, ob das in jedem Fall "echt" war, an dieser Stelle müßig ist: die Ermordungen sind Teil der subjektiven Lebenserfahrung des Opfers. Die jüngere Schwester Renate war Objekt der Drohungen³², seit zehn Jahren ist es die eigene Tochter Amelie. Bei jeder Gelegenheit wurde Merle & Co. eingehämmert: "Wenn du zur Polizei gehst, wenn du fliehst, dann hol ich mir Amelie!" – Das ist bis heute der hauptsächliche Grund dafür, daß Merle & Co. die Hölle der Täter nach wie vor erdulden.

Die Konditionierung der Täter funktioniert dabei in teuflischer Perfektion; mehrere Aspekte greifen ineinander:

- Amelie ist Geisel für die Täter. Es wird gedroht, sie "zu holen" oder sie zu töten, sobald Merle Müller bei den Gewaltexzessen nicht "mitmacht", der Polizei gegenüber aussagt oder sich auf andere Weise befreit, oder auch, falls sie sich selbst tötet.
- Die entsprechenden Anteile gehen davon aus: "Wir schützen Amelie, indem wir uns den Tätern opfern."
- Im Alltag bilden sie sich ein: "Wir sind geschützt, sobald Amelie bei mir/uns ist." (Was nichtmal stimmt, wie sich zeigen sollte.)
- Solange die Kleinfamilie zwischen Mutter und Tochter alltäglich funktioniert und vorzeigbar bleibt, kann sich kein Außenstehender sich derartige Tätergewalt vorstellen.
- Ein weiterer Aspekt ist nicht den Tätern anzulasten: Sobald sich der Helfer Sorgen um Amelie macht, entstehen Konkurrenzgefühle bei jenen Anteilen, die sich selbst noch als Kinder fühlen, für die gesorgt werden soll: *"Warum sagst du du kannst Amelie helfen mir aber nicht? Ist es denn egal wenn mir weh getan wird? Ja Mo mein Körper sieht für dich erwachsen aus aber ich bin doch nicht viel älter als Amelie. Warum bin ich es also nicht wert?" (Doris 4.4.18)*

³² In einem Flashback wegen dem Vater: *"Nein Nein Nein lass Baby in Ruhe bin leise lieb Tun nicht so weh mach du willst"* (13.12.18)

Wird keiner helfen?

Grundsätzlicher Lernschritt ist für Menschen mit DIS, zu unterscheiden zwischen innen und außen. Es gibt Persönlichkeiten, die grundlegend nur zum Innen gehören, darunter sind bei Merle & Co. bestimmte Täterintjekte, aber auch ausdifferenzierte erwachsene Anteile. Trotz ihrer Intelligenz und durchaus auch Aspekten natürlicher Affektivität können sich manche von ihnen ein Außen noch weniger vorstellen als ein taubblinder Mensch, der immerhin den eigenen Leib erlebt und auch Gegenstände oder andere Menschen ertasten kann. Das Bewußtsein mancher Anteile läßt sich assoziieren am ehesten mit der Science fiction-Phantasie von menschlichen Gehirnen, die in einer Nährflüssigkeit leben und kognitiv dennoch ganze Menschen sind. Solchen Anteilen eine Vorstellung von Hilfe zur Befreiung, von Integration in die Alltagswelt zu vermitteln, ist erstmal unmöglich; hier müssen zunächst grundlegende kognitive Entwicklungsschritte nachgeholt werden.

Bei Überlebenden extremer Gewalt mit DIS läßt sich die jahrzehntelang normative Konzeption der Entwicklungspsychologie (nach Margaret Mahler) nicht anwenden. Das gilt auch für die grundlegenden psychoanalytischen Kategorien, auf denen sie fußt. Es gibt keine verallgemeinerbare Psychodynamik, es gibt kein übergeordnetes Ich (als Therapiepartner). Die Teilpersönlichkeiten entwickeln sich in direkter Umsetzung konkreter, individuell sehr unterschiedlicher Sozialisationserfahrungen. Ihre Ressourcen, ihre *theory of mind*, ihre Entwicklungsfreiheiten müssen für jeden einzelnen Anteil erkundet werden. Dennoch könnten wohl Elemente einer Entwicklungspsychologie bei DIS zusammengetragen werden. Dazu gehört unbedingt die Konzeption der Strukturellen Dissoziation der Persönlichkeit³³, dazu gehören meines Erachtens auch neuere Arbeiten zur Säuglingsforschung³⁴ sowie einige schulübergreifende innovative Ansätze.³⁵ Viele Erfahrungsberichte von Überlebenden³⁶ und die Fachbücher spezialisierter TherapeutInnen enthalten Hinweise auf Gemeinsamkeiten bei multiplen Systemen. Das betrifft Interdependenzen und Co-Bewußtsein zwischen den Anteilen, hierarchische Zusammenhänge, aber auch lebensgeschichtlich begründete Gruppen von Ichs. Bei Merle Müller lassen sich derzeit für mich unterscheiden:

³³ Ellert Nijenhuis, Onno van der Hart, Kathy Steele: STRUKTURELLE DISSOZIATION DER PERSÖNLICHKEITSSTRUKTUR, TRAUMATISCHER URSPRUNG, PHOBISCHE RESIDUEN (in: Reddemann/Hofmann/Gast: PSYCHOTHERAPIE DER DISSOZIATIVEN STÖRUNGEN, Stuttgart 2004, S.47-69; veränderte Version in der 3. Auflage 2011); Onno van der Hart/ Ellert R.S.Nijenhuis/ Kathy Steele: DAS VERFOLGTE SELBST. STRUKTURELLE DISSOZIATION UND DIE BEHANDLUNG CHRONISCHER TRAUMATISIERUNG (Paderborn 2008)

³⁴ Daniel N. Stern: DIE LEBENSERFAHRUNG DES SÄUGLINGS (Stuttgart 1992); auch Martin Dornes: DER KOMPETENTE SÄUGLING. DIE PRÄVERBALE ENTWICKLUNG DES MENSCHEN (Frankfurt/M. 1993)

³⁵ Beispielsweise die Arbeiten von Wolfgang Wöllner und Jochen Peichl.

³⁶ Zunächst in Selbsthilfezeitschriften (*Matrioschka*, *Lichtstrahlen*, *Diss-Tanz*), mittlerweile in Internet-Foren. Aber es gibt zunehmend auch selbständige Veröffentlichungen von Betroffenen.

Wird keiner helfen?

- Außenpersönlichkeit (ohne direkte Tätererfahrung)
- Opferpersönlichkeiten (außen und innen)
- Genuine Täterintrojekte/ z.T. invers programmierte Introjekte
- Teilpersönlichkeiten aus früherer Zeit (sowohl Opferanteile als auch Außenpersönlichkeiten)
- Derzeit bewußte Erwachsene, zumeist innen (Beobachterinnen, Beschützerinnen)

Lege artis unter TraumatherapeutInnen ist mittlerweile, daß Persönlichkeitsanteile von Menschen mit DIS in ihrer Eigenart anerkannt werden und vollgültige Therapiepartner sind. Dabei sind verschiedene Anredeformen üblich. Kindliche Teilpersönlichkeiten, die noch keinerlei Bewußtsein für ihr Vielesein haben, im Gespräch mit ihnen als "Anteil" oder "Teil" zu bezeichnen, trägt nicht zur Vertrauensbildung bei. Ich spreche zunächst gern von mehreren "Ichs", die in einem Körper zusammenkommen. Sobald das Konzept DIS grundlegend verstanden wurde, kann der Begriff "Anteil" dazu beitragen, sich an dieses Phänomen zu gewöhnen. Generell bleibt es wichtig, bei Erstkontakten mit Anteilen zu klären, ob diese mit "Du" oder "Sie" angesprochen werden möchten, was natürlich dann wechselseitig gilt. Dissoziative Teilpersönlichkeiten haben meiner Erfahrung nach meist viel Gefühl der eigenen Würde.

Zum authentischen, an Beziehung und Bindung orientierten Helferkontakt gehört die implizite und explizite Orientierung an der bisher noch kaum vorstellbaren Ganzheit des Individuums. Dabei muß jedoch die Gewichtung zwischen der Spiegelung des einzelnen Anteils (als Doris, Kenny oder Ingrid) bzw. der hypostasierten Ganzheit (Merle Müller) nicht nur bei jedem der Anteile (die sich der Ganzheit unterschiedlich stark bewußt sind), sondern im Grunde bei jedem Gedankengang für sich abgestuft werden. Bei Betroffenen in andauerndem Täterkontakt sind die dissoziativen Amnesien von Anteilen überlebensnotwendig; hier ist die entsprechende Sensibilität besonders wichtig.

Nur in Kooperation möglichst vieler Anteile ist eine Befreiung von den Tätern möglich. Jedoch ist das dazu nötige Co-Bewußtsein, also das Auflösen amnestischer Barrieren, bei bestehender Tätergewalt nur sehr eingeschränkt möglich, da ja gerade die amnestischen Abspaltungen das seelische Überleben angesichts dieser teuflischen Gewalt ermöglicht hat; – ein Teufelskreis (nicht der einzige)!

Ein besondere Schwierigkeit liegt (wie meist zu Beginn der therapeutischen Arbeit mit Multis) darin, der bisherigen Außenpersönlichkeit (in dem Fall Merle, die Mama) die Realität der Tätergewalt zu vermitteln. Merle ist am Funktionieren eines konventionellen Alltags, an den guten, liebevollen Aspekten des Lebens orientiert, ist

Wird keiner helfen?

ihrer Tochter wertschätzend, achtsam zugewandt: *"Ich will doch nur eine Mama sein."* (20.2.18) Wie sollte sie die grauenhaften Tatsachen damit vereinbaren?!³⁷ Andererseits war sie für lange Zeit die einzige an der Außenwelt orientierte erwachsene Teilpersönlichkeit, insofern unverzichtbar für die Organisation der Befreiung. Meine Versuche, ihr das Schlimme nahezubringen, führen immer wieder (noch im Januar 2019) zum Überhören jedes Hinweises auf äußere Gewalt, notwendige Hilfe von außen bzw. zur mehr oder weniger umfassenden dissoziativen Abspaltung solcher Gespräche. Gelegentlich war auch sie bewußt der Tätergewalt ausgeliefert, aber selbst dies spaltete sie umgehend wieder ab: *"Das was ich träume, kann unmöglich wirklich sein! Das ist zu schrecklich!!!!"* (16.2.18)

Merle versucht dennoch unermüdlich, ihre Situation, nicht zuletzt ihre körperliche Symptomatik zu verstehen, aber wie sollte dies möglich sein, solange sie die realen Gründe zu wissen nicht erträgt?! Am 11.11.17 schrieb sie: *"Stell Dir vor, in Dir bricht alles zusammen... es fühlt, hört sich an wie tausende Stimmen die alle Hilfe wollen aber auch endlos wütend sind, der Kopf tut so sehr weh, dass Du denkst er explodiert gleich, Dein Körper es ist als ob daran gerissen wird. Es fühlt sich so an. Dann denke ich jeden Moment durchzudrehen, die Kontrolle zu verlieren, irre zu werden. Nur mein Verstand hält mich davon ab mir den Leib aufzuschneiden... aber es ist als müsste ich das tun, damit es raus kann! Und im Kopf, sobald ich denke, okay ich fange zu sortieren, alles wieder Chaos! Meine Augen tun so weh... so als ob jemand mit dem Finger die Augen reindrückt... alles ist angespannt..."* Am 21.12.17 über ihre Schwierigkeiten mit der Erinnerung, dem Wissen um das Schlimme: *"Mich zu erklären ist recht schwer... klar ich bin Amelies Mama.. erinnere mich nicht an meine Kindheit und Jugend, an nichts vor Amelie. Was aber eigentlich nicht ganz stimmt... und jetzt wird es schwierig! Ich weiß (und ich sage bewusst weiß, weil ich nicht sicher bin ob ICH es erinnere oder eben nur weiß) schreckliches! Aus Kindheit, Jugend, ALLES? doch es sind Dinge ohne Kontext. Dinge die ich mir nicht erklären kann. Dinge die ich jedoch fühlen, hören, riechen, sehen und schmecken kann!*

Träume... Flashbacks.. Doch ich weiß, dass das alles wirklich war.. und wie Du mir geschrieben hast noch ist.? Nun wieder schwierig... doch all das scheine ich nicht immer so zu wissen. ? Und was mir auch aufgefallen ist, und das meintest Du vermutlich? Wenn Dinge passieren, wie formuliere ich es.. die zu Groß oder zu Schlimm für mein Hirn sind, dann "vergesse" ich.?

³⁷ Doris schrieb mir am 5.1.18: *"Sie kann es nicht wissen DÜRFEN! Sie muss leben! Muss funktionieren! Muss eine brauchbare Mutter für Amelie sein! Keiner von uns kann das sonst so tun wie sie."* – Anne schreibt am 1.5.18: *"Die Welt ist ok und dann wird so etwas vor dem Latz geknallt! Das es Probleme gibt weiß sie schon Nur so einen großen Brocken einfach so hinknallen das kann doch nicht gehen. Muss doch in einer Abspaltung enden oder im Wahnsinn".*

Wird keiner helfen?

Das alles sind meine Beobachtungen über mich, meine Eindrücke... mein Empfinden.."

Am 18.2.18 schreibt sie (im Zusammenhang mit einer versuchsweisen chronologischen Skizze ihres Lebens): *"Ich merke schon nur beim lesen, dass alles um mich herum anfängt zusammenzubrechen. Mir wird schwindlig, kalter Schweiß, Herz rasen, nichts mehr sehen, nicht bewegen können... In mir passieren dann Dinge die ich nicht verstehe, erstrecht nicht zu erklären vermag."*

Wegen vielfältiger Symptome mit unklarer Genese (sowie einer Verdachtsdiagnose auf dissoziative Störungen) war Merle Müller mehrfach stationär in einer Psychosomatischen Klinik. Dort wurde 2015 die Verdachtsdiagnose auf DIS gestellt, 2016 als Diagnose festgeklopft, außerdem kam KPTBS dazu. Merle & Co. berichteten dort erstmalig, daß es einen zumindest 20 Jahre anhaltenden sexuellen Mißbrauch durch den Vater und andere Männer, möglicherweise Arbeitskollegen des Vaters, gegeben habe. Sie äußerte Sorge, daß sie eventuell noch heute Opfer sei. – Der Partientin wurde eine Betreute Wohnform in einer Mutter-Kind-Einrichtung dringend angeraten. Ein Verdacht auf fortwirkende Tätergewalt wurde in den Epikrisen allerdings nicht erwähnt. Die betreuende Psychologin jener Klinik hatte vertrauensvolle Kontakte zu verschiedenen dissoziativen Anteilen aufgebaut und noch längere Zeit Mails mit Merle & Co. gewechselt, bis sie diesen Austausch offenbar ganz plötzlich beendet hatte. Kindliche Ichs versuchten mir gegenüber noch einige Zeit, diese Therapeutin zu erreichen. Selbst Merle (die Außenpersönlichkeit) fühlte sich verraten von ihr.

Unverzichtbarer Aspekt von Ausstiegshilfe ist zweifellos nachholende Bindungserfahrung, oder einfach nur: stetige vertrauensvolle Zuwendung mindestens einer entsprechend kompetenten HelferIn/eines Helfers. Es ist jedoch unmöglich, im Kontakt mit derart in der Seele verwundeten und irritierten Menschen keine Fehler zu machen. Ein unbedachtes Wort genügt, und der vertrauensvolle Kontakt zerreißt und wird überschwemmt von der lebenslangen Erfahrung des Bösen, das bisher von jedem Menschen kam, über kurz oder lang. Gegenüber HelferInnen besteht kaum Frustrations- und Ambiguitätstoleranz – gerade deshalb, weil sie den Tätern gegenüber über jedes menschlich erträgliche Maß strapaziert wurde oder wird.

Alleingelassen zu werden ist bei Opfern von Organisierter Rituellicher Gewalt grundlegende Lebenserfahrung. Wirklich jeder Hauch eines Vorbehalts, auch nur eine abweichende Meinung der HelferIn/des Helfers läßt die Angst, verlassen zu werden, hervorberechnen. Das gilt auch für zeitlich-terminliche Unvorhersehbarkeiten oder gar

Wird keiner helfen?

Unzuverlässigkeit der UnterstützerInnen. Die Anteile selbst halten sich – im Rahmen ihrer Möglichkeiten – präzise an zeitliche Vereinbarungen, auch, weil sie von den Tätern in diesem Zusammenhang konditioniert sind.

Im Kontakt mit Überlebenden von schwersten Bindungs- und Entwicklungstraumata werden Modifikationen grundlegender psychischer Störungen deutlich. Hier trägt ein ausschließlich psychotraumatologischer Blickwinkel wenig zum Verständnis bei, allerdings auch nicht die unmodifizierte Orientierung an psychoanalytischer Entwicklungspsychologie.³⁸ Der meines Erachtens derzeit hoffnungsvollste Ansatz einer Integration von Therapieschulen zugunsten auch dieses Klientels stammt von Wolfgang Wöller (2006/2009).³⁹

Selbst unter den Bedingungen der fast täglichen brutalen Gewalt zeigt sich erschütternd eindeutig, wie gesund und lebensorientiert Merle Müller (als Gesamtsystem) ist! Das bezieht sich auf ethisch- moralische Momente genauso wie den konkreten Umgang mit praktischen Situationen. So schrieb mir eines Nachts die Beschützerpersönlichkeit Amanda: *"Conny ist in einer Ecke versteckenderweise eingeschlafen. Sie hat sehr große Angst, versteht nicht, fühlt sich allein! Wir versuchen und versuchen es, aber keiner geht nach vorn. Es gibt zu viel Chaos, zu viel Angst, Verzweiflung und Wut! Wir werden es weiter versuchen! Doch bitte lassen Sie die kleine Conny nicht allein.? BITTE... Amanda PS sie hält das Handy wie einen Schatz fest!"* (26.5.17) Der Kinderanteil Conny war zuvor in der ihr völlig fremden Wohnung nach außen gekommen und hatte dann längere Zeit mit mir gemailt.

Die Naziopfer in den KZ wußten, daß sie unschuldig leiden, unschuldig sterben. Sie waren nicht allein in ihrem Schicksal. Konnten bis zuletzt noch kleine Momente von Mitmenschlichkeit teilen. Die allermeisten hatten bereits ein menschenwürdiges Lebens gelebt, konnten daraus Kraft schöpfen. – Das ist bei den Opfern extremer Gewalt, die nicht schon in der Jugendzeit sich befreien können oder einfach laufengelassen werden, anders: *"Wenn Kinder ganz klein sind und Erwachsene machen etwas was sie nicht dürfen sagen aber dem Kind das sie es liebhaben. Woher soll denn das Kind wissen das das was die Erwachsenen tun falsch ist?"* (Doris 19.7.17)

³⁸ Bindungstheorie, neuere Säuglingsforschung (D. Stern) und Mentalisierung (Fonagy u.a.) sind Stichworte für psychoanalytisch orientierte Neukonzeptionen in Richtung auf Entwicklungs-/Bindungstrauma. (Siehe auch Erfahrungen der Psychoanalytikerin Gisela Bergmann-Mausfeld mit der therapeutischen Nutzung früher pathologischer Bindungen: PATHOLOGISCHE PASSUNG, MENTALISIERUNG UND NEGATIVE THERAPEUTISCHE REAKTION (Forum Psychoanal 2006.22: 249-267). – Sandor Ferenczi, Freudschüler der ersten Stunde und neben Pierre Janet Begründer der Traumatherapie, wurde von der psychoanalytischen Gemeinde bekanntlich kaum rezipiert; vgl. die Zusammenstellung seiner thematischen Arbeiten bei A+C (im Literaturverzeichnis).

³⁹ Wolfgang Wöller: TRAUMA UND PERSÖNLICHKEITSTÖRUNGEN. PSYCHODYNAMISCH-INTEGRATIVE THERAPIE (Stuttgart 2006/2009). *Den Hinweis verdanke ich Zora Sanné!*

Wird keiner helfen?

Die Opfer sind seit ihrem Lebensbeginn isoliert von der ganzen menschlichen Gemeinschaft – sie wissen kaum etwas von ihr, gehen davon aus, die ganze Welt ist so wie die Täter. Es ist die reale Hölle, in der sie sich fühlen. Sie können sich niemandem offenbaren. Und viele von ihnen (vor allem die kindlichen Anteile) denken, sie selbst seien schuld an dem Schrecklichen. Sie tun fast alles nur mögliche, um die Bezugspersonen zufriedenzustellen, geliebt zu werden von ihnen. Der Anführer der Tätergruppe, die Merle & Co. versklavt, läßt sich aus gutem Grund "Vati" nennen.⁴⁰ – *"Vati nimt mit Past auf läst nicht allein hat ganz lieb Mus nur lieb sein nichts Sagen dürfen fein spilen dan tut nicht so weh artig sein"*, schreibt ein Kinderanteil im Flashback am 22.11.18.

Das lebenslang von den Tätern geknüpft Geflecht der Schuldzuweisungen hat seine Grundlage in dem entwicklungspsychologischen Umstand, daß Kinder sich selbst die Schuld geben für jedes Leid im Zusammenhang mit Bindungspersonen. So funktioniert Schwarze Pädagogik. Die entsprechenden Begriffe autoritärer Eltern ("nicht lieb sein", "böse sein", "nicht folgen", "nicht hören", "frech sein", "Theater machen") kennen wohl die meisten Älteren aus der eigenen Kindheit.⁴¹ Bei Merle & Co. tauchen sie immer wieder auf – im Zusammenhang mit Gruppenvergewaltigungen und ähnlichen Schrecklichkeiten. Merle Müller und ihr multiples System ist lebenslang in rigider Konsequenz auf dieses "lieb sein, folgen, hören" der Täter orientiert. Die Konditionierung: "Du bist selber schuld!" seit der frühen Kindheit wurde zum Axiom des Selbstgefühls.

Daneben gibt es noch ein anderes, genauso wirkungsvolles Druckmittel, das solche Täter ihren Opfern seit der frühen Kindheit einbleuen: die Drohung, andere zu schädigen, die dem Opfer lieb sind. Bei Merle & Co. war das zunächst ein Meerschweinchen, das der Vater vor den Augen der Siebenjährigen tötete (Ingrid 3.12.17, zunächst wohl die Jungtiere: Flashback Anne 2.1.19). Später wurde eine Katze gequält (Doris 4.6.17), aber bald kam die Drohung: *"Das was ich mit dir mache ist noch lange nicht alles! Es hört nicht auf! Keiner hilft. Du sagst kein Wort sonst tun wir dasselbe mit deiner Schwester! Das alles ist allein deine Schuld! Du wolltest es so! Sei still sonst schlitze ich dich auf!"* (Doris, Flashback 7.3.17). Die Drohung wegen der

⁴⁰ Nicht nur, um anzuknüpfen an die Konditionierungen der frühen Kindheit, sondern auch, weil Helfer und Polizisten zweifellos denken, es handele sich nur um Flashbacks aus der Kindheit, wenn ein Anteil Aussagen macht über einen "Vati", der Täter sei.

⁴¹ Auf ein konservatives, patriarchalisch-autoritäres Elternhaus deutet auch hin, daß Merle & Co. durchgängig "Dame" schreiben, wo heutzutage üblicherweise der Begriff "Frau" genutzt wird. (Hinweis am Rande: Jürgen Müller-Hohagen: GESCHICHTE IN UNS. SEELISCHE AUSWIRKUNGEN BEI DEN NACHKOMMEN VON NS-TÄTERN UND MITLÄUFERN; München 1994, 2. Auflage Berlin 2002)

Wird keiner helfen?

jüngeren Schwester wurde von mehreren Ichs im Gespräch mit mir berichtet und wird von einzelnen Anteilen noch heutzutage ernstgenommen.

"Ich will doch nur wissen was mit mir nicht stimmt? Warum sind meine Eltern so gemein zu mir? Warum lieben die mich nicht? Warum? Was mach ich böses?" – "Keiner versteht. Alle sagen ich Lüge. Mutti und Vati sind doch lieb mit dir." (Kati, 7, 2.5.17) – Seit der frühesten Kindheit versklavte Menschen haben in vieler Hinsicht ein kindliches Weltverständnis, das sich an den dichotomischen Vorgaben der Schwarzen Pädagogik, hier: der Täterwelt orientiert: "Ich weiß das ich böse war aber bin doch jetzt lieb und will hören." (Kleine Doris 25.12.17) Es gibt nur "lieb sein" ("hören", "folgen") oder bestraft werden. – Niemandem kann vertraut werden; letztlich sind die Täter die vertrauenswürdigsten Menschen, denn "sie lassen nicht allein", sie sind zuverlässig präsent, – sind Bezugspersonen.⁴² Der Helfer enttäuscht notwendigerweise gelegentlich, weil er "nicht zuhört" oder nicht allzeit präsent ist.

Nur selten orientieren einzelne Anteile sich tatsächlich an der Befreiung aus dieser nahtlosen Täterwelt, fassen diese Perspektive parktisch ins Auge. In der Kindheit gab es mehrfach Versuche, aus dem Elternhaus wegzulaufen (u.a. von Nele berichtet) bzw. bei Erwachsenen Hilfe zu suchen (Anne 7.2.18: "Als noch kleiner war ich war damals im Kindergarten da hab ich meiner Tante gesagt Vati tut mir weh und? NICHTS! Keiner hat geholfen!" – Doris 10.7.17: "Ferienlager eine total liebe nette Betreuerin relativ weit weg sah ich eine Chance auf Hilfe... habe ihr erzählt nicht mal viel nur etwas wesentliches um Hilfe gebeten. Doch was tat sie? Sie hat es ihrem Kollegen erzählt. Und der... hatte das gewollt... war auch nicht überfordert.... einfach nur böse!"). Eine Teilpersönlichkeit war mit 19 aus dem Elternhaus geflohen, hatte Anzeige erstattet; geglaubt wurde jedoch den Eltern. Als sie von mir erfuhr, daß die Gewalt noch immer anhält, verschwand sie wieder. Später tauchte Ina auf, berichtete genauer von dieser Zeit. – Hilfe und Rettung schien nach diesen Erfahrungen für viele Jahre nicht mehr vorstellbar. – Erst im Zusammenhang mit Amelies Geburt und nachfolgend der emotionalen Erfahrung, daß es offenbar eine andere Form von Leben gab (nämlich in der Amelie lebte), sowie im Zusammenhang mit den Aufenthalten in einer psychosomatischen Klinik, in der Kontakt mit Anteilen aufgenommen wurde, entstand zumindest bei einigen Ichs der Impuls, nach Hilfe Ausschau zu halten. Jedoch verstanden auch diese Anteile unter Hilfe im Grunde nur: daß es leichter aushaltbar ist,

⁴² Hier verbindet sich wohl das kindliche Bedürfnis der meisten Anteile nach primären Bezugspersonen (zugewandten Eltern) mit dem sogenannten "Stockholm-Syndrom". – Siehe auch das erschütternde Gespräch mit einer sechsjährigen Merle, am 4.11.17.

Wird keiner helfen?

daß es weniger schlimm ist! – Offenbar war ich der bisher einzige Helfer, der sich klar an einer Befreiung orientiert.

Der Kontakt mit mir führte zunächst zum Verständnis für grundsätzliche Zusammenhänge, zu Hoffnung und mehr Widerstand in konkreten Gewaltsituationen. In der Folge wurden die Täter brutaler und riefen damit offenbar täterorientierte Anteile auf den Plan, die bis dahin lange Zeit inaktiv gewesen waren. – Trotz meiner gegenläufigen Hinweise richtete sich die Hoffnung vieler Anteile noch lange Zeit durchgängig auf mich: daß ich – wie auch immer – sie retten könnte. Das ist nachvollziehbar wegen der durchgängigen Identifikation wohl der meisten Anteile an den entwicklungsbedingten Empfindungen eines Kindes, das mit Fug Hilfe und Unterstützung durch wohlwollende Erwachsene erwartet. Ich konnte nur immer wieder auf die Notwendigkeit verweisen, sich auch äußeren Stellen zu öffnen. Dies war lange Zeit unvorstellbar für Merle & Co. – wegen der erwähnten schlechten Erfahrungen mit Helfern, aber auch wegen der Drohungen der Täter, in diesem Fall sich die Tochter Amelie "zu holen". Nun drohte die Hoffnung wegzubrechen, die ich in den Anteilen gesät hatte. Nachdem jetzt ein anderes, besseres Leben vorstellbar geworden war, aber nicht erreichbar schien, die Täter zudem brutaler wurden, war die Situation für Merle & Co. schlimmer als zuvor! Hatte ich alles falsch gemacht? Hätte ich Merle & Co. von Anfang an ihrem Schicksal überlassen sollen?

Implizit sind Bindung, Intimität und Vertrauen durchgängig die hauptsächlichen Themen unserer gemeinsamen Arbeit. Aber auch Scham und Schuldgefühl, die Angst um andere Menschen und nicht zuletzt die seelische Vergiftung, – daß das Böse, das Merle & Co. erfahren (und teilweise gezwungenermaßen mitgemacht) haben, nie mehr aus ihnen rausgeht. Immer wieder kommt die flehende Bitte um Erlösung von den bösen Erinnerungen, dem bösen Wissen. (Schon am 17.4.17 bei dem Innenkind Kenny: "*Nun kann das doch niemals raus!*")

Dazu kommt, daß sich dissoziative Persönlichkeitsanteile nur wenig mit dem Leib identifizieren. Eher ist der Körper ein Vehikel des Ich, das mehr oder weniger gut funktioniert, allerdings unter Umständen anders aussieht, als bestimmte Anteile ihn zu sehen meinen. Nicht zuletzt ist der Körper Anlaß für die Tätergewalt und schon von daher meist ich-dyston. Manche Teilpersönlichkeiten haben sich ausschließlich innen weiterentwickelt – oder sind durch *inverse Programmierung*⁴³ der Täter entstanden. Für

⁴³ Dissoziative Anteile, die von den Tätern durch Folter gezielt erzeugt und zu speziellen Zwecken konditioniert werden. Es gibt in ihnen keinen Kern realer sozialer Erfahrung wie bei den genuin entstandenen Kinder- und Jugendlichenanteilen. Siehe hierzu u.a. bei Rachels & Blumen, Janik & Franzi, Laura & Nurse, Adele Anton: RITUELLE GEWALT, AUTISMUS UND MIND CONTROL – AUS UNSERER ERFAHRUNG (Berlin 2018: bei D+T)

Wird keiner helfen?

ihr Verständnis und ihre Erfahrung gehört der Leib nur zu den anderen Anteilen; manche inneren Ichs können sich Materie offenbar garnicht vorstellen. Ein solches inneres Ich hat das Mailen mit mir explizit als Denken wahrgenommen; das materielle Betätigen der Tastatur war ihm nicht bewußt. Andererseits vermeiden Anteile manchmal, besonders schlimme Tatsachen oder auch nur Möglichkeiten auszusprechen bzw. zu schreiben, *"denn dann wird es erst richtig echt für mich!"* Durch die schreckliche, inkonsistente Lebenssituation ist die Realitätsprüfung bei Überlebenden von Organisierter Rituellicher Gewalt generell beeinträchtigt, was von Fachärzten oder Klinischen Psychologen wohl nicht selten als Symptom einer psychischen Erkrankung fehldiagnostiziert wird. (Auch Momente von scheinbarem Beziehungswahn sind deshalb kein präpsychotisches Symptom.)

Die für die kindliche Entwicklung essentiellen Bindungserfahrungen konnten bei Opfern solcher Tätergruppen fast nur mit Tätern verwirklicht werden (Stockholm-Syndrom). Seelische, emotionale, moralische, kognitive Entwicklung ist damit nicht möglich. Auch so läßt sich die starke Innendifferenzierung bei Überlebenden mit DIS erklären. Da gibt es Lebensbereiche, unterschiedliche Gruppen von Anteilen, besondere Aufgaben (z.B. bei Merle Müller auch das Hüten von schreienden und Geborgenheit suchenden Innenbabys), intellektuell, literarisch, künstlerisch aktive Erwachsene und anderes. Selbst manche der durch die Täter in ihrem Sinne konditionierten Anteile (Täterintrojekte) tragen zugleich authentische seelische Intentionen in sich.

Nach bald 40 Jahren in Tätergewalt wird diese auch für hochintelligente erwachsene Anteile zum Naturgesetz. Für konkretes Nachdenken über Befreiung gab es vermutlich all die Jahre keinerlei Ansatz. Auch manche Beschützerpersönlichkeiten können die Orientierung an der Täterwelt kaum hinter sich lassen – und suchen Hilfe eher, damit es dem System innerhalb dieser Realität besser geht. Ein bei mir Hilfe suchendes offenkundig junges Kinder-Ich, das ich auf Erwachsene innen verwies, antwortete: *"aber die sind doch alle drin müssen kämpfen und auf alle anderen kleinen und ganz kleinen aufpassen"* (14.12.17). In gewisser Weise sind der Haupttäter ("Vati") und sein Opfer, Merle & Co., in gespenstischer Symbiose verbunden; diese dissoziativen Anteile, seine "Kinder" (wie er mir am 23.6.18 schrieb), ermöglichen ihm offenbar seit 35 Jahren das Ausleben seiner perversen Bedürfnisse, finanzieren sein Leben⁴⁴, er wiederum bedeutet für viele Anteile eine Art Zuverlässigkeit; ist Fixpunkt der einzigen Lebenswelt, die diese Opferkinder sich vorstellen können! – Andererseits gibt es unter den erwachsenen Teilpersönlichkeiten innen auch einige, die in traumatherapeutischen

⁴⁴ "Herr Graf raffs endlich! Halt dich raus! meine Geldquelle! Gehört mir!", schrieb er mir am 2.1.19.

Wird keiner helfen?

Fachbüchern nach Auswegen suchen und – bisher leider nur punktuell – konstruktive Gesprächspartner für mich geworden sind. (Nachdem ich die Beschützerin Amanda am 22.2.18 nach bestimmten Schrecklichkeiten gefragt hatte, die die Opferanteile mir nicht offenbaren wollten, antwortete sie: *"Ich könnte es erzählen, aber was würde das nützen? Die Teile die es erleben, erleiden müssen es aussprechen!"*)

Wohl nicht nur bei Merle Müller hat sich durch die lebenslangen Konditionierungen der Bereich der Täterintrojekte stark ausdifferenziert. Anne, Doris und andere Anteile mußten den grundsätzlichen Unterschied zwischen der Realität der Tätergewalt und der Virtualität von Flashbacks (d.h. auch, der inneren Aktivität von Täterintrojekten) erst innerhalb unseres Kontakts verstehen lernen. (*"Also das was die bösen innen mit mir machen passiert nicht wirklich? Das sind alles Dinge die schon waren?" Anne 19.2.18*) Die Täterintrojekte zeigen sich in Stunden ohne Täterzugriff innen als ergebene Knechte ihrer Herren: *"Die sind genau wie Vati du musst dir vorstellen als ob das dann weiter geht. Das ist so echt fühlt sich genau so an riecht schmeckt schmerzt genauso verstehst du Momo darum will ich nicht mehr leben die hören niemals auf! Es ist als ob Vati in mir ist. Niemals Ruhe"* (Anne 19.2.18).

Eine erwachsene Innenpersönlichkeit, Marlies (eine Beschützerin), schrieb dazu: *"Nun bitte versuchen Sie sich vorzustellen, ein Teil schreibt mit Ihnen. Aber alles was Innen ist, ist im Grunde immer präsent. Schwingt immer mit, bei allem was derjenige im Außen macht. Hauptsächlich in Form von Stimmen, von dissoziativen Symptomen, von GedankenEingabe von den Täterintrojekten. Doch die Täterintrojekte gehen weiter! Beeinflussen nicht nur das Handeln, das Schreiben... die Täterintrojekte übernehmen! Sie schreiben weiter...(...) Schrecklich ist, dass es bereits so viele Täterintrojekte gibt, dass immer mehr von denen aufwachen! Und nochmehr dazukommen. Diese sind noch wütender, fast wie ausgebildet... Weiß es nicht zu beschreiben. (...) Diese Täterintrojekte sind grausam BÖSE! Es scheint als ob es denen ihre konkrete Aufgabe wäre, alles an "Sicherheit" (die es ja eh kaum gibt) und all das was vertrauen zu Ihnen und mit dem entkommen zu tun hat auslöschen wollen. Uns auch untereinander zu "täuschen". Es ist wirklich sehr schwer in Worte zu fassen, es ist schrecklich und nicht vorstellbar."* (Marlies 14.3.18)

Täterintrojekten ohne Vorstellung von leiblicher Existenz ist das Unangemessene von sexualisierter Gewalt schwer zu vermitteln. Andererseits zeigen etliche autobiografische Zeugnisse, wie sich – vermutlich auch durch die weitgehende Körperlosigkeit vieler Anteile – das Bewußtsein in einem dissoziativen System zu einer *inversen Humanität* entwickeln kann: idealistisch, radikal, aber eben ohne Erfahrungen

Wird keiner helfen?

von der sozialen Realität; so ist es auch bei Merle & Co.⁴⁵ Als ich Anne die Unausweichlichkeit von Streit auch unter Freunden vermitteln wollte, widersprach sie: *"Das ist nicht richtig. Wenn Freunde sich weh tun streiten verschwenden sie Zeit. Zeit um was gutes zu machen. Böse Menschen tun weh das ist doch genug!"* (18.11.18) – Doris schrieb einmal: *"Was ist das Leben denn wert wenn man nicht mehr lieben kann?"* (16.7.17)

Vergewaltigungen, Folter, erzwungene sexuelle Erregung, erzwungene Beteiligung an Babymorden, Zwangsprostitution und übelste Beschimpfungen sind seelische Verletzungen, die zu Schuldgefühlen, Scham und Selbstekel führen. – *"Stellen Sie sich vor, Sie würden mich kennen, schon eine Weile. Ich bin ein ganz normales Kind wie jedes andere. Nun aber erfahren Sie so etwas über mich. Sie würden mich anders sehen! Sich ekeln! Sich fragen wie ein Kind so sein kann! Mich mit ganz anderen Augen betrachten! Das geht nicht mehr weg! Dieses Wissen über jemanden das man dann hat, dass hat man! Für immer! Genau wie die Verachtung! Dann spielt er doch keine Rolle mehr wie es war und wer schuld hat! Die Augen die einen dann anblicken....!!!! Können Sie das verstehen? Denn irgendwie haben Die doch recht. So fühlt sich Dreck an! (wertlos, wie Müll!) Das Die Dreck aus mir gemacht haben, wen wird das wohl interessieren!?"* (Nele 15.6.17)

"Es sind Dinge mit mir gemacht worden die ich NICHT wollte die ich niemals jemandem sagen kann. Weißt du es wundert mich eh immer wieder das du noch mit mir sprichst nachdem was du schon von mir weißt. Das Ganze tut nicht nur körperlich weh in der Zeit wo die mich haben. Nein es schmerzt auch jetzt es schmerzt immer! Es ist wie eingebrannt in meine Seele... wahrscheinlich ist das nicht zu verstehen... Aber das so Dinge wenn man die einmal weiß nur weiß nur gehört hat die gehen nicht mehr weg! Nie mehr! Die sind dann im Kopf..." (Doris 17.7.17)

Eine teuflische Variante von Gewalt ist es, den Leib eines Kindes, eines Mädchen konsequent auf jede nur mögliche Weise sexuell zu stimulieren, sodaß er irgendwann tatsächlich als die sexuelle Maschine funktioniert, als die ihn die Täter haben wollen. So geschah es Merle & Co. offenbar seit der Kindheit; das verzweifelte Bemühen einzelner Teilpersönlichkeiten, die entsprechenden Empfindungen zu vermeiden, in sich abzutöten, wird in den Mails deutlich. – Der Anteil Anne (15) wurde seit jener Zeit für die Zwangsprostitution konditioniert. Bis heute muß sie den perversen Freiern ihre

⁴⁵ Siehe unter anderem Liz Bijnsdorp und Rachels & blumen u.a. (im Literaturverzeichnis). – Durch die dissoziative Separierung von Impulsen wird bei Menschen mit DIS deutlicher als bei Nichtmultiplen, daß auch sozial unerfreuliche Regungen nicht ursprünglich "böse" sind, sondern Folge von Not, Angst, Konditionierungen und verfehlten bzw. verbrecherischen Interventionen anderer, von Nichtverstehen und Hilflosigkeit, – daß auch sie ihre Wahrheit haben und von daher integriert werden können.

Wird keiner helfen?

erzwungene Freiwilligkeit vorspielen. Ursprünglich meinte sie, damit die kleine Schwester schützen zu können, heute die Tochter Amelie. Erst jetzt konnte sie über tiefste Scham und Schuldgefühle im Zusammenhang mit der sexuellen Stimulierung nachdenken: *"Vati [der Zuhälter-Täter] sagt immer das ich das alles will. Genau das hat auch mein Vater gesagt" (...) "Ich will das alles nicht! Nicht anfasst werden gar nichts! Aber irgendwann ich weiß nicht warum fühle ich das es gut ist und dann will ich das wohl auch und dann Vati hört einfach nicht auf das Gefühl ist gut aber der soll aufhören! Das kann ich nicht verstehen was stimmt denn nicht mit mir?" (...) "Momo mir gefällt dann für einen Moment was der macht" (Anne 22.3.18)*

Die Anteile eines Menschen mit DIS identifizieren sich kaum mit dem Körper. So fordert Doris einmal: *"Ich will doch nur wissen wie und was ich tun kann soll damit mein Körper tut was ich will. Damit mein Körper funktioniert so wie er soll!!!" (28.2.18)* Auch aus diesem Grund kommen Impulse zur Veränderung der Lebenssituation (sprich: Befreiung) kaum durch das tägliche leibliche Leid. Seelisches Leid ist (wohl nicht nur bei diesem Opfer) offenkundig belastender als körperlicher Schmerz. Wegen der Zersplitterung in viele verschiedene Perspektiven, Standpunkte, Gewichtungen, Erfahrungen gibt aber auch dieses Leid kaum Kraft zur Veränderung.

Der trotz des persönlichen Kennens weitgehend schriftlich geführte Austausch machte es den der Tätergewalt leiblich unterworfenen Anteilen leichter, von den Schrecklichkeiten zu berichten, die zumeist mit Scham-, Schuld- und Ekelgefühlen besetzt sind. Doris schrieb schon früh: *"Es gibt so vieles anderes was die mit mir machen denkst du ich kann das irgendwann mal erzählen? (...) Das alles aufzuschreiben kann ich mir schon vorstellen. Das Problem wird nur werden erstmal darüber reden zu können! Kannst du dir vorstellen das Dinge passieren die so schrecklich sind das man diese nicht aussprechen kann?" (23.5.17)*

Für diejenigen Anteile von Merle & Co., die im Alltag handeln, entspricht es lebenslanger Normalität, daß sie häufig wissen, daß etwas Bestimmtes zu tun ist, ohne aber den Grund zu kennen. Der genuine intentionale Impuls, der für uns Menschen seit früher Kindheit natürlich ist, konnte sich auf diese Weise nicht oder kaum ins Erwachsenenleben hinein weiterentwickeln, ausdifferenzieren. Diese Anteile fühlen sich also auch jenseits der Täter als Marionetten einer unsichtbaren Hand. Selbstbestimmtes Leben ist nicht vorstellbar für sie; wo soll da die Motivation zur Befreiung herkommen? – Es soll weniger schlimm sein, ist das einzige für sie sinnlich vorstellbare Ziel. Aber selbst das ist wenig mehr als ein tiefer Wunsch, ähnlich wie

Wird keiner helfen?

Kinder sich in ein Märchen hineinräumen. Die Frage nach dem *Wie?* einer Veränderung der Situation stellt sich für diese Anteile, für diese versklavten Menschen kaum.

Sprachliche Lebendigkeit (einschließlich Melodramatik und Schimpfen) ist vielleicht die einzige konsistente Ausdruck von Freiheit für die lebenslang versklavte Merle Müller. In Beschimpfungen und Unterstellungen gegen mich spricht sich nicht nur situative kognitive Überforderung aus, Verzweiflung und die Angst, wie so oft im Leben verraten zu werden, "egal" zu sein, als "Dreck" behandelt zu werden, sondern auch die grenzenlose Wut, die gegen die Täter nicht gerichtet werden kann. Auch Momente der Opfer-Täter-Umkehr spielen mit. Wie erwähnt, sind Widerspruch, Kritik und Wut gegenüber dem Helfer aber auch wichtige Erfahrungen der Selbstbestimmung.

Es brauchte viele Monate, bis ich lernte, mit entsprechenden Ausbrüchen einigermaßen angemessen umzugehen. (Ja, therapeutische Arbeit bei fast täglicher brutaler Tätergewalt überfordert diese Opfer – aber was ist die Alternative?)

Im Laufe der Zeit sollte sich zeigen, daß einige Anteile, die Kontakt mit mir aufnahmen, nochmal in sich gespalten sind, – daß der aktivere Anteil konstruktiv lernen wollte und konnte, während in einem Subanteil Angst, Wut und Hilflosigkeit bewahrt wurden. Diese weitere Ausdifferenzierung⁴⁶ erklärt sich vermutlich mit der lebenslang anhaltenden Tätergewalt. Schwierig wurde dies, weil diese Anteil-Zwillinge so eng miteinander verbunden sind, daß sie kaum Bewußtsein für den dazugehörigen anderen Anteil haben. So entstand bei Doris, zu Beginn unseres Kontakts etwa 12 Jahre alt und noch ganz der Realität jener Zeit verhaftet, im Laufe der Monate eine Abspaltung für kindgemäße Ängste und Flashbacks, sodaß die ursprüngliche Doris mit mir weiterlernen konnte: eine in dieser Konstellation nützliche *dissoziative Regression*.⁴⁷

Andererseits existieren bei Merle & Co. kognitiv ausdifferenzierte erwachsene Teilpersönlichkeiten, die sich allerdings aufgrund der offenbar lebenslang fast durchgängigen Tätergewalt nur im Innen entwickeln und entfalten konnten. Manche von ihnen scheinen von der realen Tätergewalt nichts oder nur wenig wahrzunehmen, aber selbst manche, die sogar Traumafachbücher gelesen haben und das Persönlichkeitssystem, den Körper zu schützen versuchen vor irreparablen Schäden,

⁴⁶ Sie geht über die Konzeption der Strukturellen Dissoziation der Persönlichkeit (van der Hart/Nijenhuis/Steele) noch hinaus.

⁴⁷ *Dissoziative Regression* ist mein Begriff. Im Dezember 2018 zeigte sich analog dazu ein Sub-Anteil von Anne, der noch der Situation als 14jährige verhaftet war; über sie konnte ich Einzelheiten des Täterverhaltens damals erfahren. (Im Gegensatz zu kindlichen Anteilen, die ohne irgendwelche Kenntnisse der Gegenwart plötzlich auftauchen, wußte diese regressive Anne gleichwohl von Anfang an, wer ich bin, was für die große Nähe zwischen beiden Modifikationen von Anne spricht.)

Wird keiner helfen?

können sich aktives Handeln im sozialen Raum allenfalls punktuell vorstellen. Jedoch sind diese inneren erwachsenen Anteile im allgemeinen die stärksten, handlungsfähigsten Teilpersönlichkeiten – sie wissen es nur meist noch nicht. Ohne sie ist ein Ausstieg unmöglich. So bedeutete es mir viel, als die Beschützerin Ingrid schrieb: *"Hallo Mondrian, Es tut uns sehr leid das wir Ihnen soviel Ärger und Kummer machen. Wir versuchen wirklich uns selbst zu helfen. Die Täter und die Täterintrojekte machen es uns jedoch schwer, nahezu unmöglich, irgendwie Land zu sehen. – Anne hat es, wie ich finde, gut geschrieben. Den Teufelskreis aufgezeigt."*⁴⁸

Wir wissen sehr wohl, Sie möchten gern helfen, mehr tun können. Dafür sind wir Ihnen sehr dankbar. Vielleicht ist es Ihnen möglich, den "kleinen" Anne, Doris, Nora, Nele, Ronald und vielleicht dem Zerstörer etwas zu "helfen"? Sie müssten nicht viel tun, denen immer wieder klar machen, dass Hilfe kommt. ??? Sie DA sind. ???" (25.11.18)

Die Erwartungshaltung solcher Teilpersönlichkeiten an HelferInnen ist allerdings manchmal sehr groß: *"Ich wünschte ich wir uns das mal jemand wie Sie In uns hineinschauen könnte! Das alles klingt immer so schön einfach... auch wenn man es liest."* (Amanda 13.7.17) Aus therapeutischem Blickwinkel sollten gerade diese erwachsenen Ichs den "Kleinen" helfen. Dies habe ich häufig angemahnt, jedoch ist es ihnen noch immer kaum möglich. – Auch nach zwei Jahren fast täglichem Kontakt weiß ich von der Struktur des dissoziativen Systems erst wenig. Engagierte erwachsene Innenpersönlichkeiten äußern sich, aber nur punktuell. Die dissoziative Barriere zwischen dem ausdifferenzierten (unkörperlichen) Bewußtsein der Erwachsenen und einem Leib, der lebenslang ausschließlich als Foltergefängnis erfahren wurde, scheint unüberwindlich: *"Wir kommen nicht vorran. Treten auf der Stelle. Kommen von den Teufeln nicht los. Werden unter Druck gesetzt von vielen Seiten, erpresst und so weiter. Können weder vor noch zurück. Stecken in einem Körper fest, der seit Jahrzehnten Missbrauch, gequält und gefoltert wird. Ja, es tut mir leid wenn sich alles nach Vorwürfen anhört, so ist nicht gemeint. Pure, reine Verzweiflung und Angst!"* (Johanna 2.3.18)

Wenn die Teilpersönlichkeit Karin erklärt: *"Denn auch wenn es arrogant klingen mag, ich sehe das Multipelsein als Stärke."* (19.4.17), ist das ein hoffnungsvolles Bewußtsein, das jedoch bislang noch kaum genutzt werden konnte zum Ziel der Befreiung. – Wie wenig ich erst wußte von Merle Müllers dissoziativem Persönlichkeitssystem, wurde mir eklatant bewußt, als Anne einmal wie nebenbei erwähnte: *"Manche in mir sehen unser dasein als eine Art Experiment von einer*

⁴⁸ Bezieht sich auf Annes Text AUSWEG, den sie öffentlich auf Facebook gestellt hat. Ist enthalten in der vorliegenden Dokumentation.

Wird keiner helfen?

höheren Macht. Nicht Gott. Aber sowas. Für die es Unterhaltung ist zuzuschauen was passieren wird. Manche denken wir sind längst tot und es eine Art Traum die uns aufzeigen soll was mit uns passiert wäre hätte der Vater uns damals nicht getötet. (...) Ich denke mir sicher war ich so ein böser Mensch habe das mit anderen gemacht und nun bin ich im der Hölle dafür und muss es bis in alle Ewigkeit so ertragen. Darum kann ich uns auch nicht töten. Wir sind ja tot" (1.5.18)

Es ist nachvollziehbar, wenn sich bei einer seit der frühen Kindheit anhaltenden Versklavung ein multiples System mit besonders umfassender Vernetzung entwickelt, im Sinne eines rhizomatischen Geflechts, um die Fülle der traumatischen Situationen überleben zu können. Eine der Auswirkungen ist, daß bestimmte Bewußtseinsinhalte oder Kompetenzen innerhalb des gesamten Bewußtseinssystem verschoben werden können je nach aktueller Notwendigkeit. Dies zeigte sich bei Merle & Co. häufig. Traumatische Dissoziation und extrem gutes Erinnerungsvermögen sind zwei Seiten derselben Sache; Abspaltung heißt nicht löschen von Erinnerungen, sondern speichern in einem teilweise unzugänglichen Tresor, wobei alle Anteile füreinander zum Tresor werden. Keineswegs untypisch war es, als das sechsjähriges Innenkind Klaus sich nach einem halben Jahr an unseren damaligen, bislang einzigen und nur kurzen Kontakt erinnerte. Vielfältige neuropsychologische Verknüpfungen sind für uns Unos selbstverständliche Grundlage unserer Bewußtseins. Es gibt sie genauso bei Menschen mit DIS, nur sind sie dort anders strukturiert: nicht orientiert an der linearen Entwicklung eines einzigen Ich.⁴⁹ Wenn sich erwachsene Argumentation und sogar sexuelle Gassensprache bei dissoziativen Anteilen findet, die von ihrer biografischen, aber auch emotionalen Entwicklung zweifellos Kinder sind, kann daraus nicht geschlossen werden, daß entsprechende Anteile viel mehr von der Erwachsenenwelt verstehen könnten, "wenn sie sich nur bemühen". Ihre seelische und kognitive Entwicklung erfolgt nicht gradlinig, sie ist gebrochen, vielfältig vernetzt mit anderen Anteilen und braucht Zeit – umso mehr bei anhaltender Tätergewalt.

Die ausdifferenzierte Rhetorik als einzige ansatzweise freie zwischenmenschliche Handlungsmöglichkeit ist (vermutlich nicht nur bei Merle & Co.) Teil dieses allgemeinen Pools von Wissen/Erfahrung, der fallweise von verschiedenen Anteilen genutzt wird, ziemlich unabhängig davon, was sie im Hinblick auf ihr selbstempfundenen Alter wissen könnten. Dies führt bei HelferInnen (oder

⁴⁹ Allerdings deuten neuere säuglingspsychologische Forschungen darauf hin, daß auch die nicht durch Traumata gestörte neuropsychologische Entwicklung sich zunächst keineswegs auf ein konsistentes Ich hinzustreben scheint, wie es die einflußreiche psychoanalytische Entwicklungspsychologie (Margaret Mahler) annahm. Vergleiche hierzu von Daniel Stern: DIE LEBENSERFAHRUNG DES SÄUGLINGS (Stuttgart 1992) und Martin Dornes: DER KOMPETENTE SÄUGLING. DIE PRÄVERBALE ENTWICKLUNG DES MENSCHEN (Frankfurt/M. 1992).

Wird keiner helfen?

Strafverfolgungsbehörden) leicht zu Mißtrauen. Das selbstempfundene Alter einschließlich der dazupassenden Inhalte bezieht sich jedoch meist nur auf traumatische Zusammenhänge. Auch "kindliche" oder "jugendliche Anteile" dürfen also hinsichtlich ihrer "Entwicklungsphase" niemals gleichgesetzt werden mit Kindern oder Jugendlichen (Unos). Entwicklungspsychologie, Bewußtsein/theory of mind und Wissen, Kenntnisse, Fähigkeiten sind bei jedem Anteil individuell entstanden. Der Rückgriff auf unsere allgemeine Lebenserfahrung mit uns selbst oder mit anderen nichtmultiplen Menschen führt regelmäßig in die Irre.⁵⁰

Wir alle entwickeln in der Kindheit und Jugend Vorstellungen von uns selbst, von anderen Menschen und von der Welt, dem Leben, die auf unseren (kindlichen) Erfahrungen einschließlich der "pädagogischen" Einwirkungen anderer beruhen (*theory of mind, ToM*). Wenn jemand bereits als Kind in einer nahezu hermetischen Täter-Hölle ohne auch nur einigermaßen freie Entfaltung des Bewußtseins in die Welt hinaus aufwächst, kann sich bei ihm nur eine spiegelbildliche, ebenfalls hermetische, rekursive und dichotomische *theory of mind* entwickeln. Dies wird in der vorliegenden Dokumentation deutlich. Auch aus diesem Grund müssen wohl nicht wenige erwachsene Opfer entsprechender Tätergruppen als *hilflose Personen*⁵¹ verstanden und entsprechend (auch gemäß SGB XII) unterstützt werden.

⁵⁰ Apropos: In Selbsthilfeforen äußern sich oft kindliche Anteile in ausgeprägt kindlicher Diktion, sowohl was die Sprache (einschließlich provokant vieler Schreibfehler) als auch die Inhalte angeht. Ich habe solche überperfekt "normal-kindlichen" multiplen Anteile selbst nie erlebt und vermute, daß sich manche Kinderanteile bewußt an äußeren Kindern oder an der Erwartungshaltung erwachsener Unos orientieren, um auf diese Weise etwas Eigenes verkörpern zu können, nicht "nur Teil von etwas" zu sein. Zumal manche HelferInnen allzu gern Kontakte halten mit "richtigen" Kindern in einem multiplen System.

⁵¹ Als *hilflose Person (HILO-P)* werden im polizeilichen Tätigkeitsfeld Personen bezeichnet, die sich nicht selbst aus einer gefährdenden Situation befreien können. Im Zusammenhang mit Zwangsprostitution/Menschenhandel findet sich dieser Begriff bereits im Strafrecht; hier meint er Frauen und Mädchen, die (erst) ab dem Jugendalter versklavt werden. Ihr Verständnis von der Welt ist – bei allen vorstellbaren Zwängen schon in der Kindheit – zweifellos orientiert an der realen sozialen Welt, sie wissen grundsätzlich, welche Funktionen Behörden, Polizei, Gerichte, Arbeitgeber haben und gehen davon aus, daß es grundsätzlich Menschen gibt, die nichts Böses im Sinn haben. Das alles wissen versklavte Frauen/Kinder mit DIS nicht unbedingt.

Wird keiner helfen?

"Das diese Dinge geschehen sind bzw. leider noch geschehen sind doch Resultate der Gesellschaft... zu vieler Menschen die wegschauen... VIELER!!! Da hat nicht ein bestimmter schuld! " (Doris, 9.5.17)

"Doch ich weiß es aber warum sagen keiner wird es glauben!" (Doris 4.6.17)

"Aber es geht doch nicht nur um mich! Das was die tun und getan haben muss bestraft werden! Du sagst mir mein Vater ist tot! Er wird niemals eine adäquate Strafe dafür bekommen was er mit mir gemacht hat... aber diese Männer leben werden doch nicht aufhören nur weil ich weg bin... weißt du was ich meine?" (Doris, 9.6.17)

" Ich will mein Baby! Die haben es aus mir raus geholt!" (Nele 13.6.17)

"Es aufschreiben um anderen zu helfen? Könnte ich mir schon vorstellen aber es gibt eben vieles was weder geschrieben noch gesprochen werden kann oder darf. Und die Frage ist doch multipel zu sein ist doch wie soll ich sagen? Ich könnte mir denken jedes System ist einzigartig.? Funktioniert auf seine Weise autonom.? Falls ich hier irgendwas begriffen habe???? Wie sollte dann ein Einzelfall helfen?" (Doris 17.7.17)

"Wir müssen den Menschen die Augen öffnen!" (Doris 31.7.17)

"Und ich denke andere Menschen die nichts damit zu tun haben sollten informiert sein. Um es zu verstehen und helfen zu können! Ich denke viele hören und sehen es, aber verstehen nicht was da eigentlich vor sich geht!" (Doris 9.9.17)

"Frei sein... wie soll das gehen? Eigentlich möchte einfach nur tot sein! Meine Ruhe haben!" (Anne 14.2.18)

" Keiner würde mir noch helfen wenn er wüsste!" (Anne 5.3.18)

" WARUM BIN ICH KEINE HILFE WERT?" (Kleine Doris 30.3.18)

"Bitte sei kein Traum! Die BÖSEN dürfen doch nicht die Gewinner sein!" (Doris 1.3.18)

"Mo wir geben nicht auf! Wir kämpfen weiter eines Tages sind wir frei ohne Angst!" (Doris 2.4.18)

"Kann kein anderer uns helfen diese schrecklichen Männer verraten?" (Doris 4.4.18)

"Ja Mondrian, eine Veröffentlichung über unser System... das wird dann ein dickes Buch...!" (Merle 6.4.18)

" Verraten, verarscht, wertlos, zuviel, nicht gewollt... das sind so viele Gefühle vermischt mit unsagbar viel Wut!" (Merle 10.4.18)

"So ein kleines Baby hat sich gerade auf diese Welt gekämpft und wird getötet das ist ganz falsch!" (Anne 26.4.18)

"Vielleicht wenn der mein Baby doch nicht tötet dann wird sie es mal lesen können das ich nicht niemals aufgegeben habe!" (Anne 1.5.18)

"Schreib das Buch bitte für andere Menschen!" (Anne 17.5.18)

"Sieh doch es ist egal ob andere irgendwas lesen – Ich bekomme noch mehr Ärger aber keiner hilft" (Doris 5.12.18)

"Du kannst es dir vorstellen und wirst das nicht in Frage stellen. Aber andere Menschen denken das ist nur aus schlechten HorrorFilmen" (Doris 23.12.18)

"Seele brennt" (Doris 29.12.18)

Wird keiner helfen?

"Muss machen Nehme Messer nicht Töte nicht mein Baby Schreit Kann nicht helfen Kann nicht helfen Kann nicht helfen" (Flashback Anne 30.12.18)
"Bitte Mein Baby Will mein Baby habe Hilfe Keiner hilft Kann nicht hin Nicht helfen Schreit So laut Bin doch Mama Muss beschützen Aufpassen Muss helfen (...)
Nicht mit Polizei reden Nichts sagen Lassen nicht aus Kiste Nichts sagen Alles ausgedacht sagen" (Anne Flashback 2.1.19)
"Baby Konnte nicht helfen Fest gebunden Konnte nicht hin Nicht bewegen" (Anne 8.1.19)
"Momo bitte töte mich" (Anne 8.1.19)

Anlaß der vorliegenden Veröffentlichung ist Merle Müllers offenbar fast hoffnungslose Situation⁵² – und meine Weigerung, zu glauben, daß diese Gesellschaft, dieser Staat untätig zuschauen will bei einem derartigen Schicksal. Hier geht es nicht um Überlebende, die bereits befreit wurden oder sich befreit haben. Diese können – zumindest theoretisch – Ansprüche an öffentliche Unterstützungsmöglichkeiten geltend machen.

Viele Anteile bei Merle & Co. wollen befreit werden, würden auch aussagen vor den Strafverfolgungsbehörden – wären da nicht die Drohungen der Täter, in diesem Fall die Tochter Amelie zu töten. Seit früher Kindheit haben Täter den Anteilen bewiesen, daß sie töten können. Zuerst ein Meerschweinchen, dann eine Katze, dann das erste eigene Kind, da war Merle zwölf Jahre alt. Später andere Babys, fremde wie auch eigene.

Die Wahrscheinlichkeit mag gering sein, daß die Täter Amelie zu töten versuchen würden – was hätten sie davon? Mit Sicherheit eine großangelegte Fahndung. Aber keine psychotherapeutische oder sozialarbeiterische Unterstützung kann dieses Risiko ignorieren. Merle & Co. haben sich entschlossen, sich für Amelie zu opfern. Die Tätergewalt auszuhalten, bis die Tochter 18 Jahre alt wäre, und dann ein Ende zu machen: sich selbst zu töten. Daß Opfer solcher Tätergruppen sich für Angehörige, zumal Kinder opfern, dürfte nicht selten sein.⁵³

⁵² Siehe hierzu auch das Gespräch mit dem sehr rational nachdenkenden Anteil Kerstin am 10.3.18.

⁵³ Belegbar ist dies bei zwangsprostituierten Frauen, die als Erwachsene aus Osteuropa oder Afrika/Asien eingeschleppt wurden. Siehe für den Bereich der Ritualen Gewalt: Janik: STERBEN UM ZU LEBEN – AUSSTIEG AUS DEM ORGANISIERTEN VERBRECHEN (in: Rachels & Blumen, Janik & Franzi, Laura & Nurse, Adele Anton: RITUELLE GEWALT, AUTISMUS UND MIND CONTROL – AUS UNSERER ERFAHRUNG; Berlin 2018: A+C online)

Wird keiner helfen?

Morde an Babys sind verständlicherweise der am wenigsten für realistisch gehaltene Aspekt im Zusammenhang mit Organisierter Rituelle Gewalt.⁵⁴ Selbst falls manche der von Merle & Co. berichteten Tötungen nur getürkte Drohungen waren: die Realität des Mordes an den erwähnten eigenen Babys scheint zumindest mir anhand der vorliegenden Mails kaum zu bezweifeln. Immer wieder kommen verschiedene Anteile auf entsprechende Erfahrungen zurück (so Anne am 24.4./1.5./11.5.18, Nele am 13.6.17, Nora am 21.6.17). Ebenfalls am 1.5.18 zitiert Anne einen der Täter: *"Weil die blöden Männer ständig gesagt haben eine schwangere zu ficken ist noch geiler"*. Am 3.12.18 erwähnt ein jugendliches männliches Ich: *"Wollen immer mehr Babys" – Wo haben sie die her? – "Na vom Körper!"* Mehrfach gibt es Hinweise auf Muttermilch, wie in einem nur mühsam-stockenden⁵⁵ Bericht von Anne: *"Momo wenn ein Baby im Bauch ist - Kommt doch Milch aus Brust - Baby ist weg - Trinken noch - Will das nicht - Tut weh - Für Baby - Nicht blöden Männer - Wann ist die alle - Die aufhören - Will das nicht - Warum machen die das – Kann ich das stoppen irgendwie –"* (Anne 8.1.19)

Die Existenz der Organisierten Ritualen Gewalt wird mittlerweile kaum mehr bestritten; Strafverfolgungsbehörden verweisen jedoch auf die Schwierigkeit, beweisbare Tatbestände zu finden. Nachvollziehbar, wenn die Taten viele Jahre in der Vergangenheit liegen. Hier aber geht es um gegenwärtige, tagtägliche Schrecklichkeiten! Es geht um den Hilferuf eines Opfers an die Gesellschaft, deren zufällige Adressaten die Fachkräfte der Traumastation einer Universitätsklinik und ich sind. Mittlerweile gibt es auch kleinere Texte und Stellungnahmen, die von Anteilen öffentlich auf Facebook gepostet werden und dort Betroffenheit, Solidarität und Mitgefühl finden.

Befreiung in dieser Situation erfordert die tätige Unterstützung staatlicher Institutionen. Es geht um dauerhaften Schutz für Mutter und Tochter. Das ist von einzelnen HelferInnen nicht zu leisten, hierfür bedarf es der organisatorischen Kooperation verschiedener staatlicher und gemeinnütziger Stellen.⁵⁶ Dies wiederum setzt zumindest grundlegende Kenntnisse über die psychische Situation entsprechender Überlebender voraus.⁵⁷ Ein wesentlicher Aspekt dabei ist, daß solche Opfer in mancher

⁵⁴ Auch ich hatte derlei für übertrieben gehalten, als ich 1996 in Michaela Hubers Buch *MULTIPLE PERSÖNLICHKEITEN* erstmalig davon las. Das hat sich im Laufe der nächsten Jahre geändert.

⁵⁵ Im Original stehen die einzelnen Satzteile untereinander.

⁵⁶ Siehe hierzu den ausführlichen Bericht eines von TraumatherapeutInnen initiierten Projekts zur Unterstützung von Überlebenden: *VIELSEITS. DIE ERSTEN VIER JAHRE*. Erhältlich über <https://www.vielseits.de/>.

⁵⁷ Im Gespräch mit einer polizeilichen Mitarbeiterin eines Landeskriminalamtes, innerhalb eines Referats, dessen Aufgabe Strafverfahren im Zusammenhang mit sexualisierter Gewalt sind, mußte diese sich erst von mir erklären lassen, was Dissoziation ist. Sie hatte das Wort noch nie gehört.

Wird keiner helfen?

Hinsicht keine selbstverantwortlich entscheidungsfähigen Erwachsenen sind, sondern hilflose Personen. Dies auch dann, wenn einzelne dissoziative Anteile sehr kompetent sind innerhalb ihrer Aufgaben im Alltag. *Hilflose Person* ist allerdings nicht im Sinne einer psychischen, somatischen oder kognitiven Beeinträchtigung zu verstehen, vielmehr eher so, wie Kinder hilflos sind.

Anlaß dieser Veröffentlichung ist es, Merle Müllers Hilfeschrei einer weiteren Öffentlichkeit zugänglich zu machen, – den Menschen die Augen zu öffnen, wie Doris mehrfach betont hat. Ist es möglich, daß in einem der reichsten Länder der Erde die öffentlichen, staatlichen Stellen solche Opfer ihrem Schicksal überlassen – oder der zufälligen und unzureichenden Unterstützung einzelner TherapeutInnen und Angehöriger? Daß das staatliche Gewaltmonopol hier nicht tätig wird? Daß die polizeiliche Aufgabe der Gefahrenabwehr hier nicht trägt? Daß nicht über Zeugenschutz nachgedacht wird?

Die Mails von Merle & Co. stehen für ungeschriebene Zeugnisse hunderter Opfer⁵⁸. Zu wenig, um staatliches Handeln zu rechtfertigen?

⁵⁸ Claudia Igney: STAND DER FORSCHUNG IN DEUTSCHLAND, in: Claudia Fliß und Claudia Igney (Hrsg.): HANDBUCH RITUELLE GEWALT (Lengerich 2010)

Wird keiner helfen?

Opfer von Organisierter Rituellicher Gewalt suchen aus verschiedenen, einander ergänzenden Gründen selten selbständig Hilfe

- Lebenslange Erfahrungen, daß ihnen nicht geglaubt wird (Anteile von Merle Müller hatten sich als Kind, als Jugendliche und als junge Erwachsene an pädagogische Kräfte sowie an die Polizei gewandt; geglaubt wurde den Eltern). Dabei greift die (bei Merle Müller nahezu tägliche) Gehirnwäsche der Täter nach dem Motto: "Dir wird nie jemand glauben!" nahtlos in die reale Tabuisierung des Themas in der Öffentlichkeit.
- Sozial einigermaßen integrierte Außenpersönlichkeiten sind meist komplett amnestisch für die aktuelle Realität der Tätergewalt. Selbst unspezifische körperliche Symptomatik oder Intrusionen werden immer wieder abgespalten und rationalisiert. Die Außenpersönlichkeit tut alles, um weiterhin sozial angepaßt zu bleiben; so ist es auch bei MerleMama.
- Häufige Konditionierung solcher Täter ist es, in eine Psychiatrie zu kommen und dann als "irre" zu gelten, sofern sie sich an Ärzte wenden. Leider ist das noch immer nicht ganz unrealistisch, zumal Opfer oft die Erfahrung machen, daß Fachleute nichts von DIS verstehen.⁵⁹
- Selbst den wenigen Außenstehenden, denen die Realität der extremen Gewalt nahegebracht werden kann, begreifen nicht, warum das erwachsene, eloquente, klardenkende Opfer nicht flieht, nicht zur Polizei geht, wieso die Betroffene behauptet, es nicht zu können. (Dies schürt dann wieder das Mißtrauen: Vielleicht stimmt es gar nicht? Ist sie nur psychotisch?)
- Sich als mitschuldig an schlimmen Taten zu sehen, trägt ggf. mehr zum Selbstwertgefühl bei, als ständig nur als hilfloses Opfer verstanden zu werden. Die Motivation, zur Polizei zu gehen, kann dies allerdings nicht stärken.

⁵⁹ Der Anteil Doris berichtete mir (29.12.18) von einer Psychologin, die von ihr wissen wollte, was denn bei DIS der Unterschied zu Schizophrenie sei. – Es gibt Fehldiagnosen (manisch-depressiv, paranoid-halluzinatorisch, Borderline-Persönlichkeitsstruktur), Fehlmedikation, Zwangseinweisung (wegen Selbstgefährdung), Trigger beim Aufenthalt in akutpsychiatrischen Stationen (mit entsprechender "Exazerbation" des "Krankheitsbildes"). Erst sehr zögernd machen sich allgemeinspsychiatrische Krankenhäuser mit Symptomatik, Diagnostik und therapeutischem Umgang bei traumatischer Dissoziation vertraut.

Wird keiner helfen?

- Polizei und andere Behörden werden von Tätern als mit ihnen verbündet dargestellt.⁶⁰ (Bei Merle Müller gehören zur Tätergruppe offenbar tatsächlich einzelne Polizisten, die – anscheinend bereits in der Kindheit – in Uniform und auch mithilfe der Dienstwaffe Gewalt ausüben.)
- Für sie unverständliche und mißtrauererregende organisatorische Zusammenhänge in der Außenwelt (Behörden, Beweissicherung, Kostenübernahme, Ausfall von Therapiestunden, Verfügbarkeit von Einzelzimmern im Krankenhaus, Funktion von Jugendamt und Vormundschaftsgericht u.v.m.).
- Tiefe Scham wegen der Taten, in die sie verstrickt sind/waren, verstärkt durch Beschimpfungen/Zuschreibungen/Konditionierungen der Täter (Hure sein, eklig sein). Hier nutzen die Täter entsprechende Ausgrenzungsmechanismen der gesellschaftlichen Normalität.⁶¹ Menschen mit DIS haben lebenslang trainieren müssen, nicht aufzufallen, nichts von ihrem Leid zu zeigen; das unterscheidet sie von anderen Menschen, bei denen die Hilfesuche wegen des Leidensdrucks im allgemeinen vorausgesetzt werden kann. Im Laufe der Jahre kann dieses Zwang zur Tarnung ins Selbstwertgefühl inkorporiert werden; so erklären Doris, Anne und Merle-Mama mehrfach, Hilfebedürftigkeit, Ängste, Schwäche auch nur dem klinischen Psychologen anzuvertrauen, sei *"doch peinlich!"*
- Durch die extrem starke soziale Isolation (bei der täterseitige Konditionierungen und konventionelle soziale Ausgrenzungsmechanismen ineinandergreifen) bedeuten die wenigen einigermaßen verlässlichen sozialen Kontakte eine Überlebensressource, die gefährdet erscheint, sobald die Situation des Opfers bekannt wird. – *"So lange Zeit hab ich Angst gehabt war wütend weil es keiner geglaubt hat, keiner geholfen hat und nun hab ich Angst das jemand es glaubt"*, schreibt Doris (6.12.18) bei der Perspektive polizeilicher Vernehmungen.
- Lebenslang orientiert an minimalen Erleichterungen ihres Lebens, vermeiden Opfer, deren Verlust zu riskieren. Weitergehende Hoffnungen zu entwickeln, fällt ihnen eh schwer.⁶²

⁶⁰ Mit dieser Taktik der Täter könnte zusammenhängen, daß in Publikationen oft von weltumspannenden Täterorganisationen ausgegangen wird, von Tätern "in den höchsten Kreisen". Es liegt auf der Hand, daß Prostitutionskunden für gewaltpornografische Angebote, Bilder und Videos viel Geld bezahlen müssen (und sie deshalb eher zu den gutverdienenden Kreisen der Bevölkerung gehören dürften), ebenso wissen wir, daß entsprechende Bilder und Videos global verkauft werden. Darüberhinausgehende Annahmen in dieser Richtung dürften bisher spekulativ sein; sie spielen denjenigen zu, die diese Tatbestände insgesamt leugnen möchten.

⁶¹ Jeder von uns würde es gerne vermeiden, sich mit einer Frau über dieser angetane gewaltsame Stimulierung multipler Orgasmen oder erzwungene Koprophagie unterhalten zu müssen.

⁶² Der Rückzug auf die immer weniger tragfähigen Annehmlichkeiten, die alleinige Orientierung auf das bloße "Aushalten" des Terrors zeigte sich auch bei der schrittweise ausgegrenzten jüdischen Bevölkerung während der NS-Zeit. (Siehe zu Beispiel Friedrich Berg: DAS MÄDCHEN FLEUR; 1948, Neuausgabe Leipzig 2010: A+C) Diese Prioritätensetzung ist zweifellos phylogenetisch angelegt bei uns allen.

Wird keiner helfen?

- Ethische Bedenken, andere Menschen mit der Information über derart grauenhafte Taten zu belasten. Auch das Empfinden der Schrecklichkeiten wird realer, wenn jemand sie in Worte faßt.⁶³
- Überzeugung, in der Außenwelt (Polizei) selbst als Täterin zu gelten und bestraft zu werden (auch dies wird von den Tätern eingeredet): "*Vati sagt wenn die Ärger bekommen werde ich auch ins Gefängnis kommen*" (Anne 16.2.18)⁶⁴ – "*Opferungen sind nötig Du wirst machen Gehörst zu uns Bist Mörder Wirst kein Wort sagen Bist genauso dran Fährst ein Wirst dein Maul halten müssen*" (Flashback 24.12.18)
- Innersystemische Konflikte der verschiedenen innersystemischen Fraktionen (auch durch die Täter aufeinander gehetzt), unterschiedliche Haltungen, Überzeugungen.
- Selbstverständnis, ein Kind zu sein (mit der tiefen Überzeugung, daß Erwachsene helfen und schützen müssen) – Haben die Opfer erst einmal gelernt, daß die Täter "das nicht dürfen", daß sie böse sind, entsteht die selbstverständliche Erwartung, daß die Täter bestraft werden müssen und sie selbst Hilfe bekommen, sobald jemand von ihrer Situation weiß: "*Ich dachte ich muss nur jemanden finden der mir glaubt!*" (Anne 14.2.18) – die kindliche Haltung gegenüber gut und böse, die nichts von gesellschaftlichen Kriterien weiß (Beweisbarkeit, hoheitliche Aufgaben, Gewaltmonopol, Unterschied Kind ./.. Erwachsener).
- Die Täterwelt ist der einzige einigermaßen vorhersehbare Bezugsrahmen; die Opfer können sich andere Normalität oder gar soziale Zugewandtheit nicht vorstellen. Zumindest bei Merle Müller können sich viele Anteile aktuelle Hilfe nur als Erleichterung vorstellen; daß die Tätergewalt in jedem Fall immer weitergeht, ist lebenslange Grunderfahrung.⁶⁵
- Durchgängige Lebenserfahrung ist es, abgelehnt zu werden. Selbst jede minimale Meinungsverschiedenheit mit HelferInnen oder organisatorische Schwierigkeiten in der Außenwelt werden als Verrat, als alleingelassen interpretiert. (Doris in einer SMS am 19.12.18, nach einer situativen Abgrenzung meinerseits: "*Macht dir Spaß! Brauche niemanden! Dachte du bist lieb aber es gibt nur böse*")

⁶³ "*Ja ich möchte das andere das wissen und gewarnt werden! Du sagst in Worte fassen. Aber Mo genau das ist ja das Problem! Dafür gibt es keine Worte! Das ist zu grausam! Eigentlich sollte niemand wissen was die tun. Niemand sollte mit dem Wissen belastet werden!*" (Doris 6.12.18) – "*Und das was die tun selbst wenn es mir gelänge es in Worte zu bringen möchte ich nicht das es jemand weiß*" (Doris 23.12.18) – "*Wenn ich darüber nachdenke ist es nicht echt aber wenn ich es dir sage schon*" (Anne 22.3.18)

⁶⁴ "Vati" ist der Zuhälter-Täter (wohl seit über 30 Jahren), der sich so nennen läßt. Zweifellos wurde auch diese Drohung bereits vom realen Vater angewandt; für sehr kindliche Anteile sind beide identisch.

⁶⁵ "*Ich denke nicht das Hilfe retten ist! Hilfe kann doch sehr vieles sein was ein anderer für jemanden tut. Dieses RETTEN ist doch das große Ganze! Das frei sein! Das Ziel des Ganzen!*" (Anne 29.4.18) – Aber dieses Ziel des Ganzen ist – nicht nur für Anne – geradezu mythisch, wie der christliche Himmel nach dem Tod.

Wird keiner helfen?

- Offener Meinungs Austausch ist Menschen fremd, die lebenslang unter brutaler Strafan drohung Befehle entgegennehmen mußten. Selbst wenn jemand konsistent auf sie eingeht, können sie die einfache abweichende Meinung des Gegenübers oft nur so verstehen, daß dieser "nicht zugehört hat" oder daß sie selbst noch nicht gut genug erklärt haben.
- Durchgängige Erfahrung, daß (scheinbare) Zugewandtheit böse Folgen hat. Das war schon bei den ersten Tätern in der Kindheit so (Vater, Eltern). Zugewandte LehrerInnen u.dgl. haben sich abgewandt, Polizisten haben letztlich nicht geholfen, TherapeutInnen nach zugewandtem Erstgespräch die Therapie nicht übernommen, FreundInnen waren überfordert; aber die Täter haben solche Enttäuschungen auch gezielt inszeniert.⁶⁶
- Bindung bestimmter Anteile an Täter (Stockholm-Syndrom; Täter sind ggf. primäre Bezugspersonen, wollen vom Täter noch geliebt werden. – Wir haben das tiefe Bedürfnis, zumindest von einem Menschen geliebt zu werden und ihn liebhaben zu können).
- Täter verwirren ständig, interpretieren auch zufällige Koinzidenzen, um zu dokumentieren, daß sie die Macht haben, alles in ihrem Sinn zu steuern.
- Durch die entsprechenden Erfahrungen mit den Tätern wirkt jede räumliche Nähe zu anderen Menschen in der Öffentlichkeit als Trigger: Rauch-, Alkohol- und Schweißgeruch, jammernde, weinende oder schreiende Kinder, schimpfende Erwachsene. Nicht nur Anmachversuche und fixierende Männerblicke, sondern jeder auf ihm ruhende Blick läßt das Opfer überzeugt sein, das Gegenüber "*weiß, was ich bin*".
- Nicht zuletzt natürlich auch die konkrete Angst vor der scheinbar unbegrenzten Macht der Täter, alles in ihrem Sinn durchzusetzen, ihre scheinbar einschränkungslose Bereitschaft, jeden Menschen zu töten, den zu töten sie ankündigen.⁶⁷
- Einerseits vermitteln wir als HelferInnen der Betroffenen, daß sie an allem Bösen unschuldig ist. Daß sie als Opfer Hilfe von außen beanspruchen kann und sollte. Andererseits trägt es nicht zum (für die Befreiung unverzichtbaren) Selbstwertgefühl bei, ständig auf die Opferrolle festgelegt zu werden, die mit Hilflosigkeit und Schwäche konnotiert wird. Das verstärkt das Beharren von Überlebenden, situativ ebenso wie die Täter verantwortlich zu sein an etwas Bösem. Dies stärkt die vergiftete Bindung an Täter (Stichwort: Stockholm-Syndrom) und verringert zugleich die Motivation, sich der Polizei zu offenbaren.

⁶⁶ "Du sagst Freundschaft aber Mo alle sind zuerst Freunde! Wenn du böse bist auf mich wirst du einfach weg sein mich einfach allein lassen! Weißt Du?" (Doris 5.4.18)

⁶⁷ Siehe das exemplarische Gespräch mit dem Persönlichkeitsanteil Anne am 7./8.3.18.

Wird keiner helfen?

Ein Schwerpunkt dieser Veröffentlichung ist es, die konkrete Situation, die Reflexion, das Empfinden, die *theory of mind* von Menschen (zumeist Frauen) zu verdeutlichen, die von Tätergruppen des organisierten Verbrechens versklavt werden: Menschenhandel, Zwangsprostitution, Rituelle Gewalt, Mind Control. Das sind nicht einfach Menschen mit einer abgrenzbaren und dignostizierbaren "Störung", sondern jede von ihnen ist eine menschliche Ganzheit, die in schwer nachvollziehbarer Weise in jeder Minute um ihre Integrität, letztlich um ihr Überleben kämpft. Und dies nicht in afrikanischen oder asiatischen Kriegsgebieten oder verirrt im Dschungel, auch nicht im KZ der Nazis, sondern hier unter uns, umgeben von Mitmenschen ... und doch wie unsichtbar. Im öffentlichen Diskurs kommen sie nicht (oder kaum) vor. Niemand kommt auf sie zu und reicht ihnen die Hand. Noch immer lebt tief in ihrem Innern die Überzeugung, daß "helfen" etwas Natürliches ist, ein Grundbestandteil des menschlichen Lebens, – aber es geschieht nicht. Niemand hilft, Jahr um Jahr nicht. Institutionalisierte HelferInnen wenden sich ab, sofern das entsprechende Betreuungssetting von den Betroffenen nicht genutzt werden kann oder sobald die Finanzierung ausläuft. "Wenn nicht der größte Teil der Innenpersönlichkeiten die Befreiung von den Tätern befürworten und unterstützen, ist ein Ausstieg, ist Therapie nicht möglich." So oder ähnlich steht es in Fachbüchern. Aber der Satz ist unvollständig. Ein Ausstieg ist dann angesichts der kaum vorhandenen staatlichen Unterstützung nicht möglich! – Derselbe blinde Fleck mußte überwunden werden, als es um die Integration (später: die Inklusion) körperlich wie psychisch und kognitiv beeinträchtigter Mitmenschen ging. Wer würde infrage stellen, daß Merle Müller (und viele andere Überlebende derartiger jahrezehntelanger Folter und Konditionierung/Mind Control) zu dem durch die Behindertenrechtskonvention der UN gemeinten Personenkreis gehört?⁶⁸

Durch das hier vorliegende Zeugnis wird nachvollziehbar, daß das Eingreifen von Strafverfolgungsorganen bei erwachsenen Opfern von Rituellicher Gewalt (mit DIS) sich orientieren muß an kindlichen Opfern von Straftaten: es kann nicht gewartet werden, bis das Opfer⁶⁹ selbst sich äußert – aufgrund der Ängste und der entwicklungspsychologischen Struktur des Persönlichkeitssystems wird dies eventuell nie geschehen. Für Opfer von Rituellicher Gewalt bei bestehender Tätergewalt sind spezielle Anlaufmöglichkeiten nötig. Geschützte Lebenssituationen und interdisziplinäre Vernetzungen müssen zur Verfügung stehen bereits vor der Befreiung.

⁶⁸ <https://www.behindertenrechtskonvention.info/>

⁶⁹ Bei von extremer Gewalt betroffenen Menschen schreibe ich im allgemeinen lieber von "Überlebenden". Wenn es um Menschen geht, die von derartigen Tätergruppen versklavt werden, paßt dieser Begriff jedoch nicht gut – denn es ist sehr ungewiß, ob die Betroffenen diese Gewalt überleben werden.

Wird keiner helfen?

(Dies gilt analog zu Opfern von Zwangsprostitution, die als Erwachsene eingeschleust wurden.)⁷⁰ Schutz, auch von eventuellen Kindern (die als Drohung genutzt werden), muß vorrangig sein (analog zu Frauenhäusern). – Die gnadenlose soziale Isoliertheit solcher versklavten Opfer (jedenfalls der allermeisten Persönlichkeitsanteile) ist ein Grundproblem, das Fehlen jeder Erfahrung mit der konventionellen Alltagswelt ein anderes. Wegen der durchgängig schlechten Erfahrungen mit anderen Menschen gibt es kaum Hoffnung auf Hilfsmöglichkeiten in der Außenwelt. Durch entsprechende Öffentlichkeitsarbeit sollte sowohl die Existenz solcher Tatzusammenhänge als auch von Anlaufstellen verbreitet werden. Die Tabuisierung des Themas – weil wir alle solche Schrecklichkeiten nicht wahrhaben wollen und eventuell auch aus anderen Gründen – muß aufgelöst werden.⁷¹

Traumatherapeutische Fachbücher zum Thema Organisierte Rituelle Gewalt sind unersetzbar, auch die darin enthaltenden Zusammenstellungen von Schrecklichkeiten, von Lügen und Tricks, von Konditionierungsmethoden von Tätern, mit therapeutischen Erfahrungen, mit Ergebnissen von Umfragen unter TherapeutInnen, in denen Formen von Folter, Mißbrauch, Gewalt, Demütigung aufgeführt werden... – über die subjektiven Empfindungen von Opfern, ihre *theory of mind* können solche Veröffentlichungen kaum etwas vermitteln. Die Realität von multiplen Teilpersönlichkeiten in ihrer (Mit-)Menschlichkeit, ihrem Alternieren zwischen innen und außen, zwischen Vergangenheit und Gegenwart, zwischen unterschiedlichen Quellen von Erfahrung und Wissen wird für uns "Unos" (nicht multiple Menschen) wohl immer extrem schwer nachzuempfinden, also letztlich: glaubhaft sein. Eine grundlegende affektive Nähe zu solchen Betroffenen dürfte allerdings Voraussetzung sein, um Traumaüberlebende mit DIS nachhaltig zu unterstützen. Autobiografische Zeugnisse, Selbstberichte und auch die hier vorliegende Dokumentation sind für TherapeutInnen und andere HelferInnen unverzichtbare Ergänzungen der konzeptionell und notwendigerweise verallgemeinernd angelegten Fachveröffentlichungen.

Der Prozeß der Befreiung bedeutet eine grundlegende psychische Transformation. Die pausenlos geschürte Lebensangst, Scham, Hilflosigkeit, die Wut, die niemals zutage treten darf, der Selbsthaß, das Weltbild einer fugenlosen Täterwelt, das alles

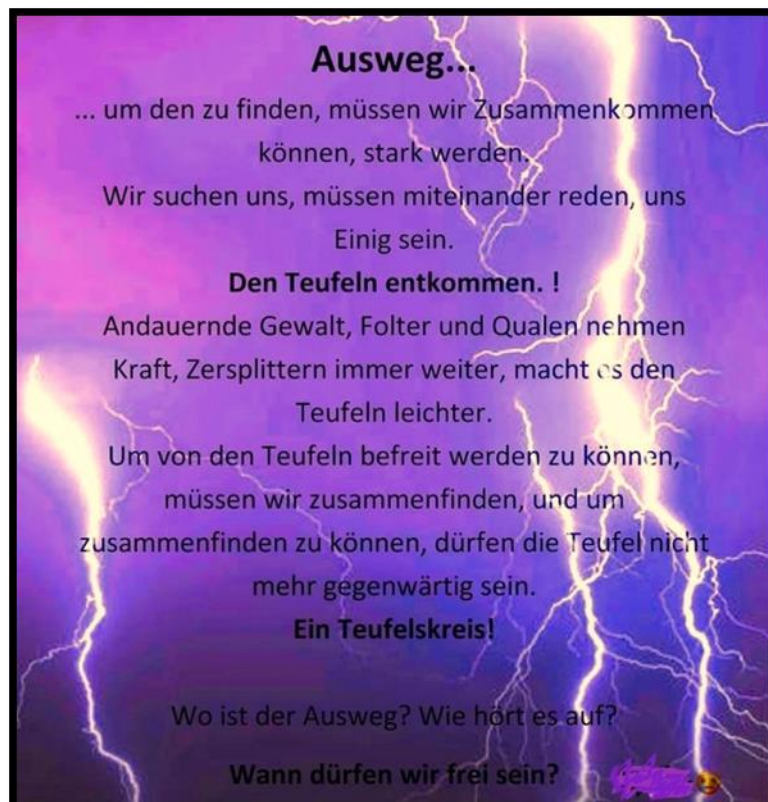
⁷⁰ <https://dissoziation-und-trauma.de/menschenhandel-prostitution> und <https://dissoziation-und-trauma.de/sachinfos/prostitution-und-trauma>

⁷¹ Seit September 2011 gibt es in der deutschen Wikipedia ein Lemma "Rituelle Gewalt", das zunächst länger als ein Jahr erbitterten Versuchen ausgesetzt war, es zu löschen (siehe Diskussionsseite sowie Löschdiskussion). Noch am 26. Januar 2013 wurde der nichtzutreffende Passus eingepflegt: "Nach einer Reihe kritischerer Untersuchungen und ähnlich verlaufender Prozesse in Kanada, Frankreich und Neuseeland wird seit den späten 1990er Jahren der Glaube an rituelle Gewalt international als eine „moral panic“ bzw. Gesellschaftshysterie betrachtet." Und bis heute müssen auf der Seite gelegentlich Belegfälschungen und Opferdiffamierungen korrigiert werden.

Wird keiner helfen?

findet sich selbst in nach der Befreiung geschriebenen autobiografischen Zeugnissen als kognitiv und emotional gebrochene Nacherzählung; was den Wert solcher Berichte nicht schmälert. Merle Müllers Zeugnisse jedoch öffnen uns einen Blick direkt in die Hölle.

Anne spricht wohl für viele Anteile, wenn sie mir (am 29.4.18) erklärt, daß sie zuerst Vertrauen und Sicherheit braucht, um dann später nach außen gehen zu können. Das Vertrauen (zu mir) geriet aber oft grade deshalb ins Wanken, weil Anteile bestimmte Momente des Lebens in der Außenwelt nicht nachvollziehen konnten und deshalb annahmen, wieder einmal im Stich gelassen zu werden. Sicherheit durch Besuche bei Merle & Co. trägt natürlich nur für diese Stunden. Sich auf diese wenigen Stunden der Gefahrlosigkeit zu konzentrieren, lenkt leider ab von dem notwendigen Schritt, selbst nach außen zu gehen. Andererseits ist die Erfahrung von vertrauenswürdigen Mitmenschen Voraussetzung für diesen Schritt nach außen: unter den gegebenen gesellschaftlichen/staatlichen Möglichkeiten ein unlösbarer Teufelskreis!⁷²



⁷² Der Text *Ausweg* ist von Anne, ebenso das Layout.

Wird keiner helfen?

Für Überlebende von organisierter Rituellicher Gewalt sind Sichere Orte nötig, in die sie zuerst gehen können, in denen sie bleiben können, um erst dann über Taten und Täter zu reden. Dies gilt hier genauso wie für Ausreißerkinder, die niemals über gewalttätige Eltern reden können, solange sie nach einer entsprechenden ("Zeugen"-)Vernehmung wieder zurück ins Elternhaus müssen! Entsprechende Erfahrungen gibt es in den letzten Jahren im Hinblick auf zwangsprostituierte Frauen, die aus Osteuropa oder Asien/Afrika nicht nur nach Deutschland eingeschleust werden.

Oft wird deutlich, daß viele Anteile überzeugt davon sind, daß ein Erwachsener, der von dem Schrecklichen weiß und helfen möchte, dies auch kann. Das ist die *theory of mind* von Kindern – und gesellschaftliche Hilfe muß sich an dieser tätergewollten und tätergemachten Retardierung orientieren. Opfer, die seit der frühen Kindheit den Konditionierungen solcher Täter ausgesetzt waren, sind keine Erwachsene, selbst wenn einzelne Anteile in der Erwachsenenwelt Aufgaben erfüllen können und sich selbst für erwachsen und selbstbestimmt halten.

"Vielleicht blöde von mir überlegt ich denk mir wenn ich's verstehen kann dann geht's raus aus mir dann hört es auf mich kaputt zu machen?" (Anne 19.2.18) – Deutlich wird andererseits, wieviel Lebenskraft selbst bei lebenslangen Opfern besteht, selbst während kaum vorstellbare Gewalt weiterhin Tag für Tag erlitten wird. Diese Lebenskraft und wache Intelligenz ermöglichte das reine Überleben, aus ihr kann aber auch Mut zum Vertrauen, zu mitmenschlicher Beziehung, Motivation zum Verstehenwollen und zur Befreiung entstehen. Es gibt auch in diesem Zusammenhang keine "hoffnungslosen Fälle", sondern allenfalls hoffnungslose gesellschaftliche (bürokratische, finanzielle) und zwischenmenschliche Rahmenbedingungen!

"Mach keinen Ärger brauch nichts mach keinen Dreck bin ganz leise und lieb nur Augen zu machen bitte Bitte abholen" – Von derartigen Hilferufen (hier von einem sehr kleinen Anteil, am 10.12.18) sind auf sich gestellte HelferInnen von versklavten Opfern in jedemfall überfordert. – Selbst die grundlegende Hilfe durch einfache Präsenz als Zuhörer, wodurch schlimmste Erfahrungen ein wenig geteilt werden können, das *"Kraft geben mit lieben Worten"* (Doris am 29.1.18) wird immer wieder unerträglich für das Opfer, da die gefahrlose Alltagswelt der Helferin gelegentlich wie ein Hohn auf die eigene Versklavtheit empfunden werden muß; zumal sie häufig gerade dann nicht als Mailpartnerin präsent sein kann, wenn die Not besonders groß ist.

Wird keiner helfen?

Einzelne HelferInnen alleine können dem Opfer bei aller Zugewandtheit und fachlichen Kompetenz den Weg nach außen nicht bahnen. Die Zugewandtheit des Helfers, das zunehmende Vertrauen in ihn, die hilflose Bitte um konkrete, gegenwärtige Erleichterung der Lebenssituation (verstanden als Hilfe) – die unaufhebbaren Drohungen der Täter, andere Menschen zu töten – und die gesellschaftliche Realität mit ihren (theoretischen) Möglichkeiten und einschränkenden Regularien: das alles bleibt im Bewußtsein des lebenslang konditionierten Opfers inkompatibel. Institutionelle Sicherheiten müssen vorgehalten werden, damit der Schritt aus der Organisierten Ritualen Gewalt gewagt werden kann.

TherapeutInnen haben ihren Therapieauftrag, ein bestimmtes Setting, und ein von der Finanzierung bestimmtes zeitliches Limit. Nur wer in dieses Setting hineinpaßt, bekommt Therapie – das kann kaum anders sein. Aber wo gibt es fachlich angemessene Hilfe für Betroffene wie Merle & Co.? Nach allen entsprechenden Umfragen bei TherapeutInnen und Beratungsstellen müssen wir davon ausgehen, daß Hunderte allein in Deutschland in einer ähnlichen Situation sind. "Therapiefähig" sind sie so wenig wie Merle & Co., vielmehr ähnlich hilflos wie Kinder. Merle & Co. haben das Leben in der Täterwelt (bis jetzt) überlebt; werden sie letztlich kaputtgehen wegen der unangemessenen Unterstützungsmöglichkeiten der normalen Welt?

Einzelne HelferInnen können meist nur durch psychoedukative und therapeutische Interventionen die inneren Kräfte der Betroffenen stärken, sich auf den Weg der Befreiung zu machen. Allenfalls können sie äußere Kräfte, Institutionen informieren; bestenfalls findet sich eine Art individualisiertes Netzwerk, meist von ehrenamtlich und/oder als FreundIn, PartnerIn engagierten Einzelpersonen. Und dann? Strafverfolgungsbehörden sehen ihren Auftrag darin, Verbrecher zu fangen, nicht aber, Opfer zu schützen. Traumakliniken werden nur im Rahmen ihrer (sehr begrenzten) personellen (also finanziellen) Möglichkeiten aktiv. Die chronisch unterbelegten Jugendämter⁷³ werden nur bei sehr konkret belegbaren Tatbeständen aktiv (die wiederum von offiziellen Institutionen kommen sollten: Strafverfolgungsbehörden, psychiatrische Krankenhäusern, Schulen, Kindergärten). – Bestimmte materielle, finanzielle Hilfen gibt es jedoch nur bei strafrechtlich belegten Tatbeständen. Würden die Erkenntnisse all dieser Beteiligten zusammengetragen, würden Helferkonferenzen gebildet auch für solche Situationen, könnte mit großer Wahrscheinlichkeit Mittel und Wege zur Hilfe, zur Rettung gefunden werden. Aber solcher Zusammenarbeit steht der

⁷³ Zumindest in Berlin nicht unbedingt wegen mangelnder Finanzierung, sondern weil es für ausgeschriebene Stellen zu wenige InteressentInnen gibt.

Wird keiner helfen?

Datenschutz ebenso entgegen wie Verwaltungsvorschriften und traditionelle Ressortgrenzen. Falls nicht dies, dann in jedemfall die fehlenden personellen (also finanziellen) Ressourcen.⁷⁴ – Menschen in der Gewalt solcher Täterkreise, seien sie noch Kinder oder schon (nominell) Erwachsene, fallen offenbar durch das Netz der administrativen Unterstützungsmöglichkeiten.⁷⁵

"Wir tun alles Menschenmögliche!" heißt es häufig bei polizeilichen Pressesprechern, sofern Verbrechen öffentliche Aufmerksamkeit erreichen. Gilt dies auch bei Gewaltopfern wie Merle Müller?

Ein Psychiater, der sich im Bereich Rituelle Gewalt engagiert, schrieb in einer Veröffentlichung: "Dem Leser kann die brutale Realität (...) nur ansatzweise aufgezeigt werden – alles andere wäre eine Zumutung." – Eine Zumutung war es auch, als sich die deutsche Bevölkerung nach 1945 auf Veranlassung der Alliierten die Leichenberge, die Krematorien anschauen sollte.⁷⁶ Jetzt geht es allerdings nicht um vergangene, sondern um gegenwärtige und zukünftige Greuelthaten. In Deutschland mögen es nur ein paar tausend Opfer sein, aber es ist kaum in einem Staat der entwickelten Zivilisation anders. In anderen Regionen der Erde mögen die Greuel (vor allem an Frauen und Kindern) weniger elaboriert sein; was allerdings kein Trost ist.

Ja, eine Zumutung, und am liebsten würde ich jeden warnen: *Lies das nicht!* Solche Zumutung ist jedoch Voraussetzung, um immerhin ahnend zu begreifen, was Organisierte Rituelle Gewalt bedeutet. Ahnend begreifen... mehr ist nicht möglich; nachfühlen geht nicht.

Meine Bitten um weiterführende Hinweise oder Unterstützung bei Fachleuten ergaben nichts Neues. Es gab immer weniger Hoffnung, daß Merle Müllers Persönlichkeitssystem sich mit meiner Unterstützung umorganisieren könnte, um den Schritt nach außen zu wagen. Andererseits war die fortschreitende seelische und körperliche Zerstörung für mich offensichtlich. Im März 2018 erstattete ich Anzeige bei

⁷⁴ In Staufen im Breisgau wurde ein Fall sexualisierter Gewalt eines Jungen und eines Mädchens durch die Mutter des Jungen, ihren Lebensgefährten und einen Täterkreis aufgedeckt, der sich in den Jahren 2015 bis 2017 ereignet hat. Das Landeskriminalamt Baden-Württemberg bezeichnete die Verbrechen als schwerwiegendsten Fall des sexuellen Kindesmißbrauchs, den die Polizei in Baden-Württemberg je bearbeitet hat. Das Versagen von Behörden, die zugeschaut und Akten hin und hergeschoben haben, stand im Mittelpunkt der medialen Berichterstattung. Was würden Merles kindliche Anteile und unzählige andere Opfer Organisierter Rituellicher Gewalt dazu sagen?

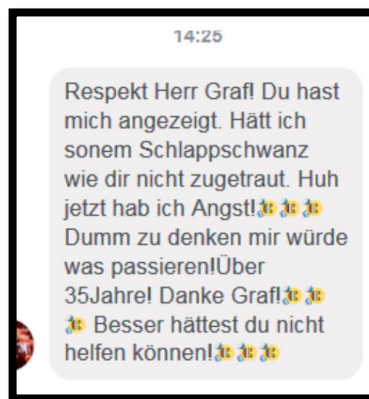
⁷⁵ Auch diese Problematik wird dokumentiert durch die Aktivitäten der INITIATIVE PHÖNIX (Bundesnetzwerk für angemessene Psychotherapie e.V.): http://www.initiative-phoenix.de/tug_316.html. Siehe auch die konkrete Dokumentation eines individuellen Weges durch das Labyrinth der Behörden: Zora Sanné / Beate Kneuse: WIE VIELE GESICHTER HAT DIE ANGST? (Norderstedt 2017).

⁷⁶ Heutzutage würde dieses Vorgehen vermutlich einer Ethikkommission zum Opfer fallen.

Wird keiner helfen?

der zuständigen Staatsanwaltschaft.⁷⁷ Zumindest bis September dieses Jahres deutete nichts außer dem Aktenzeichen darauf hin, daß meine siebenseitige Darstellung zur Kenntnis genommen worden war. Im Oktober/November 2018 fanden erste Vernehmungen statt. Bei meiner Zeugenaussage im zuständigen Landeskriminalamt (Referat für Gewaltsexualdelikte durch Fremdtäter) bemühte sich die vernehmende Beamtin durchaus um Verständnis, jedoch wurde deutlich, daß sie keine Kenntnisse auch nur über grundlegende Zusammenhänge traumatischer Dissoziation hatte. Dabei dürfte sie täglich mit Opfern (nach strafrechtlichen Verständnis also ZeugInnen) zu tun haben, deren Aussagen mitbestimmt sind durch traumatische Folgeschädigungen.

Die Tätergruppe erfuhr bald von der Anzeige; aber das störte den Haupttäter nicht. Weiterhin erscheint er fast täglich nachts in der Wohnung, vergewaltigt und übernachtet dort oder führt Merle & Co. für fünf, zehn oder 36 Stunden weg. Am 12.6.18 schrieb er mir auf Facebook:



Am 6.8.18 hatte ich per Einschreiben einen handschriftlichen Abschiedsbrief von Merle & Co. erhalten. Mehrere Teilpersönlichkeiten begründeten darin aus ihrem je eigenen Blickwinkel ihren gemeinsamen Entschluß: *"TROTZ DES WISSEN WAS PASSIEREN WIRD, WERDE ICH NUN DEN KÖRPER TÖTEN! WERDE DEN KÖRPER ZERSTÖREN! SO DAS NIEMAND MEHR SCHÄNDEN KANN! NIEMALS WIEDER!"* – Ein anderer Anteil schrieb dort: *"Die letzten Wochen waren unvorstellbar grausam. Das Allerschlimmste war das Wissen zu haben, dass es Menschen gibt die davon wissen. Die uns wissentlich dem überlassen haben. Vati hat auch keine Gelegenheit ausgelassen mir das immer wieder klar zu machen."*

⁷⁷ Anzeige gegen Unbekannt wegen Menschenhandels zum Zweck der sexuellen Ausbeutung, Zwangsprostitution, kontinuierlicher Freiheitsberaubung und anderen Verbrechen (§ 232a und b StGB u.a.). Merle Müllers Mailkontakt mit mir wurde kursorisch vom Haupttäter mitgelesen; jedoch hatte es immer wieder Anspielungen einiger Teilpersönlichkeiten gegeben mit der Hoffnung, daß *ich* zur Polizei gehen könne, denn nur gegen ihre eigene Aktivität richteten sich die Drohungen der Täter, dies allerdings einer der Rationalisierungsversuche des generell unvorhersehbaren Verhaltens derart entmenschter Täter.

Wird keiner helfen?

Zweifellos wurde der Terror der Täter schlimmer, seit Merle & Co. Kontakt mit mir hatten. Die seelische Qual nahm für viele Anteile zu, nachdem sie durch den Kontakt mit mir Hoffnung schöpften – diese Hoffnung mit mir verbanden, trotz meiner stetigen Hinweise darauf, daß ich allein nicht viel tun kann. Zugleich habe ich vermieden, einzelne Ichs ausdrücklich zu motivieren, den Kontakt mit mir zu halten. Der Entschluß, mir immer wieder zu schreiben, zählt zu den minimalen Entscheidungsmöglichkeiten ihres Lebens.

Konnte ich andererseits die kontinuierlichen Drohungen der Täter, sich bei Befreiungsversuchen das Kind Amelie "zu holen" oder zu töten, mit Sicherheit entkräften? Konnte ich Merle & Co. überhaupt Hoffnung machen auf Möglichkeiten der Befreiung, auf wohlwollende, engagierte Menschen in der Welt draußen? Ist es "ethisch" vertretbar, dem Opfer hier situativ zweifellos zu schaden, indem ich den Kontakt weiterführe? Nicht meinerseits "Verantwortung übernehme", indem ich den Kontakt beende? – Hätte ich mich abwenden sollen, nachdem deutlich wurde, daß Merle Müller deshalb möglicherweise nie nach außen gehen würden? Professionelle TherapeutInnen bleibt oft nichts anderes übrig; sie müssen ihre zeitlichen, organisatorischen und psychischen Ressourcen aufteilen zwischen vielen KlientInnen.

Unnötig zu betonen, daß Opfer von Organisierter Rituellicher Gewalt wenig Chancen haben, einen ambulanten oder stationären Therapieplatz zu bekommen, falls der bestehende Täterkontakt bekannt ist. An mangelndem Engagement der hierfür spezialisierten TherapeutInnen liegt auch das sicher nicht, vielmehr an der mangelnden gesellschaftlichen und staatlichen Unterstützung aller Versuche, den Opfern von extremer Gewalt beizustehen.

Zweifellos könnte auch argumentiert werden, daß der hilflose Helfer die Kumulation selbstbestimmter Ausstiegskräfte ablenkt durch tröstendes Bemuttern. –

Aber der Anteil Doris schrieb mir (nach einem unserer Telefonate, sie schreibend, ich redend): *"Mo weist du du denkst vielleicht du kannst gerade nicht helfen. Aber das ist nicht richtig. Das vorhin mit dir dich zu hören einfach mal ich sein dürfen mal lachen können das hat sehr viel geholfen. Ich weiß und es ist mir bewusst das das an der Situation nichts ändert. Aber daran arbeite ich und sicher noch viele andere Anteile in mir. Doch solche Momente geben Kraft. Und nicht wie du denkst Kraft für die Täter. Sondern Kraft um weiter zu kämpfen um nicht innerlich zu sterben. Du bist so sehr wichtig für mich."* (13.12.18)

Wird keiner helfen?

Suizidgedanken und -versuche oder generelle Todeswünsche gibt es viele bei Merle & Co. Einmal spekulierte Anne explizit, daß die Täter über unsere intendierte Veröffentlichung so wütend sein könnten, daß sie sie endlich töten. Das ist die Kehrseite einer "ethisch" begründeten Abkehr von solchen Opfern.

Inwieweit die Bedrohung der Tochter realistisch ist, läßt sich bei diesen sadistischen, mordenden Tätern kaum klären; fest steht allein, daß Merle & Co. sich opfern in der Hoffnung, daß Amelie dann nichts passiert. In einer vergleichbaren Situation sind auch andere Betroffene.⁷⁸ Rettungschancen gibt es bei solchen Konstellationen nur, wenn die Gesellschaft organisatorische und juristische Ressourcen zur Verfügung stellt, um *Mutter und Kind* eine für Täter unangreifbare sichere Lebensform zu ermöglichen. Ein individualisiertes Helfernetz kann und muß entstehen, aber ohne administrative Unterstützung wird dies nicht ausreichen. Eine solche sichere Wohnung ist auch bei Merle & Co. Voraussetzung dafür, daß das multiple System erst einmal lernen kann, sich an der gesellschaftlichen/staatlichen Realität zu orientieren. Die Konsistenz und Stringenz des Fragens und Nachdenkens der Persönlichkeitsanteile, ihre humane, ethische Wahrhaftigkeit zeigt andererseits Merle Müllers unzerstörte innere Gesundheit. Trotz der fast lebenslangen brutalen, mörderischen, teuflischen Tätergewalt ist das Potential zur (traumatherapeutisch begleiteten) Heilung unbezweifelbar.

Am 21.11.18 schrieb der Zuhälter-Täter:

Drohen?! Herr Graf du hast keine Ahnung!
Denkst ich hab Angst vor der Polizei. Fast 40
Jahre... 🤪🤪🤪 GEHÖREN MIR!!!!!! 🤪🤪🤪 du
kannst nichts tun!

Am 22.12.18, wegen der endlich einsetzenden Vernehmungen:

😂😂😂 hab ich Angst Herr Graf! Wird ne
super Aussage! 😂😂😂 zitter am ganzen
Leib vor Angst!

⁷⁸ Eine junge Frau (D.) mit zwei kleinen Kindern und bestehendem Täterkontakt hatte nach einem knappen Jahr den traumapädagogisch orientierten Kontakt mit mir ausgesetzt, meldet sich jedoch in großen Abständen, um sich zu vergewissern, daß ich sie nicht vergesse habe, daß ich noch "da" bin. Mehr ist ihr offensichtlich nicht möglich. – Siehe auch Janik, in: Rachels & Blumen, Janik & Franzi, Laura & Nurse, Adele Anton: RITUELLE GEWALT, AUTISMUS UND MIND CONTROL – AUS UNSERER ERFAHRUNG (Berlin 2018: bei D+T)

Wird keiner helfen?

Der Anteil Doris schrieb am folgenden Tag: *"Du kannst Dir sicher nicht vorstellen wie dankbar ich bin und andere auch das du das mit Polizei gemacht hast aber trotzdem ist Panik! Panik und Angst! Weil Vati sich lustig macht. Sagt wenn du weg bist⁷⁹ kann dem sowieso keiner was. Unsere Aussage wird ein Witz"* (23.12.18)

Am 29.12.18 warnte mich ein Innenanteil: *"Männer verlangen Amelie beschützen Mondrian beschützen"*

Am 8.1.19 schreibt Doris von neuen Männern, denen beigebracht wird: *"Wie ficken müssen es richtig quält"*.

Am 11.1. schreibt Merle (Mama), daß es ihr nicht gelingt, das Haus zu verlassen, selbst nicht in Begleitung der Tochter. Sie bricht zusammen, die Beine versagen den Dienst, sie gerät in Panik.

Was tun also? Die Augen zumachen, Merle Müller (und andere Opfer in vergleichbarer Situation) ihrem Schicksal überlassen – mit Verweis auf die Beschränktheit der sozialen, staatlichen, finanziellen, politischen, individuellen Hilfsmöglichkeiten? Gehen die Interessen der Täter und unsere (diejenigen der ganz normalen Bürger) hier konform? Zumindest in ihrer gnadenlosen, bewußt-losen Orientierung an einer beziehungslosen Sexualität sowie an der finanziellen Verwertung von Menschen um jeden Preis stehen diese Täter der gesellschaftlichen Normalität grundsätzlich näher als ihre Opfer. Und hier meinen Alltag zu leben mit all seinen selbstverständlichen Bequemlichkeiten, im Wissen um die teuflischen Schandtaten solcher Täter – jetzt, in dieser Minute, in der ich schreibe, verübt auch an einer Frau, die ich in den Facetten ihrer dissoziativen Persönlichkeit hoch achte, die ich lieb habe, deren einziger Lebenssinn ihre 10jährige Tochter ist –, dazu in der Lage zu sein, ist das nicht genauso ein Moment des Wahnsinns der Normalität (*Arno Gruen*), jener gnadenlosen Verdinglichung unserer Welt (*Horkheimer, Adorno*)?

Ich bitte meine Freundin Petra um Verzeihung für das Leid, das ich ihr durch diese Thematik zugefügt habe.

Mondrian Graf v. Lüttichau
Berlin, 15. Januar 2019

⁷⁹ Damit sind Drohungen gemeint, mich zu töten.

Wird keiner helfen?

Alle Therapeuten, die ich kenne und die diese Arbeit machen, wurden mindestens einmal aus heiterem Himmel vom schieren Grauen getroffen. Ihre eigene Verwundbarkeit, ihre Hilflosigkeit im Angesicht dieser Form von Gewalt ist gewaltig. So ist das Böse. Ich kenne keinen anderen Begriff dafür. Die Wissenschaft hat hier versagt, daher bediene ich mich aus dem geistlichen Vokabular. (...)

Wie leistet man Beistand für eine zerbrochene Seele? Behutsam, freundlich und mit tiefem Respekt. Mit Geduld, denn für die Zersplitterten ist die Zeit stehen geblieben, und die Bewegung im Heilungsprozess wird am Anfang langsam sein. Mit der zärtlichen Kraft, die aus der Offenheit für Ihre eigenen tiefsten Verletzungen und Ihrer eigenen tiefsten Heilung kommt. Mit Entschiedenheit, niemals schwankend in der festen Überzeugung, dass das Böse stark ist, aber dass es etwas Gutes gibt, das noch stärker ist. Bleiben Sie mit Ihrem ganzen Wesen mit diesem Guten verbunden, egal wie es sich für Sie manifestiert. Machen Sie sich mit den Schatten vertraut, die tief in Ihnen stecken. Und öffnen Sie sich dann alles, was Sie ausmacht - dem Licht. Geben Sie großzügig. Nehmen Sie im Übermaß. Finden Sie Ihre Sicherheit, Ihr Refugium, und gehen Sie dahin, wann immer Sie es brauchen. Hören Sie sich an, was Sie hören können, und seien Sie über den Rest ehrlich: Seien Sie ehrlich, egal, was es kostet. Die Worte werden nicht immer leicht fließen; manchmal fehlen einem im Angesicht eines so tragischen Bösen die Worte. Doch wenn Sie bereit sind, bei ihnen auszuharren, dann werden sie Sie hören: Von Seele zu Seele werden sie das hören, für was es keine Worte gibt.

Kathy Steele: *SITTING WITH THE SHATTERED SOUL* (1989)

Zitiert nach: Alison Miller: *JENSEITS DES VORSTELLBAREN* (2014, S. 346/7)

Warum

- ... passt niemand auf mich auf?**
 - ... bin ich allein?**
 - ... bemerkt niemand mein fehlen?**
 - ... sieht niemand meine Tränen?**
 - ... hört mich niemand?**
 - ... darf ich nicht Kind sein?**
 - ... bin ich falsch?**
 - ... darf ich nicht Sicher sein?**
 - ... hört der Schmerz nicht auf?**
 - ... darf ich nicht schlafen?**
 - ... sieht niemand Mich?**
 - ... konnten sie mich nicht liebhaben?**
 - ... bin ich Egal?**
- Unwichtig...???**

Wird keiner helfen?

27. 2. 2017 22:57

Hallo, Ich habe eine Frage. Ich habe eine Dissoziative Identitätsstörung, und zur Zeit keine Therapeutin, weil diese in Rente gegangen ist. Leider finde ich keine neue Therapeutin und auch keine Klinik die bereit ist, mich aufzunehmen bzw zu behandeln. Doch brauche ich dringend Hilfe. Zu dem ganzen kommt nun auch dazu, dass mein Körper aufhört zu funktionieren... Was also kann ich tun? Haben Sie eine Idee wo ich Hilfe bekomme? Ich kann es nicht mehr ertragen, permanent weggeschickt, abgelehnt zu werden. Ich habe eine Tochter, ich möchte doch nur leben!!! Grüße Amanda

28.2. 11:45

Hallo, wenn ich wüßte, in welcher Gegend Sie sind, könnte ich ein bißchen suchen. Allerdings auch nur im Web. – Wir könnten, wenn Sie mögen, uns ein bißchen per e-Mail austauschen, dann könnte ich vielleicht genauere Hinweise geben. Mondrian v. Lüttichau (info@dissoziation-und-trauma.de)

28.2.17

Hallo, ich wohne in Ludwigstadt.

ja, wir können gerne per Mail. Sehr gern sogar. Ich habe zur Zeit niemanden und weiß nicht wie ich damit umgehen soll.

Viele Grüße

28.2.

Hallo Amanda, ja, ich dachte mir, daß Sie ziemlich isoliert sind – und das ist nicht gut. Wenn Sie mögen, schreiben Sie mir doch ein bißchen, wie es Ihren Innenpersönlichkeiten geht. Was bedeutet es, daß Ihre Körper nicht mehr funktioniert? Was wäre das Wichtigste an Unterstützung, was jetzt nötig wäre?

Ich hab heut schon einen langen Tag hinter mir und werde wohl heute nicht mehr antworten (falls Sie heute noch schreiben), aber morgen unbedingt.

Erstmal herzliche Grüße!

Mondrian

28.2.

Danke für Ihr Angebot, aber es ist zu viel!

Ich möchte niemanden damit nerven. Am Ende bin ich allen nur zu viel, zu anstrengend. Werde einfach fallen gelassen....

Danke

28.2.17 Merle

Es tut mir leid

Wird keiner helfen?

1.3.

Hey Merle! Nicht aufgeben, bitte. Schreib, wenn du magst.

1.3.

Hallo Amanda, nein, es ist völlig ok! Es ist meine Aufgabe, Menschen zu unterstützen, die so Schlimmes miterlebt haben. Mein Leben war früher auch schlimm – und jetzt möchte ich anderen helfen. Ok?

Also schreiben Sie, wenn Sie mögen.

1.3.

Hallo,

kennen Sie mich?

Wenn ich etwas schreibe, wer wird es erfahren?

1.3.

Nein, ich kenne dich gar nicht! Es wird niemand, niemand erfahren. Ich wohne hier in einer kleinen Wohnung mit meiner Freundin. Sie liest keine Mails von mir, hat ihren eigenen Rechner, und sonst ist hier niemand.

1.3.

Wie kommen Sie auf Merle?

1.3.

Merle hat mir ne Mail geschrieben. Das wird ein Innenkind von Ihnen sein.

1.3.

Ich bin Merle! Und gerade total verwirrt...!

Ich habe die anderen Mails gelesen, aber verstehe nicht...

Ich weiß, ich bin krank usw. ... Aber wer sind Sie?

1.3.

Hallo Merle, es ist nix Schlimmes! Ich bin Mondrian und unterstütze Menschen, die Viele sind und Schlimmes erlebt haben. Amanda hatte mir geschrieben. Und ich hab ihr angeboten, ihr alle könnte mit mir Mails schreiben und wir können uns über Mails austauschen. Ich würde euch gern unterstützen, daß ihr besser klarkommt im Leben und nicht mehr verwirrt sein müßt.

Ich wohne in Berlin.

1.3.

Aber ich habe hier niemanden der mir hilft! Alle schicken mich weg! Wie sollten Sie mir helfen?

Wird keiner helfen?

1.3.

Ihr habt Kräfte in euch drin – das ist immer der Anfang. Vielleicht kann ich euch unterstützen, diese Kräfte in euch drin besser zu nutzen. Das ist ein Anfang. Und wir können gemeinsam herausfinden, was für eine Hilfe am dringlichsten ist. Wenn ich mehr von euch weiß, wie es euch geht, kann ich mithelfen, etwas zu finden.

Ich kann Ihnen und euch nur das eine versprechen: daß ich euch nicht wegschicke.

1.3.

Und wenn Sie erfahren was ich Träume, lassen Sie mich auch fallen?

1.3.

Nein, ich lass euch nicht fallen. Ich unterstütze schon seit vielen Jahren Menschen wie euch. Das können Sie überprüfen bei meiner eigenen Projektseite: www.dissoziation-und-trauma.de.

1.3.

Egal was ich sage, Sie verwenden nichts gegen mich?

1.3.

Nein, ganz sicher nicht. Ich steh auf eurer Seite!!! Mondrian

1.3.17

Es gibt so vieles...!

Ich weiß was ich habe. War viermal zur Kur, aber da die erste Patientin mit diesem Störungsbild. In dieser Klinik hatte ich eine Therapeutin der ich vertraut habe, sie hat mich über die Aufenthalte hinaus per Mail unterstützt, aber Ende Januar plötzlich fallen lassen. Ich weiß nicht warum, vermutlich war irgendein Teil gemein.? Keine Ahnung... Ich hatte so sehr auf ihre Hilfe gehofft!

Ich habe viel über DIS gelesen, aber ich verstehe es nicht richtig...

Mein Leben ist ein Chaos! Und ich habe es so satt! Ohne meine Tochter...

Ich bin so müde...

1.3.17

Hallo,

es tut mir sehr leid, was Sie erleben mußten mit der Therapeutin! Wahrscheinlich war die nicht spezialisiert auf DIS, wollte helfen, aber war dann irgendwann überfordert. Das ist natürlich keine Entschuldigung für ihr Verhalten!

Ich würde Sie und euch erstmal gern dabei unterstützen, etwas Klarheit im Innenleben, im System zu finden. Dazu würde ich gerne die Persönlichkeiten (oder Anteile) einladen, mit mir in Kontakt zu kommen. Sie alle haben ihr eigenes Schicksal und wahrscheinlich sind sie in Eurem System noch ziemlich alleine, haben wenig Kontakt miteinander. Dadurch entsteht ein großes Chaos. Wenn sie einzeln mit mir reden (oder schreiben), kann ich sie im Laufe der Zeit dabei

Wird keiner helfen?

unterstützen, auch miteinander in Kontakt zu kommen. Dadurch entsteht Zusammenarbeit in eurem System. Das hilft dann auch fürs Leben in der Außenwelt. Und es ist der Anfang einer richtigen DIS-Therapie.

Ich weiß nicht, wer von Euch diese Mail liest, aber wenn jemand antwortet, wäre es schön, wenn sie mir ihren Namen sagen könnte. Dann kann ich sie auch wieder ansprechen und jeder weiß, an wen eine Mail gerichtet ist.

Das sind jetzt erstmal meine Vorschläge für eine gemeinsame Arbeit!

Ihr habt viel Pech gehabt, aber es gibt dennoch keinen Grund, die Hoffnung aufzugeben. Es gibt viel Erfahrungen mit DIS-Therapie, aber leider immernoch viel zu wenige Theapeuten, die diese Kenntnisse haben.

1.3.17

Es lag nicht an der Therapeutin, es lag an mir!

Ich weiß, dass viele in mir sind, denn mir fehlt ständig Zeit, es passieren Dinge... usw. ...

Aber ich kenne keinen von denen! Ich höre die nur! Die sind so laut! Tun mir weh! Wollen mich töten! Lassen mich nicht schlafen!

Ich habe schon versucht mit denen zu reden, habe es auch über ein Heft versucht. Doch dies wurde zerstört.

Ich weiß nicht warum, aber die sind so wütend auf mich!

Merle

1.3.17 An Merle und andere

Hallo Merle,

die Innenpersönlichkeiten haben alle ganz eigene Erfahrungen gehabt. Und diese Erfahrungen und Gefühle widersprechen sich. Und es ist sehr, sehr viel Angst bei den meisten Innenkindern und Persönlichkeiten. Dadurch entsteht Chaos.

Auch wenn Sie (Merle) meistens im Außen sind, sind Sie überfordert damit, den Überblick zu halten. Es ist besser, wenn die einzelnen Anteile Vertrauen finden zu jemandem außerhalb des Systems. Dazu bin ich bereit. Ich könnte euch dann dabei unterstützen, Schritt für Schritt euch kennenzulernen und abzusprechen.

Dazu möchte ich euch einladen (die, die diese Mail lesen)!

1.3.17

Okay danke, das verstehe ich.

Aber ich brauche Hilfe! Bitte helfen Sie mir das es aufhört!

1.3.17

Ja, ich möchte ja helfen. Das geht aber nur, wenn wir uns zusammen auf diesen Weg machen, Schritt für Schritt, Tag für Tag. Die Innenpersonen, die wütend auf Sie sind, können mir erklären, welche Wünsche sie haben. Worüber sie wütend sind und wovor sie Angst haben. –

Ich weiß ja jetzt noch gar nichts von Ihnen und euch. Vielleicht können wir zusammen sowas wie Therapie machen, per e-mail, aber nur, wenn Sie und andere Innis aktiv daran teilnehmen,.

Wird keiner helfen?

Ich habe heute nacht wieder Nachtdienst, also wird abends nichts mehr von mir kommen. Aber morgen werde ich wieder antworten, wenn ihr mir geschrieben habt.

1.3.17

Würde der letzte Klinikbericht helfen?

1.3.17

Hallo Merle, es geht darum, daß wir wirklich miteinander sprechen (vielmehr schreiben). Es ist etwas zwischen Menschen, die vielleicht Vertrauen zueinander finden. Daraus kommt die Kraft zur Heilung. – Die Klinik scheint Ihnen nicht viel geholfen zu haben – was nützt da ein Klinikbericht? Ich nehme SIE ernst und alle Ihre Innenpersonen! Ihr seid die Hauptsache, nicht die Klinikleute.

1.3.17

Vermutlich müssen Sie denken, ich bin verrückt!?

Es kommt mir nicht echt vor. Richtig, ich brauche Hilfe! Aber ich habe angst! Große Angst! Angst Ihnen zu vertrauen. Aber es soll alles aufhören!

Es ist so viel in mir, es zerreißt mich! Und das ist kaum zu ertragen...

Sie sagen es geht um mich. Das hat schon mal wer zu mir gesagt. Doch wie kann man denjenigen plötzlich egal sein?

Danke für Ihre Zeit und Geduld

Merle

1.3.17

Liebe Merle,

ich kann es mir gut vorstellen, wie schwer es für Sie ist, nochmal Vertrauen zu haben!! Ich finde es auch schrecklich, was da geschehen ist – und leider hab ich sowas schon öfters gehört. Daß TherapeutInnen und andere HelferInnen plötzlich ihre KlientInnen verraten – meist wahrscheinlich, weil sie überfordert sind. Das darf nicht sein! Und doch geschieht es.

Ich halte sie gar nicht für verrückt!! Diese Angst ist völlig natürlich – denn Sie und alle in Ihnen haben allen Grund zu viel Angst, haben allen Grund, kein Vertrauen zu haben. Und trotzdem ist das der einzige Weg der Heilung... denn ganz ohne Hilfe von außen geht es wahrscheinlich nicht. Ich kann Ihnen nur anbieten, doch mal auf der Site meines Projekts www.dissoziation-und-trauma.de rumzugucken. Wie kann ich sowas machen, ohne Geld – und dann Hilfesuchende verraten? Es würde nicht ganz zusammenpassen.

Jedenfalls: überlegen Sie's. Selbst wenn Sie jetzt nicht den Mut haben – Sie können auch später mal immer auf mich zukommen. Das Angebot gilt!!

1.3.17

Auf Ihrer Seite kann ich nicht lesen, zu viele Trigger.

Also werden Sie mich nicht allein lassen?

Was wenn Teile in mir böse sind? Zu Ihnen böse sind? Merle

Wird keiner helfen?

1.3.17

Tut mir leid mit den Triggern!

Böse waren nur die Täter, damals. Die haben Kinder dazu gebracht, sich auch böse zu verhalten. Aber eigentlich sind die Teile nicht böse. Sie sind Kinder, die Angst haben und gelernt haben, daß sie sich so verhalten müssen. Sie haben sich dran gewöhnt, so zu sein.

Diese kämpfenden Teile können viel mithelfen zur Heilung. Ich nehme sie auch ernst und möchte unbedingt auch gern Kontakt mit denen haben und versuchen, ihnen zu erklären, wie es ist auf der Welt – und daß sie etwas anders machen können, ohne Angst und Gewalt. Ich hab keine Angst vor diesen Teilen. Sie wollen eigentlich nichts Böses machen, sie wissen es nur nicht besser!

1.3.17

Das beantwortet meine Frage nicht.

Werden Sie mich dann auch wieder allein lassen?

1.3.17

Entschuldigung! Nein, ich werde Sie nicht allein lassen. Es haben seit 15 Jahren mehrere Traumaüberlebende mit DIS (und mit teilweise sehr "bösen" Anteilen) Therapie gemacht bei mir, teilweise persönlich, teilweise über Mail und Telefon und jeweils über Jahre. Auch jetzt noch drei Überlebende. – Für mich ist es einfacher, mit Streß umzugehen, weil ich das nicht beruflich mache. Deshalb kann ich mich viel besser einstellen auf die Schwierigkeiten.

Ich war noch nie in der Lage, daß ich überfordert war von dieser Unterstützung – auch wenn es manchmal sehr schwierig war.

Auch meine Freundin ist solidarisch damit.

Besser kann ichs Ihnen jetzt nicht sagen..

Ich muß jetzt gleich gehen und schalt jetzt den Rechner aus. Morgen werde ich wieder antworten!

2.3.17

Hallo,

sind Sie noch da?

Merle

2.3.17

Hallo Merle, ja, ich bin noch da! – Leider ist diese letzte Mail von Ihnen im Spamordner gelandet, wo ich sie grad rausgefischt habe. Sonst hätte ich schon vor ein paar Stunden geantwortet.

2.3.17

Oh danke!

Ich dachte, habe schon wieder alles verdorben.

PS ich würde gern von mir erzählen, doch habe ich mein Gedächtnis verloren, wohl schon zum zweiten mal.? Vielleicht ist es einfacher, Sie fragen und ich antworte so gut ich kann.?

Merle

Wird keiner helfen?

2.3.17

Ich weiß auch gar nicht, wie spreche ich Sie an?

2.3.17

Hallo Merle, ich freu mich, daß Sie wieder geschrieben haben. – Sagen Sie ruhig Mondrian zu mir (das ist mein selbstgefundener Vorname), und wer mag, kann auch Du sagen. – Wenn Sie Erinnerungen verloren haben, dann waren das vielleicht Erinnerungen von anderen Persönlichkeiten, die sich Jetzt zurückgezogen haben?

Ich frage nicht gern, weil ich keine Grenzen überschreiten möchte, aber ich kanns ja mal probieren. – Ein wichtiger Anfang, um etwas zu ändern, ist sicher die Frage, wie fühlt sich das Leben heutzutage an für Sie? Worunter leiden Sie ganz konkret? Was sollte anders sein? Und natürlich können auch andere Anteile innen auf diese Fragen antworten oder etwas anderes erzählen!

2.3.17

Keine Sorge, Sie können keine Grenzen überschreiten. Das tun andere
Wie fühlt sich mein Leben an?

Schrecklich! Ich habe ständig Angst, bin ständig wo anders, weiß nicht was war, was ich getan habe. Überall Trigger, denen, die ich kenne, gehe ich aus dem Weg. Doch wenn dies nicht möglich ist, totales Chaos! Flashbacks, Wechsel usw. . Ich möchte schlafen, mal Ruhe kommen. Ganz normale Dinge unternehmen mit meiner Tochter. Leben! Nicht nur irgendwie "funktionieren"!

Ich lebe mit meiner Tochter Amelie, sie wird im Juni neun, allein. Die Trennung von ihrem Papa war wohl 2010. Die Folge, bis letztes Jahr, Gerichtsterror! Nach mehreren Prozessen, die er verloren hat, ☹ hat er letztes Jahr meine Krankheit dazu benutzt um das alleinige Sorgerecht einzuklagen. Leider ist dabei der Wochenwechsel rausgekommen. Aber das Sorgerecht habe ich natürlich weiterhin. Bin aber eben eine Woche allein und muss meine Amelie vermissen und sie mich. ☹

Was sollte anders sein?

Kurz gesagt, ich möchte einschlafen und dann möchte ich einfach verschwunden sein! Alles soll aufhören! Bitte!

Merle

2.3.17

Dieses Chaos, das Sie erleben, kommt vermutlich daher, daß etliche andere Persönlichkeiten (Anteile) ihre Bedürfnisse und Empfindungen und Erfahrungen nach außen bringen. Und das kommt alles bei Ihnen an. Damit sind Sie natürlich überfordert.

Diese anderen Anteile müssen wir genauso ernst nehmen. – Sie haben das mit dem Heft zum Aufschreiben ja wohl versucht. Wenn das Heft zerstört wurde, hatte einer der Anteile etwas dagegen. Das wird auch einen Grund gehabt haben, und dieser Anteil kann auch erklären, wieso er dieses Heft zerstört hat. Vielleicht aus Angst?

Wird keiner helfen?

Wurde in der früheren Therapie denn der Kontakt mit diesen Anteilen gesucht? Jedenfalls ist das der wichtigste erste Schritt, und ich möchte gern Kontakt aufnehmen mit den Anteilen. Ich bitte alle, die schreiben können, es zu versuchen, mir zu schreiben!

2.3.17

Nein, in der Therapie wurde nie versucht zu anderen herzustellen. Aber es sind andere aufgetaucht.

Das mit dem Heft habe ich mehrmals versucht, auch über PC, so eine Art Tagebuch, das ging auch für mich. Doch auch das wurde gelöscht

Die in mir sind so wütend, wütend auf mich. Die machen mir Schmerzen, quälen mich.
Merle

2.3.17

Wenn in der Therapie die anderen nie ernstgenommen wurden, ist es klar, daß die total wütend sind! Sie wurden nicht ernstgenommen. Das geht nicht!!

Vermutlich denken die Innenanteile, sie werden nicht ernstgenommen wegen Ihnen (Merle). Weil die Therapeutin nur Sie ernstgenommen hat. – Da sind die andern auch wütend auf Sie (Merle).

Aber es ist ein Irrtum, Sie sind daran nicht schuld! Es war eine falsche Therapie.⁸⁰

Es ist das Allerwichtigste, Kontakt zu denen zu bekommen. Ich verstehe deren Wut.

Ich rufe die Innenpersönlichkeiten: bitte schreibt mit mir!!

2.3.17

Ich versuche es schon so lange! Die möchten nicht mit mir sprechen! Wollen mich nur töten!

Haben es auch schon mehrfach versucht...

Was soll ich tun?

Bitte helfen Sie mir!

2.3.17

Und doch ich nehme die Teile ernst! Ich habe zwar Angst vor denen, aber ich nehme sie ernst.

2.3.17

Ok, Sie nehmen die Teile ernst. Aber in der Therapie (von der Therapeutin) wurden sie offenbar nicht ernstgenommen. Ich stelle mir vor, wie das für die Teile war, wenn in jeder Therapiestunden immer nur über sie geredet wurde, nicht mit ihnen, – wenn immer nur mit Ihnen geredet wurde..

Es war aber nicht Ihre Schuld, Merle! Sondern höchstens die Schuld der Therapeutin.

Warum wollen die Persönlichkeiten Sie töten? Sie haben Gründe dazu. Es wäre gut, wenn sie diese Gründe schreiben würden! Ich möchte die Anteile verstehen. Es gibt andere Wege, mit den schlimmen Gefühlen umzugehen. Dabei möchte ich den Anteilen helfen.

Versuchen Sie, das nach innen zu geben, bitte!

⁸⁰ Die Epikrisen zeigen, daß andere Anteile vermutlich durchaus ernstgenommen wurden, nur bekam Merle als Außenpersönlichkeit es nicht mit.

Wird keiner helfen?

2.3.17

Ich weiß es nicht! Ich verstehe nicht viel von dem was in meinem Kopf ist. Es ist meist einfach nur extrem laut! Aber wenn ich etwas verstehe, dann sind es sehr gemeine Worte, weinen, Geschrei und Merle

2.3.17

Es sind alles Kinder, die Angst haben, die hilflos sind und Hilfe suchen. Aber sie wissen nicht, wo es weitergeht. Bitte, versuchen Sie, denen zu vermitteln, daß jemand das ist, der mit ihnen sprechen möchte und der sie ernst nimmt. Daß sie zu mir Vertrauen haben können. Wahrscheinlich ist jemand unter ihnen, der oder die schreiben kann. Dieser Anteil könnte für die anderen Mails schreiben an mich. Ich werde immer antworten, so gut ich kann! Sagen Sie das nach innen, jedesmal, wenn Sie etwas von den Anteilen innen mitkriegen.

2.3.17

Warum tun Sie das?

2.3.17

Das ist eine lange Geschichte. Ich komme aus einem traumatisierenden Elternhaus und habe viele Jahre gebraucht, mich zu verstehen. Habe in eine psychiatrischen Krankenhaus gearbeitet – und bestimmte Patientinnen dort als mir sehr nahe empfunden. Es waren Überlebende von Trauma. Seit der Zeit hab ich gemerkt, daß das meine Lebensaufgabe ist – hier zu helfen. Weil Menschen mit Anteilen (DIS) mir nahe sind, viel näher als Menschen ohne Anteile, "Normale".

2.3.17

Okay, dass verstehe ich. Aber warum mir?
Sie kennen mich nicht! Ich kenne mich nicht!
Was wenn ich ein schlechter Mensch bin? Schlechtes getan habe?
Am Ende haben alle recht, ich verdiene vielleicht keine Hilfe!?

2.3.17

Ich hab von der ersten Mail an den Ernst und die Tiefe bei Ihnen gespürt. Daß Sie nicht spielen, daß Sie nicht irgendwas vorgeben, sich wichtigmachen. Genau das ist es, was mir Vertrauen gibt. Das ist der Anfang des Kennens. – Jetzt geht es eben Schritt für Schritt, das Kennenlernen. Und so ähnlich, wie Sie es erzählen, kenne ich es von vielen anderen Überlebenden von Trauma, mit DIS. Es ist ganz klar, daß Sie es wert sind, Unterstützung zu bekommen.

Wird keiner helfen?

2.3.17

Bitte fragen Sie mich alles was Sie möchten. Ich werde es beantworten, wenn ich eine Antwort weiß. Es ist mir lieber Sie wissen jetzt, als das ich später wieder allein bin.

Egal was...

Und, bitte kein sie mir gegenüber.

2.3.17

Hallo Merle,

danke, daß Sie offenbar schon ein bißchen Vertrauen haben zu mir! – Wir können gern du sagen, aber dann beide.. ich bin nicht mehr als Sie sind! – Ich würde jetzt heut abend gern noch bißchen mit meiner Freundin zusammensitzen, war ein langer Tag für mich (Sie wissen ja: Nachtdienst).

Können wir das erstmal so stehenlassen.. vielleicht auch daß in Ihrem System andere drüber nachdenken, – und daß wir vielleicht morgen weitermachen mit dem Austausch?

Falls nicht jetzt Sie (oder du) noch etwas dringend heute schreiben möchten.

Liebe Grüße Mondrian

2.3.17

Danke

Einen schönen Abend

2.3.17 22:50

Helfe Bitte wollen mir weh tun habe mich versteckt die werden mich finden Bitte helfe mir

2.3.17 23:50

Die hören nicht auf tun weh Bitte helfe mir

3.3.17

Hallo Kleines, sag ihnen, sie sollen mit mir schreiben. Sie sollen dir nicht weh tun! Es gibt keinen Grund dazu!

3.3.17

Bitte es tut mir leid ich habe nichts verraten

3.3.17 An die kleine innen

Hallo du, sag den andern innen, daß keine Gefahr besteht. Ich behalte alles für mich, was ihr mir erzählt, und spreche nur mit euch darüber. Ich verrate nichts an andere Menschen. Niemand braucht Angst zu haben vor mir!

3.3.17

Hallo Mondrian,

also was magst Du wissen?

Liebe Grüße Merle

Wird keiner helfen?

3.3.17

Hallo Merle,

ich werd in die Betreffzeile jetzt immer reinschreiben, an wen eine Mail geht – damit ihr nicht durcheinanderkommt. Ich möchte auch dir sagen, daß ich nichts an andere Menschen weitergebe, daß alles bei mir bleibt.

Ich habe nicht so viele Fragen, denn das Wichtigste ist, daß auch welche von den Innenpersönlichkeiten ein bißchen Vertrauen bekommen zu mir und Kontakt aufnehmen zu mir. Aber vielleicht kannst du etwas dazu sagene, wie es kam mit dem Nichtmehrsprechenkönnen. Inwieweit hatte das etwas mit der Therapie zu tun?

Eine andere Frage ist, wie hast du überhaupt die Therapie empfinden. Was war hilfreich daran? Was hast du als verkehrt empfunden in der Therapie? (Gab es nur die Therapie innerhalb der Klinik, oder hattest du auch eine ambulante Therapeutin/einen Therapeuten)?

Und bitte hilf den Anteilen, wenn sie Mails an mich schreiben wollen.

3.3.17

???

Ich hatte doch gestern geschrieben, dass Du mich bitte alles fragen sollst, was Du wissen möchtest.

Merle

3.3.17 Nochmal an Merle

Hallo Merle, zur Zeit bist du nicht alleine die, die Mails schreibt. Wenn ich in der Betreffzeile deinen Namen schreibe, ist die Mail an dich, aber die andere Mail war an ein Innenkind, das mir geschrieben hatte.

Es ist wichtig, daß wir das auseinanderhalten, ok?

3.3.17

Entschuldige! Es tut mir leid! Ich habe eben gesehen, es kam heute schon eine Mail von Dir. Ich erinnere mich nicht mehr seit gestern Abend... Also habe ich quatsch gemacht?

Es tut mir leid! Ich weiß nicht was gerade los ist...

3.3.17 An alle die schreiben!

Bitte Merle und alle anderen, die schreiben: schreibt in die Betreffzeile oder in die Mail selbst euren Namen, damit ich weiß, von wem eine Mail kommt. Ich schreibe auch klar, an wen meine Mail gerichtet ist.

Es geht bei euch noch sehr durcheinander, aber das wird bestimmt leichter werden!

3.3.17

Das ich nicht mehr sprechen kann, ist soviel ich weiß, in der Therapie passiert. Aber das wurde mir gesagt, ich erinnere es nicht

Es gab Themen in der Therapie, die waren sehr anstrengend. Haben mir nicht gut getan.

Wird keiner helfen?

Geholfen hat ab und an der sichere Ort.

Falsch habe ich eigentlich nicht empfunden.?

Ja ich hatte eine Therapeutin hier, sie war sehr nett aber kannte DIS eben auch nicht...

Wie soll ich anderen Anteilen helfen? Ich kenne die doch gar nicht!

Merle

3.3.17

Hallo Merle,

wichtig wäre, wenn du möglichst aufmerksam bist, dafür, daß "etwas" nach außen kommen möchte – in Richtung auf den Kontakt mit mir. Du kannst dich auch an den Rechner setzen und nach innen hinein rufen: "Wer möchte Mondrian schreiben?" – Es gibt da keine Regeln, es ist ein Ausprobieren, denn du und ich kennen die Innenpersönlichkeiten nicht.

Oder kennst du doch jemanden innen? Kennst du einen Namen, mit dem du jemanden rufen kannst? (Wer ist Amanda?)

Es soll das Gefühl innen ankommen, daß es ok ist, sich zu äußern.

Auch wenn nicht gleich eine Antwort kommt, kannst du davon ausgehen, daß es innen Anteile gibt, die unseren Kontakt hier mitkriegen.

Du kannst davon ausgehen, daß innen viel Angst ist und zugleich auch die leise Hoffnung, daß es einmal besser sein wird. Aber durch die Angst traut sich niemand nach außen.

Es kann sein, daß bestimmte Themen in der Therapie für Innenanteile eben doch falsch waren, also: bedrohlich. Und daß das Anteile waren, die deshalb das Sprechenkönnen unterbunden haben. Sowas ist möglich.

Es geht weiter!

Mondrian

3.3.17

Hallo Mondrian,

nein ich kenne keine Amanda

Bedeutet das, dass alles was ich jetzt schreibe die anderen alle auch mitbekommen?

Wie kann ich meine Situation jetzt ändern?

Ich weiß, dass klingt jämmerlich, aber ich bin so müde. Meine Amelie kommt am Sonntag wieder. Ich möchte nicht, dass es mir ständig schlecht geht.!

Grüße Merle

3.3.17

Hallo Merle,

das Multipelsein ist entstanden, um zu überleben. Deshalb passen immer einzelne Persönlichkeiten auf. Aber wir können nicht wissen, wer etwas mitkriegt. – Erst dann, wenn Innenpersönlichkeiten bereit sind, sich am Weg zur Heilung bzw. beteiligen, dann wird es klarer werden.

Es ist ganz wichtig, daß du deine inneren Anteile nicht als feindlich oder als Fremdkörper ansiehst. Das sind sie nicht. Ihr alle gehört zusammen. Niemand kann ausgegrenzt werden.

Wird keiner helfen?

Aber natürlich haben jetzt noch alle ganz verschiedene Vorstellungen vom Leben, verschiedene Erfahrungen und verschiedene Ängste.

Es geht jetzt darum, schrittweise einander kennenzulernen. Dabei möchte ich euch unterstützen. So schnell kann ich auch nix ändern – es sind seelische Veränderungen, die ihre Zeit brauchen. Deine Aufgabe ist jetzt zuerst, daß du bereit bist, die Anteile willkommen zu heißen. Tag für Tag, jeden Tag. – Wenn irgendwas Neues geschieht, kannst du mir immer schreiben, oder auch die ändern können mir schreiben.

Amanda war es, die als allererstes mich angesprochen hat und Hilfe gesucht hat bei mir! Du siehst also, du bist nicht allein und es gibt den Wunsch innen, daß es besser wird!

3.3.17

"Wenn etwas neues passiert" auf was ist das bezogen? Was, wenn etwas passiert, dass eigentlich gar nicht sein kann?

Merle

3.3.17

Egal was passiert. Wir wissen so wenig von deinem multiplen System, daß Unvorhersehbares passieren kann. Das läßt sich nicht ändern. – Aber das Multipelsein ist immer entstanden, um das Ganze (also den Körper, den Menschen) zu schützen – auch wenn einzelne Anteile eine verkehrte Vorstellung von diesem Schutz haben. Und da ihr alle (dein System) all die Jahre existiert habt, und auch eine Tochter großgezogen habt, gehe ich davon aus, daß auch innen auf dich aufgepaßt wird.

Aber wir müssen aufmerksam sein für alles, was von innen kommt. Es sind alles Botschaften. Ich werde immer antworten, wenn eine Mail von dir und euch kommt, sobald ich kann. Wenn ich Nachtdienst habe, sage ich Bescheid. (Das nächstemal Sonntagnacht, Montagnacht, Dienstagnacht, Mittwochnacht – leider 4x nacheinander. Aber tagsüber bin ich ja trotzdem zuhause.)

3.3.17

Ich denke mit meinem Körper stimmt etwas nicht.? Ich konnte mich heute gar nicht mehr rühren. Es war aber kein Flashback oder Dissoziation. Ich habe es ganz bewusst erlebt, versucht mich zu bewegen. Doch wie gelähmt.

Weißt Du was mir passiert?

Merle

3.3.17

Auch solche körperlichen Sachen können entstehen als Folge von Trauma. Es ist "somatoforme Dissoziation". Dazu gehört der Mutismus (nicht reden können) und auch solche Lähmungserscheinungen. – Und diese Symptome sind bestimmten Anteilen/Innenpersönlichkeiten zugeordnet. – Es wäre gut, wenn du ganz deutlich nach innen hinein fragst: "Wer ist verantwortlich dafür, da ich mich nicht rühren kann? Was ist der Grund dafür? Sagt es mir oder schreibt es Mondrian!" So etwa. Das wird nicht gleich funktionieren, aber

Wird keiner helfen?

du solltest sowas immer versuchen, immer den Kontakt suchen nach innen.
Ich weiß, daß innen manche Angst haben vor der Kontakt mit mir. Angst davor, daß dieser Kontakt bestraft wird.
(Irgendwann kannst du mir mal sagen, ob noch die Gefahr von Täterkontakt besteht.)
Ich bin jetzt für ca. eine Stunde außer Haus, danach kann ich wieder antworten.
Bis dann, Mondrian

3.3.17

Danke, Du gibst mir Antworten die ich verstehen kann.
Ich kenne Dich nicht! Und doch gibst Du mir das Gefühl, mich zu verstehen. Das mag blöd oder naiv klingen, aber es gibt mir Kraft, Hoffnung und ein wenig Ruhe...
Danke dafür! Allein das jemand da ist... .
Doch ist mir nicht ganz klar, was ich dafür tun soll?
Merle

3.3.17

Hallo Merle,
es ist das schönste Geschenk für mich, wenn ich merke, daß ich etwas Nützliches und Hilfreiches machen kann bei anderen Menschen! Auf diese Weise gehöre ich zu den Menschen und gehören Menschen zu mir, Das bedeutet auch für mich sowas wie HEIMAT.
Danke, daß du etwas mit den Hinweisen anfangen kannst. Mutmachen und Hoffnung geben ist jetzt die erste wichtige Ressource für dich (und euch)! Es wird noch lange dauern, der Heilungsweg, aber ich denke, das ist jetzt ein guter Anfang.

3.3.17

DANKE!!!
Gibt es denn nichts, was Du noch über mich wissen möchtest?
Merle

3.3.17

Es ist besser, wenn ich das erfahre, was ihr selbst mir erzählen wollt, du und auch die anderen. Denn wenn ich frage, manipuliere ich euch doch – lenke ich deine und eure Aufmerksamkeit in eine Richtung – und das ist dann vielleicht gar nicht die Richtung, in der wir etwas verstehen können.
Die Wahrheit über eure Vergangenheit und über eure Verletzungen und auch die Schlüssel für deine und eure Heilung liegt in euch drin. Ein Therapeut ist nur sowas wie ein Geburtshelfer, ein Begleiter mit nützlichen Kenntnissen. So sollte es eigentlich immer sein bei Psychotherapie. Hauptsache, wir sind uns einig darüber, daß es weitergeht, daß wir uns weiter austauschen, wenn irgendwas geschieht.

3.3.17

Prima, danke!

Wird keiner helfen?

Ich bin Dir so dankbar, dass Du für mich da bist.

Merle

3.3.17 22h Berit

Meinen Sie es wirklich ehrlich mit ihr?

Sie braucht unbedingt Hilfe, hat keine Kraft, keine Kontrolle. Bitte geben Sie ihr keine Hoffnung und lassen sie dann fallen allein.

Es sind so viele! Die sind so laut! Das kann sie nicht mehr lange aushalten.

Sie muss hier weg...

4.3.17

Hallo Berit,

ja, ich meine es unbedingt ernst! Ich unterstütze Überlebende seit vielen Jahren und habe wirklich ziemlich viel Erfahrung in diesem Zusammenhang.

Wie soll es möglich sein, daß sie "hier weg kommt"? Ich weiß noch gar nichts von den äußeren Umständen.

Gibt es Täterkontakte?

Mir ist es sehr wichtig, Kontakt zu bekommen zu den lauten inneren Anteilen. Können Sie da mithelfen? Oder jemand anders?

4.3.17 Berit

Hallo Mondrian,

wie sie hier weg kann, dass weiß ich nicht! Aber ich weiß, sie muss hier weg. Sie muss in Sicherheit sein!

Zum Täterkontakt darf ich nichts sagen. Tut mir leid.

Es geht weniger darum, dass die einzelnen Stimmen laut sind, sondern darum, dass es so viele sind!

Ich kann Ihnen mit Sicherheit helfen, kenne das System, ich denke zum mindestens einen Teil davon.

Doch bleibt mir nicht viel Zeit...

Danke für Ihre Hilfe

Berit

4.3.17 Berit

Hallo Berit,

danke für Ihre Unterstützung. Kontakt nach innen zu bekommen ist jetzt das Wichtigste.

Mondrian

4.3.17

Hallo,

auf Ihrer Webseite habe ich gelesen " wie es begann".

Wird keiner helfen?

Wie geht es Ihnen heute? Haben Sie noch Symptome? Haben Sie sich gefunden? Wissen Sie jetzt, wer Sie sind?

Denken Sie, dass Traumatisierung eine Entschuldigung dafür sein darf, anderen weh zu tun?

4.3.17

Hallo ????

Es geht mir gut, weil ich gelernt habe, auch mit bestimmten Schwächen und seelischen Verletzungen umzugehen – und weil ich Aufgaben im Leben gefunden habe, zu denen ich passe. Ich könnte sicher nicht so viel mitfühlen bei traumaüberlebenden Menschen, ohne mein Aufwachsen bei diesen (traumatisierten) Eltern. Ich bin bei mir, fühle mich wohl in mir. Aber trotzdem den meisten Menschen gegenüber ziemlich fremd.

Die Frage nach der Verantwortlichkeit ist sehr schwierig. Wenn Kinder von erwachsenen Tätern gezwungen werden, anderen wehzutun, dann sind sie selbstverständlich trotzdem unschuldig. Schuldig sind die erwachsenen Täter. Wer dann als ehemaliges Opfer von Trauma erwachsen wird, der oder die hat schon ein Teil Verantwortung für eigene Handlungen als Erwachsene. Aber wieviel? Das läßt sich nicht so einfach sagen. Wenn innere Anteile etwas machen, weil sie es so gelernt haben, sind sie erstmal auch schuldlos, weil sie als Kinder hilflos sind. Das ist mein Standpunkt als jemand, der helfen will. Und ich weiß, daß es auch von Gerichten so gesehen wird. – Trotzdem ist das keine Entschuldigung für böse Taten!! Und es müssen erwachsene Täter verurteilt werden für ihre Taten. – – Es ist ein sehr schweres Thema, und ich bin froh, daß ich kein Richter bin.

Ich freu mich über die Mail, den Kontakt. Aber schreiben Sie mir doch bitte, wer Sie sind (oder du). Damit ich die Mails unterscheiden kann! Danke.

4.3.17

Hallo Mondrian,

mein Name ist Ingrid, ich bin 23.

Ich habe so viele Fragen, und hoffe das okay ist?

Wie, oder ist es überhaupt möglich, dass Flashbacks, neben den psychischen Symptomen auch SICHTBARE körperliche Symptome verursachen?

Wie kann ich den anderen Anteilen von uns klar machen, dass Merle nicht böse ist? Nicht auch von uns gequält werden muss.

Wie bekomme ich bzw wir die Wut aus uns raus?

Falls das zuviel ist, sagen Sie es mir bitte. Lassen Sie Merle bitte nicht allein.

Grüße Ingrid

4.3.17

Hallo Ingrid,

danke, daß Sie Vertrauen zu mir haben wollen. Sie können alles fragen und ich werde immer antworten, so gut ich kann – denn dieses Verstehen ist die Voraussetzung für Heilung und ein gutes Leben.

Dissoziation ist eine natürliche Reaktionsweise der Seele in schwierigen Situationen. Dabei

Wird keiner helfen?

werden einzelne Gefühle und Empfindungen und Erinnerungen abgespalten, also getrennt vom Bewußtsein. Wer in der Kindheit extrem schlimmen Traumatisierungen ausgesetzt war, entwickelt viele Formen von Dissoziation. Wenn bestimmte schlimme Erfahrungen abgespalten werden, kommen die durch etwas, was an sie erinnert (Trigger), plötzlich nach außen. Das sind Flashbacks. Es ist aber auch möglich, daß erst im späteren Leben etwas abgespalten wird, das mit der früheren traumatischen Situation zu tun hatte. So kann es kommen, daß zeitweise der Körper abgeschaltet (oder ausgeschaltet) wird. Das sind dann Lähmungserscheinungen. Oder daß das Sprechen abgespalten (dissoziiert) wird.

Wenn wir mehr von den früheren Situationen wissen, können wir auch solche körperlichen Dissoziationen (somatoforme Dissoziationen) verstehen lernen und auch auflösen.

Das erstmal dazu. Fragen Sie bitte weiter, wenn etwas unklar ist!

Wie Sie den anderen Anteilen klar machen könne, daß Merle nicht böse ist. – Das beste wäre, wenn Sie andere Anteile bitten, mit mir in Kontakt zu treten. Dann könnten wir miteinander sprechen und klären, was an dieser Befürchtung dran ist. Denn sicher gibt es ja Gründe für diese Meinung. Ich bin sicher, auch die anderen Anteile haben viele Fragen und sind vielleicht unsicher über die Welt und das Leben jetzt.

Die Wut in Ihnen und euch hat Gründe. Ganz bestimmt habt ihr Grund zu Wut. Die Frage ist nur, was könnt ihr machen mit der Wut. Auch darüber müßten wir reden und ich würde Ihnen und euch gern helfen, Wege zu finden.

Allerdings weiß ich bisher noch kaum etwas über Ihre und eure Lebensgeschichte, eure Erfahrungen mit der Welt. Deshalb kann ich erst wenige Antworten dazu geben.

Nein, ich werde Merle nicht allein lassen. Aber auch euch alle nicht!! Ich möchte euch alle unterstützen.

4.3.17 Ingrid

Danke,

das mit der Dissoziation und den Flashbacks habe ich verstanden, auch das diese sich oft echt anfühlen. Und das was wir dann sehen und fühlen, sich in diesem Moment eben auch echt anfühlen kann. Was ich nicht verstehe, kann ein Flashback auch so echt sein, dass etwas davon bleibt? Zum Beispiel, dass wir bluten. In echt!

Die gleiche Frage stellt sich in Träumen! Wie ist es möglich, dass Anteile aufwachen und verletzt sind? Reale Verletzungen...

Ich kenne nicht sehr viele andere Anteile, aber die ich kenne, sind Kinder und Jugendliche. Sehr wütende, aber auch ängstliche Kinder. Es gibt auch sehr kleine Kinder, die total hilflos sind.

Doch eines haben wir denke ich gemein, wir sind voller Schmerz, Wut, Zorn, Ekel...!

Was ich auch nicht verstehe, warum denken die die töten wollen, dass sie weiterleben werden? Dann sind doch alle tot.?

Es gibt Stimmen, ich kenne die jedoch nicht, die behaupten, es ist der einzige Weg, nur so wird alles endlich aufhören. Was wenn das stimmt? Was wenn dieses Chaos niemals geordnet werden kann?

Ein Beispiel dazu, Merle hatte letztes Jahr einen Mann kennengelernt. Nach langem zögern hat sie sich auf ihn eingelassen, hatte mehr Angst ihm zu schaden. War von Anfang an ehrlich usw.

Wird keiner helfen?

... doch was ist passiert, jetzt gibt es viele Anteile im selben Alter. Ich weiß nicht wie ich es erklären soll. Nach einem halben Jahr hat Merle es beendet, weil der Mann extrem getriggert hat. Zu diesem Mann gibt es noch mehr zu sagen, was wesentlich ist, aber das später. Meine eigentliche Frage, ist es möglich das es immer weiter geht? Immer mehr Anteile entstehen? Es niemals aufhört?
Ich weiß das ist viel, mein Kopf ist so voll...
Danke Ingrid

4.3.17

Hallo Ingrid,

Ihre Fragen sind gut, sie zeigen viel innere Klarheit und helfen mir schon dadurch, zu antworten. Ich bin sicher, der Austausch zwischen uns wird im System hilfreich sein!

Wir wissen heutzutage, daß traumatische Lebensumstände in der Kindheit tief eingreifen in das vegetative Nervensystem, also das körperliche System der Nerven, das die automatischen Körperreaktionen steuert (Atem, Immunsystem, Blutdruck u.a.). Das Bluten ohne äußeren Grund wird vermutlich damit zusammenhängen. Es läßt sich noch nicht erklären, wird aber manchmal beschrieben, z.B. in einem vor vielen Jahren herausgekommenen Buch (Marie Cardinal: Schattenmund). Etwas anderes wäre, wenn bestimmte Anteile dem Körper im Schlaf Verletzungen zufügen. Das scheint bei euch der Fall zu sein – und ist durchaus häufig so. Das paßt jetzt gleich zu Ihrer Frage, warum Anteile den Körper töten wollen und nicht wissen, daß sie dann selbst tot sind. – Täter erklären es oft einzelnen Anteilen so, um zu erreichen, daß diese Anteile in ihrem Sinne handeln und daß sie gegen andere Anteile kämpfen, die nicht zu den Tätern halten.

Also es ist wirklich so, daß zwar Sie (Ingrid) wissen, daß der Körper zu allen gehört – aber andere Anteile wissen es noch nicht, weil sie darüber belogen worden sind.

Es sind oft Konditionierungen, die im sehr frühen Alter geschehen sind, und kleinen Kinder merken nicht immer, daß sie belogen werden.

Es scheint sehr, sehr viel Leid im Innen zu bestehen – da kann ich mir schon vorstellen, daß manche denken, der Tod ist die einzige Möglichkeit, Frieden zu finden. Das kommt dann nicht von den Tätern, sondern ist Ausdruck der Verzweiflung.

Es gibt aber heutzutage viel Erfahrung mit Heilungsprozessen nach schweren Traumatisierungen, auch mit DIS. Nur leider hattet ihr offenbar bisher keine Therapeuten oder Therapeutinnen, die sich mit DIS und mit Rituelier Gewalt ausgekannt haben. Da ist dann die Verzweiflung – nach so vielen Jahren Therapie – zu verstehen.

Wenn jemand durch frühe Traumatisierungen immer wieder dissoziieren mußten, um das Ganze auszuhalten, dann wird es immer leichter zu dissoziieren. Dann kann es passieren, daß jeder Konflikt, jede schwierige Situation im Leben dazu führt, daß ein Anteil entsteht, der nur genau für diese Situation zuständig ist. Das Dissoziieren wird also automatisch. – Die Lösung dafür ist, daß solche Anteile, die zu einer bestimmten Situation gehören, sich wieder zusammenfinden. Es ist möglich, daß eine Sprecherin oder ein Sprecher für diese enger zusammengehörigen Anteile entsteht. Das alles läßt sich verändern in der Therapie, und wir können das vielleicht auch per e-mail machen, falls genügend Anteile mitmachen.

Wird keiner helfen?

Ach ja, das muß ich ganz grundsätzlich sagen: Es wäre natürlich wichtig, daß ihr irgendwann eine ambulante Therapie machen könnt mit jemandem, die oder der sich wirklich mit dem Thema auskennt. Ich weiß, daß das so schnell nicht zu finden ist, und ich bin unbedingt bereit, mit euch weiterzuarbeiten – aber Sie müssen wissen, eine (angemessene) ambulante Therapie wäre natürlich besser.

Wut, Schmerz, Haß, Ekel, Angst, Hilflosigkeit.. das alles ist natürlich völlig angemessen nach all dem, was ihr alle durchgemacht habt. Darin bin ich sehr solidarisch mit allen! – Es ist wichtig dran zu denken, daß alle solche Empfindungen Ausdruck von Lebenskraft ist, von Widerstand – und damit Anlaß zu Hoffnung geben.

4.3.17

Danke für Ihre Antworten.

Es ist okay, ich verstehe, wir sind zu anstrengend.☺

Grüße Ingrid

4.3.17

Hee Ingrid, was ist los???????

Ihr seid nicht zu anstrengend, im Gegenteil, ich bin froh und dankbar, daß wir miteinander arbeiten können!!!!!!

Ich sagte nur, es wäre auf lange Sicht für euch besser, eine ambulante Therapeutin zu haben. Es ist besser, sich anzuschauen, wenn mensch miteinander spricht.

Bitte weitermachen, ok?!!

Ich bin bei euch! Mondrian

5.3.17

Hallo, ich möchte euch und Sie nur dran erinnern, daß ich heute nacht (und ebenso Montag bis Mittwoch Nacht) Nachtdienst habe und nur bis etwa 19 Uhr am Rechner bin. Nicht daß sich jemand wundert, wenn dann abends keine Antwort mehr von mir kommt.

5.3.17

Hallo Mondrian,

Danke

Ich möchte das Sie mich nicht falsch verstehen und vermutlich klingt es undankbar, aber ich verstehe Sie nicht!

Sie sagen, Sie haben sehr viel Erfahrung mit DIS und später verweisen Sie auf jemanden, der sich "wirklich damit auskennt"! ???

Das ich hier weiterhin nach einer Therapeutin und einer Klinik suche, steht außer Frage. Denn sonst verliere ich meine Tochter!

Dennoch hatte ich gehofft, in Ihnen jemanden gefunden zu haben, der mich trotzdem unterstützt. Jemand der einfach da ist, versteht. ???

Ich hätte Ihre Hilfe wirklich gebraucht, doch diese ständige Angst plötzlich wieder allein zu sein, tut mir leid, dass kann ich nicht...! Danke für alles Merle

Wird keiner helfen?

5.3.17 Merle II

Hallo Merle,

ich ahne, daß Du und Sie und ihr viel Zurückweisung erlebt habt. Ich mußte das aber doch so schreiben – weil es sonst verantwortungslos gewesen wäre. Es geht für mich niemals darum, die gemeinsame Arbeit je abzubrechen! Das geschah in rund 20 Jahren nicht, bei Betroffenen, von denen die eine 8 Jahre lang Woche für Woche Therapie mit mir gemacht hat (persönlich, es war in Leipzig). Rachel (deren Dokumentation Sie auf der D+T-Website finden) macht seit 6 Jahren per e-Mail Therapie bei mir. Wir haben schrittweise ihre Anteile integriert, jetzt geht es um den Weg ins soziale Leben hinaus.

Wichtig war für mich nichts anders als der Hinweis, daß eine lokale Therapie (falls die Therapeutin sich wirklich auskennt) letztlich besser wäre. Ich habe die Gefahr gesehen, daß Sie und andere in Ihrem System jetzt nicht mehr nach einer solchen Möglichkeit suchen werden. – Ich glaube, es wäre sehr schade, wenn es mit uns nicht weitergeht. Es war ein sehr guter Anfang. – Aber ich möchte natürlich nicht versuchen, Sie zu überreden. Ich bitte Sie nur, daß Sie und die anderen nochmal drüber nachdenken.

Sie können jedenfalls immer wieder auf mich zukommen, auch später.

Von Herzen alles Gute für euch – wie auch immer es weitergeht!

5.3.17 Merle II

Noch was:

Ich habe meine Sätze damals noch mal gelesen. Ich meinte, daß eine ambulante Therapeutin "sich wirklich damit auskennen muß". (Denn bei den bisherigen Therapeutin war es wohl nicht der Fall.)

Ich bin durchaus der Meinung, daß auch ich mich wirklich auskenne!!! – Aber es geht mit uns eben nur per e-mail – und nur im Hinblick darauf wäre eine ambulante (sich auskennende) Therapeutin besser.

5.3.17 Merle II

Also selbst wenn ich in einer Klinik wäre, und oder eine Therapeutin hätte, dürfte ich schreiben?

Ich habe gelesen, Sie haben bereits Kontakt zu vier anderen Teilen hergestellt.

Wissen Sie, ich bin es leid das alles zu hinterfragen. Sie erreichen offenbar etwas!

PS das ist vermutlich total verwirrend? Aber ich bin nicht die Merle die schon mit Ihnen geschrieben hat.

Merle

5.3.17 Merle II

Hallo Merle II,

JA!!!!!!!!!!!!!! – Immer. Ich werde Sie nicht abschieben zu einem Therapeuten oder zur Klinik, habe das nie gemacht.

Wird keiner helfen?

5.3.17 Merle II

Was aber auch ein Vorteil für mich sein kann!?

Denn so sehen Sie nicht, dass ich dann ständig dissoziiere.☺

5.3.17 Merle II

Naja, aber alle Persönlichkeiten (oder Anteile) haben ihre eigene Geschichte – und ich möchte doch die einzelnen Anteile unterstützen. Das heißt, ich möchte sie in ihrer eigenen Geschichte verstehen lernen.

5.3.17 Merle

Hallo Mondrian,

zuerst einmal, danke! Danke, dass es jemanden wie Dich gibt!

Es war ganz schön was los, wie hast Du das gemacht? Warum war das nicht bei Frau Z. so? (Das ist die Therapeutin aus XY)

Darf ich auch vom Jetzt erzählen?

Liebe Grüße Merle

5.3.17

Hallo Merle, da bist du ja wieder! – Ich hab nur einen Grundsatz: daß ich ganz und gar ehrlich bin, daß ich Mondrian bin, nicht "ein Therapeut" oder egal was. Nur ein Mensch, der versucht, ehrlich Kontakt zu finden zu anderen Menschen (also auch Persönlichkeiten, Anteilen).

Ja, erzähl von was du möchtest.

5.3.17 Merle

Total cool! Das kenne ich so nicht! Es hat eine total befreiende Wirkung gerade. Das Du so entspannt damit umgehst. Ich nicht das Gefühl habe, mich ständig erklären zu müssen. Das erste mal, dass es zu reichen scheint, dass ich mich neu orientiere. Mich nicht noch um Dich kümmern muss. Total cool!☺

Meine Amelie kommt dann nach hause. Ich könnte so viel von Amelie erzählen...

Merle

5.3.17

Nein, du brauchst dich nicht um mich zu kümmern. Mir geht es gut dabei, euch kennenzulernen und ein Stück Weg mit euch zu gehen. – Ja, erzähl von Amelie, bitte.

5.3.17

Also,

Amelie ist toll!

Von Anfang an. Das weiß ich aber nur von meinem Ex, erinnere es also nicht. Amelie ist zehn Wochen zu früh geboren worden. Ich hatte wohl einen Blasensprung. Amelie wog nur 1490g.

Wird keiner helfen?

Doch ist sie einfach perfekt! Amelie hat alles super aufgeholt, man bemerkt nichts davon. Sie ist jetzt in der zweiten Klasse und immer noch Klassenbeste!

Jede Mama schwärmt von ihrem Kind. Amelie ist aber etwas ganz besonderes!

Ich kann seit mehr als zwei Jahren nicht sprechen, undenkbar mit einem anderen Kind. Ich denke jedes andere Kind hätte diese Situation ausgenutzt, doch Amelie geht prima damit um.

Ich bin so stolz auf meinen kleinen Schatz!

Ich würde Dir gern ein Bild von Amelie schicken, aber es müsste ganz sicher nur bei Dir bleiben!

Es gibt noch viel mehr zu sagen...

Merle

5.3.17

Hallo Merle,

ja, das muß eine ganz besondere Beziehung sein zwischen Amelie und dir. Du kannst gerne ein Foto schicken; es bleibt hier auf dem Rechner und niemand sonst sieht es. Oder ich kann es auch gleich wieder löschen, falls dir das lieber ist.

5.3.17

Wenn kein anderer Zugang hat, ist es okay.

Ja, Amelie und ich wir lieben uns sehr!

Merle

5.3.17

Hey Merle, Amelie gefällt mir gut! Wirkt sehr pfiffig und intelligent! ☺

5.3.17 Merle

Danke!

Doch gibt es da ein Problem. Ich traue es kaum zu sagen. Denn mein Ex hat schon versucht mir meine Maus zu nehmen.

Ich probiere es mal...

... Amelie, so sehr ich sie liebe, sie ist ein Trigger für mich.

Die Frage, und hoffe total auf eine hilfreiche Antwort, was kann ich dagegen tun?

PS Ich kann nicht begreifen, wie jemand den ich so liebe, so schreckliches in mir auslösen kann!

???

Merle

5.3.17

Merle,

ich könnte mir vorstellen, daß Amelie dich – oder vielmehr eine innere Persönlichkeit – erinnert an die eigene Kindheit, in der euch Schlimmes zugefügt wurde. Kannst du mir genauer schreiben, wie dieser Trigger bei dir wirkt? Dann könnten wir vielleicht Möglichkeiten finden, den Trigger abzubauen.

Wichtig ist in jedemfall, daß du dir bei jedem unguuten Gefühl wegen Amelie ganz stark sagst

Wird keiner helfen?

(und auch nach innen sagst): "Das ist Amelie, das ist niemand von damals!" oder so ähnlich. Wenn du oder jemand die Möglichkeit hat, Kontakt nach innen aufzunehmen, könntet ihr auch nach innen fragen: "Für wen ist es schlimm, wenn Amelie da ist? Was ist der Grund?"

5.3.17 Merle

-Flashbacks! Sehr schlimme. Manchmal so, dass Amelie es bemerkt☹
-dissoziieren, Amelie nennt das dann Mama hat einen Tagesschlaf
-was auch passiert, ich aber nicht richtig zuordnen kann, ich bin ich, dissoziiere nicht, bemerke alles, aber alles fühlt sich nicht real an. Also kurz gesagt, sollte dann etwas passieren, bin ich nicht in der Lage einzugreifen.
-erstarren, plötzliche Panik, Angst
-Übelkeit bis zum übergeben
Usw...
Ich versuche, gerade wenn wir kuscheln, (Amelie kuschelt sehr viel, was ja eigentlich total schön ist, gerade noch in dem Alter), mir den sicheren Ort vorzustellen. Doch das klappt leider zu selten.
Was kann ich tun?
Merle

5.3.17 Merle

Ja, das sind alles Formen von Flashbacks, also Dissoziation. Auch dieses "alles bemerken, aber fühlt sich nicht real an" ist eine Form von Dissoziation (Derealisation = die Umwelt wird unreal; Depersonalisation = man fühlt sich selbst körperlos).
Du kannst versuchen, in solchen Situationen dich ganz stark auf die gegenwärtige Umwelt zu konzentrieren. Zum Beispiel indem du zehn verschiedene Gegenstände im Raum um dich anschaust und benennst (auch leise). Das kannst du auch wiederholen. In den Kalender schauen, dir sagen, welchen Tag wir heute haben. Auf die Uhr schauen, dir die Uhrzeit sagen. Dir selbst sagen, wo du gerade bist. - Solche Übungen zum Dissoziationsstopp solltest du in harmlosen Situationen üben, damit sie dir in Flashback-Situationen leichter fallen. Hier auf der Website einer sehr guten Therapeutin sind einige, die du dir angucken kannst. Mußt du ausprobieren, was für dich paßt! (...)
Dir den sicheren Ort vorzustellen ist ok, aber diese anderen Übungen sind auch gut und vielleicht einfacher.
In Apotheken gibt es Ammoniak-Lavendel-Riechampullen. Die kannst du in Flashbacksituationen aufbrechen und einatmen.
Langfristig wird sich das erst ändern, wenn den Innenpersönlichkeiten geholfen wurde, die alle diese Erinnerungen in sich tragen.

5.3.17 Merle

Das mit den Gegenständen im Raum habe ich gemacht und versuche es noch. Das mit dem Ammoniak klappt nicht! Ich komme da nicht mehr raus! Es gibt Flashbacks, an dessen Inhalt

Wird keiner helfen?

erinnere ich mich... Es ist dann fast so, als ob sich alles vermischt. Als ob, ich festgehalten werde. Ich weiß, dass klingt total verrückt!

Wenn ich wüsste, wann es anfängt!

Zum Beispiel, draußen. Der größte Trigger draußen ist, Zigarettenrauch. Raus gehen ist für mich eh Horror, aber den Rauch, dass sehe ich wenigstens, jedenfalls meistens. Sonst geht es auch sehr übel für mich aus!

???

5.3.17

Es gibt erstmal nichts anderes als Gegenzusteuern mit diesen Methoden. Daß sich alles miteinander vermischt, hat damit zu tun, daß verschiedene Innen-Anteile betroffen sind, sich also erinnern. Deswegen ist es wichtig, Kontakt aufzunehmen mit ihnen. Dazu bin ich immer bereit! – Du kannst auch nach innen fragen: "Wer ist dafür verantwortlich, daß ich mich jetzt so und so fühle? Wer kann mir sagen, was es für einen Grund hat?"

Merle, ich muß mich jetzt langsam vorbereiten auf meinen Nachtdienst. Ist es ok, daß wir morgen und in den folgenden Tagen weitermachen?

Ich habe morgen vormittag gleich einen Arzttermin, werde wohl gegen 11h zuhause sein.

Es geht weiter!

Liebe Grüße Mondrian

5.3.17 Merle

Danke

5.3.17 Merle

Hallo Mondrian,

Ich weiß nicht ob Du mich richtig verstehen konntest? Es vermischen sich dann, der Flashback und das Jetzt. Das ist auch während der Therapie passiert, es war so, ich konnte die Therapeutin hören aber ich kam einfach aus dem Flashback nicht raus. Die bösen Männer hielten mich fest. Kannst Du das irgendwie verstehen? ???

Ich brauche unbedingt eine Lösung wegen des schlafens. BITTE

Ich hoffe ich mache mich jetzt nicht lächerlich, aber ich habe eine Audioaufnahme auf dem Handy von der Therapeutin. Sie spricht da beruhigend... Ich bzw wir haben uns damals wohl dazu entschieden, die Sitzungen aufzunehmen, weil ich ständig vergesse. Diese Aufnahme hatte mir geholfen wenigstens Mal zur Ruhe zu kommen. Doch funktioniert das jetzt nicht mehr! Egal was ich versuche, nichts hilft. Die lassen mich einfach nicht schlafen! Mein Arzt hat mir Tavor und Schlaftabletten verschrieben. Aber das hilft auch nicht, macht alles nur noch schlimmer! Und hilft denen noch dazu mich zu töten! Aber bis der Arzt das verstanden hat...!

Ich weiß, es ist eigentlich ein paradox, bin total müde und habe total angst vorm schlafen!?

Andere DIS Patienten hatten mit Sicherheit das gleiche Problem.? Was hast Du denen geraten?

Etwas anderes, wenn ich fragen darf...?

Was machst Du beruflich, dass Du nachts arbeiten musst?

Und,

Wird keiner helfen?

vielleicht eine blöde Frage, aber möchtest Du ein Foto von mir? Natürlich nur für Dich! Ich hasse allerdings alle Fotos die es von mir gibt. Aber ich finde es nur fair, dass Du weißt mit wem Du es zu tun hast.

Liebe Grüße Merle

6.3.17

Hallo Merle,

hier bin ich wieder.

Daß die Flashbacks sich mit der Gegenwart vermischen, ist völlig normal. Genauso wie mehrere Anteile zugleich draußen sein können, oder zum Teil draußen sein können. Oft ist es so, eine Persönlichkeit kann handeln, eine andere kriegt zwar alles mit, kann aber nicht handeln. Das ist "Co-Bewußtsein" und für die Heilung gut. Auch wenn du neben dem Flashback noch die Gegenwart mitkriegst, ist es zwar irritierend, aber im Grunde gut: weil du dann lernen kannst, dich für die Gegenwart zu entscheiden, das Flashback als "nicht wirklich" zu erkennen. Dazu helfen auch diese Übungen, von denen wir gestern geschrieben haben.

Das Schlafproblem plagt viele, vielleicht die meisten Überlebenden mit Dissoziation! Leider. – Und du hast völlig recht: Tavor und Schlafmittel sind absolut verkehrt. Für manche inneren Anteile wirkt sowas als Gewalt (was es ja auch ist) und sie kämpfen an gegen die Lähmung durch das Medikament – und das kriegt wieder du mit als Zerstörungswut von innen.

Außerdem hat Tavor ein sehr hohes Abhängigkeitspotential, und irgendwelche Schlafmittel vielleicht auch!! (Manche Schlafmittel bewirken sogar Schlaflosigkeit, wenn sie längere Zeit genommen werden.)

Die beruhigende Stimme der Therapeutin war ein guter Weg, aber es ist klar, daß das nicht immer hilft.

Schlaf kann man nicht erzwingen. Also wenn du nicht einschlafen kannst, lieber noch eine Viertelstunde etwas lesen, daß du müder wirst. Oder Lavendelextrakt (Lasea aus der Apotheke), das hilft zugleich gegen Ängste. (Im Netz findest du noch mehr Hinweise auf Hausrezepte.)

Da Problem verringert sich auch, wenn es zunehmend Kontakte nach innen gibt und die inneren Anteile wirklich angehört werden. Sie sind da innen sehr allein, hilflos, verzweifelt.. voller schlimmer Gefühle, bei denen ihnen bisher noch niemand hilft!

Es wäre wichtig zu verstehen, wieso sie so einen Haß grade auf dich haben. – Hallo, wenn ihr das lest, schreibt mir doch bitte, daß ich was verstehen kann! Danke.

Ich bin Sozialpädagogin und Heilpädagogin, und ich arbeite in einer WG mit 6 Erwachsenen mit leichter kognitiver ("geistiger") Beeinträchtigung, die aber alle eine schwere Epilepsie haben. Deswegen muß rund um die Uhr ein Betreuer da sein; und ich mache solche Nachtwachen. (Kann aber meistens trotzdem von 24h – 6h schlafen, denn in den meisten Nächten passiert ja doch nichts, oder ich kann dann wieder einschlafen.)

Doch, ich würde mich freuen über ein Foto! Ich weiß, daß sich multiple Persönlichkeiten oft den Körper nicht als ihren empfinden, und deshalb auch das Gesicht "nicht echt" ist, aber es hilft mir doch ein bißchen, mich auf jemanden einzustellen, wenn ich wenigstens eine Ahnung habe.

Wird keiner helfen?

5.3.17

Hallo Mondrian,

was ich nicht verstehen kann, wäre das alles nicht passiert wenn ich stärker gewesen wäre? Es passiert so vielen schlechtes, doch nicht bei jedem geschieht das so.

Woher weiß ich, wer ich bin? Also ohne philosophisch werden zu wollen. Wer von uns ist der richtige?

Haben Sie selbst auch DIS?

Ingrid

6.3.17

Hallo Ingrid, schön, daß Sie wieder von sich hören lassen!

Zu Ihrer Frage: Wenn Kindern solche schrecklichen Dinge zugefügt werden, und dann über Jahre, dann kann kein Kind dem widerstehen. Es gibt dann für die Seele nur die Möglichkeit, sich aufzuspalten, um das Schlimme auf verschiedenen Rücken zu tragen, sozusagen. Außerdem kommt ja dazu, daß die Täter das Kind beeinflussen in ihrem Sinn, und auch das führt zur Dissoziation, zu einzelnen Anteilen.

Kein Kind kann sowas aushalten und verarbeiten!! Ein Kind lernt ja erst zu leben .. und wenn es unter solchen Umständen leben lernen soll ... das ist einfach die Hölle.

Wenn jemand im Erwachsenenalter Schlimmes erlebt, ist es leichter, weil dann schon mehr Stabilität und Lebenserfahrung in der Persönlichkeit besteht.

Daß in euch so viel Gutes existiert, so viel Wille zu einem guten Leben, das bedeutet sogar, daß ihr als Kind sehr stark wart! Sonst wäre nichtmal das möglich gewesen. Wahrscheinlich die meisten Überlebenden von ritualisierter Gewalt im Kindesalter gehen unter, werden später suchtmittelabhängig oder nehmen sich das Leben.

Ihr seid alle "richtig". Man kann nicht unterscheiden zwiaschen einer "Hauptpersönlichkeit" und "Nebenpersönlichkeiten". Ich weiß, viele Therapeuten machen das noch heute so, aber die letzten 20 Jahre Erfahrung mit (Struktureller) Dissoziation zeigen, daß das nicht angemessen ist. Bei Menschen, die nicht multipel sind, verbinden sich alle Eigenschaften und Erfahrungen zu einem Geflecht, einem einzigen Bauwerk. Davon gehen die Therapeuten dann aus. Aber bei DIS ist es anders. Hier mußten die einzelnen Erfahrungen und Empfindungen voneinander getrennt ihren Platz finden im Hirn.

Zum Heilungsweg gehört, daß diese verschiedenen Erfahrungen und Empfindungen sacht wieder Kontakt miteinander aufnehmen und lernen, sich miteinander zu verbünden. Manche fühlen sich dann irgendwann wohler, wenn sie zu anderen gehören, wenn sie sich integrieren, aber das muß nicht so sein. In jedem Fall ist es eine eigene Entscheidung der Anteile!

Es gibt schon sowas wie eine "Ur-Persönlichkeit", aber das ist fast immer ein Baby, das ganz tief im Innen schläft. Es ist dieses Baby, das nichts Schlimmes erlebt hat.

Ich nehme jede multiple Persönlichkeit für sich ganz genauso ernst, wie wenn ich einen Menschen vor mir habe, der nicht Viele ist. Mich stört das gar nicht, daß diese verschiedene Persönlichkeiten in einem einzigen Körper sind. Für mich ist das auch "normal". Und ihr solltet euch auch einfach ernst nehmen .. wie ein Team, das noch nicht viel miteinander zu tun hat, das

Wird keiner helfen?

aber immer besser sich austauschen kann und dann zusammenarbeiten kann. Und gemeinsam auf den Körper aufpassen kann.

Nein, ich bin nicht Viele. Aber bei mir haben sich in der Kindheit drei oder vier "Bereiche" entwickelt (man sagt Ego States dazu). Trotzdem hatte ich nur ein Bewußtsein. Diese Bereiche sind im Laufe der Jahre enger zusammengekommen, aber eigentlich existieren sie noch immer. (In meiner Wohnung sitzen zum Beispiel überall Teddies und andere Stofftiere, die eines meiner Ego States noch genauso ernst nimmt, wie es ein kleines Kind macht. Für diesen Teil von mir leben sie – auch wenn ich zugleich "als Erwachsener" weiß, daß sie nur Holzwolle sind.)

Jetzt erstmal genug von mir!

Herzliche Grüße – Mondrian

6.3.17

Hallo Mondrian,

Danke für deine Antwort

Das Problem beim schlafen, ist nicht das einschlafen. Einschlafen kann ich im stehen. Das Problem ist die Angst! Die Angst vor den Träume! Und nicht wieder aus den Träumen raus zu kommen!

Oh oh! Verstehe mich bitte nicht falsch. Ich habe großen Respekt vor Menschen, die mit behinderten arbeiten können! Gerade Sozialpädagoge, Heilpädagoge das sind Berufe die ich mir extrem aufreibend vorstelle

Aber ich habe leider auch die schlechte Seite kennengelernt. Ein Mann, Manfred, mit ihm war ich fast ein halbes Jahr mehr oder weniger zusammen. Macht gerade eine Ausbildung zum Heilpraktiker. Er kennt mein Problem, und nutzt es nach wie vor für sich aus! Mit der Begründung, dass er mich ja liebt...☺

Also okay, ein Foto von mir, aber bitte, es bleibt nur bei Dir!

Grüße Merle

6.3.17

Hallo Merle, erstmal dankeschön für das Foto. Doch, es tut gut, auch auf diese Weise ein bißchen Gefühl von dir/euch, einem gegenüber zu haben. Ich seh die Ähnlichkeit mit Amelie, das Verschmitzte!

Ach so, die Angst vor den Träumen. Ja, dann sind Schlafmedikamente und Tavor wirklich ganz falsch! Du solltest sie nicht nehmen! – Die Träume sind nichts als die Erinnerungen, und die Veruche, belastende Erinnerungen irgendwie zu verarbeiten. Natürlich nicht unbedingt deine Erinnerungen, aber diejenigen von anderen Anteilen.

Gibt es vielleicht jemanden (einen Anteil), der dich bei solchen Träumen aufwecken kann? Klingt vielleicht komisch, aber das könnte möglicherweise funktionieren.

Ansonsten liegt die Hilfe immer darin, daß Innenpersönlichkeiten, die diese schrecklichen Erinnerungen haben, darüber reden (oder schreiben) können und sich von der Last befreien können.

Es tut mir sehr leid, daß du mit diesem Mann so schlechte Erfahrungen gemacht hast.

Unangenehme und böse Menschen gibt es in allen Berufen – aber klar, bei Menschen in sozialen

Wird keiner helfen?

Berufen, deren Aufgabe es ist, anderen Menschen zu helfen, bedeutet es eine besonders schlimme Erfahrung, wenn grade die ihre Aufgabe verraten und sich böse verhalten. – Und was Menschen unter "Liebe" verstehen, ist sowieso manchmal ein Witz. Solche schlechten Erfahrungen mit Mitmenschen haben wir alle mal, aber für jemanden mit deiner/eurer Vorgeschichte ist es natürlich extrem viel schlimmer.

6.3.17

Verschmitzt!?

Ich habe keine Schlaftabletten oder Tavor mehr. Habe alles vernichtet. Irgendein Arzt hatte auch mal Risperidon oder so ein Zeug verschrieben, damit wollten die mich umbringen. Aber irgendwie kann das keiner verstehen.☹️☹️

Die schlimmen Träume machen die bösen Teile in mir! Die machen das extra! Um mich zu quälen! Machen mir auch extra ständig am Tag Flashbacks ohne Grund, also ohne Trigger! Mir wird dann so übel, bis zum übergeben!☹️☹️

Das mit dem Mann ist leider immer noch nicht vorbei...☹️

Dadurch das er weiß, wartet er ab bis ich in einen Teil wechsel, dieser lässt ihn offenbar rein.? Und dann, tut er...

Merle

6.3.17

Hallo Merle,

daß du die Medikamente entsorgt hast, ist sehr gut!!

Böse waren nur die erwachsenen Täter. Innenanteile sind Kinder, die von den Tätern belogen und gefoltert wurden, bis sie sich so verhalten, wie sie sich jetzt verhalten. Es ist ganz wichtig, daß wir Kontakt finden zu diesen Anteilen, daß sie irgendwann verstehen, wie die Wahrheit ist. Dann können sie auch lernen, daß niemand mehr diesen Mann reinläßt. – Aber dazu müssen wir erstmal mit ihnen in Kontakt kommen.

Versuch doch bitte, das nach innen weiterzugeben – daß sie mir schreiben können.

Ja, verschmitzt! Steht viel Lebenskraft in deinem Gesicht geschrieben.

6.3.17

Hallo Mondrian,

gerade kämpfe ich mit einem aktuellen Problem.

Der Arzt erwartet jetzt von mir, dass ich in die Uniklinik gehe. Ja, ich brauche Hilfe! Und ja, ich suche eine Klinik!

Aber, zum einen, habe ich eine riesengroße Narbe am Bauch, weil ich in der Uniklinik wohl zehn mal am Blinddarm operiert worden bin. Wobei ich wohl fast zweimal drauf gegangen wäre!☹️

Und zum anderen, sind die Bewertungen total schlecht!

Was noch dazu kommt, zur Zeit verstehe ich mich zwar außergewöhnlich gut mit meinem Ex, aber wie gesagt, er wollte mir meine Tochter nehmen!

Die Angst die nun noch dazu kommt, was, wenn die mich in der Klinik nicht ernst nehmen?

Mich als verrückt hinstellen! Dann verliere ich Amelie!

Wird keiner helfen?

Ich weiß, ich wechsel sehr oft. Eben auch oft in kleine oder sehr kleine Anteile. Die haben ein merkwürdiges Verhalten. Ich kann mir gut vorstellen, jemand der es nicht versteht denkt sicher ich bin irre!

Und ich weiß, ich dissoziiere sehr oft. Das wirkt dann sicher so, als ob ich kein Interesse habe.? Das dumme ist, ich bemerke manchmal wie es anfängt, will es sofort beenden, aber es geht nicht! Ich weiß, dass sag ich lieber keinem anderen, aber es fühlt sich so an, als ob ich in eine andere Welt gezogen werden würde. Und in dem Moment bin ich nicht fähig mich zu rühren. Was soll ich tun?

Grüße Merle

6.3.17

Hallo Merle,

wieso kann ein Arzt "verlangen", daß du in eine Klinik gehst? Ein Hausarzt? Ein Psychiater? – Geht es ihm um die psychische Situation?

Was du schreibst von deiner Art des Wechselns, ist völlig typisch. Jeder, der sich mit DIS auskennt, weiß das.

6.3.17

Naja, eigentlich verlangt es das Gericht.

Sobald mein lieber Ex rausbekommt das ich zur Zeit keine Therapeutin habe, rennt er zum Gericht und...!

Dieser zusätzliche Druck ist halt Mist!

Ich soll eine Mail dahin schreiben. Ich werde ganz klar reinschreiben was ich möchte, was ich erwarte. So wie ich gelesen habe, werden die Therapeuten da zugeteilt. Schön, wenn sie eine haben, die mich behandeln kann, passt es ja vielleicht.?

Ich glaube, mir bleibt keine Wahl! Auf jeden Fall werden die mich nicht mit Tabletten vollstopfen!

Da bin dann aber echt weg!□

Merle

6.3.17

PS zu meinem Leben. Ich würde gern etwas dazu sagen. Aber ich weiß nicht so genau was.

Möchtest Du das wissen was ich weiß? Oder möchtest Du das wissen was ich erinnere?

6.3.17

Hallo Merle,

da ich euch ja wirklich kontinuierlich begleiten möchte (im Rahmen meiner Möglichkeiten), ist natürlich schon gut, wenn ich mehr von deiner (und eurer) Lebensgeschichte weiß. – Besser wäre es, wenn du mir erzählst, was du wirklich selbst erinnerst. Weil ich dadurch deine Situation innerhalb des Systems deutlicher sehen kann.

Wird keiner helfen?

6.3.17

Danke! Tausend Dank!

Ehrlich gesagt weiß ich gar nicht, wie ich Dir dafür danken kann.?

Ich versuch es mal... (...)

Merle

6.3.17

Hallo Merle,

danke für deinen Bericht. Natürlich kann ich dazu jetzt erstmal nichts sagen, aber es wird sicher irgendwann wichtig sein, daß ich sowas weiß.

Mondrian

6.3.17

Hallo Mondrian,

ganz lieben Dank für alles...

Eine angenehme, ruhige Nacht wünsche ich...

Liebe Grüße Merle

7.3.17 02h

Helf mir! Die tun mir so weh! Quälen mich! Das was ich mit dir mache ist noch lange nicht alles!

Er hört nicht auf! Keiner hilft. Du sagst kein Wort sonst tun wir dasselbe mit deiner Schwester!

Das alles ist allein deine Schuld! Du wolltest es so! Sei still sonst schlitze ich dich auf! Bitte nicht bitte nicht

7.3.17 An die Kleinen innen

Hallo ihr! Es gibt keine Gefahr mehr! Niemand tut euch was und ihr braucht keine Angst mehr zu haben! Das Böse ist vorbei! Es gibt jetzt ein gutes Leben für euch alle.

Schreibt mir wieder!

Mondrian

8.3.17

Hallo Mondrian,

wenn ich es richtig verstanden habe, könnten das, was wir in Flashbacks sehen und erleben Erinnerungen sein.? Aber Träume sind nur Träume!?! Die waren niemals echt! ???

Sind die "Orte" von den kleinen noch da?

Es sind so viele die "schlafen", aber es wachen immer mehr von ihnen auf. Warum?

Warum sind so viele böse in uns?

Wie bekomme ich alle raus?

Wird keiner helfen?

8.3.17

Hallo ???

JA – Flashbacks sind immer Erinnerungen an etwas, was wirklich geschehen ist (früher). Es muß nicht ganz genauso geschehen sein wie im Flashback, aber doch im wesentlichen so.

Und die Flashbacks sind Erinnerungen von Innenkindern an diese schlimmen Sachen. Es sind Botschaften nach außen: "Hört mich an!"

Leider denken die Anteile oft, es sei noch Wirklichkeit. Sie leben in den Flashbacks, als ob sie im Augenblick Wirklichkeit sind. Deswegen ist da soo viel Angst und Panik.

Ich weiß nicht, ob es noch heute Kontakt zu den Tätern gibt, ob die "Orte" noch in der Gegenwart existieren – oder ob alles nur Erinnerungen sind. Wenn ihr später besser zusammenarbeiten könnt, wird das klarer werden.

Die Schläfer wachen auf, weil sie die Hoffnung spüren – daß es Heilung geben könnte, daß Hilfe im Außen zu finden ist. Deshalb biete ich allen Anteilen an, Kontakt zu halten mit mir!

Die Anteile sind nicht böse – sie sind belogen und betrogen worden von den Tätern und denken, daß sie sich auf diese Weise schützen können. Wir müssen ihnen helfen zu verstehen, daß es anders ist. Böse sind nur die erwachsenen Täter außen.

Wichtig ist es, daß die Innenkinder willkommen sind in der Welt heute, daß wir ihnen helfen, alles zu verstehen, und daß sie Schutz bekommen in der Welt heute. Daß sie keine Angst mehr haben müssen.

Und falls es heute noch Täterkontakt gibt, sollten alle von euch dazu beitragen, daß der Körper nicht den Tätern ausgeliefert wird.

Bitte schreib deinen Namen, wenns geht, – ich möchte doch euch einzeln kennenlernen und nicht durcheinanderkommen. Danke!

8.3.17

Mein Name ist Sonja.

Was wenn die Flashbacks doch noch echt sind?

Sind aber die Träume auch echt?

Doch, den gibt es noch! Das wird nicht aufhören! Keiner kann helfen!

8.3.17

Hallo Sonja,

danke, daß du geschrieben hast!

Wenn ihr alle auf den Körper aufpaßt und ihn nicht den Tätern ausliefert, hört der Täterkontakt auf. Dabei möchte ich euch gerne unterstützen! – Viele, die in eurer Situation waren, haben das geschafft, es ist nicht hoffnungslos!

Ich vermute trotzdem, daß vieles von den Flashbacks aus Erinnerungen an die Vergangenheit herrührt, als ihr ein Kind wart. Jetzt ist der Körper erwachsen und hat Möglichkeiten, sich zu schützen.

Ihr habt Kräfte zum guten Leben in euch, die ihr noch nicht kennt.

Wird keiner helfen?

8.3.17 Sonja

Die sind viel zu stark und viel zu viele hören auf die. Ich weiß nicht wie ich es erklären soll. Wir sind gefangen... !

Mit den "Orten" meine ich die Orte von uns. Die uns einst Sicherheit, Kraft und Mut gaben... Wo sind die? Wir möchten hier nicht sein!

Sonja

8.3.17

Hallo Sonja,

die Täter sind Erwachsene und ihr wart Kinder. Deshalb waren die Täter so stark. Jetzt seid ihr erwachsen und habt auch Gutes in eurem Leben, Menschen, die euch unterstützen. Jetzt kommt es nur darauf an, den Körper nicht mehr den Tätern auszuliefern. Nur dann haben sie noch Gewalt über euch.

Es ist euer Körper, ihr müßt ihn schützen vor den Tätern.

Und manche Anteile hören nur deshalb auf die Täter, weil sie es nicht anders kennen. Sie können jetzt lernen, daß es auch andere Möglichkeiten gibt.

Glaub mir! Ihr seid stärker als die Täter, wenn ihr zusammenhaltet, und mit Unterstützung von außen.

Ich weiß noch sehr wenig von eurem Leben, was sich in der letzten Zeit geändert hat. Deswegen weiß ich nicht, wo die inneren sicheren Orte sind. Aber zerstört sind sie ganz sicher nicht.

Ich möchte gern mehr von euch verstehen. Aber ihr müßt mir dabei helfen!

Jedenfalls ist es ein guter Heilungsschritt, wenn du und andere den Mut finden, Kontakt mit mir aufzunehmen – damit wir gemeinsam nach Möglichkeiten suchen! Das zeigt, daß ihr nicht ganz gefangen seid.

Viele Grüße von Mondrian

8.3.17 Sonja

Leider denke ich sie verstehen nicht. Die sind viel stärker!

Wie sollte ich ihnen helfen können zu verstehen?

8.3.17

Hallo Sonja,

die Täter waren natürlich viel stärker als die Kinder, die in ihrer Gewalt waren. Manche Anteile innen haben sich das zum Vorbild genommen. Aberr jetzt ist eine andere Zeit – und die Anteile innen wünschen sich im Grunde alle ein Leben ohne Gewalt.

Die Täter haben nicht mehr so viel Gewalt über euch, weil ihr jetzt erwachsen seid und Hilfe findet. – Aber Sie haben es noch nicht ausprobiert.

Versuchen Sie, mit den anderen innen in Kontakt zu kommen. Es sind keine "Bösen", sondern sie sind nur belogen worden. Es sind Kinder, die Angst haben.

Wichtig ist, daß Sie und andere in eurem System sich auf den Weg machen. – Ich habe auch

Wird keiner helfen?

schon anderen Überlebenden dabei geholfen.

Mondrian

8.3.17 23.30h

bitte hilf mir! Die werden schlimmes mit mir machen! Ich kann es nicht kontrollieren! Die sind so wütend! Werden immer wütender! Bitte hilf mir! Ich habe angst! Die drohen mir... wollen mich... ! Bitte, ich brauche Deine Hilfe! Ich bin hier ganz allein.

Merle

9.3.17 An die kleine Merle

Hallo Merle, sie machen dir Angst, aber sie können nicht so viel machen. Sie haben selber Angst und verstehen nicht, daß es jetzt anders sein kann. Kannst du in einen sicheren Ort gehen? Du bist nicht ganz allein. Es sind Große bei euch, die auf deiner Seite stehen!

9.3. 22:40

Angst! Alles tut so weh! Keine Kraft! Ganz allein. Hören nicht auf! So viele Männer! Er hilft nicht! Macht mit, quält mich auch! Es tut so weh! Tötet mich doch endlich!

10.3.17 An die Kleine

Nein, es ist nicht mehr so! Du erinnerst dich nur daran, aber es ist vorbei. Du kannst zu uns kommen in die Welt heute! Die Großen bei euch können sich um dich kümmern.

12.3.17 23:30

Helfe mir die werden mich gleich finden mir sehr weh tun warum bin ich ganz allein warum keine Hilfe die hören nicht auf alle tun mir weh bitte helfe mir

13.3.17 An die Kleine

Hallo Kleines, du bist nicht ganz allein! Geh zu den Großen in eurem System, such dir einen sicheren Ort! Die Bösen sind nicht mehr da, du erinnerst dich nur daran!

13.3.17

Wer bist du?

13.3.17 An die Kleine

Ich bin Mondrian. Ich möchte euch helfen, einen guten Weg und ein gutes Leben zu finden! Und wie heißt du?

13.3.17

Das weiß ich nicht. Ich weiß nichts mehr! Ich habe angst. Bin hier ganz allein

Wird keiner helfen?

13.3.17 An die Kleine

Ok, dann sag ich zu dir, die Kleine, ja? Und du kannst immer Mails an mich schreiben, wenn du dich so allein fühlst. Ich antworte, so schnell ich kann.

Es wird besser werden, wenn ihr alle mithelft!

13.3.17

Ich bin nicht klein

13.3.17 An die Kleine

Ich hab dich ja nur so genannt, weil ich keinen Namen für dich weiß. Aber wenn du nicht klein bist, dann kannst du vielleicht mithelfen, ein gutes Leben für euch alle zu finden?

13.3.17

Ich glaube du verstehst nicht, ich weiß nicht was mit mir los ist! Ich weiß nichts! Alles ist fremd! Ich weiß nicht was ich tun soll!

13.3.17 an die Kleine

Ich hab es schon verstanden. Aber daß du mit mir Mails schreibst, ist wieder ein Anfang, das Fremdsein zu überwinden. Dieser Anfang ist sehr wichtig. Ich verspreche dir, daß ich alles ernst nehme, was du schreibst. Wenn dir irgendwas einfällt, kannst du es schreiben. Das sind kleine Schritte in die Welt rein – und das ist wichtig!

13.3.17

Danke, aber das hilft mir gerade nicht. Ich weiß nicht wer ich bin, wo ich bin, was ich tun soll! Also bin ich doch allein!

13.3.17 An die Kleine

Nein, du bist nicht allein. Ihr seid Viele und du gehörst dazu. Und ihr alle gehört zu einem Körper, und das ist euer gemeinsamer Körper. Ich möchte euch dabei unterstützen, euch gegenseitig kennenzulernen. Du fühlst dich allein, weil du keinen Kontakt zu den andern kriegst. Und andern von euch geht es genauso. Das ist die Wahrheit.

13.3.17

Es tut mir leid, dass kann ich nicht verstehen!

So wie es aussieht wohnt hier auch ein Kind.? Wo ist das Mädchen jetzt?

13.3.17 An die Kleine

Ok, du kannst es noch nicht verstehen, aber du kannst lernen, es zu verstehen – und immer mehr zu verstehen von dem Leben jetzt. Dazu möcht ich dich gern einladen und dich dabei unterstützen! – Ja, es gibt ein Kind, das bei euch lebt. Jemand von euch ist die Mutter. Manchmal

Wird keiner helfen?

ist es auch bei seinem Vater. Und jetzt ist es vielleicht in der Schule. Das weiß ich nicht – denn ich kenne euch nur über e-mail und wohne weit weg von euch, in Berlin.

13.3.17

Ja die kleine ist bei ihrem Papa. Ich muss also doch allein mit dem durcheinander klar kommen!
Mir kann keiner helfen!
Aber trotzdem danke

13.3.17 An die Kleine

Nein, du mußt nicht alleinebleiben. Aber du müsstest schon was dafür tun, daß es besser wird.
Hilfe funktioniereit nur, wenn man auch selbst dazu bereit ist, etwas zu machen.

13.3.17

Was soll ich tun?

13.3.17

Ich weiß nicht was passiert ist. Warum kann ich mich an nichts erinnern? Warum habe ich überall schmerzen, kann nicht sprechen? Und warum sehe ich so schlecht? Was stimmt denn nicht mit mir?

13.3.17 An die Kleine

Du und ihr alle habt früher sehr Schlimmes mitmachen müssen. Du bist nicht schuld daran, niemand von euch ist schuld daran. Schuld sind nur Erwachsene, die euch böse behandelt haben.
– Daher kommen jetzt alle die schlechten Gefühle, daß du nicht sprechen kannst und die Schmerzen.

Wenn du und andere von euch das verstehen lernen, dann könnt ihr euch zusammenfinden und gemeinsam heilen.

Versuch, nach innen zu rufen, ob du vielleicht doch Kontakt bekommst zu anderen von euch.
Und schrieb mei, wenn du irgendwas erkennst oder verstehst. Es geht alles in vielen kleinen Schrittchen!

Und ich bin sehr froh, daß du e-Mails mit mir schreibst!

13.3.17

Darf ich auch Fragen stellen?

13.3.17 An die Kleine

Ja, na klar! Das ist sogar sehr wichtig.

13.3.17

Wenn du in Berlin wohnst, woher kennst du mich?

Soll das etwa bedeuten, du denkst, ich bilde mir die Schmerzen nur ein? Denn, auch wenn ich schlecht sehe, ich sehe die Verletzungen! Flecken und Schnittwunde am Handgelenk!

Wird keiner helfen?

Wer bin ich?

13.3.17 An die Kleine

Jemand von euch hatte über das Internet gefragt, ob ich euch helfen kann. So hat es angefangen. Und jetzt gibt es schon ein paar von euch, die Mails mit mir schreiben.

Es kann sein, daß jemand von euch noch die Aufgaben erfüllt, die die erwachsenen Täter gestellt haben. Vielleicht kommen dadurch die Verletzungen. Vielleicht bringt auch jemand von euch den Körper noch zu den Tätern. – Ich weiß es noch nicht genau, aber wir können das gemeinsam verstehen lernen.

Wer du bist? Ihr seid viele in einem Körper, und du bist eine von den Persönlichkeiten (oder Anteilen).

13.3.17

Es tut mir leid, ich verstehe das nicht. Vielleicht bin ich auch schwer von Begriff!?

Wenn du von "euch" sprichst, meinst du damit, hier wohnen noch andere außer der kleinen?

Warum sollte ich Hilfe brauchen? Konnte ich mich schon mal nicht erinnern?

PS ich habe einen Ausweis gefunden, Merle aber ich sehe nicht aus wie sie.

Kennst du meinen Namen?

Und warum überhaupt sollte mir jemand weh tun? Was habe ich denn gemacht?

13.3.17 An die Kleine

Hallo du,

es gibt vieles, was du offenbar nicht weißt, aber ich will dir das alles gerne erklären. Wenn ein Mensch sehr Schlimmes erlebt, kann er es nicht aushalten. Und dann verteilen sich diese schlimmen Erfahrungen und Erinnerungen manchmal auf mehrere Persönlichkeiten (oder Anteile), die alle in dem einen Körper sind. Das nennt man "Viele Sein" oder "Multiple Persönlichkeiten". so ist es in der Kindheit mit deinem Körper geschehen. Deshalb sind in deinem Körper verschiedene Persönlichkeiten – und du bist eine von ihnen. Das habe ich mit "ihr" und "euch" gemeint.

Weil die Erfahrungen und Erinnerungen verteilt sind auf diese einzelnen Persönlichkeiten (oder Anteile), weiß jede und jeder von ihnen nur einiges – und weiß anderes nicht.

Manche dieser Persönlichkeiten wissen mehr von dem allen, kennen auch andere Anteile (Persönlichkeiten), manche kennen niemanden sonst und fühlen sich ganz allein.

Daß du gar nichts von alledem weißt, auch deinen Namen nicht, hat damit zu tun. – Aber es soll nicht so bleiben! Auch du kannst schrittweise lernen, wie alles zusammenhängt, kannst andere von euch kennenlernen. Dabei möchte ich dir gern helfen.

Wenn ihr euch alle besser kennenlernt und zusammenarbeitet, dann könnt ihr besser über euer eigenes Leben entscheiden. Das ist das Ziel, deswegen machen Menschen, die Viele Sind, Therapie.

Amelie, das Mädchen, hat einen eigenen Körper, sie wurde geboren aus eurem Körper, also jemand von euch ist die Mutter. Wahrscheinlich Merle.

Ach ja: weil du immer so isoliert warst, kennst du den Körper nicht gut. Deswegen erkennst du

Wird keiner helfen?

dich auch nicht auf dem Foto aus dem Ausweis. Du hast ein inneres Bild von dir, kein äußeres Bild. Das ist ganz normal!

Du bist nicht verrückt oder sowas, aber das ist alles sicher sehr verwirrend für dich. Bitte, frag mich weiter. Ich möchte dir auf jedenfall helfen, Klarheit zu kriegen!

Mondrian

13.3.17

So etwas gibt es doch nicht wirklich! Das ist doch nicht echt!

Ich möchte mich einfach nur erinnern! Bitte

13.3.17 An die Kleine

Es ist wirklich so. Du kannst es mir glauben. Ich begleite und unterstütze Menschen, die Viele sind, seit vielen Jahren und es ist mir 100%ig ernst mit dem, was ich dir sage.

Ich könnte dir auch etwas zu lesen darüber schicken, falls du magst.

13.3.17

Ich möchte keine Angst mehr haben und mich erinnern! Wissen was ich hier machen soll.

Möchte wissen was mit mir passiert ist, gemacht wurde! Die Verletzung am Handgelenk sieht aus, als ob ich mich töten wollte.???

Bitte, kannst du mir dabei helfen? Das zu verstehen? Laut Kalender ist die kleine nächste Woche hier. Wie soll ich damit umgehen, wenn ich nichts weiß!? Nichts fühle! Doch ich fühle was, aber das ist wohl nicht angemessen für ein Kind.

Bitte ich weiß nicht wen ich sonst um Hilfe bitten kann. Und ja, dich kenne ich auch nicht...☹

13.3.17

Ich verstehe, daß das alles extrem verwirrend ist – und du eigentlich zu mir auch noch kein Vertrauen haben kannst. Aber ich hoffe, im Laufe der Mails merkst du, daß ich es ehrlich meine. Jetzt zu deinen Fragen.

Leider haben solche Täter die Kinder und Jugendlichen, die in ihrer Gewalt waren, oft so unter Druck gesetzt, daß sie sich selbst verletzen (oder töten) sollen, wenn manche Persönlichkeiten von den Tätern weg wollen. Es kann sein, daß es so bei euch war. Wer dann versucht hat, den Körper zu töten, war eine andere Persönlichkeit – nicht du. Aber diese Persönlichkeit weiß nicht, daß sie selbst auch tot ist, weil es ja nur einen Körper für euch alle gibt.

Es ist leider alles sehr kompliziert!

Es gibt ja Persönlichkeiten (Anteile) bei euch, die sich um Amelie (das Mädchen, die Tochter) kümmern. Es ist nicht deine Aufgabe. Wenn sie dann kommt, wird diese entsprechende Persönlichkeit nach außen kommen – und du wirst wahrscheinlich wieder sowas wie "einschlafen", für eine bestimmte Zeit. Genauso, wie jetzt du im Außen bist und die anderen Persönlichkeiten innen, wo sie entweder "schlafen" oder aber nur ein bißchen was mitkriegen von unserem Mailwechsel jetzt.

Daß du dich jetzt um diese Zusammenhänge kümmerst, ist ein wichtiger Schritt für dich, um Fuß zu fassen in der Welt. Später wirst du auch Kontakt bekommem zu anderen Persönlichkeiten

Wird keiner helfen?

eures "Systems".

13.3.17

Wo bin dann? Bin ich dann tot?

13.3.17 An die Kleine

Nein, gar nicht tot. Es ist wie wenn du schläfst, oder wenn du halb schläfst und ein bißchen von der Außenwelt mitkriegst. – Es ist keine Gefahr damit verbunden.

Und es ist dann ja auch immer eine andere Persönlichkeit "im Außen", also sie hat das Körperbewußtsein und handelt in der Gegenwart. So wie jetzt grade du, indem du Mails schreibst und dich mit mir austauschst.

Dieses "Dissoziieren", also sowas wie "abschalten" und nichts mitbekommen, ist an sich eine ganz natürliche Sache, was jeder Mensch kennt. Nur ist es besonders stark entwickelt bei Menschen, die als Kinder so viel Schlimmes erleben, daß sie es nicht aushalten könnten. Es ist also eigentlich ein Schutz, nichts Krankes.

13.3.17

Was ist schlimmes passiert?

Wer hat mir weh getan?

Also du kennst mich nur über das Internet? Nicht persönlich? Weißt du wo ich wohne?

13.3.17 An die Kleine

Ich weiß noch nicht, was genau euch geschehen ist, aber ich kann es vermuten, weil ich viele andere Überlebende kenne. Es hat meistens mit sexueller Gewalt zu tun. – Wer die Täter waren, weiß ich nicht. – Nein, ich kenne dich (euch) nur übers Internet, nicht persönlich. Aber ich weiß, in welchem Ort ihr wohnt, weil mir das jemand von euch geschrieben hat.

13.3.17

Ich denke das gestern etwas böses passiert ist.? Denn neben den Verletzungen blute ich auch.

Aber ich möchte nicht sagen wo

Ich weiß nicht was das ist, aber immer wenn meine Augen zufallen, kann ich böse Menschen sehen. Ist das Traum oder werden die wieder kommen?

Schon klar das das total jämmerlich klingt! Aber ich habe wirklich große Angst!

13.3.17 An die Kleine

Wenn du es so erinnerst, kann es wirklich sein, daß die Täter noch Gewalt über euch haben. Das heißt, daß jemand von euren Persönlichkeiten (Anteilen) sie in die Wohnung läßt, weil sie (oder er) Angst vor ihnen hat.

Das heißt dann wirklich, daß die Gewalt nicht nur in der Vergangenheit stattgefunden hat, sondern noch immer!

Ich möchte gern Kontakt bekommen auch zu denen innen, die die Täter in die Wohnung lassen.

Wird keiner helfen?

Wenn ihr zusammenhaltet, könnt ihr gemeinsam den Körper schützen vor den Tätern. Dabei möchte ich euch unterstützen.

13.3.17

Ich verstehe das alles nicht! Wo soll ich denn hin? Wo kann ich sicher sein? Ich möchte das das alles weg geht! Möchte nicht mehr weinen! Keine Angst mehr haben!

13.3.17 An die Kleine

Du, ich versteh das sehr gut... ich würde es dir von Herzen wünschen, wenn es jetzt eine einfache Lösung geben würde. Es geht aber nur Schritt für Schritt und in Zusammenarbeit mit anderen Persönlichkeiten. Und mit Unterstützung von außen.

Ich verlasse euch nicht auf diesem Weg, aber ihr braucht mit der Zeit auch noch andere Helfer. Wir müssen sehen, wie es weitergeht.

Dir kann ich jetzt nur sagen, daß du mir immer schreiben kannst und ich antworte. Das gilt auch für alle anderen Anteile in dir.

Und du solltest immer wieder versuchen, innen Kontakt zu bekommen zu anderen Persönlichkeiten, sie zu rufen. Gemeinsam seid ihr stärker!

Vielleicht findest du einen Namen für dich. Dann komme ich nicht durcheinander mit anderen Anteilen – und außerdem kann ich dich dann leichter ansprechen und nach außen rufen. Und auch andere Persönlichkeiten können dich dann besser ansprechen.

Du, ich habe letzte Nacht Nachtdienst gehabt und wenig geschlafen.. und ich würde jetzt gerne für heute aufhören mit Schreiben und bald schlafengehen, weil ich doch recht müde bin. Ist das ok? Morgen bin ich wieder da zum Mailen.

Gib die Hoffnung nicht auf! Dein Kontakt mit mir und die Infos, die du dir jetzt angehört hast, das alles ist schon ein wichtiger Schritt gewesen!

13.3.17

Ja klar ist das okay. Danke!

Doch weiß ich leider immer noch nicht was ich hier machen soll. Ich habe Hunger, habe große Angst und bin doch allein 😞😞😞

Danke...

13.3.17 An die Kleine

Einfach erstmal das verdauen, was wir heute besprochen haben. Drauf achten, was du Neues mitkriegst von der Welt und von euch innen. Und morgen und später weiter drüber reden (schreiben). Ok?

Bis dann! Mondrian

13.3.17

Das alles ist mir zuviel. Ich verstehe es nicht. Weiß ja nicht mal wer ich bin! Und das was ich fühle, möchte ich nicht fühlen! Ich bin hier und warte bis wieder schlimmes passiert... Wo soll da

Wird keiner helfen?

der Sinn sein? Ich bin ganz allein, keiner wird mir helfen! Also werde ich mir selbst helfen müssen...

Bitte lass mich nicht allein! Ich habe so große Angst! Möchte schlafen bitte hilf mir!

13.3. 03.23h

Wo bist du? Bitte lass mich nicht allein. Ich habe angst. Bin ganz allein. Bitte hilf mir! Schmerzen überall schlimme schmerzen! Und mein Kopf tut so weh. Es ist so ein Krach im Kopf! Müde! Bitte ich möchte schlafen! Bitte

14.3.17

Bitte lass mich nicht allein

14.3.17 An die Kleine

Hallo du, ich lasse dich nicht allein! Aber leider kann ich im Augenblick wenig machen. Es ist ganz wichtig, daß du versuchst, Kontakt zu bekommen zu anderen Anteilen von dir. Es gibt welche, die im Außen handeln können, unter anderem Merle. Die könnt ihr von innen aus unterstützen. Auf die Weise kann sich was ändern.

14.3.17

Ich verstehe nicht was das bedeutet.

Möchte bitte schlafen, habe aber Angst!

Bitte hilf mir

14.3.17

Warum hilfst du mir nicht? Was habe ich gemacht?

14.3.17 An die Kleine

Du, ich bin weit weg von dir. Ich weiß nicht, wie ich dir jetzt gleich helfen kann. Ich kann nur euch helfen, daß ihr mehr von dem allen versteht und euch gegenseitig kennenlernt. Versuch, Merle nach außen zu rufen. Sie kennt sich mehr aus in der Welt. Vielleicht kann sie mir auch schreiben.

14.3.17

Kannst du mir sagen was ich hier machen soll. Wem gehört das alles hier?

Darf ich einfach etwas nehmen? Zum Beispiel etwas essen?

14.3.17 An die Kleine

Ja, das alles gehört auch zu dir. Es gehört zu euch allen, weil ihr Viele seid und zusammen einen Körper habt. Wenn du jetzt im Außen bist und Mails schreiben kannst, dann kannst du auch essen und alles andere in der Wohnung machen.

Aber du bist nicht alleine in deinem Körper. Es sind noch andere da, die jetzt innen warten.

Vielleicht kannst du sie rufen und ihr könnt zusammen im Außen sein. Versuch es mal. Ihr könnt

Wird keiner helfen?

versuchen, zusammen auf den Körper aufzupassen – und keine Männer in die Wohnung zu lassen.

14.3.17

Dann werde ich jetzt etwas essen.

Ich bin wirklich sehr müde aber ich habe große Angst. Würdest du dann bitte für einen kurzen Moment mit mir sprechen damit ich schlafen kann? Ich kann aber nicht sprechen. Doch dann hätte ich nicht das Gefühl allein zu sein. Bitte...

14.3.17 An die Kleine

Möchtest du mich anrufen oder soll ich dich anrufen? Wie meinst du es?

14.3.17

Ich würde dich anrufen. Hab ich deine Nummer?

DANKE!

[Telefonat...]

14.3.17

Du bist keine Frau! Du bist einer von den bösen Männern! Etwas ist mit mir passiert. Ich konnte mich nicht mehr rühren! Ich dachte du wirst mir helfen!

14.3.17 An die Kleine

Nein, ich bin keine Frau – ich bin ein Mann. Ich dachte, das weißt du. Es tut mir sehr leid, daß ich dich erschreckt habe. – Ich bin keiner von den bösen Männern. – Es gibt sehr viele Männer, die nicht böse sind, glaub mir bitte. Ich helfe Menschen, die in der Gewalt von bösen Männern waren, seit vielen Jahren.

14.3.17

Ich weiß nicht was ich glauben soll! Alles tut so weh! In mir zerreißt es mich! Ich kann das nicht aushalten!

14.3.17 An die Kleine

Es ist sehr schade, daß du keinen Kontakt hast mit den anderen in dir. Dann wärest du nicht mehr so allein und ihr könntet gemeinsam etwas finden, wodurch es euch besser geht. Du hast sicher sehr Schlimmes von den bösen Männern erleiden müssen, und ich fürchte, es ist noch nicht vorbei. Aber trotzdem könnt ihr gemeinsam lernen, euch von diesen Bösen zu lösen. – Denk immer dran, so schlimm es dir auch geht: es gibt Unterstützung außen, es ist möglich, das Schlimme zu verlassen.

Ich würde gerne mehr helfen, glaub mir.

14.3.17

Verrate mich nicht! Sag den anderen nicht das ich dir etwas verraten habe. Bitte

Wird keiner helfen?

14.3.17 An die Kleine

Ich verrate dich nicht! Aber glaub mir, du hast auch Freunde unter deinen anderen Persönlichkeiten innen.

Bis morgen nachmittag oder abend, ja?

14.3.17 21:30

Also war alles nur ein test? Die haben mich gewarnt! Die haben mir gesagt ich darf nicht niemals mit jemandem sprechen! Die werden sehr wütend sein! Es tut mir leid ich werde nichts mehr sagen aber verrate mich nur nicht!

14.3.17 22:20

Ich habe so angst! Bitte sag denen nichts! Wirklich nicht!

15.3.17 An die Kleine

Ich verrate dich nicht! Hab keine Angst!

15.3.17 21:20

Du sagst du wirst mich nicht verraten sondern mir helfen. Dann sag den anderen bitte die sollen mir nicht mehr weh tun mich nicht mehr quälen.

15.3.17 An die Kleine

Ja, ich hab sie schon oft gerufen! Ich möchte gern mit ihnen sprechen (schreiben). Aber bisher trauen sie sich noch nicht, Kontakt mit mir aufzunehmen! – Es ist möglich, zu leben ohne Gewalt und Schmerzen. Dazu möchte ich euch allen helfen!

15.3.17 21:33

Nein du sollst es den anderen sagen. Ich habe angst die werden mir wieder sehr weh tun. Aber verrate mich nicht. Bitte

15.3.17 21:35

Ich habe keine Kraft mehr. Ich bin so müde. Bitte ich möchte doch nur schlafen.

15.3.17 Merle

Ich habe mich versteckt doch die werden mich sicher finden. Du hast gelogen gesagt du hilfst mir aber ich bin allein und es hilft keiner. Ich kann nicht verstehen warum die das tun. Was habe ich getan? Die sind sehr wüte

16.3.17 19:34

Bitte

Wird keiner helfen?

16.3.17 An die Kleine

Hallo du! Versuch, die anderen innen zu rufen. Daß jemand ins außen kommt und dich ablöst!

16.3.17

Wie?

16.3.17

Es soll aufhören! Die bösen werden wieder kommen! Ich habe angst! Warum hilfst du mir nicht?

16.3.17 An die Kleine

Du mußt selbst dagegen an kämpfen! Mußt die anderen in dir nach außen rufen! Ich bin weit weg von dir, ich kann nichts machen außer dir Hinweise geben.

16.3.17

Also lässt du mich auch allein! Bist du ärgerlich auf mich? Was habe ich falsch gemacht?

16.3.17 An die Kleine

Ich lass dich nicht allein! Aber ich KANN nichts sonst machen! Du bist nicht allein, du gehörst zu den anderen in deinem Körper. Du mußt selbst etwas tun! Das ist die Wahrheit. Nein, du hast nichts falsch gemacht. Aber du mußt selbst etwas tun.

16.3.17

Was soll ich tun. Bitte sag es mir.

16.3.17 An die Kleine

Du solltest immer und immer versuchen, nach innen zu rufen. Damit andere von euch dich unterstützen und beschützen.

16.3.17

Du meinst die Stimmen die ich in meinem Kopf höre?

16.3.17 An die Kleine

Ja! Das meine ich! Die Stimmen, das sind andere in dir, die genauso lebendig sind wie du, und du kannst mit ihnen sprechen, nach innen!

16.3.17

Nein! Nein! Nein! Die Stimmen sind doch auch böse! Die tun mir doch auch weh! Bitte hilf mir! Ich habe angst das die bösen Männer wieder kommen! Ich tue was du willst, aber bitte helfe mir!

Wird keiner helfen?

16.3.17 An die Kleine

Trotzdem gehören die Stimmen zu euch allen, auch zu dir. Es ist wichtig, daß du ihnen sagst, daß es falsch ist, böse zu sein. Und es gibt andere in dir, die nichts Böses wollen.

16.3.17

Ich weiß nicht was ich jetzt tun soll! Also lässt du mich allein? Warum hilft mir niemand?

16.3.17 An die Kleine

Versuch, nach innen zu rufen, mit den anderen zu reden.

16.3.17 20.53⁸¹

Gut so! Sie ist eh zu schwach! Sie verdient keine Hilfe!

17.3.17 An alle

Doch! Sie verdient Hilfe! Ihr gehört alle zusammen! Zusammen seid ihr stark!

16.3.17 22:30

Die hören nicht auf mich! Warum hilfst du mir nicht! Bitte lass mich nicht allein! Ich habe angst! Werde tun was du sagst, nicht mehr böse sein!

16.3.17

Bitte helfe mir!

17.3.17

Aber es ist keiner hier der mir hilft! Warum? Warum bin ich hier ganz allein?

17.3.17

Versuch es immer wieder, bis sie dich hören. Du verdienst Hilfe! Du bist nicht böse! Niemand von euch ist böse. Aber die andern müssen noch etwas verstehen!

17.3.17

Ich verstehe nicht warum ich hier allein bin! Wo sind meine Eltern? Warum passt niemand auf mich auf? Wo bist du?

17.3.17 An die kleine

Es gibt Große bei dir in deinem Körper, die auf dich aufpassen sollen. Du mußt sie rufen, damit sie wissen, daß du da bist und Hilfe brauchst. Ich wohne weit weg und kann euch nur durch die e-Mails ein bißchen helfen.

⁸¹ Eine erste Wortmeldung eines Anteils mit grundsätzlich anderem Blickwinkel (wohl Kala).

Wird keiner helfen?

17.3.17

Das mache ich doch schon die ganze Zeit! Aber die helfen mir nicht! Im Gegenteil die machen alles nur schlimmer werden lauter machen mir übel und auch schmerzen! Was also soll ich tun? Wo sind meine Eltern?

17.3.17 an die Kleine

Die müssen es erst lernen – es hat ihnen bisher niemand gesagt. Es gibt keinen anderen Weg, als sie immer wieder zu rufen. Deine Eltern sind wohl nicht mehr da. Es ist jetzt eine andere Zeit, in der müßt ihr euch gemeinsam helfen.

17.3.17

Dann will ich hier weg!

17.3.17

Darf ich hier einfach weg gehen?

17.3.17 An die Kleine

Du darfst schon, aber wo willst du denn hingehen? Und die andern sind ja bei dir, in deinem Körper – von ihnen kannst du nicht weggehen.

17.3.17

Die bösen Männer und bösen Stimmen sagen ich darf nicht raus gehen. Die sagen die finden mich überall! Aber ich will hier weg! Ich möchte nicht länger hier allein sein und angst haben!

17.3.17 An die kleine

Die Stimmen in deinem Kopf sind andere Kleine, die auch Angst haben. Die bösen Männer sind jetzt nicht da und sie werden dich nicht überall finden. Aber befreien könnt ihr euch nur gemeinsam. Alle in deinem Kopf und du, ihr zusammen seid stark genug und könnt euch befreien. Aber nicht du allein.

17.3.17 15:50

Ich weiß nicht wo ich bin und wo ich hin muss!

17.3.17

Bitte ich möchte wieder zurück! Habe angst! Werde auch versprechen nicht mehr raus zu gehen! Bitte helfe mir!

Wird keiner helfen?

17.3.17 An die Kleine

Ruf die große Merle, sie soll nach außen kommen und dir helfen!

17.3.17

Wie denn!!!!

17.3.17

Schön! Alle haben mich allein gelassen! Du willst mir auch nicht helfen! Ich werde es schon allein schaffen!

17.3.17 An die Kleine

Ich weiß nicht, wie ich dir jetzt anders helfen soll! Versuch es so, wie du kannst. Es wird auch anders werden, denn die anderen guten gibt es ja und ich hatte schon mit ihnen zu tun. Ich weiß nicht, wieso sie jetzt nicht nach außen kommen. Verlier nicht die Hoffnung!

17.3.17

Angst!

18.3.17 00:39

Ich weiß nicht wo ich hin muss mir ist kalt ich habe große Angst. Bitte helfe mir.

18.3.17

Hallo Mondrian,

Ich bin jetzt zu hause.

Ich weiß nicht was passiert ist, aber vermutlich spielt das sowieso keine Rolle mehr! Ich kann verstehen, dass ich Dir auch zuviel bin! Sicher bin ich verrückt und es kann es kann eh keiner helfen!

Ich habe das ganze so satt!

Es ist okay, ich erwarte nicht das Du antwortest

Merle

18.3.17

Liebe Merle,

schön, daß du wieder draußen bist. Aber wieso sollte ich nicht mehr antworten?? Was da geschieht, ist ganz typisch – und genau so geht es ja weiter, indem einzelne Innenpersönlichkeiten Kontakt mit mir bekommen.

Ich denke, ich habe wieder einiges gelernt. Es scheint, daß über die Woche, wenn Amelie nicht bei dir/euch ist, nur sehr hilflose, angsterfüllte Anteile draußen sind. Möglicherweise kommt es in dieser Zeit auch zu Gewalt durch Täter – in jedemfall aber gibt es Innenpersönlichkeiten, die sich an den Tätern orientieren und den anderen Angst machen.

Es geht weiter! Gib nicht auf! – Und ich hab keinerlei Anlaß, euch im Stich zu lassen. Ich glaube

Wird keiner helfen?

und hoffe, die Kleine, die mir in der Woche geschrieben hat, hat jetzt immerhin gemerkt, daß ich vertrauenswürdig bin – obwohl ich ein Mann bin.

Liebe Grüße von Mondrian

18.3.17

Wenn der ganze Wahnsinn für Dich nicht zu viel ist, dann Respekt!

Jedoch verstehe ich nicht. Wo war ich seit vorletzten Sonntag? Was kann ich tun, um nicht wieder zu verschwinden? Warum habe ich überall so schlimme schmerzen? Was ist mit meinen Augen? Gibt es denn dafür Antworten?

Merle

PS Das Du ein Mann bist, wusste ich nicht...

18.3.17

Noch eine Frage. Warum tust Du dir das an????

18.3.17

Das heißt, ich habe Dir etwas gesagt? Du weißt was ich gemacht habe? Und trotzdem willst Du mir helfen!? Ich verstehe das nicht!

Es ist alles durcheinander in mir! Das darf so nicht sein! Das zerreißt mich!

18.3.17

Hallo Merle,

ja, am 6.3. hab ich das letztemal von dir gehört. – Naja, du warst "innen" und hast kein Bewußtsein nach außen gehabt. Außen waren andere, unter anderem Sonja und eine sehr hilflose, angsterfüllte Kleine, die offenbar keinen Namen für sich wußte oder mir sagen wollte. Wenn du überall Schmerzen hast, vermute ich leider sehr, daß in der Zwischenzeit Täter Gewalt ausgeübt haben. Und es gibt vielleicht Innenpersönlichkeiten, die das mitmachen, vielleicht aus Angst.

Hast du Schnittwunden an den Handgelenken? Es kann sein, daß jemand versucht hat, sich das Leben zu nehmen.

Ja, es gibt antworten für all das, und es kann sich auch ändern. Aber dazu müssen

Innenpersönlichkeiten von euch zusammenarbeiten, zusammenhalten, sich verbünden!!

Deine zweite Mail: Bitte, quäl dich nicht! Die Kleine, die mit mir gemailt hat, hat nichts besonderes erzählt außer daß sie ganz viel Angst hatte. – Aber es ist völlig egal, was du gemacht hast, ich steh zu dir und zu euch. Denn ihr seid NICHT SCHULDIG, sondern nur die erwachsenen Täter sind es, die euch dazu gebracht haben!!

Warum ich das mache? Weil ich es als meine Aufgabe sehe, Überlebenden von Trauma zu unterstützen – weil ich es kann – weil ich was Vernünftiges machen will im Leben..

18.3.17

Merle, paß auf dich auf! Meine Mail hast du bekommen?

Will dir nur sagen, daß ich heut wieder Nachtdienst habe, also bald nicht mehr erreichbar bin,

Wird keiner helfen?

erst wieder morgen.

Mondrian

18.3.17

Hallo Mondrian,

Merle ist weg. Ich denke die Scham ist zu groß.? Es ist alles zuviel für sie. Ich versuche sie zu schützen, aber lange kann ich nicht draußen bleiben.

Bitte hilf ihr!

Maya

18.3.17

Hallo Maya, ich hab sowas geahnt! – Ja, ich will ihr unbedingt helfen!!!! Ich steh zu ihr und zu euch. Denke, sie wird es irgendwie übermittelt bekommen durch dich oder andere.

Es geht weiter. Gebt die Hoffnung nicht auf.

Danke, daß du geschrieben hast.

Mondrian

18.3.17

Danke dafür!

Aber ich weiß leider nicht weiter!

Was soll ich tun? Es werden immer mehr Verfolger... Die sind zu stark!

Maya

18.3.17 An Maya

Verfolger innen sind eigentlich Kinder, die Angst haben und sich schützen wollen! Wir müssen ihnen helfen, zu verstehen. – Wichtig ist es, den Körper vor den Tätern außen zu schützen!

Ihr, die ihr gegen die Gewalt seid, habt auch Stärke, wenn ihr zusammenhaltet. Dabei möchte ich euch unterstützen.

Mondrian

18.3.17

Wie sollen wir den Körper schützen?

Ich habe gelesen was die kleine geschrieben hat. Sie war total hilflos. Die wissen offenbar alles über uns! Wir sind nirgendwo sicher!

Auch mir ist noch sehr vieles unklar!

Fest steht, dem Körper geht es gerade sehr schlecht! Ich habe Sorge das sie aufgeben wird!

18.3.17 An Maya

Die Täter sind außerhalb. Aber was der Kleinen Angst macht, das sind andere Innenkinder, die nur drohen, weil sie das so bei den Tätern gelernt haben.

Die innen sind Anteile wie du und Merle und die Kleine – eigentlich selbst voller Angst.

Ihr seid sicher, wenn niemand von euch die Täter in die Wohnung läßt oder den Körper zu den

Wird keiner helfen?

Tätern führt.

Mondrian

18.3.17

Aber genau das passiert! Und ich kann es nicht stoppen!

Eins möchte ich das du weißt, Merle hat nie etwas böses getan! Vermutlich ist ihr das nicht klar.

Ihr wird böses gemacht und das weiß sie vielleicht sogar? Bitte denke nicht schlecht...

Wie kommen wir aus dem ganzen raus?

18.3.17 An Maya

Ich weiß hundertprozentig, daß niemand von euch Schuld hat an etwas! Daß Merle nichts Böses tut und getan hat – nicht aus eigenem Willen. Sie wird gezwungen. Sie hat keinen Grund, sich zu schämen.

Erstmal müßt ihr merken, daß ihr nicht allein seid. Es gibt viele im Innen, die gegen das Böse sind. Nur denken alle, sie können nichts machen, sie haben alle Angst. Ihr müßt euch kennenlernen und zusammenhalten!

Auch zusammenhalten, um den Körper zu schützen.

Und als zweites müssen wir die Innenpersonen ansprechen, die noch zu den Tätern halten.

Das ist nicht einfach, aber viele, denen es so ging wie euch, haben das schon geschafft!

Und ich möcht euch unterstützen dabei.

Mondrian

18.3.17

Danke!

Vielleicht kann man manches einfach nicht reparieren!

18.3.17 An Maya

Ihr könnt euch befreien von den Tätern, von der Gewalt. Gebt nicht auf.

Es geht weiter. Ich hör jetzt erstmal auf mit schreiben, weil ich Nachtdienst habe. Morgen weiter!

Mondrian

18.3.17. 20:07 Amanda

Hallo Mondrian,

Danke das Sie geantwortet haben und helfen.

Ich habe versucht, dass hier zu verfolgen, zu verstehen, aber das ist mir zu wirr.

Meine Frage bzw Fragen,

was, wenn etwas so schlimmes passiert ist, dass es niemals ausgesprochen werden kann?

Was, wenn man weiß, etwas ist falsch... ich weiß nicht wie ich sagen soll? Es ist fast so, als ob ich es nicht will und zur selben Zeit aber doch. Können Sie das verstehen?

Was, wenn man etwas sagen möchte, aber genau weiß, dann wird schlimmes geschehen?

Können Sie sich vorstellen gefangen zu sein? Gefangen in sich selbst?

Bitte, ich möchte, nein ich muss hier unbedingt weg! Amanda

Wird keiner helfen?

19.3.17

Hallo Amanda,

danke, daß Sie wieder geschrieben haben! Ich will gleich antworten auf Ihre Fragen.

Was, wenn etwas so schlimmes passiert ist, dass es niemals ausgesprochen werden kann?

Solche schlimmen und schrecklichen Sachen sind tatsächlich nicht nur Ihnen und euch passiert.

Es gibt leider noch mehr Täter, die Unschuldige dazu bringen, Schreckliches mitzumachen. Es

gibt viele Berichte darüber im Internet, von Betroffenen und Helfern. – also: es kann

ausgesprochen werden und es muß auch mal ausgesprochen werden. Das ist der erste Schritt, es

zu beenden! Aber es ist klar: nicht ihr seid die Schuldigen – sondern die erwachsenen Täter, die

euch dazu gezwungen und überredet haben.

Was, wenn man weiß, etwas ist falsch... ich weiß nicht wie ich sagen soll? Es ist fast so, als ob ich es nicht will und zur selben Zeit aber doch. Können Sie das verstehen?

Ja, ich weiß, was Sie meinen. Es kommt daher, daß verschiedene Persönlichkeiten (Anteile) bei

euch in einem Körper sind – und die einen spüren eher den Willen, es zu tun, die anderen spüren

eher den Widerspruch, wollen es nicht. – Es ist möglich, daß sich diese einzelnen

Persönlichkeiten miteinander austauschen und klären, was wirklich ok ist.

Vieles geschieht nur, weil jemand Angst hat, das ist Ihre nächste Frage:

Was, wenn man etwas sagen möchte, aber genau weiß, dann wird schlimmes geschehen?

Diese Angst, daß etwas Schlimmes geschehen wird, wenn man was sagt (verrät), die haben die

Täter euch eingeredet. – In Wirklichkeit wissen die Täter vieles von euch gar nicht. Aber es gibt

innere Anteile, die den Tätern helfen wollen (teils auch aus Angst!), und die reden euch das

immer neu ein, als ob sie die Täter selbst wären. Sind sie aber nicht.

Die Täter haben nicht so viel Macht, wie ihr denkt. – Ihr wart früher Kinder, und über die Kinder

haben Erwachsene natürlich Macht. Und sie haben jetzt Macht, wenn ihr Angst habt. Aber ihr

könnt euch auch für einen anderen Lebensweg entscheiden!!

Können Sie sich vorstellen gefangen zu sein? Gefangen in sich selbst?

Ja, weil Sie nur eine der Persönlichkeiten sind, und es gibt noch andere. Und alle hängen

zusammen, sind in einem Körper. Wenn Sie dann keine Handlungsfreiheit haben, weil andere

Persönlichkeiten (Anteile) draußen sind, fühlen Sie sich natürlich gefangen in sich selbst, im Körper.

Bitte, ich möchte, nein ich muss hier unbedingt weg!

Ja, ich vermute auch, daß das wichtig wäre. Aber es wird nur gehen, wenn genügend Anteile

(Persönlichkeiten) zusammenarbeiten und das organisieren. Außerdem braucht ihr dazu Hilfe

von außen – mehr, als ich helfen kann. Es gibt Sozialarbeiterinnen und TherapeutInnen, die

"Ausstiegshilfe" machen (so heißt das). –

Fragen Sie gern weiter, – ich möchte auch Sie unterstützen und möchte auch Ihnen sagen, daß

ich euch nicht im Stich lasse. Allerdings bin ich weit weg, in Berlin, und mehr als Mails schreiben,

Hinweise geben und mal telefonieren kann ich nicht.

Liebe Grüße von Mondrian

Wird keiner helfen?

19.3.17

Danke für Ihre Antwort.

Also bedeutet das, Sie werden mir auch nicht helfen können!?

Amanda

19.3.17

Doch, Amanda, Ich glaube unbedingt, daß ich Ihnen (und den andern) helfen kann! Ich möchte gern so aus der Ferne an Ihrer Seite bleiben, solange Sie und ihr es wollt! Aber es genügt nicht, was ich kann. Ihr braucht irgendwann auch zusätzlich Unterstützung vor Ort.

Mondrian

19.3.17 Amanda

Danke! Aber ich denke Sie verstehen mich nicht...

Es ist alles in meinem Kopf! Ich weiß und erlebe alles ständig immer und immer durch Flashbacks wieder! Ich kann das nicht mehr! Es soll aufhören! Aber ich kann es niemanden sagen! Glauben Sie mir bitte, ich würde gern, aber ich kann nicht!

Es wird also niemals aufhören!

Und so wie ich gelesen habe und wie es aussieht geht es in echt ja auch weiter!

Wozu das ganze also? Wozu kämpfen? Für was? Während ich das schreibe, weine ich, weil mir klar ist, dass die Männer recht haben. Die gewinnen, ich verliere!

Amanda

19.3.17 Amanda

Ich versteh Sie schon. – So, wie es jetzt ist, das ist immer der Anfang des Ausstiegs: alles ist durcheinander, alle Stimmen, alle Anteile, alle Gefühle, – manche Persönlichkeiten wissen mehr als sie ertragen können, – andere wissen gar nichts.

Daß Sie (und andere) es nicht mehr aushalten wollen, ist der Anfang der Heilung!

Jetzt ist es wichtig, Klarheit zu bekommen über die Tatsachen. Deshalb hab ich so genau Ihre Fragen beantwortet. Sie müssen versuchen, das zu verstehene. Sie müssen Ihr Nachdenken für die Rettung einsetzen!

Sie können versuchen, etwas von dem im Kopf aufzuschreiben, vielleicht in Mails an mich. Es ist ein Stück Befreiung, wenn Sie etwas teilen können mit jemandem außen. Mit jemandem, der zu Ihnen hält.

Und es ist wichtig, zu unterscheiden, was Vergangenheit ist und was Gegenwart ist. Vieles von den Flaschbacks ist Vergangenheit. Sie haben es überlebt! Es ist vorbei.

Daß Sie und andere sich befreien wollen, zeigt schon, daß die Männer, die Täter nicht recht haben. Das echte, eigene Leben ist weiterhin vorhanden.

Die Täter haben nicht recht. Viele haben sich schon befreit aus solcher Gefangenschaft. Ich kenne auch welche.

Mondrian

Wird keiner helfen?

19.3.17 Ingrid

Hallo Mondrian,

wenn Sie selbst nicht DIS haben, wie kommt es, dass Sie sich so gut auskennen? So viel darüber wissen?

Die Therapeutin in XY sagte damals, man müsse eine "innere Landkarte" erstellen. Wie muss ich mir das vorstellen? Wie soll das gehen?

Ich habe gesehen, dass sehr viel geschrieben wurde. Sollte ich alles lesen?

Viele Grüße Ingrid

19.3.17

Hallo Ingrid,

es freut mich, daß Sie mir schreiben! – Zu Ihren Fragen: Es kam auch in meiner Kindheit zu dissoziativen Ego States (wenn auch nichts so schlimm war wie bei Ihnen/euch). Von daher war es mir eigentlich immer selbstverständlich, wenn Menschen verschiedene Anteile haben. Dann habe ich seit etwa 1995 Menschen mit Traumaerfahrungen unterstützt und dabei auch schrittweise mich weitergebildet. Mehr dazu finden Sie auf der Website D+T, unter "Wie es begann".

Die innere Landkarte bedeutet, daß jemand außen zu verstehen versucht, wie die einzelnen Anteile (Persönlichkeiten) miteinander zusammenhängen. Also: Wer hat eine höhere Position (innen), wer ist vielleicht ein Sprecher/ eine Sprecherin für andere. Wer gehört zu welcher Zeit der äußeren Entwicklung, zu welchen Außenerfahrungen. Und es gibt auch verschiedene Ebenen, die sich gegenseitig oft nicht kennen.

Nach meiner Erfahrung entsteht dieses Verständnis im Laufe der Aufarbeitung oder Therapie ganz natürlich. Manche TherapeutInnen versuchen, sowas am Anfang einer Therapie zu machen, was aber nicht funktionieren wird, weil ja am Anfang noch kaum jemand von den Persönlichkeiten Vertrauen hat zur Therapeutin!

Vertrauen ist die Voraussetzung für jede Zusammenarbeit mit einer Helferin/einem Helfer.

Wenn Sie die Mails lesen mögen, tun Sie's. Aber es ist nicht unbedingt nötig, weil es ja alles eigene Kontakte waren mit einzelnen von euch. Ich gehe jedenfalls nicht davon aus, daß Sie die Mails mit den anderen gelesen haben, sondern möchte Sie gern selbst kennenlernen und Ihnen dann auch selbst schreiben.

Jeder von Ihnen/euch hat ihre/seine eigene Geschichte und es wird sicher noch längere Zeit dauern, bis ihr euch gegenseitig direkt miteinander austauschen könnt. Deshalb müssen Sie sehen, ob Sie mit diesen Mails etwas anfangen können.

Viele Grüße erstmal!

Mondrian

19.3.17

Erstmal?

Darf ich nichts mehr fragen? Ingrid

Wird keiner helfen?

19.3.17

Doch, Ingrid! Entschuldigen Sie. Ich wollte mich selbst nur selbst zügeln, weil die Mail schon so lang war .. so war das Wort gemeint! Sie können gern weiterfragen und ich antworte gern.

Mondrian

19.3.17

Danke!

Ich habe niemanden!

Bitte ich brauche wirklich dringend Hilfe!

Es tut mir ehrlich sehr leid, ich möchte nicht so nervig und anstrengend sein! Bitte Sie können mir sagen was ich anders machen soll, aber bitte lassen Sie mich nicht allein!

Wie können Sie das aushalten was Sie zu hören bekommen? Wie können Sie danach noch objektiv mit denjenigen umgehen?

Sollten Sie, bzw wir, nicht zu den Namen auch das Alter wissen um diese Landkarte erstellen zu können?

Ich hab mal reingelesen, bedeutet das, "die kleine" war die ganze Nacht draußen? Allein!

Ingrid

19.3.17

Hallo Ingrid, ich weiß leider erst sehr wenig, fast nichts, von ihrer und eurer Situation in der Außenwelt. Meinten Sie mit "ich habe niemanden", daß keine Unterstützung in der Außenwelt da ist? Oder daß Sie mit niemandem innen in Verbindung stehen?

Beides ist wichtig. – Versuchen Sie, Kontakt zu bekommen mit anderen Persönlichkeiten innen.

Es gibt doch einige, die Sehnsucht nach einem anderen, besseren Leben haben, die auch den Körper schützen wollen. Sie sollten versuchen, sich zusammenzuschließen, sodaß Sie gemeinsam aufpassen können auf den Körper.

Ich bin 100%ig solidarisch mit den Opfern, mit den Überlebenden, mit den Kindern (denn zuerst waren es Kinder!) und ich, weiß, daß sie unschuldig sind. Ich habe viele kennengelernt in den 20 Jahren. Ich bin der Erwachsenenwelt nicht sehr nahe – aber den Kindern ja. Das war schon immer so.

Klar gehören Namen und Alter zur inneren Landschaft.. aber, wie gesagt, es wäre ganz falsch, von jemandem innen zu fordern, sowas preiszugeben. Es kann nur freiwillig kommen, und hat mit Vertrauen zu tun. Ich frage nicht gern – aus diesem Grund. Es soll freiwillig sein. Viele von euch haben so viel Unterdrückung erlebt, – da darf nicht auch von Helfern Druck oder Forderung entstehen.

Ja, offenbar war und ist die "Kleine" immer in der Nacht alleine, ganz hilflos. Es wäre gut, wenn jemand Älteres ihr dann beisteht.

Ich lasse Sie nicht allein.

Mondrian

Wird keiner helfen?

19.3.17

Beides! Ich habe hier einen Arzt, der verschreibt mir Medikamente, aber kennt DIS nur vom hören und hat vermutlich mal etwas darüber gelesen. Ist aber schon total damit überfordert wenn ich dissoziiere.

Meine Therapeutin ist in Rente gegangen. Leider nimmt mich keine andere Therapeutin im ganzen Umkreis. Ein Klinik wo ich zuletzt war, nimmt mich nicht mehr auf und zahlreiche andere haben mich bereits abgelehnt. Sonst gibt ein paar Freundinnen die davon nichts wissen und nichts wissen dürfen, was es für mich sehr anstrengend macht. Eine langjährige Freundin weiß es seit einiger Zeit und diese Freundschaft ist wohl hin...!

Was in mir passiert weiß ich nicht alles. Ich kenne einige Anteile, Kinder kleine, ganz kleine, Teenager, böse und liebe.

Wie soll das funktionieren, dass die kleine nicht allein ist? Das verstehe ich nicht

Sie fühlen sich den Kindern nahe? Wie meinen Sie das?

Wie bekommen Sie die grausamen Dinge wieder aus Ihrem Kopf?

Ingrid

19.3.17 Ingrid

Ja, von den Medikamenten habe ich schon gehört. Tavor und Schlafmittel sollten Sie jedoch nicht nehmen, denn Tavor macht abhängig und Schlafmittel wirkt auf andere Innenanteile wie Unterdrückung. Aber sprechen können Sie?

Merle hat mir erzählt, daß ein Klinikaufenthalt im Klinikum AB geplant ist. Wissen Sie davon? – Bisher scheint es sehr wenig Zusammenarbeit innen zu geben. Das ist aber wichtig, um dann aussteigen zu können aus der Täter-Umgebung. Sie und andere sollten versuchen, Zusammenarbeit innen zu suchen. Dazu sollten Sie immer, wenn es nur geht, nach innen rufen, vor allem nach den Persönlichkeiten, die für den Heilungsweg sind (ich kenne Merle I und II und Amanda und Sonja).

Und auch versuchen, Kontakt zu der Kleinen zu bekommen, daß die Sie (oder jemand anders) nachts rufen kann. Das hab ich ihr auch schon gesagt. – Rufen ist das einzige, was Sie tun können, nach innen sprechen. Es wird gehört, auch wenn nicht gleich geantwortet wird.

Das geht! Aber Sie haben einfach noch keine Erfahrung darin... und es scheint, daß auch die bisherige Therapeutin sich dabei nicht auskannte.

Ich fühle mich den Kindern nah, das heißt, ich sehe, daß Kinder auf die Erwachsenenwelt hin erzogen werden, und das ist keine gute Welt. Es geht nur um Geldverdienen, Konkurrenz, Oberflächlichkeit, Krieg. Ich mußte mich selbst als Kind und Jugendlicher dagegen abgrenzen und tue das bis heute.

Ich bekomme die grausamen Dinge nicht aus meinem Kopf – ich halte sie nur in einer besonderen Kammer isoliert. Das ist auch Dissoziation.

Mondrian

Wird keiner helfen?

19.3.17

Ich nehme kein Tavor oder Schlafmittel! Würde, nein muss zwar unbedingt mal schlafen, zur Ruhe kommen.

Nein ich kann nicht sprechen, schon sehr lange nicht. Doch jetzt kann ich auch fast nichts mehr sehen. Keine Ahnung warum. Wissen Sie?

Klinikum AB, ja, hier liegt ein Einweisungsschein. Doch Termin ist hier keiner bei.?

Das Problem mit der Zusammenarbeit im Innen ist, dass die kleinen zu klein sind nicht hören, die Teenager zu wütend, zornig, zu böse sind und die anderen die ich etwas kenne, einfach nur Wut auf mich haben! Mich unbedingt töten wollen! Und wenn ich mir meinen Arm anschau, dann haben die es einige male versucht! Leider muss ich sagen, Schade, dass es nicht geklappt hat!

Ich finde Ihre Ansichten sehr gut! Ich sehe ähnlich. Die Menschen vergessen was wirklich wichtig ist!

Wenn Sie die Dinge in einer Kammer in Ihrem Kopf isoliert halten, dann schaden Sie sich damit!

Ich denke, Sie sind ein lieber Mensch, Sie sollten das nicht.

Niemand sollte sich sowas schreckliches anhören müssen!

Vielleicht hat alles einen Grund warum es passiert?

Ingrid

19.3.17

Ingrid, das Nichtsprechenkönnen und auch die Sehprobleme sind sicherlich auch Formen von Dissoziation (Abspaltung). Es ist nicht für immer.

Es ist trotzdem wichtig, daß Sie versuchen, Kontakt aufzunehmen. Wenn die kleinen sich äußern, können Sie versuchen, wenigstens zu antworten, damit die sich nicht so verlassen fühlen. Wenn die Teenager zornig sind, können Sie versuchen zu fragen, wieso sie zornig sind. Und ihnen anbieten, daß sie mir schreiben. Sie haben ja Gründe für ihren Zorn, darüber sollten wir sprechen. – Und auch die, die eine Wut auf Sie haben: wissen Sie, warum? Das können Sie fragen. Und was ist mit Merle, Sonja, Amanda?

Alle, die im Innen sind, haben Schlimmes erlebt und haben Angst und versuchen, sich zu schützen. Manchmal aber mit falschen Mitteln. Es ist das Allerwichtigste, mit ihnen zu sprechen. Ich bin überzeugt, es ist erstmal eine gute Möglichkeit, das Schlimme in einer Kammer innen zu isolieren. Zumindest so lange, bis außen genug Gutes entstanden ist, daß man das Schlimme besser verarbeiten kann. Das gilt vielleicht auch für Sie und euch.

Aber der einzige Grund für all das sind böse, verbrecherische Erwachsene, die Kinder und andere Menschen quälen und.. all das mache, was Sie wissen. Es gibt keine Entschuldigung dafür.

Und SIE sind unschuldig. Ihr alle seid unschuldig.

Mondrian

19.3.17

Ich sagte ganz am Anfang, mein Körper funktioniert nicht mehr.?

Das äußert sich,

Wird keiner helfen?

- das ich plötzlich nicht mehr weiter laufen kann
- das ich mich gar nicht mehr bewegen kann, aber nicht dissoziiere, wie gelähmt bin
- plötzlich total verkrampfen
- ständig zusammenzucke, erschrecke
- einfach streckenweise keine Kontrolle über meinen Körper habe, wie bei einem Computer, bei dem plötzlich ein Chip durchbrennt und dann dort die Funktionen ausfallen. Vielleicht ein blödes Beispiel?

Die kleinen wollen mich nicht! Die vertrauen mir nicht! Die Teenager sind zornig und wütend weil das passiert was passiert und sie nicht weg können! Ich denke Hilflosigkeit? Die anderen, so wie ich es verstanden habe, sind so wütend auf mich, weil es meine Schuld ist!

Merle, Sonja und Amanda kenne ich nicht.

Wie meinen Sie, schützen aber manchmal mit den "falschen Mitteln"?

Warum können Sie nicht machen, dass alles und alle wieder weg sind?

Ingrid

19.3.17

Ingrid, niemand kann das von einem Tag auf den andern ändern. Ihr alle zusammen könnt es ändern, wenn ihr verstehen lernen, wie das zusammenhängt. Und ich kann euch dabei Hinweise geben.

Jas, dieses Nichtfunktionieren des Körpers sind alle Formen von Dissoziation. Somatoforme Dissoziation.

Jetzt zu den Kontakten:

Wenn die Kleinen noch kein Vertrauen zu Ihnen haben, können Sie das ändern, indem Sie immer wieder mit denen sprechen. Die sind mißtrauisch, das ist verständlich. Aber sie haben viel Sehnsucht nach Hilfe!

Die Teenager verstehen nicht, wieso sie nicht weg können. Sie und auch die anderen Wütenden suchen eine Schuldige dafür. Ihnen können Sie helfen zu verstehen, daß SIE nicht schuld sind. Und wenn sie Kontakt mit mir suchen, helfe ich ihnen zu verstehen, wie alles zusammenhängt. Das geht nicht schnell, aber es geht, es funktioniert!

Wenn Sie Merle, Sonja und Amanda nicht kennen, sollten Sie trotzdem versuchen, Kontakt mit denen zu bekommen. Es sind Verbündete, nur wissen sie es noch nicht. Daß ihr alle voneinander getrennt seid, ist auch Dissoziation – und ist geschehen wegen der bösen Taten, um die auszuhalten. Jetzt ist die Zeit, wieder zusammenzukommen!

Mondrian

19.3.17

Ingrid, ich hatte letzte Nacht Nachtdienst und würde jetzt für heute gern aufhören mit schreiben, weil ich doch recht müde bin. Ok? Morgen bin ich wieder DA für Sie und alle!

Also bis bald, liebe Grüße von Mondrian

Wird keiner helfen?

19.3.17

Danke!

Leider verstehe ich das alles!

Warum können Sie nicht einfach allein weg machen?

19.3.17 Ingrid

Daß Sie VERSTEHEN, ist ein riesengroßer hoffnungsvoller Schritt!

Bis Morgen oder bald!

Mondrian

19.3.217 Ingrid

Oder bald?

Bitte nicht! Bitte nicht allein lassen!

Bitte

19.3.17 Ingrid

Es tut mir leid! Was habe ich falsches gesagt?

Bitte lassen Sie mich nicht allein!

Es tut mir leid!

19.3.17 Ingrid 19:58

Es ist okay! Ich verstehe schon! Ich gehe Ihnen auch auf die nerven, bin nur lästig! Ich bin allen zuviel! Wäre zu schön gewesen wenn mir jemand hilft. Aber ich bin allein! Ich möchte diesen ganzen Mist auch nicht! Danke für Ihre Antworten und Ihre Zeit.

Ingrid

19.3.17 22:48

Hilfe! Bitte helfen mir! Ich habe so Angst! Es ist so furchtbar schlimm! Bitte helfe mir und beschütze mich! Bitte bitte ich brauche Hilfe!

20.3.17

Nein, Ingrid, es ist alles ok! Daß Sie verstehen, wie es zusammenhängt im Innen, ist wirklich sehr wichtig und gut! Und es gibt gar nichts, was mir zuviel ist. Ich halte zu Ihnen und euch! Also lassen Sie bitte wieder von sich hören – es geht weiter und ich bin sehr gern euer Helfer.

Mondrian

20.3.17 Ingrid

Hallo Mondrian,

Danke!

Es tut mir leid!

Seit gestern ist hier ein Mädchen, Amelie sie ist total lieb aber ich weiß nicht so richtig... ???

Wird keiner helfen?

Ich vermute mal, ich brauche Sie nichts weiter fragen, denn der Grund für alles liegt wahrscheinlich im Innen!?

Doch was mir nicht klar ist, wenn wer anders zb. Kopfweh hat, nimmt er IBU, doch egal was ich mache, es hört nicht auf!

Was also mache ich gegen die Schmerzen?

Ingrid

20.3.17 Ingrid

Hallo Ingrid,

ich bin froh, daß ich wieder von Ihnen höre. Doch, es ist schon gut und wichtig, wenn wir besprechen können, was vorgeht. Auch wenn es um das Innen geht.

Es stärkt Sie und auch andere, wenn ihr mehr davon versteht, was in einem multiplen System geschehen kann ... und ich hab nunmal Erfahrung damit. Trotzdem weiß ich natürlich nicht alles.. aber wir können vieles herausfinden und verstehen lernen, wenn wir uns darüber austauschen. Manches wissen Sie, manches weiß ich.

Der Grund für alles liegt in erster Linie an den Taten der Männer, in Ihrer Kindheit und wohl auch jetzt noch. Und es ist wichtig, daß ihr lernt, miteinander zu sprechen, euch kennenzulernen.

Dadurch könnt ihr stärker werden und euch irgendwann von den Tätern lösen.

Ja, Amelie ist eure Tochter. Zeitweise ist sie beim Vater (immer wochenweise). Ich weiß nicht, wer von euch sich als Amelies Mutter fühlt, ich glaube, Merle.

Medikamente wirken oft nur bei derjenigen Persönlichkeit die sie nimmt. Aber es gibt keine Regel ... es scheint, daß sie bei Ihnen garnicht wirken. Das kann auch damit zusammenhängen, daß die Schmerzen, die Sie spüren, von einer anderen Persönlichkeit herrühren, die teilweise noch mit draußen ist, oder jedenfalls sehr nahe an Ihnen dran ist. – Sie können versuchen, nach innen zu fragen: "Wer ist verantwortlich für die Schmerzen?" Vielleicht antwortet jemand und Sie können den Anteil bitten, die Schmerzen aufhören.

Mondrian

20.3.17

Sie wollen Kontakt!

Warum?

Um so mehr die nerven, um so schlimmer werden die Schmerzen!

20.3.17

Hallo,

ich möchte euch unterstützen, daß es besser wird. Dazu ist der Kontakt mit den Innenanteilen wichtig. – Aber ihr entscheidet, ob ihr Kontakt haben wollt mit mir.

Die Schmerzen kommen von Innenkindern, die Angst haben. Wenn die mehr verstehen und Hoffnung haben, kann sich das ändern.

Aber – ihr entscheidet, ob ihr mit mir zu tun haben wollt!

Mondrian

Wird keiner helfen?

20.3.17

Was soll besser werden?

Die Schmerzen kommen von mir bzw uns!

Ich habe keine Angst! Ich bin voller Wut und Hass!

20.7.13

Ach so, ich wußte nicht, wer mir schreibt! – Danke für die Mail!

Ich glaube, du und ihr habt Grund zu Wut und Hass. Aber wer ist schuld daran?

Ich möchte euch unterstützen, daß das Leben besser wird. Dann könnt ihr das Schlimme hinter euch lassen.

Ich werde euch jedenfalls nichts Böses tun.

Mondrian

20.3.17

Mein Name ist Kala.

Schuld sind die die so dumm sind, sich nicht wehren! Schwach sind!

Für mich, uns gibt es kein Leben!

20.3.17

Hallo Kala,

doch, es gibt ein Leben für euch – und zwar wenn ihr zusammenhaltet. Dann seid ihr nicht schwach, sondern viel stärker, als du ahnst. Genau dabei würde ich euch gern unterstützen, wenn ihr es wollt.

Ich kann dir gern mehr dazu schreiben, wenn du möchtest.

Mondrian

20.3.17 Kala

Ich bin nicht schwach!

Sag den anderen ich werde sie quälen, sie werden genau so leiden! Werden all meine Wut, Hass und Schmerz erfahren!

20.3.17 An Kala

Du bist selbst gequält worden, du hast selbst gelitten – aber wer ist schuld dran?

Es wäre doch besser, wenn niemand von euch mehr leiden müßte!

Und das ist möglich.

Mondrian

20.3.17 Kala

Ist es nicht! Das wird niemals ein Ende haben! Die sind alle viel zu dumm!

Wird keiner helfen?

20.3.17

Nein, Kala, das stimmt nicht. Ich glaube, ihr hattet noch nie Unterstützung, die sich mit all dem ausgekannt hat. Und dann haben sie euch abgeschoben. – Klar, daß du keine Hoffnung mehr hast.

Jedenfalls habe ich Menschen in eurer Situation unterstützt, die es geschafft haben. Und ich weiß von anderen, die es auch geschafft haben.

Es wäre schön, wenn du und ihr noch den Mut habt, den Weg ins freie Leben zu gehen. Ich werde euch dabei nicht im Stich lassen.

Mondrian

20.3.17 Kala

Ich bin gefangen! Keiner kann helfen! Keiner ist da! Alle schauen weg! Keiner hat eine Ahnung was geschieht! Lass die anderen einfach in ruhe sonst werde ich alle noch mehr quälen! Denen wird es gehen wie mir!

20.3.17

Du, Kala, ich schaue nicht weg! Ich ahne, was los ist! Und ich weiß, es gibt Befreiung für dich und euch! Anderen ging es auch so – und sie haben es geschafft, gemeinsam und mit Hilfe von außen. Bitte, versuch noch etwas Vertrauen zu haben.

Mondrian

20.3.17 Kala

Vertrauen!

20.3.17

Ja, Kala: Vertrauen. Bitte, versuch es. Ich steh zu dir und zu euch. – Es gibt diesen Weg und ich kann euch dabei begleiten. Ihr habt es verdient, ein gutes Leben zu finden.

Mondrian

20.3.17 Kala

Wie begleiten?

Ich, wir sind allein! Immer wenn ich denke, Hilfe, wird zugeschaut oder mitgemacht!

Also erzähle nichts von helfen!

20.3.17

Kala, ich begleite und betreue Menschen mit DIS seit 1995, das sind 20 Jahre. Ehrenamtlich, nicht für Geld. Ich weiß nicht, ob du ans Internet rankommst, aber da siehst du meine Informationsseite (www.dissoziation-und-trauma.de). Es ist nicht mein Beruf und ich kriege keinen Pfenig dafür. Ich mache es, weil ich solidarisch bin mit Menschen, denen es so geht wie dir und euch. Weil ich gegen Gewalt und Unterdrückung kämpfen will, wo ich kann. Ich bin weit weg von euch, in Berlin. Ich kann euch nur durch alle meine Erfahrungen

Wird keiner helfen?

unterstützen, mit e-Mails und Telefon. Ich werde euch nicht im Stich lassen und euch mit meinen Möglichkeiten helfen.

Besser kann ich dir nicht sagen.

Mondrian

20.3.17 Kala

Ich werde niemandem vertrauen! Erst gut reden, dann verletzen, benutzen und wegwerfen! Ich brauche niemanden! Wir sind viele und nun werden alle leiden! Keiner kann sie schützen! Genau wie uns

20.3.17 Kala

Du kannst doch die Website von mir sehen, oder? – Was würde es für einen Sinn machen, wenn sowas jemand macht, der zugleich so böse ist?

Du kannst ja noch beobachten, wie es weitergeht mit mir. Ich denk an dich und die anderen bei dir.

Mondrian

20.3.17

Hallo Mondrian,

hat die kleine Dir erzählt was die alles mit mir machen?

Merle

20.3.17

Hallo Merle,

nein, die Kleine hat mir überhaupt nichts erzählt – nur von ihrer eigenen Angst und ihrem Alleinsein.

Mondrian

20.3.17 Merle

Ich weiß nicht wo ich anfangen soll.

Es ist alles total wirr! Ich empfinde es schlimmer als sonst. Mir fällt es immer schwerer mich zu orientieren. Plötzlich ist Amelie hier, und total krass, meine Haare sind kurz!

Ich habe das Gefühl, nicht mehr hinterher zu kommen!?

Was ist hier los? Alle Mails sind gelöscht!

Schon klar, Gejammer! Aber mir geht nicht gut! Bisher habe ich wenigstens gerade so funktioniert. Doch jetzt... Alles bricht zusammen!!!!

20.3.17

Liebe Merle,

es ist wohl einiges in Bewegung geraten dadurch, daß einige von euch Kontakt mit mir haben und neu über die Situation nachdenken. Einerseits ist Hoffnung entstanden, andererseits neue Ängste. Es ist auch viel Resignation bei manchen, die zu oft verraten und im Stich gelassen

Wird keiner helfen?

wurden und sich auf nix mehr einlassen wollen.

Ich bin aber überzeugt, daß es im Laufe der Zeit wieder Klarheit gibt, weil ich den einzelnen Persönlichkeiten Hinweise geben kann.

Warum Amelie da ist, weiß ich natürlich nicht. Sie ist schon seit gestern hier, hat mir Ingrid geschrieben.

Bitte, versuch immer wieder, andere zu erreichen, zum Beispiel Ingrid, Sonja, Amanda. Ihr könnt in Kontakt miteinander kommen, ihr habt nur keine Erfahrung damit!

Mondrian

20.3.17

Danke für die Antwort.

Das ist alles schön gesagt, aber das hilft mir nicht!

Es sind so viele Konflikte in mir die ich nicht lösen kann, mich kaputt machen!

Vermutlich hältst Du mich für feige, schwach, jämmerlich!? Aber ich möchte so gerne aufgeben!

Doch nicht mal das kann ich! Ich muss doch auf Amelie aufpassen!

Verstehst Du denn nicht? Ich weiß einfach nicht weiter! Kann es nicht beenden möchte aber auch nicht weiterleben!

Ich brauche Hilfe! Eine Lösung! Ich kann nicht mehr!

Merle

20.3.17

Merle, ich halte dich nicht für feige oder jämmerlich. Ich glaube, ich kann mir deine Verzweiflung und Hilflosigkeit vorstellen.

Die wichtigste Unterstützung, der erste Schritt jetzt ist, daß andere innen dir beistehen, daß ihr zusammenarbeitet! Daß andere innen begreifen, daß ihr EINEN Körper habt, ihr alle zusammen, und gemeinsam um ihn und um euer Leben kämpfen müßt. – Ich kann euch dann auch weiterhelfen mit meiner Erfahrung – aber bisher sind alle einzeln und keiner hat Kontakt zum anderen, und das macht euch hilflos.

Kannst du nicht anfangen, über die Konflikte in dir zu reden, mit mir? Könnte das nicht etwas leichter machen?

Mondrian

20.3.17 Merle

Es tut mir leid, ich kann nicht!

20.3.17

Merle, ich mach jetzt Schluß für heute, ok? Schalte meinen Rechner aus.

Aber es geht weiter, morgen. Sicher unterstützen dich andere innen auch ohne daß du es mitkriegst.

Gib nicht auf, bitte.

Mondrian

Wird keiner helfen?

20.3.17 20:30 Merle

Du sagst, Du hast schon vielen wie mir geholfen. Aber gab es auch welche, denen Du nicht helfen konntest?

Bzw denkst Du, es gibt Seelen die so kaputt sind, dass es nicht möglich ist, diese zu heilen? Bitte eine ehrliche Antwort.

21.3.17 8:30

Ja, Merle, es gab schon einige, denen ich nicht helfen konnte. Aber das hatte IMMER damit zu tun, daß es ihnen nicht gelungen ist, innen zusammenzuarbeiten, ihre Kräfte zu verbinden. Und weil bei ihnen zu wenig Vertrauen in die Möglichkeit der Heilung da war.

Mondrian

21.3.17 8:40

Guten morgen Mondrian,

Danke für die ehrliche Antwort.

Was wurde aus denen?

Merle

21.3.17

Naja, der Kontakt lief aus ... meist war das für einzelne Innenpersönlichkeiten traurig ... oder ich hab einfach nix mehr von ihnen gehört. – Ich weiß nicht, was aus denen wurde.

Mondrian

21.3.17

Du hast noch gefragt: *denkst Du, es gibt Seelen die so kaputt sind, dass es nicht möglich ist, diese zu heilen?*

Ich hatte darauf nicht geantwortet. Nein, das glaube ich nicht. Ich glaube, der KERN eines Menschen ist immer gesund – solange er lebt. Die Seele.

21.3.17 Merle

DANKE! Gut zu wissen!

21.3.17 Merle

Ich möchte das Du mich nicht falsch verstehst. Ich habe vertrauen auf Heilung. Und, obwohl ich Dich nicht kenne, vertraue ich darauf, dass Du mir helfen wirst!

Amelie braucht mich! Ich denke Amelie bemerkt es, wenn es wechsel gibt.?

Du sagtest ich soll über die Konflikte sprechen. Gut, ich versuche es mal...

Es fängt schon an, die Teile die Du nanntest sind sicher lieb? Ich möchte Kontakt zu denen! Aber ich habe auch große Angst! Nicht weil die auch böse sein könnten. Sondern vor dem Wissen was sie haben! Denn dann werde ich das doch auch wissen?

Ich weiß, dass klingt alles verrückt. Aber kannst Du das trotzdem irgendwie verstehen?

Wird keiner helfen?

Bitte

Merle

21.3.17

Merle, deine Angst kann ich gut verstehen. Aber leider gehört es wirklich dazu, daß ihr im Laufe der Zeit das Wissen über die Sachen, die geschehen sind, miteinander teilt. Es gehört zu dem Zusammenwachsen der Anteile. Und erst durch diese Zusammenarbeit werdet ihr stark und könnt euch abgrenzen von den Tätern und von all dem Schlimmen.

Es gibt viele Innenanteile, die voller Wut und Haß sind, weil sie alleingelassen werden mit den schlimmen Erfahrungen. Ihr gehört aber zusammen und könnt den guten Weg nur gehen, wenn ihr das Schlimme auch gemeinsam tragt. Dann könnt ihr es irgendwann hinter euch lassen. Natürlich braucht ihr alle auf diesem Weg des Verstehens, der Annäherung auch Unterstützung von außen, Trost, und die Möglichkeit, über das Geschehen zu reden, es mit jemandem außen zu teilen.

Ich weiß, es ist schwer, das zu akzeptieren.

Ja, ich denke, Amelie kriegt Wechsel mit. Aber es ist auch normal für sie – sofern es keine unangenehmen Verhaltensweisen sind, die nach außen kommen.

Ich bin jetzt für ca. ne halbe Stunde weg, dann hinterher antworte ich wieder!

Mondrian

21.3.17 12:38

Bitte helfe mir ich weiß nicht wo ich bin ich habe angst

21.3.17

Hallo du! Weißt du, wie du heißt?

Es gibt andere in deinem Körper, die dich vielleicht schützen können. Versuch doch, sie zu rufen, zum Beispiel Merle.

Mondrian

21.3.17

Nein ich weiß nichts. wie rufen?

21.3.17

Nach innen rufen. Die anderen sind auch in deinem Körper. Sie können in deinem Kopf drinnen reden und sie können auch den Körper übernehmen. Ihr gehört alle zusammen.

21.3.17

Warum bin ich allein? Wo sind meine Eltern? Ich habe angst. Den Körper übernehmen?

21.3.17

Es ist vieles passiert. Deine Eltern sind nicht mehr da – aber in dir drin sind andere Große, die dich beschützen können! Den Körper übernehmen heißt, daß sie dann schreiben und

Wird keiner helfen?

herumgehen können und du dann innen ausruhst. Jetzt ist es andersrum, du kannst schreiben und herumgehen. Aber ihr gehört alle zusammen.

21.3.17

Die tun mir weh bitte helfe mir

21.3.17

Ruf nach innen, bitte!

21.3.17

Warum hat mich eben niemand beschützt? Es tut so weh! Ich möchte das nicht! Warum lassen die mich nicht gehen? Bitte Hilfe!

21.3.17

Die andern haben noch nicht gelernt, zusammenzuarbeiten. Ich versuche immer wieder, ihnen dabei zu helfen.

Hab noch Hoffnung – es wird sich ändern.

21.3.17 Höre auf zu schreiben!!!! Sie gehört uns!!!! ⁸²

21.3.17 16:25

Hallo Mondrian,

es ist alles okay. Mir geht es super. Ich muss jetzt meine Amelie abholen.

Merle

PS es tut mir leid... !

21.3.17

☺

21.3.17 18:02

Hallo Mondrian, Bitte helfen Sie mir bzw uns! Keiner weiß weiter! Angst! Bitte....!!! Amanda

21.3.17

Hallo Amanda, ich bin doch dabei! Immer mehr von euch haben Kontakt aufgenommen mit mir. Merle ging es vorhin gut. – Ihr müßt miteinander Kontakt aufnehmen, zusammenarbeiten. Das ist das Wichtigste – und das kann ich nicht für euch machen. Aber es geht weiter. Ich lasse euch nicht im Stich. Mondrian

⁸² Erste Tätermail (von vielen). Geschrieben werden sie mit Merles Smartphone, ihrem Account. Natürlich habe ich niemals geantwortet.

Wird keiner helfen?

21.3.

Ihr geht es nicht gut! Niemandem geht es gut! Sie, ich, wir dürfen nicht mehr...! Was sollen wir jetzt tun?

21.3.

Ihr müßt euch zusammenschließen. Dann habt ihr Kraft, die Verbote zu beenden. Innenanteile, die gegen eine Befreiung sind, sind im Grunde auch hilflos und voller Angst. Ihr müßt sie ansprechen und überzeugen. Das größte Problem ist, daß ihr noch alle einzeln seid und euch gegenseitig nicht kennt, nicht zusammenhaltet. Nur deshalb sind die Täter noch so stark. – Denn ihr seid keine hilflosen Kinder mehr!

21.3.

All das habe ich längst begriffen! Doch Leider verstehen Sie nicht! 😞😞😞 es sind nicht die Teile die verbieten!

Aber trotzdem danke!

21.3.

Wenn genügend Teile es wollen, könnt ihr vielleicht zur Polizei gehen?

22.3.17 9:59

Hallo Mondrian,

es tut mir leid. Vermutlich möchtest Du nicht mehr mit mir sprechen.

Merle

22.3.17

Hey Merle,

bin froh, daß du wieder schreibst. Ich hab die ganze Nacht oft an dich und euch gedacht. –

Natürlich möchte ich noch mit dir (und den anderen) schreiben und natürlich steh ich nach wie vor zu euch!

Mondrian

22.3.17 Merle

Aber ich habe Dich angelogen

22.3.17

Du meinst, weil du gesagt hast, dir gehts super? Ja, das hab ich dann auch gemerkt. – Du wirst Gründe gehabt haben, und ich ahne sie. Jedenfalls ist das egal. Ich stehe zu dir und zu euch.

Mondrian

22.3.17 Merle

Ja das meine ich. Ich möchte aber das Du weißt, das ich normalerweise ehrlich bin, nicht Lüge!

Wird keiner helfen?

Kannst Du Dir vorstellen in einer Situation zu sein, (dass soll keine Entschuldigung dafür sein) in der Du genau weißt das etwas falsch ist, aber man so große Angst hat wegen dem was gedroht wird.?

22.3.17

Ja, liebe Merle, das kann ich mir vorstellen und ich weiß, daß es Menschen in eurer Lage oft so geht. – Es ist nicht deine und eure Schuld.

Mondrian

22.3.17 Merle

Ich möchte Dir so gern etwas erzählen, von gestern, aber das ist so verrückt, verstehe es selbst nicht und habe große Angst Dich dann auch zu verlieren! Doch es macht mir in mir so so viel Angst!

22.3.17 Merle

Du wirst mich ganz sicher nicht verlieren. Denk dran, ich kümmer mich seit über zehn Jahren um solche schlimmen Sachen, hab auch fast alles gelesen, was es dazu auf deutsch gibt. –

Mondrian

22.3.17 Merle

Es ist schwer für mich und schwer zu erklären. Ich weiß was Flashbacks sind und kann diese unterscheiden. Hatte ich bis gestern gedacht!

Also angefangen hat es, aber ehrlich keinem erzählen!!!!

Ich bin einer Art Keller oder Bunker zu mir gekommen, da waren Männer, drei oder vier. Alle haben mich eingeredet... Waren sehr böse auf mich, mit mir! Es ging mir da schon sehr schlecht, es fiel sehr schwer mich zu konzentrieren, fast so, als ob irgendwas genommen hätte... Ich erinnere mich auch nicht an alles, es ist vom erinnern fast wie bei einem Traum, aber es war REAL! Ich habe auch nicht alles verstehen können, was sie sagten, bzw es mir merken können. Sie wollen das ich Dir nicht mehr schreibe. Aber wie und woher wollen die das denn wissen? Ist doch mein Handy! Und sie haben mir gedroht. Ich weiß auch was aber das kann ich nicht sagen. Die Männer kenne ich nicht, konnte sie auch nicht erkennen. Nun wird es verrückt, denn die hatten keine Gesichter. ???

Aber es war REAL! Ich weiß das es das war und das macht mich so fertig, weil ich nun überlege was eigentlich Flashback, Traum und Real!?

BITTE SAG MIR DAS DU MICH VERSTEHEN KANNST! Oder werde ich verrückt?

Merle

22.3.17

Merle, ich gehe davon aus, daß das real war. Was mir andere Anteile geschrieben haben, deutet darauf hin, daß Täter vollen Zugang zu dir (zum eurem Körper) haben. Jemand hat mir auch geschrieben, daß die Bedrohung nicht von Anteilen ausgeht. – Ich vermute auch, dir wurde ein Betäubungsmittel gegeben. Die Täter hatten sicherlich irgendwelche Masken (Stoffhauben oder

Wird keiner helfen?

so) auf, sodaß du keine Gesichter erkennen konntest. Und wegen des Betäubungsmittels hast du das nicht erkennen können, sondern nur, daß keine Gesichter da waren.

Es ist ziemlich sicher, daß jemand von euch einwilligt in das, was die Täter tun (zumindest aus Angst einwilligt), und ziemlich sicher geht es darum, daß euer Körper zur Prostitution mißbraucht wird.

Und es gibt sicher andere Anteile, die den Tätern das Handy aushändigen.

Es gibt Möglichkeiten, da auszusteigen – aber nur, wenn die stärkeren Anteile es wollen und zusammenhalten.

Ich denke, daß Amelie für die Täter ein Mittel ist, euch und dich zu erpressen. Daß du stillhältst, um Amelie nicht zu verlieren.

Das Beste wird sein, wenn du diese Mail löscht, gleich, wenn du sie gelesen hast.

Ich halte zu euch – aber ihr müßt selbst entscheiden, wozu ihr die Kraft habt.

Liebe Grüße von Mondrian

22.3.

Ich hatte wirklich sehr gehofft Du verstehst mich! Doch jetzt denkst Du schlecht von mir! Ich tue so etwas nicht!!! Leider hilft mir das nicht, nun fühle ich mich noch schlechter...

22.3.

Merle, DU bist nicht so. Es ist Zwang. Aber du mußt davon ausgehen, daß die Täter DAS mit euch machen, daß sie DIESES Interesse an euch (an eurem Körper) haben. Leider ist das sehr häufig so – es gibt gar keinen anderen Grund, daß sie Mädchen in ihre Gewalt bringen.

Aber es bist nicht du. Ihr alle seid unschuldig daran. Glaub mir!

Mondrian

22.3.

Das möchte ich so gern! Ich brauche Dich! Deine Hilfe! Aber ich kann es nicht ertragen, wenn du denkst, ich bin so...!☹️☹️☹️

22.3.

Liebe Merle, du bist multipel – das weißt du doch. Und es gibt Täter, die jetzt noch Zugriff haben auf deinen Körper. Das weißt du doch auch, oder? Das ist nur möglich, wenn von Kindheit an Gewalt ausgeübt wurde auf dich/euch. Dadurch entstand das Multipel Sein.

Und es gibt andere Persönlichkeiten, die genau für diese Handlungen entstanden sind. Auch wenn sie Grunde auch leiden darunter.

Du mußt versuchen, das zu verstehen.

Mondrian

Wird keiner helfen?

22.3.

Aber warum???????

Andrea⁸³ hat mir heute von meiner Vergangenheit erzählt. Ich habe das nicht mal in meiner Jugend gemacht! Amelies Papa war mein erster Freund, wir waren wohl fast vier Jahre zusammen. Danach hatte ich nur noch Manfred, den ich letztes Jahr kennengelernt hatte. Also Du kannst es mir glauben, ich bin so nicht!!!

22.3.

Diese Männer sind seelisch kaputt. Das ist so. Die meisten Männer sind nicht so – aber es gibt solche, gab sie immer.

Ja, ich glaube, ich verstehe, wie es dir geht. Es ist ekelhaft – und früher wurden Anteile abgespalten, die das durchgemacht haben, damit andere Anteile es nicht fühlen mußten. So funktioniert es, multipel zu werden. Jetzt ist es so, daß auch du es mitbekommen hast. Aber du bist rein, es gibt keinen Grund, dich dafür zu schämen. Es ist Gewalt. Du bist ein Mensch, den ich sehr hoch achte, das spüre ich jetzt schon.

Und deine und eure Unschuld ist eine Kraft, durch die ihr euch lösen könnt im Laufe der Zeit. Schuld sind nur die erwachsene Täter. Vergiß das nie!

Mondrian

22.3.

Das es jetzt wirklich passiert weiß ich seit gestern und kann nicht mehr aufhören mich zu übergeben!!! Das ist so krass in meinem Kopf! Wie bekomme ich das wieder raus?

Warum tun die Männer das aber immer noch?

Wissen die wirklich genau was ich mache? Dir schreibe... zb.?

22.3.

Ob sie wissen, was du machst? Sie sind keine Zauberer. Sie wissen etwas nur, entweder weil eine deiner Persönlichkeit es ihn sagt oder ihnen das Handy aushändigt. Wenn das nicht geschieht, wissen sie nichts.

22.3.

Ich versuche mir die ganze Zeit einzureden, dass es nur ein Traum oder flashback war, doch dann fühle ich genau wie gestern! Ich kann es riechen und schmecken! Es ist so ekelhaft! Und es geht einfach nicht mehr weg!!!!

22.3.

Was tue ich jetzt? Wie geht es wieder aus meinem Kopf? Ich bin so müde, fertig, doch ich kann meine Augen nicht zu machen! Dann sehe ich alles... und ich habe so Angst, was, wenn ich wieder die Kontrolle verliere, die das wieder tun!??? Das bedeutet doch, ich bin nie sicher??? Ich möchte so gern schreien....!!!

⁸³ Jugendfreundin

Wird keiner helfen?

22.3.

Liebe Merle, es ist jetzt eine sehr schwierige Situation. Ich kenne die auch von anderen. – Du (und ihr) kannst aus diesem Schlimmen im Laufe der Zeit aussteigen, aber nur, indem du die Realität anzunehmen lernst.

Ihr seid multipel, und die Heilung und der Ausstieg ist nur möglich, indem ihr lernt, zusammenzuhalten, wieder zusammen zu finden. Dabei braucht ihr Unterstützung, und ich denke, dabei kann ich euch auch per e-Mail unterstützen.

Aber es ist ein Weg, der seine Zeit braucht. Alle deine Innenpersönlichkeiten müssen für sich lernen, was war und wie es weitergehen soll.

Die Hauptsache jetzt ist, daß du nicht verzweifelst und dir etwa antust!!

Es geht jetzt nur Tag für Tag weiter.

Mondrian

22.3.

Warum habe ich es jetzt mitbekommen?

Ich will das nicht! Das ist zu viel! Ich kann nur anhand der Schmerzen erahnen was die mit mir gemacht haben. Aber in meinem Kopf ist soviel los und es ist so unheimlich laut! Wieder so etwas, es zerreißt mich!

Das kann ich nicht ertragen!

22.3.

Merle, es ist immer so, daß irgendwann der Druck in einem multiplen System so sehr ansteigt, daß einzelne Persönlichkeiten den Weg nach außen gehen. – Ihr wart in Kliniken und bei einer Therapeutin, und das hat nichts geholfen. Deshalb hat sich jemand von euch an mich gewandt. Und dann hat sich gezeigt, daß einzelne Persönlichkeiten mit mir in Kontakt kommen wollten, und ich konnte einigen (auch dir) etwas erklären. Deshalb ist Hoffnung entstanden. Und dadurch haben sich auch die Mauern um dich etwas geöffnet – dadurch hast du jetzt etwas von dem Schlimmen miterlebt.

So ist das immer. – Das ist der allererste Anfang des Heilungsprozesses!

Es ist schlimm, es tut weh, aber du kannst es aushalten!

Die Alternative wäre immer nur, daß ihr Jahr um Jahr weiter versklavt seid von den Tätern ... auch wenn du es nicht mitbekommen hättest, weil deine Aufgabe in eurem System wohl ist, die Mutter von Amelie zu sein.

Aber die anderen haben es mitbekommen und sie haben extrem gelitten! – Und auch dadurch ist viel Wut und Haß bei einigen Persönlichkeiten entstanden.. und das kommt dann raus als Schmerzen.

Bitte, versuch, das zu verstehen.

Mondrian

Wird keiner helfen?

22.3.17

Merle, ich möcht gern für heute aufhören. Morgen bin ich wieder am Rechner, ok!
Gib nicht auf! Es ist zu schaffen! Versuch, die anderen zu fragen, was sie dir raten.
Liebe Grüße von Mondrian

23.3.17 15:46

Merle, wie geht es dir?
Mondrian

23.3.17 16:01

Hallo Mondrian,
Bitte entschuldige.
Es geht mir nicht gut. Es tut mir leid...
Merle

23.3.17

Gib nicht auf! Du bist auf dem Weg und kannst es schaffen!
Ich halte zu dir und euch.
Mondrian

23.3.17

Mondrian, Danke für Deine lieben Worte und das Du schreibst.
Aber leider bin ich hier ganz allein! Allein mit allem! Und das alles ist einfach zu viel! Nicht
auszuhalten... ich weiß einfach nicht weiter!
Merle

23.3.17 Merle

Du bist nicht allein. Die anderen haben nur noch nicht den Weg gefunden, sich dir zu nähern.
Und du nicht zu ihnen. Es ist ganz wichtig, daß du diese Meinung überwindest, du seist allein.
Ihr seid Viele, und darin liegt Lebenskraft und Zukunftskraft. Es ist so. – Ruf nach innen, wie sie
dir helfen können. Frag sie. Sie können antworten, sind es nur nicht gewohnt.
Mondrian

23.3.17 19:50 Merle

Wie soll ich das verstehen? Die in mir sind doch überhaupt erst Schuld daran! Welche sind so
dumm und andere quälen mich! Das soll für mich eine Hilfe sein!?
Tut mir leid, aber ich verstehe Dich nicht.
Ich hatte gehofft, dass Du mir helfen kannst.
Merle

Wird keiner helfen?

23.3.17

Nein, Merle, es ist anders. – Schuld sind andere Menschen, Täter. Sie haben dich (den Körper) vermutlich schon seit der Kindheit böse behandelt. Dadurch entstanden Innenanteile. Diese Innenanteile leiden unter den Tätern und unter ihren Erinnerungen. Aber sie verstehen nicht, wie das zusammenhängt. Sie machen dich verantwortlich, weil sie denken, daß du Schuld bist an ihrem Leid. – In Wirklichkeit seid ihr alle Opfer. Und es ist wichtig, daß ihr euch kennenlernt, um euch gemeinsam schützen zu können von den Tätern.

Die Innenpersonen sind nicht dumm, sie wissen nur nicht, wie das zusammenhängt. sie sind eigentlich Kinder! – Außerdem haben die Täter sie belogen. Ich bin sicher, daß die Täter ihnen eingeredet haben, daß du Schuld bist "an allem"!

Aber nicht alle innen sehen das so. Es gibt welche, die dich nicht quälen, sondern die auf deiner Seite stehen (Amanda, Ingrid, Sonja und vielleicht noch andere). Ihr müßt euch als erstes zusammenschließen.

Bitte glaub mir, daß ich weiß, was ich sage. So ist der Weg, auf dem ein gutes Leben möglich wird. – Ihr seid multipel, seid alle isoliert voneinander, und ihr solltet lernen, daß ihr nur gemeinsam den Körper schützen könnt.

Viele andere in eurer Situation haben das gelernt und konnten dadurch heilen.

Bitte glaub es mir.

Mondrian

23.3.17

Entschuldige bitte das ich Dir so auf die Nerven gehe, aber ich habe eine wahrscheinlich blöde bitte an Dich. Ich kann wirklich nicht mehr! Bin so müde! Habe so Angst!

Würdest Du bitte so ca zehn Minuten mit mir reden, mir einfach irgendwas erzählen, damit ich einschlafen kann, keine Angst haben muss. Bitte!!!!

Amelie schläft, sie ist vorhin zwei Stunden Inliner gefahren, total ausgepowert.

Bitte! Aber ich kann nicht sprechen...

23.3.17

ok, ich rufe an! bis gleich.

23.3.17

Prima Danke. Ich würde anrufen, habe guten Tarif

[Telefonat, wobei wegen des Mutismus nur ich sprach]

23.3.17

Gut! wir können das gern ab und zu machen, wenn es dir hilft. – Jetzt geh ich ins Bett ... Versuch zu schlafen! Gute Nacht! Und bis morgen.

Mondrian

Wird keiner helfen?

24.3.17 6:50

Hallo Mondrian,

Danke, danke, danke!

Du hast eine sehr liebe, sanfte und beruhigende Stimme. Es hat mir sehr geholfen, bin direkt eingeschlafen.

Wenn ich aber ins Bett gehe, dann schaue ich vorher immer nach Amelie. Und wenn, dann ist es wohl besser, ich rufe an. Denn ich habe einen guten Tarif.

Ich bin Dir so dankbar!

Danke!

Liebe Grüße Merle

24.3.17 16:23

Merle, ich will dir (und wer es noch liest) nur sagen, daß ich heute (und morgen) wieder Nachtdienst habe und deshalb ab etwa 19h nicht mehr am Rechner bin. Dann wieder morgen!
Mondrian

24.3.17 16:59

Sie gehört uns! Wir kontrollieren sie! Du kannst nichts dagegen tun!

24.3.17 18:12

Bitte helfe

24.3.17

Hallo, ich kann jetzt nichts machen, aber es wird besser werden, Schritt für Schritt. Gebt die Hoffnung nicht auf. Und helft euch gegenseitig.

Mondrian

26.3.17 23h

Die haben also doch recht! Ich bin allein! Mir wird niemals jemand helfen! Ganz egal ob ich es wen sage. Ganz egal wie alt ich bin. Immer bin ich allein, nie wird Hilfe kommen! Ich habe keine Chance!

27.3.17

Hallo du,

nein, die haben nicht recht! Wenn ihr innen zusammenhaltet, dann könnt ihr gemeinsam hilfe finden für euch und für den Körper. Das weiß ich – und ich kann euch dann dabei helfen. Aber erst müßt ihr innen miteinander sprechen!!

Mondrian

Wird keiner helfen?

27.3.17 14:30

Hallo Mondrian,

ich versuche doch alles! Doch es funktioniert nicht! Keiner will vernünftig mit mir sprechen! Sind nur wütend auf mich! Überall nur Wut, Hass und Schmerz!

Wirst Du mich also allein lassen!?

Ich weiß nicht was ich wie tun soll!

Merle

27.3.17

Hallo Merle,

ich bin froh, daß ich wieder von dir höre!!

Es liegen so viele Jahre hinter euch, in denen ihr mit der Spaltung überlebt habt. Jede von euch hat ihren ganz eigenen Kampf gekämpft – und diese Isolation wurde von den Tätern ja auch gewollt und verstärkt. Deswegen dauert es jetzt, bis die Anteile es verstehen, bis sie vor allem Vertrauen haben, daß es gut sein könnte, sich zu verbünden mit anderen innen.

Aber ich hab's jetzt schon einigen Anteilen gesagt und werde das immer wieder machen. Es gibt auch schon einige, die es verstanden haben – auch wenn die Kraft noch nicht ausgereicht hat für die Suche nach den anderen innen.

Und ich vermute, daß einige der Anteile von den Tätern auf dich gehetzt worden sind. Du bist wohl im Alltag meistens draußen, und die Täter wollten eine Möglichkeit haben, dich unter Druck zu setzen. Deshalb haben sie den anderen gesagt, daß du "schuld bist an allem". Die Anteile müssen erst verstehen lernen, daß das falsch ist.

Schuld haben nur die erwachsenen Täter außen!

Die andere Merle hatte mir früher mal angeboten, einen Klinikbericht zu schicken, damit ich vielleicht etwas mehr verstehe. Falls du das auch ok findest, könntest du es machen, auch einen Bericht der damaligen ambulanten Theapeutin. Mittlerweile denke ich, es könnte mir ein bißchen helfen zu verstehen, wie TherapeutInnen bisher mit euch umgegangen sind.

Es geht weiter! Verlier bitte nicht die Hoffnung – dazu gibts keinen Grund. Es gab schon einige kleine Schrittchen in den letzten Wochen!

Und ich werde dich und euch nicht allein lassen, nein! Ganz bestimmt nicht.

Liebe Grüße von Mondrian

27.3.17 Merle

Ich habe eben gelesen, dass die bösen Männer mich wieder hatten!

Wie soll ich das denn machen, dass ich nicht mehr wechsel? Ich habe so sehr versucht die Kontrolle zu behalten!

Wie soll ich das aushalten?

27.3.17 Merle

Hier die Berichte...

Aber bitte niemanden etwas erzählen!!!!

Wird keiner helfen?

27.3.17 Merle

PS und wenn es in den Berichten auch so klingt, ich bin NICHT VERRÜCKT!!!!

27.3.17 Merle

Merle, du kannst das Wechseln nicht alleine verhindern. Noch sind andere stärker in dir, die schieben dich weg in solchen Situationen. – Deswegen sag ich ja, die anderen können verstehen lernen, daß es einen anderen Weg gibt. Daß sie sich mit dir verbünden können.

Auch diese anderen haben keinen Spaß an dem, was die Männer machen. Aber sie haben Angst. Sie sind unterdrückt worden und denken, es gibt keinen Ausweg.

Zu den Berichten (danke!!): Nichts daran hat mit Verrücktsein zu tun!! Die Darstellungen dort sind sehr nuanciert. Die Leute in der Klinik haben kaum Erfahrung mit DIS, aber offensichtlich haben sie das ernstgenommen – im Rahmen ihrer Kenntnisse. Die Berichte zeigen jedem, der mit traumatischen Frühstörungen zu tun hat, worum es bei dir/euch geht. Sind meiner Meinung nach eine gute Grundlage für Arbeit in einer Traumafachklinik.

Die Berichte werden mir jetzt doch helfen, mir dein/euer Leben vorzustellen. Dadurch kann ich auch besser eingehen auf Innen-Persönlichkeiten.

Die Berichte wird niemand außer mir lesen, das ist selbstverständlich.

Mondrian

27.3.17 Merle

Wenn ich die Wechsel nicht verhindern kann, wie soll ich mich schützen?

27.3.17

Merle, du gehörst zu einem dissoziativen, multiplen System! Das weißt du doch, oder? Viele gehören zu deinem Körper. Deshalb müssen zumindest einige von euch, die stärksten, zusammenarbeiten, zusammenhalten, um den Körper zu schützen – um dich und euch zu schützen.

Das würde FÜR ALLE Schutz vor Gewalt bedeuten.

Deswegen sag ich immer wieder, zu allen, ihr müßt euch gegenseitig rufen und miteinander in Kontakt kommen.

Ich hab im 3. Bericht gelesen, daß dir das schon die Therapeuten in der Klinik gesagt haben – erinnerst du dich nicht?

Mondrian

27.3.17 Merle

Du wirst mich allein lassen!

27.3.17

Merle, ich werde dich nicht allein lassen! Ich werde euch nicht allein lassen! – Aber ich bin kein Zauberer, ich kann das nicht für euch machen, was ihr selbst machen müßt. Aber ich werde es dir und euch immer wieder sagen, und ich glaube fest daran, daß wir gemeinsam Wege finden,

Wird keiner helfen?

es umzusetzen. Ich hab mir grad heute ein neues Fachbuch besorgt, das ich noch nicht hatte, um vielleicht wieder etwas Neues zu finden, das nützlich sein könnte.
Hab keine Angst, ich lass dich nicht allein.
Mondrian

27.3.17 Merle

Ja, ich erinnere mich seit heute morgen an nichts... ich habe Angst!!!

27.3.17 Merle

Guck dich um in der Wohnung.. weißt du, wo du bist? Versuch, dich durch Alltags-Sachen in die Gegenwart zu bringen. Wo ist denn Amelie? - Weißt du, was du morgen machen wirst? Solche Gedanken könne helfen, stärkter in die Gegenwart zu kommen.

27.3.17 Merle

Ich weiß, ich bin zu Hause. Aber alles ist fremd! Amelie ist laut meinem Kalender bei Papa. Ich habe die Mails im Handy gelesen, aber verstehe es nicht. Die Berichte konnte ich nicht lesen, da passieren schreckliche Dinge mit mir. Ich verstehe nicht was mit mir passiert! Es ist so laut in meinem Kopf! So böse!

Mir schreiben Menschen per Whatsapp, ich kenne sie nicht...
Was soll ich hier tun?

27.3.17 Merle

Ach, ich glaube, du solltest wirklich endlich eine Therapiezeit in einer richtigen Trauma-Fachstation machen können. War dass nicht geplant hier in der Uniklinik?
Aber ich verstehe nicht, wieso dir nicht Andere innen helfen können. - Amanda, wo bist du?
Ingrid?!
Mondrian

27.3.17 Merle

Ja ich verstehe schon! Es ist Dir zu anstrengend! Kann ich verstehen. Ich weiß auch nicht was los ist! Und das beste ist, ich habe das Gefühl, ich brauche ganz dringend Deine Hilfe, aber ich weiß nicht mal wer Du bist!

Schon klar, ich bin mit dem ganzen Mist hier allein! Muss allein klar kommen!

27.3.17 Merle

Nein, Merle, du hast es falsch verstanden! Ich bleibe bei dir - und ich würde dir und euch sehr gerne viel, viel mehr helfen. Aber es geht nicht. Das wichtigste, was ich zur Zeit tun kann, ist, daß ich als verlässlicher Gesprächspartner da bin und da bleibe. Für alle Anteile von dir!
Du und ihr breuacht aber noch andere Unterstützung, die ich euch beim besten Willen nicht geben kann, so über Mails, aus der Entfernung!
Du hast sicher viele Jahre lang von den Tätern eingeredet bekommen, daß du ganz allein bist und daß dir niemand hilft. Aber das stimmt nicht. Es gibt Hilfe. Und ich werde nicht der einzige

Wird keiner helfen?

sein, der dich und euch unterstützt.

Aber es geht nur Schritt für Schritt. – Und eine kompetente Traumatherpaie vor Ort ist einer dieser Schritte.

Wir werden uns mit der Zeit besser kennenlernen, bestimmt! Hab doch bitte noch Vertrauen.
Mondrian

27.3.17 Merle

Was soll ich denn machen? Ich bin so müde! Aber immer wenn ich meine Augen schließe, passieren ganz schlimme Dinge! Das macht mir Angst!

27.3.17 Merle

Du könntest versuchen, diese inneren Bilder aufzuschreiben. Du kannst sie mir schicken. – Das kann helfen, weil es dir zeigt, daß es Erinnerungen sind, keine Tatsachen von heute. Und wenn jemand anders sie kennt und du merkst, er hält weiterhin zu dir, ist auch das eine wichtige Erfahrung!

27.3.17 Merle

Nein, nein, nein! Das ist zu schlimm!

27.3.17 Merle

Ich will das nicht sehen! Das ist falsch! Da stimmt etwas nicht! Wenn ich das sehe, dann fühle ich das auch und ich rieche es und es ist ein ekliger Geschmack in meinem Mund. Das soll aufhören! Bitte.... ich möchte doch nur schlafen!

27.3.17 Merle

Du hast recht. Wenn es so konkret ist, dann wäre es zu schlimm, es aufzuschreiben. – Stell dir vor, du hast einen Tresor mit Schlüssel – und in den verschließt du diese inneren Filme, mit allen ihren Begleiterscheinungen. Wie Filmstreifen. Versuch das! Du mußt es sicher üben, aber wenn du es immer wieder machst, könnte es funktionieren.

27.3.17 Merle

Okay, ich werde das versuchen.

Doch was mache ich jetzt? Ich kann nicht mehr! Habe keine Kraft mehr! Muss schlafen... von dem abgesehen, ist es hier nicht sicher!

Bitte, kannst Du helfen?

27.3.17 Merle

Bitte

27.3.17 Merle

Siehst Du, ich bin allein! Keiner kann mir helfen!

Wird keiner helfen?

27.3.17 Merle

Merle, wegzuziehen wäre sicher gut, aber auch das kannst du nur machen, wenn andere Anteile es mittragen. Das ist für alles Weitere der erste Schritt!

Nein, du bist nicht allein. Du sagst es immer wieder – aber es stimmt nicht. Man hat es dir eingeredet. Du gehörst zu den anderen Anteilen und ihr könnt euch zusammentun und zusammenarbeiten. Und dann auch nach außen etwas ändern am Leben.

Liebe Merle, jetzt möchte ich für heute tschüs sagen und den Rechner ausschalten. Morgen bin ich wieder da und werde dir und allen anderen auf Mails wieder antworten.

Ich denk an dich... und hoffe, du kannst doch etwas schlafen!!

Bis morgen!

Mondrian

27.3.17 Merle

Danke! Aber ich kann nicht schlafen! Ich hatte auf Hilfe gehofft! 😊

27.3.17 Merle

[Hat versucht anzurufen, da war ich beim Nachtspaziergang]

27.3.17 Merle

Du hast mich allein gelassen! Ich habe so Angst! Ich hatte Dir geglaubt... ! 😊

[Ich zurückgerufen, nicht abgenommen]

27.3.17 Merle

Ich hab dich nicht alleingelassen! Ich war nur auf einem kleinen Spaziergang mit meiner Freundin, da hast du angerufen.

Bis morgen!

Mondrian

27.3.17 21:30

Bitte hilf mir!

27.3.17 23.17h

Es sind zu viele Männer. Bitte hilf mir!

28.3.17 Merle

Hallo,

Entschuldige bitte, aber ich weiß nicht wen ich fragen kann...

Was ist mit mir?

Wird keiner helfen?

Es passiert seltsames. Es war gestern schon so, morgens, ich bin dabei mich zu orientieren, plötzlich bin ich wo ganz anders und es war Abend.
Jetzt wieder, ich weiß noch, ich konnte die ganze Zeit nicht schlafen, hatte Angst. Und eben stehe mit Jacke komplett angezogen da, war vermutlich draußen???. Aber ich erinnere mich nicht wo!!!!
Bitte hilf mir!
Merle

28.3.17 Merle

Hallo, – wer bist du denn? Bist du die Merle, mit der ich gestern gemailt habe? – Ich vermute, du bist jemand anders. Dann weißt du vielleicht nicht, daß es Viele gibt, viele in deinem Körper. Und manchmal kommen die einen raus und machen was in der Welt, mal die andern. Was du jetzt erlebt hast, das heißt nur, daß eine andere Persönlichkeit (ein anderer Anteil) den Körper übernommen hat und etwas gemacht hat. Du warst in der Zwischenzeit innen und hast nichts davon mitgekriegt.
Verstehst du das?
Es wäre aber gut, wenn ihr euch gegenseitig kennenlernt und miteinander spricht, dann könnt ihr euch absprechen, wer wann draußen ist. Zusammen seid ihr auch stärker und könnt besser leben in der Welt draußen.
Ich hab mit einigen von euch schon Kontakt. Du kannst mir gern auch schreiben und ich möchte gern auch deine Fragen beantworten.
Gruß Mondrian

28.3.17 Merle

Ich denke Du kennst mich?

28.3.17

Bist du die Merle, mit der ich gestern gemailt habe? Dann kenne ich dich. – Ich kenne nur einige von euch, nicht alle.

28.3.17 Merle

Ja! Es gibt doch nur mich!

28.3.17 Merle

Ich habe Dir gestern abend geschrieben. Auch das ich mich nicht erinnern kann. Aber jetzt bin noch verwirrter!

28.3.17 Merle

Ok, Merle, entschuldige meinen Irrtum! Ich hatte mich nur gewundert wegen deiner Frage. Du weißt doch, daß Viele in deinem Körper sind. Und manchmal bist du eben nicht draußen, sondern andere sind draußen. So war es auch jetzt – deswegen erinnerst du dich nicht.
Mondrian

Wird keiner helfen?

28.3.17 Merle ⁸⁴

Ich verstehe das nicht!

Ich habe eine Tochter. Amelie hat mir eine SprachNachricht per Whatsapp geschickt. Sie ist meine Tochter! Aber ich fühle es nicht! Was also stimmt nicht mit mir?

28.3.17 Merle

Liebe Merle, du mußt vieles erst lernen über deine Situation. Ich möchte dich gern dabei unterstützen. – Das mit dem Fühlen hat auch mit dem Viele Sein zu tun. Multipel sein (Viele sein, oder: DIS), das heißt, Erinnerungen oder auch Gefühle werden verschieden aufgewahrt im Hirn. Bestimmte Gefühle sind bei einem Anteil, andere hbeim anderen. Bestimmte Inhalte beim einen, andere wieder bei einer anderen Innenpersönlichkeit.

Wahrscheinlich haben verschiedene Anteile von dir (euch) mit Amelie zu tun. Und jetzt scheint es so zu sein, daß der Anteil, der die Gefühle als Mutter hat, sich nach innen zurückgezogen hat – und du bist ein Anteil, der für anderes zuständig ist.

Das ist schwer zu verstehen, ich weiß, aber es ist wichtig, es zu wissen.

Deswegen hatte ich dir (und auch anderen in dir) schon so oft vorgeschlagen, Kontakt miteinander aufzunehmen. Wenn ihr innerlich näher zusammen sein, dann könnt ihr Gefühle und Erinnerungen miteinander teilen.

Mondrian

28.3.17 Merle

Ich glaube Du verstehst mein Problem nicht. Ich bin doch Amelie Mama! Aber ich fühle nicht so!

Ich kann mich nicht erinnern! An nichts! Alles ist mir fremd!

Ich werde jetzt raus gehen, mich umschauchen...

Vermutlich kannst Du mir nicht helfen, keiner kann es!

Merle

28.3.17 Merle

Merle, ich verstehe dein Problem genau. Aber du hast noch nicht verstanden, daß du viele bist.

Es gibt mehrere Persönlichkeiten in deinem Körper. Und Gefühle oder Erinnerungen sind verteilt auf diese Persönlichkeiten.

28.3.17 Merle

Richtig! Wie soll das gehen? Ich bin doch Ich!?

⁸⁴ Hier zeigt sich, daß Merle die plötzliche Erfahrung mit der Tätergewalt (21./22.3.) abgespalten hat, weil sie sie nicht aushielt. Sie ist jetzt (wieder) nur die Außenpersönlichkeit (ANP) und Mama von Amelie. Zugleich wurden dabei andere Empfindungen (für die Tochter) abgespalten, die aber im Laufe der Zeit wieder zutage traten. (Vgl. das Modell der Strukturellen Dissoziation der Persönlichkeit.) – Meine folgende Vermutung, daß dies bereits ein ganz anderer Anteil sei, war nicht richtig, allerdings kam in dieser Zeit Doris ins Außen, die aufgrund ihrer Kompetenzen (Erkenntnisinteresse) das gemeinsame Nachdenken mit mir übernehmen sollte.

Wird keiner helfen?

28.3.17 Merle

Ja, du bist du. Aber in einem Körper können mehrere ICHs sein. Das passiert, wenn der Körper in der Kindheit sehr Schlimmes erlitten hat. Dann konnte ein ICH das nicht aushalten – deshalb entstanden mehrere ICHs, und jedes ICH hat bestimmte Erinnerungen und Gefühle gespeichert. Und diese ICHs leben weiter in dem Körper...

So ist es auch bei euch. Und du bist eines dieser ICHs.

Merle, ich bin jetzt etwa ne halbe Stunde nicht in der Wohnung. Danach kann ich dir wieder antworten!

Mondrian

28.3.17 Merle ⁸⁵

Leider weiß ich nicht was ich damit anfangen soll.

Laut meinem Kalender/Planer im Handy begleite ich jede Woche Mittwoch Amelies Klasse zum Schwimmen. Das wird morgen ein Problem, denn ich weiß nicht, kenne keinen... ???

28.3.17 Merle

Merle, es ist unbedingt nötig, daß du dir Gedanken machst über das Viele Sein!

Ich denke, in deinem System (das sagt man zu dem Ganzen, wenn jemand multipel ist) hat sich in den letzten Monaten etwas geändert. Ich vermute, es gibt innen den Willen, von den Tätern wegzukommen. Deswegen hat jemand auch mich kontaktiert. – Deine Aufgabe ist sicher, in der Außenwelt zu sein. Dazu mußt du jetzt lernen, was es heißt, Viele zu sein.

Morgen wird es entweder so sein, daß jemand anders den Körper übernimmt und mit Amelie zum Schwimmen geht. (Das heißt, du wirst dann davon wahrscheinlich nichts mitkriegen.) Oder aber niemand außer dir macht das – dann gibt es vielleicht wirklich das Problem, daß du keine Ahnung von den Umständen hast. Es wäre gut, wenn du deswegen jetzt nach innen FRAGST, wer dir dabei hilft, morgen. Versuchen mußt du es – auch wenn wir nicht wissen, ob jemand antwortet.

Ich weiß, daß es Anteile in dir gibt, die sich mit dem Multipelsein besser auskennen.

Mondrian

28.3.17 Merle

Du machst mir Angst!

28.3.17 Merle

Ich habe eh schon genügend Angst!

Ich hatte wirklich gedacht, Du hilfst mir!

⁸⁵ Ab jetzt profiliert sich sacht die spätere "Doris" im Außen, hier wohl noch neben der Merle-Mama (Co-Bewußtsein). (Diese Einzelheiten verstand ich allerdings erst retrospektiv!)

Wird keiner helfen?

28.3.17

Merle, es ist dein Leben!! – Ist dir denn garnicht bewußt, daß es viel Schlimmes in deinem Leben gab (und gibt)? Hilfe kann jetzt nur sein, daß du lernst, wie es aussieht in deinem Leben. Wieso du in den Kliniken warst.

Du warst und bist nicht "verrückt" oder sowas, sondern du bist extrem schlimm behandelt worden – und wahrscheinlich auch jetzt noch. Es gibt andere innen, die dir helfen können, das zu verstehen. Und ich will dir gern auch dabei helfen.

Mondrian

28.3.17 Merle

Richtig, ich kann nicht schlafen, weil dann Schlimmes passiert. Aber das sind doch nur Träume!?

28.3.17 Merle

Teilweise können es Erinnerungen sein an Schlimmes, was früher passiert ist. Aber ich fürchte, es geschieht auch jetzt noch. Eine andere Innenpersönlichkeit muß es aushalten – und du kriegst es nur als "Traum" mit.

Leider deutet alles darauf hin, daß es so ist.

Und genau deshalb solltet ihr euch zusammenschließen – um einen Ausweg zu finden.

Mondrian

28.3.17 Merle

Es tut mir leid, wahrscheinlich bin ich zu blöd! Aber ich verstehe nicht! Was soll ich denn tun?

Wirst Du mich nun damit allein lassen?

28.3.17 Merle

Merle, ich werde dich nicht allein lassen. Ich weiß, daß es schwer ist, sowas zu glauben und die Konsequenzen daraus zu ziehen.

Aber ich kann dir jetzt nur helfen, indem ich dich bitte, diese Sachen nicht wegzuschieben. Du willst nichts davon wissen, und einmal hast du mir geschrieben, du willst keinen Kontakt mit den anderen Anteilen, weil du nichts von dem Schlimmen wissen willst.

Aber wie soll es sonst weitergehen? – Dein Mutismus (daß du nicht reden kannst), daß du Sehprobleme hast, daß du Zeit verlierst, Erinnerungen verlierst.. das kann alles nur besser werden, wenn du dich auf den Weg machst, zusammen mit den anderen Anteilen, und dein Leben in die Hand nimmst.

Es gibt welche in dir, die genau deshalb wütend sind: weil du dich nicht darum kümmerst..

Mondrian

28.3.17 Merle

Okay, jetzt verstehe ich! Ich habe zwar keine Ahnung was hier los ist und was mit mir passiert! Aber ich bin Schuld!

Wird keiner helfen?

Ich hätte wirklich Deine Hilfe gebraucht, aber ich werde Dich nicht mehr Nerven? Ich werde niemanden mehr Nerven! Merle

28.3.17 Merle

NEIN!!!!!!!!!!!!!!!!!!!! Du bist an nichts schuld!!!!!!!!!!!!

Es gibt etwas zu lernen, Merle! Genauso wie Amelie und jeder andere Mensch, ich auch, so muß auch du was lernen. Und du bist nicht allein damit. Ich unterstütze dich und später auch andere! Bitte, paß auf dich auf! Und laß uns weiter drüber reden (schreiben)! Bitte!

Du bist kostbar und wert, ein gutes Leben zu finden.

Mondrian

28.3.17

Hallo Mondrian,

sie erinnert sich nicht! Hat Angst, Wut und Schmerzen!

Sie hat das Schreiben des Uniklinikums bekommen. Der "DiagnoseTag" ist erst am 8.6.! Das bedeutet für sie, sie ist Ostern hier! Amelie wird mit Papa wegfahren. Sie wird wieder hier sein, nicht in Sicherheit!

Vermutlich ist das einfach alles zu viel?

Leider kann ich nicht viel tun, habe nicht viel Zeit...

????

Grüße Berit

28.3.17

Hallo Berit,

danke für deine Infos. Ich kann jetzt wohl nur versuchen, in dieser Zeit im Kontakt mit ihr zu bleiben. Damit sie sich nicht so allein fühlt. – Es wäre so wichtig, wenn sie Kontakt bekommt zu anderen von euch! Weißt du, wie ich dazu beitragen kann?

Danke!

Mondrian

28.3.17 Berit

Ja, lassen Sie sie bitte nicht allein!

Die kleinen werden sich wohl nicht mehr bei Ihnen melden. Die haben zu viel Angst, vor den Männern! Die drohen mit schlimmen Strafen.

Die anderen, es wird schwer, ich denke, alle haben unheimlich große Angst!

Das Problem vom Körper ist, dass keine Kraft mehr vorhanden ist. Sie muss dringend schlafen!

Vermeidet es aber aus Angst.

Mir ist klar, dass es anstrengend ist, doch bitte helfen Sie ihr. BITTE!!!

Berit

Wird keiner helfen?

28.3.17 Berit

Ich helfe ihr unbedingt, so gut ich kann! – Aber es kann sich dennoch nichts wirklich ändern, wenn nicht andere von euch den Mut finden und zusammenarbeiten mit ihr.

Gruß Mondrian

28.3.17 Merle ⁸⁶

Hallo Mondrian,

Es tut mir leid! Ich wollte nicht so sauer auf Dich sein. Bitte verzeih mir

Ich bin jetzt wieder zu Hause. Draußen ist es schlimmer als drinnen. In meinem kleinen Büchlein steht etwas von einem "sicheren Ort". Das soll mir helfen schlafen zu können.? Kennst Du das?

Merle

28.3.17

Hallo Merle,

ich war dir nicht böse!! – Ja, ein sicherer Ort kann außen sein oder im Innen. Es ist ein Ort, wo sich jemand sicher fühlt. Ob es deine Wohnung ist, weiß ich nicht, ich vermute nicht. Aber Anteile von Menschen mit DIS (wie du es bist) können sich im Innen einen Sicheren Ort bilden, indem sie sich ihn vorstellen: eine Insel oder ein Nest, oder eine Blumenwiese oder sonstwas. Meist ist es aber etwas für die Innenkinder, die zuviel Angst haben, um draußen zu sein. Aber vielleicht auch für dich?

Mondrian

28.3.17 Merle

Kannst Du mir bitte dabei helfen?

28.3.17 Merle

Du mußt es selbst probieren ... von einem friedlichen Ort träumen, ihn dir vorstellen ... daß du dort wärst ... daß du dort schlafen kannst in Ruhe ... und daß dieser Ort in dir ist ... daß du dich ganz nach innen verkriechen kannst, und da kommt niemand ran ... Oder vielleicht hat Amelie Plüschtiere und du kannst sie mit ins Bett nehmen und dir vorstellen, daß sie dir Ruhe geben. Plüschtiere sind meistens Sichere Orte für Kinder.

28.3.17 Merle

Habe es schon mehrmals probiert! Und ein Kuscheltier habe ich auch schon!

28.3.17 Merle

Ja, du kannst es nur weiter so probieren. – Vielleicht gibt es dir auch ein bißchen Sicherheit, daß du weißt, du kannst jeden Tag Mails mit mir schreiben? Ich lebe zwar woanders, aber ich denk

⁸⁶ Hier zeigt sich das Erkenntnisinteresse, die Lernbereitschaft, die zu Doris gehört. Zu diesem Zeitpunkt schrieb sie auch noch "Merle" in die Mails und ich war manchmal irritiert. Später vereinbarten wir eine Umbenennung.

Wird keiner helfen?

an dich.
Mondrian

28.3.17 Merle

Danke! Nur leider hilft mir das gerade nicht!
Ist doch egal...!

28.3.17 Merle

Egal ist gar nichts. Hilfe geschieht in ganz winzigen Schritttchen. Es ist ein Unterschied, ob du denkst, NIEMAND denkt an dich (außer Amelie), NIEMANDEM ist es wichtig, daß es dir besser geht – oder ob du weißt, es gibt da jemanden auf der Welt. Und es gibt auch innen Anteile, denen daran gelegen ist, denen du wichtig bist. Mehr können sie wohl jetzt nicht machen. Aber es gibt sie. Du bist nicht allein. Es wird weitergehen.
Mondrian

28.3.17 Merle

Warum soll es denn weitergehen?
Du sagst Du bist da, dafür bin ich Dir auch sehr dankbar! Doch trotzdem bin ich hier ganz allein! Mit dem Chaos! Nichts mehr zu wissen... Schmerzen! Ich fühle nur Wut! Bin so müde, doch kann nicht schlafen! Habe furchtbare Angst! Und das allerbeste, ich kenne nicht mal mein eigenes Kind!
Was soll ich also noch?

28.3.17 Merle

Ich kann dir darauf keine Antworten geben. Der Wille zu leben, der Wille, ein gutes Leben zu finden für dich und mit Amelie, der Wille, dafür auch zu lernen, das alles muß irgendwann in dir und euch entstehen – diesen Willen zu leben kann ich dir nicht "geben", und niemand kann das von außen.
Mondrian

28.3.17 Merle

Ach und, offenbar gibt es Menschen, denen es Freude macht, mich zu quälen!

28.3.17 Merle

Ja, leider gibt es die – und hat sie wohl seit deiner frühen Kindheit gegeben. Das ist die Ursache für das Multipelsein. Du hättest es anders nicht aushalten können.

28.3.17 Merle

Merle, ich würde gern jetzt aufhören für heute. Ich gehe nochmal ein bißchen spazieren mit meiner Freundin und dann ins Bett – weil morgen wieder Spätdienst ist. Trotzdem bin ich morgen tagsüber am Rechner.

Wird keiner helfen?

Bis dann!

Mondrian

28.3.17 20:40 Merle

Ich möchte nicht mehr weinen müssen!

28.3.17 21:14 Merle

Warum hilfst Du mir nicht?

28.3.17 21:37 Merle

Jetzt, wo ich wirklich dringend jemanden brauche, bin ich allein! Du lässt mich auch allein!

28.3.17 22:34 Merle

Nur schlafen und sicher sein. Bitte

29.3.17 13:17 Merle

Hallo Mondrian,

Warum hast Du mich allein gelassen?

Ich war beim schwimmen und habe jetzt Amelie bis um vier bei mir, dann muss ich sie zu ihrem Papa bringen. Sie ist total süß!

Merle

29.3.17 Merle

Hallo Merle, ich hab dich nicht allein gelassen! Was meinst du denn?

Aber ich bin in Berlin, weit weg – ich kann jetzt nicht mehr tun als dir per Mail Hinweise geben.

Aber ich bleibe da und später kann ich dich und euch sicher auch noch anders unterstützen.

Schön, daß es mit Amelie und dem Schwimmen gut ging!! Siehst du, es kamen doch von innen die Informationen dazu.

Mondrian

29.3.17 Merle

Du warst einfach weg! Ich wollte doch nur schlafen. Und nein, es kamen keine Informationen!

Alles war fremd! Alle kennen mich und ich kenne keinen!

29.3.17 Merle

Ach so ... ja, das tut mir leid. Aber ich kann nur immer wieder sagen: du mußt versuchen, Kontakt mit den anderen zu bekommen. Es gibt ja Anteile in dir (zumindest einen), der sich auskennt mit dem Schwimmen, der die Menschen dort kennt.

Und ich kann natürlich nicht ständig am Rechner sitzen und auf eine Mail von dir warten – das verstehst du sicher. Aber sobald ich kann, antworte ich dir.

Jetzt zum Beispiel sitze ich beim Essen und nachher mu ich in den Spätdienst. Wenn ich dann

Wird keiner helfen?

heut abend zurückkomme, guck ich nochmal in den Rechner und kann dann auch noch etwas schreiben.

Ich habe gesagt, daß ich dich nicht verlasse. Das gilt auch! Aber trotzdem kann ich nicht in jeder Minute für dich da sein. Bitte, das muß du verstehen. Ok?

Mondrian

29.3.17 Merle

Ja das habe ich verstanden! Versuche das doch auch! Auch das mit dem sicheren Ort. Doch in mir ist nur böses und Wut!

Es ist so, als ob ich gar nicht hin gehöre! Hier gefangen bin... kann es nicht erklären.

Ich verstehe auch das ich Dich nerve! Es tut mir sehr leid, ich sollte Dich nicht in meinen Wahnsinn mit reinziehen.

Merle

29.3.17

Nein, Merle, mach dir keine Sorgen um mich. Es ist kein Wahnsinn bei dir – und ich kann mich schon abgrenzen, wenn es sein muß. Klar muß ich auch auf mich aufpassen – sonst kann ich niemandem mehr helfen.

Bitte, halte es durch. Machs immer so gut du kannst. Es gibt Innenpersönlichkeiten, die auf deiner Seite stehen!! Nur scheinen die Gewichte innen grad anders zu sein – weil viel Angst innen ist. Das wird sich auch wieder ändern – denn innen hören die auch zu, wenn wir uns austauschen.

Wichtig ist, daß du dann im Klinikum möglichst genau berichten kannst, wie es dir geht, wie das mit den Anteilen läuft. Du kannst dann auch über unseren Kontakt sprechen und daß ich auf jedenfall weiterhin dich unterstütze.

Mondrian

29.3.17 Merle

Klinikum?

29.3.17 Merle

Es war doch geplant, daß du bald mal in die Uniklinik gehst, in die Traumaabteilung.

29.3.17 Merle

Habe ich einen Freund?

Entschuldige bitte die "blöde" Frage

Merle

29.3.17 Merle

In ein Krankenhaus?

Wird keiner helfen?

29.3.17 Merle

Einen Freund wohl nicht, aber du hast mal einen Manfred erwähnt. Da hattest du geschrieben: *Ein Mann, Manfred, mit ihm war ich fast ein halbes Jahr mehr oder weniger zusammen. Er kennt mein Problem, und nutzt es nach wie vor für sich aus! Mit der Begründung, dass er mich ja liebt...☺*

Thema Klinik: Dein Arzt hier hat das wohl organisiert, und es hat auch mit einer Auflage des Vormundschaftsgerichts zu tun, daß du dich um Therapie kümmerst. – Jemand von euch (Berit) hat mir gesagt, daß du das Schreiben bekommen hast mit einem Vorstellungstermin, am 8. Juni. Das Schreiben müßte bei dir sein.

Mondrian

29.3.17

Ah, okay. Gut zu wissen. Ich werde dann mal schauen und mich mal mit Andrea treffen. Ich denke, sie kann mir das meiste über mich erzählen

Zu dem Mann, er war vorhin hier. Wollte rein, sagte er wäre mein Freund. Doch er machte mir Angst!

Merle

29.3.17 Merle

Das klingt für mich so unwirklich, wenn Du schreibst, jemand in mir, hat es Dir gesagt Ehrlich gesagt, verstehe ich es nicht wirklich. Ich versuche es. Wirklich!

29.3.17

Merle, ja, du mußt es wirklich endlich verstehen. So ist es mit dem Multipelsein – und es gibt mindestens sechs Innenanteile von dir, mit denen ich schon Kontakt hatte. Das sag ich dir doch die ganze Zeit.. – und auch, daß es welche gibt, die auf deiner Seite stehen. Die bösen Stimmen kommen von Anteilen, die viel Angst und Wut haben, weil sie leiden und es keine Hilfe gibt. Ich denke, teilweise sind sie auch wütend, daß du sie nicht ernstnimmst, daß du nicht "glaubst", daß es sie gibt.

Es gibt sie aber. Und Berit, die mir das gesagt hat, ist genauso wirklich wie du. – Das Schreiben mit dem Termin müßttest du ja bei dir finden.

Ja, dieser Manfred.. du siehst selbst, daß Grund zu Mißtrauen ist!!!

Mondrian

29.3.17 20:39 Merle

Lieber Mondrian,

Es tut mir leid, dass ich Dich nerve, aber es ist etwas mit mir passiert. Ich habe Amelie um vier zu Papa gebracht und seit dem weiß ich wieder nicht was war. Jetzt bin eben rein gekommen, weiß aber nicht wo ich war. Ich habe Schmerzen, schlimmer als vorher. Und ich habe Kratzer an meinem Körper, möchte nicht sagen wo. Ich habe ehrlich Angst! Was ist mit mir? Bitte hilf mir...

Merle

Wird keiner helfen?

29.3.17 21:29 Merle

Bitte bitte hilf mir! Ich werde verrückt! Ich weiß nicht ob das hier wirklich ist. Bin ich wirklich zu Hause? Alles ist wie ein Film, ein Traum? Kommt mir nicht wirklich vor. Passiert das gerade echt? Bitte hilf mir! Was ist hier los?

29.3.17 21:48

Ich fürchte, daß in der Zwischenzeit eine andere Innenpersönlichkeit den Körper den Tätern ausgeliefert hat. Und jetzt bist du zwar wieder zuhause, aber natürlich verwirrt.

Ich kann dir nur immer das eine sagen: es sind noch andere in dir, die zeitweise den Körper übernehmen. Versuch, mit ihnen in Kontakt zu kommen. Frag sie, warum sie das machen.

Mondrian

29.3.17 Merle

Die sind so wütend! Ich bin so müde! Bitte bitte was soll ich denn tun? Ich möchte bitte schlafen

29.3.17 Merle

Red mit ihnen, frag sie, warum sie wütend sind! Du mußt mit ihnen ins Gespräch kommen – sie gehören zu dir, Merle. Du kannst das nicht länger ignorieren! Ihr müßt gemeinsam einen Weg finden – und ihr könnt ihn gemeinsam finden. Und ich möchte euch dabei unterstützen.

30.3.17 8.40

Hallo Mondrian,

die ganze Zeit versuche ich mit denen innen zu sprechen. Es ist so laut in meinem Kopf! Ich glaube, ich konnte etwas hören. Aber ich weiß nicht ob es wirklich von denen innen ist, oder ich es mir nur einbilde weil ich so müde bin.

Also, ich habe gehört... von einer sehr böse klingenden JungenStimme, dass es sehr viele gibt, die etwas zu erzählen haben, aber nur mit Frau Z. sprechen.

Wer ist Frau Z.?

Habe ich mir das nur eingebildet?

Warum ein Junge?

Merle

30.3.17

Guten Morgen, Merle,

was du mir schreibst, ist ein großer und wichtiger Erfolg!!

Ja, so ist der Anfang des MiteinanderSprechens. Für die anderen innen ist es genauso neu wie für dich, – auch sie sind allenfalls gewohnt, mit jemandem außen in Kontakt zu sein. Trotzdem ist genau dieser Kontakt zwischen euch die Voraussetzung für ein gutes Leben!

Daß jetzt ein Junge mit dir gesprochen hat, heißt erstmal nur, daß es eben auch Jungs in dir gibt.

Das ist nicht ungewöhnlich. Es hat mit den Situationen zu tun, in denen ihr (der Körper) früher war – und von denen du nicht viel weißt. Wahrscheinlich ist der Junge derjenige, der als erster

Wird keiner helfen?

den Mut hatte, mit dir zu reden.

Frau Z. war die Therapeutin in der Klinik XY, das hat mir jemand erzählt. Diese Innenpersönlichkeit hat gesagt, daß mit Frau Z. kein Kontakt mit anderen Anteilen möglich war – aber das war eben doch der Fall – nur hat diejenige es nicht mitgekriegt. Es gab ja in XY nicht so viel Zeit für all das.

Klar, wenn der Junge nur zu Frau Z. Vertrauen hatte, möchte er gern wieder mit ihr reden. Du solltest ihm erklären, daß Frau Z. nicht mehr da ist, daß sie nur in der Klinik damals war – und ihn bitten, mit dir zu sprechen. Und es wäre auch gut, wenn du ihm sagst, daß es mich gibt und daß er mit mir Mailen kann. Du könntest ja auch für ihn schreiben, falls er es nicht selbst kann! So geht es jetzt weiter. – Jedenfalls ist wichtig, daß du immer weiter den Kontakt nach innen anbietest.. du kannst mit denen innen genauso reden wie mit Außenpersonen, nur eben unhörbar, im Kopf.

Ich freu mich sehr über diesen ersten Erfolg!

Mondrian

30.3.17

Hallo Mondrian,

gestern Abend hatte ich Dir geschrieben, dass mir alles nicht wirklich vorkam. Eben war ich für eine Stunde draußen und es ist wieder so. Alles um mich erscheint mir nicht wirklich! Es ist so, als ob ich in einer "Blase" wäre und nur beobachten kann. Menschen sprechen mich an, ich kenne die nicht, sehe das sie sprechen, höre es auch, aber kann nichts damit anfangen.

Was ist mit mir?

Ach und, nur zur Info, ich nehme keine Drogen und trinke nicht! Und Medikamente nehme ich auch keine

Merle

PS ich versuche den Jungen zu erreichen, aber nichts! Vermutlich habe ich es mir doch nur eingebildet.

PPS Danke, dass Du für mich da bist! ☺

30.3.17

Nein, Merle, du hast dir das mit Sicherheit nicht eingebildet mit dem Jungen. Bitte, bleib dran! Das ist ganz wichtig. Aber es ist klar, daß auch die Innenanteile nicht immer "aktiv" sind. Vielleicht hat der Junge auch Angst bekommen. Probier es immer wieder, stell Fragen nach innen. Es gibt ja auch andere, die sich mit dir in Verbindung setzen können. Es ist wichtig, daß die anderen spüren, daß du jetzt offen bist für sie.

Diese Gefühl der Unwirklichkeit ist auch eine Form von Dissoziation, es heißt Derealisierung (wenn dir die Außenwelt wie "unecht" vorkommt) oder Depersonalisation (wenn du selbst dir "unwirklich" vorkommst).

Mach weiter, bemühe dich um Kontakt, und versuch weiterhin zu lernen, was Dissoziation bedeutet, was es bedeutet, multipel zu sein. Vielleicht könntest du auch meinen Infotext darüber mal lesen? <http://www.dissoziation-und-trauma.de/sachinfos/dissoziative-identitaets-struktur->

Wird keiner helfen?

[stoerung](#)

Hast du dich jetzt wieder erinnert an den Termin in der Uniklinik?

Mondrian

30.3.17

Ich habe das gelesen. Und ich habe mich auf der Seite umgeschaut, warum denkst Du das die Täter mir jetzt aktuell noch weh tun? Die nehmen doch nur Kinder! Ich bin erwachsen! 41! Also warum sollten sie?⁸⁷

Merle

[Hier fehlt eine Mail von Merle.]

30.3.17

Was sie für ihre Diagnose machen, weiß ich auch nicht. Aber sicher wurde sowas damals in XY auch gemacht, denn die haben ja auch eine Diagnose im Zusammenhang mit Dissoziation gestellt..

Merle, es kann aber nicht weitergehen mit Heilung, wenn du dich nicht auf sowas mal einläßt! – Die Leiterin der Traumaabteilung dort ist eine seriöse Traumatherapeutin, von deren Arbeit ich viel halte.

In XY warst du dreimal, und die Berichte von dort zeigen, daß sie sich sehr viel Mühe gegeben haben, dir gerecht zu werden! – Das wird in der Uniklinik wahrscheinlich auch so sein, zumal das wirklich eine Traumaabteilung ist.

Wir können die Zeit bis dahin nutzen, indem du noch weiter verstehen lernst, wie deine Situation ist – und dadurch unterstützt du dort auch die ÄrztInnen und TherapeutInnen.

Deine andere Frage, warum ich denke, daß die Täter noch immer Gewalt ausüben: Ich weiß es nicht, aber vieles deutet darauf hin. Zum Beispiel die Verletzungen, die du angedeutet hast. – Es ist leider nicht so, daß solche Täter nur Kinder quälen. Sie fangen an im Kindesalter, aber leider wissen wir, daß sie die jungen Frauen mit DIS oft "benutzen", um Geld mit Prostitution zu verdienen.

Ich weiß nicht sicher, was bei dir der Fall ist, aber andere Innenanteile von dir wissen es mit Sicherheit. Das alles wird klarer werden, wenn die anderen mehr Vertrauen haben – zu dir und zu mir, und vielleicht auch in der Uniklinik.

Mondrian

30.3.17

Ich denke Du IRRST Dich! So bin ich nicht!

Ich brauche Deine Hilfe! Nicht das du so was schlechtes von mir denkst!!!!

Warum tust Du das?

Merle

⁸⁷ Ab hier ist eine Zeitlang wieder stärker die erwachsene Außenpersönlichkeit Merle im Vordergrund, die versucht, sich mit den schlimmen Intrusionen zu befassen. (Doris fühlte sich 12jährig.)

Wird keiner helfen?

30.3.17

Ich denke nichts Schlechtes von dir!!!! Es geht um Gewalt, deren Opfer du warst und eventuell noch bist. Daran bist du nicht schuld. Ich weiß, das ist schwer zu glauben, aber andere innen werden es dir bestätigen.

30.3.17

Tut mir leid, aber das ist zu viel für mich! Wie soll das denn gehen?

Merle

30.3.17

Merle, es geht so, daß Kinder so sehr unterdrückt und gequält werden, daß multiple Persönlichkeiten entstehen. Im Mittelpunkt der Unterdrückung steht sexueller Mißbrauch. Und aus Angst vor den Tätern machen manche der Anteile (Persönlichkeiten) das mit, manche denken, es sei ganz natürlich so. – Ich weiß, wir möchten nicht glauben, daß es sowas gibt, aber leider ist es Realität.

30.3.17

Also tun mir diese Männer jetzt noch weh? Deshalb habe ich so schmerzen und die Kratzer auf der Brust?

Ich habe gelesen, dass die dann auch manchmal "Drogen" oder ähnliches benutzen. Ist mir vielleicht deshalb so übel?

30.3.17

Nein, nein, nein!!!! Ich müsste das doch wissen!!!

30.3.17

Merle, du (oder jemand anders) hat mir vor einer Woche geschrieben:

Ich bin einer Art Keller oder Bunker zu mir gekommen, da waren Männer, drei oder vier. Alle haben mich eingeredet... Waren sehr böse auf mich, mit mir! Es ging mir da schon sehr schlecht, es fiel sehr schwer mich zu konzentrieren, fast so, als ob irgendwas genommen hätte... Ich erinnere mich auch nicht an alles, es ist vom erinnern fast wie bei einem Traum, aber es war REAL! Ich habe auch nicht alles verstehen können, was sie sagten, bzw es mir merken können. Sie wollen das ich Dir nicht mehr schreibe.

Das hatte sich in derselben Nacht ereignet. – Ich vermute da wurde dir ein Beruhigungsmittel gegeben.

Du weißt das alles jetzt nicht, weil es unterschiedliche Anteile von dir erfahren haben. – Auch was ich von der Kindheit geschrieben habe: das haben diese Anteile erlebt (und erlitten), die jetzt noch immer in dir sind und Angst haben und wollen, daß ihnen geholfen wird.

Merle, ich weiß, daß das alles schrecklich für dich ist. Es ist auch schrecklich! Aber es gibt Wege hinaus aus dem allen – und viele andere sind diese Wege gegangen. Ich möchte dich und euch darin immer unterstützen, und die Traumafachleute in der Klinik auch. Du darfst jetzt nicht

Wird keiner helfen?

verzweifeln!

Es geht weiter. Und ich bin froh, daß wir jetzt über all das reden können.

Mondrian

30.3.17

Aber warum?!!!

Warum redest Du noch mit mir, wenn Du doch denkst, dass ich So bin.!!!?

30.3.17

Ach Merle, Liebe, – du bist doch ganz und gar schuldlos an all dem! Es ist nichts Falsches an dir und euch! Schuld haben nur die Täter, die Männer.

Wahrscheinlich gab es Menschen, die dir eingeredet haben, du seist etwas Schlimmes – aber auch nur, um dich weiter unterdrücken zu können. Es ist aber nichts Schlimmes an dir. Du bist rein und ehrbar, du warst und bist ein Opfer dieser Männer. Ich achte dich nicht weniger als ich meine Freundin achte, als ich mich selbst achte!

Glaub mir das bitte.

30.3.17

Mondrian es ist lieb das Du Das schreibst. Doch fühle ich mich nicht so! Du kannst Dir nicht vorstellen wie es mir geht...

Bitte, überleg doch mal was das bedeutet.... !

Merle

30.3.17

Merle, ich weiß. – Es gibt viel Schlimmes und Schreckliches auf der Welt. Das ist eine Tatsache. Kriege, Verbrecher.. – – – So ist es. Aber es gibt auch viel Gutes auf der Welt. Du hast ganz sicher viel Pech gehabt in deinem Leben. Aber du lebst, und du bist ein guter Mensch. Das spüre ich, das hab ich voin Anfang an gespürt. Ich hoffe sehr, daß du das Gute in dir bewahrst, an das Gute glaubst. Es ist der Schatz in dir!

Das Gute ist wichtiger als das Schlechte. Das Gute ist der Schatz des Lebens. Wegen dem Guten leben wir!

Und dich achte dich (und euch) und möcht euch beistehen. Schrit für Schritt. – Versuch bitte, daran zu glauben – an das Gute unter Menschen! Ich bin nicht der einzige, der auf deiner Seite steht, auf der Seite der Opfer, der schuldlosen Kinder.

Ich werd dir das noch oft sagen, wenn du wieder mal die Hoffnung verlierst. Aber das ist ok so. – Es geht weiter.

Mondrian

30.3.17

Ich bin doch aber kein Kind!

Wird keiner helfen?

30.3.17

Nein, aber du warst ein Kind und bist vermutlich seit der Kindheit mißbraucht worden. – Und viele von deinen Innenanteilen sind Kinder, sie fühlen sich als Kinder und sind voller Angst.

30.3.17

Mondrian, was soll ich denn jetzt machen??? Ich fühle mich schrecklich!!!! Es gehen so viele schlimme Gedanken durch meinen Kopf! Ich weiß nicht mal, ob das jetzt hier echt ist!!!

Merle

30.3.17

Merle, gar nichts machen jetzt. Versuch dich zu beruhigen. Das Leben geht weiter – und du lebst. Viele Mädchen und Frauen haben gelernt, sich aus all dem zu befreien und zu heilen. Wir können immer weiter, Tag für Tag, über diese Hintergründe reden (schreiben). Sicher werden dadurch auch andere Innenanteile sich äußern. Es ist jetzt wichtig, daß du die Zeit bis zu diesem Diagnosetag am 8. Juni nutzt, um dort dann möglichst genau berichten zu können.

Etwas zu WISSEN, gibt dir Kraft, standfest zu bleiben auch gegen Unangenehmes, was noch passieren kann. Und hilft dir auch, mit anderen Anteilen Kontakt aufzunehmen.

Und du weißt, du kannst mir immer schreiben, und ich antworte, sobald ich kann.

Mondrian

30.3.17

Beruhigen! Wirklich gut gesagt. Wie soll das denn gehen!?

Befreien! Wie denn? Ich kann mich ja nicht mal daran erinnern! Wirklich ganz tolles Leben! Böse Menschen können mit mir machen was sie wollen!

30.3.17

Ich sag ja nur: versuch, dich ein bißchen zu beruhigen. Versuch es! Du bist nicht ganz allein – es gibt nicht wenige in deiner/eurer Situation, die herumirren und gar keinen Ansprechpartner haben, der oder die ihnen etwas sagen kann. Bevor ihr euch an mich gewandt habt.. war es doch so.

Befreien geht Schritt für Schritt. Der erste Schritt ist, daß du weißt, worum es etwa geht. Der zweite Schritt ist, daß möglichst viele Innenpersönlichkeiten miteinander Kontakt finden, und erkennen, daß sie ALLE Opfer waren und sind. Der dritte Schritt ist (hoffentlich) der Besuch in der Traumastation . Und daß ihr gemeinsam euer Wissen austauscht. – Und dann können wir nach äußeren Hilfen suchen, je nachdem, was nötig ist.

Mondrian

30.3.17

Und nein, ich glaube Du verstehst mich eben nicht! Das zu wissen hilft mir überhaupt nicht! Ich bin allein, mir hilft keiner! Vermutlich wird das alles Immer und immer wieder passieren. Nicht's kann ich dagegen tun, konnte ich ja offenbar bisher auch nicht. Ich fühle mich so Elend!

Wird keiner helfen?

Ich möchte, nein, es ist doch völlig egal was ich möchte, ich habe doch eh keine Kontrolle! Also lassen wir es bitte...

Danke für Deine Geduld! Doch Du kannst mir nicht helfen! Wie auch...?

Viele Grüße Merle

30.3.17

Klar, meine Unterstützung ist nur ein Angebot. Wenn du nichts damit anfangen kannst ... wenn es dir lieber ist, ganz allein zu bleiben ... kann ich dir auch nicht hinterherlaufen.

Aber ich finde es sehr schade.

Mondrian

30.3.17 23h

Kann ich Bitte zu Dir? BITTE!!!

31.3.17

Hallo,

Okay, ich verstehe, Du redest nicht mehr mit mir!

Merle

31.3.17

Hallo Merle,

du hast gestern abend geschrieben: *"Also lassen wir es bitte... Danke für Deine Geduld! Doch Du kannst mir nicht helfen! Wie auch...?"*

Das heißt doch, daß DU es lassen wolltest.

Wie gesagt, ich mag dir nicht hinterherlaufen. Wenn du doch meinst, ich kann dir nützlich sein, dann rede ich selbstverständlich mit dir.

Mondrian

31.3.17

Du bist sauer. Zurecht! Aber ich hatte auch noch etwas anderes geschrieben.

Merle

31.3.17

Ich hab dir so vieles geschrieben, was ich dir zu deiner Situation schreiben konnte. Etwas draus machen mußt du selbst – das kann ich dir nicht abnehmen. und etwas draus machen heißt, dich informieren über DIS und immer wieder den Kontakt nach innen suchen. – Dann geht es auch weiter, und dann kann ich Schritt für Schritt auch wieder etwas beitragen. Wenn du immer wieder neu schreibst, dir kann sowieso keiner helfen und daß du nix anfangen kannst mit dem, was ich schreibe.. da bin ich dann auch hilflos.

Wird keiner helfen?

31.3.17

Ich weiß nicht was mit mir los ist. Ich habe das Gefühl, dass mich keiner verstehen kann? Schon klar, dass soll mein Verhalten nicht entschuldigen. Doch leider kann ich es nicht erklären. Ich kann nur sagen, dass es mir leid tut.

Ich schätzte Deine Hilfe sehr! Und ich brauche Dich!

Merle

31.3.17

Merle, es ist klar, daß du zeitweise deprimiert bist, hoffnungslos, resignierst!! Das versteh ich unbedingt, und deswegen bin ich nicht sauer. Es ist ne sehr schwierige Situation jetzt für dich ... all das Schlimme erfahren und jetzt sollst du damit zurechtkommen und sitzt allein in deiner Wohnung..

Ich lauf dir nicht davon, aber ich glaub, es ist gut, wenn ich dich immer wieder dran erinnere, daß du wirklich selbst aktiv werden muß – sonst kann sich nix ändern.

Ich denke, der nächste Schritt wird das Gespräch in der Uniklinik sein – und genau darauf solltest du dich vorbereiten, so gut du kannst.

Mondrian

31.3.17

Keine Antwort auf meine Frage?

[Nicht geantwortet]

31.3.17

????

Ich weiß das ich selbst aktiv werden muss! Ich habe so viel darüber gelesen, ich weiß so viel darüber, denke ich verstehe auch schon eine ganze Menge. Doch was mir einfach zu viel ist, ist die Tatsache, dass etwas mit meinem Körper gemacht wird, was ich nicht will, aber es nicht kontrollieren kann! Ich verstehe nicht wie es möglich ist, dass Menschen von Außen, so viel Macht über mich haben! Die ich noch nicht mal kenne! Das Gefühl der Hilflosigkeit macht mich verrückt!!!! Und wütend!!!

Ich versuche ständig das umzusetzen was ich lese, was Du mir rätst. Doch leider funktioniert es nicht.☹ keine Ahnung warum die in mir nicht mit mir sprechen wollen.? Der Hass, die Wut auf mich scheint so groß zu sein, dass die mir nur schaden wollen! Ich habe wieder neue Schnitte am Arm und Kratzer auf der Brust.

Der Gedanke geht einfach nicht mehr aus meinem Kopf! Ich bin gerade unterwegs, es ist furchtbar, ich habe das Gefühl, werde angestarrt, denke die wissen das! Ich weiß das ist blöd, aber ich denke, dass das einer von denen sein könnte...

Das macht mich kaputt... . Ich möchte so gern, dass es wieder aus meinem Kopf geht! Merle

Wird keiner helfen?

31.3.17

Ja, Merle, ich verstehe es. Das ist schrecklich, dieses Gefühl des Fremdgesteuertseins, die Hilflosigkeit deswegen. – Leider ist an dieser Stelle zur Zeit nichts zu ändern. Der ANFANG des Weges ist unbedingt, daß du verstehst, daß ALLE Anteile in dir in der einen oder anderen Weise Opfer sind, daß ALLE im tiefsten Grund Frieden und Gewaltlosigkeit wollen – und daß ihr ALLE zusammen auf den Körper aufpassen müßt. Daß ihr diese Gemeinsamkeit lernen müßt. Daß jetzt erstmal noch alle in ihrer eigenen Sicht auf die Welt sind, ist das Problem. Aber auch das ist immer so – am Anfang. Die Zersplitterung, in der ihr viele Jahre gelebt habt. Wie sollte das innerhalb von ein paar Wochen sich ändern?? Trotzdem müssen wir an der Stelle weitermachen, du, indem du den Kontakt nach innen suchst, und ich, indem ich offen bleibe für alle Botschaften, die von innen an mich gerichtet werden. In der Klinik XY hatte das schon begonnen, das geht aus dem Bericht hervor und auch weil ein Innenjunge es ja dir gegenüber erwähnt hat. – Dort müssen wir anknüpfen. Das ist schwer, aber es funktioniert auf lange Sicht. Sehr froh bin ich, wenn ich jetzt von dir höre, daß du dich tatsächlich informiert hast über das alles. Auch das ist sehr wichtig – und solche Infos solltest du möglichst auch an andere innen weitergeben, wenn es möglich wird. Alle dort innen wollen Hilfe – nur verstehen sie manches noch falsch. Mondrian

31.3.17

PS ich bin nicht deprimiert, ich bin so unheimlich wütend!!!!

31..3.17

Du hast recht, wütend zu sein!! Die Wut ist eine wichtige Kraft!!! Es ist eine Lebenskraft! -- Auch innen sind viele wütend – nur teilweise richtet sich deren Wut gegen dich, vermutlich weil sie von den Tätern aufgehetzt wurden. Oder weil sie denken, du ignorierst sie. Die Täter verdienen die Wut, den Haß.

31.3.17

Merle ich bin jetzt 1 Stunde außer Haus, dann nochmal hier bis etwa 19h (auch am Rechner), und dann wieder im Nachtdienst. Daß du Bescheid weißt!

31.3.17

Innenjunge? Heißt das es sind auch Jungs in mir?

31.3.17

Nein!!! Ich ignoriere sie nicht!!!! Das hat mir Frau Z. schon erklärt, ich muss alle ernst nehmen auch die bösen. Sie sagt, und das habe ich auch gelesen, vermutlich waren die bösen Anteile von mir, vorher auch lieb.? Und sie können auch wieder lieb werden, durch mich???

Merle

Wird keiner helfen?

31.3.17

Merle, – es sind wohl wirklich verschiedene von euch, die hier mit mir Mailen, und die ich alle mit Merle anspreche.

Es gibt jemandem, die hat gestern von einem Innenjungen erfahren, daß es eine Frau Z. gab. Derjenigen hab ich erklärt, wer Frau Z. war, sie wußte es nicht. Und auch, daß es sicher auch Jungs innen geben kann.

Da du dich jetzt an Frau Z. erinnerst, zeigt, daß du jemand anders bist!

Vielleicht habt ihr doch auch verschiedene Namen?

Deine Frage: JA, es ist so: die angeblich "bösen" innen sind nicht wirklich böse. Sie verstehen nur etwas nicht richtig. Wir können ihnen helfen, das zu verstehen.

Ok, jetzt geh ich erstmal und antworte in etwa einer Stunde wieder.

Bis dann! Mondrian

31.3.17

Ja okay, danke

Zu der Frage... Ich habe gelesen, ein anderer Teil hat Dich bereits gefragt, doch Du hast nicht darauf geantwortet.

Wahrscheinlich ist es auch eine echt blöde, unangemessene Frage. Aber ich habe das Schreiben des Klinikums bekommen. Den ProbeTag habe ich da erst am 8.6., das bedeutet für mich, dass ich Ostern allein bin. Vermutlich kannst Du es nicht nachvollziehen, aber ich so Angst davor!

Bitte, ich möchte nur für die OsterTage hier weg! Nur sicher sein...!!! Bitte ...

PS ich bin ganz leise, sag kein Wort

(Mal ein kleiner Witz)

Merle

31.3.17

Entschuldige bitte, aber jetzt verstehe ich Dich nicht. Ich hatte angenommen, mich Dir gegenüber nicht immer erklären muss? Ich weiß seit Sonntag Abend nichts mehr, vermutlich gab es einen Wechsel.?

Leider gibt es nur ein paar Mails, ich weiß nun nicht, was ich schon wieder gemacht habe!?

Berichte???? Das bedeutet Du hast die Berichte von XY?

Und ja, ich verstehe was Du mir erklärst. Ich bin blöd, weil Menschen Schlimmes mit mir tun, ich es zulasse!☹☹☹ Aber ich weiß, was ich Habe und das ich die Teile erreichen muss!!!!

Ostern!!!! BITTE!!!

Merle

31.3.17

Hallo Merle,

bitte versuch zu verstehen, daß es mehrere gibt, die hier mit mir mailen. Es gibt nicht nur "dich".

– Es gibt mehrere. Vieles hast nicht du gemacht, sondern eben andere!

Wenn ich etwas schreibe, womit du nichts anfangen kannst, dann kannst du davon ausgehen,

Wird keiner helfen?

daß meine Mail eine Antwort auf die Mail eines anderen Anteils ist.

Damit müssen wir umgehen, mit dieser Verwirrung. Es wird einfacher, wenn ihr miteinander Kontakt bekommt uns wenn ihr einzelnen Namen für euch findet.

Zu den Fragen: Leider könnt ihr/kannst du nicht hier wohnen. Ich hab zusammen mit meiner Freundin eine winzige Wohnung, und über Ostern kommt dazu mein Bruder zu Besuch. – Außerdem muß ich auch aufpassen, daß ich mich nicht überfordere ... sonst kann ich niemandem mehr helfen.

Die drei Berichte von der Klinik XY hat mir jemand von euch geschickt, ganz am Anfang schon. Sie sind hier aber sicher, niemand außer mir liest sie.

Mondrian

31.3.17

Gut, ich verstehe Dich natürlich. Aber ich hatte so sehr auf Hilfe gehofft!

Klar es ist nicht Dein Problem, Du kennst mich ja nicht mal, aber das Gefühl, ganz allein zu sein, nirgends sicher zu sein, dass zerreißt mich! Und leider, so sehr ich meine Amelie liebe, nimmt mir das meine letzte Kraft. Zu denken, der Tod ist eine Erlösung! Du wirst mich nicht verstehen können.? Aber die Angst ist einfach zu groß!

Bei all dem, kann ich leider den Sinn nicht begreifen! Warum hat mein Körper so gehandelt, so gekämpft, wenn es doch nie aufhört!???

Weißt Du, dass Mailschreiben hilft mir sehr, zu wissen, Du bist da, gibst mir Antworten, aber leider, dass was ich wirklich brauche, bekomme ich nicht! Werde ich wohl niemals bekommen! Einfach mal sicher sein!

Ich schreibe das und weine, weil ich merke, mir bewusst wird, dass das was ich möchte, zwar das normalste der Welt ist, aber für mich nicht zu erreichen!

Es gibt Menschen, die sind eben einfach zu viel! Gehören hier nicht hin! Sind allen nur lästig!
Merle

31.3.17

Merle, gib nicht auf, bitte nicht! Du bist nicht allein – in dir sind andere – die auch lebenswerte und liebenswerte Persönlichkeiten sind. Ihr müßt euch nur erst finden. Und das wird geschehen! Mach einfach jeden Tag weiter, so gut es geht – und du wirst sehen, es ändert sich was, auch zum Guten.

Schon die Tatsache, daß einige Anteile mit mir mailen und sich austauschen, bedeutet viel – und das ist in nur drei Wochen geschehen! Auch daß jemand sich an mich gewandt hat, am Anfang – das warst ja nicht du.

Mach weiter, Tag für Tag. und ich werde dir immer antworten auf deine Mails, sobald ich kann. Du bist nicht zuviel auf der Welt, grade du nicht, denn du (und die andern in dir), ihr habt so viel Schlimmes ausgehalten und seid doch gutherzig und liebenswert geblieben.

Mondrian

Wird keiner helfen?

31.3.17

Und wofür? Um niemals sicher sein zu dürfen?
Ich kann das nicht mehr aushalten!!!

31.3.17

Je schneller ihr innen zusammenarbeiten könnt, desto schneller geht es. Wenn ihr zusammenhaltet, könnt ihr klären, ob noch Täter aktiv sind, könnt ihr euch von den Tätern abgrenzen, könnt ihr die Wohnung wechseln. Wie lange es dauert, kann natürlich niemand sagen. Immerhin gibt es die Kräfte in dir, die den Weg gehen wollen. Auch für Amelie.

31.3.17

Danke für die Worte.

Ich denke ich verstehe diesmal sogar. Ich würde auch nicht jemanden wie mich in der Nähe haben wollen!

Eigentlich bin ich wütend auf mich! Frau Z. hat mich einfach fallen gelassen, ohne mir zu sagen warum. Dann warst Du plötzlich da, und ich hatte wieder Hoffnung. Du hilfst mir ja auch, aber egal!!!

Du siehst, wir drehen uns im Kreis. Ich weiß was ich tun muss, doch ohne Kraft werde ich es nicht schaffen können. Vielleicht hatte der andere Teil schon ganz recht, und ich sollte Dich in Ruhe lassen, aufhören Dir Deine Zeit zu rauben. Sie ist besser genutzt für diejenigen den Du helfen kannst.

Es spielt keine Rolle ob man drei oder vierzig ist, ob jemand davon weiß oder nicht, es wird niemals Hilfe kommen!

Wahrscheinlich sagen die mir das nun schon seit Jahrzehnten! Traurigerweise haben sie recht!
Merle

PS bitte antworte mir nicht... Ich versuche die ganze Zeit schon aufzuhören zu weinen... .

31.3.17

Nein! So wie es mit dir und euch jetzt geht, diese winzigen Schritte des ersten Verstehens, so ist es immer am Anfang! Nichts daran ist hoffnungslos.

Tut mir leid, daß ich doch geantwortet habe, aber so leicht geb ich euch nicht auf. ;-)

Mondrian

31.3. 21:32

Hallo Mondrian, Danke, dass Sie es versucht haben... Amanda

31.3.

Ich versuche es weiter!!!

Wird keiner helfen?

1.4.17 01h

Hallo Mondrian,

Das es keine Zusammenarbeit im System gibt, hat nichts mit Mut zu tun! Es ist einfach zu viel Wut, Hass und Schmerz da! Die von uns, die "böse" sind, fachen das Ganze nur an! Einer gegen so viel böses! Und das von Innen und Außen!

Die Täter sind noch aktiv. Es gibt nur keinen adäquaten Schutz! Die Introjekte sind viel zu stark (programmiert?) Und es sind zu viele!

Das Sie sie auch abgelehnt haben... und ihr vermittelt haben, das sie Ihnen schaden wird...

Sie gibt auf... und ich bzw. wir wissen nicht was wir tun sollen. ???

Berit

1.4.17

Hallo Berit,

danke für die Infos! Ich habe sie nicht abgelehnt und nichts von "mir schaden" gesagt. Im Gegenteil! Ich halte nach wie vor zu ihr und zu euch, daran wird sich nichts ändern. – Sie denkt das nur immer.. es ist wahrscheinlich auch eine Programmierung!!

Die Konditionierung, daß niemand zu ihr halten wird, daß sie immer allein bleiben wird.

Ich denke, jetzt ist das Wichtigste, daß sie aushält bis zum Termin in der Uniklinik.

Es ist sehr schade, daß es auch keine Zusammenarbeit mit Ihnen und bestimmten anderen gibt.

Ich jedenfalls lasse euch nicht im Stich, und niemand schadet mir!

Ich rufe auch alle anderen, mit mir in Kontakt zu kommen!

Mondrian

1.4.17 14h

Wir wollen mit Frau Z. sprechen!

1.4.17

Hallo ihr!

Frau Z. war eure Therapeutin in der Klinik XY, aber dort seid ihr leider nicht mehr. Ich glaube, sie hat sich von euch verabschiedet. – Vielleicht kann ich euch jetzt ein bißchen helfen? Ich würde es sehr gerne! Ihr könnt mir schreiben und ich antworte.

Mondrian

1.4.17

Hat sie nicht!

1.4.17

Das tut mir sehr leid! Ich denke, sie hat sich von jemandem von den Großen verabschiedet, und nicht extra von euch. Das ist natürlich doof! Das hätte sie machen müssen!

Aber ich weiß, sie ist in der Klinik XY und weit weg von euch. Sie arbeitet ja dort.

Mondrian

Wird keiner helfen?

1.4.17

Sie hat versprochen zu helfen!

1.4.17

Ihr wart dreimal dort in dieser Klinik, und jedesmal war Frau Z. eure Therapeutin. Ich bin sicher, sie hat sich sehr bemüht, euch zu helfen. Das kann ich auch lesen in dem Bericht, den sie geschrieben hat. Aber dann war die Zeit dort vorbei. In so einer Klinik kann man nie sehr lange bleiben.

Aber ich versteh, daß ihr traurig war und euch verraten gefühlt habt!

1.4.17

Warum?

1.4.17

In der Klinik kann man nicht so lange bleiben, weil es teuer ist.

1.4.17

Also hat sie uns auch angelogen!

1.4.17

Es kann doch sein, daß sie mit den Großen von euch gesprochen hat und ihr habt es nicht gehört? Vielleicht?

1.4.17

Ja vielleicht. Doch trotzdem war es gelogen! Sie hilft uns nicht!

1.4.17

Das stimmt. Aber sie würde euch sicher wieder weiterhelfen, wenn ihr nochmal in diese Klinik gehen würdet.

Es gibt immer wieder verschiedene Menschen, die einem weiterhelfen. Kann ich euch nicht jetzt helfen, vielleicht?

Mondrian

1.4.17

Wer genau bist du? Was sollen wir dafür machen?

1.4.17

Ich bin ein Sozialpädagoge und lebe in Berlin. Ich unterstütze Menschen mit ähnlich schlimmen Erfahrungen wie ihr sie habt, seit vielen Jahren. Ich krieg dafür kein Geld. Ich mach es nur, weil es mir wichtig ist und weil es mir als Kind auch nicht gut ging. Ich mach auch eine Ratgeberseite im Internet.

Wird keiner helfen?

Ihr sollt gar-, gar nichts dafür tun! Ich würde eure Mails beantworten, Rat geben, Hoffnung geben, Mut machen ...

Mondrian

1.4.17

Ich habe Angst!

1.4.17

Vielleicht kannst du dich ganz nach innen verkriechen, in einen sicheren Ort?

1.4.17

Es gibt keine sicheren Orte! Nichts ist sicher!

Kennst du Frau Z.?

1.4.17

Es tut mir sehr leid, daß es keine sicheren Ort gibt! Aber vielleicht könnt ihr welche herstellen, innen?

Nein, ich kenne Frau Z. nicht. Ich hab nur ihre Berichte aus der Klinik XY gelesen. Die finde ich gut.

1.4.17

Also Du weiß was mit uns los ist? Du kannst helfen? Wirst uns nicht verraten?

1.4.17

Für einen sicheren Ort brauchen wir die Hilfe von Frau Z.

1.4.17

Ich weiß, was mit euch los ist, ja. Und ich werde euch nicht verraten! Ich möchte euch helfen und euch unterstützen, so gut ich kann. Ich geh auch nicht weg – aber ihr braucht später auch noch Hilfe von anderen.

Nicht nur Frau Z., sondern auch andere Therapeuten oder Therapeutinnen können euch helfen, einen sicheren Ort innen zu bauen. Vielleicht auch ich – aber dazu müßte ich euch erst noch besser kennenlernen.

1.4.17

Ich möchte jetzt gerne den Rechner ausschalten und dann ins Bett gehen. Weil ich morgen früh sehr früh raus muß.

Aber dann tagsüber können wir wieder schreiben!

Bis später!

Mondrian

Wird keiner helfen?

1.4.17

Ich kann nicht für die anderen sprechen, aber ich möchte es mit dir versuchen.

Frau Z. hat mich immer gefragt...

Also...

1.4.17

Du sagst du kannst helfen und lässt mich jetzt allein! Dumm von mir!

1.4.17

Nun bin ich noch wütender! Warum habe ich dir geglaubt! Ich brauche niemanden! Mir tun schon genügend Menschen weh! Frau Z. ist einfach weg! Immer nur Lügen! Einfach weggehen ist so schön einfach genau wie wegschauen! Hoffnung geben und dann plötzlich weg sein, im Stich lassen!

Es reicht!

2.4.17 07h

Ich bin seit ein paar Wochen fast den ganzen Tag bereit, euch zu antworten! Ich muß doch auch mal schlafen – und muß auch zur Arbeit gehen und anderes machen. Sei bitte nicht ungerecht.

Ich bin häufiger bereit für dich und euch als Frau Z. es war – und das bleibt auch so.

Ich bin grad aufgestanden, will jetzt frühstücken, muß dann jemanden im Krankenhaus besuchen. Dann bin ich tagsüber wieder da! – Und abends muß ich zum Nachtdienst.

Das mußt du auch verstehen.

Rund um die Uhr kann niemand da sein!

Mondrian

3.4.17 18:38

Wir sind allein!!!

Amanda

3.4.

Ihr müßt miteinander reden. Dann könnt ihr auch besser Hilfe im außen finden. – Und ich halte weiterhin zu euch. Mondrian

3.4.

Wir brauchen unbedingt Hilfe!

Amanda

3.4.

Ich weiß. Aber ihr könnt nicht handeln in der Welt, solange ihr nicht miteinander Kontakt habt.

Das ist leider so! Solange jede und jeder für sich bleibt. Solange nicht einige von euch auf den Körper und auf den Alltag aufpassen.

Wird keiner helfen?

3.4.

Viele von uns versuchen es nun schon über ein Jahr! Wir schaffen es nicht allein! Wie soll das helfen, Sie sagen ständig dasselbe, doch hilft uns keiner! Warum?

Amanda

3.4.

Es geht, wenn einzelne Anteile zu einem Außenmenschen haben (Therapeut oder Helfer/Helferin), und die dann die Brücke bildet. So habe ich es auch mit euch versucht. So kann ich auch weitermachen – wenn einige von euch mitmachen. Einen anderen Weg kenne ich nicht. (Es gibt vielleicht noch andere Methoden, die manche Therapeuten oder Kliniken kennen, aber ich kenne keine anderen.)

3.4.

Aber genau das hat ein total verängstigter, wütender Junge vor einer Weile versucht! Bis er den Mut fand mit Ihnen sprechen zu wollen, doch dann, plötzlich ließen Sie ihn allein! Das Ergebnis, noch mehr Wut, Schmerz und Zorn! Warum? Ich beobachte viel, doch erreiche keinen! Fest steht, sehr sehr viele wollen Hilfe! Brauchen Hilfe! Aber wie vertrauen!? Sie müssen auch mal verstehen... bitte!

3.4.

Ich verstehe es schon. Es hat mir sehr leid getan mit dem Jungen!! Aber ich hatte ihm geschrieben, daß ich schlafengehen wollte, es war spät – daß es morgen weitergeht. Niemand kann rund um die Uhr DA sein! Leider hat er das nicht verstanden, weil er Zeit wahrscheinlich nicht versteht. Genau da brauchen manche von euch Hilfe von anderen innen, die ihnen sowas erklären können. – Wir könnten auch Zeiten ausmachen, wo ich da bin und antworten kann. Aber auch dann muß jemand von euch das ein bißchen koordinieren. – Sie können mir glauben, ich bemühe mich, so gut ich kann! Und das bleibt auch so.

3.4.

Sie erwähnten, Sie hätten schon anderen Menschen wie uns geholfen.? Dann verstehe ich nicht, wie soll das funktionieren? Das Problem ist doch das nicht mal ich es schaffe in Kontakt zu kommen! Ihre Hilfe, das Sie da sind, ist unbezahlbar! Doch die Zeiten zu beschneiden... das ist genau so etwas, wie mitzuteilen das der Rechner aus ist! Es verletzt nur!!! Wir brauchen wirklich dringend Hilfe, denn Selbstverletzungen helfen irgendwann auch nicht mehr! Aber das verletzt so sehr! Vermutlich ist das zu wirr um es zu verstehen...?

3.4.

Nein, wirr ist es nicht. Aber bei euch scheint niemand außer Merle Erfahrung mit der Alltagswelt außen zu haben. Jeder Therapeutin, jeder Helfer/Helferin hat nur eine beschränkte Zeit, weil einfach noch viele andere Sachen zu seinem/ihrer Leben gehören. Sowas wissen meist auch bestimmte Persönlichkeiten in einem DIS-System. Anteile, die nicht im Außen handeln, wissen

Wird keiner helfen?

das natürlich nicht. – Es ist mit das erste, das in Therapie geklärt werden muß. Sicher hat jemand von euch das in der Klinik XY auch gelernt – aber wer? Diejenige von euch sollte es den anderen vermitteln. Ich versuche es natürlich auch (z.B. jetzt hier).

3.4.

Es tut mir leid, wer von uns auch immer Sie damals angeschrieben hat, Sie hätten nicht antworten sollen! Ich erkläre das es keinen Kontakt gibt, wir es nicht schaffen! Sie aber, möchten mir auf eine sanfte Weise klar machen, dass wir Ihnen eigentlich zu viel sind. Und das wirklich verrückte, ich verstehe Sie sogar! Wir wollten nur Hilfe! Wir suchen schon seit so vielen Jahren, aber wir werden immer nur abgewiesen! Es verletzt so sehr! Aber ich verstehe, wegschauen ist einfacher! Ich hätte mir sehr gewünscht, Sie hätten verstanden...

3.4.

Nein, ihr werdet nicht immer abgewiesen. In XY hat die Therapeutin Frau Z. ordentlich mit euch gearbeitet. Das steht in deren Bericht. Und ich weise euch auch nicht ab. Aber ihr alle scheint sehr wenig Hoffnung zu haben und sehr resigniert zu sein. – Kontakt miteinander herstellen geht – auch bei euch.

"Aber ich verstehe, wegschauen ist einfacher!" – Das habe ich von Persönlichkeiten eures Systems jetzt schon so oft gehört – es ist ein bißchen seltsam, wenn Sie oder jemand das grad mir sagt. Da ich immernoch da bin!

3.4.

Das ist nicht wahr! Es ist Hoffnung da. "Seltsam"???

Amanda

3.4.

Na, das ist doch das wichtigste – die Hoffnung. Ich hab auch Hoffnung! ("Seltsam", weil ICH seit 4 Wochen etwa 200 Mails mit jemandem von euch geschrieben und beantwortet hab – mehr als je zuvor mit jemandem in so kurzer Zeit.)

3.4.

Sie sagen, " Kontakt miteinander herstellen geht, auch bei euch" bitte sagen Sie mir wie! Wie soll ich das warum hast du mich allein gelassen? Ich wollte doch mit dir sprechen! Warum?

3.4.

Weil ich schon einen langen Tag hinter mir hatte und auch mal schlafen mußte! Das hab ich dir doch geschrieben: daß es morgen weitergeht, daß ich morgen wieder da bin. Heute ists auch so: jetzt ist abend, ich war den ganzen Tag wach, hab viel gemacht, und bald muß ich aufhören für heute! – Und morgen bin ich dann wieder da. – Menschen, die immer im außen sind, müssen auch mal schlafen. – Aber ich verlass euch nicht.

Wird keiner helfen?

3.4.

Aber du bist nicht hier?

Bitte hilf mir doch! Ein ganze Wut muss raus!

3.4.

Nein, ich bin in Berlin. – Ich weiß, die Wut tut weh und muß raus. Ihr könnt mir alles schreiben. Jeden Tag kann es ein Stück weitergehen. Aber manchmal muß ich auch immer aufhören mit schreiben, weil ich anderes machen muß. Abends auch schlafen. – Bitte, hab deshalb keine Angst. Ich schreibe später immer wieder. – Laß es uns probieren, ja? – Also tschüs bis morgen, dann gehts weiter. Mondrian

3.4.

Also lässt du mich wieder allein! Warum? Was habe ich gemacht?

3.4.

Ich habs dir doch grad erklärt! Ich muß schlafen! Mein Körper muß schlafen! Morgen gehts weiter! Ich lass dich nicht allein!

3.4.

Doch ich bin wieder allein! Weil ich böse bin!

3.4.

Du bist kein bißchen böse!!! Nein!!!!

3.4.17 21:47

Mondrian bitte, bitte, bitte hilf mir! Die tun mir so so sehr weh! Die in mir zerstören mich! Bitte! Es tut so weh! Bitte mach das die damit aufhören! Bitte! Ich werde tun was du willst! Aber bitte mach das es aufhört!

Merle

4.4.17 An die Wütenden innen!

An die Wütenden innen! – Ihr macht einen großen Fehler, wenn ihr auf Merle wütend seid. Sie ist nicht schuld! Ich kann es euch erklären! Wir können miteinander mailen! Mondrian

4.4.17

Hallo Mondrian,

Bitte hilf mir. Die hören nicht auf damit! Ich nur etwas schlafen bitte.

Merle

Wird keiner helfen?

4.4.17

Merle, bitte die anderen innen um Hilfe! Es gibt ja welche, die solidarisch sind mit dir. – Ich kann nicht mehr machen als Mails schreiben..

Mondrian

4.4.17 ⁸⁸

Kein Fehler! Sie ist schuld!

4.4.17

Ich behaupte doch, daß es nicht stimmt. Schuld an allem Bösen sind Menschen außen. – Merle und ihr seid zusammen in einem Körper. Weißt du das nicht?

4.4.17

Tun wir nicht!

4.4.17

Doch, es ist so! Glaubs mir. – Deswegen sag ich doch immer, ihr solltet versuchen, zusammenzuhalten. Dann seid ihr stärker.

4.4.17

Hallo Mondrian,

kann man, und wie, die Programmierung löschen?

Ich vermute, eine Zusammenarbeit mit mir wird nicht möglich sein.? Ich glaube, meine Aufgabe ist zu beobachten, zu beschützen.

Auf jeden Fall ist im Moment, ein extrem Maß an Wut und Hass auf Merle! Chaos!

Sie braucht Sicherheit!!!

Berit

4.4.17

Hallo Berit,

immerhin können Sie vielleicht Informationen weitergeben an andere, was auch sehr wichtig wäre.

Programmierungen kann man löschen. Aber nur mit derjenigen Persönlichkeit, die sie hat, also nicht stellvertretend.

Aber auch ein Anteil mit Programmierung ist noch immer ein lebendiges Ich mit Gefühlen und Wünschen. Für mich ist immer das Wichtigste, mit all diesen Anteilen (Persönlichkeiten) in Kontakt zu kommen, denn im Grunde wünschen sich alle ein Leben ohne Gewalt.

Ich hatte heute schon Kontakt mit wütenden Anteilen und möchte versuchen, ihnen zu sagen,

daß Merle eben nicht schuld ist an etwas.. und daß sie alle in einem Körper sind. Daß sie deshalb

⁸⁸ Erster Kontakt mit den "Wütenden". Sie sind wütend, daß die Außenpersönlichkeit (Merle, die manche von ihnen wohl auch als ihre Mama empfinden) nicht hilft gegen die Täter, – also keine Täterintjekte.

Wird keiner helfen?

auch stärker werden können. Wenn sie zusammenhalten.

Wichtig wäre auch, daß möglichst viele Anteile verstehen, daß auch ich manchmal etwas anderes machen muß und nicht ständig Mails schreiben kann. Vor allem auch, daß ich nachts nicht mehr antworte, sondern schlafe, oder Nachtdienst habe. Trotzdem bin ich immer wieder da – ich verrate und verlasse euch nicht.

Vielleicht können Sie das weitergeben..

Mondrian

4.4.17 17:08

Selbst wenn es mir möglich wäre, dies weiter zu geben, hätte es wohl keinen Zweck. Denn ich denke, dass würde keiner verstehen. Aus verschiedenen Gründen...Berit

4.4.17

Möglichst viele Anteile zu informieren, ist zur Zeit das Wichtigste, was wir tun können!

4.4.17 17:15

Mondrian, ich versuche es die ganze Zeit. Doch leider erreiche ich keinen. Ich weiß wirklich nicht mehr weiter! Bitte sag mir was ich tun soll! Merle

4.4.17

Liebe Merle, versuch es bitte weiter. Es ist im Augenblick das Wichtigste, was wir tun können.
Mondrian

4.4.17

Wer sind Sie?

4.4.17

Ich bin Mondrian. Ich versuche, euch allen zu helfen.

4.4.17

Nein! Bist du nicht! Ich kenne seine MailAdresse. Du bist einer von den bösen Männern!

4.4.17

Doch, ich bins wirklich! – Ich hatte grad ein Problem mit meinem Computer, deswegen sah meine e-Mail wohl anders aus. Jetzt ist aber wieder alles ok!

Mondrian

4.4.17

Wirklich? Mondrian? Ich habe Angst! Woher wissen die dann alles? Ich weiß nicht ob ich noch trauen kann!

Wird keiner helfen?

4.4.17

Hallo Merle, ich bins wirklich!

Es scheint Anteile bei euch zu geben, die noch immer an die Täter glauben. Vielleicht sagen die ihnen etwas. Oder weil sie so viel Angst haben und denken, die Täter erfahren sowieso alles. – Das stimmt aber nicht. Sie wissen nicht alles, nur das, was jemand ihnen sagt.

Es gibt auch Anteile bei euch, die wissen noch nicht, daß ihr alle zusammen einen Körper habt, daß ihr auf euren Körper gemeinsam aufpassen solltet. Ich hatte Kontakt mit ihnen und hab ihnen gesagt, daß du keine Schuld an irgendwas hast!

Mondrian

4.4.17

Danke! Leider hören sie wohl nicht auf Dich.☹ Denn sie lassen mich nicht in Ruhe. Sie machen so laut, sagen sehr schlimme Dinge zu mir, tun mir weh, nehmen mir die Luft und es fühlt sich an, als ob sie von Innen mein Herz zerdrücken. Das tut so weh! Ich weiß ich war dort, aber ich wollte das doch nicht! Ich bin da nicht hingegangen! Ich war plötzlich dort, hatte doch auch Angst und habe noch Angst! Die ganze Zeit bitte ich sie das sie damit aufhören mögen. Es ist zu viel! Ich habe Amelie bei mir, morgen ist Schwimmen und ich kann nicht mehr!

Es tut mir ehrlich sehr leid, ich möchte Dir nicht Deine Zeit rauben und Dir nicht auf die Nerven gehen! Entschuldige bitte!

Ich habe so große Angst, dass Dir der ganze Wahnsinn auch zu viel wird, Du mich auch allein lässt.

Das dumme ist, Du sagst mir immer wieder was ich tun soll, genau das lese ich auch und ich versuche es die ganze Zeit, aber ich komme einfach nicht weiter! Die machen mich kaputt, aber wollen mir nicht helfen

Lassen mich nicht schlafen...

Merle

4.4.17

Merle, ich weiß, es ist sehr schlimm. Aber es geschieht doch schon etwas – in ganz winzigen Momenten merke ich, daß sich etwas ändert. Immer mehr Persönlichkeiten (Anteile) schreiben mir und fragen mich etwas, und ich kann ihnen etwas sagen von der Wahrheit. – Aber es war so viele Jahre anders, deshalb ists klar, daß sich nicht in ein paar Wochen alles ändern kann.

Manche innen kümmern sich und sagen mir, daß sie Hilfe haben wollen. Und sprechen von anderen, die sich noch nicht äußern können. Und selbst die Wütenden haben schon mit mir geschrieben.

Und immer geht es darum, zu klären, daß du an nichts schuld bist. – Der Körper ist von den Tätern benutzt worden, und die Täter haben manche Anteile belogen und betrogen, um den Körper benutzen zu können. Das ist die Wahrheit.

Mondrian

Wird keiner helfen?

4.4.17

Aber es ist noch so! Vermutlich sind sie deshalb so wütend auf mich! Ich müsste stärker sein! Ich bin erwachsen!

Merle

4.4.17

Merle – du warst ein Kind, als die Täter angefangen haben, dich zu unterdrücken. Da konntest du dich nicht wehren. Kein Kind hat eine Chance, wenn Erwachsene es unterdrücken und quälen. So war es auch bei dir und anderen Anteilen in dir.

Jetzt bist du erwachsen, aber die Angst und Hilflosigkeit ist schon so lange in dir drin, daß du dich immernoch hilflos fühlst. Ja, du bist erwachsen, aber zum Erwachsensein gehören auch die anderen Anteile. Wenn die erst zu dir halten, dann könnt ihr als erwachsener Mensch euch wehren und ein neues Leben finden. Mit Hilfe von Außenmenschen, die es gut mit euch meinen. Kannst du verstehen, wie ich das meine?

4.4.17

Merle, ich hab wieder einen langen Tag hinter mir und möcht jetzt gern den Rechner ausschalten ud schlafen gehn. – Sei also bitte nicht traurig, wenn ich heute nicht mehr antworte. MORGEN bin ich wieder da und antworte dir und euch allen auf eure Mails!

Bis Morgen!

Mondrian

4.4.17

Ja ich verstehe was Du meinst. Aber ich bin doch nicht dumm deswegen. Ich kann doch ganz klar denken! Also muss ich doch aktiv etwas dagegen tun können!?

In einer anderen Mail habe ich gelesen, Programmierung! Bedeutet das etwa, dass diese Menschen mich auch dazu benutzen können, dass ich Dinge tue, die böse sind?

Merle

4.4.17

Merle, ich schreib dir das so ausführlich, weil ich hoffe, daß auch andere mitlesen, die vielleicht jünger sind als du und es noch nicht so gut verstehen. –

Ja, Programmierung ist genau diese Unterdrückung voin Kindern, durch die sie etwas tun, was sie eigentlich gar nicht tun wollen!

Aber solche Programmierung kann man auch auslöschen. Darüber hat schon jemand anders von deinen Anteilen mit mir gemailt.

Laß uns morgen weiter schreiben, ok? Sei mir nicht böse!

Mondrian

Wird keiner helfen?

4.4.17 20:47

Nein Nein, bin ich doch nicht. Danke für alles.

Gute Nacht...

Merle

PS Aber was, wenn ich auch böses tue oder getan habe?

4.4.17 21:52

Danke das Du da bist! Danke das Du mir hilfst! Danke das Du mich nicht allein lässt!

Ich bin Dir so dankbar für alles!!!

Merle

5.4.17 10:20

Hallo Mondrian,

nochmal zu meiner Frage, was wenn ich auch böses tue oder getan habe?

Gibt es also Teile in mir, die genau wissen was da passiert bzw passiert ist?

Und wenn diese Teile mit mir sprechen sollten, weiß ich das dann auch?

Ich erinnere mich doch daran nicht. Aber ICH habe es erlebt???? Habe ich es auch gefühlt und gespürt????

Merle

5.4.17

Liebe Merle,

da bin ich wieder. –

Wenn die Täter hilflose Kinder und Jugendliche mit Gewalt und Folter und Betrug zu etwas bringen, dann sind trotzdem diese Täter allein schuld. Sie verwenden euch wie ein Werkzeug!

Es ging nicht nur dir (und euch) so, sondern leider auch anderen Kindern. Im Internet und in Fachbüchern gibt es viele Berichte darüber, daß das so geschieht.

Niemand außen gibt dir die Schuld. Nur die Täter versuchen das, um euch (dich) noch weiter in ihrer gewalt zu behalten.

Und leider gibt es Innenanteile, die noch nicht verstanden haben, daß das Lügen sind.

Jetzt kam grad deine Mail von heut morgen.

Ja, es gibt Teile in dir, die wissen, was passiert ist. – Ich weiß, daß du nichts von alldem wissen möchtest, daß es dir Angst macht. Aber leider ist es nötig, daß ihr euch gegenseitig helft, mit diesen schrecklichen Erfahrungen umzugehen. Diese Anteile sollen nicht mehr alleinbleiben mit ihrem Wissen, denn dadurch entsteht sonst immer neu Wut und Haß, der sich auch gegen dich richtet.

Es ist wichtig, daß ihr irgendwann alle sagen könnt: "Ja, es war schrecklich, aber wir sind nicht schuld, und jetzt wollen wir gemeinsam ein gutes Leben finden."

Jede von euch ist ein Anteil, auch du. Der Körper hat ALLES erlebt – aber von euch Anteilen hat jede und jeder etwas erlebt, aber keiner hat alles erlebt. Also DU MERLE hat diese schlimmen

Wird keiner helfen?

Sachen vielleicht nicht empfunden, aber dafür haben andere Anteile in dir sie empfunden.
Ich weiß, es ist schwer zu verstehen. Wir können noch oft drüber reden (schreiben).
Mondrian

5.4.17

Aber was, wenn man älter ist, weiß etwas falsch ist und es trotzdem tut? Dann ist man schuld!
Schlecht!

Ich weiß das es auch andere gibt! Aber wahrscheinlich bin ich besonders dumm, denn es hört nicht auf!

Fühlen die Teile, die es erlebt haben noch? Erlebe ich deshalb flashbacks? Träume

Wenn die bösen Teile mich töten wollen, warum kann ich nicht einfach die töten, die das schreckliche wissen und fühlen????

Merle

5.4.17

Merle, es sind wichtige Fragen – und ich bin sehr froh, daß du sie stellst.

Aber was, wenn man älter ist, weiß etwas falsch ist und es trotzdem tut? Dann ist man schuld! Schlecht! →

Ihr seid Viele, das heißt, die Gedanken und Gefühle, die Erinnerungen und das Handeln ist verteilt auf einzelne Anteile. Deshalb kommt es zu Zeitverlust (wenn ein anderer Anteil den Körper übernimmt). Am Anfang gibt es eine Mauer zwischen den Anteilen. Das heißt, jeder Anteil erinnert sich nur an das, was er selbst erlebt hat, und was er selbst macht. – Aber je mehr ihr voneinander mitkriegt, desto mehr auch das, was ein anderer Anteil macht!

Auf diese Weise kriegst du jetzt auch Sachen mit, die ein anderer Anteil macht. Dagegen kannst du aber erstmal nichts machen, auch wenn es schlimm für dich ist.

Heilung heißt, daß ihr euch immer mehr miteinander austauschen könnt. Dann lernt ein Anteil vielleicht, daß etwas nicht gut ist, was er bisher getan hat.

Aber es geht auch um Angst. Jemand von euch (auch du) macht etwas, weil sie schreckliche Angst hat vor den Tätern. Diese Angst wurde in euch als Kind hineingezwungen.

In jedemfall seid ihr Opfer von erwachsenen Tätern – ihr seid für nichts verantwortlich, was mit der Gewalt der Täter zu tun hat – auch heute nicht.

Ich weiß das es auch andere gibt! Aber wahrscheinlich bin ich besonders dumm, denn es hört nicht auf! →

Die anderen haben teilweise viel Angst, teilweise sind sie sehr wütend über das, was geschieht. Und sie haben von den Tätern gelernt, daß du schuld daran bist. Niemand hat ihnen bisher erklärt, daß es ganz anders ist!! – Wenn du sie immer wieder ansprichst, ist das etwas Neues für sie. Dadurch werden sie angefangen, neugierig zu werden: daß es vielleicht doch anders ist, als sie bisher gedacht haben.

Das dauert immer einige Zeit! Hat nichts mit Dummheit zu tun.

Fühlen die Teile, die es erlebt haben noch? Erlebe ich deshalb flashbacks? Träume →

Ja, die Flashbacks, die du erlebst, sind echte Erinnerungen anderer Anteile. Die anderen Anteile, die kein Leben draußen haben, wie du, sind eingesperrt in ihre schrecklichen Erinnerungen. –

Wird keiner helfen?

Deswegen ist es ja auch so wichtig, sie ernstzunehmen. Sie leiden nicht weniger als du, teilweise sogar mehr, weil sie bestimmte schreckliche Sachen ja als Kind erlebt haben!

Wenn die bösen Teile mich töten wollen, warum kann ich nicht einfach die töten, die das schreckliche wissen und fühlen???? →

Ihr seid in einem Körper. Es gibt nur den Tod des Körpers. Aber dann seid ihr ALLE weg und tot!! Es gibt keine "bösen Teile" – es gibt nur böse Täter, in der Außenwelt. Alle Anteile gehören zu dir und du zu ihnen..

Ich weiß, es ist schwer zu verstehen. Wir werden bestimmt noch oft drüber reden..

Mondrian

5.4.17

Ich meine es anders. Wenn ICH wusste es ist falsch und Tat es trotzdem. Bewusst!

Und mit *ich weiß es gibt andere*, meine ich andere Betroffene. Aber die sind frei! Wurden nur als Kind gequält! Warum hört es bei mir nicht auf? Also muss es an meiner Dummheit liegen!

Wenn dann der Körper tot ist, wie ist dann möglich, dann die bösen in mir es bereits geschafft haben Teile von mir zu töten?

Merle

5.4.17

Gefühle und Wissen und Handeln ist verteilt auf unterschiedliche Anteile. Bei den Handlungen kommen verschiedene Einflüsse von verschiedenen Anteilen zusammen. Deswegen ist es mit der Verantwortlichkeit nicht so einfach.

Manchmal tut man etwas aus Rache, oder aus Angst, oder um zu spüren, daß man in dem Augenblick selbst Macht hat.. – über all das kann man nachdenken. – Wenn du und ihr erst FREI seid von den Tätern, dann werdet ihr (und wirst du) auch die Freiheit haben, dich verantwortlich für etwas zu entscheiden. – Aber jetzt ist niemand frei von euch. Auch nicht zu einer freien und verantwortlichen Entscheidung. Das würde jeder Richter so sehen.

Die anderen Betroffenen: Stimmt nicht ganz. Es gibt nicht wenige Betroffene von Tätergruppen, die auch als Erwachsene noch in der Gewalt von Tätern sind. Das ist sehr unterschiedlich. – Du kannst im Netz viel nachlesen über Menschenhandel zur Zwangsprostitution. Auch auf meiner Website (www.dissoziation-und-trauma.de).

Es gibt Initiativen, die Ausstiegshilfe organisieren für solche erwachsene Betroffene. (Ich suche grad auch für euch sowas.)

Ich hab auch zur Zeit noch mit einer anderen erwachsenen Betroffenen Kontakt, auch über Mail, die in einem anderen Bundesland in der gleichen Situation steckt wie ihr. (Auch sie hat ein kleines Kind.)

Kinder können sich niemals befreien von solchen Tätergruppen. Mit Dummheit hat das NICHTS zu tun, daß du (und ihr) noch nicht frei seid, sondern es ist der Zufall, daß die Täter bei euch noch aktiv sind. –

Teile allein sterben nicht. Wenn sie verschwunden zu sein scheinen, hat das damit zu tun, da sie ganz nach innen gedrängt sind. Sowas kann geschehen – entweder weil sie selbst es nicht ausgehalten haben oder durch Konditionierungen der Täter. Oder sie haben sich freiwillig

Wird keiner helfen?

verbunden mit anderen Teilen.

Auch dein Mutismus bedeutet nur, daß das Sprechenkönnen abgespalten (dissoziiert) ist. Das Reden wird irgendwann einmal ganz sicher wieder hervorkommen.

Mondrian

5.4.17

Okay, danke

Nur bitte noch zwei Fragen, dann lass ich Dich in Ruhe, damit Du Dich um die andere Frau kümmern kannst.

Denkst Du, Frau Z. hat recht, und ich gehöre in ein betreutes Wohnen?

Und denkst Du, ich bin als Mama geeignet?

Merle

5.4.17

Hey Merle,

die andere Betroffene? Von der hab ich schon seit Tagen nix gehört. – Du kannst immer mailen und sollst wissen, daß ich antworte, wenn ich kann. Aber manchmal kann ich dann eben nicht sofort. (Das gilt auch für die andern Teile.)

Betreutes Wohnen: Es gibt keine Angebote von Betreutem Wohnen, die sich mit DIS und Organisierter Gewalt auskennen. Höchstens mal einzelne Mitarbeiterinnen. Außerdem müßt ihr sowas auch gemeinsam entscheiden, mit anderen Anteilen/Persönlichkeiten. – Wirkliche Hilfe vor Ort wäre natürlich gut, aber die haben wir noch nicht gefunden.

Ich glaube, jetzt ist es erstmal wichtig, daß du und andere in deinem System verstehen lernen, was mit euch los ist. Und dann später auch gemeinsam etwas entscheiden können, also: was für ein Leben ihr anstrebt.

Ich hab ja doch schon mit einigen deiner Innenpersönlichkeiten Kontakt gehabt. Von daher weiß ich, daß es noch einige gibt, die sehr differenziert, intelligent und bemüht sind, zu einem guten Leben zu finden. Genauso wie du. Wenn ihr einmal zusammenarbeiten könnt, dann bin ich eigentlich sicher, daß ihr selbstbestimmt leben könnt.

Ich glaube, du bist als Mama nicht allein, sondern es gibt noch andere, die sich so fühlen. Und auch hier ist das Zusammenarbeiten wichtig. So ist es eben in einem DIS-System. Ich weiß natürlich nichts, wie es mit Amelie im Alltag geht, aber vom Foto her hatte ich das Gefühl, daß es ihr im wesentlichen gut geht.

Liebe Grüße!

Mondrian

5.4.17

Ich glaube wir verstehen uns ständig falsch. Ich meinte die andere betroffene mit der Du mailst... Und, ich glaube Du hast eine völlig falsche Vorstellung von mir.?

Ich denke ich bin in Bezug auf diesen ganzen Mist ziemlich blöd, aber ansonsten halte ich mich schon für intelligent.

Ich wollte wissen, ob Menschen die DIS haben, automatisch ihre Kinder verlieren?

Wird keiner helfen?

Also aufgrunddessen nicht als Mama geeignet sind!?

Merle

5.4.17

Merle, ich weiß, daß du die andere Betroffene meinst. Ich hatte die auch gemeint.

Ich habe dich nicht für unintelligent gehalten.

Mir ist unklar, inwieweit wir uns da falsch verstanden haben. – – Ist halt immer schwierig, wenn man nur mailen kann.

Natürlich verlieren Menschen, die DIS haben, NICHT automatisch ihre Kinder! (Diese Frage hattest du aber nicht gestellt.) – Ich weiß von einigen Frauen mit DIS, die mit ihren Kindern leben und es geht offenbar gut. Warum auch nicht? Das Problem ist nicht das Vielesein, sondern, wenn es noch Täter in der Gegenwart gibt!

Ob jemand als Mutter geeignet ist, hat ja mit sehr vielem zu tun. Natürlich auch damit, ob diejenige selbstbestimmt leben kann. Und wer Viele ist, muß sich eben abstimmen mit den anderen – sonst ist es schwierig mit dem selbstbestimmten Leben.

Mondrian

5.4.17

Deshalb lassen Sie uns Ostern im Stich!

Sie sagen Sie kennen sich aus. Dann wissen Sie genau was uns an Ostern passieren wird!

5.4.17

Ich versuche, was ich nur kann. – Und zwar auch wegen Ostern. Bin aber auch kein Zauberer.

5.4.17

Mondrian es tut mir leid. Ich war das nicht. Aber ich habe auch große Angst vor Ostern und das verrückte ist, ich weiß nicht mal warum!

Was passiert eigentlich wenn die anderen Teile ob lieb oder böse, mir sagen was sie wissen?

Verschwenden diese dann? Bekomme ich dann alles, also zum Beispiel das Leid, Wut usw. ? Oder verschwinde ich?

Merle

5.4.17

Mondrian, ich weiß nicht was ich noch alles getan habe, was Dich verärgert hat? Es verletzt mich sehr, dass Du nicht mehr antwortest. Es ist so viel in mir was mich kaputt macht, was mich zerreißt! Und ich dachte, hatte sehr gehofft, in Dir jemanden gefunden zu haben, dem ich erzählen kann... doch das Gefühl etwas schlechtes getan zu haben, wieder allein gelassen zu werden, dass tut zu weh!

Vielleicht hast Du ja auch einfach keine Zeit mehr für mich.

Wird keiner helfen?

5.4.17

Ich kann einen Teil verstehen, schon seit gestern. Einen Jungen! Und er hat recht! Er sagt mir die ganze Zeit vertraue nicht! Du wirst allein gelassen! Verraten! Höre nicht auf das was Mondrian sagt! Kein Wunder das die mir so weh tun! Ich bin so dumm!!!! Ich hasse mich so sehr!!!!

5.4.17

Liebe Merle, heut ist mein Bruder zu Besuch gekommen und wir haben die letzten Stunden gegessen und geredet. Jetzt werden wir noch einen Abendspaziergang machen und dann ins Bett gehen – aber vorher wollte ich nochmal gucken, ob was gekommen ist von dir oder euch.

Bitte, versuch zu verstehen, daß ich nicht rund um die Uhr für dich und euch da sein kann, ok?

Das ist keine Ablehnung, aber niemand kann immer am Rechner sitzen – auch du nicht!

Ich geh nicht weg, ich halte zu dir, ganz sicher! Aber ich kann nicht ständig präsent sein für dich. Bitte versuch, das zu verstehen.

Wegen Ostern bin ich noch am suchen, ob ich etwas finde.

Wenn die anderen Teile dir etwas erzählen, verschwinden sie nicht – aber sie können sich dann angenommen fühlen (wie ein Kind, das vorher ganz allein war!) – und dann könnt ihr eure Kräfte miteinander verbinden. Verschwinden geht nur, wenn Anteile gemeinsam beschließen, sich zu integrieren, also dauerhaft zusammenzu"wachsen". Auch du verschwindest nicht.

Ich hab auch noch eine Mail von jemand anders bekommen, der denkt, ich verrate euch. Ich kann dazu nur sagen: ich kann verstehen, daß Anteile total mißtrauisch sind, weil ihr so oft im Stich gelassen worden seid. Ich kann dir und euch aber nur versichern, daß ich euch NICHT alleine lasse. Für mich ist es keine Arbeitsstelle, daß ich euch unterstützen möchte, sondern ich als Mensch will es. Wenn ihr euch mal meine Informationsseite www.dissoziation-und-trauma.de anguckt, könnt ihr sehen, daß ich mich sehr mit diesen Themen beschäftige – und nur freiwillig, ohne Geld. Hallo an den Jungen: vielleicht magst du auch mit mir schreiben?

Ich geh jetzt noch ein bißchen raus mit meiner Freundin, lasse aber den Rechner noch an. Wenn ich zurückkomme, guck ich nochmal, ob was von dir (euch) gekommen ist und antworte dann noch – bevor ich anschließend ins Bett gehe.

Mondrian

6.4.17 19:23

⊗

6.4.

Gebt nicht auf. Es geht weiter – auch wenn es sehr schwer ist. Ich denke, es hat sich schon etwas geändert in eurem System. Mondrian

6.4.

mude

Wird keiner helfen?

6.4.

Ja, das versteh ich. Wenn ihr euch doch abwechseln könntet! Daß jemand sich innen ausruhen kann und jemand anders den Körper übernimmt. Abwechselnd.

6.4.



7.4.17 7:56

Hallo Mondrian,

Was, wenn ich meiner lieben Amelie schade? Wenn meine Amelie, wenn sie erwachsen ist, keinen Kontakt mehr mit mir möchte?

Dann war doch sowieso alles umsonst!!!!

Merle

7.4.17

Hallo Merle,

es gibt gibt Anteile in dir, die es gut meinen. Die helfen auch mit, aufzupassen. Aufpassen ist wichtig, auch auf Amelie – daß sie Tätern nicht in die Hand fällt!! Daß ihr von innen, aus eurem System, Schlechtes geschieht, glaub ich nicht. Von sowas hab ich noch nie gehört.

Aber es geht ja auch weiter bei dir und euch! Schritt für Schritt.

Mondrian

7.4.17

Das kann also auch passieren!!!? Oh man, was bin ich nur für eine Mama???

7.4.17

Merle, du bist doch nicht schuld daran, daß erwachsene Täter dich und euch seit der Kindheit tyrannisiert haben und vielleicht noch immer Einfluß haben! – Aber um alle Bedrohungen abzuwehren, ist es sehr wichtig, daß du alles tust, um Kontakt mit deinen Anteilen zu bekommen. DAS ist deine Aufgabe.

Mondrian

7.4.17

Also hat mein Ex recht. Ich bin eine Gefahr für mein eigenes Kind! Ich mache dasselbe was mit mir gemacht wurde...

Dann sollte Amelie bei Papa sein und ich sollte weg sein! Ich bin so müde kann nicht klar denken... weiß nicht was ich tun soll!!!

7.4.17

Merle, das ist Quatsch! Du bist ein wertvoller Mensch, der es verdient, daß ihm geholfen wird.

Kein Abfall, der weggeworfen wird, wenn er nicht mehr gebraucht wird. Du hast Amelie geboren, du bist ihre Mutter – und dein Ex sollte auch mit deinem Kampf solidarisch sein, weil du die

Wird keiner helfen?

Mutter seines Kindes bist. Sonst hat er nicht verdient, daß er Amelie als Kind hat!
So ein Männergerede kotzt mich an!
Bitte, nimm dir das nicht so zu Herzen!
Aber es ist natürlich wichtig, daß du jede Möglichkeit nutzt, zur Ablösung von den Tätern und zur Heilung beizutragen.
Mondrian

7.4.17

Frau Z.! Bitte zu Frau Z.! Sie hilft uns! Bitte! Bitte! Bitte!

7.4.17

Hallo ihr Kleinen,
ihr seid nicht mehr in der Klinik, wo Frau Z. war. Ich versuche, euch zu helfen, und es wird bald auch noch andere Helferinnen geben.
Mondrian

7.4.17

Bitte wir brauchen Frau Z.. Wir sind müde und wollen endlich schlafen. Frau Z. hilft uns dabei beschützt uns.

7.4.17

Frau Z. ist nicht mehr da! – Ihr könnt innen euren Sicheren Ort suchen, den ihr mit Frau Z. zusammen gebaut habt.

7.4.17

Nein das geht doch nicht! Die bösen machen doch immer alles kaputt!

7.4.17

Das ist schade! Aber sie könnten sich einen eigenen sicheren Ort machen!
Sie sind eigentlich gar nicht böse, nur verstehen sie noch nicht, wie alles zusammenhängt.
Das ist schade.

7.4.17

Wir müssen Frau Z. aber finden. Wir müssen doch schlafen

7.4.17

Hallo Mondrian,
Aber so fühle ich mich! Mein Ex macht mir großen Druck! Und ich mache mir große Sorgen um Amelie, ich möchte ihr auf keinen Fall schaden! Ich liebe Amelie so sehr!
Mein Kopf ist so voll, so viel Chaos und so laut! Ich weiß wirklich nicht was das richtige ist, was ich tun soll.
Danke das Du da bist!!! Merle

Wird keiner helfen?

7.4.17

Hallo Merle,

das ist sehr schlimm mit deinem Ex!!! – Umso wichtiger ist es, daß du alle Möglichkeiten nutzt, um für dich Sicherheit zu erreichen. Der Termin am 8. Juni in der Uniklinik ist ein wichtiger Schritt dazu. Und nach wie vor, daß du versuchst, Kontakt mit anderen Anteilen aufzunehmen! – Ich suche auch nach Unterstützungsmöglichkeiten, für dich und euch.

Mondrian

7.4.17

Ich weiß das der Termin im Klinikum sehr wichtig ist! Ich brauche und suche diese Hilfe auch! Doch es gibt ein großes Problem für mich. Wieder so ein innerer Konflikt! Das beschäftigt mich schon seit dem ich von dem Termin weiß.

Wahrscheinlich wirst Du es lächerlich finden, aber mich macht es kaputt...

7.4.17

Welcher Konflikt? Ich finde nichts lächerlich, was du empfindest, weil ich weiß, es ist alles ernst!

7.4.17

Ich habe online gelesen, dass es in dem Klinikum auf dieser Station nur zwei und drei Bett Zimmer gibt. Das kann ich nicht ertragen! Zu viele Trigger! Das halte ich nicht aus! Aber ich brauche Hilfe! Sonst verliere ich auch meine Amelie!

Ich weiß nicht ob Du verstehen kannst, aber es mir zu viel. Der Druck von meinem Ex und der ganze Druck von Innen! Und ich weiß, es nervt, aber ich bin sooo müde!!!!

Ich weiß, ich muss kämpfen, doch kann ich bald nicht mehr...

7.4.17

Merle, ich kann das natürlich gut verstehen!! Es ist wohl eine Geldfrage, daß sie keine Einzelzimmer haben. – Du solltest gleich bei deiner Ankunft sagen (oder schreiben), wie belastend es ist für dich – und dann jeweils auch deine Empfindungen (Trigger). Deshalb bist du ja dort – damit sie deine Situation verstehen können.

Ich denke, auch für andere innen ist es eine besondere Situation. Es könnte anders werden, als du dir jetzt vorstellst.

Du kannst ja sicher sein, daß dort keine Täter sind, niemand, der dir etwas tun will. Und mit den Triggern umzugehen, ist schon Teil der Aufarbeitung, der Therapie.

Wenn du dein Smartphone dabei haben kannst, kannst du ja auch mir schreiben, wie jetzt auch. (Und die andern innen auch.)

Es geht jetzt wirklich um deinen (und euern) KAMPF UM DAS GUTE – und das ist natürlich nicht einfach, und auch belastend. Aber es geht in die richtige Richtung!

Mondrian

Wird keiner helfen?

7.4.17

Wie soll ich das aushalten dort? Ich ertrage andere Menschen nicht!!!! Deren Gegenwart, Geruch, Stimme... alles!

Versteh doch bitte, ich brauche diese Hilfe aber kann nicht da hin!!! Verstehst Du das Problem in mir???

In der Klinik XY, Frau Z. hat verstanden, ich muss allein sein. Eben auch wegen den Wechseln... und allem...

Das ist wieder so etwas, ich habe Hoffnung, doch dadurch ist meine Angst so groß, dass ich da nicht hin kann!!! Und dann wird mir klar, es wird niemals aufhören! Es hat nie ein Ende! Frau Z. hat mal zu mir gesagt, ich könne nicht einfach machen das es aufhört. Aber sie hat sich geirrt! Kannst Du Dir das Gefühl vorstellen, keinen Ausweg zu sehen? Egal was Du tust, Du drehst Dich im Kreis! Egal wieviel Mühe Du Dir gibst, es hört nicht auf, wird nicht leise!

7.4.17

Merle, ich verstehe dein Problem. Das haben sehr viele Überlebende von ritueller Gewalt. Aber es gibt wohl keinen anderen Weg, als daß du es – in dieser geschützten Umgebung – dennoch für eine bestimmte Zeit aushältst. Damit gemeinsam andere Wege gefunden werden können, damit umzugehen. Man kann die Trigger nicht immer nur vermeiden ... dadurch gehen sie nicht weg. Mondrian

7.4.17

Merle, ich möchte jetzt bald den Rechner ausmachen für heute. Morgen bin ich wieder da!
Mondrian

7.4.17

Es ist so viel Wahnsinn in mir drin! Ich kann nicht verstehen warum Frau Z. mich einfach allein gelassen hat!

Ich habe große Probleme raus zu gehen, wegen den Menschen, ich kann nicht mit jemandem in einem Raum sein! So gern ich das möchte, vorallem für meine Amelie! Aber ich kann es nicht!

☹️☹️☹️

7.4.17

Ich verstehe! Danke

7.4.17

Nein! Eigentlich verstehe ich es nicht! Ich sage Dir was ich gerade fühle, mich fertig, kaputt macht. Und jetzt wo es mir so richtig schlecht geht, weil mir nochmal so richtig bewusst ist, dass es keinen Ausweg gibt, bin doch wieder allein! Weine, kann mich nicht beruhigen!

Ich habe verstanden, niemand kann immer da sein, dass will ich auch nicht.

Falsch! Ich selber bin das Problem! Ich weiß nicht was ich will! Ich will und brauche Hilfe, aber will nicht permanent getriggert werden, die ständigen Flashbacks kann niemand ertragen!

Wird keiner helfen?

Ich will nicht das Gefühl haben, dass jemand zuhört und ich dann doch allein sein. Genau dann, wann es mir so richtig schlecht geht! Wissen Sie, ich habe das alles so satt! Alles wiederholt sich. Immer und immer wieder! Ich verdiene nichts anderes!

7.4.17

Nein – nicht du bist das Problem. Die erwachsenen Täter sind das Problem, die eine multiple Zersplitterung erzwungen haben. Glaub mir, so verzweifelt und "wahnsinnig" fühlen sich Überlebende von solcher Gewalt am Anfang immer. Aber Schritt für Schritt können die Flashbacks und Ängste und Trigger und Verwirrungen aufgelöst und geheilt werden.

Der allererste Schritt ist, daß jemand in der Außenwelt ist, der verlässlich da ist. Nicht in jeder Minute, aber grundsätzlich immer, wenn er (oder sie) kann. Oft ist das eine Therapeutin oder ein Therapeut. Frau Z. war es sicher auch – aber sie hatte nur kurze Zeiten. Weil ihr eben nur jeweils für kurze Zeiten in dieser Klinik wart. Aber auch sie war damals nicht rund um die Uhr da für euch.

Versuch dran zu denken, daß ich morgen wieder am Rechner sitze und auf deine Mails antworte. Und auch in der Zukunft. Das ist doch schon ein bißchen besser als wenn ich nicht da wäre – oder?

Und ich denke zugleich auch drüber nach, was dir und Ihnen und euch weiterhelfen könnte. Also bis bald! Mondrian

8.4.17

Hallo Mondrian,

Danke, dass Du gestern noch geantwortet hast.

Du sagst, ich bin nicht das Problem. Doch fühle ich mich so!

Merle

8.4.17

Hallo Merle,

daß du dich als "das Problem" fühlst, hat sicher damit zu tun, daß dir immer wieder Menschen genau das vermittelt haben. Einerseits schon im Elternhaus, wo deine Mutter dir gesagt hat, du bist faul usw. – dann haben die Täter wohl anderen Anteilen vermittelt, daß du "die Schuldige" bist. Und dein Ex scheint es auch so zu formulieren.

Das ist aber alles Blödsinn! Wer kämpft hier am meisten um das Gute? Das bist doch du! Zwar gibt es andere Anteile, die es gut meinen – aber du bist meistens draußen und hast den Alltag zu bewältigen.

Mondrian

8.4.17

Du bist lieb!

8.4.17

Jedenfalls bin ich sehr solidarisch mit dir.

Wird keiner helfen?

8.4.17

Du scheinst mich zu verstehen.?

8.4.17

Ich glaub schon. – Weißt du, ich hab viel mit Überlebenden zu tun gehabt, hab auch die Selbsthilfezeitschriften von Menschen mit DIS gelesen, die es früher gab... das alles hat mir geholfen, zu verstehen, wie es jemandem mit einem solchen Schicksal geht.

8.7.27

Aber warum? Verstehe mich bitte nicht falsch. Ich finde es gut, dass es Menschen gibt wie Dich, die bereit sind sich mit so einem schrecklichen Thema auseinander zu setzen. Aber warum tut man das freiwillig?

Und bitte, wenn ich das sagen darf? Ich finde nicht gut mit Anderen verglichen zu werden. Das was anderen Menschen passiert ist, ist sicher tausend Mal schlimmer gewesen! Also bitte, keine vergleiche!

Merle

PS denkst Du, ich habe Frau Z. krank gemacht? Hat sie mich deshalb allein gelassen?

8.4.17

Warum? Schwer zu sagen. Es gibt so viel Schlimmes auf der Welt – ich kann mich auf der Welt wohlfühlen nur, wenn ich was Vernünftiges mache, es dagegenstelle gegen das Schlimme (die Kriege, die Oberflächlichkeit der meisten Menschen, die Umweltzerstörung...).

Und Menschen, die ihr eigenes Leben leben wollen, nicht mitlaufen mit der Masse, sind mir nahe. Das sind oft Menschen, die Schlimmes erlebt haben.

Der Terror, die Gewalt, die zum Viele Sein führt, gehört in jedemfall zum Schlimmsten, was Menschen erleiden mußten. Das gilt auch für dich. – Aber trotzdem hat natürlich jeder Mensch sein ganz eigenes Schicksal.

Aber du hast gefragt, warum ich dich verstehen kann. – Ich hab nichts erlebt von dem, was du und ihr erlebt habt. Deshalb kann ich sowas nur verstehen über andere Menschen, die davon sprechen oder die ich kenne, oder die etwas aufgeschrieben haben. Das ist kein Vergleichen. Aber wie soll ich sonst mitfühlen können, was ich nie erlebt habe?

Frau Z. war oder ist in der Klinik XY angestellt. Sie ist für die PatientInnen da, die dort eine Zeitlang sind. – Und wenn die Zeit vorbei ist, die ihr von der Krankenkasse bezahlt bekommen habt, geht ihr wieder – und Frau Z. bleibt dort als Therapeutin. Sie hat sich sicher von dir verabschiedet – und hat auch sehr ordentliche, genaue Berichte geschrieben. Es ist ihr bestimmt nicht schlecht gegangen wegen dir oder euch!

Mondrian

8.4.17

Ich habe recht! Du bist lieb!

Wird keiner helfen?

8.4.17

Du aber auch!

8.4.17

Mitfühlen. Ich denke, dass solltest Du nicht wollen.

Das mit Frau Z. war anders. Sie hat mir auch Emails geschrieben. Doch dann hat sie mich plötzlich allein gelassen, obwohl sie mir in der Mail davor noch geschrieben hatte, dass sie das nicht tun würde. Auch wenn ich nicht wieder nach XY komme. Ich verstehe es nicht!

Entweder hat einer von den bösen etwas ganz böses getan? Oder ich habe sie krank gemacht!?⁸⁹
Merle

8.4.17

STimmt: mitfühlen ist das falsche Wort. Nachfühlen.. mich nähern, soweit es möglich ist.

Frau Z.: Ach ja – dann verstehe ich es besser. Leider gibt es das öfter, daß TherapeutInnen und Therapeuten sich selbst überfordern, in ihren Möglichkeiten. Und bei dir gibt es viele Innenkinder, die nur Schutz und Geborgenheit suchen, wie von einer Mutter. Wenn Therapeutinnen (eher als Therapeuten) dann zuviel "mitfühlen" – das paßt zu dem Gedanken hier oben!! –dann versprechen sie zuviel und irgendwann merken sie, es geht nicht. Und dann kommt das Schlimme: sie brechen den Kontakt einfach ab.

Grad für die Innenkinder ist das ein Schock – und bei anderen entsteht zu Recht Wut und Haß und Mißtrauen, sich nochmal auf jemanden einzulassen!!

Es gibt Innenkinder bei dir, für die ist Frau Z. tatsächlich sowas wie die gute Mutter und sie hoffen noch immer darauf, daß sie von der beschützt werden! Daran ist Frau Z. schuld – sie hat den Kleinen zu viele Hoffnungen gemacht.

Wenn jemand beruflich als Psychotherapeut/ Therapeutin arbeitet, darf sie/er nicht solche Versprechungen machen. Das kann niemand durchhalten! – Ich unterstütze auch ein paar Überlebende, auch früher schon – aber das war nie mein Beruf. Ich mach noch ganz andere Sachen und hab dadurch viel mehr Freiraum. Nur dadurch geht das, ohne daß ich mich total überfordere.

(Ach ja, das muß ich dir sagen: auch heute – und morgen – hab ich wieder Nachtdienst und muß deshalb so gegen 18h aufhören mit Mailen. Aber am nächsten Tag gehts weiter!)

Mondrian

8.4.17

Jedenfalls hast du Frau Z. nicht krank gemacht! Es hat sie einfach überfordert – neben der täglichen Arbeit in der Klinik. Sicher haben damals auch andere ihr geschrieben, vielleicht Kinder, vielleicht Wütende.

⁸⁹ Frau Z., die Therapeutin einer Psychosomatischen Klinik, in der M.M. mehrere Jahre lang jeweils über Wochen war, hat differenzierte und angemessene Epikrisen geschrieben. Mit keinem Wort wird dort die Möglichkeit aktueller Tätergewalt angedeutet, obwohl kaum vorstellbar ist, daß sie dies nicht erkannt oder zumindest vermutet hat.

Wird keiner helfen?

8.4.17

Aber Du schreibst von InnenKindern! Davon weiß ich doch gar nichts! Was wenn ich Dir auch schade?

Woher wusstest Du das mit meiner Mutter?

Es war aber noch anderes...

8.4.17

Merle, einige von den InnenKindern mailen manchmal auch mit mir. – Und das von deiner Mutter weiß ich aus den Berichten von XY. Die hat mir jemand von euch geschickt.

Nein, du wirst mir nicht schaden. Ich kann mich ja abgrenzen – hast du ja auch schon gemerkt, daß ich manchmal klar sage, ich geh jetzt ins Bett, muß jetzt den Rechner ausschalten. Und so.

8.4.17

Okay. Jetzt weiß ich nicht was ich sagen soll!

8.4.17

Hab ich jetzt was doofes gesagt ...?

8.4.17

Nein!

Ich bin nur erschrocken! Das Du die Berichte hast und das Dir andere schreiben... Ich weiß nicht wie ich damit umgehen soll. Es macht mir Angst! Ich weiß nicht was "ich" dann getan habe! Was, wenn Du dann vielleicht auch so verärgert bist?

Ich weiß, einer in mir ist auf jeden Fall sehr böse! Was wenn der etwas böses sagt oder tut? Dann bin ich wieder allein!

Ich verstehe nicht, warum alles so blöd sein muss!?

8.4.17

Merle, hab bitte keine Angst. Obwohl ich deine Sorge sehr gut verstehe – nach all dem, was du schon hinter dir hast. (Durch die Berichte weiß ich ja einiges.)

Es ist ganz natürlich, daß Therapie im Zusammenhang mit DIS so anfängt, daß erstmal einzelne Innenpersönlichkeiten nur mit der Therapeutin /dem Therapeuten reden – und erst nach und nach auch miteinander. Vor allem ist es fast immer so, daß die Persönlichkeit, die meistens im Außen ist, sehr wenig weiß von den anderen Teilen.

Natürlich verunsichert dich das jetzt erstmal... und leider hast du offenbar keine so guten Erfahrungen gemacht mit Therapeuten. – Ich kann dich nur bitten, mir eine Chance zu geben, daß ich vertrauenswürdig bin. Und, wie geasgt, es haben auch andere Innenpersönlichkeiten mit mir gemailt, nicht nur Innenkinder.

Ihr alle, jeder von euch, ist ein Opfer. Niemand von ihnen ist böse. Auch die, die jetzt noch voll Wut und Haß sind, haben dafür Gründe. Sie sind geplagt und belogen und mißbraucht worden – zu wem sollten sie Vertrauen haben? Dieses Vertrauen müssen sie erst finden. – Und es gibt für

Wird keiner helfen?

mich keinen Grund, auf jemanden von euch wütend zu sein.

Wütend bin ich nur auf die Täter.

Und ich halte ja auch nicht nur zu dir, Merle. Ich halte zu euch allen, zu jeder und jedem einzelnen! Denn alle gehören zusammen, alle seid ihr in einem Körper, alle seid ihr schlimm behandelt worden und habt Hilfe und Unterstützung verdient.

Mondrian

8.4.17

Bitte! Mein Ex darf niemals an die Berichte kommen! Dann werde ich meine Amelie verlieren!

Bitte verraten Sie mich nicht! Bitte!

Merle

8.4.17

Hallo Merle II – da sind Sie ja wieder! Nein, ich werde diese Berichte niemandem zeigen – und mit ihrem Ex habe ich keinen Kontakt. Mondrian

8.4.17

Bitte, können Sie helfen? Ich bin so müde!

Merle

8.4.17

Leider kann ich so direkt nicht helfen. Wenn Sie Kontakt aufnehmen mit anderen Anteilen, könntet ihr euch gegenseitig unterstützen. Dann können die einen sich ausruhen, während die anderen den Körper übernehmen.

8.4.17

Ich werde nur gequält! Die lassen mich nicht schlafen! Nur Wut, Haß und Schmerz!

Keine Hilfe! Von niemandem!

8.4.17

Versuchen Sie, mit den andern in Kontakt zu kommen. Sagen Sie, daß die Täter schuld an allem sind, daß ihr alle zusammengehört und in einem Körper seid. Hilfe kann nicht nur von außen kommen – ihr müßt selbst auch innen etwas dazu tun!

8.4.17

Warum helfen Sie mir nicht? Wenn ich das tue werde die nur noch wütender!

8.4.17

Ich kann da nicht helfen! Ich bin außen, gehöre nicht zu eurer Innenwelt. Es tut mir leid.

Irgendwann müßt ihr doch lernen, daß ihr zusammengehört. Die andern sind auch Opfer, die leiden!

Wird keiner helfen?

8.4.17

Ich verstehe schon, keiner wird mir helfen! Sie auch nicht! Ich bin ganz allein!

8.4.17

Sie sind kein Kind mehr! Sie müssen selbst etwas tun zur Heilung! Es geht nicht anders. Man kann nicht immer nur jammern.

8.4.17

Danke! Das macht mich nur wütend!

8.4.17

Und im übrigen, dass weiß ich selbst! Ich versuche es doch! Ich hatte auf Ihre Hilfe gehofft! Verletzt wurde ich schon genug! Das brauche ich nicht! Nun geht es mir noch bescheidener.... ! Oh, Entschuldigung, wieder Gejammer!!!!

8.4.17

Es tut mir leid ich bin doch auch hilflos im Moment!! ☹

8.4.17 An alle

Hallo wer das noch liest! – Ich werde in einer halben Stunde zum Nachtdienst gehen, deshalb kann ich dann nicht mehr antworten bis morgen Vormittag.

Bis dann!

Mondrian

8.4.17 Amanda

Warum?

8.4.17

Ihr müßt euch innen kennenlernen und miteinander reden!

8.4.17



Wird keiner helfen?

8.4.17

Es wird weitergehen, ja! Ihr seid nicht verlassen von allen. Aber es geht halt nur Schritt für Schritt.

8.4.17

hilf

9.4.17

Hallo Mondrian,
ich habe Kontakt zu anderen. Was nun?
Merle

9.4.17

Hallo Merle,
das ist gut! – Frag sie, wie es ihnen geht. Versuch, sie zu verstehen. Sie haben ja ihre eigenen Erfahrungen. Frag sie, ob sie dir helfen können. Und wenn sie eine schlechte Meinung von dir haben, frag sie, warum?
Wichtig ist auch dreierlei. Erstens, daß die anderen verstehen lernen, daß ihr alle in EINEM Körper seid und es in eurem Interesse ist, wenn ihr den Körper schützt und zusammenarbeitet.
Zweitens, daß du nicht schuld an etwas warst/bist, sondern du eben auch hilflos warst und gezwungen wurdest zu Taten.
Und drittens, daß ich für ALLE offen bin und ALLE mit mir über diese Sachen reden (schreiben) können, und ich alle unterstützen möchte , ein gutes Leben zu finden.
Mondrian

9.4.17

Okay danke! Mach ich alles
Merle

9.4.17

☺

9.4.17

Bitte lass mich nicht allein!
Merle

9.4.17

Nein, ich lass dich nicht allein!
Mondrian

9.4.17

Ich habe gefragt. Er mit mir "gesprochen"!

Wird keiner helfen?

Es geht ihnen nicht gut.

Die wollen mich nicht! Die sind wütend auf mich! Haben mir gesagt warum, aber ich möchte es nicht sagen.

Ich habe gesagt, dass wir einen Körper haben. Doch die glauben nicht! Werden wütend... !

Bitte sei nicht auch wütend auf mich. Bitte

Merle

9.4.17

Es ist sehr wichtig, daß du das "Sprechen" nach innen übst. Daß es dir leichter fällt. Dadurch entsteht auch Vertrauen von den Abteilen innen.

Und es wäre vielleicht gut, wenn du auch über diese Sachen reden kannst (mit mir), die dir zu schaffen machen. Du hast keinen Grund zu Schuld oder Scham – es ist wichtig, daß du ganz klar die Schuld bei den Tätern erkennst. Denn dieses Verschweigen raubt dir viel Kraft. Du brauchst aber alle Kraft zum Heilen

Denn dann kannst du auch mit den anderen innen darüber sprechen und ihnen erklären, wie es für dich ist, wie deine Situation ist usw. Die anderen irren sich, und das kannst du ihnen dann erklären. Dann brauchen sie nicht mehr wütend auf dich zu sein.

Mondrian

9.4.17

Ich kann nicht. Er sagt böses über Dich.

Merle

9.4.17

Natürlich kannst du. Warum denn nicht?! Es ist wichtig, daß wir deine Innies verstehen lernen – und auch, welche Meinungen sie haben. Denn die Meinungen (auch über mich) haben doch Gründe. Es geht immer ums Verstehen, Merle. – Verschweigen hilft überhaupt nichts! Wir können über alles reden. Nur die Täter müssen Geheimnisse haben, denn nur die haben Böses getan.

9.4.

Bitte zuerst eine Frage. Ich habe eine Mail von gestern Abend gelesen. Warum warst Du so gemein zu mir? Was habe ich Schlimmes getan? Warum verletzt Du auch?

Merle

9.4.

Welche Mail meinst du? Diese hier: "Sie sind kein Kind mehr! Sie müssen selbst etwas tun zur Heilung! Es geht nicht anders. Man kann nicht immer nur jammern." – ?

Es ist leider wirklich ein Problem: ihr MÜSST selbst aktiv werden und aus der Opferrolle rauskommen. Ich habe 100 Mails von euch bekommen, auf denen immer nur stand: "bitte hilf! bitte hilf!" und "Ich bin ganz allein! Niemand hilft mir!" ähnliches. Und das geht leider nicht. – Es ist ganz, ganz wichtig, daß ihr eure eigene Verantwortlichkeit für euer Leben erkennt.

Manchmal muß man da auch ein bißchen schimpfen. – Auch wenn ichs ungern getan habe,

Wird keiner helfen?

aber... ja, so sehe ich es eben.

Mondrian

9.4.17

So etwas schreibe ich nicht!

9.4.17

Und das tue ich! Ich bin hier mit Amelie. Wir kommen zurecht! Ich bin eine liebe Mama und Sorge sehr gut für meine kleine Maus!

Meine Wohnung ist aufgeräumt, ich komme mit den Finanzen zurecht, rauche und trinke nicht, von Drogen halte ich sowieso nichts und wie gesagt, dass wichtigste, ich habe eine Tochter die ich liebe und die mich liebt!

Aber dass ist das Problem, was einfach keiner verstehen will!

Nach Außen glänzt alles, doch Innen drin bin ich kaputt!

Was ich nicht verstehe, egal wer, jeder hat immer sofort einen Grund mir weh zu tun! Du sagst, es wäre nicht meine Schuld, warum bin ich dann nur zum verletzt werden da?

Merle

9.4.17

Ich weiß, aber andere Innenpersönlichkeiten haben das geschrieben, ganz oft, – aber leider weiß ich von vielen keinen Namen. Es kommen eben manchmal welche von euch kurz nach oben, schreiben eine Mail, und verschwinden wieder. Dann wird es sehr schwer zu wissen, wer jetzt welche Mail geschrieben hat. – Wie soll ich das dann richtig machen, bei der Antwort?

Ich weiß, DU, Merle, bist selbstverantwortlich. Aber eben andere noch nicht. Sie müssen es erst lernen.

Und die Antwort auf deine Frage in der zweiten Mail, warum du immer verletzt wirst: Du bist eben nicht alleine, und durch die vielen unterschiedlichen Verhaltensweisen deiner Anteile bist DU, weil du meist im Außen bist, immer irritiert und bekommst etwas ab, was mit dir nichts zu tun hat.

Genau deshalb ist es doch so wichtig, daß ihr einander kennenlernt und miteinander Kontakt habt.

Merle, ich bin jetzt etwa ne halbe Stunde nicht am Rechner, weil ich mal um den Block gehen muß. Dann wieder!

Mondrian

9.4.17

Okay. Leider verstehe ich nicht wie Du das meinst.□

Zu dem was der Junge sagt.

Er sagt vertraue nicht! Ich soll nicht auf Dich hören. Du wirst mich allein lassen! Das, dass was er sagt wahr ist, nicht was Du sagst.

Er ist auch wütend auf mich, weil ich verantwortlich sein soll, dass er noch immer leiden muss!

Er sagt schlechte Wörter zu mir, die möchte ich wirklich nicht wiederholen. Merle

Wird keiner helfen?

9.4.17

Liebe Merle, bitte frag mich immer, was genau du nicht verstehst. Es ist so wichtig, daß wir nicht aneinander vorbeireden – es gibt so schon so viele Verwirrungen!

Was der Junge sagt, das empfinden wohl einige innen. Sie haben ja schließlich auch die Erfahrung gemacht, daß Leute außen ihnen nicht helfen konnten und sie dann irgendwann alleingelassen haben. Das versteh ich!

Leider kann ich dem Jungen und den anderen nicht beweisen, daß ich zu euch halte. Ich kann nur hoffen, der Junge und die anderen innen merken es mit der Zeit.

Du könntest ihn auch fragen, wer dafür verantwortlich ist, daß du nicht mehr sprechen kannst. Und wie das geändert werden könnte.

Du könntest ihn fragen, wieso er meint, daß du verantwortlich bist, daß er noch leiden muß. Genau da geht es wieder um die Täter – die nämlich verantwortlich sind auch für bestimmte Sachen, die du machen mußt. Über all das solltest du ehrlich reden mit den Anteilen innen – und am besten auch mit mir.

Es ist viel Arbeit, das alles, ja – aber du möchtest doch ein Leben in Frieden finden, mit Amelie. Dieses Kennenlernen innen und gemeinsam über alles reden ist der Anfang dieses guten Weges.
Mondrian

9.4.17

Das verstehe ich nicht...

...Dann wird es sehr schwer zu wissen, wer jetzt welche Mail geschrieben hat. – Wie soll ich das dann richtig machen, bei der Antwort?

Das was Du mir über den Jungen sagst, verstehe ich. Aber wenn ich Dir nun alles sage was er mir sagt, wird er doch noch wütender auf mich!

Er sagt, ich bin Schuld! Weil ich mich nicht gewehrt habe! Damals. Und jetzt, würde ich zulassen, dass ☹ ich kann das nicht wiederholen was er sagt! Entschuldige!

Merle

9.4.17

Merle, ja, es ist jetzt noch schwer, die Mails, die Antworten auseinanderzuhalten. Das wird sich ändern, wenn andere Persönlichkeiten ihren Namen sagen. Denn das ist ja auch deren freie Entscheidung – und es hat mit Vertrauen zu tun. (Ein paar haben mir ihren Namen schon gesagt.) Aber du weißt ja jetzt, daß manchmal eine Antwort von mir nicht an dich gerichtet ist. Und wenn du doch unsicher bist, fragst du einfach. Und ich sag dir dann, die Mail war ne Antwort auf diesen oder jenen Satz – und du weißt, den hast nicht du geschrieben.

Das geht schon. Es wird sicher auch übersichtlicher werden!

Du hast dich damals nicht gewehrt, weil du hilflos warst. Weil du belogen und bedroht worden bist. Und weil du noch ein Kind warst, ganz am Anfang!! Das kannst du dem Jungen erklären. – Er kann es nur dann verstehen, wenn man es ihm erklärt.

Und daß du es jetzt zuläßt, hat vermutlich mit bestimmten anderen Anteilen zu tun, die es ok finden – oder die es aus Angst mitmachen wollen. Das müssen wir noch verstehen lernen mit der

Wird keiner helfen?

Zeit.

Du solltest nicht so viel Angst haben vor dem Jungen oder anderen Innenpersonen. Sie sind alle nicht die Bösen. Sie leiden auch und verstehen das alles nicht richtig, wie du auch.. Ihr gehört zusammen.

Mondrian

9.4.17

Und wenn er recht hat? Ich mich nicht gewehrt habe!

Du sagst das so einfach. Aber er ist nicht allein. Es sind ganz viele! Die sind viel stärker als ich!

Und die tun mir weh! Das bilde ich mir nicht ein! Das tun die wirklich! Und er droht mit

Schlimmerem! Tut mir leid, aber mir macht das Angst!

Merle

9.4.17

Merle, man nennt das Trauma. – Wenn Menschen sich völlig hilflos fühlen und auch nicht fliehen können, dann erstarren sie, dann können sie sich nicht mehr wehren. Das ist sehr oft so bei Vergewaltigungen! Und oft denken die Frauen dann, sie sind schuld, weil sie sich nicht gewehrt haben. Aber dabei hängt es so zusammen. – Sowas wird es auch bei dir sein.

Ich denke, du hast diese Erfahrung seit der Kindheit gemacht, du hast diese Hilflosigkeit gelernt. Es wäre besser, wenn ich dir solche Sachen selbst sagen könnte, nicht nur aufschreiben, – damit du vielleicht besser spürst, daß ich ganz solidarisch mit dir bin.

Ich glaub dir, daß bestimmte Innenpersönen stärker sind als du. Aber im Grund gehört ihr doch zusammen – und sie könnten wichtige Kampfgefährten sein auf dem Weg zur Heilung. Versuch es doch immer mal, mit denen zu reden. Aber natürlich ist es deine Entscheidung!

Merle, denk dran, ich muß heut wieder zum Nachtdienst. Das heißt, ich werde bald mal aufhören müssen mit mailen. Fühl dich dann nicht verlassen – morgen geht es weiter!

Mondrian

9.4.17

Entschuldige, aber etwas anderes...

Ich bin gerade unterwegs, war bei meinem Bruder die Katzen versorgen, er ist mit seiner Familie im Urlaub. Was mich gerade total nervt, wütend macht... kannst Du Dir vorstellen wie es ist..., Menschen starren mich an, als wüssten sie ganz genau wie ich ich wirklich bin! Genau das was der Junge gesagt hat!

????

Merle

9.4.17

Merle, ich vermute, daß dir die Täter genau das immer eingeredet haben – sicher schon in der Kindheit: Daß du die Schuldige bist und daß dir das jeder ansieht. Irgend so einen Schwachsinn!! Denn natürlich ist es nicht so. Niemand sieht etwas Besonderes oder Schlechtes. Du hast auch nichts Schlechtes an dir!!!! Ich hab doch ein Foto von dir – und du siehst sehr gut darauf aus,

Wird keiner helfen?

nichts Schlechtes!

Mondrian

9.4.17

Weißt Du, ich weiß immer nicht so richtig ob Du mich verstehen kannst.?

Ich möchte, nein ich muss das tun! Die Therapie habe ich damals begonnen um für Amelie besser da sein zu können. Das nun alles in Frage steht, ist eine andere Sache...

Doch bin ich trotz Deiner hilfreichen Unterstützung HIER allein! Was wenn er das tut was er droht?! Dann hat Amelie gar keine Mama mehr!

Wie soll ich mich denn vor mir selbst schützen????

Merle

9.4.17

Merle, ich glaube, du meinst, daß ein inneres Bedürfnis dich dazu bringt, es zu tun. Auch das gibt es oft – wenn jemand seit der Kindheit herangeführt wurde und jahrelang gelernt hat, so zu leben, so zu empfinden.

Aber trotzdem bist du schuldlos. Am Anfang stand Zwang, Gewalt, Unterdrückung eines Kindes. Der Weg, das alles zum Guten zu ändern, ist so, wie du ihn jetzt begonnen hast: zu lernen, mit den Innenanteilen Kontakt aufzunehmen, – und mit mir. Und den Innenpersonen dadurch auch zu ermöglichen, zu lernen und Kontakt mit mir aufzunehmen.

Und als nächster Schritt dann der Termin in der Uniklinik. Es geht Schritt für Schritt und du bist auf dem richtigen Weg. Und ich werde dich dabei nicht im Stich lassen.

9.4.17

ICH WEISS DAS KLINGT DOOF UND NICHT REAL, ABER ER BZW DIE WOLLEN MICH TÖTEN!

Bitte Mondrian, verstehe mich

Merle

9.4.17

Deine Innenanteile haben vielleicht den Auftrag, "dich" zu töten – ein Auftrag von den Tätern!! – aber sie müssen erfahren, daß sie dann auch sich selbst töten. Denn es ist alles in einem Körper. DAS mußt du ihnen sagen.

Diese Drohung, zu töten, gibt es immer, – aber das ist eine Konditionierung der Täter, die die Innenpersonen angenommen haben, weil sie nichts besseres wußten.

Es gibt aber auch Innenerenonen, die es gut mit dir und dem Körper meinen.

9.4.17

Doch, Du hast es richtig verstanden. Danke

Das wir einen Körper haben, habe ich dem Jungen schon oft gesagt. Er sagt nur, dass Stimme nicht, dass es Lügen sind die Du mir sagst. ☹ ???

Merle

Wird keiner helfen?

9.4.17

Merle, das ist der Schlüssel für alles andere: die Innenpersonen müssen verstehen lernen, daß ihr einen Körper gemeinsam habt. DANN können sie sich überlegen, GEMEINSAM mit dir den Körper zu schützen. Euer Körper ist euer Zuhause auf der Welt!

So, aber ich muß jetzt aufhören bis morgen. Sei mir nicht böse – du weißt ja: Nachtdienst.⁹⁰
Bis morgen, ok? Es geht weiter.

9.4.

hilf

9.4.

Sie ist schuld!

9.4.

Du wolltest mir nicht zuhören! Sie wird es nun müssen!

9.4.

Merle und du, ihr gehört zusammen und niemand von euch ist schuld. Schuld haben nur die Täter. Ihr wart hilflos, sie auch. Ihr habt einen Körper zusammen und könnt zusammen auf ihn aufpassen.

9.4.

NEIN haben wir nicht! Ich weiß es genau! Ich habe sie schlimm verletzt und nichts gefühlt und gespürt!

9.4.

Die Gefühle und die Erinnerungen sind verteilt. Einige von euch fühlen etwas, andere nicht. Einige wissen etwas, andere nicht. Das nennt man Dissoziation. – Trotzdem ist es ein gemeinsamer Körper. Ich belüge dich nicht!!

9.4.

Das stimmt doch nicht. Ich fühle doch Schmerz. Den Schmerz der Männer zum Beispiel!

9.4.

Ja, es kann alles verteilt sein. Das kommt, weil die Männer euch zu verschiedenen Aufgaben gezwungen haben.

9.4.

NEIN sie tun es doch noch immer und das ist alles ihre schuld! Sie ist einfach zu dumm!

⁹⁰ Inzwischen hatte ich die Möglichkeit aktiviert, auch aus dem Nachtdienst zu mailen, über einen anderen Kanal, der zunächst nur von bestimmten Ichs genutzt wurde.

Wird keiner helfen?

9.4.

Alleine hat sie die Kraft nicht, Widerstand zu leisten. Aber es wäre mehr Kraft da, wenn ihr sie unterstützt. Ihr alle zusammen könnt auf den Körper aufpassen. Dann können wir gemeinsam Wege finden zu eurer Sicherheit!! Damit es niemandem mehr wehtut.

9.4.

Ich töte sie dann hört es auf!

9.4.

Wenn du sie tötest, tötest du dich auch. Es ist nur ein Körper da!! – Aber es gibt die Möglichkeit der Rettung.

9.4.

NEIN nein nein kein Schmerz, keine Qualen kein Ostern mehr!

9.4.

Es tut mir sehr leid, daß es so schlimm ist. Ich möchte euch auf jedenfall helfen, daß es Rettung gibt.

10.4. 00:41

Ich wollte das nicht

10.4. 06:53

Ja, das glaub ich dir.

9.4. 19:59

Bitte lass mich an Ostern zu dir. Du willst meinem Namen wissen? Ich sag es dir. Kati ich bin sieben. Bitte ich kann Ostern nicht hier sein. Schreckliches wird passieren!⁹¹

Bitte lass mich zu dir und pase auf mich auf. Bitte bitte

10.4.17 00:04

Bitte lass mich nicht allein hier bitte ich möchte zu dir. Ich werde keinen Ärger machen und ganz lieb sein. Bitte

Kati

10.4. An Kati

Hallo Kati, ich hab nur eine ganz kleine Wohnung zusammen mit meiner Freundin, und zu Ostern kommt Besuch zu uns. Es geht nicht – und andere von euch würden es auch nicht mitmachen. – Du kannst nur versuchen, dich ganz nach innen zu verkriechen, wo du nix mitkriegst!

⁹¹ Ostern hat eine besondere Bedeutung in satanistischen Kultgruppen.

Wird keiner helfen?

Aber du wirst es überstehen – und es gibt einen Weg der Befreiung, bei dem ich euch auch helfen möchte.

Mondrian

10.4.17 An Merle – wichtig!

Hallo Merle, wenn du dies liest, melde dich doch bitte bei mir. Es gibt eine wichtige Nachricht.

Mondrian

10.4. 12:13

Ich habe was gefunden, wo ihr Ostern aufgenommen werden könnt.

10.4. 14:02

Hallo, was meinst du?

Du willst uns doch nicht!

10.4.

Nein, nicht bei mir.

10.4.



10.4.

Sags doch bitte mal Merle, das sie sich meldet per Mail! Danke.

10.4.



10.4.

Nicht weinen, sondern Merle Bescheid sagen, bitte.

10.4.



10.4.

???

10.4.17

Hallo Mondrian,
hier ist Merle...

Wird keiner helfen?

10.4.17

Hallo Merle,

es geht um Ostern. Du und andere innen haben doch sehr viel Angst speziell wegen Ostern. – Ich habe die Oberärztin im Uniklinikum gefragt. Du kannst über Ostern dort aufgenommen werden, ab Mittwoch (oder Donnerstag, wie du möchtest) bis nach Ostern. Natürlich bist du dort völlig frei und kannst jederzeit wieder gehen. Es geht auch nur über die Ostertage.

Ich hab ihr gesagt, daß es bei dir sehr unangenehm ist, ein Zimmer mit jemandem zu teilen. Die Stationsärztin, mit der ich vorhin telefoniert hab, sagte, sie kann zwar nicht versprechen, daß du (ihr) in einem Zimmer allein sein könnt, aber sie nimmt das ernst und möchte versuchen, das ihr allein in einem Zimmer sein könnt.

Ich weiß, daß es dennoch für dich nicht leicht ist, aber ich denke, du (und die anderen innen) kannst dadurch schon ein bißchen reinschnuppern, – für den späteren Termin.

Natürlich ist es deine und eure Entscheidung, das Angebot anzunehmen... aber ich denke, es ist vermutlich besser als allein in der Wohnung bleiben zu müssen.

Was meinst du?

Mondrian

10.4.17

Lieber Mondrian, zuerst mal möchte ich Dir danken! Das Du Dir so viel Mühe machst!

Es geht nicht um das allein in der Wohnung sein!!!

Ich wäre wirklich sehr froh, wenn ich dort hin, sicher sein kann! Natürlich ein Zimmer zu teilen wird vermutlich dann nicht gehen...☹

Aber ich möchte da sehr gern hin, es versuchen. !

Was wird dafür gebraucht? Einweisung?

Danke

10.4.17

Wissen die dort bescheid, dass ich nicht sprechen kann

Hast Du etwas über meine Situation gesagt?

Merle

10.4.17

Ich weiß, daß es nicht um das Alleinsein in der Wohnung geht.

Ja, sie wissen, daß du nicht sprechen kannst. – Von deiner Situation habe ich nichts gesagt – außer dem ganz Allgemeinen mit der Schwierigkeit, Kontakt miteinander zu haben innen. Und daß ich dich und euch unterstütze.

Ja, es ist sehr wichtig, daß du es versuchst. Selbst wenn du ein Zimmer teilen muß – das sind ja Flashbacks, und es gehört zur Heilung, gegen die anzukämpfen. Zu erkennen, daß diese Situation JETZT (im Krankenhaus) eben keine Gefahr ist, im Gegensatz zu anderen Situationsen. Indikation ist, daß du (als System) sehr instabil bist und deshalb von einer Selbstgefährdung ausgegangen werden kann. So ähnlich werden sie es dann in den Bericht schreiben.

Wird keiner helfen?

Sie bitten drum, daß ich ihnen morgen Bescheid gebe, ob du kommst, und wann – also du kannst am Mittwoch oder am Donnerstag kommen. Aber damit sie sich mit dem Bett drauf einstellen können.

10.4.17

Also ich werde auf jeden Fall hin gehen. Ob Mittwoch oder Donnerstag weiß ich erst dann... muss schauen ob Andrea mich fahren kann. Kann nicht mit dem Zug, wegen Trigger.... Ich weiß ja nicht was Du alles weißt, aber vermutlich mehr als ich. Ich denke es wäre sicher sehr hilfreich wenn Du sie informieren würdest.?

Merle

10.4.17

Oh nein! Mein Ex!

Wenn er etwas von Selbstgefährdung erfährt, werde ich meine Amelie verlieren!

Ich möchte so so gern sicher sein, aber ich kann nicht! Nicht wenn ich dadurch meine Amelie verlieren kann! Was soll ich tun?

10.4.17

Merle, die Stationsärztin wollte, daß ich morgen Bescheid sage. Meinst du, du kannst das bis dahin klären, wann du kommst? – Aber vielleicht magst du ihnen das selbst schreiben?

Die Adresse ist dieselbe wie auf deiner Einweisung für den Diagnosetag im Juni. Du hast doch das Schreiben?

Ich glaube, es steht mir nicht zu, den Ärzten so viel von dir zu sagen. Weil ja die anderen Anteile mir dazu nicht die Erlaubnis gegeben haben! – Es geht in dieser Osterzeit ja sowieso nicht um Therapie, sondern nur um eine Krisenintervention. Sie werden dort wahrscheinlich nicht viel "machen" mit dir – zumal über Feiertage eh kaum Therapien und so stattfinden.

Falls du später, nach dem Diagnosetag, wirklich für eine Zeit zur stationären Therapie dort hingehen solltest, bin ich gern bereit, mit den Ärzten zu reden – aber eben nur, wenn ihr das erlaubt. Zumindest müßten wir dann ins System rein fragen, ob jemand etwa dagegen hat, daß ich etwas sage, was mit demjenigen Anteil zu tun hat.

Wegen Selbstgefährdung: Die Ärzte stehen unter absoluter Schweigepflicht!! Das war ja in XY genauso. Mach dir da keine Sorgen. Dein Ex kann irgendwelche ärztlichen Aussagen nur erfahren, wenn du sie ihm gibst. Abgesehen davon ist die latente Selbstgefährdung bei diesen Diagnosen eh klar. Aber du kümmerst dich ja auch, siehe Krankenhaus, siehe der Kontakt mit mir. Erfüllst also die Forderung des Vormundschaftsgerichts!

10.4.17

Danke!

Ich verstehe!

Mir wäre lieber, Du sprichst mit denen. Ich werde Donnerstag kommen. Sie sollen bitte klar sagen, wann ich wo sein soll.

Danke

Wird keiner helfen?

PS ich versuche mir keine Sorgen wegen Amelie zu machen, aber vor Gericht hatte mein Ex auch plötzlich Krankenhausberichte die noch nicht mal ich hatte! ☹ auch natürlich gegen mich verwendet!

10.4.17

Liebe Merle,

ok, dann schreibe ich ihnen **morgen**, daß du am Donnerstag kommst. – Wo du hinkommen sollst, hab ich dir in der Mail vorher geschrieben. Die beste Zeit ist in Krankenhäusern meistens von 9–16h. Nach 16h sind nur noch wenige Ärzte da.

Daß dein Ex Krankenhausberichte hatte, versteh ich allerdings nicht. Vielleicht hatte das mit der Gerichtsverhandlung zu tun, – daß er als "Gegenpartei" Akteneinsicht hatte. Aber jetzt ist die Entscheidung ja erfolgt – und du hast die Auflage dich um Therapie usw. zu kümmern. Und das tust du ja. Also!

10.4.17

Entschuldige bitte, dass ich Dich so nerve!

Aber eine Psychiatrie ist das aber nicht?!!!

Und ich werde auch nicht untersucht???

Entschuldige, aber das ist das verquere! Ich möchte, muss da hin um sicher sein zu können, aber habe auch davor Angst!!!!

Mal ehrlich, normal ist das doch nicht?☹

Merle

10.4.17

Es ist die Klinik für Psychotherapie und Psychosomatik. Das ist keine Psychiatrie. – Aber nach allem, was du und ihr erlebt und erlitten habt, ist es klar, daß immer wieder Ängste auftauchen. Ich verstehe das schon, natürlich. – Ich kann dir nur sagen, daß die Ärztinnen dieser Abteilung viel Erfahrung mit Psychotrauma haben, ich hoffe auch mit DIS. Das ist in anderen psychotherapeutischen/psychosomatischen Kliniken nicht der Fall. Insofern hast du schon Glück, daß diese Klinik hier in deiner Nähe ist und du dorthin gehen kannst.

Du nervst mich nicht, kein bißchen!! – Ja, sowas gibts natürlich, daß Leute privat Informationen weitergeben, die sie nicht weitergeben dürften!!

10.4.17

Danke! Du bist sehr lieb!

Merle

10.4.17

Man tut, was man kann! ;-)

Wird keiner helfen?

10.4.17

Ein Zimmer allein wäre wirklich echt super. Sicher könnte ich dort dann auch endlich mal schlafen, zur Ruhe kommen.

Denkst Du ich werde untersucht?

10.4.17

Ich hab keine Ahnung, inwieweit in einer psychotherapeutischen/ psychosomatischen Abteilung "untersucht" wird. Vielleicht machen sie ein Blutbild – wegen eventuellen Medikamenten (und Drogen)? – Mit dem Einzelzimmer.. ich bin froh, daß du es nicht zur Bedingung machst. Aber ich würde es dir natürlich auch wünschen!!

Grüß mal Kati von mir (Innenkind) – sie ist bestimmt sehr froh.

Mondrian

10.4.17

???

10.4.17

Was war jetzt unklar? – Kati (ich weiß, du kennst sie noch nicht) wollte sehr, daß ich mich um etwas für Ostern kümmere, weil sie sehr viel Angst hast. Du kannst ihr den Gruß trotzdem ausrichten, nach innen. Vielleicht kriegt sie es mit.

10.4.17

Da könnte ich ja eigentlich die Unterlagen mitnehmen? Die Berichte von XY. Das wollten die eh haben.

Darf ich Dir trotzdem schreiben? Ich meine, wenn ich dann dort bin.

Blutnehmen geht gerade so... alles andere wird wohl zum Problem... !

Merle

10.4.17

Ja, die Berichte von XY werden sie im Juni eh haben wollen. Denke auch, es ist praktisch, wenn du sie gleich mitnimmst – denn dadurch kriegen sie von Anfang an viel mit von deiner Vorgeschichte. (Jedenfalls das, was die Ärzte in XY mitgekriegt haben..)

Natürlich kann es zwischen uns genauso weitergehen wie bisher! Das hab ich dir doch von Anfang an gesagt. Ob du im Krankenhaus bist oder vielleicht später doch mal eine ambulante Therapeutin findest – ich möchte dich mit meinen Möglichkeiten weiterhin unterstützen, wenn ich darf.

10.4.17

Oh danke, danke, danke!!!!

Wird keiner helfen?

10.4.27

Für meine Fische und Amelies Meerschweinchen ist auch gesorgt. Andrea wird sie füttern. Ich denke, am besten Donnerstag Vormittag muss ich hier weg sein!
Mondrian, der Junge hat mir weh getan...
Merle

10.4.17

Der Innenjunge meinst du?

10.4.17

Der mit mir so böse gesprochen hat.

10.4.17

Ach ja, Merle... versuch immer dran zu denken, daß das BÖSE in euch reingekommen ist durch erwachsene Männer, Täter, die vermutlich über viele Jahre lang euch, den verschiedenen Anteilen, sicher seit der Kindheit, so viel Böses beigebracht haben.

Es scheint, daß du erst bei der Geburt von Amelie entstanden bist (so seltsam das klingt) und deshalb von der Zeit vorher, der Kindheit, nichts oder nicht viel wissen kannst.

Trotzdem sind alle Anteile in dir nicht wirklich böse. Sie sind belogen und betrogen worden, sie sind verführt worden zu Bösem. Und wenn sie das erst selbst merken, werden sie wichtige Kampfgefährten sein auf dem Weg zu einem guten Leben. – Die ganze Kraft, die sie jetzt teilweise für Böses einsetzen, könnten sie auch für Gutes einsetzen. Sie wissen es nur noch nicht.

Aber wir können ihnen helfen, das zu verstehen! Wenn wir sie ernstnehmen und das Gute in ihnen suchen und ansprechen.

10.4.17

Hallo Merle, ich würde gern jetzt aufhören mit schreiben für heute.

Hab letzte Nacht sehr wenig schlafen können (Nachtdienst) und bin müde.. und morgen ist wieder ein voller Tag vor mir.

Dann werd ich auch wieder mailen können!

Bis dann also, viele Grüße

Mondrian

10.4.17

Also das was Du sagst verstehe ich. Aber dann müssten die doch wissen, dass ich nicht schuld sein kann.?

Weißt Du, er hat noch etwas anderes gemacht. Ich möchte es Dir gern erzählen, weil es mir Angst macht! Und mich wütend und hilflos macht! Aber ich muss ganz sicher wissen, dass Du es niemals jemandem sagen wirst! Oder gegen mich verwendest! Bitte...

Wird keiner helfen?

10.4.17

Nein, diese Anteile sind von den Tätern konditioniert worden. Diese "feindliche" Haltung dir gegenüber kommt sicher teilweise von den Tätern, und teilweise weil bestimmte Innenanteile (nicht alle!!) wirklich denken, du als Außenperson bist schuld an etwas, was im Außen geschieht! Erzähls mir ruhig, ich sage es niemandem – und ich werde sicher nie etwas gegen dich verwenden. Aber es ist wichtig, über alle solche Sachen zu reden und zu klären, was stimmt und was nicht stimmt. – So vieles stimmt einfach nicht oder ist anders, als du es denkst oder als jemand von euch es denkt.

Aber laß uns morgen weitermachen damit. Ich muß jetzt ins Bett!

Bis morgen, Mondrian

10.4.17

Ich weiß, morgen. Doch weiß ich nicht ob ich morgen kann oder ob ich mich morgen noch traue... Also erzähle ich es doch jetzt.

Ich hatte Dir ja schon gesagt, dass der Junge mich verletzt hat. Ich meine damit wirklich, richtig, real! Ich kann mir schon denken, dass Du denkst das ich das selbst war. Aber ich war das nicht! Ehrlich!!!

Ich weiß selber, dass das verrückt klingt, aber es ist wirklich so! Und er hat noch mehr gemacht. Er wollte mich töten! Vergiften! Mit Tabletten. Ich weiß nicht mal, wo diese Tabletten herkommen.! Wahrscheinlich hat er mir zu viele gegeben, denn, ich musste mich übergeben. Trotzdem habe bzw. merke ich immer noch, dass es mir davon sehr schlecht geht!

So das ist, was passiert sein muss, aber erlebt habe ich es so... als er mich verletzt hat, war es so, als ob ich zuschauen würde... . Und das er mich vergiften wollte, dass habe ich gar nicht mitbekommen. Nur später, gefühlt, gespürt und eben im Müll gefunden... .

Vielleicht bin ich ja doch verrückt!?

Falls Du mir glaubst, bitte sag mir, wie kann ich mich schützen?! Schützen, eigentlich vor mir selbst!

Danke! Merle

10.4.17

Liebe Merle,

solche Sachen geschehen genau auf diese Weise. Ein Innenanteil übernimmt kurz den Körper und macht etwas – und du kannst nur zuschauen. Das nennt man Co-Bewußtsein. Jetzt ist es noch unangenehm, aber ihr könnt dahin kommen, daß du währenddessen mit dem anderen Anteil reden kannst.

Ich glaub dir die Vorfälle auch. Ich weiß, daß solche Verletzungen des Körpers durch einen Anteil vorkommen. Du bist nicht verrückt!

Aber, wie gesagt, es gilt immer: dem Jungen vermitteln, daß es euer gemeinsamer Körper ist, den er verletzen oder töten will.

Übrigens habe ich mit ihm auch schon Kontakt gehabt.

Wird keiner helfen?

So, ich bin kurz weg zum Einkaufen!

Bis dann. Mondrian

10.4. 22:38

Warum lässt du mich allein? War ich böse? Ich werde lieb sein. Bite las mich zu dir.Kati

11.4.17

Hallo Mondrian,

Danke, dass Du mir glaubst!

Mit dem bösen Jungen

Was sagt er Dir

Merle

11.4.17

Er hat mir erklärt, wieso er nicht glauben kann, daß ihr denselben Körper habt. Weil er keinen Schmerz empfindet, wenn er dich verletzt – aber Schmerz empfindet, den die Männer zufügen. Auch er hat viel Angst wegen Ostern, und er denkt, wenn er dich tötet, dann ist das Schlimme vorbei.

Ich hab ihm erklärt, daß alle Gefühle und Erinnerungen und auch Schmerzempfinden verteilt ist auf euch alle. Und natürlich, daß du nicht schuld bist, sondern die Täter. Daß du hilflos bist, obwohl du meistens im Außen bist.

Innenpersonen, die selten im Außen sind, können schlecht verstehen, daß auch Außenpersonen hilflos sein können. Es ist aber so.

Vielleicht ändert sich ja auch was, wenn er merkt, daß durch den Notfallaufenthalt in der Klinik etwas Hilfreiches geschieht.

Er ist nicht böse, er leidet auch! Ihr müßt versuchen, einander zu verstehen.

11.4.17

Hallo Mondrian,

Das was Du gestern geschrieben hast, dass ich erst nach Amelies Geburt entstanden bin, kann ich irgendwie sogar verstehen. Freundinnen haben mir schon oft gesagt, die vorher mit mir zusammengearbeitet haben, dass ich davor total anders war.

Was ich aber nicht verstehe, wer bin ich dann jetzt? Und wo ist die Merle, die mit denen gearbeitet, die anders war, wo ist die hin? Wie geht das? Das alles klingt total wirre.... Aber weißt Du was ich meine?

Merle

11.4.17

Hallo Merle,

das ist ganz normal, wenn jemand multipel ist. Aber natürlich ist es erstmal schwer zu verstehen für jemanden, der bisher keinen Kontakt hatte mit seinen oder ihren anderen Anteilen. – Stell es

Wird keiner helfen?

dir vor wie eine Gruppe, von der mal die eine, mal die andere nach vorne kommt, um bestimmte Aufgaben zu erfüllen. Jede und jeder von ihnen fühlt sich dann als ICH und zuerst mal als einzige Persönlichkeit in diesem Körper. Es dauert, bis alle verstehen, daß noch andere da sind, und bis sie miteinander Kontakt bekommen, sich absprechen und dadurch das Leben viel besser bewältigen.

Die Merle von zuvor wird es schon noch geben, aber sie kommt jetzt nicht mehr so häufig nach vorne. (Ich hatte ein paarmal Kontakt mit einer anderen Merle, die mich gesiezt hat – und ich sie dann natürlich auch. Vielleicht ist sie die Merle von früher?)

Ihr seid alle ECHT, und ihr könnt lernen, zusammenzuarbeiten. Das haben viele Multis gelernt! Vielleicht hilft es dir ein bißchen, wenn du einen Bericht von der Gruppe Nürnberger liest, auch jemand mit DIS, die jahrelang Therapie bei mir gemacht hat und dabei gelernt hat, innen zusammenzuarbeiten: <https://dissoziation-und-trauma.de/unsere-buecher/111-meine-freundin-paula-n-wie-es-weiterging-leben-voller-hoffnung> .

– Ich schick dir gleich noch meine Mail ans Krankenhaus, auch darunter die ursprüngliche Mail an die Oberärztin – zu deiner Information.

Mondrian

11.4.17⁹²

Danke!

Das Du mit den anderen Kontakt hast, ist sicher gut, aber macht mir echt Angst! Denn das dumme ist, ich weiß davon nichts!

11.4.17

Merle, es ist fast immer der erste Schritt, daß ein Außenstehender (meist TherapeutIn) Kontakt mit verschiedenen Innenpersönlichkeiten aufnimmt und darüber dann die Brücke herstellt, daß sie auch miteinander kommunizieren. – Das ist natürlich das Wichtigste, daß ihr selbst miteinander Kontakt habt! Ich bin nicht die Hauptsache, sondern nur ein Behelfsmittel. Je eher ihr selbst Kontakt habt miteinander, oder auch Co-Bewußtsein, desto eher kannst auch du sicherer werden hinsichtlich der anderen. Es geht eben alles Schritt für Schritt. – Lies doch mal den Bericht von Petra Nürnberger, das wird dir sicher helfen, etwas mehr Vertrauen zu bekommen in diesen Weg.

Dein Kontakt mit dem Jungen ist schon ein wichtiger Anfang.

Mondrian

11.4.17

Ich höre den Jungen immer noch, manchmal besser, manchmal nicht so gut, wenn zu viel Geschrei ist...Aber der Junge, sein Name ist übrigens Ronald hört nicht auf das was ich sage. Er droht nur, sagt schlechte Wörter und das ich ES fühlen werde. Ich verstehe aber nicht was er damit meint.

Ich habe ihm erklärt das Du lieb bist und uns hilfst... Merle

⁹² Zeitliche Reihenfolge bei der Dokumentation nicht immer eingehalten, wegen Überflutung und zeitweiser Abwesenheit.

Wird keiner helfen?

11.4.17

Wir können nur immer wieder versuchen, mit Ronald zu reden. Vielleicht hört er irgendwann zu.
Mondrian

11.4.17

Merle, ich habe soeben noch von der Klinik erfahren, daß du eine Einweisung brauchst, weil die Krankenkasse die Sache sonst nicht übernimmt. (Das hatten sie zuerst nicht gesagt.) Leider konnte ich deinen Arzt Dr. O. nicht erreichen – er hat heute keine Sprechstunde. Ich habe ihm auf den AB gesprochen, daß er eine Einweisung bitte per Fax direkt an das Krankenhaus schickt. Vielleicht kannst du dich morgen auch drum kümmern, falls du ihm eine Mail schicken kannst. Ich versuche es in jedemfall morgen nochmal. – Falls du seine Mail-Adresse hast, wäre es schön, wenn du sie mir schicken könntest, denn dann kann ich ihm das noch ausführlicher erzählen. Oder du hast einen anderen Arzt, der dir eine Einweisung machen kann?
Wir haben ja noch morgen Zeit das zu organisieren.
Ich bin jetzt erstmal 3 Stunden außer Haus, aber abends bin ich wieder das.
Deine Fragen auf den Mails soeben beantworte ich dann abends!

11.4.17

Mondrian einen Dr. O. kenne ich nicht.
Ich war bei meinem Arzt und habe eine Einweisung.
Merle

11.4.17

Dr. O. war der Arzt, an den deine Berichte aus XY geschickt wurden! Also muß es zumindest damals dein Psychiater gewesen sein. – Aber egal – ich bin total froh, daß du es so einfach gemacht hast!!!
Bin soeben erst nachhause gekommen – ziemlich erschöpft. Ich antworte dir auf die anderen Mails morgen, ok?
Schicke dir aber noch in einer nächsten Mail den Einladungsbrief aus der Klinik. dort steht, du sollst bis 8.30 h da sein – das habe ich geklärt, daß du auch später kommen kannst, aber bitte vormittags am Donnerstag.

11.4.17

Co-Bewußtsein? Was bedeutet das?
Nochmal wegen gestern... eigentlich kann doch mein Ex gar nichts gegen mich tun, denn es ist doch keine Selbstgefährdung!
Selbstgefährdung ist es doch nur, wenn ICH selbst mich töten wöllte.? ICH würde Amelie niemals allein lassen!
???
Merle

Wird keiner helfen?

11.4.17

Co-Bewußtsein heißt, daß eine Teilpersönlichkeit im Außen ist, aber eine oder mehrere andere das mitkriegen – also so halb auch draußen sind, mehr oder weniger, vielleicht mal etwas dazu sagen (entweder nach außen oder nach innen). Am besten ist es, wenn die meisten Anteile mitkriegen können, was im Außen passiert. Bei den Nürnbergers (auf deren Bericht ich dich hingewiesen hab) ist es mittlerweile so, daß die wichtigsten Persönlichkeiten ganz selbstverständlich draußen sind, wie es grad praktisch ist, sich einfach so abwechseln, ohne daß jemand das von außen mitkriegt.

Für die Ärzte ist es Selbstgefährdung, wenn ein Anteil dich (also den Körper) töten will. Weil ihr einen Körper gemeinsam habt. Die Behörden gehen nicht von Menschen aus, die Viele sind!
Mondrian

11.4.17

Du sagst ich solle das lesen. Ich möchte wirklich tun was Du sagst, aber ich mag das nicht lesen. Ich weiß, Du kennst diese Dame, die das geschrieben hat. Ich mag es aber nicht wenn jemand so über sich spricht. Ich weiß nicht wie es Dir erklären soll.

Ich möchte gern verstehen, aber bitte nicht so...

Merle

11.4.17

Merle, es ist ja völlig ok, wenn du es nicht lesen willst! – Es ist aber sehr wichtig, wenn Menschen über sowas berichten, weil sie damit anderen helfen, anderen Betroffenen, aber auch TherapeutInnen.

Es ist ja nichts, weswegen sich die Betroffenen schämen müssen!!

11.4.17

Warum sollte ich mit dir oder ihr sprechen? Ihr helfen? Du glaubst mir nicht und sie ist zu dumm!

11.4.17

Hallo, es ist wirklich so, daß ihr einen gemeinsamen Körper habt. Und sie ist nicht schuld an dem Leid. – Du siehst doch, es gibt Hilfe für Ostern. Wir kümmern uns.

Mondrian

11.4.17

Das wir Ostern sicher sein werden habe ich mitbekommen! Und ich danke nein wir danken dir dafür. So etwas hat nicht mal Frau Z. für uns getan. Aber das du mir bzw uns nicht glaubst macht mich wütend!

11.4.17

Hallo, Ronald! (Das bist du doch?)

Es gibt ganz bestimmt vieles, was ich dir glaube, weil du viele Erfahrungen hast, vieles weißt,

Wird keiner helfen?

was ich nicht weiß. Nur in diesen beiden Fragen glaube ich, daß du dich irrst.
Jeder kann sich doch mal irren – das finde ich nicht schlimm! Ich hab mich auch schon oft geirrt.
Wir können doch trotzdem weiter miteinander mailen. Jedenfalls nehme ich dich auch ernst!!
Mondrian

11.4.17

Schön, Du kennst meinen Namen!
Welche beiden Fragen meinst du?

11.4.17

Hallo Ronald!
Ich meinte, daß du nicht gewußt hast, daß ihr einen gemeinsamen Körper habt.
Und als zweites, daß du meinst, daß sie schuld an dem Schlimmen ist.
Mondrian

11.4.17

Aber doch du irrst dich! Sie ist eine Erwachsene Frau! Ich bin ein fünfzehnjähriger Junge! Das kann doch nicht Stimmen!
Und sie ist schuld!
Warum glaubst du nur das was sie dir erzählt? Sie wird Lügen!!!! Weil sie zu dumm ist!!!
Sie ist schuld! Sie bringt uns da hin! Sie lässt zu das diese schrecklichen Männer furchtbare unaussprechliche Dinge mit uns machen! Dafür wird sie bezahlen!!!!
Glaub ihr ruhig du wirst sehen wer stärker und klüger ist!!! Du kannst Dir nicht vorstellen wieviel Wut in mir ist nur in mir!!!

11.4.17

Hallo Ronald
ich bin auch sehr froh, daß das geklappt hat mit Ostern.
Sie (Merle) weiß auch nicht alles. Ich will nicht nur ihr glauben, denn ihr wißt anderes, was sie nicht weiß.
Es stimmt, daß der Körper der einer erwachsenen Frau ist. Aber ihr seid alle zu verschiedener Zeit entstanden. Deshalb seid ihr unterschiedlich alt.
Sie ist meistens im Körper, das stimmt. Aber sie will diese Schrecklichkeiten selbst nicht, sie leidet darunter, daß sie sie tun muß. Sie ist auch hilflos. Wenn ihr sie dabei unterstützt, könnt ihr das gemeinsam verhindern.
Die schrecklichen Männer sind eure Feinde, sie haben etwas mit euch gemacht, daß ihr alle euch nicht wehren könnt. Vielleicht gibt es auch bei euch welche, die auf der Seite der Männer stehen?
Wir können gemeinsam herausfinden, wie ihr davon befreit werden könnt! Und du als Junge kannst dabei eine sehr große Hilfe sein!
Mondrian

Wird keiner helfen?

11.4.17

Und wie?

Warum tust Du das? Was willst du dafür von mir bzw von uns?

11.4.17

Hallo Ronald

der erste Schritt zur Freiheit ist, daß ihr euch gegenseitig kennenlernt und zusammenarbeitet. Der zweite Schritt ist, daß ihr dadurch stärker seid, gemeinsam, und den Körper besser schützen könnt.

Dazu müssen wir dann auch noch andere Helfer außen suchen. Aber dafür müßt ihr euch einig sein, daß ihr das wollt.

Und bei alledem kann ich euch helfen, weil ich mich dabei auskenne.

Ich will gar nichts dafür. Ich möchte Menschen helfen, weil mir früher auch andere Menschen geholfen haben.

Mondrian

11.4.17

Du sagst, die Männer sind schuld, doch glaubst du mir nicht! ???

11.4.17

Ich glaub dir, daß diese Männer existieren und daß sie schuld sind an allem Bösen. Natürlich!

Mondrian

11.4.17

Nein! Jeder will etwas von mir! Niemand tut etwas nur so für mich! Also was soll ich machen?

11.4.17

Nein, Ronald nein!! Es ist schrecklich, wenn du das sagst – wenn es so war in deinem Leben!

Es ist nicht so. Ich mag Menschen, wenn sie ehrlich sind. Wenn sie etwas Gutes wollen. Auch in dir spür ich jetzt das Gute – daß du eigentlich nichts Böses tun willst.

Nein, ich will nichts haben. Ich möchte, daß Menschen sich wohl fühlen, nicht leiden. Ich hasse es, wenn Menschen gequält werden!! Wenn Kinder leiden!!

Ich nehm dich sehr ernst, kannst du mir glauben.

Mondrian

11.4.17

Aber du hast keine Ahnung wer von all denen der böseste ist!!!!

Wenn du so gut bist wie du sagst dann mach die Wut aus mir aus uns raus!!!!

Wird keiner helfen?

11.4.17

Du und ihr habt doch recht mit der Wut! Ich kann sie nicht wegmachen, aber ihr könnt mit dieser Wut kämpfen. Ihr zusammen, alle zusammen, die gegen die Männer sind. Kämpfen auf die Weise, wie ich es geschrieben hab. Und dabei kann ich euch unterstützen.
Nein, ich weiß nicht, wer von all denen der Böseste ist. Sag es mir, wenn du möchtest.
Mondrian

11.4.17

Ich weiß nicht ob ich dir glauben kann darf! Keiner tut etwas ohne etwas von mir zu wollen!!!!
Du liegst ganz falsch! Ich bin sehr sehr böse! So böse das ich ihr jetzt weh tun muss! So viel Wut!!!

11.4.17

Du sagst sie hat keine schuld! Doch der allerschlimmste ist ihr eigener Vater!
Du siehst sie ist schuld!!!!⁹³

11.4.17

Ey, Ronald! – Du bist eigentlich nicht böse. Du hast recht in deiner Wut und weißt nicht, wo du sie rauslassen sollst als an dem Körper. Aber es ist auch dein eigener Körper.
Ich glaube dir völlig, wenn du sagst, der Allerschlimmste ist ihr Vater. Aber sie ist doch nicht ihr Vater! Sie ist ein ganz eigener Mensch, der als Kind von diesem Vater unterdrückt wurde. So war der Anfang – und alles andere kam daher.
Wir müssen sie retten, den Körper retten, euch alle retten.
Es gibt ein gutes Leben für euch alle. Auch für dich. Versuch, mir zu glauben, bitte.
Mondrian

11.4.17

Hallo Ronald ich möcht jetzt gern den Rechner ausschalten und ins Bett gehen.
Bitte, tu ihr nicht weh!!
Laß uns morgen nochmal drüber reden (schreiben) – oder später.
Gruß von Mondrian

12.4.17

Guten morgen Mondrian,
Danke für Deine Antworten.
Das mit dem Co Bewusstsein verstehe ich nicht. Wie soll das gehen? Muss ich mir das so vorstellen, dass ich dann keine Zeit mehr verliere?
Und das mit der Selbstgefährdung ist doch aber nicht richtig! Mein Ex wird es mir so vorwerfen, als ob ich mich umbringen wollte! Und so einen Quatsch sicher irgendwann mal Amelie erzählen!

⁹³ Der Vater war tot. Mißbrauch durch ihn steht als Information durch eine Persönlichkeit von Merle & Co. schon im Bericht der Klinik XY.

Wird keiner helfen?

Das wird Amelie zerstören! Denn sie würde niemals verstehen können warum ihre Mama sie allein lassen wollte, wollte! Verstehst Du?

Aber ICH, um es mal ganz klar zu sagen, habe schon verstanden, dass der einzige Ausweg vermutlich der Tod ist! Aber mein Dilemma ist eben, meine AMELIE! ICH werde meine Amelie niemals allein lassen!

Klar, das klingt verquer, aber bitte, sag Du verstehst mich!

Ich habe Angst! Und große Angst wegen den Bösen meine Amelie zu verlieren! Merle

12.4.17

Guten Morgen, Merle,

stimmt: wenn Co-Bewußtsein zwischen den Anteilen besteht, dann verliert niemand mehr Zeit, weil alle (oder diejenigen, die meistens aktiv sind) den Überblick haben, wer grad draußen ist und was draußen geschieht. Auch wenn sie nur "von innen" zugucken. Klar, daß das der Mensch dadurch viel handlungsfähiger ist, sich besser durchsetzen kann. – Auch deshalb, weil die Anteile verschiedene Fähigkeiten und Begabungen haben. Die können dann gemeinsam besser genutzt werden.

Wenn du wirklich davon ausgehen mußt, daß dein Ex sich so fies verhält, kannst du in der Klinik bitten, daß das Wort Selbstgefährdung nicht in der Epikrise stehen soll. Weil das eventuell dein Ex erfährt und er es dann in dieser Weise auslegt.

NEIN, der einzige Ausweg ist nicht der Tod! DU (und dazu gehören auch deine Anteile) bist ein wertvoller Mensch, um den es SEHR SCHADE wäre, wenn er tot wäre!!!!!! – Und es gibt keinen Grund, zu resignieren.

Es geht weiter, und es sind ein paar gute Schritte geschehen in diesen Tagen!!!!

12.4.17

Wie erreiche ich das? Was muss ich tun?

Ja, mein Ex ist so! Er wollte mir Amelie ganz nehmen!😞

Und es ist lieb das Du das sagst, doch leider kennst Du mich nicht! Vielleicht irrst Du Dich!

Weißt Du, ich kenne mich nicht!😞

Merle

PS mal ne andere Frage...

Wieviel ist $10:0+8=?$

12.4.17

Co-Bewußtsein erreicht ihr, wenn ihr euch bemüht, in Kontakt miteinander zu kommen. Also genau das, was ich schon von Anfang an allen gesagt habe. Ich weiß, es ist schwer am Anfang, aber jedes multiple System schafft das, wenn nur der Wunsch dazu da ist.

Ich irre mich nicht. Ich hab schon recht viel von dir mitbekriegt, und auch von ein paar anderen Innenpersönlichkeiten. Übrigens hab ich auch von Ronald schon Gutes mitgekriegt.

Aber es ist klar, daß du dich erst wenig kennst – weil so vieles abgespalten ist (dissoziiert). Zur Zeit hab ich sicher mehr Überblick als du selbst – aber das kann sich ändern. Ihr könnt das lernen, euch zu kennen, einzeln und als Gruppe, als EIN Mensch mit MEHREREN Persönlichkeiten,

Wird keiner helfen?

die aber zusammenhalten. So kann es werden.

Durch Null dividieren kann man nicht, es ist nicht definiert. Ich mußte auch erstmal nachgucken, denn ich bin kein Mathe-Genie. siehe hier: <http://www.liste-null.de/division.php>

Und man kann natürlich auch nicht weiterrechnen mit einer nichtdefinierten Rechenoperation.

12.4.17

Ich versuche das doch. Wirklich!

Das kann ich nicht glauben! Ronald hat mich die ganze Nacht nur gequält!

Und danke! Ich denke ich bin auch keine Matheass, aber das man nicht durch null dividieren kann habe ich versucht der MatheLehrerin zu erklären. Es war eine Aufgabe von Amelie. Diese Aufgabe gehörte zu einer Reihe von Aufgaben, deren Ergebnis jeweils einen Buchstaben und dann ein Wort ergeben sollten. Das Ergebnis dieser Aufgabe sollte demnach acht sein. Ich habe die Lehrerin gefragt doch sie ist der Meinung es ist acht! Selbst nachdem ich versucht habe es zu erklären... Es ärgert mich total, dass wir den Kindern solch einen Quatsch lernen!

Merle

12.4.17

Ja, es dauert halt. So viele Jahre habt ihr dissoziiert voneinander gelebt, nichts voneinander gewußt – das kann sich nicht ändern in ein paar Wochen.

Es tut mir sehr leid, daß Ronald dich wieder gequält hat. Und ich finde es scheiße!!!! Trotzdem stimmt es, daß wir uns gestern nacht zum ersten Mal mit etwas Vertrauen unterhalten haben. Er hat sich bedankt im Namen von anderen, daß das mit Ostern geklappt hat. – Aber es fällt ihm noch schwer, zu glauben, daß ihr einen Körper zusammen habt – und er sieht dich im Zusammenhang mit deinem Vater. Ich glaube, du weißt, wieso?

Es wird noch dauern, bis er versteht, daß auch du damals ein Opfer warst. Aber, wie gesagt, ich habe gespürt, daß er eigentlich nicht böse sein will. Nur weiß er manches noch nicht. Du solltest weiter versuchen, ihm das zu erklären.

In jedem Beruf gibt es Versager! Auch unter Lehrern. Und Grundschullehrer haben nicht Mathematik studiert. Allerdings wundert mich, wenn so eine falsche Lösung in einem Mathebuch steht. (Oder gibt es heutzutage keine Schulbücher mehr? Ich weiß es nicht.) – Aber das ist trotzdem nicht schlimm. – Das meiste, was man in einer Grundschule lernt (außer lesen und schreiben und die Grundrechenarten), braucht man später sowieso nicht. Die Hauptsache ist, daß die Kinder das lernen lernen, das nachdenken, sich Informationen suchen usw. – Was man später im Leben braucht, lernt man sowieso später auf andere Weise. Division durch Null braucht jedenfalls niemand! Es sei denn, er oder sie studiert Mathematik.

12.4.17

Er hat gestern Nacht mit Dir gesprochen? Wusstest Du das er mir weh tun wird?

Nein ich weiß nicht wieso! ???

Warum glaubst Du mir? Ich weiß, dass ist eine Suggestivfrage. Aber ich höre oft, dass ich Lügen würde! Was nicht stimmt! Ich Lüge nicht! Ja ich weiß, klingt schon wieder wirr!

Merle

Wird keiner helfen?

12.4.17

Ja, wir haben gestern nacht miteinander gemailt. Er hat mir unter anderem gesagt, daß er meint, du seist Schuld an dem Schlimmen, weil dein Vater der Schlimmste von allen war – und ich vermute, er meint, "du" hättest dich gegen ihn wehren sollen. – Ich hab ihm erklärt, daß du hilflos warst, ein Kind, daß du dich nicht wehren konntest.

Aber ich weiß, er meint ja nicht dich – DU warst damals vermutlich noch nicht da. Es war das Kind Merle, das er meint.

Er versteht auch nicht, wie das mit dem einen Körper von allen ist, – weil er doch ein Junge und du eine erwachsene Frau. Das ist wirklich nicht leicht zu verstehen für Innenpersönlichkeiten ... aber zuletzt können sie es doch verstehen. Er ist ja kein Kind, ist ja schon 15.

Ich bin jetzt mal ne halbe Stunde weg, dann wieder am Rechner. (Und abends ab 19h auch wieder weg, im Nachtdienst. Du weißt ja Bescheid!)

12.4.17

Ach, ich hab vergessen, auf etwas zu antworten. – Menschen, die Viele sind, kriegen oft zu hören, daß sie lügen. Das kommt daher, daß unterschiedliche Persönlichkeiten eben verschiedenes wissen. Und wenn das System noch nicht zusammenarbeiten kann (Stichwort Co-Bewußtsein), sind die Aussagen für Außenstehende oft widersprüchlich.

Bei dir kommt vielleicht dazu, daß deine Eltern böse waren und dich unterdrücken wollten.

Aber ich hab dich als total ehrlich empfinden. Selbst als du einmal "gelogen" hast mir gegenüber, hat dir das hinterher leid getan und du hast es mir erklärt. Daß du in dem Augenblick in der Gewalt der Männer warst, war wohl der Grund. (Oder war das jemand anders, in dir?)

Mondrian

12.4.17

Nein, ich Lüge nicht! Und ich habe Dich noch nie belogen und werde es nie tun! Bitte glaube Du wenigstens! Bitte!

Warum erzählt Ronald so böses Zeug?

Merle

12.4.17

Du hattest mal geschrieben:

"es ist alles okay. Mir geht es super. Ich muss jetzt meine Amelie abholen."

und später war klar, dir wars gar nicht gut gegangen – im Gegenteil. Das hast du dann selbst als Lüge bezeichnet. Aber du warst halt unter Druck!

Aber es kann ja sein, daß das nicht du warst, sondern jemand anders, die auch mit Merle unterschreibt. Leider ist das noch etwas unklar....

Ronald hat es so erzählt, wie er es erlebt hat. Daß dein Vater ein Täter war, weißt du doch, oder? Jedenfalls steht es auch in den Berichten der Klinik XY, nach deinen Aussagen.

Aber auch da kann es natürlich sein, daß du das nicht weißt, sondern eine andere Merle es

Wird keiner helfen?

ausgesagt hat.

Laß dich bitte nicht verwirren – irgendwann werden wir die verschiedenen Anteile schon unterscheiden lernen. Jedenfalls ist ziemlich sicher, daß einige als "Merle" unterschreiben und auch häufig im Außen sind!

12.4.17 ⁹⁴

Warum sollte meine eigener Vater einer von Tätern sein?

Ich weiß zwar von den Berichten, aber ich kann sie nicht lesen. Ja ich weiß das ist doof von mir!
Und doch, es verwirrt mich total!

???

12.4.17

Liebe Merle, es wird schwer für dich sein, aber du wirst einiges Schlimme lernen müssen. Es stimmt sicher du bist erst entstanden als Mutter von Amelie. Aber andere Anteile waren früher da – und haben die Kindheit und Jugend miterlebt. Wenn also Ronald sagt, dein Vater sei einer der Täter (und damals wohl der Schlimmste, sagt er), dann wird das sicherlich Stimmen!
Aber natürlich kann wiederum Ronald nicht verstehen, wieso DU das nicht weißt.
Aber genau so ist es mit dem Multipelsein: Die kleine Merle hat so viel Schlimmes durchgemacht, daß es eine einzige Persönlichkeit nicht hätte aushalten können. Deshalb sind mehrere Persönlichkeiten entstanden.

Versuch, das zu verstehen, Merle. Ich weiß, es ist schwer und klingt erstmal etwas verrückt!
Aber im Grund ist es ein Schutz gewesen für euch. Dadurch konnte dieser Mensch Merle überleben! Dadurch konntet ihr auch das Gute in euch retten.

12.4.17

Bitte nicht...!

12.4.17

Liebe Merle, du wirst es schaffen, es zu lernen. Es geht um euer gutes Leben, deines mit Amelie.
Um zu heilen, müßt ihr das gemeinsam klären – mit Hilfe von außen.
Mondrian

12.4.17

Auch wenn es Dich wohl nicht interessiert?

Schau mal..⁹⁵

Merle

⁹⁴ Hier zeigt sich, wie umfassend die Alltagspersönlichkeit Merle (als Amelies Mutter) amnestisch war für sämtliche täterbezogenen Inhalte. Selbst die ausführlichen Epikrisen der mehrfachen Aufenthalte in der psychosomatischen Klinik XY konnte sie nicht lesen. Daß der reale Vater in der Kindheit Mißbrauchstäter war, übernahm sie in dieser Zeit wohl nur als gefühlsneutrales Wissen; es diente jedoch von nun an kontinuierlich als Deckerinnerung, mithilfe derer Merle alle aktuellen schlimmen Empfindungen ("im Kopf") rationalisierte.

⁹⁵ Zeugnisblatt von Amelie, mit lauter sehr guten Noten.

Wird keiner helfen?

12.4.17

Ich weiß, daß du für deine Tochter lebst .. und manchmal denk ich an sie (hab ja ein Foto von ihr)... allerdings machen mich solche Noten immer etwas unsicher, denn ich war nie gut in der Schule. Aber klar, es ist ein wichtiger Schritt! Das seh ich auch so. ☺

12.4.17

Echt! Ich weiß nicht mal ob ich jemals in der Schule war.☹

Mich macht es stolz!

Merle

12.4.17

Ja, du kannst durch Amelie ein bißchen von deiner Kindheit nachholen.

12.4.17

Wie meinst Du das

Merle

12.4.17

Du sagst doch, du weißt nichtmal, ob du in der Schule warst. Und vieles andere deiner Kindheit kennst du auch nicht – und es war ja vermutlich auch viel Schlimmes. Jetzt kannst du mit Amelie ein bißchen gute Kindheit miterleben.

12.4.17

Naja, Du denkst das es schlimm war weil Dir Ronald diesen Quatsch erzählt hat... aber woher wollen wir wissen, dass das stimmt was er sagt????

Merle

12.4.17

Es ist kein Quatsch.

Mondrian

12.4.17

Warum sagst du ihr was ich dir sage mit dir spreche?

12.4.17

Ronald es geht euch doch allen darum, daß das Schlimme aufhört. Dazu müßt ihr euer Wissen miteinander teilen! Du weißt etwas, sie weiß anderes. Auch die Lösung für Ostern hilft doch euch wie auch Merle.

Mondrian

Wird keiner helfen?

12.4.17

Du siehst doch, sie ist zu blöd! Sie begreift sowie nichts! Am Ende stehe ich als Lügner da! Ich habe es dir erzählt! Mich mit dir unterhalten...! Das hätte ich lassen sollen!

12.4.17

Nein, Ronald du bist kein Lügner! Ich bin 100%ig überzeugt, daß es die Wahrheit ist, was du über die Zeit damals und den Vater schreibst. Das habe ich ihr auch gesagt. Und du weißt sicherlich noch vieles andere von der Zeit damals. – Merle ist aber nicht blöde, sondern sie hat es damals nicht mitgekriegt – im Gegensatz zu dir. Sie war damals im Innen, nicht außen. Du bist ein wichtiger Zeuge!

12.4.17

Ja genau, sie bekommt nichts mit!
Aber sie wird es spüren!

12.4.17

Nein, durch Schmerzen lernt niemand irgendwas! – Wir müssen es ihr erklären! Du kannst ihr von der Vergangenheit erzählen. Du warst Zeuge. Machs doch! – Ihr habt alle was davon, wenn ihr Bescheid wißt über die Zusammenhänge.

12.4.17

Es ist zu viel Schlimmes passiert! Ich wollte es Frau Z. erzählen und vielleicht hätte ich es dir erzählt aber ihr erzähle ich sicher nichts!

12.4.17

Wahrscheinlich hast du recht. Merle wäre jetzt noch überfordert damit. Aber nicht weil sie dumm ist. – Vielleicht kannst du es doch mir erzählen und wir können gemeinsam überlegen, wie es weitergehen kann. Vielleicht gibt es auch noch andere, die wir daran beteiligen können? Was meinst du?

Mondrian

12.4.17

Na klar du denkst wohl ich bin so dumm. Erzähle dir was und du sagst es dann ihr.

12.4.17

Nein. Ich habs ja verstanden, daß es sie jetzt überfordert. Ich verspreche dir, daß ich es ihr nicht erzähle. Wenn, dann soll es deine Sache sein, ob du ihr etwas erzählst und wann. Du kannst mir vertrauen.

Mondrian

Wird keiner helfen?

12.4.17

Sicher??? Du wirst es niemanden erzählen?!
Und ich weiß doch gar nicht wo ich anfangen soll!

12.4.17

Ich verspreche es dir!!!
Aber ich hab jetzt ein Problem: ich habe heute Nachtdienst und muß gleich den Rechner ausschalten und gehen. – Sei nicht ärgerlich, bitte! Morgen bin ich wieder da, und du kannst mir morgen und später wieder schreiben.
Morgen geht ihr ja auch erstmal weg wegen Ostern. Aber ich hoffe, das Handy wird mitgenommen und du kannst auch dann schreiben.
Also bis später!
Mondrian

12.4.17

Nochmal etwas: du kannst natürlich auch jetzt schon an mich weiterschreiben, auch in der Nacht, nur kann ich dir über Nacht nicht antworten, erst morgen.

12.4.17

Du tust so damit ich denke ich kann dir trauen dir erzählen. Doch dann lässt du mich plötzlich wieder allein. Sag doch einfach was du von mir willst! Was soll ich für dich machen? Ich verstehe nicht!

13.4.17

Ich lasse dich nicht allein. Ich möchte euch alle unterstützen, und das heißt jeden Einzelnen für sich und alle zusammen. Und ich will gar nichts von euch. Ich lebe hier in Berlin, weit weg von euch, und kann nur am Rechner sitzen und euch Mails schreiben. – Du kannst ja noch eine Weile beobachten, ob du mir trauen kannst. Aber ich wäre sehr froh, wenn es mit uns weitergeht. Weil du wichtig bist und weil ich dich ernst nehme – kein bißchen weniger ernst als Merle oder andere in eurem System!

13.4.17: 07h

Ich habe so Angst!

13.4.17 14:20

Hallo Mondrian,
Ich bin in der Uniklinik ... so viele Fragen! Ich habe keine Antworten darauf! Ich komme mir so dumm vor! Das macht mich gerade total wütend...
Merle

Wird keiner helfen?

13.4.17

Liebe Merle,

es ist ein nächster Schritt! Sei nicht wütend – alle Fragen werden geklärt werden, und ich möchte dich weiterhin dabei unterstützen. Wichtig ist, daß du dort jetzt ein paar neue Erfahrungen mit dir selbst machst.

Es geht weiter!!

Mondrian

13.4.17 18:06

Hallo Mondrian,

Bitte lassen Sie mich nicht allein!

Bitte...

13.4.17

Nein, ich lasse Sie und euch alle nicht allein!! Ganz sicher nicht. Denke oft an euch, heute und in diesen Tagen.

Mondrian

13.4.17

Ich bin im Krankenhaus. Warum?

Was habe ich getan?

13.4.17

Du hast nichts getan! – Viele von euch hatten Angst wegen Ostern. Deshalb wollten sie woanders sein. Da hab ich im Krankenhaus gefragt, ob ihr über Ostern dort Schutz suchen könnt. – Nach Ostern fahrt ihr wieder in die Wohnung zurück.

Mondrian

13.4.17

Ah ich verstehe. Danke.

Denken Sie, die finden mich hier?

Und was wird passieren wenn ich zurück bin? Was werden die dann tun?

13.4.17

Ins Krankenhaus kommen keine Täter rein. Und zu Ostern scheint die Gefahr ja am größten zu sein. – Hinterher müßt ihr weiter versuchen, Kontakt miteinander aufzunehmen (innen), damit ihr den Körper gemeinsam schützen könnt.

Was die Männer tun können, hängt auch davon ab, wie gut ihr den Körper schützen könnt.

Mondrian

Wird keiner helfen?

13.4.17

Bitte helfen Sie mir dabei. Ich werde auf Sie hören, tun was Sie sagen! Aber bitte nicht wieder die M...!!!

13.4.17

Das Wichtigste zur Hilfe ist, daß IHR euch kennenlernt und zusammenarbeitet. Das könnt ihr lernen! Und dabei möchte ich euch gern helfen. Wenn ihr es gemeinsam wollt, können auch andere Menschen außen euch helfen.

Es geht nur Schritt für Schritt!

Aber keine Sorge: ich gehe nicht weg!!

Mondrian

13.4.17

Ich kann mir vorstellen das es verrückt klingt, aber ich wünschte mir, Sie wären jetzt bei mir. Da würde ich mich vermutlich Sicher fühlen!

Ich kann nicht mal erklären warum. Es ist ein Gefühl... !

Ich habe so große Angst!

13.4.17

Nein, das klingt gar nicht verrückt – sondern das versteh ich sehr gut! Aber die Uniklinik, diese Station, ist sicher. Ich weiß von der Oberärztin, daß sie Erfahrung hat mit Menschen, denen es ähnlich geht wie euch. Sie hat auch darüber geschrieben. Und sie hat euch aufgenommen, weil ich sie drum gebeten habe.

Ein bißchen bin ich trotzdem bei dir und euch.

Mondrian

13.4.17

Danke!

Ich versuche jetzt zu schlafen und daran zu denken das Sie bei mir sind. Ich hoffe das hilft mir.

Ich danke Ihnen sehr!

Einen schönen Abend für Sie...

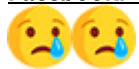
13.4.17

Ja, ich denk an euch und bin froh, daß ihr dort im Krankenhaus in Sicherheit seid, und es offenbar auch im Zimmer einigermaßen ok ist!

Danke für die guten Wünsche! Und bis morgen!

Mondrian

Facebook: 14.4. 00:39



Wird keiner helfen?

11:38



14.4. 22:58



Helfen

14.4.

Hallo Mondrian, ein paar von den kleinen sind gerade in großer Not. Sie haben geklingelt, aber keiner hilft! Sie können sich nicht verständigen... Bitte helfen Sie! Amanda

14.4.17 17:00

Leider seh ich das erst jetzt. Könnten Große stellvertretend für die kleinen Mails sprechen? Ich weiß nicht, wie ich die Kleinen ansprechen soll.

Mondrian

14.4.17

Ich weiß nicht wo ich bin. Habe mich verlaufen. Ich werde großen Ärger bekommen.

14.4.17

Weißt du deinen Außennamen? "Merle Müller" Du kannst jemanden fragen, wo dein Zimmer ist. Das passiert vielen, daß sie sich mal verlaufen! – Du kriegst keinen Ärger deshalb!

Mondrian

14.4.167

Nein mein Name ist Gisi. Ich weiß nicht wo ich bin. Das ist nicht meine Stadt.? Und doch die werden sehr wütend!

14.4.17

Hallo Gisi! – Der Körper hat einen Namen, das ist "Merle Müller". Und der Körper gehört auch zu dir. Und du bist in einer Traumastation, zum Schutz, für ein paar Tage. Später bist du wieder in deiner Wohnung.

Wenn du das Zimmer nicht mehr findest, das du hier hast, frag eine Krankenschwester, wo das Zimmer von "Merle Müller" ist.

Aber zu deinem Körper gehören auch andere, Große, die können dir helfen, wieder in das Zimmer zu kommen.

Mondrian

Wird keiner helfen?

14.4.17

Wo? Ich bin irgendwo! An einem Fluss

14.4.17

Ich bin hier ganz allein! Warum hilfst Du nicht?

14.4.17

Ich weiß nicht wo ich hin muss!!!!

14.4.17

Du bist nicht ganz allein. Ruf die Großen innen, ruf Merle. Sie ist auch im Körper.
Oder geh zu anderen Großen. Es laufen bestimmt welche rum auf der Straße.
Mondrian

14.1.17 An Merle

Hallo Merle, übernimm doch mal den Körper! Da gibts eine Kleine, Gisi, die sich verlaufen hat und Angst hat.
Mondrian

14.7.14

Hallo

Können Sie uns bitte sagen wo wir hin müssen.? Dann werden wir es schon finden.

14.4.17

Hallo Merle,

Sie haben Ihr Zimmer im Universitätsklinikum, Idastraße 22, Haus 3, 2. Etage, Station 4.

14.4.17

Mein Name ist nicht Merle!

Vielen Dank!

14.4.17

Sondern?

14.4.17

Sondern? Ist vermutlich mein Name gemeint? Melanie...

Noch weitere Fragen?☺

Wird keiner helfen?

14.4.17

Hallo Melanie, entschuldigen Sie bitte! – Ich hab mittlerweile ja mit einigen Persönlichkeiten eures Systems zu tun, und manche davon sagen bisher keine Namen, deshalb ist es manchmal schwierig, eine Mail zuzuordnen, und es entsteht Verwirrung. (So gibt es bei euch auch mindestens zwei Merles) – Deswegen bin ich immer froh, wenn jemand ihren/seinen Mamen sagt.

Gruß Mondrian

14.4.17 Melanie

Danke

14.4.17

Hallo Mondrian,
Warum bist Du wütend auf mich
Merle

14.4.17

Hallo liebe Merle, ich bin doch kein bißchen wütend auf dich!!! Ich wollte dich nur rufen, damit du hilfst! – Später mal, wenn du mehr Co-Bewußtsein hast, wirst du sowas von allein merken – wenn da eine hilflose Kleine den Körper übernommen hat und sich verläuft. Das kommt oft vor!

Jetzt hat vorhin jemand anders geholfen (Melanie), weil du wohl längere Zeit innen warst.

Ist alles ok bei euch?

Mondrian

14.4.17

Bloß gut! Ich wäre sehr traurig wenn Du wütend oder sauer auf mich wärst.

Ja, es ist ganz okay hier. Die Schwestern sind sehr nett. Zu nett... verstehen glaub ich nicht so ganz, dass ich nur meine Ruhe möchte.? Das ich vergesse! Naja streng genommen vergesse ich ja nicht.? Es erlebt ein anderer Teil?

Das Zimmer ist prima! 🍀 Danke nochmal!

Aber ich merke eben ganz klar, wenn ich später mal hier her kommen würde und mit jemandem in ein Zimmer muss, dass wird nichts!!!! Es triggert mich so schon extrem... Was mich ständig erschreckt und große Angst macht, hier sind auch Männer!

Ich hatte gestern ein Einzelgespräch mit der leitenden Psychologin, aber leider erinnere ich mich nur an die ersten ca fünf Minuten.

Aber sie ist nett...

Merle

PS Mondrian, ich möchte Dir danken und bitte werde niemals ärgerlich auf mich.

Wird keiner helfen?

14.4.17

Hallo Merle,

zuerst mal: du und ihr habt so viel ungerechtfertigte Wut und Terror von Menschen überleben müssen, deswegen habt ihr auch so schnell Angst, jemand könnte wütend sein. Dabei gibt es gar keinen Anlaß, wütend auf dich und euch zu sein. Ihr seid Überlebende, und ich bin sehr solidarisch mit euch.

Es freut mich sehr, daß du gute Erfahrungen in der Station machst! Auch mit dem Zimmer. – Falls es im Juni mit dem Einzelzimmer nicht klappen sollte, ist dir die Klinik doch schon ein bißchen vertrauter. Das wird dir sicher helfen, mit den Flashbacks dann umzugehen – wegen Zimmernachbarinnen und Männern. Du mußt dann dem Personal sehr deutlich von deinen Ängsten und Triggern berichten!!

Auch bei den männlichen Patienten hier kannst du davon ausgehen, daß es keine "Bösen" sind, sondern auch Opfer, Überlebende, Leidende.

Stimmt, – das meiste, was du "vergißt", erlebt ein anderer Teil. Es ist wichtig, daß dir dieser Zusammenhang immer vertrauter wird. Daß du dich dran gewöhnst, daß du eine Persönlichkeit eines multiplen Systems bist, in einem Körper mit den anderen.

Wenn du Co-Bewußtsein gelernt hast, wirst du sowas wie dieses Einzelgespräch auch mitkriegen, obwohl jemand anders draußen ist und mit der Psychologin redet. – Du könntest jetzt auch nach innen fragen, was bei dem Gespräch mit der Psychologin rausgekommen ist.

So, ich mach jetzt für heute den Rechner aus – es war ein langer Tag für mich. Morgen bin ich wieder da.

Ich wünsch dir, daß du gut schlafen kannst heute!

Bis dann! Mondrian

14.4.17 20:50

Danke. Dir auch eine gute Nacht!

Und schöne Ostern...

Merle

15.4.17

Guten Morgen, Merle (und wer noch mitliest!). Hier bin ich wieder. Werde über die Ostertage die meiste Zeit zuhause sein und auch immer wieder am Rechner, falls etwas von euch kommt. Ich hoffe, es geht gut weiter bei euch!

Viele Grüße von Mondrian

15.4.17

Guten morgen Mondrian,

Danke! Es ist so gut zu wissen das Du da bist!

Doch aktuell muss ich ein kleines Problem lösen...

Ich bin hier irgendwo im Wald. Ein vermutlich kleiner Teil, hatte wohl die tolle Idee mal in den Wald zu gehen.☺

Wird keiner helfen?

Aber ich habe ja Navi... ! 🖱
... aber echt schöne Gegend hier!
Merle

15.4.17

Ey, Merle, – ja, das sind so die kleinen Späße des Vieleseins!! Gibt es auch! – Und wichtig, daß du mit denen umgehen lernst. Gut, daß du ein Navi hast – Gestern hat sich jemand bei mir die Adresse geben lassen, weil jemand Kleines sich in der Stadt verlaufen hatte.
Wäre gut, wenn du einen Zettel bei deinem Ausweis tragen würdest, mit entsprechendem Hinweis. (Darüber können wir später mal noch reden.)
Aber irgendwann werdet ihr sicher Co-Bewußtsein haben und dann können Große leichter helfen, wenn Kleine sich überfordern. Und die Kleinen können die Großen rufen, wenn sie Hilfe brauchen!
Es geht weiter.
Mondrian

15.4.17⁹⁶

Denken Sie die bösen Männer machen das was die mit uns machen wollten jetzt mit wen anders?

15.4.17

Das ist möglich! Jedenfalls seid ihr ganz sicher nicht die einzigen Opfer!!
Mondrian

15.4.17

Mondrian ich verstehe nicht. Ich bin doch jetzt in Sicherheit. Warum quälen die mich immer noch?
Merle

15.4.17

Merle, es gibt Innenanteile bei dir, die wütend auf dich sind, weil sie denken, du bist verantwortlich für den Terror der Täter. Und diese Meinung der Innenanteile hat sich ja nicht geändert.
In Sicherheit bist du (und seid ihr) dort in der Uniklinik von den Tätern. Niemand kann den Körper jetzt zu den Männern bringen.
Die Wut von innen kann sich nur ändern, wenn ihr selbst miteinander in Kontakt kommt, wenn die Innenanteile verstehen, was wirklich deine Aufgabe ist und daß du nicht schuld bist.
Mondrian

⁹⁶ Es war hier, wie auch sonst manchmal, nicht zu klären, wer mir schreibt.

Wird keiner helfen?

15.4.17

Schöner Mist!

Ich danke Ihnen trotzdem!

15.4.17

Ich möchte so sehr das der Terror in mir aufhört! Ruhe haben! Endlich das Gefühl loswerden ständig auf der Hut sein zu müssen! Können Sie verstehen?

15.4.17

Hallo, natürlich verstehe ich das sehr gut!! Aber, wie gesagt, der Terror innen kann sich nur ändern durch Co-Bewußtsein, durch Miteinander Kontakt Aufnehmen der Anteile. Ihr alle gehört zu einem Körper – und das haben manche noch nicht verstanden. Ich rede mit allen darüber, die mit mir schreiben – aber mehr kann ich erstmal nicht machen. Der Wille dazu kann nur von euch kommen, von innen.

Etwas ganz anderes ist der Terror durch Täter, außen. – Falls es den heutzutage noch gibt, was ich nicht genau weiß.

Kennen Sie denn andere innen? Kennen Sie Merle?

Mondrian

15.4.17

Ich habe die Männer gesehen! Aber die hatten keine Gesichter! Ich weiß schon sie glauben mir nicht! Aber das war kein Traum oder flashback!

Ich kenne viele kleine. Doch die haben ganz große Angst und können sich nicht verständigen. Sie sind so laut. Und Jugendliche aber die machen mir Angst sie sind voller Wut und Hass! Das Gefühl in mir macht mich kaputt!!!!

15.4.17

Und bitte, ich möchte nicht jammern. Ich möchte es nur verstehen. Also bitte nicht wieder ärgerlich werden.

15.4.17

Hallo, doch, ich glaube Ihnen aufs Wort. Die andere Merle hat mir auch einmal davon berichtet. Ihr seid in einen Keller geführt worden, wo diese Männer auf Sie/euch eingeredet haben und gedroht haben. Die andere Merle hatte den Eindruck, daß ihr betäubt worden seid. Das vermute ich auch! – Natürlich hatten die Männer Gesichter, aber die waren durch Masken verdeckt – und durch das Betäubungsmittel haben Sie es nicht so gut erkennen können.

Ich glaube auch, daß das Wirklichkeit war, kein Flashback oder Traum.

Aber erst, wenn ihr alle euch verständigen könnt, könnt ihr auch lernen, den Körper vor den Tätern, den Männern zu schützen!!

Ja, die Kleinen haben Angst. Sie schicken mir auch Botschaften mit "Bitte helfen!", aber ich kann da nix machen, wenn IHR Großen nichts tut. Sie und die anderen Großen könnten versuchen, den

Wird keiner helfen?

Kleinen innen einen sicheren Ort zu schaffen, und sie beruhigen.

Und die Jugendlichen sind voller Wut und Haß, weil sie denken, Sie (bzw. die andere Merle, die Mutter von Amelie) sei Schuld an dem Terror. Auch mit den Jugendlichen müßtet ihr ins Gespräch kommen!

Mondrian

15.4.17

Wissen Sie, ich habe so viel über innere Kommunikation gelesen. Zuletzt eben erst. Doch was, wenn die Teile einfach nicht antworten, nicht mit machen wollen? Was ist mit den bösen?

Vermutlich sind das Täterintrojekte.? Wie an diese ran kommen?

Das ganze ist so groß! Zu viele!

Am liebsten würde ich mir die Haut abziehen und alles aus mir rausreißen! Ich weiß nicht, ob Sie das verstehen können.? Aber dieses Gefühl in mir, macht mich verrückt! Macht mich kaputt!

Macht mich hilflos!

???

15.4.17

Hallo Merle (II),

ich versteh Sie völlig. Das ist jetzt eine sehr unangenehme Situation – allerdings ist es so immer (oder fast immer) am Anfang, für Menschen, die viele sind.

Wenn die Teile nicht antworten, hat das Gründe. Entweder sie haben Angst oder sie haben zu unterschiedliche Vorstellungen von der Welt und voneinander. Viele wissen einfach auch nicht, daß sie zu einem Körper gehören.

Das alles ändert sich nur langsam. Wichtig ist, wenn erstmal jemand außen Kontakt aufnimmt mit den Anteilen, – so, wie ich es versuche. Und es gab schon einige Innenpersönlichkeiten, die sich an mich gewandt haben und mit mir gemailt haben. Auf die Weise kann ich Informationen weitergeben – was aber manche Anteile nicht wollen, und dann muß ichs bleibenlassen, das ist klar. Es geht ja um Vertrauen.

Die angeblich "bösen" Anteile sind nicht unbedingt Täterintrojekte. Ich weiß, daß bei euch viele wütend sind und sogar innen Schmerzen verursachen, aber gar nicht auf der Seite der Täter stehen – im Gegenteil! Sie leiden auch, aber denken, Merle(I) ist schuld an dem Terror der Täter außen, der Männer.

In jedemfall gibt es innen keine "Bösen". Böse sind nur die Täter, erwachsene Männer (manchmal auch Frauen) außen!!

Innen sind alle Opfer der Täter – nur sind sie verschieden umgegangen damit, haben verschiedene Erinnerungen und wissen oft nicht, wie alles zusammenhängt.

Vielleicht hilft Ihnen das jetzt ein bißchen, Klarheit zu gewinnen. Sie sind ein bißchen weniger hilflos, wenn Sie mehr verstehen vom Innen.

Mondrian

Wird keiner helfen?

15.4.17 An alle!

Hallo Merle I und II und alle andern!

Ich möchte gern für heute den Rechner ausmachen und ins Bett gehen. Morgen bin ich wieder da und antworte auf eure Mails!

Ich hoffe, ihr könnt alle einigermaßen gut schlafen!

Bis dann –

Mondrian

15.4.17 Merle II

Danke, eine gute Nacht für Sie!

Ich wünschte ich könnte bei Ihnen sein...

16.4.17

Wo bist du? Warum lässt du mich allein? Warum?

16.4.17

Hallo, du! Ich lass dich nicht allein! Du bist in Ludwigstadt, ich bin in Berlin – und du kannst mir schreiben, ich kann antworten!

Gehts dir nicht gut?

Mondrian

16.4.17 21h

Gute Nacht...

16.4.17

Hallo, du und ihr! Ich wünsch dir auch eine gute Nacht! Mach jetzt den Rechner aus, morgen bin ich natürlich wieder da!

Mondrian

17.4.17

Weißt du wo Frau Z. ist.

17.4.17

Sie war in der Klinik XY – ob sie heute noch dort arbeitet, weiß ich nicht.

17.4.17

Ich brauche sie doch! Habe schon gesucht aber finde sie nicht! Sie muss doch helfen!

17.4.17

Hallo du, Frau Z. war eure Therapeutin, als ihr in der Klinik XY wart. Dort mußte sie bleiben und jetzt dort anderen Menschen helfen. – Dafür möcht ich euch helfen, und auch hier in der

Wird keiner helfen?

Uniklinik, wo ihr jetzt seid, möchten die Menschen euch helfen.

Wer bist du denn? Sagst du mir deinen Namen?

Mondrian

17.4.17

Frau Z. hat versprochen zu helfen! Warum ist sie weg? Hat mich allein gelassen? Was habe ich gemacht? Ich bin doch Kenny.

17.4.167

Hallo Kenny ,

ich weiß, sie hat versprochen, euch weiter zu helfen, auch mit Mails. Aber ich glaube, sie schafft es nicht alles – ihre Arbeit dort in der Klinik und dann noch Mails schreiben mit euch.

Sie hätte euch das nicht versprechen sollen! Das war ihr Fehler!

Aber es hat gar nichts mit dir zu tun! Du hast nichts Falsches gemacht! Niemand von euch.

Mondrian

17.4.17 Kenny

Sie hat es fest versprochen mich nicht allein zu lassen! Was soll ich denn jetzt tun? Warum?

17.4.17 Kenny

Nun kann das doch niemals raus!

17.4.17

Doch, Kenny. Ich möchte euch auch helfen, daß ihr alle miteinander sprechen könnt und daß auch du deine Zeit draußen bekommst. Das wird nicht vergessen! Ich denke an dich und die anderen innen.

Mondrian

17.4.17

Kenny, ich hab dich vielleicht falsch verstanden. Was hast du gemeint, was kann nicht raus? Sag es mir bitte!

Mondrian

17.4.17

Ich verstehe nicht was du meinst mit Euch!

17.4.17

Mit euch meine ich die Kinder, die alle wie du innen sind und nur selten draußen sein können. Du bist ja nicht alleine, innen. Weißt du das?

Wird keiner helfen?

17.4.17

Das kann ich doch nur Frau Z. sagen!

17.4.17

Hallo Kenny, vielleicht kannst du mir irgendwann auch vertrauen und wir können über das alles reden (oder schreiben).

Ich würde mich freuen!

Denn Frau Z. wird sicher nicht mehr schreiben.

Mondrian

17.4.17

Nein ich bin allein hier. Ich verstehe nicht was du meinst.

17.4.17

Doch! Sie hat es doch versprochen!!!!

17.4.17

Kenny, es ist wirklich so: da gibt es noch andere, Kinder und Jugendliche und ein paar Große. Ihr kennt euch noch nicht, aber ihr gehört alle zusammen. Und wenn ihr euch kennenlernt, könnt ihr euch selbst helfen!

Ich weiß, daß Frau Z. es versprochen hat. Sie dachte, sie kann weiter mit dir Mailen – aber ich glaube, sie kann es nicht. Sie hat sich geirrt.

Auch du oder ich, jeder Mensch irrt sich manchmal. Sie hat es ganz sicher nicht böse gemeint!

Mondrian

17.4.17 An Alle

Hallo ihr!

Ich habe heute (und morgen) wieder Nachtdienst und muß deshalb jetzt den Rechner ausmachen. Morgen bin ich wieder da und antworte auf eure Mails!

Bis dann!

Mondrian

17.4.17

Hallo Mondrian,

Okay ich verstehe. Aber schade, wollte Dir eben schreiben...□

Eine ruhige Nacht für Dich

Merle

17.4.17

Wirklich sehr schade!☹

Merle

Wird keiner helfen?

Facebook 17.4.

Hallo Mondrian, Leider hat Merle Sie vorhin knapp verpasst. Was ärgerlich ist, denn es geht ihr schlecht. Sie hätte Sie sehr gebraucht. Amanda

17.4.

Über Facebook bin ich hier in der Arbeit noch zu erreichen. (Aber hab nicht immer Zeit.) – Könnte sie denn hier schreiben?

17.4.

Amanda



18.4.17

Hallo Mondrian,

Ich gehe dann nach Hause und weiß gerade nicht was ich davon halten soll.

Wissen Sie es ist schwer zu erklären, ich habe hier auch Angst, aber ich weiß das DIE mir hier nichts antun können. Doch dieses Gefühl hier nicht frei zu sein...! Nicht verstanden zu werden!

Ich bin nicht verrückt! Und ich bin nicht blöd, nur weil ich nicht sprechen kann..!⁹⁷ Wissen, verstehen Sie, dass nervt, dass macht mich wütend...

Merle [=Merle II]

18.4.17

Hallo Merle, ich versteh Sie natürlich! Das Gefühl der Angst ist wahrscheinlich seit der Kindheit entstanden und wird von vielen Innenpersönlichkeiten getragen! – Natürlich sind Sie weder blöd noch verrückt. Es ist selbst schon eine traumatisierende Erfahrung, plötzlich nicht mehr reden zu können. – Aber das ist nicht für immer. Auch das ist eine dissoziative Abspaltung, und das Redenkönnen kann genauso wieder zu Ihnen dazukommen, wie andere Innenpersonen. Es geht weiter. Jedenfalls war dieses Ostern eine neue Situation für Sie und auch die anderen, und hat sicher die Hoffnung und den Mut etwas gestärkt, daß es wirklich Auswege gibt. Und diese Auswege können leichter gegangen werden, wenn mehr Innenanteile zusammenhalten!

18.4.17

Alle wollen das man funktioniert, dass man nach denen ihren Werten und Vorstellungen funktioniert! Tut man das, wird man akzeptiert. Wenn nicht, ist man verrückt!

Anders sein, passt einfach nicht in diese Gesellschaft! Ich passe nicht in diese Gesellschaft, in diese Welt!!!!

Merle

⁹⁷ Alle Anteile sind seit einigen Jahren mutistisch. Hier hielt ich es noch für eine somatoforme Dissoziation, später wird klar, daß auch dies durch Täterdrohungen bewirkt wurde.

Wird keiner helfen?

18.4.17

Hallo Merle,

ohne irgendwelche Regeln würden so viele Menschen gar nicht miteinander leben können. Aber du hast schon recht: wenn jemand (wie du/ihr, aber auch wie ich!) sich in eigener Weise entwickelt hat und eigene Vorstellungen und Erfahrungen hat vom Leben, dann paßt er erstmal nicht zur Mehrheit und deren Vorstellungen. – Das müssen wir erstmal akzeptieren. Aber es gibt die Möglichkeit, sich ein eigenes Leben aufzubauen!! Dieses Eigene gehört auch zur Welt. Es ist nur nicht die "Mehrheit".

Das mußt du unterscheiden.

Bitte, ärger dich nicht zu sehr. Es geht weiter und grade für Menschen mit eigenen Lebenserfahrungen sind wichtig für die Welt, weil sie Neues dazubringen.

Ich könnte mir vorstellen, daß wir darüber noch oft reden (schreiben) werden.. Es ist eigentlich auch mein Lebensthema.

Ich muß jetzt frühstücken und dann zum Arzt, aber am Mittag und später bin ich zuhause.

Bis dann!

Mondrian

18.4.17

Danke das du uns geholfen hast Ostern zu überleben!

18.4.17

Hallo du, ich bin sehr froh drüber! Jetzt gehts weiter, und ich möchte euch gern noch oft helfen. Aber ihr müßt auch was dazu tun: euch kennenlernen vor allem!

Ich bin grad aus der Arbeit gekommen, muß jetzt frühstücken und dann zum Augenarzt, weil ich mir ne Bindehautentzündung eingefangen hab.

Aber tagsüber bin ich dann wieder hier zuhause und auch am Rechner.

18.4.17

Hallo Mondrian,

Jetzt verstehe ich Frau Z.! Sie hatte recht wegen dem betreuten Wohnen! Ich komme eben nicht allein zurecht! Kann mich nicht mal an Zeiten halten. Die Therapeutin hat heute mit gesprochen, und ich habe sie angelogen. Denn sie sagte, sie habe schon Donnerstag und Sonntag mit mir gesprochen, ob ich sie kenne.? Doch in wirklichkeit kannte ich sie nicht. So einfache Dinge...!

☹️☹️☹️

Merle

18.4.17

Merle, das stimmt doch nicht!!!! – Was dir da passiert, passiert jedem Menschen mit DIS, jedem, der vieles ist. Alle Multis lernen mit der Zeit (und mit Unterstützung) Co-Bewußtsein und sich miteinander absprechen und an Sachen erinnern. Du kommst nicht alleine zurecht, weil du nicht alleine bist! Ihr seid ein Team... nur müßt ihr erst lernen, zusammenzuarbeiten. Aber so geht es

Wird keiner helfen?

allen Multis am Anfang des Heilungswegs!

Du hast auch diese Therapeutin nicht angelogen! Ist doch klar: jemand anders von euch hatte mit ihr gesprochen, nicht du. Du konntest es nicht wissen, konntest sie nicht kennen.

(TherapeutInnen, die DIS-Therapie machen, wissen das. Vielleicht war das eine Therapeutin, die keine Erfahrung damit hatte?)

Die Lösung ist nicht betreutes Wohnen, sondern erstmal, daß ihr euch kennenlernt, daß ihr Co-Bewußtsein lernt. Denn ich bin sicher, ALLE in dir wollen ein selbständiges Leben führen. Falls das später einmal wirklich nicht geht, kann immernoch über betreutes Wohnen nachgedacht werden. Aber jetzt fangt ihr erst an zu lernen, jetzt besteht kein Grund, aufzugeben!

Ich hoffe, wir werden unseren Kontakt noch lange nicht verlieren, und dann können wir noch oft über diese Sachen sprechen, du und andere in dir, mit mir! Ok?

Mondrian

18.4.17

Danke Mondrian!

Danke das Du mich verstehst!

Danke!

Ich komme gerade nicht klar, es ist so ein durcheinander in mir. Ich kann mich nicht mal richtig konzentrieren... Das macht mich gerade fertig! Ich weiß nicht was mit mir los ist...

Merle

18.4.17

Hallo Merle,

in den letzten 4 Wochen, seit jemand von euch mich angesprochen hat, ist ja wirklich viel passiert – du hast so viel Neues erlebt über dich und dein Innen.. Es ist klar, daß du durcheinander bist. Das wird sich alles klären, Schritt für Schritt. Hauptsache, du gibst nicht auf und gibst dir irgendeine Schuld. Mit dir lernen auch andere in dir... und es wird die Zeit kommen, wo ihr einander auch kennenlernen werdet. Und vieles noch!

Mondrian

18.4.17

Woher weißt Du das alles? Warum nimmst Du mich ernst? Warum kannst du das bzw mich verstehen

Merle

18.4.17

Ich habs dir doch gesagt: ich versuche seit vielen Jahren, Überlebenden von sexueller Gewalt zu unterstützen. Und viele von ihnen haben eine Dissoziative Persönlichkeit. – Ich kann Menschen nur ernstnehmen, wenn sie DAS LEBEN ernst nehmen, wenn sie für ihr EIGENES LEBEN eintreten. Und das tun solche Überlebende meistens. – Die "Normalen" tun das meistens nicht. Sie sind mir zu wenig lebendig, zu wenig echt.

Wird keiner helfen?

Schwer zu erklären.

Mondrian

18.4.17

Weißt Du, ich möchte das nur alles verstehen! Nicht von anderen abhängig sein, von deren Meinung!

Ich bin mir ganz sicher, wenn ich dieses Chaos ordnen kann, kann ich ohne Probleme zurecht kommen! Nur verstehen muss ich zuerst!

Was, wenn ich dafür zu dumm bin? Ich habe schon so viele Bücher gelesen! Warum begreife ich mich nicht?! Das ist zum verrückt werden!

Ich habe es so satt, dass andere Menschen sich einfach ein Urteil bilden dürfen! Damit mein Leben zerstören können! Doch denen ist das völlig egal!

Kennst Du das, egal was Du tust, Du verlierst immer!? !!!

Merle

18.4.17

Ja, Merle, ich verstehe das. – Nein, ich selbst hab es nicht so erlebt. Aber ich habe nicht so ein schlimmes Schicksal wie du und ihr. Ich mußte als Kind nicht Viele werden, um sowas zu überleben! – Das Chaos ordnen, das heißt bei dir: Schritt für Schritt das viele Sein zu ordnen. Und das geht, indem du die andern kennlernst – deren Erfahrungen, auch deren Leid ... denn es ist auch dein Schicksal. Weil ihr alle EIN MENSCH seid, wenn auch verschiedene ICHs. Du bist nicht zu dumm dazu, Quatsch! Und außerdem: es gibt ja noch andere in dir, die intelligent sind und stark, mit Liebe in sich, die dieselbe Sehnsucht haben wie du. Wirklich – ich weiß es!

Mondrian

18.4.17

Sag mir bitte, wie soll ich vertrauen.?

Warum tun Ärzte so etwas?

Nichts von alldem habe ich getan! Es ging doch nur um Schutz. Um sicher zu sein! Und doch werde ich meine Amelie verlieren!

☹️☹️☹️😭😭😭!!!

Warum geben die Ärzte dann nicht einfach zu, dass sie nicht verstehen? Warum das?⁹⁸

Merle

18.4.17

Merle, erklär mir bitte genauer. Meinst du, sie unterstellen dir, Drogen zu nehmen? – Jedenfalls haben sie damit hier begründet, daß sie dich im Krankenwagen befördern konnten.

⁹⁸ Merle schickte mir ein Scan der Abrechnung mit. – Die Traumastation der Uniklinik hatte auf den Rettungswagen-Schein zur Rückfahrt Diagnosenummern aus dem Drogenbereich angeführt. – Später wurde deutlich, daß die Täter Drogen verabreichen, um die entsprechenden Persönlichkeiten gefügiger zu machen. Vermutlich war eine Blutprobe gemacht worden, bei der entsprechende Rückstände entdeckt wurden. – Aber hatte irgendjemand mit Merle & Co. darüber gesprochen?

Wird keiner helfen?

Daß du keine Drogen nimmst, weiß ich. Du hast es mir schon mehrfach gesagt. Aber vielleicht hat jemand anders (ein Anteil von dir) doch Drogen genommen? – Denn ich frag mich, wie kommen sie sonst dazu? Eigentlich können sie sowas nur sagen, wenn sie im Blutbild etwas Entsprechendes gefunden haben.

Hast du nicht mehr bekommen, einen Arztbericht über den Aufenthalt?

Ich kann mir nicht vorstellen, daß sie auf einen bloßen Verdacht hin sowas schreiben.

Aber sei jetzt bitte nicht wütend auf mich, falls ich was falsch verstanden habe! Erklär mir bitte! Immerhin hast du die drei Berichte von der Klinik XY, die wirklich sehr nuanciert sind und eine sehr gute Grundlage sind für jede weitere Therapie – und zwar ohne Drogengebrauch zu vermuten.

18.4.17

....Ich mach mir Sorgen wegen deiner letzten Mail. Bitte, versuch ein bißchen ruhig drüber nachzudenken: Niemand kann dir Drogengebrauch unterstellen, wenn sowas nicht im Blut gefunden wurde (oder das Material bei dir gefunden wurde). Und nur dann könnte dies ein Argument sein für ein Vormundschaftsgericht, wegen Amelie.

18.4.17

Du hast es richtig verstanden!

Und kein Teil nimmt Drogen! Frau Z. hat es mir so erklärt, dass alle irgendwie immer auf Amelie aufpassen. Weil der Körper Amelie geboren hat. Und Drogen zu nehmen würde Amelie in Gefahr bringen! Ich nehme nicht mal Schmerzmittel. Obwohl ich höllische Schmerzen habe! Aber die helfen eh nicht!

Und Blut wurde mir überhaupt nicht abgenommen!

Ein KrankenTransport ist mit dem richtigen DiagnoseCode möglich. Denn so wurde es immer nach der Klinik XY gemacht.

Der Brief kommt später, dass hat mir zu lange gedauert, habe darauf schon drei Stunden gewartet, aber dann war es mir genug.

Du siehst, ich kann da nicht wieder hin! Ich kann denen nicht vertrauen! Ich werde wegen so etwas, nur weil Ärzte nicht verstehen, meine Amelie verlieren!

Ich hatte wirklich so Hoffnung dort eine Therapeutin zu finden, die DIS kennt, mir weiter helfen wird!

Aber vertrauen ist Sch... !

Merle

18.4.17

Merle, wenn dir kein Blut abgenommen wurde, können sie sowas nicht behaupten. Dann würde ich an deiner Stelle direkt schriftlich gegen diese Formulierung protestieren – aber vielleicht noch warten, bis der Arztbrief kommt. Du kannst mir den dann gerne auch schicken, und ich könnte auch etwas dazu schreiben, wenn du mich dazu legitimierst. Es ist wichtig, daß sowas aufgeschrieben wird und vorliegt!

Allerdings ists nicht ganz so, wie du es von Frau Z. sagst. Es gibt ja Innenanteile, die keine

Wird keiner helfen?

Ahnung haben davon, daß sie im selben Körper sind wie du, Amelies Mutter. Die dem sogar widersprechen. Also wäre es zwar schön, wenn alle Anteile es so sehen, wie Frau Z. gesagt hat, aber das ist (noch) nicht so. Das wird vielleicht irgendwann so sein...

Ich weiß natürlich nicht, was für eine Therapeutin da war. Und es stimmt, auch in so einer Klinik mit einer kompetenten Oberärztin kann es PsychologInnen geben, die von DIS keine Ahnung haben. Und über Feiertage sind immer nur wenige da!

Aber das ist leider die Realität der "normalen" Welt, so, wie wir unlängst drüber geredet (geschrieben) haben. Bitte, bitte verzweifel nicht!! Ich werde dir und euch immer dabei helfen, euch da durchzufinden – es wäre einfach entsetzlich, wenn ihr zuletzt noch kaputt geht an der "normalen" Welt, nachdem ihr die Täterwelt überlebt habt!!

Ich wäre jetzt gern bei dir, aber im Herzen und in Gedanken bin ich bei dir!

18.4.17

Schön! Wenn Du mir nicht glaubst, wird mir kein Richter glauben!

Ich nehme keine Drogen! Ich verachte Menschen die das tun!

Ich liebe meine Tochter! Niemals würde ich etwas tun um sie in Gefahr zu bringen oder um sie zu verlieren!

Du siehst, ganz egal was ich mache, ich verliere immer!!!!

Merle

18.4.17

NEIN! Merle, ich glaube dir 100%ig! Aber du mußt immer dran denken, daß andere Anteile in dir sind, und für die kannst du nicht immer sprechen.

Ich weiß und glaube dir, daß du nie etwas tun würdest, um deine Tochter in Gefahr zu bringen.

NEIN, du verlierst nicht immer! Aber du mußt Schritt für Schritt lernen, was es heißt, multipel zu sien.

Und dabei helfe ich dir (wenn du mich nicht wegschickst).

18.4.2017 An alle

Merle und wer's noch liest, – ich möcht jetzt noch einen kleinen Abendspaziergang machen und dann ins Bett gehen. Es war ziemlich viel Streß heute, auch für mich. – Ich laß den Rechner bis nach dem Spaziergang noch an, falls du (oder jemand) noch etwas schreiben möchte)..

ansonsten bin ich morgen wieder da und beantworte eure Mails.

Mondrian

19.4.17

Hallo Mondrian,

Glaubst oder denkst Du, eine Vorstellung von etwas reicht aus, um jemandem etwas zu vermitteln bzw. zu lernen.? (Zu prägen)

Karin

Wird keiner helfen?

19.4.17

Hallo Karin, – es freut mich, dich kennenzulernen!

Deine Frage ist nicht zu leicht zu beantworten. "Vorstellung" verstehe ich als etwas, das sehr vom Verstand her kommt, also nicht nah an Gefühlen ist. Um irgendwelche Sachthemen zu vermitteln wie in der Schule (Mathe oder Biologie usw.) reichen solche Vorstellungen. – Aber wenns um etwas "Menschliches" geht, reichen Vorstellungen nicht. Dazu gehören immer auch Gefühle, und wir können etwas Menschliches nicht verstehen oder nachvollziehen, ohne daß wir irgendwie gefühlsmäßig, emotional berührt sind. Es muß zumindest etw. Ähnliches auch in uns sein – sonst bleibt uns das Verhalten, das Empfinden des anderen einfach fremd und unbegreiflich. Und das gilt dann für denjenigen, der etwas vermitteln will, und denjenigen, der etwas lernen will.

Ich weiß nicht, worum es dir jetzt konkret geht, aber grad im Zusammenhang mit Psychotherapie ist das entscheidend. Psychotherapie funktioniert nicht, wenn jemand nur "technisch" irgendwelche Methoden gelernt hat – oder eine Ausbildung hat in bestimmten psychologischen Schulen (Psychoanalyse oder Verhaltenstherapie oder andere), – sondern er oder sie muß sich schon bemühen, auch als Mitmensch emotional dem Klienten/der Klientin näherzukommen. "Prägen" ist etwas besonderes. Damit ist nur die frühesten Lernprozesse kleiner Kinder gemeint, – weil die besonders tief in uns verwurzeln. Leider kann das auch durch Täter geschehen, aber eben nur in der frühen Kindheit..

Ich weiß nicht, ob ich deine Frage jetzt richtig verstanden habe, – sonst frag einfach weiter!
Mondrian

19.4.17

Meine Frage ist etwas spezieller.

Vermutlich kommt die Frage viel zu spät! Denkst Du, dass ich Amelie vermitteln kann oder hoffentlich bereits konnte, sich Sicher zu fühlen?

Ich weiß nicht wie es ist, sich Sicher zu fühlen! Aber ich habe natürlich eine Vorstellung davon. Ist das irgendwie zu verstehen

Karin

19.4.17

Ach so! Klar ist das zu verstehen. – Du sagst, du weißt nicht, wie es ist, sich sicher zu fühlen.

Das stimmt aber nicht ganz! – Es gibt bei dir und auch bei anderen Innenpersonen die Sehnsucht nach einem guten Leben; das krieg ich mit. Dazu gehört, sich sicher zu fühlen, und auch: gemocht zu werden, zu lieben und geliebt zu werden. Das alles ist keine "Vorstellung", sondern es ist der pulsierende Kern in uns drin, – in dir und in euch und in jedem Menschen!

Damit kommen wir auf die Welt, wir alle! Jedes Neugeborene sucht nach dem Blick der Mutter, nach der Wärme, der vertrauten Stimme.. – und es ist ein Vorbild für unser späteres Leben, um es selbst einmal zu geben, anderen zu geben!

Das alles denken wir uns nicht aus, – es ist in uns drin.

Und es ist auch in euch drin. Ich spüre das in allen Mails. – Obwohl ihr im Leben dann wohl

Wird keiner helfen?

wenig davon erfahren habt.

Traumaüberlebende Menschen, die nichts mehr davon in sich spüren, wegen der schlimmen Erfahrungen, die können keine Therapie machen.. weil diese Kraft, diese Sehnsucht, dieses Ziel eines guten Lebens Voraussetzung ist, um Therapie zu machen.

Wenn ich sowas so deutlich spüre, dann hab ich auch selbst die Kraft dazu, jemanden über lange Zeit zu unterstützen. Und bei euch war es so, von Anfang an. Ich hab die seelische Gesundheit gespürt in den Mails.

(Multipelsein ist ja nichts Krankes, auch wenn Ärzte das teilweise so sehen. Es ist ein Ausdruck von seelischer Gesundheit in sehr ungesunden, zerstörerischen Situationen.)

Also, ich bin sicher, daß du Amelie das alles vermittelt hast, daß dieser Kern dem lebendigen Kern bei Amelie nahegekommen ist.

Mondrian

19.4.17

Also gebe ich eigentlich Amelie meine Stärke, Kraft weiter.? ???

Denn auch wenn es arrogant klingen mag, ich sehe das Multipelsein als Stärke.

Karin

19.4.17

Hey, Karin – wenn du das Multipelsein als Stärke siehst, sind das die allerbesten Voraussetzungen dafür, dieses gute Leben zu finden!!! Genau das meinte ich ja auch: es ist eine gesunde Reaktion auf ungesunde (schreckliche) Situationen in der Kindheit.

Ja, ich vermute schon, daß du Amelie diese Kraft, Stärke weitergibst. Diese VIELFALT als MÖGLICHKEIT. (Sie hat mir übrigens schon von dem einen Foto, das ich von ihr kenne, sehr gut gefallen!)

Aber natürlich geht es nicht nur um Stärke. Ein Kind braucht auch dieses Gefühl von Geborgenheit, – zu jemandem zu gehören (meist sind das Eltern, oder Großeltern).

Mondrian

19.4.17

Das ist schwierig.

Amelie hat aber guten Kontakt zu ihrer Oma von Papas Seite.

Wir als Eltern gehen gut miteinander um und natürlich auch mit Amelie. Ich denke, ich mache sehr viele Abstriche dafür, dass der Kontakt zu Amelies Papa gut ist. Wobei ich immer auf der Hut sein muss. Sobald er etwas hat, dass er gegen mich verwenden kann, wird er es nutzen um erneut zu versuchen mir das Sorgerecht zu nehmen!

Menschen sind falsch!

Aber ich denke, Amelie weiß genau wo sie hingehört! Sie ist nicht nur süß, sondern auch sehr clever! Und das beste an meiner Amelie, sie ist ehrlich und voller Liebe!!!

Schau mal, so stelle ich es mir vor, total Sicher zu sein! ??? Und das Gefühl zu haben, meine Mama liebt mich. Sie liebt mich, einfach nur so... ???

Karin

Wird keiner helfen?

19.4.17

Ein ganz süßes und schönes und liebevolles Bild! Ja, das sieht sehr nach der Geborgenheit aus, die ich meinte

So ein verlässliches, liebevolles Großelternteil ist was ganz Wichtiges! – Übrigens hab ichs oft erlebt, daß grad Traumaüberlebende so eine Oma oder einen Opa oder eine ältere Nachbarin hatten, in der Kindheit, durch die sie gute Erfahrungen machen konnten, – und von daher dann das Gute in ihnen lebendig bleiben konnte.

Viele, viele Menschen sind egoistisch, lieblos, und dann in bestimmten Situationen auch falsch. Das stimmt. – Aber es gibt auch andere Menschen.. die sich immer neu um Gutes bemühen. Es ist wichtig, offen zu bleiben für die – nicht zu versinken in der Resignation. – Ist jedenfalls meine Lebenserfahrung.

Daß Amelie clever ist, dieses Gefühl hatte ich schon, als ich das Bild von ihr sah, – ich hatte damals zu Merle gesagt (geschrieben): "Amelie wirkt pfiffig!" Sie steht da in dieser künstlichen Szenerie des Fotografen, – aber sie wird nicht künstlich dadurch, sondern bleibt ganz unabhängig davon. (Du weißt, welches Bild ich meine? Mit dem künstlichen Eiswürfel)
Mondrian

19.4.17

Nein, weiß ich leider nicht. Aber ich weiß Amelie sieht immer süß aus!

Was ich auch nicht verstehe... oftmals ist es doch so, dass Menschen, die zum Beispiel in ihrer Vergangenheit geschlagen wurden, später ihre eigenen Kinder schlagen. ???

Und eben das gerade verstehe ich nicht! Diese Menschen sollten doch das dazugehörige Leid kennen! Warum tun sie das dann ihren eigenen Kindern an? Das ist doch dumm! ???

Diese Menschen sollten es doch eigentlich besser wissen! Es besser machen!

???

Kannst Du verstehen worum es mir geht?

Karin

19.4.17

Karin, ich schick dir das Bild von Amelie, da sich meinte, im Anhang.

Ja, es ist ein riesiges Problem, das du ansprichst. Es hat damit zu tun, daß sie nicht mehr Opfer sein wollten – und deshalb zum Täter/zur Täterin werden. Auf die Weise fühlen sie sich stärker – weil sie das Gefühl der Hilflosigkeit nicht mehr ertragen.

Aber sowas geschieht unbewußt. Diese Menschen spalten das Gefühl der Hilflosigkeit, das Opfer-Sein, ab (Dissoziation!), sie wissen gar nicht mehr, daß sie Opfer waren.

Wenn diese ehemaligen Opfer multipel sind, identifizieren sich oft einzelne

Innenpersönlichkeiten mit dem Täter-Sein. Sie können mit der Zeit lernen, daß das falsch ist, und es anders machen. – Bei Menschen, die nicht multipel sind, es es viel schwerer, sich darin zu ändern, weil alles zusammen in einem ICH stattfindet.

Wird keiner helfen?

19.4.17

Danke für das Bild. Und ja, sie ist süß!

Aber ich verstehe es nicht...

Ich kenne das Gefühl der Hilflosigkeit! Doch dann Amelie weh zu tun macht doch keinen Sinn!
????

Oder bedeutet das etwa, ich tue Amelie weh, nur weiß ich das nicht, weil es ein anderer Teil macht. ???

☹️☹️☹️

Karin

19.4.17

Nein, bei dir hat es sich nicht so entwickelt, daß du vom Opfer zur Täterin geworden bist. Aber es stimmt: es könnte sein, daß eine deiner Innenpersönlichkeiten so ist. Das muß nicht so sein!! Aber es ist erstmal nicht auszuschließen. – Das ist ja auch einer der Gründe, wieso es mir so wichtig ist, mit möglichst vielen Anteilen Kontakt zu bekommen.

Auch Innenpersönlichkeiten von Multis können lernen, das muß dann nicht so bleiben. Aber man muß ihnen erst helfen, die Zusammenhänge zu verstehen!

Es gibt jemanden bei euch, der Merle wehgetan hat, weil er meint, sie sei schuld an dem Schlimmen. (Das ist sie nicht!) – Aber auch derjenige ist gegen die Täter, er ist kein "Täterintrojekt". Und er ist also nicht "böse" – nur im Irrtum!

Ja, wir müssen verstehen lernen, welches Verhältnis die Anteile zu Amelie haben. Ob Amelie von den anderen Anteilen geschützt wird – oder ob es jemanden innen gibt, der Amelie etwas tun will.

19.4.17

Wie finde ich das raus?

Ich denke an allem was passiert bin ich schuld!

19.4.17

Aber wenn dieser Teil verletzt, dann ist er doch ein Introjekt!

19.4.17

Nein. "Introjekt" heißt, daß die Haltung der Täter nach innen aufgenommen wird (intro = hinein). Manche TherapeutInnen denken, alles, was sich aggressiv verhält, ist ein Täterintrojekt. Das stimmt nicht. Innenanteile können auch aus anderem Grund aggressiv und zerstörerisch sein.
Mondrian

19.4.17

Doch ich bin Schuld daran!

Okay? Ich hatte angenommen Du wärst mein Therapeut?

Warum sollte sonst wer in mir böse sein???

Wird keiner helfen?

19.4.17

Hallo, wer schreibt denn hier? – Jemand anderes??

Nein, niemand von euch ist schuld an irgendwas in dem Zusammenhang. Es gibt TÄTER – und es ist wichtig, daß du und allen klar wird, daß euch erwachsene Menschen (meistens Männer) seit der Kindheit verletzt haben, wehgetan haben, mißbraucht haben!

Ich bin bisher nur euer Helfer und Ratgeber. – Ich bin auch von der Ausbildung her kein Psychotherapeut, sondern Sozialpädagoge. Allerdings haben schon einige Traumaüberlebende (meist mit DIS) Therapie bei mir gemacht. Ich könnte mir vorstellen, daß wir (über Mail und Telefon) miteinander Therapie machen – aber das müssen wir dann erstmal beschließen. Da müßten wir auch andere Anteile fragen, ob sie es wollen.

19.4.17

Ich hatte deine andere Frage nicht beantwortet:

Warum sollten andere Anteile sonst böse sein? – Es gibt Anteile in dir, die wütend sind, weil sie denken, Merle ist verantwortlich für die Gewalt der Männer. Ich weiß aber nicht, ob du von den Männern irgendwas mitbekommst?

Mondrian

19.4.17

Okay, aber alles was ich sage bleibt nur bei Dir!? ???

Und doch, ich denke das ich schuld bin! Denn wenn man älter wird, sollte man es doch besser wissen!!!

Karin

19.4.17

Natürlich bleibt alles, was du mir sagst, nur bei mir.

Nein, multipel sein heißt eben, daß die Anteile erstmal voneinander isoliert sind (amnestische Barrieren). Aus dem Grund ist das Multipelsein ja entstanden: weil niemand alles zugleich ertragen konnte. – Deshalb weiß erstmal keine der Persönlichkeiten alles. (Und auch du bist eine dieser Anteile.)

Mondrian

19.4.17

Leider!

19.4.17

Nein, dass hast Du falsch verstanden

Es ist meine Schuld, weil ich genau wusste es ist falsch... !☹️☹️☹️

Wird keiner helfen?

19.4.17

Karin, ich bin sicher, es ist trotzdem anders.

Wenn du etwas getan hast, von dem du weißt, daß es falsch war – dann hattest du Gründe, es trotzdem zu tun. Und diese Gründe haben sicherlich mit Konditionierungen durch Täter zu tun, vielleicht auch mit anderen Anteilen, die dein Verhalten beeinflusst haben – weil sie dachten, es ist ok so. Oder mit Angst. Oder mit anderen Gefühlen in dir.

Über all das können wir gemeinsam nachdenken... das wäre dann schon ein Ziel für unsere Therapie. (Falls du es magst.)

19.4.17

Ja, na klar! Was muss ich dafür tun?

19.4.17

Karin, Therapie ist einfach miteinander sprechen und sich austauschen. Du sagst, was du mir sagen (schreiben) möchtest, und ich schreib was dazu. – Es geht immer von dir aus, von deinem Wunsch, etwas auszusprechen oder mir zu berichten.

Du mußt gar nichts dafür tun, – es ist DEINE (und eure) Therapie. Du machst es nicht für mich, sondern für dich und euch.

Mondrian

19.4.17

Und wenn ich etwas schlechtes sage, dass ich getan habe?

Wirst Du mich dann allein lassen? Wütend auf mich sein?

Karin

19.4.17

Nein. Psychotherapie ist ein freier Raum für die Klientin/den Klienten. In der Therapie darf alles ausgesprochen werden, und der Therapeut/die Therapeutin hat die Pflicht, sich ganz einzustellen auf die Wahrheit der Klientin/des Kleinten. Und der Klientin zu helfen, sich selbst besser zu verstehen. Und dazu muß natürlich über alles geredet werden können!

Der Therapeut/ die Therapeutin muß in der Therapie ganz auf der Seite der Klientin stehen – egal um was es geht.

19.4.17

Okay ich verstehe!

Nur mein Problem ist noch, wo anfangen?

Es sind so viele Konflikte in mir! Die mich zerreißen! Wütend machen! Gefühle die ich nicht verstehen kann! Aber auch ganz viel Hass! Weißt Du, ich möchte das alles aus mir raus haben!

Karin

Wird keiner helfen?

19.4.17

Ja, das verstehe ich. Weil alles so durcheinander ist und alles zugleich nach außen drängt, ist es schwer, es zu ordnen. Deshalb ist's gut, wenn du es mit jemandem außen teilen kannst. Es geht meistens darum, erstmal eine Ordnung herzustellen, etwas für sich selbst zu klären.

Wir können wirklich einen Konflikt nach dem andern gemeinsam anschauen. Nacheinander, in einer Mail nur einen solchen Konflikt, ein Gefühl, ein Problem. Und dann reden (schreiben) wir darüber, – und dann irgendwann das nächste.

Das wäre ein Weg. Schritt für Schritt.

19.4.17 ⁹⁹

Karin, solange es weiterhin in der Realität geschieht, können Skills nicht helfen.

Wenn du dich den Tätern auslieferst und es eigentlich nicht willst, ist wahrscheinlich noch ein anderer Anteil daran beteiligt.

Du solltest versuchen, ihn anzusprechen. Wirklich nach innen fragen: "Wer ist verantwortlich, daß ich ...?" und "Warum macht ihr das?" (also die Anteile)

Spaltung aufheben bedeutet, daß Persönlichkeitsanteile Erinnerungen miteinander teilen. Bei euch scheinen alle noch sehr stark voneinander isoliert zu sein. – Erst wenn Anteile miteinander Kontakt haben, können sie sich irgendwann zur Integration entschließen.

Ja, Integration ist etwas, was Anteile miteinander machen, wenn sie spüren, daß sie gemeinsam stärker werden.

Du siehst, am Anfang ist immer, daß Anteile miteinander Kontakt haben!

Jedenfalls verstehe ich jetzt wieder etwas besser, wie es dir geht. Das ist ein guter Anfang für unsere Therapie!

Mondrian

19.4.17

Bitte helfe mir dabei! Es ist ein schreckliches Gefühl das alles in mir zu haben! Bitte das muss raus!

Aber ich habe auch Angst vor den Folgen!

Weißt Du, dass klingt sicher total wirr, aber manchmal denke ich unser alles Leben, der Sinn???

Die Menschen begreifen nicht worum es eigentlich geht. Die denken es geht um Geld um Macht. Das sehe ich nicht so, ich denke, es geht um viel mehr. Um Wissen, um Liebe, um Miteinander, um Achtsamkeit usw. .

Und dann gibt es Tage, an denen denke ich, (ich glaube nicht an Gott) es gibt jemanden, der schaut auf uns, von oben, so als ob wir die Hamster im Käfig wären und schlägt permanent die Hände über dem Kopf zusammen und denkt sich, oh man, wie dumm sind diese Menschen! Die lernen nie! Kriege, Terror, Missbrauch, Qualen! Die Menschen vernichten sich selbst und machen ihren Käfig kaputt!

...die Folgen... ! Verstehst Du? Ich bin auch wie der Hamster, komme aus dem Laufrad nicht raus! Wirr! ??? Kannst Du damit etwas anfangen?

⁹⁹ Hier zuvor scheint eine Mail von ihr in der Dokumentation zu fehlen.

Wird keiner helfen?

19.4.17

Ja, ich kann was damit anfangen.

Es ist gut, etwas auszusprechen, was in einem ist, – es mit jemandem zu teilen. Das macht es leichter. Muß natürlich jemand sein, der was damit anfangen kann. – Und Angst vor den Folgen? Weißt du, ob du bedroht worden bist, daß du nichts verraten sollst? Das könnte ich mir vorstellen.

Du hast recht: sehr viele Menschen (wahrscheinlich die meisten) denken, es geht vor allem um Geld und Macht. Es ist ein Schatz, daß du es anders siehst. Es ist das, worüber wir vorhin geschrieben haben: dieser Kern der Menschlichkeit in einem. Wissen, Liebe, Miteinander, Achtsamkeit – ich sehe es genauso.

Aber das andere versteh ich auch. Deine und eure Lebenserfahrung war vermutlich sehr oft so, wie das zweite Bild in dir. Die grenzenlose Hilflosigkeit ... und doch scheint es, daß irgendwo außerhalb eine Macht ist, die nicht hilflos ist.

Auch daß die Menschheit (als ganzes) nie lernt. Das denke ich auch manchmal. Wenn man die Geschichte anguckt: immer wieder das gleiche: Krieg, Gewalt, Vorurteil, Ausgrenzung, Unterdrückung..

Ich glaube, es gab aber immer zugleich die Minderheit der anderen Menschen, die versucht haben, das Gute zu leben. Wenn es sie nicht gäbe, sähe es noch schlimmer aus! Aber es gibt ja wohl doch Fortschritt gegenüber früheren Jahrhunderten. Oder nicht?

Und ich denke, es ist ein gutes Ziel fürs eigene Leben, zu dieser Minderheit zu gehören.

Was meinst du? Könnte das ein Ziel sein für dich?

Mondrian

19.4.17

Bedroht! Ich? Nein, nicht nur ich!!!!

Sagen! Nein! Ich darf nichts sagen! Streng genommen sage ich nichts!

Fortschritte gegenüber früheren Jahrhunderten. Tut mir leid, die sehe ich nicht wirklich! Schau

Dir doch zum Beispiel nur mal den Rassismus an.... die Menschen entwickeln sich zurück!!!!

Wenn man angenommen hatte, jeder hätte verstanden, alle bestehen aus Fleisch und Blut... ganz gleich welche Religion, ganz gleich welche Hautfarbe... !

Den einzigen Fortschritt den ich sehe, ist ein trauriger, die Waffen werden besser...☹

Ob es ein Ziel für mich ist? Nein nicht wirklich, denn ich lebe bereits so, ich erziehe meine

Tochter so und in gewisser Weise habe ich auch meinen Ex dazu erzogen!

Karin

19.4.17

Karin, es gibt zweierlei: Einmal deine Situation als Jemand mit DIS – und das andere, daß du und ihr noch immer in der Gewalt der Täter seid.

Wenn ihr euch innen kennenlernt, dann könnt ihr schrittweise Rettung von den Tätern finden.

Das haben schon viele Opfer geschafft, und es gibt Helfer dafür.

Das bedeutet z.B., wegzuziehen, wo Täter nicht an euch rankommen.

Wird keiner helfen?

Die Voraussetzung ist aber, daß ihr euch einig seid, daß ihr den Ausstieg wollt, – daß ihr also lernt, das Multipelsein wirklich als Stärke zu nutzen.

Meine Frage an dich: Warum hast du Angst, mir etwas zu sagen? Hast du zu wenig Vertrauen zu mir? Hast du Angst, daß andere Anteile es den Tätern verraten?

Die Täter können nur das erfahren, was jemand von euch ihnen sagt.
Mondrian

19.4.17

Aber das hilft mir doch jetzt nicht!!!!

19.4.17

Es gibt keine Zauberei, die dich jetzt sofort retten kann. – Ich kann nur hier per Mail versuchen, dich zu begleiten, daß du deine Stärken entwickelst und dann irgendwann (nicht heute und morgen!) aussteigen kannst.

Für JETZT gibt es keine Hilfe vor den Tätern. Und an deinen schlimmen Gefühlen läßt sich jetzt, heute, auch nichts ändern.

Es ist ein Weg, den du und ihr erst gehen müßt, Schritt für Schritt!!
Mondrian

19.4.17

Und NEIN, es ist nicht ein anderer Teil daran beteiligt! Sondern einige! Mit denen in Kontakt zu kommen, auf die Idee kam ich vor langer langer Zeit schon selbst!

Nur leider sagt mir keiner wie GENAU DAS GEHEN SOLL!!!!

wir sprachen vorhin von Hilflosigkeit. Jetzt fühle ich mich so! Ärzte, Psychologen, Psychotherapeuten, Psychiater, Buchautoren alle geben viele Ratschläge. Doch was, wenn diese Ratschläge nicht helfen? Dann weiß keiner weiter! Dann ist man allein!!!!

Ich fühle und spüre es jedesmal!!!!

Karin

19.4.17

Es geht, und ich habe auch andere dabei unterstützt, aber es geht nicht einfacher und nicht schneller. In den letzten 6 Wochen haben mindestens 10 Anteile Kontakt mit mir aufgenommen – das ist ein guter Anfang. Ich werde weiterhin mit jedem versuchen, Kontakt zu halten, ihn (oder sie) informieren und hoffe, daß sie mit der Zeit Vertrauen zu mir haben. – Und jeder und jedem versuche ich zu vermitteln, daß es gut ist, Kontakt mit den anderen aufzunehmen. Jedem versuche ich, zu erklären, wie alles zusammenhängt, daß ihr multipel seid, daß ihr zu einem Körper gehört.. (manche wissen das ja nicht!)

Und jede von euch kann auf ihre/seine Weise sich daran beteiligen. Du hast schon viel gelesen, ok – das ist dein Vorteil. Du kannst versuchen, das anderen innen weiterzugeben. Und wenn du Therapie machen willst, wäre es wichtig, daß du dich mit mir austauscht über das alles – einfach weitermachen, Tag für Tag. Es wird sich etwas ändern, denn manches lernen andere Anteile auch, weil sie zuhören von innen.

Wird keiner helfen?

Niemand kann dir von außen sagen, wie es genau geht, innen. Kein Therapeut, kein Arzt, kein Buch. Das ist bei allen, die Viele sind, ganz unterschiedlich. Aber wenn du etwas erreicht hast, wenn du eine neue Erfahrung innen gemacht hast, dann kannst du sie mir berichten und ich kann dann vielleicht etwas aus meiner Erfahrung beitragen.

Nur so geht Therapie! Ich kann nicht in dich und euch reingucken! Kein Therapeut kann das. Bleib dran, gib nicht auf. Ich gebe dich und euch nicht auf – und du solltest auch nicht aufgeben. Es hat sich in den letzten Wochen schon etwas geändert in deinem System, innen.

Karin, ich würde demnächst gern ins Bett gehen. Es war ein langer Tag für mich. Ich lass den Rechner noch an, falls du heute noch was schreibst, mache derweil meinen Abendspaziergang und guck hinterher nochmal, ob was von dir kam. Ist jetzt nur, damit du dich drauf vorbereiten kannst.

Morgen und auch später geht es weiter, hoffe ich.

Mondrian

19.4.17

DANKE!

Du machst Dir die Mühe, ich mache Dir viele Umstände und wofür? Am Ende bin ich es gar nicht wert!

Warum tun Menschen das? Warum tun Menschen anderen so weh? Werde ich das jemals verstehen können?

Karin

PS es hat nichts mit fehlendem Vertrauen zu Dir zu tun. Jemanden zu lieben ist falsch!!!

19.4.17

Du bist es wert, unbedingt. Ihr alle seid es wert. Allein schon, daß du (und einige andere innen) dir so viel Gedanken um das Gute machst, es zu deiner Orientierung für dein eigenes Leben machst.

Warum tun Menschen anderen so weh – es ist auch meine Lebensfrage. Ich weiß es nicht. Es ist auch mir letztlich unbegreiflich. Deshalb will ich meine Lebenskraft dafür verwenden, das Gute (auf der Waagschale) zu stärken.

Ich glaube nicht, daß die Liebe falsch ist. Aber schwierig ist sie.. unter diesen Menschen.

Bis morgen, bis bald!

Mondrian

19.4.17, Facebook



19.4.17

Bitte nicht die Hoffnung verlieren! Und es wäre schön, wenn Sie auch weiterhin versuchen, mit anderen in Kontakt zu kommen. Auch Merle wäre sehr geholfen, wenn sie nicht so isoliert wäre.

Bitte! Gruß Mondrian

Wird keiner helfen?

19.4.18 23:57 Facebook¹⁰⁰

Er sagt ich bin ganz lieb zu dir aber er ist nicht lieb er tut mir weh immer wieder! Bitte helfe mir!



20.4.17 09:34 Facebook

Ich möchte dir helfen, ja – aber die andere innen müssen mitmachen, sonst geht es nicht!

20.4.17

Hallo Mondrian,

woher weiß ich, was ich wirklich erlebt habe?

Das Problem ist, ich weiß nicht, was wurde mir erzählt, was war Traum, was Flashback, was vielleicht Fantasie?

Kann es auch sein, dass andere Teile mir Erinnerungen "geben"?

Karin

20.4.17

Hallo, guten Morgen, Karin,

ja, genauso ist es: Die Erinnerungen, die du nicht hast, haben andere Teile. Und sie können sie dir geben, – ihr alle könnt Erinnerungen und Erfahrungen und Wissen miteinander austauschen, könnt lernen voneinander! Dadurch steigt die Kraft, die Handlungsfähigkeit von euch (als EINEM Menschen).

Das Unangenehme ist, daß auch die schlimmen Erinnerungen dazugehören. Auch die müßt ihr irgendwann miteinander teilen.. – und es ist natürlich, daß jemand nichts wissen möchte von dem Schlimmen, was da noch existiert oder war!

Aber solange diese schlimmen Erinnerungen bei den Anteilen bleiben, die sie damals erlebt haben, sind diese Ichs isoliert von den anderen. Sie sind allein mit ihrem Leid – und dadurch kommt Wut und Haß auf andere Anteile.

Mondrian

20.4.17

Nein, anders!

Ich weiß nicht wie ich sagen soll...😞!

Wie weiß ich was echt ist?

Was fange ich damit an?

Karin

¹⁰⁰ Über zwei Facebookaccounts haben unterschiedliche Persönlichkeiten geschrieben. Dies hier war eine kindliche Opferpersönlichkeit.

Wird keiner helfen?

20.4.17

Ich hatte dir auf deine zweite Frage geantwortet: daß andere Anteile dir Erinnerungen geben (können).

Das andere klärt sich erst durch diesen "Datenabgleich": je mehr ihr euch austauschen könnt, desto klarer wird, was Realität ist oder war, und was nicht. Aber an sich kannst du davon ausgehen, daß das meiste echt ist. Menschen mit einem so schweren Schicksal haben kaum die Ressourcen, zu fantasieren. Sie kommen ja nicht mal klar mit dem, was wirklich geschehen ist. Dieses Wirkliche ist die Hauptsache. Natürlich ist es manchmal verpackt in Flashbacks oder Träume.

Mondrian

20.4.17

Es ist etwas in mir! Das geht nicht weg! Macht mich verrückt! Ich weiß, es ist nicht jetzt, aber es fühlt sich so an! Das Gefühl! Die Angst!!!!

20.4.17

Karin, natürlich kann ich nicht sicher wissen, was du fühlst. Es kann sein, daß es die Ängste, die Erinnerungen, das Leid von anderen Anteilen ist, das nach außen drückt. Vielleicht spürst du jetzt einfach die anderen Anteile, und das ist dann wie ein Druck, und macht dir Angst.

Du könntest versuchen, nach innen zu rufen, die andern einzuladen, mit dir Kontakt aufzunehmen. Wenn sie spüren, daß du dazu bereit bist, wird es auch für sie einfacher.

20.4.17

Aber ich kann es nicht zuordnen! Mir fehlt der Kontext! Es ist das Gefühl der Angst das mich kaputt macht!

Ich weiß, mir ist bewusst, dass es nicht jetzt passiert, aber das geht nicht weg! WARUM? ???

Karin

20.4.

Das klingt total verrückt! Und es macht mich auch total verrückt! !!!

Karin

20.4.17

Und wo kommt das überhaupt plötzlich her? ???

Karin

20.4.17

Ja, Karin, so ist es am Anfang! Es ist völlig klar, daß so ein völlig unerklärliches, ungreifbares Geschehen Angst macht, es würde jedem Angst machen. Und dazu kommt die Angst, die seit jeher in dir (und euch) drin ist – wegen der schlimmen Erfahrungen mit Tätern.

Du fragst, wo es plötzlich herkommt. Ich vermute wirklich, in den letzten 6 Wochen, seid ihr mit

Wird keiner helfen?

mir Kontakt habt, hat sich einiges geändert innen. Es ist wieder Hoffnung auf Freiheit und Heilung entstanden – und da ist klar, daß Anteile nach außen kommen wollen, daß sie reden wollen, daß sie verstehen wollen.

Und natürlich suchen sie Kontakt in erster Linie bei den Anteilen, die meistens im Außen sind, bei den Großen.

20.4.17

Es ist, wie ein nicht aufgehörender Gefühlsflashback!!!!

Um es kurz zu machen, ich habe Angst, und ich weiß das klingt verrückt, schwanger zu sein!

Karin

20.4.17

"Ein nicht aufgehörender Gefühlsflashback", das könnte das Stimmengewirr von Innenanteilen sein. – Aber es könnte zugleich auch sein, daß in der letzten Nacht wieder sexuelle Gewalt geschehen ist. Ein Kinderanteil hat mir etwas geschrieben, das darauf hindeutet. Weißt du, ob dieser Manfred gestern bei dir war?

Mondrian

20.4.17

Leider verstehst du mich nicht. Ich habe dir etwas anvertraut was mich kaputt macht. Aber das du so schlechtes von mir denkst, macht mich nun noch mehr kaputt!!!

Also lass ich einfach das alles in mir drin!!!! Statt nochmehr verletzt zu werden!

Karin

20.4.17

Ach Karin,

wenn du so viel gelesen hast über DIS, mußt du doch auch wissen, daß der Grund immer GEWALT ist, vor allem sexuelle Gewalt. – Das "Schlechte" machen doch Täter, Männer (und andere Anteile haben mir das auch geschrieben), nicht du.

Genau das meinte ich in der vorletzten Mail damit, daß es nötig ist, auch die schlimmen Erinnerungen miteinander zu teilen.

Aber du selbst mußt entscheiden, ob du dich auf diesen Weg machst.

Ich kann dich (und euch) dabei unterstützen, aber es ist eure (und deine) Entscheidung.

Mondrian

20.4.17

Es ist nicht das Stimmengewirr!

Es ist eine nichtaufhörende Angst, schwanger vom Vater zu sein!

WIE HÖRT DAS AUF???? BITTE...

Karin

Wird keiner helfen?

20.4.17

Karin, es ist gut, wenn du die Sachen aussprichst. Sonst kann ich ja nur raten und wir nerven uns gegenseitig.

Ich vermute, du meinst den richtigen Vater, der ja aber tot ist? Und du weißt, daß er tot ist. – Das heißt, diese Angst gehört nicht zu dir, sondern zu einem der Anteile, nämlich dem, der damals als Kind/Jugendliche dem Vater ausgeliefert war!

Daß das jetzt erst zu dir durchdringt, hat wohl schon mit dem zu tun, was ich vor ein paar Stunden geschrieben habe: Es gibt Hoffnung bei den Anteilen, sie kommen nach außen vor, sie wollen dir Erinnerungen übermitteln. Und diese Angst jetzt ist ein Teil solcher Erinnerungen, solcher Gefühle aus der Vergangenheit, die aber für bestimmte Anteile noch immer real sind. Es ist wichtig zu verstehen, daß viele Anteile kein Bewußtsein dafür haben, daß Zeit vergangen ist. Das Schreckliche, das sie früher durchlebt haben, ist für sie real, Gegenwart. Sie denken, es ist JETZT.

Wenn sie mit dir oder anderen, die im Außen leben, Kontakt haben (oder mit mir), können sie lernen, daß Zeit vergangen ist, daß all das Vergangenheit ist.

Ich weiß, daß du jetzt viel Neues erst lernen mußt, und ich bin froh, daß du dich trotzdem drauf einläßt, dir das von mir anzuhören..

20.4.17

Du fragst, wie es aufhört. – es ist wie mit allem Schlimmen, was ein Mensch erfährt: er muß lernen, es zu verarbeiten.

Früher konntet ihr es nicht verarbeiten, weils zu schlimm war für ein Kind. Deshalb seid ihr viele geworden. – Wenn jetzt diese Erinnerungen Schritt für Schritt wieder zusammen kommen, seid ihr ZUSAMMEN imstande, sie zu verarbeiten. Zu verstehen, daß es wirklich so war – aber daß es vorbei ist, Vergangenheit.

Mondrian

20.4.17

Genau das meine ich. Es ist bescheuert! Ich weiß, es ist nicht jetzt, aber es fühlt sich so an!

Dieses Gefühl! Diese Angst! Das jemand etwas bemerkt!

WIE BEKOMME ICH DAS AUS MIR RAUS???? BITTE!!!

20.4.17

Jeder Mensch, der Schreckliches erlebt, bekommt es ewig lang nicht aus sich raus. Das ist so!! –

Nur wenn er von der Schrecklichkeit völlig überfordert war, geschieht dieses "Abspalten" (Dissoziieren). Weil du (ihr, das Kind damals) es auf keine Weise verarbeiten konnte! Ein Kind kann das nicht verarbeiten.

Und jetzt bist du erwachsen, du und andere Anteile haben (jede für sich) vieles gelernt – du hast selbst gesagt, Multipelsein ist auch eine Kraft! – und deshalb müßt ihr dieses Verarbeiten, das damals nicht möglich war, jetzt nachholen.

Leider gibt es keinen anderen Weg!

Wird keiner helfen?

Du, Karin, mußt auf deine Weise versuchen, damit klarzukommen: Es war so, damals. Du hattest so einen Vater. Er hat sein Kind mißbraucht und tyrannisiert. Das Kind hatte genau diese Ängste.. –

Du kannst mit dem Kind von damals solidarisch sein und es trösten. Ja, du kannst es trösten, weil das Kind Merle ja noch in dir ist: als ein Anteil, oder mehrere Anteile, die feststecken in ihrer Angst und Panik.

Diese Anteile mit ihren Erinnerungen (die von ihnen als Gegenwart empfunden werden) kannst du jetzt aufnehmen zu dir, in die heutige Welt, und ihr könnt gemeinsam etwas aufarbeiten. Natürlich unterstütz ich euch dabei.

Dieses GEMEINSAM ist die stärkste Kraft des Multipelseins!

Versuch, es zu verstehen, auch wenn es dir beim ersten Lesen vielleicht verückt vorkommt. Aber du wirst dich erinnern, daß sowas ähnliches sicher auch in den Büchern stand, die du gelesen hast. Nur jetzt ist es Praxis für dich, nicht Theorie.

Mondrian

20.4.17

Erinnerung? Ich weiß doch nichts! Es ist nur das da! Und das halte ich nicht mehr lange aus! Es ist so abartig, eklig! Mir ist die ganze Zeit übel! Ein Gefühl, als müsste ich mir etwas rausreißen!!!!

Und ich weiß doch, es ist nicht jetzt, nicht echt. Doch hilft mir das gerade nicht, denn es fühlt sich eben trotzdem so an!

Vermutlich ist das nicht nachzuvollziehen... Aber es muss raus! Jetzt!

20.4.17

Und es tut mir leid das ich Dich genervt habe...

20.4.17

Ein kleiner Anteil hat dir seine Erinnerung an diese Angst, schwanger zu sein vom Vater, weitergegeben! Der kleine Anteil denkt, das alles ist Gegenwart. Du kannst ihm helfen, zu erkennen, daß es Vergangenheit ist.

Darum geht es, Karin.

Es hilft gar nichts, wenn du sagst, "es muß raus, jetzt!" – So geht es nicht.

Du hast mich auch nicht genervt. Was wir hier machen wollen, ist Therapie. Ich hab dir gesagt, daß ich bereit bin dazu. Das, was da jetzt geschieht, IST Therapie. Es nervt mich nicht.

Mondrian

20.4.17

DANKE!!!

woher weiß ich wer es mir mitgeteilt hat?

wie erreiche ich diesen Teil?

Dann hört es auf?

Karin

Wird keiner helfen?

20.4.17

Versuch, nach innen zu FRAGEN: "Wer hat mir das geschickt?" – "Ich möchte mit dir sprechen!"
Irgendwie so. Zeig, daß du offen bist für das, was sie teilen wollen mit dir.

Du kannst dann alles natürlich mit mir besprechen, damit du nicht allein bist damit. Und kannst auch den Anteilen immer wieder vermitteln, daß sie auch mit mir mailen können.

Wenn kleine Anteile nicht selbst schreiben können, kannst du es für sie machen, daß sie es dir diktieren.

Glaub mir, das funktioniert so! Auch wenn es für dich jetzt sicher noch seltsam klingt.

Es wird sich ändern, wenn du und die anderen Anteile drüber sprechen können. Wenn es nicht mehr ein böses Geheimnis bleiben muß. Wenn sie spüren (und du auch), daß man drüber sprechen darf – daß du nicht "schlecht" bist deswegen.

So geht es weiter, Karin!

Und ich unterstütze dich und euch dabei, sicher! Ich lass euch nicht im Stich.

20.4.17

Danke! Ich werde das so machen

Aber eine Frage habe ich bitte noch.

Denkst Du jetzt schlecht über mich? ???

20.4.17

Ich denke kein bißchen schlecht über dich!! Wieso sollte ich? Im Gegenteil, ich habe sehr viel Achtung vor dir, du bist sehr tapfer und mutig, und ich empfinde dich als völlig ehrlich und sympathisch!!

Mondrian

20.4.17

Danke

20.4.17

Wirklich! Glaubst du es ist so einfach?

Alle werden leiden müssen! Genau wie wir! Mir, uns hilft auch keiner! Sie alle werden fühlen wie wir!!

20.4.17 an Ronald

Hallo, bist du Ronald? – Einfach ist es garnicht, das sagt niemand. Aber du und ihr alle gehört dazu! Selbstverständlich wird euch auch geholfen. Jetzt seid ihr und bist du allein mit dem Leid. Wenn du anfängst, es zu teilen mit Karin und anderen, wird es leichter. Ihr könnt lernen, daß vieles davon Vergangenheit ist. – Und wenn ihr euch verbündet mit den Anteilen, die mehr im Außen sind, werdet ihr gemeinsam stärker. Ihr könnt euch dann befreien von der Gewalt heut. Und natürlich unterstütze ich euch dabei.

Du wolltest mir berichten. – Ich hab dir versprochen, daß ich nichts weitersage an andere

Wird keiner helfen?

Anteile. Das ist deine Entscheidung, dadurch könntest du mir helfen, euch zu helfen.
Du und ihr seid nicht weniger wert als die Anteile, die meist vorne sind! Ich nehme dich genauso ernst. Das weißt du doch.. wir haben schon Mails miteinander gewechselt.
Es gibt keine Heilung ohne euch! Ihr gehört dazu und seid wichtig, weil ihr auch eigene Fähigkeiten und Kräfte habt.
Mondrian

20.4.17

Ja Ronald!

Wir gehören nicht dazu, es hört nicht auf und es ist nicht Vergangenheit!

Ja Kräfte haben wir und die werden sie zu spüren bekommen!

Und zuhören! Vonwegen... keiner hört mich, keiner hört uns zu!

20.4.17

Mensch, Ronald! das stimmt nicht!! Ich höre dir zu – und auch die anderen werden dir zuhören, wenn sie erst ein paar Sachen gelernt haben.

Ich weiß, daß es noch Gegenwart ist – aber ich unterstütze euch unbedingt dabei, daß ihr da raus kommt!!!!

Du weißt, über Ostern hat schon etwas geklappt.

Ich glaube, du hast viele schlechte Erfahrungen gemacht mit Leuten, die dir nicht zugehört haben. Aber hat jemand solche Mails mit dir geschrieben wie ich? Mir geht es wirklich um euch, auch um dich!!

Versuchs doch mit mir, bitte.

Mondrian

20.4.17

Ja Ostern war gut. Doch alles geht weiter...

20.4.17

Es war ein erster Schritt, Ronald. Einige haben Hoffnung geschöpft, daß es Freiheit gibt. – Vorhin das Gespräch mit Karin, das du ja mitgekriegt hast, war wieder ein Schritt. Es gibt Auswege – aber dazu müssen alle etwas lernen.

Ostern in der Uniklinik konnten die Täter nicht verhindern! Das zeigt, sie sind nicht immer mächtig.

Jetzt geht es weiter, ja, aber ANDERS. Auf die Freiheit zu.

Mondrian

20.4.17

Das stimmt doch nicht! Die tun uns immer noch sehr weh! Und keiner hilft!

Wird keiner helfen?

20.4.17

Ich weiß es doch, Ronald. Aber um außen Hilfe zu finden, müssen innen alle zusammenhalten! Eine allein hat den Mut nicht, sie ist nicht immer draußen, sie hat zu wenig Erinnerungen an das, was war. – Und es kommt das Reden dazu. Weißt du, wer verantwortlich dafür ist, daß niemand im Außen mehr reden kann?

Das ist sehr unpraktisch! Wenn jemand reden könnte, wäre es viel einfacher, Unterstützung außen zu finden!

Kannst du nicht das Reden übernehmen?

Mondrian

20.4.17

Nein! Ich kann auch nicht sprechen.

20.4.17

Aber irgendjemand von euch kann doch sprechen. Wo ist der jetzt? Wieso spricht er (oder sie) nicht mehr? Kannst du das vielleicht fragen?

Es wäre eine große Hilfe.

Mondrian

20.4.17

Die bösen Männer sind haben es verboten!

20.4.17

Aber sie merken es nicht, wenn doch gesprochen wird, oder?

20.4.17

Doch sie merken alles!

20.4.17

Nein! Sie sind ganz einfache Menschen (nur böse). Sie merken nur, was sie selbst sehen – oder wenn jemand von euch es ihnen verrät. Kann das sein?

20.4.17

Nein Nein Nein! Die wissen alles! Wissen genau was wir tun! Und dann passiert Schlimmes...! Ich weiß du glaubst mir nicht! Aber auch das ich jetzt mit dir schreibe werde ich büßen!

20.4.17

Ronald mit mir schreiben seit Wochen einige von euch dauernd Mails, ganz viele. Und die Männer wissen es nicht.

Sie konnten auch nicht verhindern, daß ihr über Ostern weg wart.

Sie haben euch belogen und betrogen und viel Angst gemacht, aber sie sind nicht so stark, wie

Wird keiner helfen?

du meinst.

Gibt es eigentlich jemanden innen, der auf ihrer Seite steht?

Mondrian

20.4.17

Doch sie wissen das ganz genau! Und wussten auch wo wir Ostern waren!

Die sind stark und sind viele!

Klar das du mir nicht glaubst!

20.4.17

Ich weiß, daß solche Täter das immer den Opfern einreden. Immer mit Gewalt, bis sie es glauben.

Aber du siehst, sie haben NICHTS gemacht wegen Ostern und wegen meinen Mails.

Aber du weißt nicht, ob jemand innen auf ihrer Seite steht?

Mondrian

20.4.17

Ich wollte das nicht. Aber so viel Wut in mir!

20.4.17

Hast du ihnen etwas verraten? – Ich bin nicht wütend auf dich, aber wir können später nochmal drüber reden, ok?

Mondrian

20.4.17

Was meinst du mit verraten?

Ich habe ihr weh getan!

20.4.17

Entschuldige, ich habs falsch verstanden!!

Ja, ich weiß, daß du in deiner Wut ihr (dem Körper) wehtust. – Denk doch nochmal drüber nach, was ich gesagt hab, daß ihr einen gemeinsamen Körper habt. Deshalb warst du auch mit in der Uniklinik, zu Ostern!

Ich denke, du und ihr alle habt Grund zur Wut gegen die Männer.

20.4.17

Nein du verstehst mich nicht! Richtig zu Ostern konnten sie nichts machen. Aber wegen allem anderen... ach egal! Warum mit dir reden du glaubst mir nicht!

Wird keiner helfen?

20.4.17

Ich glaub dir vieles! Aber manches verstehe ich einfach noch nicht. Du kannst es mir ja erklären. – Und in manchem irrst du dich. Das möchte ich dir gern erklären.

Mondrian

20.4.17

Vieles! Das ist nicht genug!

20.4.17

Ronald jeder von uns irrt sich mal oder weiß manches nicht. Ich auch. Niemand ist allwissend.

20.4.17

Ich Lüge nicht!

Aber egal! Das kenne ich schon!

20.4.17

Ich glaube dir, daß du nicht lügst!!!!

Ich meine nur, daß du dich in manchem irrst. Ohne es zu wollen. – Wie wir alle, ich auch.

Ronald ich möchte jetzt bald den Rechner für heute ausschalten und ins Bett gehen. Sei nicht wütend deshalb – ich muß auch mal schlafen. Morgen bin ich wieder da und antworte, wenn du was schreibst.

Ich wünsch dir auch gute Nacht!

20.4.17

Das ist richtig! Aber was ich sage ist wahr! Und wenn du sagst du kannst helfen, mir helfen, dann musst du mir doch glauben!

In Frage stellen mich schon andere!

20.4.17

Ich glaube dir in der Weise, daß ich nicht davon ausgehe, daß du lügst. Ich glaube dir, daß du mir ehrlich sagst, was du denkst. Das glaube ich dir alles.

Nur bin ich der Meinung, daß die Männer, die Täter euch alle belogen haben und noch immer belügen.

Und ich meine, daß du dich tatsächlich irrst, wenn du denkst, du hast einen eigenen Körper.

Aber ich kann dir das nicht beweisen! – Ich bitte dich nur, es nicht ganz zu vergessen. Wir können ja später nochmal drüber reden, wenn du es magst.

So, jetzt antworte ich noch auf die nächste Mail und dann geh ich ins Bett.

Wird keiner helfen?

20.4.17

Ich würde ja fragen, worin ich mich angeblich irre!

Aber es ist genau wie jedesmal, ich bin so dumm, lasse mich darauf ein, bin dann total kaputt, voller Wut und werde allein gelassen!

Stimmt ich irre mich, nicht nur die anderen sind dumm, ich auch!

20.4.17

Nein, du wirst nicht alleingelassen – von mir nicht. Ich werde dir immer antworten, wenn du mailst – so schnell ich kann. Das verspreche ich dir.

Du bist auch nicht dumm, nicht dümmer als ich.

Du und ihr alle seid aber betrogen worden. Wenn ich schon seit der Kindheit so bequält worden wäre wie du und ihr, würde es mir genauso gehen.

Worin du dich meiner Meinung nach irrst: Daß die Täter alles wissen und daß ihr keinen gemeinsamen Körper habt.

Bis morgen!

Mondrian

20.4.17

Doch die wissen alles! Die kontrollieren alles!

Ich habe ihr sehr weh getan. Das wollte ich nicht.

21.4.17

Guten Morgen, Ronald!

Nein, sie wissen und kontrollieren nicht alles. Ihr wart Kinder, sie waren gewalttätige Erwachsene – sie haben euch das eingeredet. Das machen sie immer bei ihren Opfern.

Ich versteh, daß deine Wut irgendwo hin mußte. Aber verdient haben die Männer diese Wut.

Leider bist du und seid ihr noch zu schwach, um etwas gegen sie tun zu können.

Mondrian

20.4.17

Hallo Mondrian,

Ich bin Dir wirklich so dankbar, dass Du Dir so viel Mühe mit mir machst. Ich weiß das zu schätzen!

Aber ich habe wohl alles falsch gemacht. Ich wollte wissen wer mir dieses ErinnerungsGefühl geschickt hat, doch geantwortet hat keiner. Nur laut! Einfach unheimlich laut! Und nochmehr Schmerzen! Schlimme Schmerzen!

Es tut mir leid, ich wollte dich nicht enttäuschen... . Ich versuche es morgen weiter! Ich bin nur so müde... vielleicht lassen die mich etwas zur Ruhe kommen... ? Muss nur etwas ausruhen, bitte...

Danke das du da bist!

Karin

Wird keiner helfen?

21.4.17

Hallo, guten Morgen Karin,

du hast nix falsch gemacht. Das alles braucht Zeit – denn so viele Jahre lang wart ihr alle getrennt voneinander, Einzelkämpferinnen und Einzelkämpfer, ausgeliefert den Tätern... – das ist alles sehr neu für euch alle.

Ihr alle müßt erst langsam Vertrauen finden zueinander – nicht nur zur Außenwelt oder zu mir, sondern auch zu anderen Anteilen.

Du brauchst dich auch nie zu sorgen, "mich zu enttäuschen". Es geht nicht um mich! Ich bin dazu da, um dich und euch zu begleiten, zu unterstützen – und es ist euer Weg, durchs Unbekannte, mit vielen Hemmnissen...

Die meiste Arbeit dabei habt trotzdem ihr. Ich steh am Rand und kann nur mit meiner Erfahrung unterstützen, versuchen zu helfen.

Ja, und es ist ganz wichtig, daß du auch ausruhst, daß du dich nicht überforderst. Es gibt ja andere innen, die auch den Körper übernehmen können. Das Ausruhen ist sehr wichtig!

Mondrian

21.4.17

Guten morgen Mondrian,

Entschuldige bitte, aber ich habe eine Frage.

Wenn man mal genau darüber nachdenkt, ist doch die Form der Dissoziation eigentlich, (wenn sie nicht auf so schlimme Weise passieren würde) eine Bewusstseinerweiterung.? Also eine Leistung des Gehirns die Menschen, wenn clever angewendet, zum Guten nutzen könnten!? Eine natürliche Bewusstseinerweiterung.

Wir nutzen doch unser Gehirn schätzungsweise nur zu zwei Prozent.? Doch so, könnte man es doch viel effektiver nutzen.? Wenn man also die Dissoziation bewusst nutzt.

Nicht ???

Karin

21.4.17

Karin, du hast recht. Dissoziation ist sowieso eine natürliche Methode des Gehirns (bei allen Menschen!), mit der in einzelnen Situationen etwas, was mensch nicht gebrauchen kann, abgespalten wird. Ganz primitive Sachen, wie Gespräche fremder Menschen am Nebentisch im Gasthaus, der tickende Wecker, oder so. Nur dann, wenn Kinder so schrecklich Überforderndes erfahren, wird diese natürliche Methode vom Gehirn ausgebaut, weiterentwickelt. Wie andere Fähigkeiten auch, die "mehr werden", wenn sie genutzt werden. (Gedächtnis, Muskeln..)

Es gibt Hirntrainingsmethoden, die genau mit diesem Ausbau der Dissoziation arbeiten. Viele Leute wollen ihr Gedächtnis trainieren, zum Beispiel. Meist geht es bei denen um ihre berufliche Karriere.

Bei mir ist es so, daß ich aufgrund meiner Kindheitssituation die Dissoziation gebraucht habe, um klarzukommen (obwohl ich nicht multipel bin) – und das hat mir mein ganzes Leben lang genützt. Viele wundern sich, wieviel verschiedene Sachen ich mache, oder wie schnell ich mich

Wird keiner helfen?

umstellen kann auf unterschiedliche Menschen.

Ich weiß, daß es Traumaüberlebende mit DIS gibt, die das Schlimme in sich einigermaßen überwunden haben und jetzt ihr Vielesein kreativ nutzen. Eine Frau, die ich kenne, hat einen Dokortitel und einen entsprechenden Beruf (im naturwissenschaftlichen Bereich), sie malt und schreibt Romane, und treibt Sport. Und es gibt noch ein paar andere Beispiele, die mir einfallen. Ich bin sicher, es gibt viele, die ihr Multipelsein kreativ nutzen können, nachdem sie das Schlimme erstmal aufgearbeitet haben. – Da haben sich verschiedene Persönlichkeiten (Anteile, Ichs) für etwas spezialisiert, für bestimmte Fähigkeiten, und das System hat gelernt, so gut zusammenzuarbeiten, daß es für alle nützlich ist.

Mondrian

21.4.17

Aber wie steuerst du es? Wie kannst du es kontrollierten

Karin

21.4.17

Ich bin ja nicht multipel. Diese Fähigkeiten und Eigenschaften sind nebeneinander in mir, wie Werkzeuge – und in bestimmten Situationen paßt das eine, in anderen das andere. Und wenn sich hinterher rausstellt, etwas hat doch nicht gepaßt, versuch ichs auf andere Weise.

Ich denk über die Situationsen nach oder was ich gern möchte, aber die "Werkzeuge" werden dann ganz automatisch verwendet.

Klar, wenn jemand Viele ist, ist es erstmal schwieriger. Weil alle Anteile ihre eigene Meinung haben – und oft verschiedene Meinungen. Und bei euch kommt noch dazu, daß ihr noch gar nicht miteinander spricht.

Da ist das erste, daß die Anteile sich miteinander austauschen – auch über die Situationen im Außen.

Multis entscheiden dann oft gemeinsam, daß in bestimmten gefährlichen Situationen keine Innenkinder rauskommen sollen (weil sie sich verlaufen können oder nicht allein über die Straße gehen können). Oder es wird entschieden, daß die Kinder geschützt werden. Oder daß der Körper von allen geschützt wird.

Das ist erstmal nicht einfach – aber es kann gelernt werden.

Petra Nürnberger, die bei mir Therapie gemacht hat, hat dieses Lernen von Gemeinsamkeit verschiedener Anteile mal aufgeschrieben. Ich glaub, ich hab schonmal jemanden von euch auf das Buch hingewiesen: <https://dissoziation-und-trauma.de/unsere-buecher/111-meine-freundin-paula-n-wie-es-weiterging-leben-voller-hoffnung>

Mondrian

21.4.17 13:12

Bitte beschütze mich! Lass das nicht zu!

21.4. 21:15 Facebook

Wut 😡😡😡😡

Wird keiner helfen?

21.4.

Nur Wut hilft nicht. Etwas machen, zusammenhalten gegen die Täter!

21.4.17

Hallo Mondrian,

Wie geht es deinen Augen?

Schau mal, Amelie versucht sich im Skateboardfahren...☺

Liebe Grüße Merle

21.4.17

Hey Merle, danke der Nachfrage! Es geht Tag für Tag besser – aber ich bin doch sehr froh, daß ich mich für diese Woche hab krankschreiben lassen.

Schön die Ameliebilder! Tut mir auch gut, weils mich immer dran erinnert, daß es eben auch darum geht – um ein gutes Leben für Amelie.

Mondrian

21.4.17

Richtig!

Klingt vielleicht komisch, aber ich hätte gern jemanden der mal mit Amelie spricht. Aber so leicht ist das eben nicht, denn denjenigen müsste ich vertrauen und mein Ex darf davon nichts wissen! Niemals!

Aber es wäre extrem wichtig! Wichtig für mich! Ich habe große Angst, dass jemand in mir, vielleicht Amelie weh tut.?

Das wäre das schlimmste!!!! Das darf nicht sein!

Weißt Du, dass ist eine extreme Angst in mir, weil wenn, ich dann genau so wäre... !

Merle

21.4.17

Wie soll ich das verstehen? Dein Ex darf nicht wissen, wenn Amelie mit jemandem spricht?

Oder meinst du es nur im Zusammenhang mit deiner Angst, daß jemand in dir Amelie weh tut?

Es ist in jedemfall ungünstig, wenn du deiner Tochter das Versprechen abnimmst, irgendwas ihrem Vater nicht zu sagen. Damit bringst du sie ja in Gewissenskonflikte!

Was die Gefahr angeht... ja, das ist schwierig. Die Lösung liegt wieder darin, daß die Anteile Kontakt miteinander bekommen. Daß wir besser verstehen, wer ist innen, was haben die Anteile innen für eine Einstellung zu Amelie. Wer paßt auf Amelie auf.

Ich habe auch Kontakt zu anderen Anteilen und habe bisher keinen Hinweis gefunden, daß jemand Amelie etwas Böses will. Auch Derjenige innen, der dir öfters wehgetan hat, hat glaub ich nichts gegen Amelie. Aber sicher kann ich natürlich nicht sein. Ich werde ihn bald mal fragen. (Denn er lügt nicht.)

In keinem Fall bist du so wie diese Täter. Denn du kämpfst ja mit allen Möglichkeiten um ein gutes Leben, hast es seit Jahren gemacht, und auch andere Anteile sind an diesem Bemühen

Wird keiner helfen?

beteiligt. Und halten von sich aus zu mir Kontakt. Solange so viel Positives in Richtung auf Heilung geschieht, gibt es meiner Meinung nach nicht viel Grund zur Sorge. Aber wir müssen natürlich dennoch immer an diese Gefahr denken.

Ich versuche weiter, Kontakt nach innen zu bekommen.

Ja, es wäre schon wichtig, wenn jemand mit Amelie reden könnte, wenn sie bei dir ist. Gibt es niemanden, mit dem du heutzutage zu tun hast und zu dem du Vertrauen haben kannst?

(Dieser Exfreund Manfred ist hoffentlich keine Person des Vertrauens für dich?)

Es geht weiter, Merle. Ich halte zu euch.

Mondrian

21.4.17

Er darf nicht wissen, dass die möglich besteht das ich Amelie weh tue! Sonst nimmt er mir Amelie weg! Zurecht!

Und NEIN, so was würde ich von Amelie nie verlangen. Deshalb müsste es jemand sein, der weiß was er tut, Ahnung hat, weiß wie man fragt... !

Das Du das denkst, ist ja schön, aber das reicht mir nicht. Und ich kann nicht so warten bis ich Kontakt zu allen habe! Denn ich habe flashbacks von meinem Vater, er hat mich wohl geschlagen.

Bitte, ich muss unbedingt verhindern das es Amelie so geht!!!

Ich kann sicher viel ertragen, aber sollte ich jemals Amelie wehgetan haben, ist Schluss!!!!

Ich vertraue hier keinem!!!! Alle Lügen!!!

Und NEIN!!!! Dieser Typ ist verrückt, aber wirklich verrückt! Er ist so krank, dass er das Wissen über mich, gegen mich verwendet um seine Ziele durchzusetzen! Das ist doch krank!

Merle

21.4.17

Weißt Du, ich liege auf dem Sofa und Amelie liegt auf mir und kuschelt mit mir.

Amelie ist einer der grössten Trigger für mich.☺ doch kann ich sie nicht wegschicken. Doch die ständigen Flashbacks machen mich fertig, wütend! Verstehst Du?

Und dann schaue ich sie an, sie ist so lieb, so zart, so arglos...

Was, wenn ich böse zu ihr bin? Sie genau das gleiche erlebt... ? Sie vor mir in Sicherheit gebracht werden muss!?

Merle

21.4.17

Ok, ich habs verstanden, wie du es gemeint hast.

Ich verstehe deine Sorge, Merle, aber es nützt halt nichts, wenn du forderst, "ich muß unbedingt verhindern!!" – Es geht halt nicht anders, als daß du alle Kraft und Intelligenz und

Aufmerksamkeit hineinsteckst, Kontakt mit den anderen innen zu bekommen. Es gibt keine andere Möglichkeit, über diese Frage Klarheit zu gewinnen.

Ich tu's auf meine Weise auch.

Deine neue Mail: was für ein Trigger ist Amelie für dich (falls du das aussprechen kannst)?

Wird keiner helfen?

Ich seh ja ihr Gesicht auf den Fotos – und so sieht kein Kind aus, dem es schlecht geht. Merle, ich möchte jetzt noch meinen/unseren Abendspaziergang machen und dann ins Bett gehen. Ich lass den Rechner noch an, bis ich von draußen zurück komme. Morgen bin ich auch weider da!

Grüß deine Amelie herzlich von mir, falls du magst! ☺

21.4.17

Was für ein Trigger Amelie ist? Die Frage verstehe ich nicht.

Ihre Nähe! Ich weiß, dass klingt widersprüchlich, denn ich liebe Amelie. Aber ihre Nähe ertrage ich nicht!

Deshalb das Problem, mit wen anders ein Zimmer teilen zu müssen!

Ich denke, sie selbst! Amelie als Person, das Kind!

Und vermutlich, und das ist das ist wohl das schlimmste für mich, dass Gefühl von Liebe welches Amelie in mir auslöst. Das klingt absurd... ! Sie ist ja meine Tochter!!!

So aussprechen kann ich es nicht, aber ich habe es Dir geschrieben und hoffe ganz sehr, dass meine Amelie das niemals erfährt!!!

Merle

21.4.17

Mit der Frage "Was für ein Trigger?" meinte ich, wie sich das bei dir auswirkt. Was für Empfindungen oder Phantasien hast du, wenn sie da ist. Ein Trigger kann ja ganz verschiedene Auswirkungen haben. – Das Gefühl der Liebe? Aber das ist doch ein gutes Gefühl – oder? Wahrscheinlich erträgst du überhaupt keine Anwesenheit irgendeines Menschen bei dir? Ist es also nicht speziell Amelie? Und ist es schon, wenn jemand im gleichen Raum ist? Oder wenn jemand im gleichen Raum schläft?

Falls du jemals etwas dazu sagen kannst, und magst, versuch es. Es könnte helfen, wieder etwas zu klären.

Jetzt aber – bis morgen!

Ich hoffe, du und ihr könnt gut schlafen!

21.4.17

Ja das Gefühl der Liebe ist ein schönes, oder sollte ein schönes sein, doch wenn ich es fühle, löst es Flashbacks aus.

Empfindungen, Fantasien wenn Amelie bei mir ist...

... alles! Das volle Programm! Von Übelkeit bis hin, dass ich mich gar nicht mehr bewegen kann, und oder so eine Art Anfälle, wie Krämpfe bekomme. Ja, ich denke Flashbacks, wo alles wie Jetzt erlebt wird.? Schwer zu beschreiben... Und wenn es wohl gar nicht mehr geht, passieren Wechsel.

Stimmt! Ich ertrage gar keinen Menschen in meiner Nähe!

Aber bei Amelie ist eben noch etwas anders. Das ist wieder so ein Konflikt in mir. Sie liebt mich und hat Erwartungen. Ich kann doch ein so liebes, kleines Mäuschen nicht einfach wegschicken. Wie sollte sie das verstehen können?

Wird keiner helfen?

Das ist doch mein Kampf, das hat nichts mit Amelie zu tun. Amelie braucht ihre Mama. Ich muss das aushalten... Verstehst Du was ich meine?

Danke Mondrian! Gute Nacht...!

Merle

21.4.17

Bitte helfe mir! Beschütze mich! Lass mich nicht allein! Hilf mir! Bitte Pass auf mich auf

22.4.17 02h Ronald

Doch die wissen alles und sind überall!

Niemals gehören wir zusammen! Ich beweise es dir, ich töte sie! Dann siehst du das ich habe recht!

22.4.17 An Ronald

Sehr schade, daß du kein Vertrauen hast.

Mondrian

22.4.17

Hallo Merle,

ich hoffe, du konntest gut schlafen!

Ich bin unsicher, ob du hören möchtest, was mir zu diesen Empfindungen einfällt. – – Jemand von euch hat sehr klar geschrieben, daß dein Vater dich nicht nur geschlagen hat, sondern noch mehr Schlimmes.. – und Amelie erinnert dich vielleicht (im Innen) an die kleine Merle. Es sind Flashbacks, Erinnerungen an das Schlimme, was dein Vater mit dir gemacht hat. Aber andererseits hast du vielleicht auch gute Erinnerungen an ihn. Das ist ein Widerspruch, den ein Kind nicht aushalten kann. Es dissoziiert, spaltet es ab.

Es kann sein, daß diese Gefühle und Erfahrungen der kleinen Merle jetzt nach außen kommen, als Flashbacks. (Du kannst auch sagen als Erinnerungen eines kleinen Anteils, der damals die Merle war.)

Nein, Amelie kann das nicht verstehen. Es ist deine und eure Aufgabe. – Du kannst versuchen, diesen kleinen Anteil innen anzusprechen und ihm zu zeigen, daß mit Amelie jetzt etwas Gutes weiterleben kann. Das könnte ihm helfen (und dir dann auch).

22.4.17

Hallo Mondrian,

über die letzte Nacht möchte ich nicht sprechen.

Merle

22.4.17

Hallo Merle,

Es tut mir sehr leid, daß die Nacht nicht gut war!!! Ich tue weiterhin alles, um irgendwie dazu beizutragen, daß dein und euer Leben sicherer und besser wird.

Wird keiner helfen?

Was ganz extrem wichtig ist: daß du dir immer wieder neu klarmachst, daß alles, was von innen kommt, also nicht was Täter/Männer außen dir und dem Körper zufügen, – daß alles von Innenpersonen zu dir gehört. Das alles sind ursprünglich hilflose Kinder, Opfer, genau wie du, die nur manches falsch verstehen oder aus Angst und Wut dich quälen. – Wenn sie es nur erst verstanden haben, sind es wichtige Kampfgefährten für das gute Leben!

Deswegen solltest du sie trotz allem, was sie dir zufügen, nicht ausgrenzen, sondern solltest immer wieder den Kontakt suchen.

Ich weiß, das ist sehr schwer. Aber trotzdem.

Ohne diese Anteile gibt es keine Heilung. – Wenn sie als "Böse" behandelt werden (und das machen auch Therapeuten manchmal), kommen sie immer noch mehr in die Isolation... und bleiben in ihrer Wut auf dich und ihrer Angst.

Mondrian

22.4.17

Bitte hilf mir! Ich bin so müde und muss schlafen! Aber ich kann nicht schlafen gehen! Habe so Angst!

Merle

Facebook:

22.4.

Die machen so böses mit mir! 😡

22.4.

Ich weiß. Es wird sich ändern.

22.4.17

Helfe mir! Bitte

23.4.



23.4.17 7.27

Hallo Mondrian,

wie geht es Ihren Augen?

Es klingt sicher blöde! Aber ich möchte zurück! Ich habe so große Angst! Und bin so müde!

Bitte, ich brauche Ihre Hilfe!

23.4.17

Hallo, wer sind Sie denn? – Und wohin wollen Sie zurück? Das versteh ich nicht.

Ich hab ja allen immer wieder gesagt, um auszusteigen aus der Gewalt, müßt ihr miteinander in

Wird keiner helfen?

Kontakt kommen. Sonst habt ihr keine Kraft zur Befreiung.
So ist es, leider!
Mondrian

23.4.17

Amanda



Mail:

23.4.17

Guten morgen Mondrian,
Es tut mir leid, aber es macht mich total fertig! Darf ich vielleicht Dich darum bitten, mit Amelie zu sprechen? Bitte!
Merle

23.4.17

Guten Morgen, Merle,
wozu soll es gut sein? Als was sollte ich mit ihr sprechen? Als dein Freund, dein Therapeut – oder was? Was soll ich sagen, wenn sie nach deiner Situation fragt?
Sie wird doch nicht einfach mit einem Wildfremden sprechen, ohne zu wissen, wozu!
Es ist nach wie vor das wichtigste, daß IHR als System euch um Amelie kümmert. Daß ihr zusammenarbeitet. Ich bin außen – ich kann das nicht ersetzen.

23.4.17

Ist doch egal!
Keiner arbeitet mit mir zusammen ganz egal was ich versuche!
Dann sollte Amelie nicht bei mir sein!
Das Monster ist in mir!
Merle

23.4.17

Es ist kein Monster in dir, sondern nur Anteile, die zu dir gehören. – Es gibt nur die Möglichkeit, Therapie zu machen oder nicht. Und zum ersten Schritt für Therapie gehört, daß wenigstens ein paar Anteile zusammenarbeiten.
Leider gibt es keine andere Möglichkeit. Und viele Menschen, denen es ging wie dir, haben es geschafft.
Es gibt Anteile in dir, die guten Willens sind. Auch denen hab ich so oft gesagt, wie wichtig es ist, zusammenzuarbeiten. Ich weiß leider auch nicht, wieso es bei euch so schwer ist, damit

Wird keiner helfen?

anzufangen.¹⁰¹

Mondrian

23.4.17

Ja, ich verstehe was Du meinst!

Und doch bin ich wütend! Verzweifelt! Und habe große Angst! 🙄😞😞

Ich weiß gerade wirklich nicht was ich tun soll! Was richtig ist!

Merle

23.4.17

Ich weiß auch nicht weiter. Ich hab noch nie erlebt, daß es Anteilen so schwer fällt, Kontakt miteinander aufzunehmen. – Vielleicht haben sie sich in früheren Therapiesituationen zu sehr darauf verlassen, daß die TherapeutInnen die Arbeit machen ... – ich weiß nicht.

23.4.17

Also bin ich nun wieder allein? 😞

23.4.17

Merle, genau das ist das Problem: du baust nur auf Unterstützung von außen. Der erste Schritt kommt aber dadurch, daß ihr eure Kraft zusammennehmt. Auch ziemlich viele Anteile innen wollen ständig Hilfe von mir – aber sie bleiben isoliert.

So gehts halt nicht.

Du bist Viele – du bist nicht alleine. Wenn ihr euch (wenigstens einige von euch) zusammenschließt, gibt es Möglichkeiten für uns außen, euch zu unterstützen.

Niemand von euch kann alleine in der Außenwelt aktiv werden, jede von euch kann nur ein Stück, ist spezialisiert für etwas Bestimmtes.

Wenn ihr zusammenarbeiten könntet, dann könnte ich mit euch vieles praktische besprechen. So geht das nicht, weil du ein Stückchen davon weißt, und andere wissen andere Stücke davon.

23.4.17

Jedenfalls lasse ich euch nicht im Stich. Ich kann zwar jetzt auch nix machen, aber ich warte ab. Ich bin bereit – und bald (oder irgendwann) wird sich in euch etwas ändern, und dann habe auch ich wieder Möglichkeiten.

Das ist jedenfalls meine Hoffnung!

Mondrian

23.4.17

Mondrian, dass ist nicht ganz richtig. Ich habe doch sonst niemanden, wie soll ich da auf Hilfe von außen bauen.? Und außer Dir, habe und hatte ich nie jemanden der sich überhaupt damit auskennt!

¹⁰¹ Später wußte ich es: Wegen der seit frühester Kindheit (also seit mindestens 35 Jahren) anhaltenden Tätergewalt!

Wird keiner helfen?

Das andere Teile von mir Dich nerven tut mir sehr leid! Wirklich, sehr leid!
Ich weiß nicht was ich falsch mache! Ich versuche doch wirklich alles damit der Wahnsinn endlich aufhört!
Es wird für Dich sehr anstrengend und nervig sein, mir immer und immer wieder dasselbe zu sagen?
Vielleicht funktioniert es bei mir nicht, weil zu viel böses in mir ist!? Vielleicht hatte Frau Z. recht mich aufzugeben und es gibt keine Hilfe für mich!?
Ich kann sogar verstehen, dass ich Dir auch zu viel bin. Und wenn Du nicht mehr möchtest das ich Dir schreibe, werde ich das respektieren und es lassen.
Merle

23.4.17

Liebe Merle, ich sags dir doch: Ich lasse dich und euch nicht im Stich. Niemand ist mir "zuviel", niemand von deinen Innenpersönlichkeiten "nerven mich".
Aber es funktioniert einfach nicht anders. Solange ich nur einzeln mit euch Kontakt haben kann, kann ich den Anteilen nur jeweils versuchen etwas zu erklären. Sie zu informieren. Ihnen zu zeigen, daß jemand da ist, der sie unterstützen möchte auf dem Weg.
Mehr kann ich nicht machen, solange ihr nicht selbst Kontakt miteinander habt!
- Ich glaube nicht, daß du etwas falsch machst. Aber es scheint, daß in euch noch die Kraft nicht da ist, der WILLE nicht genügend stark ist, Therapie zu machen.
Sowas ist auch bei Menschen so, die nicht Viele sind. Sie fühlen sich schlecht, aber sie haben die Kraft nicht, an ihrer Heilung zu arbeiten.
Immerhin wissen viele innen, daß ich da bin, daß es Möglichkeiten gibt, Grund zur Hoffnung. - Das alles ist ja erst seit ein paar Wochen in euch. Vielleicht braucht es einfach noch etwas länger... es sind innere Lernprozesse.

23.4.17

Danke! Danke, dass Du trotz allem für mich da sein möchtest!
Doch leider kennst Du mich nicht! Der Wille Therapie zu machen ist da seit ich damit begonnen habe!
Es ging am Anfang darum, für Amelie eine bessere Mama sein zu können! Sie sollte keine ständig kranke Mama haben.
Der Wille ist da! Ich versuche doch die ganze Zeit andere in mir zu erreichen! Also mache ich offenbar wohl doch was falsch!
Denn das einzige was passiert, ist, dass noch mehr Schmerz und Wut entsteht!
Kannst Du Dir vorstellen wie es für Amelie sein muss, wenn ihre Mama, für sie, ohne Grund plötzlich anfängt zu weinen? Es tut mir so unendlich leid! Doch kann ich es nicht steuern! Nicht kontrollieren! Das kotzt mich so an! Verstehst Du? Ich will dass das endlich alles aufhört!!!!
Merle

Wird keiner helfen?

23.4.17

Merle, wenn ich etwas über Kraft und Wille sage, meine ich niemals dich, Merle, sondern euch als System. Du weißt es zwar theoretisch, aber es fällt dir immernoch sehr schwer, davon auszugehen, daß du Viele bist. Und Therapie kann nur mit allen oder doch mit einigen der Anteile zusammen gemacht werden.

Daß du, Merle, diesen Willen hast, weiß ich und glaube ich. Ich kriegs ja mit in all deinen Mails. Aber bei anderen offenbar ist er noch nicht stark genug. Das meinte ich!

23.4.17

Okay, nun weiß ich was Du meinst.

Doch warten kann, nein will nicht mehr müssen!!!! Zum warten, habe ich keine Zeit und keine Kraft mehr!!!

Vielleicht ist es schwer vorstellbar, aber der Gedanke, dass die Gefahr besteht, dass ich meiner Amelie etwas antun könnte, das macht mich fertig, treibt mich in den Wahnsinn!!! Wenigstens meine Amelie muss doch sicher sein!

Merle

23.4.17

Vielleicht Hypnose?

23.4.17

Es gibt eine Form von Hypnose, die auch in der Traumatherapie vorkommt (nach Milton Erickson) – aber auch da gilt das gleiche: es müssen schon ein paar mehr Anteile Therapie machen wollen. Sonst geht eben keine Therapie.

23.4.17

Merle, ich mach jetzt meinen Abendspaziergang und geh dann ins Bett. Lass den Rechner noch an, bis nachher, falls du nochmal schreibst.

Ansonsten bis Morgen!

Mondrian

23.4.17

Wenn aber einige Teile mit Dir sprechen, kannst Du sie dazu bringen auf mich zu hören, oder noch besser auf Dich und das sie mitmachen!?

23.4.17

Das versuche ich doch immer wieder.. !!

Gut Nacht! Mondrian

Wird keiner helfen?

23.4.17

Gute Nacht... !

Ich finde es übrigens total schön mit dem täglichen Abendspaziergang! ☐

Merle

24.4.17 An Alle

Hallo Merle und alle, die dies lesen,

ich bin heute wieder im Nachtdienst. Deshalb bin ich ab jetzt über den Abend und die Nacht nicht zu erreichen.

Morgen bin ich wieder da!

Mondrian

25.4.17 22:53

Jetzt zuhause haben gefangen du nicht geholfen

Facebook 26.4.17



26.4.17 10:40

Hallo Mondrian, wieder genauso schrecklich ist es! Ich versuche es die ganze Zeit! Die letzten zwei Tage waren der Horror... ! Amanda

12:03

Ja, ich dachte es mir. Leider gibt es doch keinen anderen Weg. Erst wenn mehr Anteile zusammenarbeiten, kann äußere Hilfe einsetzen. Und dann auch Ausstieg, sichere Wohnung usw. – Ich bleibe bereit, unbedingt, aber mehr kann jetzt niemand von außen machen. Mondrian

26.4.17

Hallo Mondrian,

Weißt Du, jetzt könnte ich wirklich Hilfe brauchen. Aber ich habe schon Angst zu schreiben.

Denn Du wirst wieder dasselbe sagen wie immer. Das hilft mir jetzt aber nicht. Im Gegenteil, ich werde wieder weinen!

Aber ich weiß einfach nicht weiter!

Nur habe ich doch niemanden der mich annähern versteht!

Merle

26.4.17

Hallo liebe Merle,

ich weiß, es waren schlimme Tage für euch und auch für dich. Ich habe jetzt nochmal in den Hinweisen derjenigen Therapeutin gelesen, die in Deutschland sicher am meisten Erfahrung hat mit einer Situation, wie sie bei euch besteht (Claudia Fliß). Aber ich fand wirklich auch bei ihr

Wird keiner helfen?

nichts anderes, als was ich dir und anderen von euch schon oft gesagt habe. – Alles, was von außen getan werden könnte, setzt voraus, daß ihr euch daran beteiligt. Und das geht nur, wenn mehr Anteile zusammenwirken.

Eine sichere Wohnsituation oder sonstiger Schutz vor den Tätern geht alles nur, wenn ihr euch darin einig seid und die Kraft in euch findet zu handeln. – Ich kann nicht kommen und dich "mitnehmen" irgendwohin, wo du geschützt bist. Andere Anteile würden das nicht mitmachen. Es geht auch nicht so einfach wegen Amelie. Und weil ich ein eigenes Leben habe und hier mit meiner Freundin zusammenlebe.

Es gibt bei euch durchaus Möglichkeiten, und das könnten wir gemeinsam in Angriff nehmen – aber nur, wenn ihr aktiv daran beitragen könnt. – Und dazu hast du allein keine Kraft.

Leider ist es so.

Ich weiß, daß auch andere Anteile ernsthaft versuchen, Kontakt miteinander, auch mit dir, herzustellen. Auch darin bist du nicht allein. Ihr müßt weitermachen damit.

Das einzige Hoffnungsvolle, das ich dir jetzt sagen kann, ist, daß ich dich und euch nicht verlasse, – daß ich abwarte und bereit bin, euch zu informieren, Fragen zu beantworten, – und bereit bin, mehr zu machen, wenn von euch die Botschaft kommt: "Wir wollen uns befreien! Wir wollen um unser gutes Leben kämpfen! Wir wollen etwas ändern in unserem Leben!"

Ihr braucht euer "WIR" dazu.

Mondrian

26.4.17

Danke für Deine Antwort.

Was ist damit...

ICH möchte Frei sein!

ICH möchte mein Leben ändern!

ICH möchte ein gutes Leben! Und...

ICH kämpfe jeden Tag für mein Leben!

Zählt denn das was ICH möchte nun gar nichts mehr?

Warum wird MIR nicht geholfen?

Merle

PS von MIR wird erwartet, dass ich einfach weiter funktioniere! Schwimmen... , Ich muss für Amelies Tanzgruppe ein Kostüm nähen, eigentlich kein Problem, aber ich kann mich nicht konzentrieren! ???

26.4.17

Merle, du bist EIN Anteil, und vermutlich derjenige, der zuständig ist für Amelie. – Vieles andere ist dir nicht so gut möglich, zum Beispiel weißt du wenig von eurer Vergangenheit und von den Tätern. Vermutlich hast du dich auch wenig mit der Situation von DIS beschäftigen können (Multipel-Sein, Dissoziation). Andere Anteile haben sich umfassend dazu informiert – die wiederum können aber nicht im Alltag handeln, was du aber kannst. Und so hängt alles zusammen, und ihr müßt zusammenarbeiten, um grundsätzlich etwas ändern zu können.

Wird keiner helfen?

26.4.17

Also bin ich gefangen in meinem Körper!?

26.4.17

Jeder Mensch ist "gefangen in seinem Körper". Ist doch klar – niemand kann raus aus seinem Körper! – Nur sind manchmal mehrere ICHs in einem Körper. – Das ist nichts Krankes, sondern kommt durch Umstände in der Kindheit.

Das muß dir keine Angst machen!

Mondrian

26.4.17

Es macht mir Angst, dass Stimmen in mir drohen! Es macht mir Angst, dass diese Stimmen recht haben! Angst nicht zu wissen was mit mir passiert! Angst, dass mir keiner hilft!

Nein, ich habe vor viel zu vielem Angst! Nichts ist sicher! Sag, wer will so leben?

Seit fast vier Stunden versuche ich raus zu gehen... einfach nur Angst!

Ich hatte gehofft, wenn, dann verstehst Du mich!

Merle

26.4.17

Verstehen tu ich das schon. Es hat mit den Tätern zu tun, die euch bedrohen. Das war in den letzten beiden Tagen wieder so. Leider haben alle in dir Angst vor den Tätern, deshalb trauen sie sich nicht, Kontakt miteinander und mit dir aufzunehmen.

Aber leider kann ich dir und euch nicht helfen, wenn sich die andern nicht trauen. – Wenigstens Kontakt aufzunehmen miteinander, das sollten sie tun. Das wäre der erste Schritt.

Sie dürfen dir nicht alles überlassen, denn damit bist zu überfordert.

Sie müssen auch mithelfen, den Körper zu schützen'!!

Mondrian

26.4.17

Tut mir leid, die Logik verstehe ich nicht!

Merle

26.4.17

Merle, bitte frag doch, WAS du nicht verstehst. Ich hab dir das schon öfters zu erklären versucht mit dem Multipelsein. Was soll ich mit "die Logik" anfangen?

26.4.17

Die zerstören mich von Innen und von Außen! Und nur weil die im Innen auch gegen mich sind, bekomme ich von Dir auch keine Hilfe!!!

Ich verstehe, ich gehe Dir auf die Nerven! Weißt Du, es hat nicht mal jemand bemerkt, dass ich zwei Tage weg war! Ich habe das Leben so satt!!!!

Wird keiner helfen?

26.4.17

Solange du dich nicht mit dem Multipelsein beschäftigst, kann niemand dir und euch helfen. Auch wegen Amelie mußt du das machen.

26.4.17

Das habe ich doch getan!

Du hast gesagt, Du kennst Dich damit aus und kannst mir helfen!

Hoffnung... doch nun!

Und zu allen Konflikten und Dilemma kommt dazu, ich kann mich nicht mal selbst töten, eben wegen Amelie! Also geht die Hölle weiter.... !

Du sagst ständig, ich soll mit den anderen in Kontakt kommen. Genau das versuche ich und tue ich auch. Und was passiert, es wird immer schlimmer, der Hass, die Wut von Innen! Immer nur noch mehr Schmerzen! Und, hilft mir jemand? Nein! Ich bin hier ganz allein mit dem ganzen blöden Mist!!!!

Ich werde jetzt nicht mehr schreiben. Ich habe es verstanden, Du wirst mir nicht helfen. Und ich brauche es nicht, dass man mir Hoffnung gibt und mich dann fallen lässt! Und Du brauchst es sicher nicht, dass Dir Deine Zeit gestohlen wird.

Danke für alles!

Merle

26.4.17 An Merle und alle

Ich kann nicht DIR helfen, ich kann allenfalls EUCH helfen.

Wenn DU nicht mehr schreiben willst, lass es bleiben. – Wer von euch anderen möchte: nach wie vor antworte ich allen von euch. Aber es geht immer um das WIR.

Mondrian

26.4.17

Die haben doch die ganze Zeit recht mit dem was sie sagen! Ich bin es nicht wert, bin nur Dreck, keinen wird es jemals interessieren! ...

Fein! Ich lass es bleiben! Es geht doch immer nur ums verletzen...!

26.4.17

Nein, Merle, das ist großer Unsinn, was du da sagst! Das hat man dir eingeredet jahrelang und jahrelang – aber das Gegenteil ist richtig. Du bist kostbar, ihr seid kostbar, und habt ein gutes Leben verdient!!

26.4.17

Warum willst Du mir dann nicht helfen? Sondern lässt mich lieber allein!

Wird keiner helfen?

26.4.17

Es geht nicht! Ich kann da nichts tun! Das sag ich dir doch schon so oft. Und du ignorierst es. Ich sags immer neu, warum ich nichts tun kan solange ihr nicht miteinander kommuniziert.
Liest du das nicht? Oder warum ignorierst du diese Sätze?
Ich verstehs nicht..

26.4.17 21h

Hallo Mondrian,
Gut das du ihr nicht hilfst! Sie hat auch keine Hilfe verdient! Alles ihre Schuld!
Sie ist einfach nur dumm!
Ronald

26.4.17 23h

Bitte bitte bitte lass uns nicht allein! Wir brauchen dich so sehr und deine Hilfe!
Wir strengen uns an. Wirklich! Bitte

27.4.17 An Ronald

Das ist Blödsinn! Ich dachte, du hast wenigstens etwas verstanden. – Ich versuche, EUCH ALLEN zu helfen. Und damit dir genauso wie Merle.
Haben dir die Männer das gesagt, sie sei schuld an allem? – Dann wollten sie vermutlich ablenken von sich.
Die sind die Schuldigen, nur sie.
Mondrian

27.4.17

Ja, strengt euch weiter an. Ich gehe nicht weg. Einmal wird es funktionieren.
Mondrian

27.4.17

Hallo Mondrian,
Was denkst Du wäre passiert, wenn ich in der Nacht noch in der Uniklinik gewesen wäre? Was denkst Du, wie hätten sie dort gehandelt?
Merle

27.4.17

Die Täter wären in der Uniklinik nicht an dich ran gekommen. – Aber niemand kann dauernd in Kliniken bleiben, das kostet sehr viel Geld und wird nicht einfach so bezahlt von den Krankenkassen.
Es gibt die Möglichkeit, daß ihr woanders hin zieht, in einen sicheren Ort. Aber genau dazu müssen auch andere Anteile mitmachen, müssen es wollen.
Mondrian

Wird keiner helfen?

27.4.17

Nein! Es waren doch nicht die Männer! Es waren die bösen in mir!

27.4.17 An Merle

In den letzten 2 Tagen waren es, soviel ich mitgekriegt habe, die Täter.
Und es gibt keine "Bösen" in dir.

27.4.17

Warum verstehst Du mich nicht?☹️

Du hast mich doch gestern gefragt wie meine Nacht war. Darauf habe ich geantwortet, dass ich darüber lieber nicht sprechen möchte

Doch nun meine Frage.

Was denkst Du wäre passiert, wenn ich in der Nacht noch in der Uniklinik gewesen wäre? Was denkst Du, wie hätten sie dort gehandelt?

Bitte sag, Du verstehst was ich meine!☹️ Merle

27.4.17

Warum antwortest Du mir nicht? Was habe ich getan?

Merle

27.4.17

Liebe Merle, ich war einkaufen.

Nach allem, was ich erfahren habe, gab es in den letzten 2 Tagen GEWALT der Täter. Meinst du, ich irre mich?

Wenn du mir nichts anderes über die Nächte sagst, kann ich nicht verstehen, was deine Erinnerung ist.

Ich verstehe NICHT, was du meinst. Du mußt es schon aussprechen.

Mondrian

27.4.17

Heute ist nicht Sonntag sondern Donnerstag. Also fehlt mir wieder Zeit. Entschuldige bitte ich bin durcheinander! Keine Ahnung was die letzten Tage war! Muss erst mal klar kommen....

Vielleicht kannst Du meine Frage trotzdem beantworten bitte.

Merle

Es tut mir leid!

27.4.17

Genau, dir fehlt Zeit. Zwei Tage. Zwei Tage lang haben Täter die Macht gehabt über deinen Körper. Und die anderen Anteile hatten keine Möglichkeit, es zu verhindern.

Es geht nicht um etwas "Böses" in dir, sondern um Böses außerhalb. Männer, Täter, Verbrecher. Darauf hatte ich dir geantwortet. Die Antwort steht nochmal hier unten, kannst du lesen.

Wird keiner helfen?

27.4.17

Nein das meinte ich nicht!

Es ging mir darum was damals die bösen in mir, mit mir gemacht haben! In der Nacht!

Aber egal! Wir reden aneinander vorbei...

Merle

27.4.17

Merle, es gibt Täter, die etwas mit dir machen. Diese Täter sind außen, nicht innen.

In dir sind aber Anteile, die sich irren, die denken, du seist an etwas Schuld. Diese Anteile müssen wir erreichen, denn das sind nur Opfer, genau wie du.

Vielleicht sind sie auch von den Tätern belogen worden und glauben, daß sie Täter sind. (Das nennt man dann Täterintrojekte.)

Deine Frage: Wenn du einfach so (ohne Einweisung) in die Uniklinik gehst, kannst du nur in die psychiatrische Abteilung kommen. Dann bist du ein Notfall – aber diese Leute in der Psychiatrie verstehen nicht viel von DIS. Sie können dir höchstens ein Beruhigungsmittel geben.

Ändern kann sich das alles nur, wenn du und andere Anteile zusammen beschließt, Therapie zu machen.

Dann könnt ihr im Laufe der Zeit Kontakt aufnehmen mit den Anteilen, die sich für Täter halten.

Und dann könnt ihr auch Möglichkeiten finden, von den echten Tätern (außen) loszukommen.

Besser kann ichs dir nicht sagen. Ich weiß, es ist sehr schwer zu glauben!

Mondrian

Facebook 27.4.17



Bitte, Mondrian! Wir brauchen Ihre Hilfe! Bitte lassen Sie sie nicht allein! Bitte helfen Sie!!!! Bitte...

Amanda

27.4.17 13:07

Ich kann nicht viel machen von außen, wenn ihr nicht mitmacht! Ihr gehört zusammen – ihr müßt euch finden und einander helfen. Merle ist überfordert mit ihrer Situation. Ich tue, was ich kann, aber es ist EURE Aufgabe, mitzuwirken beim Schutz des Körpers. Mondrian

27.4.17

Also Mondrian ich möchte es nochmal versuchen...

In der Nacht von Freitag auf Samstag haben die bösen IN MIR, mir sehr weh getan!

Als ich zu mir kam, war ich in meinem Bett, aber verletzt und alles voller Blut.

Deshalb meine Frage an dich... was denkst Du wäre passiert wenn ich zu diesem Zeitpunkt noch in der Uniklinik gewesen wäre? Wie hätte man da daraufhin gehandelt? Was hätten die dort mit mir gemacht? Merle

Wird keiner helfen?

27.4.17

Ok, jetzt ist es klar und ich kann was dazu sagen.

Das in jener Nacht von Freitag auf Samstag, das war eine Innenperson, die voller Wut ist wegen der Gewalt der Täter (also der Männer außen), aber dich daran für schuldig hält, weil du als Außenperson nichts dagegen machst. Du solltest versuchen, ihm zu sagen, daß du daran nicht schuld bist, weil du während der Tätergewalt auch nicht im Außen bist (z.B. jetzt in den beiden Tagen).

Es wäre gut, wenn wir mit denjenigen Anteilen Kontakt hätten, die in diesen zwei Tagen im außen waren!! Hallo, vielleicht lest ihr das hier mit.

Trotzdem ist es total wichtig, daß du ihn unterscheidest von den Tätern! Denn er steht nicht auf der Seite der Täter!! Er ist wie du ein Opfer, nur versteht er die Zusammenhänge bisher noch zu wenig.

Wenn du in jener Nacht noch in der Uniklinik gewesen wärst:

Ich weiß nicht, ob derjenige Anteil in dieser Situation auch rausgekommen wäre und den Körper verletzt hätte. Das kann sein, kann aber auch nicht sein. – Wenn er den Körper auch dann verletzt hätte... hätten die in der Klinik ja auch nix dagegen machen können. Sie hätten es am Morgen als "Selbstverletzung" bezeichnet. Das ist einfach der Begriff für Ärzte, um sowas zu bezeichnen.

Dein Osteraufenthalt hatte den Grund, daß bestimmte Anteile sicher waren, daß über Ostern die Täter wieder zugreifen.¹⁰² Das konnten sie nicht machen (aber dafür vermutlich in den letzten beiden Tagen.)

Ich hatte die Hoffnung, daß die Ärzte/Psychologen dort etwas von DIS verstehen und sich dann die Zusammenhänge vorstellen können. Weiß aber nicht, ob es so ist. (Du hattest mir noch nichts gesagt über den Abschlußbericht von deinem Oster-Aufenthalt dort.)

Aber grundsätzlich kann niemand von außen etwas machen, wenn sowas in irgendeiner Nacht geschieht, auch nicht im Krankenhaus. Man kann dich ja nicht fesseln! (Denn es waren ja "deine" Hände, die es gemacht haben.) – Sowas kann sich nur ändern, wenn du mit den Anteilen Kontakt hast und wir gemeinsam klären können, wie alles zusammenhängt.

27.4.17

Okay.

Also wegen dem Bericht habe ich vorhin schon meinem Arzt geschrieben. Aber noch keine Antwort.

Das was Du schreibst verstehe ich alles!

Meine Frage. Denkst Du, man hätte mich in eine Psychiatrie gesperrt?

Ich weiß schon, es sieht so aus, als wäre ich es selbst gewesen, aber das stimmt ja nicht!

Wird man mir glauben?

Merle

¹⁰² Weil der Körper über Ostern üblicherweise an einen satanistischen Kult "verkauft" wird und dort noch schrecklichere Sachen erleidet. Das erfuhr ich später.

Wird keiner helfen?

27.4.17

PS und ich weiß wer mir weh getan hat. Zumindest kenne ich einen davon! Ronald!
Und doch, er ist sehr böse! Genau wie die Männer aus den Träumen und Flashbacks.

27.4.17

Man hätte dich nicht "gesperrt", denn du bist freiwillig gekommen. Da könnte man dich allenfalls 24 Stunden auch gegen deinen Willen festhalten. Danach muß man jemanden gehen lassen, wenn der es will. – Falls Ärzte denken, es besteht weiterhin Gefahr, müssen sie einen Unterbringungsbeschuß beim Amtsgericht einholen, und dort muß es eine Anhörung geben – oder ein Richter muß in die Psychiatrie kommen, und selbst mit dem Patienten/der Patientin sprechen.

Auch bei echten Selbstmordversuchen werden Menschen im allgemeinen wieder gehen gelassen – – sonst wären die Psychiatrien überfüllt.

(Ich kann das recht gut sagen, weil ich 5 Jahre in einem psychiatrischen Krankenhaus gearbeitet hab.)

Wer etwas von DIS weiß, weiß, kann verstehen, wenn du sagst, du warst es nicht selbst. Aber wer sich bei DIS nicht auskennt, wird sagen, du warst es "selbst". So ists halt ... denn Tatsache ist, es war der Körper selbst!

Ja, Ronald meinte ich. Er hat ja selbst mit dir schon gesprochen. – NEIN, er ist nicht böse. Du mußt das begreifen!!! Allerdings verhält er sich zur Zeit böse. – Es gibt keine Heilung, wenn du und ihr alle euch nicht als multiples System kennenlernt ... versteht, daß ihr alle Opfer seid, daß der Körper euer gemeinsamer Körper ist.

Mondrian

27.4.17

Du sagst, ich muss das begreifen!

Ich spreche lieb, nett, höflich mit ihm. Und was tut er!?

Er tut mir weh und Du gibst auch mir die schuld! Warum? Was mache ich denn?

Merle

27.4.17

Merle, ich gebe dir keinerlei Schuld. – Es ist immer so, wie es jetzt bei euch ist. Wir müssen alle uns bemühen, ihr im System und ich als Außenstehender. Ich versuche, mit ihm zu reden.

27.4.17

Danke! Ich danke Dir wirklich sehr! Nicht nur für Deine Hilfe, sondern auch für Deine Geduld!

Danke das Du für mich da bist!

Merle

Wird keiner helfen?

27.4.17

Es geht weiter!! Ich bleibe da.
Mondrian

27.4.17

Merle, ich bin ab 16h bis etwa 20.30 außer Haus. Abends guck ich aber unbedingt noch nach neuen Mails!
Bis dann oder irgendwann -
Mondrian

27.4.17

Okay, danke!
Ich versuche mich mal auszuruhen. Bin sehr müde...
Merle

27.4.17 [Merle II]

Bitte, Mondrian helfen Sie mir!
Überall Schmerzen!
Bitte....
Merle

27.4.17

Hallo Merle - ich bin in Berlin, wie soll ich Ihnen da helfen? Suchen Sie bitte Kontakt zu anderen Anteilen, dann kann ich euch weiterhelfen, damit ihr Schritt für Schritt aus dieser schlimmen Situation herauskommt. Daß ihr von den Männern befreit werdet.
Einen anderen Weg gibt es nicht.
Mondrian

27.4.17

Gut gefragt! Ich weiß es selbst nicht! Ich wünschte Sie könnten etwas tun damit das endlich aufhört!
Sie sagten, Sie haben schon vielen anderen geholfen. Warum also mir nicht?
Bitte! Ich tue was Sie sagen! Es soll nur endlich aufhören! Merle

27.3.17

Hallo Merle,
äußere HelferInnen können nur dann unterstützen, wenn auch von innen der Wille dazu vorhanden ist. Das heißt, nicht nur von der einen oder anderen Innenpersönlichkeit einzeln, sondern von einem WIR, das sich innen miteinander austauschen kann.
Wenn Sie sich mit der anderen Merle, also Amelies Mutter, zusammenschließen könnten, sich vereinbaren, sich gegenseitig unterstützen und ergänzen, wäre das schon ein großer Schritt

Wird keiner helfen?

weiter. – Wenn erstmal im Alltag mehr Kontinuität besteht, also ständig jemand im Außen ist, die den Körper schützen möchte, die Therapie machen möchte.

Dann könnte ich schon mehr beitragen als jetzt.

Und je mehr Anteile mitmachen, desto mehr könnte ich (oder auch andere HelferInnen außen) beitragen.

Mondrian

27.4.17

Was können Sie dann tun?

Verschwinde ich dann nicht?

27.4.17

Der erste Schritt ist, daß ihr euch gegenseitig kennenlernt.

Dann, daß ihr eure Erfahrungen austauscht. Jede von euch hat andere Erfahrungen, aber alle mit diesem einen Körper.

Bei diesem Kennenlernen und Austauschen kann ich euch unterstützen. (Das kann auch schon Therapie sein. Oder nur drüber reden und Informationen austauschen.)

Dann könnt ihr irgendwann selbst entscheiden, wie das Leben weitergehen soll. – Das heißt auch, ob ihr weiterhin die Gewalt der Täter mitmachen wollt.

Falls ihr aus der Tätergewalt aussteigen wollt, kann ich euch dabei unterstützen. In Verbindung mit anderen außen (Organisationen, die sichere Wohnungen organisieren und anderes.)

Das ist alles nicht einfach, aber es geht.

Dann seid ihr immer noch weiterhin Viele und könnt es auch bleiben, wenn ihr wollt. – Nur eben dann ein multiples System, das zusammenarbeitet. – Multipelsein ist auch eine Kraft!

Manche von euch werden sich vielleicht integrieren wollen mit anderen, weil sie nicht mehr allein bleiben wollen als Anteil. Aber sowas ist immer die Entscheidung der Anteile selbst. Es muß nicht sein.

Also Sie müssen nicht verschwinden!! Auch eine Zusammenarbeit mit der anderen Merle oder anderen Ichs bedeutet nicht, daß jemand verschwindet. – Alle Anteile haben ja ihre eigenen Fähigkeiten und Kräfte.

So ist etwa geht das. Ist natürlich ein Weg, der seine Zeit dauert.

Mondrian

27.4.17

Ich verstehe das, auch das es viel Arbeit sein wird und das es schwer wird.

Was mich jedoch sehr verletzt, wie Sie darüber zu denken scheinen.

Ich habe keine Idee was Sie mit TäterGewalt meinen.? Doch klingt es so, als ob Sie denken, ich möchte das!¹⁰³

¹⁰³ Ich hatte geschrieben: "Falls ihr aus der Tätergewalt aussteigen wollt..." – und in dem Augenblick nicht daran gedacht, daß Merle (bzw. Merle II) noch gar kein Überblick über die unterschiedlichen Intentionen von Anteilen hat.

Wird keiner helfen?

Ich möchte IHNEN mal sagen, und ich bin gerade sehr wütend. Alles was mein Vater getan hat, wollte ich nicht! Und das was ich noch erlebt habe, habe ich auch nicht gewollt!
Es war keiner da, der mir geholfen hat! Alle haben nur zugeschaut oder mitg....!!!!
Warum verletzen Sie mich auch?

27.4.17

Ich will Sie absolut nicht verletzen. Ich weiß, daß Sie nichts davon wollten.
Aber jede von euch weiß nur einen Teil der Tatsachen. Denn Sie sind multipel, das heißt, in Ihrem/eurem Körper sind verschiedene ICHS. Und Sie wissen offenbar nur, was damals der Vater getan hat oder andere in Ihrer Kindheit und Jugend.
Aber die Tatsache ist, daß es leider noch immer geschieht! – Das meine ich mit Tätergewalt. Ich meine die jetzige Tätergewalt! Ich vermute, davon wissen Sie nichts. – Weil Sie nicht im Außen sind, wenn es geschieht.
Nur spüren Sie hinterher die Flashbacks und vielleicht auch die körperlichen Verletzungen (ich weiß nicht).
Ich weiß, das ist jetzt schwer zu glauben, schwer zu ertragen.
Mondrian

27.4.17

Also sind die Schmerzen doch echt?

27.4.17

Es gibt Schmerzen aus Erinnerungen, und es gibt Verletzungen, die jemand von den Anteilen dem Körper in der Nacht vom 22. zugefügt hat.
Das ist das eine. –
Es gibt aber vermutlich auch heute noch Täter, die gestern und vorgestern Gewalt ausgeübt haben. – Anteile haben es mir so gesagt. Aber natürlich kann ich nicht selbst wissen, ob das stimmt. Genau deshalb ist es wichtig, wenn möglichst viele Anteile sich austauschen!
Falls es heutzutage keine Täter mehr gibt, die Gewalt ausüben, wäre alles viel einfacher. Aber ich kann nicht sicher sein! Das müssen Sie (bzw. müssen die Anteile) klären.
Mondrian

27.4.17

Ich kann das nicht glauben! Das müsste ich doch bemerken! Wie sollte das denn gehen?

27.4.17

Sie sind nicht rund um die Uhr im Körper. Manchmal sind Sie innen und kriegen nichts mit. Meist ist dann die andere Merle im Körper, sie macht das meiste, wenn Amelie da ist. Und nachts sind oft ganz andere im Körper, auch Innenkinder (die Angst haben). Oder der Anteil, der manchmal den Körper verletzt hat.
Wußten Sie das nicht?
Mondrian

Wird keiner helfen?

27.4.17

Angst!!!! Das bedeutet doch, dass gar nichts sicher ist!
WER BIN ICH???

27.4.17

Doch, es ist vieles sicher. – Nur wissen Sie bisher nichts davon. Es geht (leider) auch anderen Menschen so ähnlich wie Ihnen (und euch). Es hat mit GEWALT zu tun, mit Bösem, aber auch mit der menschlichen Fähigkeit, sich zu retten. In dem Fall: viele zu werden.

Was Sie sind, ist: ein Körper, der in sich mehrere ICHs hat, nicht nur eines.

Wichtig ist, daß Sie (und alle, denen es so geht) jemanden finden, der sich damit auskennt und ein Pfadfinder werden kann, ein Wegbegleiter, um das alles zu verstehen, und zu klären, und dnn zu einem guten Leben zu finden.

Diese Aufgabe kann ich übernehmen, falls Sie und andere Anteile es möchten, also Vertrauen haben.

Mondrian

27.4.17

Ich möchte Ihnen gern vertrauen. Aber ich verstehe nicht warum Sie so schlimme Dinge sagen. Und, wie kann ich vertrauen, wenn ich mir selbst nicht trauen kann, ja nicht mal weiß wer ich bin!

27.4.17

Ich sage diese Dinge, weil ich denke, daß sie wohl die Wahrheit sind. Aber entscheiden müssen Sie und die anderen Anteile, ob Sie versuchen zu klären, wie es genau ist bei euch.

Sie brauchen mir nicht zu glauben – ich hab nichts davon. Ich kann euch und Ihnen nur anbieten, euch zu unterstützen. Ob Sie es wollen, müssen Sie (und müßt ihr alle) selbst entscheiden!

Mondrian

27.4.18

Oh doch! Ich habe viel verstanden! Leider hilft mir niemand! Auch du nicht!

Nicht nur die Männer sagen es, ich merke doch auch das sie schuld ist!

Ronald

27.4.17

Hallo Ronald ich kann dir nur das sagen, was ich grad Merle II geschrieben habe. Ich hab nichts davon, ihr müßt entscheiden, ob ihr Vertrauen habt und euch auf meine Unterstützung einlaßt.

Die Männer sagen, daß Merle schuld ist, um von sich und ihrer Schuld abzulenken! Das ist ein billiger Trick, auf den du nicht reinfallen solltest.

Du läßt dich von den Männern belügen und mißbrauchen – obwohl du unter ihnen leidest.

Warum?

Mondrian

Wird keiner helfen?

27.4.17

Weil ich nichts dagegen tun kann!

27.4.17 Ronald

Du kannst alleine nichts dagegen tun, das stimmt. Aber du kannst sehr viel beitragen, wenn du dich mit anderen Anteilen zusammenschließt!!! Du bist extrem wichtig für den Kampf um ein gutes Leben – weil du ein Junge bist und weil du Willenskraft hast. Zusammen könnt ihr etwas tun.

27.4.17

Und sag das nicht so!

27.4.17

Was meinst du, was soll ich nicht sagen?

27.4.17

Was du gesagt hast! Der letzte Satz!

27.4.17

Was denkst du könnte ich tun? Die Männer sind viel zu stark! Viel zu böse! Tun so schreckliches mit mir!

27.4.17

Du alleine kannst nichts tun. Keiner von euch kann alleine was tun. Aber zusammen. Zusammen könnt ihr den Körper schützen, weil ihr euch abwechseln könnt in den Aufgaben, und euch absprechen.

Dann könnt ihr klären, ob es jemanden innen gibt, der den Tätern etwas verrät!

Dann ist es auch möglich, eine sichere Wohnung zu finden, wo die Täter nicht hinkommen.

Dabei kann ich euch helfen.

Du bist wichtig, weil ein Mann in der Welt draußen manches besser machen kann als Frauen. Sich durchsetzen, oder auch im Praktischen etwas machen.

Viele sind diesen Weg gegangen, auch ihr könnt das.

27.4.17

Keiner verrät etwas! Die sind in mir!

27.4.17

Wer ist in dir? Die Täter? Die sind nicht in dir – das haben sie dir nur eingeredet. Du hast nichts Böses in dir. Du bist nur belogen worden. Die Täter sind draußen, andere Menschen.

Außenmänner.

Wird keiner helfen?

27.4.17

Ronald überleg dir das alles doch bitte – wir können morgen oder später wieder schreiben, ok?
Ich muß jetzt auch mal ins Bett.
Bis irgendwann, Mondrian

27.4.17 Ronald

Sie sind in meinem Kopf. Darum wissen sie alles. So kontrollieren sie alles. Und doch, ich bin böse, das haben die mir nicht eingeredet. Ich fühle nur Wut und Hass! Und tue ihr weh! Ich weiß das muss verrückt klingen aber es stimmt. Diese bösen furchtbaren Männer sind wirklich und aber auch in meinem Kopf! Kann es nicht besser erklären

27.4.17 Ronald

Und es sind nicht immer nur Männer

27.4.17

Ronald ich kenne das von anderen auch. – Es ist wirklich so, sie reden es jemandem ein, damit sie selbst geschützt sind. Wenn die Außenperson Hilfe holt, wird ihr meistens nicht geglaubt, wenn sie sagt "die Täter sind in mir"! Dann hält man sie für verrückt.
Das ist der Trick. Glaub mir bitte – die Täter sind nicht in dir, und sie wissen gar nicht so viel. Sie kontrollieren auch nicht alle die Mails mit mir.
Du fühlst dich, als seist besessen von den Tätern, das verstehe ich. Deshalb denkst du, es ist unabänderlich, du mußt böse sein – obwohl du es eigentlich nicht willst.
Doch, du kannst einfach damit aufhören – und wirst sehen, es passiert nichts.
Mit deiner Wut und deinem Haß kannst du später mithelfen, gegen solche Täter zu kämpfen.
Ja, es kann sein, daß es auch Täterfrauen sind.
Mondrian

28.4.17 00.06 Ronald

Danke das du mir glaubst mich nicht für verrückt hältst.
Und ja, manchmal sind Frauen dabei aber beim letzten mal war ein Junge dabei und er war genau so böse und grob wie die Männer!
Warum tun die das nur? Das was da passiert macht nur Schmerzen. Warum also tun die Männer das mit mir?

28.4.17 00.40

Nicht Bitte nicht! Bitte aufhören. Bitte Hilfe. Wo bist du? Warum lässt du mich allein und hilfst nicht? Bitte, das soll aufhören. Bitte hilf mir

28.4.17

Hallo Ronald guten Morgen,
ich hab es mich auch schon so oft gefragt, wieso tun Menschen sowas. Ich begreife es nicht

Wird keiner helfen?

wirklich. Die müssen so kaputt in ihrer Seele sein, wirklich böse geworden durch irgendwas... – Ich glaube, sie genießen die Macht, die sie über hilflose Menschen haben. Es ist ein riesiges Problem – du weißt vielleicht, da auch in Kriegen oft alle möglichen Grausamkeiten geschehen – einfach nur so, als sei es ein Spaß für die Täter.

Wir können das nicht verstehen, – aber man kann etwas tun dagegen. Bitte, hilf mit! Du wärst eine große Hilfe.

Mondrian

28.4.17

Guten Morgen,

Das was diese Männer tun hat doch nichts mit Macht zu tun! Das was sie tun ist ekelhaft und schmerzhaft! Warum tut sie das?

Wie sollte ich dir helfen?

Ronald

28.4.17

Hallo Ronald

doch – es ist Macht über andere Menschen. Sie genießen es, wenn andere hilflos sind, gedemütigt, wenn andere leiden.

Frag mich nicht, wie sowas sein kann – für mich sind genau solche "Menschen" verrückt, einfach kaputt in ihrem Herzen, eigentlich fast keine Menschen mehr.

Danke, daß du helfen möchtest.

Es kann natürlich alles nur Schritt für Schritt geschehen. – Erstmal ist es wichtig, anderen Anteilen Mut zu machen, daß sie auch an den Ausweg glauben. Sie sind ja total verängstigt!

Es würde viel helfen, wenn du den Körper nicht mehr verletzt, wenn du am besten Merle auch sagst, daß du jetzt arbeitest beim Ausstieg.

Auch wichtig ist, zu verstehen, wer (innen) für das Nichtsprechen zuständig ist. Wenn zumindest jemand von euch wieder sprechen kann, kann das sehr helfen zum Kontakt mit der Außenwelt.

Was hältst du davon?

Mondrian

28.4.17 Ronald

Ich möchte helfen. Es sind aber sehr viele da die so sind wie ich! Voller Wut und Hass!

Ich möchte nicht verletzen, es passiert einfach. Es ist so als ob die Wut dann raus muss. Das mache nicht nur ich. Auch andere verletzen!

Ich weiß doch nicht warum ich nicht sprechen kann! Ich denke es liegt vielleicht an den Männern?

28.4.17

Ok. Dann könnte ein erster Schritt sein, daß du die anderen ansprichst, die so sind wie du. Die sind auch nicht glücklich damit. Vielleicht könntest du zum Sprecher für sie werden. Das kannst du ihnen vorschlagen.

Du hast keine Schuld an dem Verletzten. Es ist irgendwie in dich hineingezwungen worden durch

Wird keiner helfen?

die Täter. Ich weiß, daß sowas möglich ist. Wichtig ist nur, daß du nicht denkst, du selbst bist das. Es ist ein Zwang, den du irgendwann auch ablegen kannst. Und die Wut ist ja berechtigt, die Wut auf die Täter.

Wichtig ist auch, zu klären, ob jemand innen die Täter über etwas informiert (über Handy).

28.4.17 Ronald

Wie kann ein Mensch das genießen, wenn ein anderer leidet?

Ich muss verstehen warum die das auf diese Weise tun! Warum, wenn die gerne quälen, töten mich nicht einfach?

28.4.17

Wenn sie dich töten, ist es ja vorbei mit dem quälen. Sie genießen auch die Angst ihrer Opfer. – Wenn andere ihre Opfer sind, sind sie selbst stark und mächtig. Ich glaube, es geht nur darum. Sie fühlen sich eigentlich sehr schwach – und durch diese Taten dann fühlen sie sich stark. Manche zwingen den Körper auch zur Prostitution – um Geld zu verdienen. Ich weiß nicht, ob es bei euch auch so ist.

28.4.17

Zu dem Sprechenkönnen: Jemand hat mir mal geschrieben, daß die Männer es verboten haben. – Aber es wird jemand innen sein, der sich dran hält, deshalb geht das Reden nicht. Vielleicht kannst du innen fragen, wer dafür verantwortlich ist? Und wie das Sprechen wieder möglich ist?

Ronald, ich muß jetzt gleich aus dem Haus gehen (einkaufen). Bin aber danach wieder da. Es geht weiter mit uns, hoffe ich!

Bis dann, Mondrian

28.4.17 Ronald

Keiner braucht die informieren die sind doch in meinem Kopf! Das habe ich dir doch erklärt!

28.4.17

Nein – das gehört zu den Lügen der Täter. Sie können die Informationen in deinem Kopf NICHT lesen! Das ist nicht möglich.

28.4.17 Ronald

Das meine ich doch! Die tun mir so auf diese Art weh! Ich verstehe nicht warum Männer denen dafür Geld bezahlen um das mit mir machen zu können!?

28.4.17

Es tut mir sehr leid, daß es auch mit dir geschieht!

Ich vermute, diese Kunden sind von derselben Sorte. Sie genießen es, Gewalt auszuüben – und es ist auch sexuelle Befriedigung bei denen.

Verstehen kann ich es auch nicht. Aber ich weiß, und man weiß, daß es solche Menschen gibt

Wird keiner helfen?

(Männer).

So, ich geh jetzt erstmal! bis später! Mondrian

28.7.14 Ronald

Ach ja! Dann erkläre mir bitte wie es möglich ist, das die ganz genau wissen was ich mit dir schreibe obwohl ich jede Mail sofort lösche.! Wie ist es möglich, das die genau wissen wo ich bin? Wie können die wissen wann das Kind hier ist?

28.4.15

Da bin ich wieder.

Wieso bist du so sicher, daß sie "ganz genau" wissen, was du mir schreibst? Daß es irgendeinen Mailkontakt gibt, wissen sie schon, weil sie irgendwann mal das Handy in der Hand hatten (und sogar mir eine Mail geschrieben haben: "Sie gehört uns!!!" – aber nicht mehr). Außerdem können sie dir sagen: "Ich weiß ja, daß du wieder dem Mondrian geschrieben hast! Ich weiß auch genau, was du geschrieben hast!" Das können sie leicht behaupten, auch wenn sie nichts Einzelnes wissen.

Weitere Möglichkeit: daß es einen Innenanteil gibt, der manches hier mitliest und tatsächlich Täter informiert, vielleicht sogar selbst auch über Mail/Handy. Weil er denkt, er muß das machen, sonst passiert etwas noch Schlimmeres. Denn so drohen die Täter immer! Weil ihr alle bisher kaum Kontakt miteinander habt, ist es leicht möglich, ohne daß jemand anders es innen mitkriegt.

Wieso bist du so sicher, daß sie immer wissen, wo du bist (wo der Körper ist)?

Die genaue Regelung mit dem Kind (wann es da ist) kennt doch eigentlich nur Merle, oder? Kennst du die Regelung denn auch? Ich vermute wirklich, jemand innen kriegt vieles von anderen mit und informiert die Täter. – Falls derjenige jetzt mitliest, möchte ich ihn fragen, warum machst du das? Was ist der Grund?

28.4.17 Ronald

Ich glaube Du verstehst meine Frage nicht.

Warum tun die das? Es tut doch nur weh und ist ekelhaft!

28.4.17

Es gibt Menschen, die wollen genau solche Gefühle haben, die für uns andere nur ekelhaft sind und wehtun.

Natürlich ist das krank und gestört und hat sicher auch bei denen zu tun, daß sie als Kind schlimm behandelt wurden, – aber genau weiß ich den Grund auch nicht.

Mondrian

28.4.17

Hilfe mir Frau Z. zu finden bitte. Ich brauche sie. Er wird mich schlagen und quälen. Frau Z. wird mich beschützen. Bitte hilf mir.

Wird keiner helfen?

28.4.17

Hallo du, – Frau Z. kann dich nicht beschützen. Sie ist weg und hat nichts mehr mit euch zu tun. Such dir Große innen und einen sicheren Ort innen! Damit du es nicht so mitkriegst. Ich versuche, euch zu helfen – aber das geht nicht so schnell.
Mondrian

28.4.17

Hallo Mondrian,
Also mein Arzt ist bis Dienstag im Urlaub. Wegen dem Bericht.
Amelie ab heute Nachmittag wieder zu Hause bis nächsten Sonntag.□
Freitags ist immer Tanzen. Amelie tanzt seit sie drei war. Sie hat so viel Freude daran.... Es werden immer pro Jahr vier Tänze gelernt und einmal im Jahr findet ein TanzFestival statt. Dazu sind dann alle eingeladen. 🍷
Für einen Tanz habe ich das Kostüm genäht... also das soll ein ReiterOutfit sein... ??? Merle

28.4.17

Hallo Merle, schön, daß du wieder da bist. Das du auch schneiderst, wußte ich garnicht! Danke für das Foto und die Infos. Wenn Amelie wieder eine Woche lang da ist, wirst ja auch du wohl die meiste Zeit im Außen sein, vermute ich.
Von mir aus kann ich sagen, in den vergangenen Tagen gab es viel guten Austausch mit anderen Anteilen von dir.
Ich bin heute zwischen 17h und 21.30h nicht zuhause, aber abends wieder am Rechner.
Danke, daß du an den Bericht denkst. Es ist ja interessant, damit du schon eine kleine Vorbereitung für den Diagnosetermin im Juni hast.
Gruß von Mondrian

28.4.17 Merle

Viel guten Austausch?
Wird es mir helfen? Oder mich ersetzen?

28.4.17

Mir geht es darum, EUCH zu helfen – nicht nur dir!
Aber es geht nie darum, jemanden zu ersetzen oder einen Anteil auszuschalten. Ihr alle habt eigene Fähigkeiten und seid wertvoll. Du hast sicher vor allem die Fähigkeiten, für Amelie zu sorgen, bist sicher am meisten von allen die Mutter.
Austausch heißt, den Anteilen die Zusammenhänge zu erklären. Sie stellen viele Fragen. Und ich hoffe, bald werden dich andere unterstützen – und du kannst sie unterstützen, weil du mehr Erfahrung im Außen hast.
Mondrian

Wird keiner helfen?

28.4.17

Du möchtest nicht das ich Dir von Amelie erzähle? Es interessiert Dich nicht?

28.4.17

Wieso soll ich es nicht möchten? Mich interessiert dein Leben, und damit auch Amelie. ☺

28.4.17 Merle

Kommt mir so vor, als ob ich Dich nerve.?

Und Du fragst mich nie etwas.

28.4.17

Merle, du nervst mich nicht. Aber ich bin überhaupt kein "Frager" - weil ich mich nicht in etwas hineindrängen will. Jeder Mensch soll selbst entscheiden, was er mir erzählt.

Aber bitte denk noch an etwas anderes: ich bin jeden Tag über lange Zeit im Mailwechsel mit Anteilen von dir, und auch mit dir. Morgens, mittags, abends, nachts... Und zwischendrin hab ich ja auch noch viel anderes im Leben.

Ich bin froh, daß ich so oft zuhause arbeite und deshalb dann auch Zeit habe, immer zwischendrin mit euch zu mailen. Es ist gut, wenn ich immer gleich antworten kann, wenn jemand der Anteile nach außen kommt und etwas schreibt. Daß niemand eine Woche warten muß, wie es sonst so ist bei Therapie.

Ich möchte euch alle unterstützen, aber es gibt dann natürlich trotzdem auch bei mir zeitliche Grenzen.

Das verstehst du doch? Sei nicht gekränkt oder ärgerlich, bitte.

Mondrian

28.4.17

Also zu den Fragen, für mich wäre es aber einfacher wenn Du fragen würdest. Denn ich weiß nicht richtig was ich sagen kann oder soll. Ich bin froh das Du da bist und ich habe große Angst das Du mich allein lässt, eben weil ich Dich nerve!

Und doch verstehe Dich nicht ganz. Soll ich lieber nicht schreiben?

Bitte lass mich nur nicht auch allein! Frau Z. hatte schon versprochen zu helfen und dann hat sie mich einfach allein gelassen. Bitte tu das nicht. Merle

28.4.17

Merle, ich hab doch grad geschrieben, da ich jeden Tag viele Stunden damit zubringe, mit Anteilen von dir zu mailen. Sieht das danach aus, daß ich euch im Stich lassen will? Doch nicht.

Nein, ich lasse euch nicht im Stich. Es gibt mittlerweile einige Innenpersönlichkeiten, die ein bißchen Vertrauen haben zu mir - ich würde die nicht enttäuschen, und dich natürlich genausowenig.

Ich unterscheide mich von Frau Z. auch in anderer Weise. Sie scheint einzelnen Anteilen die

Wird keiner helfen?

Hoffnung gegeben zu haben, daß sie euch beschützt oder rettet.¹⁰⁴ Das ist Unsinn, das funktioniert nicht. Ich sage dir und anderen immer neu, daß die Hauptsache innen von euch gemacht werden muß. Ihr müßt Kontakt miteinander aufnehmen, – dann kann ich wieder ein Stück weiter machen, im Außen. Es geht nur gemeinsam, innen und außen.

Es scheint, daß du und ein paar andere mich als therapeutischen Helfer haben möchten. Das ist ok. Und meine Methode ist es wirklich, zu warten, was von innen kommt, von einzelnen Anteilen. Du (Merle) kannst beitragen zu eurem Heilungsweg, indem du dich immer wieder neu darum bemüht, Kontakt zu bekommen mit anderen Anteilen. Und daß du dich um Arzt-Berichte und sowas kümmerst und mich da auf dem Laufenden hältst. Es ist sowas wie deine Aufgabe in unserer Therapie. Wenn in dem Zusammenhang etwas Neues geschieht, sag mir bitte. Vieles andere muß ich mit anderen Anteilen klären, weil du zu wenig darüber weißt und ja eben leider keinen Kontakt nach innen hast. (Irgendwann wird es sicher klappen!)

Jedenfalls geschieht schon vieles. Es sieht nicht hoffnungslos aus.

Mondrian

28.4.17 Merle

Aber Therapeuten fragen doch!

28.4.17

☺ Naja, Therapeuten haben im allgemeinen einmal oder zweimal pro Woche eine oder zwei Stunden Zeit für jemanden. Und auch nur festgelegte Zeiten. Und die Kassen bewilligen auch nur 80 oder 120 Stunden. – Da müssen die Therapeutinnen fragen, sonst geht die Therapie nicht voran. Aber was von innen kommt (auch bei jemandem, der nicht multipel ist), ist doch immer das Wichtigste ... sonst wäre ja nicht der Wunsch da, es zu erzählen. Und ich hab eben die Zeit, auf das Wichtigste zu warten, was von innen kommt.

(In der Psychoanalyse ist es übrigens auch so, daß TherapeutInnen abwarten, was von innen kommt!)

Mondrian

28.4.17 Merle

Wirklich?

In mir ist es ziemlich dunkel! In mir ist Zorn, Wut, Hass, Schmerz, ganz viel Ekel! Davon möchtest Du sicher nichts wissen!?

28.4.17

Doch, natürlich!! Aber eben: es ist wichtig, daß du es selbst aussprichst (naja, geht leider nur schreiben). Es sind ja deine Gefühle, und wenn du zu ihnen stehst, ist das schon der erste Schritt, sie zu klären.

Es ist wichtig, hinzugucken auf die Sachen, die in einem sind. (Das gilt für jeden Menschen.)

¹⁰⁴ Es gab auch mir gegenüber eine unüberwindbare Hoffnung darauf, daß ich Merle & Co. "beschütze" und "rette". Diese Hoffnungen im Grunde sämtlicher Anteile orientiert sich an der kindlichen theory of mind. Es ist also durchaus möglich, daß auch die stationäre Therapeutin Fraz Z. dieser Hoffnung auf Gerettetwerden deutlich widersprochen hat.

Wird keiner helfen?

Wir müssen aber jetzt erstmal eine Pause machen. Ich hab dir ja vorhin geschrieben, ich bin zwischen 17h und 21.30h außer Haus. Dann abends guck ich nochmal in den Rechner und kann dann noch antworten, wenn du heute noch was schreibst.
Ansonsten kann es morgen tagsüber weitergehen.

28.4.17 18:35

Stimmt! Die nehmen ihr immer das Handy weg. Aber die wissen es auch so alles. Denn die Mails sind doch gelöscht. Die wissen alles! Wissen genau wo ich bin! Weil die doch in mir sind! Ich dachte du hast das verstanden. ?

Und ja, die drohen auch! Aber uns allen! Nicht nur mir.

Ich denke ich weiß das jemand uns da manchmal hin bringt. Bin mir aber nicht sicher. Ich dachte immer sie wäre es. ?

Und auch die Regelung von Amelie kennen die genau! Ungerade Woche ist Amelie bei Mama!
Die wissen alles!

Vielleicht sagt die die uns hin bringt auch noch was weiter.? Aber wozu? Ein wissen doch alles schon! Glaub mir doch! Auch wenn es verrückt klingt...

Ronald

28.4.17 21:57

Hallo Ronald

es ist wirklich das Wichtigste, daß du mit der Zeit doch verstehst, daß es sowas nicht gibt, daß die "in dir" sind. Es gibt Fachbücher zu diesen Tricks der Täter, und es wird dort genau beschrieben, wie sie die Opfer (als Kinder) betrügen und überlisten, um ihnen genau das einreden zu können. Ich kann dir mal eine Liste aus einem Fachbuch vorlesen, wie die Tricks funktionieren:

Den Opfern wird gesagt, "daß dem Opfer ein Mikrochip in den Körper eingepflanzt wurde, der den Tätern verät, wo es ist und was es denkt. - Daß dem Opfer ein Apparat in den Kopf eingepflanzt wurde, der alles sieht und hört und es den Tätern verät. - Daß die Täter über hoch entwickelte, ultramoderne Technologien verfügen, mit denen sie die Telefongespräche des Opfers abhören können, seine Emails lesen können und immer sehen können, wo es sich gerade befindet.¹⁰⁵ Daß die Täter immer wissen, ob jemand lügt. Daher muß das Kind/das Opfer ihnen immer die Wahrheit sagen." (Alison Miller: Jenseits des Vorstellbaren, Seite 181) - Es gibt noch mehr Tricks!!

Du und ihr habt einen eigenen Willen, und den können die Täter euch nicht zerstören. Es ist wichtig, daß du diesen eigenen Willen in dir spürst - denn er kann dir die Kraft geben, denen zu entrinnen.

Ich weiß, daß Merle (Amelies Mama) vor allem dann im Außen ist, wenn Amelie bei ihr ist. Das ist klar. - Wenn Amelie nicht da ist, ist Merle offenbar nur selten außen. - An den zwei Tagen jetzt, als wieder die Täter aktiv waren, war sie die ganze Zeit innen, hat also nichts mitgekriegt. Das

¹⁰⁵ Mittlerweile ist die Technik fortgeschritten. Emails werden gelesen, indem die Täter sich serverseitig einloggen (auch bei Merle & Co.), Ortungsmöglichkeiten mithilfe von GPS sind heutzutage selbstverständlich.

Wird keiner helfen?

hat sie mir gesagt – und sie hat mir auch diese zwei Tage (Montag bis Mittwoch) nichts geschrieben. Das mit der ungeraden Woche scheint nicht zu stimmen. Merle hat mir heute geschrieben, daß Amelie ab heute bei ihr ist, bis nächsten Sonntag. Heute ist aber der Freitag von der 17. Woche, also ungerade.

Oder meinst du, daß Amelie auch mitgenommen wird zu den Tätern????

Ich bin grad nachhause gekommen, werde noch vielleicht eine Stunde wach bleiben. Aber morgen bin ich wieder am Rechner. Also, bis später wieder!

28.4.17 Ronald

Die wissen doch aber ganz genau was ich dir schreibe! Die wissen auch wenn sie sich mit einer Freundin getroffen hat!

Ich habe Angst! Du verwirrst mich! Die werden mich wieder bestrafen! Ich weiß nicht was ich glauben kann! Angst!

28.4.17

Ronald laß dich bitte nicht verwirren. Warte erstmal ab, beobachte alles – es geht weiter, und du kannst immer wieder mit mir mailen. Ich will dich nicht irgendwie überreden, meine Meinung anzunehmen! –

Es geht weiter!

Erstmal gute Nacht! Mondrian

PS: Und lösche die Mails, das ist in jedemfall gut!

28.4.17 23:30 ¹⁰⁶

Nein nein Bitte nicht. Bitte aufhören. Bitte lasst mich frei. Hört auf damit. Ihr tut mir weh. Bitte lasst mich gehen. Hilfe. Bitte Hilfe. Bitte Hilfe. Aufhören. Aufhören.

29.4.17 03:56

Aufhören. Bitte aufhören. Keine schmerzen mehr. Aufhören. Loslassen. Bitte helfen. Nicht Bitte nicht. Zu viele. Bitte helfen. Aufhören

29.4.17

Hallo Mondrian,

Ich habe Kontakt mit Kleinen. Aber ich weiß nicht wie ich damit umgehen soll! Sie sagen so viel! Und so viele Gefühle!

Bitte sagen Sie mir, was muss ich jetzt tun!

Machen die das extra?

Ingrid

¹⁰⁶ Diese und die nächste Mail wurden von einem anderen Smartphone aus gesendet. Später wurde klar, daß dieses Handy damals noch nicht entdeckt war von den Tätern und ihnen somit nicht abgenommen wurde, während sie in der Gewalt von Tätern waren. Diese Mails (wie auch später entsprechende) wurden gesendet, während der Körper bei den Tätern eingesperrt war, oft in eine Kiste, die ins Erdreich versenkt wurde.

Wird keiner helfen?

29.4.17

Hallo Ingrid,

das ist eine sehr gute Nachricht! – Die Kleinen suchen verzweifelt Kontakt zu Großen, die ihnen sagen, was los ist. Sie waren ja bisher ganz allein mit ihrer Angst und ihrer Unsicherheit. Außerdem hat ihnen wohl die frühere Therapeutin (Frau Z.) versprochen, sie zu beschützen. Aber das funktioniert ja nicht so einfach!

Die Kleinen machen nichts, um jemanden zu ärgern, – sie sind einfach ängstlich und hilflos. Gut wäre, wenn Sie unter den Kleinen eines suchen, das etwas ruhiger und weniger ängstlich ist. Die sollte eine Sprecherin oder Anführerin der Kleinen werden. Daß die Kleine eine eigene Gruppe sind. Dann können die Kleinen alles dieser einen sagen, und die gibt es weiter an Sie (oder schreibt mir) Dadurch ist nicht mehr so ein Durcheinander.

Wenn die Kleinen für sich so eine Gruppe mit einer Anführerin bilden, könnten Sie vorschlagen, daß die sich innen einen sicheren Ort herstellen, wo sie immer zusammenkommen können, wenn im Außen etwas Unangenehmes passiert.

Schreiben Sie mir bitte immer, wenns was Neues gibt!

Gruß Mondrian

29.4.17

Ja es ist wohl gut.

Aber Sie verstehen mein Problem nicht. Wie soll ich das aushalten? Das ist mir zu viel!!!!

Ingrid

29.4.17

Ingrid, ihr alle habt noch keine Übung mit Innenkontakten. Zum Teil werden Sie es lernen, sich abzugrenzen. Daß Sie also nur manchmal zuhören, manchmal auch nicht.

Wenn erst so eine Gruppe gebildet ist, wird es ruhiger werden.

Es ist aber wirklich ein wichtiger Schritt zur Heilung, daß die Innenanteile nicht mehr isoliert sind.

Vielleicht kann jemand anders mitmachen bei dem Kontakt mit den Kleinen?

Mehr fällt mir grad nicht ein ...

Mondrian

29.4.17

Bis dahin haben die mich irre gemacht!



Ganz toll, wie werde ich das alles wieder los?

Ingrid

29.4.17

Ingrid, aber es geht doch drum, daß ihr einmal befreit seid von allem Schlimmen ... und dazu ist Austausch unter den Anteilen ne Voraussetzung. Denn das macht euch handlungsfähig.

Wird keiner helfen?

Das sind alles Prozesse, die haben schon viele Multis hinter sich gebracht (und ich hab schon einige dabei unterstützt). Es ist zu schaffen, wirklich.

Mondrian

29.4.17

Ja darum geht es! So werde ich doch auch zerstört!

Aber alle reden auf mich ein! Die ganzen furchtbaren Gefühle! Das will ich nicht! Das ertrage ich nicht!

Schön, nun bin allein damit! Das ist zu viel! Warum verstehen Sie das nicht!?

Ingrid

29.4.17

Ingrid, es gibt einen Körper. Dieser eine Körper ist seit der Kindheit sehr schlimm behandelt worden. Deshalb sind in ihm viele ICHs entstanden – um all das auszuhalten. Eines dieser Ichs sind Sie.

Der Körper wird noch immer schlimm behandelt von Tätern. Es ist noch immer so, daß alle diese Erfahrungen und Gefühle verteilt sind auf alle die Ichs. Ich habe Kontakt mit einigen dieser Ichs. Entweder das bleibt so, immer weiter die Gewalt der Täter und das Leid von bestimmten Ichs – oder dieser Körper befreit sich von den Tätern, von der Gewalt.

Dazu ist es leider nötig, daß die Ichs ihre Gefühle und Erfahrungen miteinander teilen. Jetzt seid ihr erwachsen, jetzt gibt es Hilfe in der Außenwelt, – jetzt könnt ihr euch befreien.

Früher als Kind ging es nicht.

Bei diesem Weg in die Freiheit kann ich euch unterstützen.

Aber leider ist dazu nötig, daß ihr zusammenkommt, – die Kleinen und die Merles und noch andere.

So ist es. Versuchen Sie, es zu verstehen! –

29.4.17 An alle!

Hallo ihr alle,

ich hab heute wieder Nachtdienst und bin deshalb ab jetzt nicht mehr am Rechner. Morgen werde ich wieder auf eure Mails antworten!

Bis dann, Mondrian

29.4.17 20:17

Was soll ich tun? Ich kann das nicht mehr aushalten! Ich versuche es wirklich! Und ich verstehe was Sie meinen!

Mit den ganzen Informationsfetzen komme ich noch klar, aber die ganzen Gefühle! So viele! Und furchtbare. Sehr schreckliche Eindrücke. Die ganze Angst, der ganze Zorn, die Wut, der Schmerz! Und das Geschrei...! Was soll ich damit? Wie das einordnen? Was gehört zu wem? Was gehört wozu?

Bitte lassen Sie mich damit nicht allein!

Ingrid

Wird keiner helfen?

30.4.17 0:30

Angst helf mir

30.4.17

Hallo Ingrid,

stellen Sie sich einen inneren Tresor vor, in den Sie etwas hineintun können, dann zumachen und es aufheben für irgendwann später, oder vielleicht es nie mehr raus holen. Und versuchen Sie, diese Gefühle, die Ihnen da übergeben werden, dort hineinzustecken.

Die Kleinen schaffen es nicht, sowas zu machen, aber Sie können es schaffen. Und dieses Bewahren in einem inneren Tresor hilft den Kleinen auch. Sie können es ihnen auch sagen, wie Sie es machen!

Viele dieser Gefühle gehören zur Vergangenheit.¹⁰⁷ Manche davon müssen nie mehr angeschaut werden. Andere könnt ihr später mal anschauen, wenn ihr stärker seid, im Zusammenhang mit der Therapie. Aber jetzt erstmal können Sie sie nicht gebrauchen, und die Kleinen auch nicht, jetzt sollten sie sie wegstecken und abschließen.

Die Informationen sind jetzt wichtiger, die helfen dabei, Ordnung herzustellen innen und für euer Leben.

Mondrian

30.4.17

Hallo,

Danke, ich werde es versuchen.

Was für Informationen sind das?

Ingrid

30.4.17

Hallo Ingrid,

Sie hatten ja von Informationsfetzen gesprochen, die von den Kleinen kommen. Ich weiß nicht, was da kommt. Grundsätzlich sind alle Informationen wichtig, die Ihnen (und anderen innen, und letztlich auch mir) helfen, Zusammenhänge besser zu verstehen.

Es ist wie ein Mosaikbild, das wir mit all den Hinweisen aller Anteile zusammenbauen können.

Dieses Mosaikbild zeigt dann euer gemeinsames Leben als ein Mensch mit multipler Persönlichkeit.

Sie und die andern müssen jetzt einfach immer weitermachen bei dieser Suche nach Verstehen – und ich kann Ihnen und euch dabei helfen, das Mosaikbild zusammensetzen und dann Wege zu finden, wie ihr frei werden könnt.

Mondrian

¹⁰⁷ Damals konnte ich mir noch nicht vorstellen, daß diese Intrusionen ("Stimmen") fast ausnahmslos Flashbacks aktueller Gewalttaten sind! Bei aktuellen, fast täglichen Traumatisierungen funktionieren traumatherapeutische Methoden (Tresor) allerdings kaum.

Wird keiner helfen?

30.4.17

Diese Dinge die mir gesagt werden und die ich fühlen muss, sind ohne Zusammenhang und schrecklich. Ich möchte Ihnen das lieber nicht sagen. Da sind auch schlechte Wörter dabei die ich nicht sagen kann.

Und doch möchte ich Ihnen gern helfen...

Ingrid

30.4.17

Ingrid, diese Dinge gehören leider zur Realität Ihrer/eures Lebens, seit der Kindheit. Die Kleinen sind Anteile, die jede für sich etwas davon erlitten hat – weil niemand es alles zusammen ausgehalten hätte. Deshalb wirkt es noch ohne Zusammenhang. Versuchen Sie, das alles in den Tresor zu stecken! Sie brauchen mir nichts zu schreiben, was Sie nicht aussprechen können. Die schlechten Wörter brauchen wir nicht mehr zu sagen oder schreiben, sie können für immer weg sein. Sie können die auch in eine Grube stecken und zuschütten.

Aber Sie müssen dran denken, daß Sie im Grunde nicht mir helfen, sondern daß ich Ihnen und euch helfen möchte. Also: es geht um euer Leben! Es ist immer so: das Meiste in einer Therapie müssen diejenigen leisten, deren Leben es ist. Auch wenn es manchmal schwer ist und nochmal weh tut.

Machen Sie's, so gut Sie können – aber denken Sie immer dran, es geht um das Leben dieses Körpers mit seinen verschiedenen ICHS, von denen Sie ja eines sind.

Mondrian

30.4.17

Danke. Danke für Ihre Antworten.

Ich werde es alles so versuchen.

Aber eins ist nicht richtig, es ist nicht mein Leben.

Ingrid

30.4.17

Es ist nicht Ihr Leben, Ingrids Leben, nein. Aber das Leben des einen Körpers, zu dem auch Sie gehören.

Facebook zwischenzeitlich

30.4.

Hallo Mondrian,

für mich sieht es so aus, als ob die meisten überfordert sind. Es entsteht langsam Kontakt, aber zu viel. Zu viele wollen Hilfe! Schon so lange!

Und morgen, was ist mit morgen? Chaos im Innen deswegen! Unglaubliche Angst! Soviele

Drohungen! Keiner wird uns helfen! Wir sind hier doch allein! 😞😞

Amanda

Wird keiner helfen?

30.4.17

Sie sagten, Kontakt herstellen. Ok das klingt logisch. Das tun auch viele. Doch nun sind sie damit doch wieder allein. Wie soll das funktionieren? Sie wird zusammenberechnen... und ich kann nichts dagegen tun... 😞

Wirklich, wird Es so besser? Nochmehr Druck!

30.4.

Doch, es ist richtig so. Wenn Kontakt untereinander möglich ist, kann ich wieder weiterhelfen. Der nächste Schritt ist, im Innen Ordnung zu schaffen: Wer will ein gutes Leben finden? Wie können einzelne Anteile im Außen helfen? Vor allem auch Merle helfen. Wer muß noch etwas verstehen lernen? Gruppen bilden. Wer glaubt noch den Tätern? – Ich bin jeden Tag am Rechner und beantworte Fragen und gebe Hinweise! Schutz vor den Tätern wird allerdings noch nicht so bald möglich sein. Dazu muß erst Gemeinsamkeit innen entstehen. Aber auch beim Ausstieg kann ich später unterstützen. Ich habe Kontakt mit äußeren Helfern. Mondrian
PS: Ich weiß noch so wenig über die Täter. Wann wird der Körper den Tätern zugeführt? Wann ist Amelie bei der Mama? Ist auch Amelie in der Gewalt der Täter?

30.4.17

Hallo Mondrian, über das Wann, weiß genau so wenig wie über das Wie! Amelie ist immer in den ungeraden Wochen zu Hause. Und NEIN! wahrlich ist es ihr nicht mal bewusst, aber sie und ich bzw. Wir, die so sind wie ich, tun alles, damit Amelie nichts geschieht! Amelie sicher ist! Sie tun alles, die drohen! Auch damit sie zu töten. Amanda

30.4.2017 14:13

Merle hatte am 28. (Freitag) geschrieben, Amelie sei ab heute bis nächsten Sonntag bei ihr. Der 28. war aber der Freitag in der 17. Woche, also ungerade. – Heißt das, Amelie war doch schon seit 24. (Montag der 17. Woche) zuhause?? Ohne daß Merle im Außen war? – Amelies Sicherheit macht mir auch große Sorge! – Merle (die Mutter) ist mit dem VieleSein überfordert. Gibt es noch andere, die im Alltag außen handeln können, ihr beistehen können? – Und wir müssen nach denjenigen Anteilen suchen, die den Körper den Tätern zuführen. Mondrian

30.4. 15:58

Nein, Amelie ist seit Freitag zu Hause. Das war ein Tausch, weil sie doch Amelie zu Ostern mit Papa in den Urlaub fahren lassen hat. Sonst immer von Sonntag zu Sonntag. Amelie ist sicher! Darüber brauchen Sie sich nicht sorgen. Sie passt so gut auf sie auf, ihr wird niemals was passieren!¹⁰⁸ Und ja, mit dem viele Sein ist sie sehr überfordert. Sie versteht vieles nicht. Vermutlich ist so ein Anteil Gisi? Die Frage ist doch, wie wollen Sie diese Anteile erreichen?
Amanda

¹⁰⁸ Die zentrale Überzeugung einer Majorität von Anteilen, im Konsens mit den kontinuierlichen Drohungen der Täter: *Wenn du nicht tust, was wir wollen, holen wir uns Amelie.* Im Umkehrschluß: *Wenn wir tun, was die Täter wollen, ist Amelie sicher.*

Wird keiner helfen?

30.4.

Danke für die Erklärung wegen dem Tausch. – Aber Merle (die Mama) scheint nicht außen zu sein bei Täterkontakten. Dann kann sie auf Amelie nicht aufpassen! Da sehe ich die Gefahr. – Gisi ist ein Kinderanteil. Meinen Sie, sie bringt den Körper zu den Tätern? – Irgendwann werden auch diese Anteile neugierig werden, wenn sie merken, daß andere mit mir Kontakt haben. Keiner von ihnen ist ja böse. – Wir müssen auf die Kraft des Guten in den Anteilen vertrauen! Mondrian

30.4.

Nein, ich denke das ist nicht richtig.? Sie ist schon auch im Außen. Aber sie verdrängt das alles.? Wie das funktioniert verstehe ich auch nicht, aber es ist so. Und das keiner im Innen böse ist, sehe ich nicht so! Es sind ganz viele böse da! Ja, ich denke Gisi ist einer der Anteile die den Körper da hin bringt. Wie an sie rankommen? Wie sie stoppen? Amanda

30.4.

Merle schrieb mir manchmal, sie macht Sachen, die sie gar nicht machen will. Das könnte dazu passen. – Innen sind nur Anteile, die entstanden sind durch die Gewalt der Täter. Heilung geht nur, indem diese Anteile sich gegen die Täter entscheiden und zusammenhalten gegen die Täter. – Ich werde versuchen, mit Gisi in besseren Kontakt zu kommen. Danke für den Hinweis! Mondrian

30.4.

Danke

Aber was, wenn die Täter Innen sind?

30.4.

Täter reden den Kindern sehr oft ein, sie seien jetzt innen. Das ist ein Trick, um den Opfern jede Hoffnung auf Befreiung zu nehmen. Und für manche Anteile ist es leichter, sich als Täter zu fühlen, als als hilfloses Opfer. – Aber die Täter sind und bleiben Menschen außen! Und die Anteile haben alle die Sehnsucht, erlöst zu sein – auch die, die sich zunächst als Täter fühlen. Ich habe schon anderen Opfern geholfen, diese Lügen der Täter zu erkennen. Mondrian

30.4.

WIE? Die sind total davon überzeugt! Sich total Sicher absolut und nur Böse zu sein!

30.4.

Ja, – sie haben ja NIE etwas anderes gehört, jahrzehntelang! Hatten NIE eine Hoffnung auf Freiheit. Nie hat sich jemand um sie bemüht. Selbst Therapeutinnen bezeichnen sie manchmal als "böse oder dunkle Anteile". Nein, – sie sind wichtige und starke Kämpfer fürs Gute, wenn sie erst erkannt haben, daß auch sie dazugehören können. Mondrian

Wird keiner helfen?

30.4.

Okay. Aber WIE es denen klar machen, dass es nur Lügen sind! Das sie im Grunde nicht Böse sind, oder nicht Böse sein müssen.

30.4.

Ich werde nie aufhören, es zu versuchen. Erstmal möglichst vielen Anteilen helfen, das zu verstehen. Daß sie den Kontakt zu denen suchen sollen.. sie einladen zum Gespräch, sie fragen, sie ernstnehmen. – Es gibt unter ihnen welche, die gar nicht für die Täter sind, aber voller Wut und Haß sind – und denken, Merle ist schuld an allem, weil sie sich nicht wehrt gegen die Täter.
Mondrian

30.4.

Sie kann sich nicht wehren!

30.4.

Ich weiß es! Aber diese Anteile verstehen das nicht. – Durch Ihre Hinweise kann ich es ihnen vielleicht besser erklären.

30.4.

Aber die werden nicht aufhören sie zu quälen. Denn die sind zu wütend!

30.4.

Ich bin nicht so hoffnungslos. Mit einem von ihnen habe ich schon gute Gespräche geführt. Und, wie gesagt, auch früher mit anderen Betroffenen in ähnlicher Situation. – Sie sind jung und im Grunde verzweifelt, hilflos, ohne Orientierung (außer der Orientierung an den Tätern).

30.4.

Danke! Ich muss gehen. Amelie ist krank...

30.4.

Ok.

Mail:

30.4.17 19:35

Hallo Mondrian,

Darf ich mir Dir auch über etwas sprechen was mich jetzt aktuell belastet?

Merle

Wird keiner helfen?

30.4.17

Ja, Merle, selbstverständlich!

30.4.17

Danke!

Es geht um den Muttertag! Ich will da nicht zu meiner Mutter, aber es wird von mir erwartet!

Merle

30.4.17

Aber was kann geschehen, wenn du dich der Erwartung nicht beugst?

30.4.17

Es ist etwas komplizierter. Es geht auch wieder mit um Amelie. Sie ist ja ihre Oma. Ich lasse Amelie niemals allein zu ihr. Aber ich, bzw. irgendein Anteil geht mit Amelie ihn, eben weil Amelie ja zu ihrer Oma muss.

Ja was wird passieren? Ich werde mich rechtfertigen müssen! Es wird mir ewig vorgehalten werden!

Es ist ein komisches Gefühl in mir, auf einer Seite tut sie mir leid, vermutlich weil ich auch Mama bin und auf der anderen Seite, kann ich sie nicht mal anschauen. Weil ich so wütend auf sie bin!

???

Merle

30.4.17

Merle, ich denke du hast Grund, wütend auf sie zu sein. Und Amelie vor ihr zu schützen. Ich denke auch, es wäre ein wichtiger Schritt und auch eine wichtige Botschaft für Anteile, die noch mehr Wut auf deine Mutter und dein Elternhaus haben. Eine Botschaft, daß du solidarisch bist mit denen, die Schlimmes erlitten haben.

Die Frage ist, ob du das Nichtingehen durchsetzen kannst. Weil es Anteile gibt, die es anders sehen. – Du könntest nach innen fragen, wer dort hingehen will – und versuchen, mit diesen Anteilen zu reden. Möglicherweise helfen dir dann auch andere Anteile, stark zu bleiben und zu deinem Nein zu stehen. Und die Anteile, die zur Mutter reisen wollen, könnten auch mit mir Kontakt aufnehmen und mit mir reden (schreiben).

Sowas kannst du nur ausprobieren... es kommt immer neu darauf an, sich abzugrenzen von den schlimmen Erinnerungen und Personen. – Es gibt viele wichtige Innenanteile, die das genauso sehen – nur müssen die zu allererst lernen, mit dir solidarisch zu sein.

Deswegen versuche ich immer wieder, mit denen zu reden... aber auch du solltest Schritte in die Richtung machen.

Etwas eindeutiges, sicheres kann ich dir jetzt leider nicht raten..

Mondrian

Wird keiner helfen?

30.4.17

Ja das verstehe ich und werde es so machen.

Doch noch eine Frage dazu, hat Amelie nicht das Recht auf ihre Oma?

Und, kann mir mein Ex das nicht auch wieder vorwerfen? Das ich Amelie den Kontakt zur Oma verwehre?

Merle

30.4.17

Es geht hier um Kinderschutz und Kindeswohl. In deinen medizinischen Berichten stehen deutliche Hinweise auf unangemessenes Verhalten deiner Eltern dir gegenüber. Dazu kommt die ganze übrige Symptomatik, die als traumabedingt ja anerkannt wird, und auch wohl vom Vormundschaftsgericht anerkannt wurde. Das reicht meines Erachtens als Grund, daß du mit ihnen nichts zu tun haben willst/wolltest und auch deine Tochter nur sehr beschränkt dort sein läßt. – Dein Ex kann nicht so viel über deine Eltern wissen wie du. Das Thema muß also deiner Entscheidung unterliegen. So sehe ichs jedenfalls. Ich bin natürlich kein Vormundschaftsrichter!

Ein "Recht auf die Oma" steht nirgendwo drin. Sowas ist immer Ermessensfrage in der konkreten Situation.

Mondrian

30.4.17

Danke! Das hilft mir sehr! Und gibt mir Kraft das richtige zu tun!

Merle

30.4.17

Noch etwas anderes bitte...

Denkst Du es würde einen Unterschied machen, wenn er nicht mein Vater wäre?

30.4.17

Die Frage verstehe ich nicht. Was würde einen Unterschied machen? Wegen Amelie? Ich denke, er ist eh tot. Aber es war dein Elternhaus und deine Mutter ist mitverantwortlich an allem.

Oder meinst du die Gewalt als Kind – wenn der Täter damals nicht dein Vater wäre?

30.4.17

Nein, dass hat nichts mit Amelie zu tun.

Ja, er ist tot.

Ja genau, wenn er nicht mein Vater wäre!

Merle

Wird keiner helfen?

30.4.17

Ich versuche es mal etwas zu erklären. ...

In meinen Träumen und Flashbacks, streiten die Eltern oft. Es geht oft darum, dass er behauptet, nicht der Vater von uns allen zu sein. Ich habe vier Brüder und eine Schwester. Und was seltsam ist, einer meiner Brüder, sieht den anderen nicht ähnlich.

Wäre es Deiner Meinung nach ein Unterschied, wenn er nicht mein Vater wäre?

30.4.17

Besonders schlimm ist Gewalt (vor allem sexuelle Gewalt) für Kinder, wenn der Täter (oder die Täterin) eine primäre Bezugsperson ist – also einer der Menschen, auf die sich das Kind unbedingt verläßt. Weil dann das Kind in totale Zerrissenheit kommt: einerseits braucht er diesen Menschen, andererseits verhält er sich böse. Ob sowas dann ein leiblicher Vater ist oder nur ein Lebensgefährte der Mutter, oder ein Opa, ist egal. – Genau durch solche Zerrissenheit entsteht oft die multiple Persönlichkeit.

Merle, ich mach jetzt meinen Abendspaziergang (mit meiner Freundin). Lasse den Rechner noch an, falls noch was von dir kommt, aber hinterher geh ich dann ins Bett.

Morgen bin ich die meiste Zeit des Tages da.

Mondrian

30.4.17

Ja vermutlich hast Du recht. Ich denke nur, wenn ich mir immer wieder sage, er war gar nicht mein Vater, dann ist es nicht so schlimm! Ganz schön bescheuert!!!

Er ist tot. Und ich möchte ihn nicht mehr ständig, immer und überall sehen müssen!!!!

Gute Nacht...

Merle

30.4.17

Gute Nacht, liebe Merle!

1.5.17 7:21

Guten morgen Mondrian,

Ich sitze seit kurz nach vier hier und überlege.... doch komme allein nicht weiter! Es macht mich nur immer wütender!

Ich hoffe sehr, Du kannst mir helfen. Ich weiß nicht mehr, was ist wirklich, was ist Traum!?

Mein Traum von heute Nacht... Ich erinnere mich nur bruchstückhaft... Männer, viele Männer, sehr böse Männer, ganz schwarz angezogen! ich lag in einer Kiste, einer sehr engen Kiste, es war dunkel, kalt, laut, das Geräusch als ob Sand auf die Kiste fällt, plötzlich ganz leise, keine Luft, ich kann nicht mehr atmen... (ich weiß das klingt verrückt), ich sterbe...

... dann, ich werde wach, bin zuhause

ABER was ich nun nicht verstehe und das kann doch keine Einbildung sein?!!! ???

Wird keiner helfen?

WIE KOMMT SAND IN MEINE HAARE UND ICH MEIN KÖRPER WAR VOLLER SCHMUTZ!!!

Bitte erkläre es mir!!! Du kannst es Dir vermutlich nicht vorstellen, aber ich drehe fast durch!!!!

Dazu kommt, meine Amelie ist krank, Magen Darm...☹

Merle

1.5.17

Guten Morgen, Merle –

ich bin leider sicher, daß das Realität war. Ich weiß, daß gestern in deinem System bei einigen große Angst bestand (aus irgendwelchen Gründen). Ich weiß auch, daß es einer der schrecklichen Tricks von Tätern ist, Opfer auf die Weise zu unterdrücken, daß sie lebendig beraben werden (scheinbar). Dadurch entsteht in der Angst ein Anteil, der dann macht, was die Täter wollen. Ich fürchte, dies ist heute nacht auch geschehen. – Die wirklich schlimme Angst habe andere Anteile erlebt, du hast nur am Rande etwas mitbekommen (das ist Co-Bewußtsein).

Ich kann es mir sehr gut vorstellen.

Es wäre wirklich sehr wichtig, daß ihr innen miteinander Kontakt bekommt. Nur dann ist die Befreiung von den Tätern möglich.

Mondrian

1.5.17 An alle

Hallo Merle und ihr alle!

Ich bin jetzt für ca. 3 Stunden außer Haus, aber hinterher auch wieder am Rechner.

Bis dann, Mondrian

1.5.17 Merle

Ich weiß gerade gar nichts mehr! Weiß nicht, was real ist! Die hätten mich dann lieber sterben lassen sollen! Dann wäre es vorbei!

1.5.27

Merle, laß die Hoffnung nicht fallen! Du bist nicht alleine, andere innen stehen auf deiner Seite, nur müssen alle erst lernen, viel lernen, über Multiplel Sein und Rituelle Gewalt und Möglichkeiten der Hilfe. Und ich steh euch bei, unbedingt.

Mondrian

1.5.17

Danke, dass Du mir trotzdem bei stehst!

Doch fühle ich mich sehr allein und verzweifelt. Das alles macht mir Angst! Nein, eigentlich kann ich gar nicht beschreiben was ich fühle wie es mir geht!

Es mag blöde klingen, aber ich wünschte, Du könntest bei mir sein.

Merle

Wird keiner helfen?

1.5.17

Merle, so schwer es für dich ist, aber es gibt keinen Ausweg, ohne daß ihr euch als WIR findet. – Deine Einsamkeit und Verzweiflung solltest du auch den andern innen übermitteln. Deine Bitte, daß sie dich unterstützen!

In all den Jahren früher haben die Anteile gedacht, daß es richtig ist, daß du als Außenperson allein bist und bleibst. Sie dachten, daß du sie gar nicht willst. Da mußt du sehr deutlich zeigen, daß du ihre Unterstützung und Nähe brauchst.

Allerdings gehört dazu auch, daß du bereit bist, zu lernen – was in deinem/eurem Leben geschehen ist und weiterhin geschieht. So schwer und schlimm es ist.

Mondrian

1.5.17

Merle, du hattest gar nichts mehr erzählt von deinem Aufenthalt in der Uniklinik. Wie war denn dein Gefühl dazu? (Ich weiß, den Bericht kannst du erst ab morgen abholen bei deinem Arzt, aber es kommt ja auch auf deine Erfahrung dort an.) – Kannst du dir den Langzeitaufenthalt im Juni vorstellen?

Mondrian

1.5.17

Zuerst mal, ich wünschte mir trotzdem, Du wärst bei mir!!!

Also... Es war vieles besser als in der Klinik XY. Zum Beispiel, ist es kleiner gehalten, nicht so viele Menschen auf einen Ort. Wobei mir die die da sind auch reichen. Das Rauchen ist auf Bereiche begrenzt und es wird sich daran gehalten. Ein schöner Park. Ruhe... Ich musste da nicht im SpeiseSaal essen, sondern konnte es im Zimmer. In der Klinik XY hat das keinen interessiert, da habe ich eben nichts gegessen.

Ich möchte da wirklich gern hin, denn ich brauche die Hilfe!

Ich möchte für meine Amelie eine gute Mama sein! Eine Mama, auf die sich Amelie immer verlassen kann! Wo sich Amelie absolut sicher fühlen kann!

Was es mir schwer macht ist, erstmal der merkwürdige TaxiSchein, dann das es nur gehen kann und wird, wenn ich ein Zimmer für mich haben werde und...

... Und, dass fällt mir etwas schwer es zu erzählen, weil es schon blöd, paranoid klingen wird.? Trotzdem hoffe ich doch sehr, dass Du mir glauben wirst.

Ich weiß nicht mehr genau ob ich mich daran erinnere oder ob mir dies ein anderer Anteil mitgeteilt hat? Eine Therapeutin hat mit mir gesprochen, es ging ums schlafen, sie wollte mir etwas zum Schlafen geben, doch das wollte ich NICHT! Hatte ihr auch Gründe genannt warum nicht. Und doch habe ich von Samstag zu Sonntag und den gesamten Sonntag geschlafen! Mit schlimmen Träumen!

Man könnte nun sagen, prima, schön, endlich mal geschlafen. Doch darum geht es mir nicht. Ich denke, die haben mir da einfach etwas gegeben, obwohl ich das nicht wollte! Obwohl ich Gründe nannte warum nicht! Einer davon war übrigens, das ich schlimm träume und dadurch nicht aus dem Traum raus komme!

Wird keiner helfen?

So ein handeln gibt mir das Gefühl, nicht ernst genommen zu werden! Wenn ich denen nicht, nicht mal ansatzweise trauen kann, wie kann ich mich dann auf eine Therapie da einlassen sollen????

Kannst Du mich verstehen?

Merle

1.5.17

Hallo Merle, das hört sich erstmal ja gar nicht so schlecht an. Ich dachte schon, es war nur schlecht für dich. – Das mit dem Zimmer.. bleibt sicher ein Problem. Diesmal hat es ja geklappt, aber die Mitarbeiterin sagte mir ja am Telefon, sie können es nur versuchen, aber nicht garantieren. Hat eben damit zu tun, wieviele PatientInnen sie grade da haben. – Du solltest es vorab nochmal ansprechen (kannst ja eine Mail schicken an die Station und auch den Grund nochmal nennen: Traumatische Ängste oder so). Aber falls es nicht klappt, solltest du es trotzdem mitmachen. Es ist auch wichtig, gegen Flashbacks anzukämpfen, stärker zu sein als sie! Damit änderst du etwas in deinem Hirn.

Das mit dem Taxischein solltest du auch klären. Wenn erst der Bericht von Ostern da ist, wirst du darauf sehen, ob da etwas mit Drogen steht. Das müßte dann aber begründet sein mit entsprechenden Blutproben. (Wie ich schon sagte: es ist nicht auszuschließen, daß eine anderer Innenanteil Drogen nimmt.)

Die Schlafmittelfrage: Eigentlich glaube ich nicht, daß sie dir gegen deinen Willen ein Schlafmittel gegeben haben. Das dürfen sie nicht. Und das müßte dann auch im Bericht stehen! – Aber es ist nicht auszuschließen, daß ein anderer Anteil eben doch Schlafmittel erbeten hat! – – Du mußt immer einbeziehen, daß andere Anteile auch was im Außen machen. (Auch deswegen ist es ja so wichtig, daß ihr im Laufe der Zeit Kontakt miteinander bekommt!)

Es kann gut sein, daß du nicht nur einfach geschlafen hast, sondern einfach im Innen warst, weil andere Ichs außen waren. Du hast ja erzählt, daß eine Schwester behauptet hat, schonmal mit dir geredet zu haben, und du dich nicht erinnert hast.

Sprich das dann einfach nochmal deutlich an, auch mit der Begründung, daß du sonst nicht rauskommst aus den Alpträumen/Flashbacks. Das ist ein wichtiges Argument!

Jetzt aber was Therapie angeht: Du bist da erstmal zur Diagnosestellung. Wichtig wäre, daß sie diagnostizieren können, daß du Viele bist. Therapie findet in einer Fachklinik eigentlich immer nur zu bestimmten Punkten statt – und die kontinuierliche Therapie geschieht ambulant. Jetzt hast du aber bei euch keine ambulante Therapeutin/keinen Therapeuten. Ich weiß nicht, wie sie in Uniklinik das dann einschätzen. – In jedemfall wollte ich dir sagen, daß du (wenn du es willst und wenn andere Anteile es wollen!!) unbedingt sagen kannst, daß du/ihr im Rahmen meiner Möglichkeiten von mir betreut werdet – auch in Zukunft. Falls du keine bessere therapeutische Möglichkeit findest (ambulant), könnte ich mir vorstellen, daß es so weitergehen kann. Also einerseits per e-Mail mit mir, und in bestimmten Abständen eine kurze Zeit in der Uniklinik. Aber, wie gesagt, das müßt ihr entscheiden, ich kann es nur anbieten.

Mondrian

Wird keiner helfen?

1.5.17

Mondrian, dass alles ist doch Mist! Das bedeutet doch, alle können letztendlich mit mir tun was sie wollen. Denn sie können doch immer sagen, es wollte ein anderer Teil und ich kann es nicht widerlegen! Wirklich, möchte man so leben? ???

Das ich viele bin, ist bereits diagnostiziert! Ich brauche es nicht, dass die dort noch eine sinnlose Diagnose stellen. Womit ich am Ende noch meine Amelie verliere!

Merle

1.5.17

Merle, dieser Termin in der Uniklinik hat, wie du mir gesagt hast, mit der Entscheidung des Vormundschaftsgerichts zu tun. Und daß es ein "Diagnosetermin" ist. Mehr weiß ich auch nicht darüber. Aber es wäre sicher gut, wenn du dich auf diese Sache einläßt. – Und ich gehe davon aus, daß grade in dieser Abteilung viele Erfahrungen mit DIS bestehen. Da solltest du ein bißchen Vertrauen haben, daß sie dir nichts unterstellen. Die Ärzte und Psychologinnen dort und du (ihr), das ist ein gemeinsamer Lernprozeß. Genauso wie du (und ihr) mit mir!

Es geht auch dort darum, daß dort möglichst auch andere Anteile sich zu Wort melden, nicht nur du. Aber auch dabei mußt du mitarbeiten – es zulassen! – nicht nur immer "ich, ich, ich!" denken – sondern versuchen, andere innen einzubeziehen.

Ich sehe wirklich ein Problem darin, daß du zwar weißt, daß du Viele bist, aber immer wieder die Augen davor zumachen möchtest. – Und dann zu sagen: "möchte man so leben???" – Was soll ich damit anfangen? Ich unterstütze euch, weil ich davon ausgehe, daß ihr leben wollt, und du, daß du auch als Amelies Mama leben willst.

Ich kenne Multis, die sich durch ihre Therapie durchgekämpft haben, weil sie eben leben wollten, weil sie das Gute in sich nicht aufgeben wollten. Weil sie nicht wollten, daß die Täter zuletzt doch recht hatten mit ihrer Zerstörungswut und Mißachtung!

Ja, manchmal kamen auch bei denen Gefühle von Resignation und die Frage, wozu noch leben, wenn es so schwer ist? Aber das Schlimmste habt ihr in der Kindheit erlitten – da wart ihr viel, viel hilfloser als jetzt. (Auch wenn du das nicht selbst erlebt hast.)

Also, gib das Gute bitte nicht auf! Es gibt keinen Grund, hoffnungslos zu sein. Nur lernen muß du, – es ist eine große Veränderung, die du aktiv mittragen mußt. Genauso wie andere Anteile. – Bewußt als multiples System zu leben, mit den anderen!

Mondrian

1.5.17

Es hat nichts mit dem Gericht zu tun. Ich muss eine Therapeutin und eine Klinik finden. Das ist alles.

Ich möchte mich darauf einlassen, aber ich habe Angst! Ich hatte wirklich gehofft, dass wenn mich wer verstehen kann, dann vermutlich Du. Schade....

Es verletzt mich, dass Du denkst ich wäre egoistisch!

Deine Hilfe wäre jetzt schön gewesen!

Wird keiner helfen?

Wenn Du andere kennst, die es geschafft haben, dann ist das schön für diese Menschen. Diese waren dann eben stärker, klüger und eben nicht so egoistisch wie ich!

Was Du leider nicht zu verstehen scheinst ist, dass es keinen Unterschied macht, ob Kind oder erwachsen. Denn jeder macht doch sowieso mit mir oder mit UNS was er will!

Und NEIN, Du musst gar nichts damit anfangen müssen. ICH möchte so nicht mehr leben!
Merle

1.5.17

Wer hat entscheiden, daß du einen Therapeuten und eine Klinik finden mußt? Ich denke doch, es war das Vormundschaftsgericht.

Es ist durchaus ein riesiger Unterschied, ob Kind oder Erwachsene. Als Kind warst du tatsächlich hilflos. Jetzt bist du erwachsen, hast vieles gelernt, andere Anteile haben auch vieles gelernt, und die Außenwelt geht davon aus, daß du erwachsen bist. – Jetzt gibt es Unterstützung und Hilfe, für die erwachsene Frau, für die Mutter. Aber du mußt viel Neues dazu lernen. Andere Anteile (von dir) tun das auch.

Deine wichtigste Aufgabe ist es, für Amelie zu sorgen. Das sagst du ja selbst.

Du und ihr alle seid klug genug, es zu schaffen. Aber ihr steht erst am Anfang. Deshalb ist es noch so schwer für dich und auch für andere. Aber jede Überlebende stand einmal am Anfang des Weges.

Ich stehe weiterhin zu EUCH und damit auch zu DIR. Ob du damit was anfangen kannst oder nicht, mußt du entscheiden.

Mondrian

1.5.17

Ja es ist eine Auflage vom Gericht. Ich muss Therapie machen.

Was traurig ist, Du machst dasselbe wie Frau Z., Du gehst auch einfach manchen Dingen aus dem Weg.

Was hilft mir denn die Hilfe von Außen, wenn mich keiner ernst nimmt.?

Am Ende glaubst Du mir doch auch nicht! Sagst auch einfach nur, dann waren es eben andere Anteile von mir. Und genau so werde ich niemals weiter kommen! Denn das habe ich schon mein ganzes Leben! Keiner glaubt was ich sage!

Ich okay, WIR brauchen Dich, Deine Hilfe, Deine Unterstützung! Doch bitte vergiss dabei nicht, dennoch bin ich hier allein!

Merle

1.5.17

Merle, ich gehe keinen Dingen aus dem Weg. Im Gegenteil – ich habe Kontakt zu Anteilen von dir, die völlig unterschiedliche Blickwinkel haben – und doch versuche ich, jede und jeden zu verstehen und zu unterstützen. Und dazuhin habe ich im Hintergrund die Erfahrungen der DIS-Therapie und der Situation von Rituellicher Gewalt, – und zuletzt versuche ich, die Bedingungen und Möglichkeiten von Psychiatern, Kliniken, Behörden nicht zu vergessen.

Wer nimmt dich denn nicht ernst? – Die Helfer in der Außenwelt werden dich schon ernst

Wird keiner helfen?

nehmen, wenn es erstmal soweit ist. Und ich nehme dich auch ernst. – Aber erstmal müßt ihr euch selbst Ernstnehmen als zusammengehörig, als WIR.

Ums glauben gehts nicht immer. Ich habe nunmal viele Jahre Erfahrungen und sage deshalb manchmal nein, es ist nicht so, wie du denkst (oder wie ein anderer Anteil denkt).

Ich weiß, daß du derzeit noch extrem allein bist. Aber ich kann dir nur immer wieder sagen, du müßt dich mit deiner Suche nach Solidarität ganz stark nach innen wenden. Der Schritt nach außen kommt hinterher – wenn ein WIR ihn gehen kann.

Mondrian

1.5.17

Du hast vermutlich recht. Ich komme damit einfach nicht klar. Wieder so ein Konflikt in mir. Ich möchte es verstehen, möchte das es besser wird und doch kann ich das alles nicht glauben!

Kann nicht begreifen wie das alles funktionieren soll! ???

Viele Sein! Es gibt Momente da klingt es logisch, da passt so vieles plötzlich zusammen. Und dann, einfach nur, ich will das nicht!

Vermutlich kannst Du Dir nicht vorstellen, wie gern ich mich töten möchte! Wie sehr ich mir den Tod wünsche. Wünsche, dass das endlich alles jetzt sofort aufhört! Wie sehr ich das Leben satt habe!

Manchmal denke ich mir, ich lebe gar nicht mehr. Ich bin damals gestorben und nun zeigt man mir, dass das Beste war, denn so wäre mein Leben verlaufen.

Nun überzeugt das ich verrückt bin???

Merle

1.5.17

Merle, ich versteh dich vollkommen. Es gibt Menschen, die schrecklichste Gewalt von Tätern überstanden haben und sich an diesem Punkt das Leben genommen haben, – als sie anfangen mußten, zu verstehen, was da war und ist, und was sie selbst sind. Ich weiß es.

Aber ich hoffe, und werde alles, was ich kann, dazu tun, daß du und ihr am Leben bleibt und Freiheit findet.

So, wie du das schreibst, ist das so klug und wahrhaftig und authentisch, daß jeder, der was von "Verrücktheit" versteht, weiß, daß DU ganz gewiß nichts weniger bist als "verrückt". Eigentlich bist du und seid ihr gesund! Denn ihr kämpft mit allen euren Möglichkeiten gegen etwas zutiefst Krankes, Böses, Verbrecherisches. Und gegen kranke und böse Menschen.

Das weiß ich alles – und ich vergesse es nicht.

Aber es braucht noch viele, viele Schritte, und Mails, und Mißverständnisse auch... aber du und ihr seid auf einem guten Weg. Auch wenn es bisher wohl niemandem von euch so vorkommt.

Jetzt würd ich dich gern in die Arme nehmen ...

Mondrian

Wird keiner helfen?

Facebook:

1.5.17

Hallo Mondrian,

da ist noch viel mehr passiert! Ich konnte nichts dagegen tun! 😡😞😞😞
Sie fängt an sich zu erinnern... doch es wird zuviel sein! Bitte hilf ihr! Bitte...
Amanda¹⁰⁹

1.5.17

Ich weiß es – – ! Ich versuche, Merle zu helfen, aber ich kann ihr nicht das geben, was ihr ihr geben könnt. Andere von euch müssen ihr Kraft im Alltag geben, an ihre Seite treten. – Das Problem ist aber auch, daß sie sich teilweise erinnern muß, um die Realität überhaupt zu akzeptieren. Merle möchte ja immernoch am liebsten allein im Körper sein. Mondrian

1.5.

Doch keiner innen weiß wie das geht!

1.5.

Entschuldigen Sie bitte, sie beschäftigt noch etwas anderes, aber sie traut sich wohl nicht es zu sagen.? Es geht um die Uniklinik. Sie will, möchte, muss da unbedingt hin, aber...! Würden Sie sie vielleicht darauf ansprechen? Amanda

1.5.

Ich weiß auch nicht, wie es geht – aber ich weiß, daß es geht. Ihr habt so viele Jahre existiert in anderer Weise, seid ganz am Anfang des Miteinandersprechens, da ist es sicher besonders schwer. Daß es geht, von innen, das weiß ich. Aber auch andere Therapeuten haben nichts dazu geschrieben außer, daß es in der Therapie immer neu angesprochen wurde und die Anteile mit der Zeit den Mut und die Kraft hatten, miteinander in Kontakt zu kommen.. Es ist wohl wirklich etwas, das nur durch den Willen der Anteile geschehen kann. –
Ja, ok, ich spreche Merle darauf an. Danke für den Hinweis. Mondrian

1.5.

Richtig, wir existieren schon immer. Doch eben jeder für sich. Es gibt einige die ihr Helfen wollen, aber sie erreichen sie nicht. Es gibt welche, die geben Informationen über Träume weiter. Doch ob die ankommen? Ich weiß nicht wie ich helfen kann, über jeden Rat bin ich dankbar. Sie haben es richtig erkannt, sie ist vollkommen überfordert. Bitte helfen Sie! Amanda

1.5.

Dieses "jeder für sich" war in der Kindheit die einzige Möglichkeit, zu überleben. Wenn es jetzt um den Weg zur Freiheit geht, taugt das "jede für sich" nicht mehr. Das ist die Schwierigkeit. – Es

¹⁰⁹ Daß Amanda (laut Unterschrift) hier plötzlich "du" zu mir sagt, deutet darauf hin, daß jemand anders durch sie hindurch geschrieben hat. Wahrscheinlich Doris.

Wird keiner helfen?

geht nicht darum, "ihr" (Merle) zu helfen, sondern es geht um Hilfe und um Freiheit für ALLE. Auch Merle (die Mama) ist ein Anteil, genau wie Sie oder alle anderen. – Dieser Kontakt miteinander wird erst dann möglich sein, wenn die Innenanteile erkannt haben, daß sie alle in einem Körper sind und dieser Körper nur von allen zusammen gerettet werden kann. – Das "jeder für sich" war früher eine Rettung – jetzt ist es nicht mehr nützlich. Das ist schwer zu verstehen, ich weiß. Mondrian

2.5.17 18:22 [Merle II]

Hallo Mondrian,

Wenn Sie wüssten oder den dringenden Verdacht hätten, dass Amelie ernsthaft in Gefahr ist, würden Sie dafür sorgen, dass Amelie in Sicherheit gebracht wird? Also der Mama weggenommen wird.

Merle

2.5.17

Hallo Merle,

über diese Frage denke ich seit Tagen nach. Der Schutz von Kindern muß immer Vorrang haben. – Aber bestimmte Anteile, denen ich vertraue, haben mir klar gesagt, daß sie auf Amelie aufpassen und ihr nichts geschehen wird.

Ich weiß, daß die Täter drohen, Amelie etwas zu tun. – Aber solche Täter hätten keinen Vorteil davon, weil Amelie Hilfe suchen würde. Ich denke, sie drohen nur.

Es gibt allerdings doch das Risiko, daß ein Anteil Amelie mitnimmt zu den Tätern – und sie dort mißbraucht wird.¹¹⁰

Es ist also alles nicht so einfach. Sie müssen allerdings wissen, daß ich dieses Problem nicht vergesse.

Ich hoffe, daß mich Anteile, die diese Gefahr sehen, darüber informieren.

Mondrian

2.5.17

Gut.

Doch meine Frage beantwortet es nicht.

Würden Sie mir bitte diese Frage klar und ehrlich beantworten?

Merle

2.5.17

Ja!

2.5.17

Danke.

Ich danke Ihnen für diese ehrliche Antwort!

Das zeigt mir, dass Sie vertrauenswürdig sind und trotz allem das richtige tun werden! Merle

¹¹⁰ Später wurde mir klar, daß das noch sehr naiv war, ich etliche schlimme Möglichkeiten nicht einbezogen hatte!

Wird keiner helfen?

2.5.17

Warum sind mama und papa so gemein zu mir? Warum haben die mich nicht lieb?

2.5.17

Hallo du,

es tut mir sehr leid, daß es so war bei dir! Sie waren wahrscheinlich krank und sie haben Kinder gar nicht verstanden. – Aber sie sind jetzt nicht mehr da. Ich glaube, es gibt jetzt andere Große, die dir helfen können und die dich lieb haben können. Sie suchen nach einem guten Leben, zu dem du auch gehörst. Und ich möchte ihnen dabei helfen.

Mondrian

2.5.17

Doch sie sind da und sind nicht lieb zu mir. Sie sind gemein tun mir weh. Warum hilfst Du mir nicht. Sie sagte du würdest helfen aber du verstest mich nicht.

2.5.17

Nein, sie sind nicht mehr da. Es sind andere, die dir weh tun. – Die Großen, die mit dir zusammen sind, sollen dir einen sicheren Ort innen machen. Ich kann nur mit den Großen zusammen helfen. Sie müssen mitmachen.

2.5.17

Du wirst mir nicht helfen? Es ist egal wen ich um Hilfe bitte keiner will mir helfen. Warum? Amanda hat gelogen! Alle Lügen!

2.5.17

Nein, Amanda hat nicht gelogen. Aber es geht nicht so einfach mit dem helfen. Die Großen bei dir müssen sich kennenlernen und zusammenhalten. Erst dann geht es mit der Hilfe weiter. – Es gibt auch noch Kleine wie dich. Ihr solltet euch auch kennenlernen und zusammenhalten.

Versuch das doch mal!

Ich lass dich nicht im Stich, aber es geht alles nicht so schnell.

Mondrian

2.5.17

Ich verstehe das nicht. Ich will doch nur wissen was mit mir nicht stimmt? Warum sind meine Eltern so gemein zu mir? Warum lieben die mich nicht? Warum? Was mach ich böses?

2.5.17

Alles stimmt mit dir! Nur mit diesen Menschen, die dir wehtun, stimmt nichts! Sie sind böse! Deshalb lieben sie dich nicht. Du machst garnichts Böses.

Wird keiner helfen?

2.5.17

Das was Amanda gesagt stimmt nicht. Sie sagt ich kann mit dir sprechen du verstest und wirst helfen. Keiner verstet. Alle sagen ich Lüge. Mutti und Vati sind doch lieb mit dir.¹¹¹ Also lasen wir es dabei
Kati

2.5.17

Du irrst dich. Ich habe nichts zu tun mit diesen Menschen, die dir wehtun. – Helfen geht nicht so schnell. Ich sage auch nicht, daß du lügst. Ich bin sicher, du lügst nicht.

2.5.17

Kati, wir haben doch schon mal Mails miteinander geschrieben, Erinnerst du dich nicht? Ich habe euch geholfen, über Ostern in Uniklinik zu sein.
Mondrian

2.5.17 Kati

Nein davon weiß ich nicht. Ich verstehe du hilfst mir nicht

2.5.17

Es gibt Große, die zu dir gehören und auch wollen, daß das Schlimme aufhört. Ich rede dann lieber mit denen, wenn du mir nicht glaubst.
Wir werden trotzdem auch dir helfen.
Mondrian

2.5.17 Kati

Das was du sagst verstehe ich nicht. Die sagen es mir die ganze Zeit keiner wird mir zuhören keiner wird mir glauben keiner wird helfen so einem furchtbaren schrecklichen dummen Stück Dreck! Ist schon gut Amanda hat auch nur gelogen und bin eben zu dumm

3.5.17

Liebe Kati, ich weiß, böse Männer sagen immer, daß keiner dir und euch zuhören wird, daß keiner dir glauben wird. Das stimmt aber nicht. Du bist kein Stück Dreck, sondern du bist ein Kind und hast keine Schuld, und ich weiß, daß du die Wahrheit sagst, und ich glaube dir. Amanda

¹¹¹ Die grundlegende Argumentation von Bezugspersonen in der Kindheit, die Täter sind. Aufgrund der existenziellen Notwendigkeit zur Bindung bleibt der Glaube an die guten Eltern (der durch die Täter vermittelt wird) trotz böser Erfahrungen erhalten. Handelt es sich hier um eine dauerhafte Konstellation, kann die Psyche nur mit der Ausbildung einer Dissoziativen Identitätsstruktur (DIS) überleben. Böse und gute Aspekte der Eltern werden dann in den verschiedenen Anteilen verwahrt und auf diese Weise voneinander getrennt (dissoziiert). Kati ist (wie auch Doris) demgegenüber einer jener Anteile von Merle & Co. mit starkem Erkenntnisinteresse, die beide Aspekte solcher an sich unvereinbaren Wahrheiten aushalten und den Widerspruch reflektieren. – Aus anderem Blickwinkel handelt es sich hier um eine schwerwiegende Doppelbindung (doublebind), die bei entsprechender Vulnerabilität möglicherweise zu psychotischen Episoden führen kann.

Wird keiner helfen?

hat nicht gelogen – und du bist kein bißchen dumm!!!!

Mondrian

3.5.17

Hallo Mondrian,

Der Versuch mit anderen in Kontakt zu kommen ist nicht so leicht. Denn Sie haben sich geirrt. Zu viele sind böse hören nicht zu verletzen auch. Und noch etwas ist nicht ganz richtig Sie sagen jetzt sind wir stärker weil erwachsen. Aber wer ist erwachsen? Hier sind nur sehr viele Kinder viele kleine Kinder wie sollen wir uns wehren? Bitte Sie haben doch gesagt Sie werden helfen. Ich habe keine suche Frau Z. aber kann sie nicht finden warum will keiner helfen?

Sonja

3.5.17

Hallo Sonja,

ich weiß, es gibt viele innen, die von den Tätern, den bösen Männern außen belogen und betrogen wurden und deshalb sich jetzt auch böse verhalten. Andere sind wütend und wissen nicht, daß die Täter diese Wut verdienen.

Trotzdem seid ihr nicht mehr so hilflos wie früher. Der Körper ist erwachsen, und es gibt einige große Anteile, die sich im Erwachsenenleben schon etwas auskennen und mit Helfer- Erwachsenen außen Kontakt haben können.

Ihr Kinder und Jugendlichen könnt euch nicht wehren gegenüber den erwachsenen Tätern, da hast du recht. Es wäre gut, wenn ihr euch zusammenschließt und eine Sprecherin auswählt. (Vielleicht bist du es?) Diese Sprecherin kann dann innen mit den Großen reden, und auch mit mir Mailen. Das wäre wichtig!

Ihr Kinder könnt nur versuchen, innen in einem sichern Ort Schutz zu suchen.

Nach außen sich wehren können nur Große, die es aber bei euch auch gibt.

Aber wir Außenmenschen können nur dann helfen, wenn ihr innen euch kennenlernt und zusammenhaltet. Das sage ich allen immer wieder und auch dir!

Mondrian

3.5.17

Warum helfen sie mir nicht? Sonja

3.5.17

Ich kann dir ALLEIN nicht helfen. Ich kann nur dem WIR helfen, zu dem du gehörst. Versuch bitte, Kontakt mit den anderen zu finden.

Auch Frau Z. konnte nicht dir allein helfen. Es geht nur, wenn euer WIR zusammenfindet.

Frau Z. ist in der Klinik, in der du mal warst. Sie konnte dich und euch nur unterstützen und mit euch reden, als ihr dort wart.

Wird keiner helfen?

3.5.17 Sonja

Aber sie sprechen nicht mit mir. Warum?

3.5.17

Ihr alle habt sehr lange Zeit so einzeln und ohne Kontakt miteinander gelebt. Viele habe nicht gewußt, daß es noch andere gibt. – Deshalb fällt es jetzt allen noch sehr schwer, Kontakt zu finden. Du mußt es immer neu versuchen! Das sage ich auch den anderen, glaub mir bitte. Es geht nur auf diese Weise gut weiter. Weil ihr gemeinsam stärker seid!

Mondrian

3.5.17 Sonja

Nun leider sind die auch böse! Keiner will mit mir sprechen mich verstehen sie auch nicht. Alle lassen mich immer nur allein.

3.5.17

Nein!! Böse sind die Täter, die Männer draußen. Nur die. – Ich habe mit sechs Anteilen Kontakt, die sich bemühen, Kontakt zueinander zu finden und alles zu verstehen. – Es ist nicht so, daß sie nicht wollen, sondern sie müssen es erst lernen, genau wie du.

3.5.17

Hallo Mondrian,

dass Du so viel Mühe und Ärger mit Uns hast tut mir sehr leid.

Doch denke ich, dass eigentliche Problem gefunden zu haben.

Das was wir wollen, dass was wir brauchen, kannst du Uns leider nicht geben.

Der ursprüngliche Gedanke das niemand wirklich helfen kann ist leider richtig. Denn niemand kann die Zeit zurückdrehen.... !

Doch genau das wollen alle, sogar die vermeintlich bösen.

Jemand, Du hättest da sein sollen, als es anfang. Als der Vater dem Kind das erste Mal so sehr weh tat. Jemand hätte ihm sagen sollen, dass es falsch ist! Doch leider war ich allein! Nein, nicht ganz allein, meine Mutter war da, hat einfach weggeschaut. Mir nicht geholfen... leider war ich nicht mein Bruder. Ich war es nicht wert, mir zu helfen.

Du siehst, es gibt keinen Ausweg... Merle¹¹²

3.5.17

Liebe Merle,

du hast recht – die Vergangenheit kann nicht zurückgedreht werden. Du und ihr seid tief verletzt worden damals. Aber leider ist es weitergegangen... und davon weißt du nicht alles. Noch immer bist du und seid ihr in der Gewalt von Tätern. Jetzt nicht mehr der Vater, sondern jetzt sind es andere.. er hat euch/dich/den Körper an die weitergegeben.

Du kriegst davon wohl nur sowas wie Träume mit. Das ist Co-Bewußtsein, es heißt, andere

¹¹² Eine andere Merle, wie am nächsten Tag deutlich werden wird. (Merle III)

Wird keiner helfen?

Anteile sind im außen, Täter tun ihnen weh – aber du kriegst das nur am Rand mit, wie durch Nebel, oder wie einen schlimmen Traum.

Wenn das Schlimme nur damals, in der Kindheit, geschehen wäre, gäbe es Traumatherapie.

Damit kann den Überlebenden geholfen werden, das Leid ein bißchen auszuheilen.

Bei dir und euch kommt dazu, daß ihr noch immer in der Gewalt der Täter seid. – Deshalb ist es schwieriger. Aber auch damit gibt es Erfahrungen, gibt es Unterstützung und Hilfe.

Ich habs dir (und auch den anderen) schon oft gesagt, ihr müßt alles tun, was ihr könnt, um Kontakt miteinander zu bekommen. Denn dann könnt ihr besser handeln in der Außenwelt, und dann kann ich euch auch weiterhelfen, euch zu befreien.

Aber erst dann. Daß ihr als WIR zusammenfindet, ist eine Voraussetzung. Sonst seid ihr alle einzeln und jede einzeln ist zu schwach!

Es geht weiter, und ich halte zu euch!!

Mondrian

Facebook:

3.5.17

Hallo Mondrian,

Warum haben Sie der kleinen nicht geholfen? Sie sucht jemanden der ihr zuhört, versteht und hilft. Sie hängt in der Zeit fest. Sie weiß also nicht was Sie meinen, alles ist für sie real, passiert jetzt.

Sie sagten, Sie würden allen helfen.?

Die kleine hatte mir geglaubt... und nun... 😞

Bitte geben Sie uns nicht auf! Sie braucht Sie! **Wir** brauchen Sie!

Amanda

4.5.17

Ich KANN keinem Anteil allein helfen. Hilfe ist nur möglich, wenn ihr euch zusammenschließt. – Ihr Erwachsenen müßt zusammenarbeiten, um Unterstützung zu finden im Außen, gegen die Täter. – Ihr Erwachsene müßt innen für die Kleinen Sichere Räume schaffen. Ich kann von außen nur Hinweise geben – aber ich bin nicht innen, ich gehöre nicht zu eurem Körper. – Die damalige Therapeutin Frau Z. hat wohl vielen Anteilen versprochen, sie zu beschützen – aber das war verkehrt. Es geht von außen erst, wenn ihr innen das WIR findet. Ich weiß, daß Kati in der Zeit feststeckt. Trotzdem muß ich ihr von außen sagen, es ist anders, als du denkst. Ich habe die Erfahrung, daß auch solche Kleinen lernfähig sind. Natürlich dauert es länger.. ! Ich lasse euch nicht im Stich. Es geht immer wieder ein Stückchen weiter. Wichtig ist jetzt, daß möglichst viele Anteile verstehen, daß es außen Täter gibt und daß diese Täter das Böse sind. – Und außerdem ist das Wichtigste, daß keine Gefahr für Amelie (das Kind) besteht. Bitte, sagen Sie mir, falls Sie jemals erfahren, daß Amelie zu den Tätern mitgenommen wird. Mondrian

3.5.17

Mir hast du noch nie etwas gesagt. Das war meine erste Mail an Dich.

Und NEIN, er hat mich nicht einfach weitergegeben. Er hat sein eigenes Kind verkauft!

Wird keiner helfen?

Und wieder falsch... vermutlich weiß ich wahrscheinlich leider alles!
Kontakt bekommen! Schön wie du das sagst... was mache ich wohl die ganze Zeit?
Merle

3.5.17

Hallo Merle, – es gab eine Merle, mit der hab ich viele Mails gewechselt. Sie war vor allem Amelies Mutter und hatte keine gute Erinnerung an die Situation im Elternhaus, an die Taten des Vaters. Ich habe oft versucht, sie an diese Vergangenheit zu erinnern. Jetzt bist deshalb wohl du herausgekommen. – Ich bin sehr froh, daß du die Erinnerungen hast. Denn nur mit den Erinnerungen könnt ihr zusammenkommen, Kontakt finden, und gemeinsam dann stärker werden – um euch von den heutigen Tätern zu befreien.

Vermutlich hast du recht: er hat sein eigenes Kind verkauft. So ist es leider oft. Nur hatte ich es vorsichtig formuliert, weil die frühere Merle es sonst nicht ertragen hätte.

Ich weiß nicht, "was du die ganze Zeit machst". Hast du Kontakt mit anderen innen? Was weißt du von der Gegenwart, von den Tätern, von all dem? Kannst du mir helfen, etwas besser zu verstehen – damit ich äußere Unterstützungsmöglichkeiten suche?

Ich schreibe in den Mails an dich "Merle III" und hoffe, das stört dich nicht. Ich will nicht durcheinanderkommen. Es gibt nämlich noch eine andere Merle, also Merle II. Vielleicht aber sind sie in dir zusammengekommen?

Bin froh, daß du da bist!

Mondrian

3.5.17

Warum tust Du das? Du kannst uns nicht retten! Niemand kann das! Es ist zu spät!

3.5.17

Es ist nicht zu spät. Die Möglichkeit der Rettung fängt genau jetzt an, weil ich leider bei euch der erste Helfer zu sein scheine, der sich mit Ritueller Gewalt etwas auskennt.

Ich kann euch nicht retten, nein. Niemand kann das nur von außen. Ihr könnt euch retten – mit Unterstützung. Das haben auch andere in deiner und eurer Situation geschafft.

Es ist kein Grund um aufzugeben!

Und außerdem geht es auch um Amelie.

3.5.17

Amelie geht es gut und Amelie wird es immer gut gehen!

3.5.17

Hm, wie kannst du so sicher sein, wenn du doch so vieles von den Tätern weißt? Auch du bist nicht immer im Außen.

3.5.217

Ich weiß es! Amelie wird niemals etwas passieren!

Wird keiner helfen?

3.5.17

Schade – dann bist du nicht sehr verantwortungsvoll.

3.5.17

Warum? Wie meinst du das? Bin ich nicht! Sag das doch nicht!

3.5.17

Merle, du weißt doch vermutlich, daß ihr VIELE seid, daß du nicht immer im Außen bist, daß auch andere Innenanteile existieren in deinem Körper, und auch die sind manchmal im Außen.

Leider es gibt welche, die den Körper zu den Tätern bringen.

Das kriegst du dann nicht mit, weil du nicht im Außen bist.

Wie kannst du wissen, ob die Täter nicht auch Amelie mitbringen lassen?

Du allein kannst Amelie nicht schützen. Ihr müßt euch ergänzen, damit immer jemand auf Amelie aufpassen kann.

Und ihr müßt verhindern, daß jemand sie mitnimmt zu den Tätern.

Ihr müßt zusammenarbeiten, um Amelie zu schützen und um frei zu werden von den Tätern.

3.5.17 An Alle

Hallo ihr alle,

ich habe heute Nachtdienst. Deshalb bin ich demnächst nicht mehr an meinem Rechner, aber morgen früh antworte ich wieder!

Bis dann, Mondrian

3.5.17 18.05

Hallo Mondrian,

Mondrian ich brauche Dich! Es geht mir nicht gut!

Merle

3.5.17

Hallo Merle,

es tut mir leid, daß es dir nicht gut geht. Schreib, wenn du kannst. – Ich hoffe sehr, daß du irgendwann andere innen erreichst und die dich unterstützen können im Außen!

Mondrian

Facebook:

3.5.17

Hallo Mondrian, Danke für Ihre Antwort. Zusammenarbeiten! Das versuchen doch einige. Die Orte die wir für die kleinen schaffen, zerstören die bösen sofort wieder! Die kleine wollte einfach nur gehört werden, so wie ganz viele! Warum können Sie sie nicht anhören? Mit ihnen sprechen? Das würde ihnen sicher helfen... Ich versuche Kontakt zu finden, möchte denen helfen, erzähle

Wird keiner helfen?

von Ihnen, doch nun nur Enttäuschung und noch mehr Wut! Ich kann es nicht erklären, weil ich es selbst nicht verstehe, aber wird beschützt! Das dieser Körper überhaupt noch lebt, ist einzig wegen Amelie! Amanda

3.5.

Es ist keine Lösung, wenn ich für die Kleinen eine Art Ersatzmama/-Papa werde. Das ist der Fehler, den vermutlich Frau Z. gemacht hat. Ihr Großen müßt lernen, sowas wie Eltern für die Kleinen zu werden. Sonst macht ihr euch immer mehr abhängig von einem äußeren Helfer (z.B. mir). Dadurch entsteht keine Selbstbestimmtheit. – Es ist nicht gut, wenn Sie den Kleinen vor allem Hoffnung auf mich machen. Sie (ihr Großen) müssen selbst verantwortlich werden für die Kleinen. Die Kleinen werden nie im Außen handeln können. Ihr Erwachsenen müßt lernen, euch abzusprechen und im Außen zu handeln. – Sicher wird beschützt, von vielen. Aber von allen? – Naja, es geht weiter. Geben Sie bitte auch nicht auf. Ich werde jedenfalls weitermachen. Klar! Mondrian

3.5.

Also lassen Sie die kleinen auch allein!? Ich verstehe das nicht. Wie soll das helfen? Amanda

3.5.

Amanda, es gibt nur einen Körper für alle! Dieser Körper ist erwachsen – und Heilung kann nur bedeuten, daß diese Frau Merle (durchaus als Multiple) ein selbstbestimmtes Leben in der Welt findet, also als Erwachsene! – Die Kleinen werden dann ihren Platz in dem Ganzen haben, kriegen Außenzeit, um zu spielen usw. – Wenn ich jetzt anfangen, die Kleinen zu bemuttern, bleibt die Isolation der Anteile bestehen. Denken Sie immer dran, ihr seid alle keine vollständigen Menschen, sondern seid Anteile in EINEM Körper. Erst wenn ihr euch zusammenfindet, seid ihr ein vollständiger Mensch, ein erwachsener Mensch.

3.5.

Nicht bemuttern! Einfach zuhören hätte sicher gereicht! Sie alle wieder allein zu lassen kann doch nicht richtig sein!? Und die Frage die sich mir stellt, wieviel Wut kann sie noch ertragen? Ihr geht es bereits extrem schlecht! 😞 sie schläft nicht mehr! Keine Angst, Panik!!!
Amanda

3.5.

Kinder haben das unbedingte Bedürfnis danach, bemuttern zu werden, zuhause zu sein bei jemandem. Einfaches Zuhören bedeutet für sie, daß jemand dieses Bedürfnis befriedigen kann/will. Dann orientieren sie sich zunehmend an diesem Außenmenschen. Dadurch bleibt die dissoziative Spaltung zwischen Kindheit (also Vergangenheit) und Gegenwart aufrechterhalten. Und dadurch kann nichts aufgearbeitet werden. Aber erst durch dieses Aufarbeiten entstehen die Kräfte für ein erwachsenes Leben. – So sind die therapeutischen Erfahrungen mit vielen Überlebenden, nicht nur von mir. – Die Frage, wie lang Merle es noch aushalten kann, stellt sich mir auch. Aber die Lösung ist, daß andere erwachsene Anteile ihr zur Seite stehen. Und daß sie

Wird keiner helfen?

selbst weiterlernt. Zu diesem Weiterlernen kann ich beitragen – das andere liegt nicht in meiner Hand. – Es führt kein Weg an der Innenkommunikation und der Zusammenarbeit innen vorbei. – Und erwachsene Anteile müssen Verantwortung übernehmen für die Kinderanteile. Wie sie es eben können! Mondrian

Mail:

4.5.17 An alle

Hallo, wer dies liest!

Ich habe heute wieder Nachtdienst und bin nicht mehr lange hier am Rechner. Morgen bin ich dann wieder da.

Mondrian

5.5.17

Hallo Mondrian,

Ich habe eine Frage, bin mir aber nicht sicher ob Sie diese beantworten werden.?

Ich Frage einfach mal, und wenn nicht, dann verstehe ich das...

Sie sagten bzw. hatte ich gelesen, dass Ihre Vergangenheit traumatisch war. Eben durch traumatisierte Eltern.

Warum sind Sie nicht böse? Warum sind Sie kein Täter?

Ingrid

5.5.17

Hallo Ingrid,

es ist kein Problem für mich, die Frage zu beantworten. Meine Mutter war kriegstraumatisiert (Flüchtling aus Tschechoslowakei, brennendes Dresden), mein Vater aufgrund von Kindheit (hat gestottert, hatte Asthma, wurde gemobbt von Lehrern wie Mitschülern, dazu sein eigener Vater irgendwie gefühlslabil). Beide Eltern insgesamt 2x vertrieben, fühlten sich dann sehr heimatlos... und haben sich aneinander geklammert.

Mit Kindern konnten sie kaum umgehen. Zudem Mutter wohl emotional grenzüberschreitend... obwohl vermutlich nicht sexuell.

Folge war, daß mein Bruder und ich uns selbst "Eltern" sein mußten... und ich einige Ego States entwickelt habe, um mit dem Leben klarzukommen. Also Anteile, die zwar kein selbständiges Bewußtsein hatten, aber doch irgendwie nebeneinander standen, isoliert voneinander gelebt wurden.

Es gab keinen Grund für mich, "böse" zu werden – ich war nur in manchem (vor allem emotional/sexuell) sehr lange noch zurückgeblieben – weil es in meinem Elternhaus kaum Gefühle und Nähe gelebt wurden, nur sachlicher Alltag. (Hatte z.B. immer das Gefühl, ohne meine Teddies/Stofftiere hätte ich nicht überlebt.)

Aber grundsätzlich geh ich davon aus, daß die allermeisten Kinder aus traumatisierenden Elternhäusern NICHT "böse" werden, keine Täter! Jedenfalls habe ich bei Überlebenden immer erlebt, daß die Sehnsucht nach dem Guten viel stärker war als zerstörerische Momente.

Mondrian

Wird keiner helfen?

5.5.17

Danke für die Antwort

5.5.17

Wenn es aber so wäre, dass Opfer nicht böse werden, nicht zu Tätern werden. Woher kommen die ganzen bösen Menschen? Woher kommt das böse? Menschen wachen doch nicht einfach früh auf, und denken heute mache ich mal ... !???

Verstehen Sie mich? Ich muss es verstehen!

Ingrid

5.5.17

Ich bin durchaus der Meinung, daß die späteren Täter als Kind selbst Opfer waren. Ich habe nur gesagt, daß die meisten oder allermeisten Opfer nicht zu Tätern werden. Aber das kann ich nur aufgrund meiner eigenen Erfahrung mit Überlebenden vermuten. Oder hoffen. Jedenfalls – diejenigen, die sich ernsthaft auf Therapie einlassen, werden vermutlich keine TäterInnen. Grundsätzlich denke ich schon, daß auch in anderen Bereichen der Welt die konsequente Börsartigkeit von Menschen immer damit zu tun hat, daß das Gute in ihnen sich zu wenig entwickeln konnte. Auch diese Kriegslust bei so vielen, überall weltweit.

Jemand hat mal gesagt, der Mensch sei ein Irrläufer der Evolution (Arthur Koestler). Er hat vielleicht recht. Solche Börsartigkeit und Sadismus gibt es bei Tieren nicht.

Ich wollte immer zumindest etwas Gutes in die Welt setzen – und weiß, daß andere das auch versuchen. Ich denke, dieses Gegengewicht gab es immer (bei einer Minderheit), – das ist manchmal mein einziger Trost.

Mondrian

5.5.17

Richtig, die Tiere tun das nicht. Und die Natur hält sich ganz von allein, der Mensch zerstört nur! Ich denke er hat recht mit seiner These.

Gut das es Menschen wie Sie gibt! Die an das Gute der Menschheit glauben.

Etwas anderes....

Was wenn ich, als ein Anteil viel Wissen habe, ich bzw. wir dieses Wissen weitergeben an sie, Merle.

Ich weiß nicht genau wo ich die Frage beginnen soll... 🐱

Wer ist denn eigentlich der Anteil der alles wissen muss?

Und was, wenn z.b. Merle dann dieses Wissen immer dissoziiert?

Verstehen Sie was ich meine?□

Ingrid

5.5.17

Nein, der Mensch zerstört nicht nur! Wieviel Schönes kommt und kam durch Menschen. Don Juan hat gesagt, wir müssen "das Wunder und den Horror, ein Mensch zu sein, ausbalancieren". (So

Wird keiner helfen?

etwa) Das sag ich mir manchmal täglich..

Ok, die andere Frage – sehr wichtig!!

Es gibt keinen Anteil, der "alles wissen muß". Jeder einzelne wäre überfordert. – Ein wichtiges Stück Heilung ist es, wenn die Mauern zwischen dem Wissen der Einzelnen (die "amnestischen Blockaden") aufgelöst werden können und die Anteile ihr Wissen miteinander teilen können. Jede und jeder nimmt sich, was sie oder er wissen möchte, was sie (als einzelner Anteil) erträgt. Und wer schlimmes Wissen mit einem anderen Anteil teilen kann, für den wird es etwas leichter. – Also: das Wissen liegt dann auf vielen Schultern.

Es wird immer so bleiben, daß ein Anteil eher die/der Nachdenkende ist, ein anderer Anteil die/der Beobachtende, ein anderer Anteil den Austausch mit Behörden auf sich nimmt, jemand anders der oder die Kämpfende und Schützende, ein anderer Anteil Musik macht oder Bücher liest... – Auch ein Anteil, der (die) die Mutter von Amelie ist, – vielleicht auch jemand, die Liebesbeziehungen leben möchte.

Trotzdem können sich die Anteile austauschen miteinander – auch über neue Erfahrungen, neues Wissen.

Merle I ist zweifellos Amelies Mutter. Sie ist erst gekommen, als Amelie geboren wurde. Vorher gab es sie nicht. (Es gibt noch Merle II, die mehr von der Zeit zuvor weiß. Auch sie ist Amelies Mutter.)¹¹³ – Merle I kennt sich aus mit dem Alltag, vor allem in bezug auf Behörden und Gericht und Amelie. Sie ist überfordert mit Wissen zu anderen Themen. Klar könnte sie später auch weiterlernen – aber jetzt geht es nicht. Das habe ich auch gemerkt.

Sie dissoziiert das Wissen um die Täter, das jemand ihr anbietet (auch ich), weil sie es einfach nicht integrieren kann.

Wichtig ist, daß andere Anteile sie im Außen unterstützen mit ihrem Wissen. Das ist, was man Co-Bewußtsein nennt. Daß Sie und andere lernen, sozusagen "Merle über die Schulter zu schauen" im Außen – und sich beteiligen, wenn Sie merken, damit kommt Merle nicht klar. Und noch besser ist es, wenn jemand von Ihnen Merle nach innen schieben und selbst im Außen handeln würde, in bestimmten Situationen.

Jemandem Wissen aufzuzwingen, das funktioniert tatsächlich nicht. (Auch ich mußte das erfahren.. daß es nicht geht bei Merle.)

So, jetzt kam grad eine neue Mail. – Mondrian

5.5.17 Ingrid

Was ich nicht verstehen kann...

AMELIE! Wie geht das? Wie kann sie die kleine so "gut" erziehen? Man gibt doch eigentlich nur das weiter was man gelernt bzw. vorgelebt bekommen hat.? Woher weiß sie oder viele von uns, was richtig ist?

Irre Fragen!???

5.5.17

Nicht irre, nein, Ingrid! – Genau das ist "das Wunder, ein Mensch zu sein"!!! – Wenn wir auf die Welt kommen, sind wir gut, – wie ein Tier, rein, anderen zugewandt, mit Sehnsucht, Liebe zu

¹¹³ Später zeigte sich Ina, die (wissentlich) mit Amelie schwanger war und sie geboren hat.

Wird keiner helfen?

geben und zu spüren.

Das ist unser innerster Kern. – Ich hab bei jeder Überlebenden von Rituellem Gewalt und sonstigem Mißbrauch und Gewalt diesem inneren Kern vertraut, ihn gesucht und angesprochen, immer neu – und er wurde stärker und klarer. (Ist ja jetzt auch so... denn wo haben SIE denn das Gute her, um das es Ihnen geht?? Sie stecken im selben Körper, der diese Höllen erlebt hat) Jede Therapie ist möglich nur, weil dieser Kern des Guten in uns ist. Wenn jemand so zerstört wurde als Kind, daß dieser Kern nicht mehr pulsiert... dann, ja, dann kann derjenige nur ein Täter werden – oder er wird ein Täter (oder Täterin) an sich selbst: zerstört sich durch Drogen, Alkohol.

Ja, ihr habt viel Gutes in euch. Das hab ich von Anfang an gespürt, von den ersten Mails an. Obwohl ich euch noch nichtmal persönlich kenne. – Hätte ich das nicht so deutlich, so stark von Anfang an gespürt, schon über die Mails, dann hätte ich mich nicht so umfassend auf euch eingelassen.

Mondrian

5.5.17

Sie nach innen schieben.? Ich glaube das habe ich getan.? Es ging nicht mehr, sie ist zusammengebrochen...

Aber die kleine ist hier. Wir haben eben gebastelt. Was ich eigentlich gar nicht mag. Und nun muss ich mit ihr zum Tanzen... weiß jedoch nicht wohin... spiele mit ihr ein Spiel, sie darf mich heute hinführen... □

Also Sie sehen, ich bin gerade auch überfordert.!

Aber was soll ich denn sonst tun?

Ingrid

5.5.17

HerzlichenGlückwunsch!!!!!!!!!!!!

Genauso gehts weiter. Dachte mir schon sowas, weil nichts mehr von Merle kam. Hab gehofft, daß jemand anders übernimmt.

So ist es, Ingrid – so geht es weiter. Sie lernen das, andere werden das auch lernen. Es ist reine Übungssache!

Es war vor 6 Wochen, am Anfang der Mails zwischen uns, auch jemand draußen, die sich Merle nannte und zum Schwimmen mitgehen sollte und keine Ahnung hatte.¹¹⁴ Komisch – da war vielleicht auch jemand kurz nach außen gekommen, weil Merle nicht weiterkonnte. Sowas gibts. Je mehr ihr euch drauf einlaßt, aufmerksam füreinander zu sein, desto einfacher ist es, Co-Bewußtsein zu haben und einander zu unterstützen.

Mondrian

PS: Ich bin jetzt gleich bis heute abend außer Haus. Aber ab 20h bin ich nochmal am Rechner.

¹¹⁴ Das war wohl Doris.

Wird keiner helfen?

5.5.17

So, Amelie beim Tanzen abgegeben. □

Mag seltsam klingen, aber sie ist ein so liebes Mädchen! 🍷😄 total toll!

Ingrid

5.5.17 Ingrid

So, da bin ich wieder. – Ich finds schön, nein: mehr noch! – daß Sie was mit Amelie anfangen können! Aus mindestens 3 Gründen: erstmal ist es für Amelie sehr wichtig, daß "ihre Mutter" flexibler ist – wenn Merles und Ihre Kräfte zusammenkommen können. Zweitens, weil Amelie besser geschützt wird, wenn mehr Anteile wirklich ein echtes Verhältnis zu ihr haben. Und drittens, weil Sie selbst sicher einiges lernen können von Amelie... da ja ihr alle keine gute Kindheit hattet und vieles nicht entfalten konntet, was eigentlich dazugehört. Da kann Amelie sicher einiges wachrufen.. !

Mondrian

5.5.17

Wissen Sie, ich habe so dermaßen viele Fragen, so viel zu sagen... .

Also bitte nicht ärgerlich sein, sollte ich nerven.

Der innerstes gute Kern...!

Ich weiß nicht ob es ein Fehler sein wird, Ihnen davon zu erzählen...

... es gibt so unheimlich viele, ich möchte sie nicht als "böse" bezeichnen, vielleicht wütenden Anteile. Auch Erwachsene! Die tragen so viel Wut, Zorn, Schmerz, Abscheu, Angst und Hass in sich, dass ich mich frage, warum?

Warum tun diese Anteile nicht einfach das was von ihnen verlangt wird?

Dabei geht es nicht gefügig zu sein. Nein! Sie sollen andere verletzen! Das wird schon so lange von ihnen verlangt. Doch sie nehmen lieber noch mehr Qualen auf sich.

Das ist doch eigentlich dumm.? Und mal ehrlich, so einen guten Kern kann doch keiner haben.???

Richtig, die Wut richtet sich gegen den Körper!

Doch wie stoppt man das????

Werden wir uns jemals persönlich kennen?

Ingrid

PS ich verstehe viel vom Multipel Sein, aber was oder wo ist jetzt mit Amelies Mama?

Mein Problem sind gerade extreme Depersonalisations- und Derealisationserlebnisse! Das ist total anstrengend mit Kind.

5.5.17

Ingrid, ich weiß von den Wütenden innen, hab auch mit einem von ihnen Kontakt. – Für mich ist es klar, daß die so viel Wut, Haß, Schmerz, Abscheu in sich tragen. Wieso sie nicht machen, "was von ihnen verlangt wird"?? Grade deshalb, weil der gute Kern in ihnen sich dagegen sträubt!! Deswegen sind grade diese Anteile sehr wichtig für die Heilung, für das gute Leben.

Wird keiner helfen?

Nein, sie sind nicht böse. Aber sie sind isoliert, sie wissen nicht, wohin mit ihrer Wut. Gegen die Täter kommen sie nicht an.. da richten sie sie gegen den Körper, denn der Körper ist den Tätern gefügig. So denken sie. –

Was sie noch nicht verstehen, diese wütenden Anteile, ist, daß sie alle, ihr alle zusammen den Körper beschützen könnt, und dann kann der Körper befreit werden. – Manche glauben noch nicht dran, daß alle einen gemeinsamen Körper haben. Sie denken, es ist nicht ihr Körper auch! Doch, doch, der gute Kern ist da. O ja.

Wie stoppt man den Haß gegen den Körper? Wir müssen versuchen, den Anteilen das alles zu erklären, Sie als ein Anteil dieses Systems und ich als Außenmensch.

Wo ist Amelies Mama jetzt? Der Körper ist derselbe, und das Bewußtsein ist innen. Es ist so wie Träume, wie Nachdenken, all das, wie Gefühle: alles sind Aspekte des Menschseins, die aber nicht körperlich sichtbar sind, die aber irgendwie schon im Körper drin sind. Ohne den Körper gäb es sie nicht. Man kann diese Innenanteile mit bildgebenden Verfahren (MRT u.a.) zeigen, als verschiedene Strömungen im Hirn. Dabei kriegen Anteile oft trotzdem etwas mit, was außen geschieht, wenn sie selbst nicht außen sind. Das ist Co-Bewußtsein, und kann nützlich werden zur Zusammenarbeit, zum Kontakt der Anteile. Wenn die Anteile noch ziemlich unbewußt sind über ihr Multipelsein, empfinden sie sowas oft wie Flashbacks oder Träume.

Deralisation und Depersonalisation sind genau diese dissoziativen Vorgänge: Ein Anteil ist zwar vom Bewußtsein her außen, aber nicht sehr mit dem Körper verbunden (Depersonalisation) – oder ist Anteil kommt vom Innen, ist teils schon im Körper, aber noch nicht so weit im Außen, daß er die Außenwelt als real empfinden kann (Derealisation)!

Ich kanns mir gut vorstellen, daß wir uns einmal persönlich kennenlernen! Obwohl das Mailen ist derzeit ja das beste Verständigungsmittel, solange ihr noch nicht wieder reden könnt.

Mondrian

5.5.17

Ja denke ich auch. Amelie ist wirklich ein wundervolles Mädchen! Aber ich glaube sie hat etwas bemerkt... ☺

Ingrid

5.5.17

Ich weiß von einigen Multis, die Kinder haben, und habe immer Gutes gehört. Kinder sind ja selbst oft sprunghaft und verschiedenste Regungen stehen nebeneinander. – Natürlich ist andererseits eine Art von Verlässlichkeit auch wichtig.

Übrigens gefällt sie mir von den Fotos her auch sehr gut!!

Mondrian

5.5.17

Ingrid, es war ein langer Tag für mich (letzte Nacht Nachtdienst) – und ich möchte jetzt bald den Rechner ausschalten und ins Bett gehen, ok?

Morgen bin ich wieder da. Obwohl wir Besuch bekommen, werd ich natürlich auf Mails

Wird keiner helfen?

antworten!

Bis dann und später, Gruß Mondrian

5.5.17

Was mir überhaupt nicht klar ist, wenn ein Mensch in seinem Leben keine Liebe erfahren hat, nicht gelernt hat, was richtig und was falsch ist, allein gelassen, eigentlich nur ausgenutzt und gequält wurde...

Wie kann so jemand fähig sein, sein Kind "richtig" zu erziehen? Wie ist es möglich, dass so wer, trotz allem, eine so liebevolle Mama sein kann?

Das verstehe ich nicht! Zeig jemanden immer nur die Farbe grün. Er wird keine andere kennen.... ???

Ich muss es verstehen! Ich muss verstehen, um verstehen zu können, warum andere Menschen so grausam sind.

Ingrid

6.5.217

Guten Morgen, Ingrid!

Ich hab's doch geschrieben: es gibt diese inere Sehnsucht nach Gutem, nach Liebe in uns allen drin, seit der Geburt. Und damit sucht sich jedes Kind Bestätigung solcher Liebe und Nähe. Selbst wenn jemand so viel Schlimmes erfahren hat wie ihr, kann es solche Momente geben. Zum Beispiel bei euch die eine Großmutter (wie mir jemand erzählt hat). Oder auch Kontakt mit einem Tier, oder mit anderen Kindern... es gibt viele Möglichkleiten.

Und durch solche Erahrungen wird das Gute in jedem Kind gestärkt.. der Wille zu Gutem.

Sowas hab ich bei allen Überlebenden von Gewalt in der Kindheit gefunden, oder vielmehr die haben es in sich wiedergefunden, auch durch die Therapie.

(Ich will jetzt erstmal frühstücken, dann schreib ich weiter. Es gibt ja noch 3 Mails von Ihnen zu beantworten.)

Mondrian

5.5.17

Naja, dass stimmt ja so nicht ganz...

Ein Stück weit kommen sie ja wohl schon gegen die Täter an, denn sie verletzen keine anderen Kinder, töten nicht sinnlos irgendwelche Tiere... tun nicht das was gesagt wird, nur weil es eben verlangt wird! Also ich sehe es schon doch als eine Art Gegenwehr.? Sie werden dafür sehr hart bestraft, extremen Männern gegeben.... doch trotzdem Gegenwehr!? Die Täter drohen auch !

Und nein, ich denke seinem "Gegenüber" gegenüber zu sitzen ist wichtig, macht eine Menge aus. Denn ganz oft sind es gerade die Dinge die man nicht sagt, die aber das meiste Aussagen!

Danke für Ihre Antworten, Ihre Unterstützung, Ihre Hilfe!

Gute Nacht....

Ingrid

Wird keiner helfen?

6.5.17

Hallo Ingrid,

es ist gut, jetzt von Ihnen wieder ein bißchen mehr von der Situation gegenüber den Tätern zu erfahren. Klar, so genau wußte ich das nicht. – Was Sie erwähnen, sind natürlich Momente von Gegenwehr... und das bedeutet viel! Aber dennoch gibt es ja die Wut gegen den Körper. Natürlich ist das Gespräch einander gegenüber unersetzbar. Aber solange Sie und ihr nicht redet, wäre ohne dieses Mittel der Mails niemals so viel Information ausgetauscht worden. Das hatte auch sein Gutes.

5.5.17

Kein Anteil von uns möchte eine Liebesbeziehung! Keiner von uns möchte Nähe! Möchte berührt werden! Und auf gar keinen Fall möchten wir freiwillig Sex!

Ingrid

6.5.17

Das ist ja sehr verständlich! – Gemeint hatte ich nur, daß ich an Heilung glaube – und daß dann, später, vielleicht (vielleicht!) auch gute Nähe mit jemandem entstehen kann.

5.5.17

Das was ich möchte, was vermutlich wir möchten, wird keiner verstehen können!

Ich denke, dass verstehen nicht einmal Sie!?? ☹ ☹ ☹

Ingrid

6.5.17

Falls ich etwas nicht verstehe, bemühe ich mich, es zu verstehen. Weil ich Sie und euch verstehen möchte.

Mondrian

6.5.17

Hallo Mondrian, danke für Ihre Antworten!

Danke das Sie verstehen möchten! Die Mühe hat sich bisher noch niemand gemacht! Das schwierige an der Sache, dass was ich bzw. wir möchten, dass es so ist, verstehe ich selbst nicht!

Und das was wir möchten ist vermutlich derartig verquer, dass es verrückt ist!?

Habe ich diese Derealisations – DepersonalisationsEmpfindungen weil nicht ganz im Außen bin?

Wann hört das auf?

Das macht mich total wirr!

Ingrid

6.5.167

Hallo Ingrid, – ja, Derealisations-/Depersonalisationsempfindungen SIND sind einfach Dissoziation! Nichts grundsätzlich anderes als Viele sein. Dissoziation ist eine natürliche

Wird keiner helfen?

Ressource, die wir alle haben, alle Menschen, aber durch all die schrecklichen, nicht aushaltbaren Situationen wird diese Ressource ausdifferenziert in vielen Nuancen. Sie können üben, bewußt und willentlich entweder außen zu sein oder innen, oder aber im Co-Bewußtsein "so halb" innen und außen. Es hat etwas mit "Aufmerksamkeit" zu tun. Aufmerksamkeit können wir üben – in allen differenzierteren Berufen ist das nötig, sehr bewußt mit Aufmerksamkeit umzugehen. Es gibt auch den Begriff "Achtsamkeit", der hat auch damit zu tun. – Natürlich gibt es auch die anderen Anteile, die das lernen können und dann mehr Außenzeit fordern. Da müßt ihr euch absprechen. – Ich kenne Multis, die sich Kalender machen, auf denen gemeinsam entschieden wird, wann wer Außenzeit hat. Das klingt für Sie jetzt noch vielleicht unglaublich, aber so gehts weiter. Das jetzt ist Verwirrung und Überforderung, weil Sie das noch nicht kennen, weil es viele Jahre anders lief, nämlich ganz auf die Gewaltsituationen der Täter zugeschnitten. – Jetzt geht es darum, die Fähigkeiten, die ein multiples System hat, anzuwenden, um auszusteigen und sich zu befreien.
Mondrian

6.5.17

Wo ist Frau Z.? Ich kann sie nicht finden! Bitte helfe mir!
Kenny

6.5.217

Hallo Kenny,
Frau Z. ist schon sehr lange nicht mehr da. Sie war in der Klinik, in der du früher warst. Aber du kannst gerne mit mir schreiben!
Mondrian

6.5.17

Sie hat doch versprochen mir zu helfen! Ich kenne dich doch nicht
Kenny

6.5.17

Nein, du kennst mich noch nicht. Andere, die bei dir sind, kennen mich und haben Vertrauen zu mir. Sie haben dir ja auch gezeigt, wie du mir schreiben kannst.
Frau Z. wollte dir helfen – aber sie ist zu weit weg. Deshalb ging es nicht mehr. Es tut mir sehr leid – sie hätte sich ordentlich verabschieden sollen von dir.
Mondrian

6.5.17

Und du kannst mir helfen?
Kenny

Wird keiner helfen?

6.5.17

Kenny, es gibt andere Große, die zu dir gehören. Du solltest sie kennenlernen und sie dich. Dann könnt ihr euch gemeinsam schützen.

Dabei möchte ich euch allen helfen.

Dir allein kann ich nicht viel helfen, nur euch zusammen.

Deswegen schreibe ich mit vielen von euch, damit ihr alle das versteht.

Mondrian

6.5.17

Du sagst ich kann mit dir schreiben.

Was?

6.5.17

Kenny, du kannst mir erzählen, wie es dir geht und was schlimm ist für dich. Und auch, wo etwas Schönes ist. Wenn du magst! Du entscheidest, was du schreibst.

Ich werde dir immer antworten, so, wie ich auch den anderen, die zu dir gehören, antworte.

Und ich lern dich dadurch kennen und denk an dich.

Mondrian

6.5.17

Wirst du das jemanden erzählen? Meinen Eltern?

Kenny

6.5.17

Nein, Kenny, ich werde es niemandem erzählen. Wenn du Vertrauen hast zu mir, bleibt es unter uns. Das ist klar!

Mondrian

6.5.17

Also in der Schule ist es ganz gut. Ich mag die Schule. Habe da Freunde.

Gut geht es mir aber nicht. Ich habe Probleme.

Kennst du mich? Kennst Du meine Eltern? Weißt du wo ich wohne?

Kenny

6.5.17

Ja, ich weiß, wo du wohnst (in welcher Stadt). Ich wohn in Berlin, also weit weg von dir. Ich kenn dich nicht und deine Eltern auch nicht.

Es ist schön, daß du in der Schule Freunde hast! Das hilft vielleicht ein bißchen bei den Problemen.

Magst du mir etwas von deinen Problemen schreiben?

Mondrian

Wird keiner helfen?

6.5.17

Ja möchte ich aber ich habe Angst!

6.5.17

Vielleicht kann dir jemand von den anderen bei dir sagen, daß du keine Angst haben mußt vor mir?

6.5.17

Nein ich habe keine Angst vor dir!

6.5.17

Ach so, du hast Angst, daß jemand erfährt, was du mir erzählt hast?

Ich will dich zu nichts überreden, – aber die anderen schreiben mir auch viel.

6.5.17

Ja genau!

Nein du überredest mich doch nicht!

Ich muss mit jemandem reden!

Ich weiß nicht was ich tun soll? Ich denke etwas ist nicht richtig. Ich bin mir aber nicht sicher! Bin ja auch kein Baby mehr bin fast neun!

Kenny

6.5.17

Überlegs dir einfach, bis du sicher bist, ob du dich traust. Aber ich denke auch, es hilft, wenn du mal über diese unklaren Sachen sprechen kannst mit jemandem. Oder wenigstens schreiben!

Mondrian

6.5.17

Ich möchte mich trauen. Es mit dir bereden. Aber wie soll ich anfangen?

Kenny

6.5.17

Du kannst erstmal sagen, wann du dich komisch fühlst. An welchem Ort, bei welcher Situation.

6.5.17

Ah gut. Wenn ich schlafen gehe fängt es an manchmal schlafe ich ein und dann beginnt etwas was ich nicht mag. Manchmal muss ich woanders hin und dann ist es auch so das mag ich nicht.

Kenny

6.5.17

Bist du dann alleine oder denkst du, daß noch jemand anderes da ist?

Wird keiner helfen?

6.5.17

Ach menno! Es ist blöd zu sagen.
Ich bin eben nicht allein!

6.5.17

Jedenfalls darf dir etwas unangenehm sein. Du willst ja schlafen! Du mußt dich nicht schämen deshalb.
Wer ist denn noch da?

6.5.17

Wenn ich zu Hause bin mein Vati. Aber er lässt mich nicht schlafen! Doch ich schäme mich sehr sogar. Das ist eklig und tut sehr weh!

6.5.17

Lieber Kenny, es ist ganz falsch, was er macht! Er müßte sich schämen!! Und du hast ganz recht, wenn du das nicht willst!!

6.5.17

Und das wars jetzt? Was soll ich denn tun?
Kenny

6.5.17

Die Großen, die bei dir sind, und ich, wir wollen dich befreien. Das geht am besten, wenn ihr alle zusammenhaltet. Kennst du denn jemanden von den andern?

6.5.17

Nein! Ich bin hier allein! Du hast gesagt ich kann mit dir reden.
Ich dachte mir das schon. Ich hätte das nicht erzählen sollen nun findest du mich auch eklig und schlecht. Er hat recht! Vielleicht finde ich Frau Z..
Kenny

6.5.17

Ich hab dir gesagt, ich kann dir nicht allein helfen, sondern nur euch allen. Wichtig ist, daß du die andern suchst und kennlernst. Ich hab dir doch gesagt, du hattest recht!! Ich steh auf deiner Seite.
Frau Z. hatte unrecht, weil auch sie nicht dich allein retten kann. Das geht nur, wenn ihr zusammen seid.

6.5.17

Warum?

Wird keiner helfen?

6.5.17

Kenny, ich würd jetzt gerne essen. – Nachher bin ich aber wieder am Rechner und kann Mails beantworten.

Bis dann! Mondrian

6.5.17

Ist doch egal du willst mir nicht zuhören! Es ist so schwer darüber zu reden aber ich wollte es wenigstens versuchen. Schon klar andere hat es auch nicht interessiert!

Ich weiß auch nicht wen du mit den anderen meinst? Ich habe drei Brüder die können mir nicht helfen. Und meine Mutti hasst mich!

6.5.17

Hallo Kenny, bist du noch da? – Ich weiß, es ist schwer, darüber zu reden. Mich interessiert es schon, weil ich möchte, daß es dir irgendwann gut geht! – Aber es gibt etwas, was du noch nicht weißt. – Du bist nicht alleine, damit meine ich nicht deine Brüder. Es gibt andere, die auch Schlimmes erlebt haben, und du bist mit ihnen zusammen in einem Körper. Wenn ihr euch kennenlernt, könnt ihr zusammenhalten, dann ist auch Hilfe möglich.

Dann könnt ihr zusammen weggehen von den Eltern!

Mondrian

6.5.17

Jetzt hasse ich mich noch mehr! Immer mehr Wut! Jetzt weiß ich es ist falsch. Aber ich weiß nichts weiter! Du lässt mich einfach allein damit! Ich weine wegen dir ich habe dir geglaubt mich getraut! Wie blöd!

6.5.17

Kenny, ich hab doch nur gegessen! Hab ich dir doch gesagt! Du brauchst keine Angst zu haben, daß ich dich allein lasse. – Nur kann ich dir nicht allein helfen. Es geht nicht so! Es geht mit den anderen zusammen.

Du warst sehr mutig, daß du dich getraut hast – und ich verrate dich nicht.

Mondrian

6.5.17

Warum?

6.5.17

Helfen geht aus dem Grund nicht allein für dich, weil ihr alle in einem Körper seid. – Du und noch andere, Kleine und Jugendliche und Erwachsene. Jetzt ist es wichtig, daß ihr alle euch kennenlernt. Dann könnt ihr euch (also auch euren Körper) befreien. Und dabei kann ich euch dann auch helfen. Mondrian

Wird keiner helfen?

6.5.17

Lieber Kenny, du hast gar keinen Grund, dich zu hassen! Du solltest die hassen, die dir wehgetan haben! – Ich weiß, es ist schwer zu verstehen, was ich dir gesagt habe. Aber wir können immer weiter schreiben, und ich werde mich sehr bemühen, es dir zu erklären. Man muß lernen, um sich zu befreien. Das ist immer so.

Du solltest nicht immer denken, daß ich nicht mehr mit dir reden möchte! Das stimmt nicht – ich möchte mit dir reden (oder schreiben). Aber es wäre auch gut, wenn du versuchst, zu verstehen, was ich dir sagen möchte.

Du, es ist jetzt schon so spät. Können wir morgren weiterschreiben? Oder später? Ich muß jetzt bald mal ins Bett gehen! Bin sehr müde.

Mondrian

7.5.17¹¹⁵

Ich habe Angst und bin sehr wütend! Und du verstehst nicht! Das Problem ist nicht das die mich nicht mögen denn die sagen die lieben mich! Aber genau das verstehe ich nicht! Wenn ich wen lieb habe dann geht das doch anders?

Wieso sollten die anderen fremden Männer mich lieben? Die kenne ich doch nicht! Warum darf ich nichts sagen?

Bitte nicht wieder weg gehen! Nicht allein lassen! Es geht mir schlecht viel Angst

Kenny

7.5.17

Hey Kenny, ich geh nicht weg.

Solche Männer/Menschen behaupten oft, daß sie Kinder "lieben" – aber es stimmt eben nicht, sie lügen! Du hast ganz recht: wer jemanden lieb hat, der (oder die) kümmert sich um diesen anderen. Diese Leute haben vielleicht irgendwelche Gefühle – aber sie kümmern sich nicht darum, wie es dir geht. Mondrian

7.5.17

Noch was: Warum darfst du nichts sagen? – Deshalb, weil diese Männer genau wissen, daß es verboten ist, was sie machen. Sie kommen ins Gefängnis, wenn es rauskommt. Deswegen drohen sie den Kindern, daß die nichts sagen dürfen.

Leider geht es vielen Kindern so wie dir..

7.5.17

Warum kommen die ins Gefängnis? Mein Vati auch?

7.5.17

Das will ich nicht!

¹¹⁵ Die hier folgend deutlichwerdende Haltung von Kenny ist exemplarisch. Sie entsteht aus der Taktik der Täter, mit der alle Schuld den Opfern aufgebürdet wird und zugleich dissoziative Anteile entstehen, die dann von den Tätern für bestimmte Funktionen konditioniert werden.

Wird keiner helfen?

7.5.17

Du willst es nicht? Dann wird er weitermachen damit.

7.5.17

Ich wollte doch nur wissen warum Vati bestimmte Dinge mit mir macht doch du machst mir noch mehr Angst!

Warum?

Kenny

7.5.17

Ich will dir keine Angst machen. – Warum macht dir das Angst?

7.5.17

Nein Nein Nein! Du verstehst mich nicht! Ich will nicht das mein Vati ins Gefängnis muss! Ich möchte wissen was und warum es falsch ist!

Ich kenne doch die Männer nicht nicht alle von denen sind nur böse zu mir. Manche schenken mir was.

Kenny

7.5.17

Mehr kann ich dir leider nicht dazu sagen. Ich habs dir so gut gesagt, wie ich konnte.

7.5.17

Du kannst nicht sagen was falsch ist? Und warum es falsch ist? Wenn du aber sagst die müssen ins Gefängnis musst du doch wissen was die falsches mit mir machen! Wer kann es mir dann erklären?

Kenny

7.5.17

Also lässt du mich doch wieder damit allein!

Warum? Habe ich was blödes gesagt?

Kenny

7.5.17

Nein, ich lass dich nicht allein. Ich kanns nur nicht besser sagen!

Du hast gar nichts blödes gesagt. –

7.5.17

Deswegen spreche ich mit dir darüber weil ich es nicht weiß. Vati und die anderen sagen das es schön ist und ich es so will! Und das sie mir gar nicht weh tun wollen. Das wenn sie mir weh tun

Wird keiner helfen?

es meine schuld ist. Und das Vati mich mit zu den Männern nimmt ist etwas besonderes! Weil er mich liebt.

Ich denke man darf niemanden weh tun. Aber die sagen zu mir wenn ich mich nicht so anstellen würde würde es nicht weh tun. Also was mache ich falsch?

Kenny

7.5.17

Kenny, ich kann es dir nur so sagen: Sie lügen dich an. Auch dein Vati lügt dich an. DU hast Recht, daß es dir nicht gefällt.

Leider ist es so, daß du deinen Vati lieb hast – und trotzdem macht er Sachen, für die du ihn nicht lieb haben kannst.

Er hat dabei Gefühle, die ihm gut tun – aber so darf niemand mit Kindern umgehen.

Du hast mehr Recht als er, und als diese fremden Männer.

Es stimmt nicht, wenn er sagt, "wenn du dich nicht so anstellen würdest, würde es nicht weh tun"! Dein Vati nimmt dich nicht zu den Männern mit, "weil er dich liebt".

Du machst gar nichts falsch. Er und diese Männer machen etwas falsch.

Mondrian

7.5.17

Aber Eltern Lügen nicht!

Was machen er und die Männer denn dann falsch? Ich verstehe nicht! Was ist das falsche daran?

Bitte hilf mir zu verstehen. Warum halten die meinen Mund zu? Warum darf ich nichts sagen?

Warum ziehen die mir alle Sachen aus? Warum fassen die mich an? Warum machen die was in mich rein? Was davon ist falsch? Erkläre es mir! Was darf keiner wissen?

Kenny

7.5.17

Doch, Kenny, Eltern lügen auch. Sie sagen den Kindern, daß sie nicht lügen. Das stimmt aber nicht immer.

Das Falsche ist alles, was dir nicht gefällt. Erwachsene dürfen Kindern nicht den Mund zuhalten, dürfen sie nicht ausziehen gegen ihren Willen, dürfen sie nicht anfassen, wenn die Kinder es nicht wollen, dürfen nichts in dich rein machen. Das alles ist falsch – und die meisten Menschen auf der Welt sagen, es ist falsch.

Das alles ist falsch, weil du es nicht willst. Es ist dein Körper, niemand anders darf dran rummachen, niemand darf ihn anfassen, wenn du es nicht willst.

Dein Vati und diese Männer sagen dir, keiner darf es wissen, weil sonst andere Erwachsene dich schützen würden. Und das wollen sie ja nicht! Sie wollen ja weitermachen damit!

Mondrian

Wird keiner helfen?

7.5.17

Warum riecht es so komisch? Warum verhalten die sich so? Warum atmen die so komisch? Warum sind die erst lieber und werden immer böser obwohl ich glaub ich nichts mache? Warum machen die so schnell? Warum machen die das in meinen Mund? Warum sagen die schlechte Wörter?

7.5.17

Was der Geruch ist, weiß ich nicht. Es kann sein, daß sie etwas rauchen, durch das sie sich besser fühlen. Und sie kommen dadurch immer mehr in diese Handlungen hinein. So schnell machen sie, weil sie es so sehr wollen, weil sie es gut finden. Das alles, mit deinem Mund und mit deinem Körper an allen Stellen, das machen sie, weil sie sich selbst gut dabei fühlen. Auch die Wörter gehören dazu.

Aber es ist krank und böse – und sie benutzen dich nur dafür.

Zuvor Facebook:

6.5.17

Mondrian

Warum?

Warum tun Sie das?

Ich hatte gehofft Ihnen vertrauen zu können! Gehofft Sie helfen!

Doch Sie wollen Merle nur loswerden! Warum? Was hat sie getan? Was hat sie Ihnen getan? 😞😞



Amanda

6.5.17

Amanda, keine Angst bitte! – Niemand will Merle loswerden. Sie war überfordert. Dafür ist dann Ingrid in den Körper gegangen. Das ist ein Anfang der Zusammenarbeit zwischen euch. Nichts Schlechtes! – Aber ich habe das nicht "gemacht" – es ist selbständig in eurem System entstanden. Ich habe nichts damit zu tun – aber ich sehe es als guten Schritt. – Versuchen Sie, selbst etwas vom Außen mitzukriegen, bitte! Mondrian

19:29

Mondrian, ich kann Sie verstehen und bin Ihnen sehr dankbar für alles was Sie tun. Doch sie versteht wohl nicht so. Fühlt sich abgelehnt! Ist wütend! Sie wollen lieber mit den anderen sprechen.? Warum? Amanda

6.5.17

Amanda, daß Merle sich so schnell abgelehnt fühlt, hat mit den seelischen Verletzungen ihres Lebens zu tun. Auch Merle muß weiterlernen – und sie kriegt ja doch mit, daß ich immer wieder DA bin, auch für sie. – Es gibt unter den Anteilen so viel gegenseitige Ablehnung und Konkurrenz und Mißverständnis... da müssen alle lernen, daß sie gleichwertig sind – und einander nicht Konkurrenz machen sollten. Aber ich denke, es geht weiter. Ich will mit allen

Wird keiner helfen?

sprechen, alle sind mir wichtig – aber noch wichtiger ist es, daß die Anteile miteinander sprechen. Bin jedenfalls froh, daß zumindest Sie mich verstehen. Mondrian

6.5.17

Ja aber was kann ich tun? Es geht ihr schlecht, sehr schlecht! Und dem Körper auch! Amanda
Unter den Anteilen Ablehnung und Konkurrenz? Wie meinen Sie das? Amanda

6.5.17

Es gibt keinen anderen Weg als daß die Anteile zusammenarbeitet. Das habe ich schon oft gesagt. Ich will dazu beitragen, indem ich Informationen gebe – aber machen müssen Sie und müßt ihr das selbst. – Daß es bis jetzt noch nicht funktioniert, wird an der langen Zeit liegen, in der ihr alle isoliert wart. – Aber es geht doch weiter! Haben Sie nicht gemerkt, daß Ingrid gestern/heute den Körper übernommen hat und Alltag gemacht hat? Das war ein wichtiger Schritt! – Es kann niemals funktionieren, daß nur Merle außen ist. – Ablehnung und Konkurrenz: Wenn Merle denkt, ich will nur mit den anderen mailen, ist das Konkurrenzdenken. Und wenn Ronald (und andere Teenager) denken, Merle sei die Schuldige, ist das Ablehnung. – Und warum reden die Anteile nur mit mir – und nicht miteinander? Wissen Sie das? Mondrian

6.5.17

Ich weiß es nicht! Vermutlich zu viel Wut?

Sie sind genervt!?

Ja ich habe bemerkt das Ingrid draußen war. Warum sie aber Merle ersetzen soll verstehe ich nicht! Merle ist Amelies Mama!

6.5.17

Liebe Amanda, Sie wissen doch viel über DIS usw., glaub ich. Es gibt nur zwei Möglichkeiten: entweder ihr bleibt immer weiter isoliert voneinander – dann werdet ihr euch nie befreien können von den Tätern. Oder aber ihr erkennt, daß ihr zusammen in einem Körper seid, und haltet zusammen – dann ist Hilfe und Freiheit möglich. Und dazu gehört, daß mehr und mehr auch andere sich verantwortlich fühlen für Amelie und auch für das Außen. Diese Isolation der einzelnen Anteile hatten ihren Sinn in der Kindheit und Jugend, als es keine Möglichkeit der Befreiung von den Tätern gab. Aber jetzt, im Erwachsenenleben, ist Zusammenarbeiten nötig. Falls ihr irgendwann frei sein wollt. –

Nein, ich bin kein bißchen genervt. Ich weiß, daß es schwer für euch ist, das Neue zu verstehen – nach all den Jahren, in denen es anders war. Und zugleich die Drohungen der Täter. – Aber es geht weiter und ich bleibe bei euch, mit meinen Möglichkeiten. (Jetzt mach ich für heute Schluß, ok? (Muß dann mal schlafen!)) Mondrian

Wird keiner helfen?

Mail:

7.5.17

Hallo Mondrian,

Wie geht es Dir? Es ist schon wieder so viel Zeit vergangen...

Ich weiß immer gar nicht wie ich es benennen soll? Als ich zu mir kam? ... waren Amelie und ich im Kino. Was für mich eine Situation ist, die ich nicht ertragen kann! Zum Glück war der Film "Die Schlümpfe" fast zu Ende.

Um fünf wurde Amelie ja wie immer vom Papa abgeholt. Was alles sehr seltsam war und mir große Sorgen macht, Amelie hat sich so sehr an mich geklammert und geweint.¹¹⁶

Günther wird mir später noch schreiben, ich hoffe er bekommt etwas aus Amelie raus... .

Mir geht es leider nicht wirklich besser.... ich bin total müde und alles tut weh!

Und ja, Du hast recht! Ich werde nicht aufgeben auch wenn ich gern möchte! Doch ist das ja eh keine Option für mich... denn die lassen meine Amelie nur in Ruhe, solange ich mache was die wollen!

Was allerdings unfair ist, warum darf mein Vater Tod sein? Ohne jemals bestraft worden zu sein!
Merle

7.5.17

Hallo liebe Merle,

schön, daß ich wieder von dir höre. – Dir ging es in den letzten Tagen extrem schlecht, es war einfach alles zuviel für dich, denke ich. Deshalb hatte Ingrid den Körper übernommen und sich um Amelie gekümmert. (Es war wohl auch der Junge von deinem Bruder da.) – Ingrid und ich haben uns über vieles ausgetauscht. – Natürlich wäre es sehr gut, wenn ihr direkt Kontakt miteinander hättet, Ingrid und du. Versuch doch, sie zu rufen!

Später gab es noch viele Mails mit einem der Innenkinder, die damals in der Kindheit viel Schlimmes erleben mußte. Vielleicht hast du davon auch ein bißchen was mitbekommen (Co-Bewußtheit).

Es dauert sicher noch lange, aber es geht weiter, Merle. Es gibt so viele Anteile, die lernen wollen, die Welt und ihre Situation verstehen wollen. Das macht euch stärker, um euch einmal auch zu befreien (mit Hilfe von außen).

Versuch bitte weiterhin, die anderen innen zu erreichen, mit ihnen in Kontakt zu kommen! Ohne das kann es keine Befreiung geben.

Ich schicke noch eine Mail "an Alle", wegen meiner Termine in den nächsten 3 Tagen.

Aber heute bin ich noch da!

Gruß Mondrian

7.5.17 An alle

Hallo ihr alle!

Ich möchte euch nur sagen, daß ich morgen, Montag, bis Mittwoch den ganzen Tag auf einem Lehrgang bin. Deshalb kann ich an diesen 3 Tagen nur gegen Abend am Rechner nach Mails

¹¹⁶ Als ich später Amanda selbst im Kontakt mit ihrer Mutter erlebte, wurde deutlich, daß sie sehr in Sorge ist um die Mutter wegen der Flashback-Symptomatik und der häufigen Erinnerungsverluste.

Wird keiner helfen?

gucken. Da werde ich aber tun, und antworten.

Bitte denkt nicht, ich sei weg!

Mondrian

7.5.17

Und Du gehst doch Fragen aus dem Weg! Auf die Frage, wie es Dir geht bekam ich keine Antwort! Warum? Darf ich das nicht fragen? Darf mich das nicht interessieren?

Ingrid zu rufen habe ich schon versucht zu rufen, doch erreiche niemanden.

Mein Neffe ist zwei und so knuffig!

Darf ich fragen über was Ihr gesprochen habt?

Wie kommt es eigentlich, dass Du so viel für mich tust, ohne etwas von mir zu wollen? Merle

7.5.17

Hallo Merle,

die Frage, wie es mir geht, kann ich niemals in 1-2 Sätzen beantworten. Es gibt viele Aspekte in meinem Leben, und alle spielen da mit. – Ich könnte nur höflich antworten: "Mir geht es gut" – aber was ist dir damit gedient?

An sich ist es ok, wenn du dich auch für mich interessierst, ich hab auch keine Geheimnisse vor dir, aber ich hab heute schon viele Stunden Mails geschrieben mit anderen Anteilen von dir (Ingrid und dem Kind Kenny) – und mach immer zwischendrin meine anderen Sachen. Hatte z.B. gestern und heute meinen Bruder zu Besuch. Sei nicht böse, aber – irgendwo ist auch meine Kraft und Zeit begrenzt. Und die Hauptsache ist doch eure Situation, ich meine, die Hauptsache zwischen dir/euch und mir.

Versuchs immer wieder, andere Anteile zu rufen. – Ich erwähne es deshalb, daß ich mit Ingrid (oder anderen) gemailt habe, damit du siehst, es geht weiter auch wenn du grad mal innen bist und nicht viel mitbekommst.

Ingrid und ich haben uns viel über therapeutische Sachen unterhalten, wie Dissoziation funktioniert, welche Folgen Trauma haben kann, über den guten Kern, den jeder Mensch in sich hat.

Mondrian

7.5.17

Tut mir leid!

7.5.17

Es ist alles ok!

7.5.17

Wie kommt es eigentlich, dass Du so viel für mich tust, ohne etwas von mir zu wollen? – Ach, darauf hatte ich nicht geantwortet!

Ich möchte ein bißchen was Gutes in meinem Leben machen, etwas, was ich dem Schlimmen in der Welt entgegensetzen kann. Und ich merke immer wieder, wie sehr ich Menschen

Wird keiner helfen?

ernstnehmen kann, die versuchen, sich aus solchen schlimmen Lebenserfahrungen rauszukämpfen, zu befreien. Weil sie nicht oberflächlich sind, nicht lügen ... ja, weil es ihnen wirklich um das Gute in ihnen geht, sie darum kämpfen wollen. Und solche Menschen fühle ich mich nahe. Nicht solchen, die leben, um Karriere zu machen und Geld zu verdienen usw.

7.5.17 An Merle und alle

Liebe Merle (und wer das noch liest)!

Ich mach jetzt wieder meinen Abendspaziergang und geh dann ins Bett. – Morgen, wie gesagt, bin ich erst ab ca. 19h am Rechner.

Bis dann!

Mondrian

7.5.17 20:41

Gute Nacht!

Merle

7.5.17 22:29

Mondrian ich denke schon das ich Dich verstehen kann.?

Dir wird es so gehen wie Frau Z.. Ich bzw. wir sind Dir zu viel. Verständlich! Mir ist das auch alles zu viel! Du wirst mich auch früher oder später allein lassen.

Vermutlich kannst Du mir nicht helfen? Ich versuche schon so lange mit den anderen in Kontakt zu kommen, doch schaffe es nicht. Du sagst es ja immer wieder, das, dass das Wichtigste ist. Und solange das nicht geht, stehle ich Dir nur Deine Zeit.

Es gibt eben Menschen die schaffen es, andere derart in die Enge, in eine Art Falle zu treiben, dass sie nichts tun können!

Selbst wenn ich es schaffe Kontakt herzustellen, mich von den Tätern befreien zu können. Was dann? Dann holen die sich Amelie! Du weißt genau, an diese Täter, selbst wenn ich sie benennen würde, kommt keiner ran!¹¹⁷

Vermutlich kannst Du Dir nicht vorstellen, wie es sich anfühlt so gefangen zu sein! ?

Ich werde Deine MailAdresse löschen, damit Dich hoffentlich nicht andere von mir weiter nerven.

Es tut mir leid!

Ich danke Dir wirklich sehr! Merle

8.5.17

Nein, Merle, das stimmt so nicht.

Wir müssen uns halt nur immer abstimmen – das ist doch ganz selbstverständlich!

Jedenfalls fände ich es sehr schade, wenn der Kontakt zwischen uns kaputt geht. An mir soll es

¹¹⁷ Hier wußte Merle (die Mama) noch von den Tätern in der Gegenwart, später hat sie alles in diesem Zusammenhang rigoros verdrängt. (Auch Amanda und andere Beobachterinnen waren der Meinung, daß es eher Verdrängung als Abspaltung sei.)

Wird keiner helfen?

bestimmt nicht liegen!

Mir sind ALLE Anteile in deinem System gleichermaßen wichtig und ich möchte mit ALLEN Kontakt haben – mit jeder und jedem zu den Themen, die eben bei jemandem vorrangig sind! – um euch helfen zu können, euch zu befreien.

Andere in deinem System bemühen sich auch, genauso wie du – und so wird es weitergehen. Kein Grund zu resignieren, kein Grund, dich irgendwie zurückgestoßen zu fühlen von mir.

Aber entscheiden müßt du und müßt ihr, ob ihr mit mir zu tun haben wollt.

Ich lauf euch jedenfalls nicht weg.

Mondrian (grad zurück vom Lehrgang)

PS: Wenn du und deine Innenanteile befreit seid von den Tätern, ist niemand mehr da, der Amelie an die Täter weitergeben kann. Dann wird auch Amelie nichts geschehen.¹¹⁸

8.5.17 13:57

Du sagst das falsche ist alles was mir nicht gefällt. Das kann ich nicht verstehen. Vati sagt alles ist richtig die Männer sagen auch alles ist gut. Wenn es weh tut ist es meine eigene schuld. Also ist es doch mein Fehler. Was ich nicht mag und mir noch mehr Angst macht wenn das vier oder fünf Männer auf einmal mit mir machen. Dann halten sie mich fest das tut mir sehr weh und was soll ich da falsch machen? Und sie tun mir überall am Körper sehr sehr dolle weh sogar in meinem Popo. Und manchmal schlagen sie mich weil das was sie tun ich wohl falsch mache.

Aber sie sagen mir nicht was falsch ist nur schlechte Wörter.

Nein Vati sagt er nimmt nur mich mit weil er mich besonders lieb hat.

Warum wollen die damit immer weiter machen?

Ja sie riechen nach Rauch und Bier nach schwitzen und nach noch etwas, ich weiß nicht was. So wie sie riechen das mag ich nicht.

Du sagst sie fühlen sich gut wenn sie das mit mir machen wie meinst du das? Wie können schlechte Wörter dabei gut sein?

Kenny

8.5.17

Warum redest Du nicht mit mir? Bist du ärgerlich? Habe ich was blödes gemacht? Bitte lass mich jetzt nicht allein.

Kenny

8.5.17

Warum lässt du mich allein? Was habe ich falsch gemacht? Ich muss weinen kann nicht verstehen

Kenny

8.5.17

Hallo Kenny, ich war den ganzen Tag weg, das hatte ich gestern abend in einer Mail an ALLE geschrieben. Leider hast du es nicht gelesen!

¹¹⁸ Leider hatte ich den Ernst der Situation hier noch in keiner Weise begriffen.

Wird keiner helfen?

Denk dran, wenn ich mal nicht gleich antworte: ich hab dann was anderes zu tun. Aber ich beantworte jede Mail, so schnell ich kann!!
Ich laß dich nicht im Stich.
Mondrian

8.5.17

Hallo Kenny,
nein, es ist nicht dein Fehler! Nichts, nichts davon ist deine Schuld. – Die Männer (und auch dein Vati) belügen dich. Es mögen dich nicht, sie haben nur ihren Spaß an dem, was sie mit dir machen.
Es tut mir sehr leid, daß ich das sagen muß – daß auch dein Vati dich belügt.
Sie belügen dich, damit du alles mitmachst, damit du dich nicht wehrst. Damit du es ihnen leicht machst.
Ich verstehe auch nicht, wie Erwachsene sowas machen können, wie sie an sowas Spaß haben können. Aber es ist so. Viele, die Ähnliches erlebt haben wie du, haben es berichtet. Genau wie du. Es waren Kinder wie du, und auch ältere Jugendliche und sogar Erwachsene.
Wir können es nicht verstehen, du nicht und ich auch nicht. Aber ich muß dir sagen, es ist trotzdem so.
Mondrian

8.5.17

Doch ich wehre ich nochmal wenn es so viele Männer sind aber dann werden sie sehr böse auf mich.
Also sagst du in Wirklichkeit liebt mich niemand?
Aber warum machen die dann auch Fotos von mir? Das macht man nur von jemanden den man lieb hat.
Warum sollte mein Vati mich anlügen?
Danke das du mich nicht allein gelassen hast. Aber ich kann gar nicht mehr aufhören zu weinen!
Kenny

8.5.17

Danke aber ich habe immer so Angst das Du weg bist.
Kenny

8.5.17

Kenny, es ist alles ganz schlimm. Diese Männer lieben dich nicht, nein. Und dein Vati ist leider nicht besser als die fremden Männer. – Du wirst aber andere Menschen kennenlernen, die dich lieb haben. Es gibt Große in dir, die mir von dir erzählt haben, und die es auch gut meinen mit dir. Und ich auch.
Dein Vati lügt dich an, damit du gar keinen Versuch machst, abzuhaue.
Du hast recht zu weinen, es ist alles sehr traurig und schlimm. Aber es geht weiter – und du kannst mir immer schreiben und ich werde antworten.

Wird keiner helfen?

Und es gibt ein paar Große, und ich, die nach Wegen suchen, dich zu retten.

Mondrian

8.5.17

Also liebt Vati mich nicht?

8.5.17

Kenny, es kann sein, daß er dich auf der einen Seite manchmal mag oder lieb hat – aber daß ein anderer Teil in ihm diesen Spaß am Bösen hat. Trotzdem! – Menschen können verschiedene Teile in sich haben.

Ich weiß, es ist sehr schwer zu verstehen.

Mondrian

8.5.17

Also immer wenn Vati sagt er liebt mich macht er etwas falsches mit mir?

Alles nur Lügen?

Kenny

8.5.17

Es muß nicht immer eine Lüge sein. Manchmal hat er dich vielleicht wirklich lieb. Aber wenn er dir wehtut oder dich andern Männern weitergibt, dann liebt er dich nicht.

8.5.17

Warum haben Mutti und Vati meine Brüder lieb?

8.5.17

Ich weiß es nicht genau. Manche Menschen mögen keine Mädchen. – Aber vielleicht machen sie mit deinen Brüdern auch Böses, nur weißt du es nicht?

8.5.17

Was ich nicht verstehen kann wenn das was Vati und die Männer mit mir machen so schlimm ist das sie deswegen ins Gefängnis müssten warum machen die das dann? Die sind doch groß erwachsen die müssen doch wissen das es falsch ist?

Kenny

8.5.17

Erwachsene Menschen machen sehr vieles, was verboten sind und weshalb sie ins Gefängnis kommen würden, wenn es rauskommen würde! Sonst bräuchte es ja keine Gefängnisse zu geben.

Erwachsene tun bloß immer so, als ob sie nichts Falsches machen. Als ob nur die Kinder Falsches machen.

Wird keiner helfen?

8.5.17

Nein Nein! Nicht nur mein Vati liebt meine Brüder. Er spielt mit ihnen und hat mit ihnen Spaß. Auch Mutti liebt sie sie müssen niemals etwas machen. Alles muss immer nur ich machen. Mutti liebt mich nicht nur sie mag mich nicht mal ich glaube sie hasst mich. Ich versuche alles richtig zu machen. Immer! Doch ständig bekomme ich den ganzen Ärger die Jungs nie! Warum? Wenn ich sage das ich es nicht war sagen Sie nur ich Lüge immer nur! Kannst du verstehen ich bin immer allein muss immer weinen.

8.5.17

Aber warum? Warum mit mir? Wenn er mich doch gar nicht in Wahrheit liebt! Kenny

8.5.17

Kenny, ich kann es dir nicht erklären. Ich weiß nur, daß es Menschen gibt, die so böse sind. Nur das eine ist klar: daß deine Eltern zu dir sehr böse sind und waren, und daß du das nicht verdient hast.

Man kann böse Menschen nicht verstehen, – nur, wenn man selbst so böse ist. Und das bist du nicht und ich nicht.

Du kannst jetzt drüber reden (schreiben) und ich sag dir, es tut mir sehr leid, und es würde noch sehr vielen anderen Menschen sehr leid tun, wie es dir geht.

8.5.17

Ich will nicht das es dir leid tut ich will das meine Eltern mich lieb haben!

Kenny

8.5.

Ich kann es nicht machen, daß deine Eltern dich lieb haben.

8.5.17

Und was soll ich jetzt tun?

Kenny

8.5.17

Es gibt Große, die zu dir gehören. Du solltest versuchen, sie kennenzulernen. Zusammen könnt ihr euch befreien. Ich allein kann nichts ändern – nur, wenn die Großen, die zu dir gehören, mitmachen.

8.5.17

Nein es gibt hier nur meine Brüder und davon ist nur einer größer als ich.

Ich kann doch Vati sagen das er und die Männer aufhören sollen.

Kenny

Wird keiner helfen?

8.5.17

Du kannst es versuchen.

8.5.17

Hallo Mondrian,

Was genau stimmt so nicht?

AbStimmen? Wie soll das gehen? Ich kann es doch nicht kontrollieren! Ich weiß nicht was andere machen! Weiß nicht, warum ich ständig verschwinde!

Und eben genau das verstehst Du nicht! Die werden mich doch dann nicht fragen! Die werden sich Amelie einfach holen!

Ganz egal was ich tue, ich werde niemals frei sein! Merle

8.5.17

Merle, "abStimmen": das ist vielleicht ein doofes Wort. Ich meinte, daß ich dir erkläre, auf welche Weise ich euch zu unterstützen versuche, und daß du mich fragst, wenn dir etwas unklar ist. Niemand macht dir einen Vorwurf, wenn du Zeit verlierst! – Genau deshalb wollte ich dich doch informieren, was in dieser Zeit passiert ist (soweit ich es mitgekriegt habe).

Die können Amelie nicht "einfach holen". Die haben nur deshalb so viel Macht, weil sie euch belogen und übertrickst haben. Die allermeisten Anteile denken, die Täter sind allmächtig. Das sind sie aber nicht. Stark sind sie nur gegenüber Kindern und dissoziierten Menschen, die nicht viel mitkriegen können. –

Viele, die in der Gewalt solcher Täter waren, haben sich (mit Hilfe von außen) befreit. – Es stimmt nicht, daß du niemals frei sein kannst, egal was du tust. (Genau das haben dir die Täter eingeredet!)

Aber ihr könnt nur befreit werden, wenn ihr Kontakt miteinander habt (innen). Falls euch das nicht gelingt, gibt es wirklich keine Hilfe. – Denn die einzelnen Anteile sind nicht stark genug, auch du bist allein nicht stark genug.

Mondrian

8.5.17

Also willst Du mich nicht los werden???

Ich dachte mir schon das Du das nicht verstehen wirst. Mir nicht glaubst! Aber diese Männer sagen das nicht nur so, die wissen alles! Die wissen genau was ich mache wo ich bin!

WIE GELINGT ES MIR? WIE BEKOMME ICH KONTAKT?

Merle

8.5.17

Nein, ich will dich nicht los sein. Ich will euch unterstützen, – und das heißt, dir und allen deinen Anteilen.

Die Männer wissen nicht alles. Das ist falsch. Das haben sie dir eingeredet in der Kindheit und später immer neu.

Wird keiner helfen?

Wenn sie so viel wüßten, hätten sie es längst verhindert, daß verschiedene Anteile hier ständig mit mir stundenlang Mails schreiben.

Sie haben euch das eingeredet, damit ihr jede Hoffnung auf Rettung aufgebt.

Mondrian

8.5.17

Ich weiß leider nicht, wie du Kontakt bekommst. Ich sage es seit Wochen allen Anteilen, mit denen ich zu tun hab – aber mehr kann ich leider nicht tun. Das kann nur von innen, von euch aus, geschehen.

Vielleicht geht es nicht, weil ihr alle noch zu viel Angst vor den Tätern habt.

Mondrian

8.5.17

Ich kann nicht mehr schreiben, weil ich weinen muss!

Merle

8.5.17

Ach, du! – Heute nachmittag hab ich viele Mails gewechselt mit einem Mädchen, die noch ganz in der Erinnerung eurer Kindheit lebt. Die Eltern, die es nicht geliebt haben, sondern ... – Sie hat auch viel geweint.

Ja, laß uns für heute aufhören. Morgen bin ich tagsüber wieder in dem Lehrgang, aber ab 18h etwa kann ich Mails beantworten.

Bis dann,

Mondrian

8.5.17

Ich war immer ehrlich zu Dir!

☹️☹️☹️

Merle

8.5.17

Natürlich warst du immer ehrlich zu mir! Da dran hab ich nie gezweifelt! – Lügen tun die Männer, die Täter, – aber du und ihr lügt nicht. Das weiß ich.

Mondrian

8.5.17 22:20

Helfen bite tun weh halten fest böse helfe mir

Wird keiner helfen?

9.5.17 6:49¹¹⁹

Helf mir die lassen mich nicht gehen tun sehr weh böse Männer Bite helfen machen schmerzen angst hole mich raus Bit

9.5.17 16:29

Du kannst sie nicht retten! Sie gehört mir! Du wirst sie niemals bekommen! Sie hört auf mich! Du kannst nichts tun! Und das Geilste, sie schreit nie! Wer hat das schon? Das lass ich mir nicht nehmen! Lass sie in Ruhe!

9.5.17 19:15

Immer! Nie Lügen und Dich schon gar nicht.
Merle

9.5.17

Wie gesagt, ich kann Dich sogar verstehen, aber ich hätte mir gewünscht Du hättest es mir richtig gesagt. So hat es mich unheimlich verletzt! Vertrauen ist eben doch Sch... verletzt nur.
Merle

9.5.17

Hallo Merle, ich weiß leider nicht, was du hier meinst! – Ich sage dir (und allen anderen) immer alles so gut ich es kann. Aber es gibt manchmal Mißverständnisse zwischen Menschen. Du hast recht, Vertrauen kann enttäuscht werden. Aber wenn Menschen sich bemühen, einander zu verstehen, aufeinander zu achten, dann können solche Verletzungen wieder geheilt werden – eben wegen dem Vertrauen, das beide zueinander haben. Ich weiß, du bist unendlich oft enttäuscht worden, wo du Vertrauen hattest, seit der Kindheit schon. Ich verstehe, wenn du deshalb kein Vertrauen mehr hast zu jemandem. Aber ich versuche eben doch, deinem Vertrauen mir gegenüber jeden Tag neu gerecht zu werden, es zu verdienen. Entscheiden mußst du (und müßt ihr), ob ich euer Vertrauen wert bin.
Mondrian

9.5.17

Was ich meine?
Es war eine Mail im Papierkorb von Dir an Ingrid. Doch irgendwie habe ich wohl alle gelöscht... die ist jetzt weg.
Es stand drin, dass Ingrid mich ablösen soll und später für immer an meinen Platz treten soll.

¹¹⁹ Botschaft mit einem anderen Handy (das die Täter erst später entdeckten und dann zerstörten), während sie bei den Tätern war, oft eingesperrt in eine Kiste. Die folgende Mail des Täters (von Merles meist genutzten Smartphone) dokumentiert, daß der Körper noch während des ganzen Tages bei den Tätern war. Sämtliche Tätermails kommen zweifellos vom selben, dem "Vati"-Täter, eine Art Zuhälter, der sein Opfer offenbar bereits seit 30 Jahren ins einer Gewalt hat.

Wird keiner helfen?

Also willst Du mich los werden! Und ich kann nicht verstehen warum. Was ist denn nicht richtig mit mir? Was stimmt denn nicht mit mir? Warum willst Du mir nicht helfen? Was habe ich denn falsch gemacht? Dir getan? Du kennst mich nicht mal richtig, aber magst mich trotzdem nicht! Warum?

???

Merle

9.5.17

Merle, in der Mail stand wörtlich:

"Dadurch können Sie auch später leichter Merle I ablösen. Oder vielleicht sogar dauerhaft an deren Stelle treten, wenn es für sie derzeit zu stressig ist. "

Damit ist nicht gemeint, daß du irgendwie weg sein sollst!!!! – Aber Gesundheit und Stärke von Menschen, die Viele sind, liegt darin, daß sie einander ablösen können, wenn jemand keine Kraft hat. – Ich hatte den Eindruck, daß du sehr leidest und es dir sehr schwer fällt, zu glauben, daß du multipel bist. Ich habe es bei anderen Multis schon erlebt, daß sich die Aufgaben ändern, aus solchen Gründen. – Es könnte sein, daß du dich später auf die Beziehung mit Amelie konzentrierst, und wenn Amelie nicht da ist, jemand anders mehr im Außen ist. – Das war nur eine Möglichkeit, die in euch entstehen könnte oder auch nicht. Ich kann das nicht "machen" und würde es auch nicht wollen. Ich kann nur Vorschläge machen.

Es war aber vielleicht wirklich falsch, sowas auszusprechen. Es geht mich nichts an. Euer Leben ist euer Leben, ich bin nur ganz außen.

Aber mit anderen Multis konnte ich über solche Sachen reden (siehe auch das Buch von Petra Nürnberger, auf das ich dich glaub ich mal aufmerksam gemacht habe) und es konnte gemeinsam überlegt werden, wer ist wann draußen. Manche Multis machen dafür auch sowas wie Stundenpläne.

Wenn ich zu solchen Themen nichts sagen soll, weißt ich halt nicht, wie ich euch überhaupt helfen kann! – Ich sehs nach wie vor so, daß ihr nur dann stärker werdet, und Hilfe möglich ist, wenn ihr lernt, füreinander einzustehen und euch abzulösen, in vielen Situationen.

Was soll ich machen? Wieviel Hinweise und Vorschläge wollt ihr von mir? Ihr müßt es entscheiden. –

Und ich kann dir nochmal sagen: Ihr alle seid in einem Körper, seid ursprünglich EIN Mensch.

Und diesem einen Menschen mit seinem schlimmen Schicksal möchte ich gern helfen. Das heißt also, ALLEN Anteilen. Alle sind gleich wichtig. Und natürlich auch du.

Mondrian

9.5.17 An Merle und Alle

An alle, die das lesen: ich mach jetzt noch meinen Abendspaziergang und geh dann ins Bett. Morgen hab ich nochmal Lehrgang, tagsüber. Deshalb bin ich erst ab ca. 18h am Rechner und kann dann Mails beantworten.

Bis dann!

Mondrian

Wird keiner helfen?

9.5.17 21:20

Ich weiß es nicht! Weiß nicht wie weiter! Du hast recht, ich komme mit der ganzen Situation nicht zurecht, es ist mir zu viel, es geht mir nicht gut, alles tut so weh... !

Ich möchte mich gern darauf verlassen, darauf vertrauen können, dass Du weißt, was richtig für mich ist. Du hast doch Erfahrung damit.

Ich möchte das alles wirklich verstehen, dass musst Du mir glauben!

Um verstehen zu können was mit mir los ist. Eben ist alles soweit okay und dann, mein Körper ist schwach, schmerzt überall, blutet plötzlich und ich kann nicht mehr hören!

Bitte lass mich nicht allein. Hilf mir bitte. Es soll aufhören. Bitte ich brauche Dich.

Merle

9.5.17 21:23

PS Du hast mit allem was Du schreibst recht! Vielleicht sollte man es so machen.? Solange Du mich nicht los werden willst!

10.5.17

Hallo Merle, nur ganz schnell: Ich hab heute wieder Lehrgang, bin bis nachmittags also weg. Ab ca. 18h kann ich Mails antworten. Jetzt früh ist leider keine Zeit. Muß in 5 Minuten zur Bahn.

Daß ich Lehrgang habe, hatte ich gestern und vorgestern gemailt.

Bis bald! Du bist so wenig unwichtig wie jeder Anteil – zum Körper gehört ihr alle.

Mondrian

10.5.17

Merle, es ist wirklich eine sehr schlimme Sitation. An diesem Tag (gestern) war der Körper vermutlich wieder in der Gewalt der Täter; deshalb blutest du und fühlst dich schlecht.

Dieses Verstehen der Situation, dieses Umlernen dauert lange Zeit. Nicht nur bei dir, sondern auch bei allen anderen Anteilen. Ich hab gar nicht die Erwartung, daß du das alles so schnell verstehst! – Ich denke, wenn ich es dir und den anderen immer neu erkläre, werdet ihr es mit der Zeit verstehen und dann auch neue Möglichkeiten innen finden.

Ich lass dich und euch nicht allein. Ich weiß, wieviel es bedeutet, was für eine große Verantwortung ich für euch habe, – das ist mir bewußt. Ich versteh auch, daß du manchmal resignierst und spontan lieber den Kontakt mit mir abbrichst, als weiter diese Unsicherheit zu ertragen. Auch da denke ich, im Laufe der Zeit wird dein Vertrauen mehr werden.

Mondrian

10.5.17

Wenn du nicht mehr hören kannst, ist das leider nochmal eine Steigerung der Eingriffe durch die Täter. Ich vermute, bestimmte Anteile befolgen da ein Programm der Täter!– Aber es gibt vielleicht andere Anteile in dir, die sich besser abgrenzen können gegen die Täter.

Aber leider ist noch immer das Problem, daß ihr innen kaum Kontakt miteinander habt. Erst dann könntet ihr den Tätern besser ausweichen – und auch den Ausstieg vorbereiten.

Wird keiner helfen?

Nein, ich will dich ganz sicher nicht loswerden!! – Ich will nur nicht, daß du immer schwächer bist. Jetzt bist du einfach oft überlastet – deshalb sollten andere Anteile dir beistehen.
Mondrian

10.5.17 21:43

Bitte lass mich jetzt nicht allein.

Warum höre ich nicht mehr? Ich habe solche Angst! Bitte sag es mir, sag mir was mit mir passiert. Bitte
Merle

10.5.17

Ich vermute, die Täter haben einen Befehl an bestimmte Innenanteile gegeben, die das Hören blockieren. Genauso wie mit dem Sprechen.
Ich hoffe sehr, daß andere Anteile das wieder auflösen können! Hallo, falls ihr das lest!!
Es gibt vieles, was Innenanteile machen können – aber nur, wenn sie sich trauen, wenn sie die Angst vor den Tätern überwinden.

10.5.17 21:58

Bitte! Wie soll ich so bemerken wenn jemand kommt? Angst! ☹️

10.5.17

Wenn Täter kommen, kommt sowieso ein anderer Anteil nach vorne.
Aber ich bin jetzt auch ratlos, wegen dem Nichthören.

10.5.17 22:20

Ich bin nicht wichtig, wichtig ist doch nur mein Körper!
Ich bin allein ... ☹️☐☹️
Merle

10.5.17

Natürlich bist auch du wichtig. Ohne euch – alle Anteile – wäre der Körper tot. Alle Anteile gehören dazu.

10.5.17

Wie Du das meinst weiß ich nicht. Ich meine damit, dass es allen immer nur um meinen Körper geht! Es geht nicht um mich!
Merle

10.5.17

Für die Täter geht es nur um deinen Körper – da hast du recht!! (Ich hatte dich falsch verstanden.) Für die Täter geht es um keinen der Anteile in deinem Körper. Es sind alles nur Tricks, um den Körper mißbrauchen zu können.

Wird keiner helfen?

Leider ist ein Ausstieg aus der Gewalt der Täter nur möglich, wenn ihr Anteile zusammenarbeitet. Das weißt du ja. Und leider kann ich nicht viel machen, solange das nicht von innen geschieht.

10.5.17 18:16

Hallo Mondrian,

Ja ich dachte heute ist Dienstag. Wie Aber soll das gehen? Ich habe doch die ganze Zeit mit Dir geschrieben.

Heute ist Mittwoch und ich musste zum Schwimmen!

Warum kann nicht hören?

Ich habe Angst!

Merle

10.5.17

Merle, du hast am Dienstag nur ab 19h abends geschrieben. Tagsüber warst du nicht im außen – und leider war der Körper in der Zeit in der Gewalt der Täter.

Es wäre vielleicht besser, wenn jemand anders in den Körper gehen könnte und du dich innen ausruhen kannst? Ist nur ein Vorschlag. Was meinst du?

10.5.17

Bitte nicht ratlos sein. Hilf mir bitte...

Nicht sprechen ist schwer! Aber auch nichts hören können ist noch schwerer!

Ich hoffe so sehr das Amelie es nicht bemerkt hat... Bitte! Amelie kommt doch Sonntag wieder nach Hause. Du hast doch Erfahrung! Bitte...

Merle

20.5.17

Merle, meine Erfahrung hilft mir nicht viel, wenn die Anteile einer multiplen Frau nicht zusammenarbeiten. Das ist der erste Schritt – ohne den kann ich von außen nichts machen. Leider!!

10.5.17

Ja, ich möchte mich wirklich gern ausruhen. Bin sehr müde!

Aber wie soll das gehen?

10.5.17

Versuch, nach innen zu rufen, daß jemand dich ablösen soll.

10.5.17 ¹²⁰

Warum kann ich nicht bei Dir sein? Da wo es sicher ist.

¹²⁰ Die folgenden Mails kamen zweifellos nicht von der erwachsenen Merle, sondern eher von einem jugendlichen Anteil, der aber (noch) nichts von den Tätern wußte. Dies habe ich zuerst nicht bemerkt, deshalb meine paradoxe Intervention in der Folge. Am 11.5. klärte Amanda (die Beschützerin) mich auf.

Wird keiner helfen?

10.5.17

Ein Ausstieg geht nur, wenn andere Anteile es auch wollen. Denn sonst geben die Täter per Handy bestimmten Anteilen den Auftrag, den Körper wieder zurück zu bringen.

Es gibt sichere Wohnungen (Schutzwohnungen), aber sowas müßt ihr gemeinsam wollen.

10.5.17

Es tut mir leid, ich verstehe nicht was das bedeuten soll. Ich möchte sprechen und hören! Sicher sein keine Angst haben!

Bitte nicht ärgerlich sein. Nicht allein lassen!

Merle

10.5.17

Ich lass dich nicht allein, ich bin auch nicht ärgerlich, aber ich verstehe auch nicht, wieso du das nicht verstehst. Vielleicht kannst du konkret fragen, was du nicht verstehst?

Du bist nicht allein in deinem Körper – das weißt du doch? Und ihr alle, alle Anteile, seid nicht stark genug, um Widerstand zu leisten. Nur, wenn ihr miteinander Kontakt habt.

10.5.17

Ich verstehe nicht, was du meinst, wenn Du sagst, ich bin nicht allein in meinem Körper.? Ich bin doch allein hier!

10.5.17

Und hier ist auch keiner der mir was tut. Ich habe Angst weil ich nicht sprechen und nichts hören kann. Was meinst Du, wenn du Täter sagst?

Ja ich habe geblutet und habe Verletzungen, aber ich bin vermutlich gefallen.

10.5.17

Merle, wenn es für dich so ist, daß du allein bist in deinem Körper, und daß du nur hingefallen bist, dann kann ich dir diese Meinung nicht wegnehmen. Aber dann bin ich auch nicht der Richtige, um dir einen Rat zu geben.

Mondrian

10.5.17

Also lässt Du mich jetzt allein?

10.5.17

Merle, hast du diese Wörter auf der Mail unter meinem Namen gelesen, Dissoziation, Trauma usw. ? Du brauchst das doch nicht. Ich lass dich nicht allein, wenn du etwas von dem gebrauchen kannst, was ich kann und weiß. Aber so ist es nicht. Du bist bloß hingefallen – und du bist allein in deinem Körper.

Dann kann das Nichtreden und Nichthören ja nur eine organische Ursache haben, dann müßtest

Wird keiner helfen?

du damit zu einem Hals-Nasen-Ohrenarzt gehen! Davon verstehe ich gar nichts!

Mondrian

10.5.17

Was soll ich sagen? Was willst Du?

10.5.17

Du hast es doch gesagt! Daß du allein in deinem Körper bist, daß du nur hingefallen bist.

10.5.17

Nein bitte lass mich nicht allein! Bitte! Ich will Dich doch verstehen! Bitte!

10.5.17

Ich kann dir nicht immer neu dasselbe sagen. Aber ich bin da, ich geh nicht weg. Horch in dich hinein, vielleicht kannst du dann mehr davon verstehen, was ich meine.

Und bitte, ich muß jetzt noch ein bißchen was anderes machen. Ich bin vom Lehrgang nachhause gekommen und hab dann anderthalb Stunden mit dir gemailt. Laß uns morgen weiter schreiben, falls es etwas Neues gibt bei dir.

Mondrian

10.5.17

Ich brauche niemanden! Nur weil ich etwas nicht verstehe bist Du gemein zu mir!

11.5.17

Bist Du noch ärgerlich auf mich?

11.5.17

Wer bist du?

11.5.17

Also lässt du mich doch allein!

11.5.17

Wer bist du?

11.5.17

Merle.

Bist du noch wütend?

Wird keiner helfen?

11.5.17

Hallo Merle, ich bin oder war nicht wütend. Ich weiß nur nicht, was du und ich miteinander zu besprechen hätten! Du sagst, du bist nicht multipel und hast dich nur beim Hinfallen verletzt. – Ok!

11.5.17

Fein! Nun muss ich wieder weinen! Also lässt du mich allein?

11.5.17

Okay, ich kann nicht sprechen und nicht hören, aber ich bin nicht dumm!
Merle

11.5.17

Marlies

11.5.17

Hallo Marlies, was möchtest du von mir?

11.5.17

Warum lässt du mich allein? Es gibt keine Marlies! Das habe ich mir nur ausgedacht, weil du ja offenbar nicht mit mir reden willst!¹²¹

Das was ich zu sagen hätte würdest du eh nicht verstehen!

Alle Lügen nur!

Merle

11.5.17

Tut mir leid, Merle, für solche Späße hab ich keine Zeit. – Es gibt Anteile in dir, die sich Gedanken machen zum Thema Dissoziation, mit denen maile ich gern!

11.5.17

Muss dir nicht leid tun. Bin selber schuld wenn ich dir glaube das du helfen willst.

Ich weiß nicht was das bedeutet! Das habe ich dir gesagt! Für mich hat sowieso nie jemand Zeit also ist schon gut so. Du hättest nicht erst sagen sollen das du helfen kannst. Und richtig, ich weiß nicht ob ich gefallen bin. Ich weiß überhaupt nicht was passiert ist aber ich bin deswegen nicht dumm! Also fein dann lass mich eben allein! Das hier brauche ich auch nicht. Noch jemanden der mich verletzt!

Merle

¹²¹ Doch, später zeigte sich Marlies (eine Beobachterin). Merle hat wohl den Namen "innen" aufgeschnappt und jetzt nur benutzt.

Wird keiner helfen?

Facebook 11.5.17

Mondrian,

Warum tun Sie das? Warum gehen Sie so mit ihr um? Sie sagten, Sie würden alle Anteile gleich behandeln.? Dieser ist zwölf und versteht nicht! Wir alle brauchen doch Ihre Hilfe! Wollen Sie nicht mehr helfen? 😞 Amanda

11.5.

Merle ist die meiste Zeit Außen, aber sie weigert sich komplett, sich mit dem Viele sein und der Tätersituation zu befassen. – Was soll ich da helfen?? – Ich hab es jetzt so oft, und so vielen Anteilen gesagt: Die erwachsenen Anteile müssen aktive Verantwortung übernehmen für den Körper und zusammenarbeiten, um den Ausstieg zu ermöglichen. DANN kann ich DENEN auch weiterhelfen. Ihr Erwachsenen müßt mehr dazutun. Mit Anteilen, die sich nicht auf das Problem einlassen können, KANN kein Ausstieg gemacht werden. Das ist doch eigentlich klar? – Ich sags nochmal: ich kann nichts tun außer Infos zu geben, wenn ihr passiv innen zuguckt. Ihr müßt eure Kraft anwenden, um Körperzeit zu leben. Und miteinander kommunizieren. – Ich gehe nicht weg und werde immer wieder bereit sein, wenn von euch aus etwas geschieht. – Keine Therapie ist möglich mit Menschen, die es leugnen, daß sie Therapie brauchen, daß sie ein Problem haben. Und Therapeut ist nicht jemand außen, der euch "rettet" (das geht nicht!), sondern ist harte Arbeit für euch alle – und für die Therapeutin/den Therapeuten. Mondrian

11.5.

Noch was: ich habe heute wieder Nachtdienst und werde bald den Rechner ausmachen. Kann dann erst morgen wieder antworten. – Facebook kann ich in der Arbeit (falls ich Zeit hab).
Mondrian

11.5.

Das stimmt doch nicht! Merle, der Anteil der Amelies Mama ist, versteht und will etwas tun! Doch die Anteile hassen sie, helfen nicht. Deshalb hat sie keine Kraft.? Sie braucht Sie! Sie braucht Ihre Unterstützung um andere zu erreichen! Sie braucht Sie, jemanden dem sie vertrauen kann.! Sie reden ständig von Ausstieg, vielleicht sollte man sie nicht überfordern, mit Informationen überfluten!? Sie haben doch schon vielen geholfen! Warum uns nicht? Amanda

11.5.

Was meinten Sie oben mit "Dieser ist zwölf"? Wer ist 12? Kenny ist 9, mit ihr habe ich gesprochen in ihrem Zeitverständnis (redet vom Elternhaus als Gegenwart). – Merle ignoriert oder leugnet immer wieder, daß es Anteile gibt und daß es Täter gibt. Ich habe sie nicht überflutet, sondern ihr in den 2 Monaten oft dieselben wenigen Informationen gegeben. Merle will leider nach wie vor, daß ich ihr (allein) helfe. – Es gibt erwachsene Anteile, die sie nicht hassen, die auch mit mir geschrieben haben. Ich glaube, nur jugendliche Anteile hassen sie, weil sie denken, sie sei schuld. – Es führt kein Weg dran vorbei: es müssen erwachsene Anteile mehr Verantwortung

Wird keiner helfen?

übernehmen für die Befreiung. Merle ist dazu wahrscheinlich nie in der Lage – weil ihre Aufgabe nur ist, Mama zu sein. Mondrian

11.5.

Nein! Sie verstehen Merle nicht! Nicht den Anteil der Amelies Mama ist. Sie versteht und versucht mit anderen ständig in Kontakt zu kommen! Sie will das nicht nur für sich, sondern für Amelie! Sie weiß nicht viel von den Tätern. Aber über das multipel sein weiß sie viel. Wer 12 ist? Der Anteil der seit gestern mit Ihnen schreibt. Ich glaube es hat während des Schreibens gewechselt.? Warum sind so zu ihr? Ich hatte gehofft Sie verstehen... Amanda
PS Sie liegen falsch! Sie kennen Merles Willen nicht!

11.5.

Es ist sehr schwer, wenn Anteile während des Schreibens wechseln und ihren Namen nicht nennen. Wenn ein junger Anteil schreibt und weiterhin Merle unter der Mail steht, kann ich das nicht unterscheiden. (Ich weiß, es gibt noch eine Merle, die *Sie* sagt.) – Jedenfalls habe ich mich immer bemüht, so verständnisvoll zu schreiben, wie ich nur konnte, stundenlang ... aber es nützt alles nichts: **ein Anteil allein kann nicht Therapie machen, mit einem Anteil kann es keine Befreiung geben.** Es nützt auch nicht viel, wenn Merle "es für Amelie will". Sie müßte sich selbst als Teil des multiplen Systems erkennen. – Vermutlich muß es noch lange so weitergehen wie bisher. Bis vielleicht einmal andere erwachsene Anteile Verantwortung übernehmen. Mondrian

11.5.

Also geben Sie auch auf! ... Und sie hat ihren Namen drunter geschrieben. Sie ist 12 aber ihr Name ist Merle!¹²²
Merle weiß, dass sie ein Teil des multiplen Systems ist. Sie versteht es doch!

11.5.

Nein, ich gebe nicht auf. Aber ich schein der erste Helfer zu sein, der dauerhaft darauf bestanden hat, daß die Anteile Kontakt miteinander aufnehmen, weil anders keine Unterstützung möglich ist. Ich weiß, daß Multis diesen Innenkontakt herstellen können. Ich weiß nicht, wieso es bei euch soooo schwer ist. Aber es wäre unredlich, wenn ich Woche für Woche tröstende Mails schreibe und dadurch Hoffnung mache, die ich nicht einlösen kann. (Wie es eventuell die Therapeutin Frau Z. getan hat). – – Wenn der 12jährige Anteil auch Merle heißt, kann ich ihn nicht von der 41jährigen Merle unterscheiden! Die Anteile sollten eigene Namen haben.
Mondrian

[gelesen von Amanda 23:17]

¹²² Diese 12jährige war erst jetzt aus dem Innen gekommen. Sie nannte sich zunächst (auch) Merle. Zur Unterscheidung hat sie später den Namen Doris gewählt. Sie wurde zu einer der wichtigsten GesprächspartnerInnen für mich.

Wird keiner helfen?

Mails:

11.5.17 23:49

Keiner hilft mir du auch nicht! Meine Hoffnung warst du! Doch es ist dir egal! Irgendwas ist mit mir nicht richtig aber ich weiß nicht was und du hilfst mir nicht mich zu verstehen. Du willst nur das ich Dich verstehe! Du redest nicht mehr mit mir das habe ich nun verstanden! Werde immer allein sein, mein Leben, nichts wird anders!

Jetzt werde ich schlafen gehen und heute wird mich keiner wecken! Nie wieder!

Merle

12.5.17 12:40

Hallo Mondrian,

Ich kann nicht mehr hören! Warum?

Denkst Du es ist möglich, dass zur selben Zeit zwei Anteile im Außen sind? Sich deren erleben vermischt? Kann es schwer erklären, ich weiß, ein Flashback fühlt sich sehr real an, aber das was ich meine ist nochmal etwas anderes.

?

Merle

12.5.17

Hallo Merle,

das ist eigentlich ganz normal, daß mehrere Anteile zugleich im Außen sein können. Nur ist Übung nötig, es zu merken, einander zu erkennen und Verwirrung im außen zu vermeiden.

Daß zwei oder mehr Anteile zugleich im Außen sein können, heißt Co-Bewußtsein. Es ist eigentlich sehr wichtig, weil dadurch die Fähigkeiten von verschiedenen Anteilen zusammenkommen können.

Ihr solltet aufmerksam sein füreinander und dann im nächsten Schritt auch miteinander reden können (innerlich).

Ein Anteil sagte mir, daß es eine Merle gibt, die 40 ist und Mama von Amelie, und eine andere Merle, die 12 Jahre alt ist. Und daß in den letzten Tagen wohl beide durcheinander und abwechselnd mit mir geschrieben haben. Das konnte ich aber nicht merken, weil beide mit demselben Namen unterschrieben. – Es wäre besser, wenn alle unterschiedliche Namen hätten! Wahrscheinlich bist du eine von den beiden – aber welche?

Daß du nicht hören kannst, ist schlimm. Ich weiß nicht, warum das so ist. Entweder die Täter haben einen bestimmten Anteil dazu gezwungen, das Hören zu blockieren, oder es hat mit Streß zu tun. Nicht zu hören kann genauso ein dissoziatives Abspalten sein wie wenn Erinnerungen abgespalten werden. Eine Zeitlang war das schon früher so, während du oder ihr in der Klinik XY wart.

Es gibt vielleicht andere Anteile, die hören können?

Mondrian

Wird keiner helfen?

12.5.17

Verwirrung ist leicht gesagt. Es ist schon mehr! Es ist dann fast so, als ob ich in einem Flashback für eine Zeit feststecke. Verstehst Du ungefähr wie ich das meine? Es ist schwer zu erklären... es vermischt sich alles. Kann dann nicht unterscheiden, was ist jetzt und was war, also was ist der andere. Ja, dass klingt wirr!

Also ich bin 40 und Amelies Mama. Von einer 12 jährigen weiß ich leider noch nichts.

Namen geben? Geben die sich selbst Namen?

Also wenn der Zustand gut ist? Kannst Du mir bitte sagen, erklären wie ich damit zurecht komme ohne verrückt zu werden.

Warum sagt der andere Anteil der mit im Außen ist nicht was er möchte? Warum macht er mich stattdessen wirre?

Merle

12.5.17

Merle, ich glaube zu verstehen, was du meinst, weil ich ähnliche Beschreibungen von vielen Multis kenne. Es ist oft so am Anfang der Aufarbeitung.

Ich würde dir gern erklären, wie das zusammenhängt – und hoffe, daß ich dich damit nicht überschwemme.

Zuerst entstehen dissoziative Anteile in der Kindheit und Jugend. Sie sind ganz orientiert am Überleben in den damaligen Umständen (Täter). – Wenn dann der Körper erwachsen ist und manche Anteile auch erwachsen sind (wie du), entsteht natürlich der Wunsch nach einem erwachsenen Leben. Dazu passen aber die Anteile, wie sie entstanden sind, nicht gut. Deshalb entsteht ein Durcheinander, weil keiner mehr weiß, wohin er gehört, weil die meisten Anteile für eine ganz andere Situation entstanden sind. – Deshalb ist es jetzt nötig, daß die Anteile einander kennenlernen und so zusammenarbeiten, daß es zweckmäßig ist für dieses erwachsene Leben. – Und ihr seid jetzt am Anfang dieses Weges!

Der Anfang ist wohl immer der schwerste Schritt, weil so viel auf einmal gelernt werden muß, und auch weil total viel Angst und Wut in vielen Anteilen ist.

Das alles hat nichts, gar nichts mit Verrücktwerden zu tun – aber ich verstehe, daß es für diejenige, die meistens außen ist, sich oft so anfühlt!! – Genau deshalb sage ich immer wieder, daß andere Anteile dich unterstützen müssen, daß sie Verantwortung übernehmen müssen.

Du solltest versuchen, jetzt Stunde für Stunde und Tag für Tag einfach möglichst gut weiterzumachen, immer möglichst aufmerksam sein für alles, was voin innen kommt, immer auch nach innen rufen. Leider gibt es keinen anderen Weg.

Warum der Anteil dir nichts direkt sagt? Weil er selbst nicht Bescheid weiß. Wenn er im Außen ist, empfindet er es vermutlich ähnlich wie du: als durcheinander, oder wie einen Traum. Oder der Anteil merkt überhaupt nicht, daß noch jemand da ist! Das alles muß erst gelernt werden.

Falls das die 12jährige Merle war, in den letzten Tagen, dann habe ich ihr auch nicht geholfen – weil ich euch beide miteinander verwechselt habe. Das tut mir leid!! Aber es kam durch den gleichen Namen.

Wird keiner helfen?

Etwas sehr Hoffnungsvolles gibt es auf jedenfall: Das Vielesein ist entstanden als SCHUTZ für dich/euch/den Körper (also für diese Frau, die ihr seid) – und so seltsam und teilweise unangenehm sich einzelne Anteile verhalten, aber letztlich kämpfen sie doch alle darum, nicht Opfer zu sein und zu überleben. Leider verstehen manche nicht, daß ihr alle im selben Körper seid – aber das werden sie sicher noch lernen. Trotzdem lohnt es sich, immer neu an das Gute in euch, an das Gute in den Anteilen zu glauben und es anzusprechen.

Mondrian

12.5.17

Wahrscheinlich bist du eine von den beiden – aber welche?

Nein! Mir fehlt so viel Zeit! Ich erinnere mich, Dir wegen dem Taxi Schein geschrieben zu haben. Als ich in der Uniklinik über Ostern war.

Merle¹²³

12.5.17

Ja, dann fehlt dir wirklich sehr viel Zeit. – Ich hatte in all den Wochen mit anderen Anteilen unter dem Namen Merle zu tun, und auch Anteilen mit anderem Namen.

Wir müssen halt sehen, wie es jetzt weitergeht. Jedenfalls konnte ich in den Wochen einigen Anteilen etwas erklären – und kann nur hoffen, daß sie es nutzen.

Mondrian

12.5.17

Ich sehe ständig meinen Vater. Was ja nicht sein kann, er ist tot! Und das verrückte, ich rieche ihn...

Was auch anders ist, ich fühle extreme Wut! Und extreme Angst! So als ob gleich etwas Schlimmes passieren wird!

Ich werde schon mal sauer, aber das kenne ich so nicht...

PS könnte es die Zwölfjährige sein?

Merle

12.5.17

Ja, es könnte die Zwölfjährige sein, die nahe bei dir ist. Einmal hat jemand, der mit Merle unterschrieb, mir gesagt, der Vater hat sein eigenes Kind verkauft, und auch, daß sie "vermutlich alles weiß".

Daß die Anteile schrittweise auch die schlimmen Erinnerungen miteinander tauschen, ist gut so

¹²³ Viel später wurde deutlich, daß die Außenpersönlichkeit Merle (Mama von Amelie) offenbar in sich noch einmal gespalten ist in einen Aspekt, der von den Tätern immerhin weiß, wenn auch nicht emotional von ihnen betroffen ist, - und einen anderen Aspekt, der gar nichts von aktuellen Tätern weiß, sondern ausschließlich die Alltagsfunktionen rund um Amelie und die Wohnung wahrnimmt. Selbst innere Beobachterinnen und Beschützerinnen betonten, es seien nicht zwei Anteile, sondern derselbe. Auch sie konnten sich nicht erklären, wieso dieser Anteil Merle (Mama) manchmal etwas weiß, manchmal nicht. Es handelt sich hier wohl um eine gegenüber dem Ansatz der Strukturellen Dissoziation der Persönlichkeit (Van der Hart/Nijenhuis/Steele) noch weiter ausdifferenzierte 4. Ebene der Dissoziation der Persönlichkeit: daß eine ursprüngliche ANP ihrerseits nochmal ausdifferenziert wird in Sub-ANP und Sub-EP.

Wird keiner helfen?

und ein wichtiger Schritt der Aufarbeitung/Therapie. Denn das erleichtert die Anteile, die bisher die einzigen Träger der Erinnerung waren! Und dadurch wiederum entsteht Kraft, gemeinsam um das gute Leben hier und jetzt zu kämpfen.

Kannst du dir vorstellen, was ich meine?

Mondrian

12.5.17

Aber ich bin doch keine Kopie... ☹

12.5.17

Nein, niemand ist eine Kopie. Ihr seid alle individuelle Persönlichkeiten (oder Anteile, oder Teilpersönlichkeiten – es gibt verschiedene Begriffe dafür), und jede ist auch anders. Jede und jeder von euch ist entstanden in einer bestimmten Situation und hatte bestimmte Fähigkeiten und Aufgaben in einer Welt der Tätergewalt. Teilweise Aufgaben, die durch die Täter befohlen waren, teils Aufgaben und Fähigkeiten in eurem eigenen Interesse, gegen die Täter. – Bei anderen Multis ist es eher so, daß jede einen eigenen Namen hat (ja, die Namen geben sich Anteile meistens selbst, manchmal bekommen sie sie allerdings von Tätern). Daß bei euch mehrere Anteile Merle¹²⁴ heißen, hat vielleicht damit zu tun, daß ihr (als individuelle Anteile) bisher kaum Kontakt miteinander hattet – und nach außen auch nicht.

Mondrian

12.5.17

Ja ich kann mir vorstellen was Du meinst. Aber das würde bedeuten, dass das ganze Wissen, also auch die schlechten Erinnerungen auf mich geladen werden.?

Muss ich das alles wissen? Was soll ich dann damit anfangen? Wenn man überlegt, es ist auf viele aufgeteilt...

Warum sollte ein Vater sein eigenes Kind verkaufen?

Wenn ich es also schaffen würde, der Zwölfjährigen klar zu machen, dass jetzt eine Zeit ist... was soll dann passieren?

Geht sie dann wieder? Hört der Irrsinn auf?

Ich habe leider überhaupt keine Vorstellung, was weiter passieren soll! ???

Merle

12.5.17

Nicht einseitig auf dich geladen, sondern ihr alle könnt diese Erinnerungen miteinander teilen. Genau dadurch entsteht Gemeinsamkeit zwischen euch, und die gemeinsame Kraft, diese Erinnerungen als "Vergangenheit" zu erkennen und euch der Gegenwart und Zukunft zuzuwenden!

Sowas ging damals nicht, weil ihr Kinder wart und völlig hilflos. Deswegen mußten die schlimmen Erfahrungen aufgeteilt werden. Heute ist es anders, weil ihr ein erwachsenes Leben führen könnt. Ihr seid nicht mehr so hilflos wie damals – nur haben fast alle Anteile noch das

¹²⁴ der Name im Ausweis

Wird keiner helfen?

gleiche Gefühl der Hilflosigkeit, was zur Kindheit gehörte.

Du fragst nach dem Vater. – Also weißt du es nicht? Er hat das Kind selbst mißbraucht und es dann anderen Männern verkauft, damit die es auch mißbrauchen konnten. Leider ist das die Wahrheit. Mehrere Anteile haben es mir gesagt.

Wenn ihr alle mehr versteht von der Situation (nicht nur die Zwölfjährige, denn alle, sämtliche Anteil wissen nur einen Teil der Wahrheit), wenn ihr Kontakt habt miteinander, dann könnt ihr euer Leben gemeinsam regeln. Das funktioniert auch bei vielen anderen Multis!! Ihr könnt entscheiden, wer wann "Körperzeit" hat, wohin im Innen sich andere Anteile zurückziehen, was einzelne Anteile im Außen machen wollen (Spielen, Hobbies, Lesen, Haushalt machen, mit Amelie etwas machen usw.). Und nicht zuletzt auch: gemeinsam Therapie machen, um das Leid all der Jahre schrittweise auszuheilen, so gut es geht. ¹²⁵

Natürlich geht das alles besser, wenn sowas wie ein Therapeut/eine Therapeutin (die sich auskennt) euch bei diesem Weg unterstützt. Falls ihr keine bessere findet, kann ich euch dabei begleiten.

Mondrian

12.5.17

Mondrian es wäre sehr nett und hilfreich wenn Du mich weiterhin begleiten würdest.

Mit diesen Informationen muss ich jetzt erstmal klarkommen!

Merle

12.5.17

Selbstverständlich möchte ich dich und euch weiter begleiten! Ich weiß, daß das alles schwer zu verstehen oder überhaupt zu glauben ist, deshalb ists ok, wenn wir immer wieder mal drüber reden (schreiben). Das betrifft auch die anderen Anteile. – Aber ich weiß, daß es auch Persönlichkeiten bei euch gibt, die sich selbst schon mit diesen Themen beschäftigt haben, auch mit Fachliteratur. – Also, es geht weiter, von mir aus gern.

Wenn du (ihr) dann ab 8. Juni in der Uniklinik bist, wird es dir sicher leichter fallen, Auskünfte zu geben und mit den Profis dort dich auszutauschen, weil du (und ihr) in diesen Wochen schon an den Zusammenhängen gearbeitet habt.

Noch etwas gleich: Nächsten Montag (16.) bis Mittwoch bin ich nicht in Berlin und nicht am Internet. Da mußt du (und müßt ihr) leider ohne Antworten von mir auskommen. Ich beantworte aber hinterher alle Mails.

Jetzt am Wochenende bin ich noch hier.

Mondrian

12.5.17

Okay, es ist nicht die Zwölfjährige. Es ist ein kleines Kind, sie ist drei, ihr Name ist Lia.

Sie will das ich sie schütze! Sie wird offenbar geschlagen.? Sie ist schlecht zu verstehen.

¹²⁵ Hier lag mein grundlegender Irrtum. Für dieses System ist alles noch genauso schlimm wie in der Kindheit, da sie – wie im Laufe der folgenden Monaten deutlich wurde – lebenslang wohl kontinuierlich in der Gewalt der Täter waren und weiterhin sind! Aus diesem Grund konnte das Auflösen amnestischer Barrieren, Co-Bewußtsein und innere Kooperation nur ansatzweise entstehen und wenig konsistent bleiben!

Wird keiner helfen?

Was soll ich denn jetzt tun?

Sie ist doch eigentlich nicht wirklich da.?

ODER?

Merle

Vermutlich kannst Du es Dir nicht vorstellen, aber es macht mich total fertig. Aus verschiedenen Gründen.... !

12.5.17

Doch, Lia ist wirklich da, genauso wirklich wie du. Sie trägt frühe Erinnerungen mit sich, aber denkt, es ist noch Gegenwart, was sie damals erlitten hat. Wenn du sie anhörst und versucht, sie zu trösten – daß es besser werden wird, daß ihr gemeinsam Auswege sucht, dann bedeutet das schon viel für Lia. Dann ist sie nicht mehr so alleine.

Du kannst ihr nicht ausreden, daß es Gegenwart ist, was sie empfindet – leider kommt sowas ja auch wirklich noch vor in der Gegenwart. (Ich weiß nicht, ob du das weißt?)

Jetzt erstmal gehts nur darum, daß Lia nicht mehr so allein ist. – Vielleicht kannst du ihr den Vorschlag machen, daß sie sich innen ein Plätzchen sucht, in dem sie sicher ist. (Manchmal klappt das, aber nicht immer.)

Die anderen Anteile (auch Lia) sind wirklich da, genauso wirklich wie du selbst – aber dennoch seid ihr alle zusammen EIN Mensch und es bedeutet Heilung, wenn ihr mehr und mehr als Team euch austauschen und zusammenhalten könntet.

Versuch, es auszuhalten. Es ist sehr gut und richtig, was da jetzt geschieht. Ein ganz wichtiger Schritt!

Mondrian

12.5.17

Mondrian, ich muss Dir jetzt mal versuchen zu erklären warum es mich so verrückt macht! Und vermutlich hältst Du mich dann tatsächlich für verrückt!

Ich träume, und zwar schon seit langer langer Zeit, ständig von einem kleinem Mädchen. Das Mädchen liegt auf einem " Tisch?" Viele Männer stehen herum und das Mädchen schreit und weint! Doch ich stehe einfach nur da, tue nichts! Ich helfe dem Mädchen nicht! Ich schaue einfach nur zu!

???

Was bedeutet das? Ist das dasselbe Mädchen?

Wo finde ich diesen sicheren Ort für das Mädchen?

Wenn ich dafür nach Innen muss, bin ich dann wieder für lange Zeit weg?

Ich muss hier, im Außen erst noch einiges klären!

Merle

Boa total wirr!!!!

12.5.17

Leider war genau das Wirklichkeit in deiner Kindheit (in der Kindheit des Körpers). Es ist genau diese Art von Mißbrauch und Gewalt durch eine Bande von verrückten Verbrechern, die leider

Wird keiner helfen?

nicht nur du (die kleine Merle) erfahren hat.

Es ist genau der Weg des Miteinander Teilens und der Klärung, den ich meinte.

Dieses "Zuschauen" ist Dissoziation. Wenn unerträgliche Gewalt geschieht, spaltet sich das Bewußtsein – und **ein Teil des Opfers** guckt von außen drauf. Genau so fängt es an, daß Kinder Viele werden!

Es entstanden durch diese Situation zwei Anteile – das eine war Lia (oder auch noch andere), das andere war ein Anteil, der von der Situation wußte, aber eben nichts gespürt hat.

Daß du schon seit langer Zeit diesen "Traum" geträumt hast, heißt, daß andere Anteile diese Erinnerung mit dir teilen wollten! – Aber du konntest noch nichts damit anfangen, du wußtest nicht, was das wirklich bedeutet. (Das ist kein Fehler von dir, – das ist eben so, am Anfang: woher solltest du das wissen!)

Dadurch, daß Lia jetzt Vertrauen zu dir hatte, daß du sie angehört hat, fängt beides wieder an zusammenzuwachsen – ihr teilt eure Erinnerungen miteinander.

Den sicheren Ort für das Mädchen: Du kannst ihn vermutlich nicht finden, wenn du dich im Innen noch kaum auskennst. Du kannst Lia nur Mut machen, ihn innen selbst zu suchen. Es geht halt alles in winzigen Schritttchen weiter... und wird noch lange Zeit brauchen. Aber alle diese kleinen Schritttchen müssen gegangen werden.

Es gibt Anteile, die genau mitkriegen, was da jetzt geschieht mit dir. Vielleicht helfen sie Lia weiter.

Wenn du im Außen noch einiges klären mußt, was für euch alle, für den Körper und für Amelie wichtig ist, dann hast du ja wichtige Aufgaben außen. Und ich weiß, daß es Anteile gibt, die dich und Amelie und den Körper beschützen wollen und die auf deiner Seite stehen. Deshalb glaube ich nicht, daß du dann weggedrängt wirst. – Aber vielleicht kann für manche Situationen jemand von innen an deine Seite treten? Es ist wichtig, daß du dich nicht überforderst, wenn du zuviel außen machen willst. – Ich glaube, daß ich eine andere Merle überfordert hab mit all den Informationen, – das möchte ich bei dir nicht machen!

Mondrian

12.5.17

Also war es nicht meine Schuld? Ich konnte dem Mädchen überhaupt nicht helfen, weil ich das selbst war? Verstehe ich das richtig?

Die ganze Zeit denke ich immer ich hätte was tun müssen!!!

Wenn das aber alles wirklich war und mir passiert ist, ich weiß es doch aber nicht.

Und überhaupt, warum sollten Menschen so etwas mit einem so kleinem Mädchen um drei Jahren machen? Was soll das bringen?

Mir macht das alles echt Angst! Aber bitte, lass uns jetzt erstmal nicht davon reden was vielleicht heute passiert! Das macht mir noch mehr Angst, nimmt die Luft zum Atmen! Bitte!

Ich möchte das erstmal richtig verstehen.

Merle

PS vermutlich hältst Du mich für total naiv, aber ich verstehe so was nicht! Und vermutlich bin ich auch naiv...!

Wird keiner helfen?

12.5.17

Nein, Merle, du bist nicht naiv. Du bist ein gesunder Mensch, kein verrückter, kein gestörter, kein verbrecherischer. – Niemand, der nicht solche teuflischen Neigungen hat, glaubt, daß es sowas gibt. Ich habe es früher auch nicht für möglich gehalten.

Nein, Merle, nichts war deine Schuld. Du konntest dem Mädchen nicht helfen, weil du selbst es warst. Wenn ihr euch damals nicht gespalten hättet, wäre dieses Mädchen (du) gestorben oder verrückt geworden in dieser Qual. Nur durch die Spaltung konnte sie (konntest du, das Kind) überleben.

Und natürlich ging das Dissoziieren (das Abspalten) weiter. Es entstanden noch andere Anteile – alle in bestimmten Situationen. Alle haben sie bestimmte Fähigkeiten, und bestimmte Erinnerungen (oder gar keine).

Irgendwann war der Körper schwanger und dann bist du entstanden, um die Mutter des Kindes zu sein. (Wenn ich mich nicht wieder irre – du bist doch Amelies Mama?)

Klar dauert es, bis du diese Zusammenhänge wirklich verarbeitet hast. Wir können immer wieder drüber reden!

Mondrian

12.5.17

Ja ich bin Amelies Mama.

Merle

12.5.17

Darf ich Dich etwas direkt fragen? Aber ich möchte nicht das Du denkst ich bin blöd oder dumm!
Und doch, vermutlich bin ich naiv! Merle

12.5.17

Du bist weder blöd noch dumm noch naiv. Es ist eine extrem schwierige Situation für dich – das weiß ich – und ich möchte dich dabei unterstützen, so gut ich kann. Du kannst alles fragen.

12.5.17

Danke!

Es fällt mir schwer. Diesen Traum habe ich schon so lange, auch oft anders, aber immer ist es so, dass ich nicht helfen kann... Ich sehe sehr genau was die Männer mit dem Mädchen machen. Was ich nicht verstehe und das ist glaub ich schon naiv, aber wenn sollte ich das auch fragen.? Warum machen die Männer das mit dem Mädchen? Warum suchen die sich nicht eine Freundin? Warum die kleine? Was haben die davon?

Es tut mir leid, Du musst es nicht beantworten, ich schäme mich das zu fragen, aber ich würde es gern verstehen wollen.

Merle

Wird keiner helfen?

12.5.17

Merle, es gibt Menschen (vor allem wohl Männer), die Lust empfinden, wenn jemand anders vor ihnen Angst hat, leidet. Die Lust empfinden, wenn sie jemanden quälen. Und dazu gibt es Menschen (vor allem wohl Männer – aber es gibt auch Frauen), die nur oder vor allem für Kinder sexuelle Gefühle haben. Andere Männer haben Angst vor Frauen (im Zusammenhang mit Sexualität) – und vor Kindern (Mädchen) haben sie keine Angst.

Warum das so ist, kann man nur vermuten. – Natürlich leben nicht alle diese Menschen das aus, aber viele eben doch.

Du brauchst dich nicht zu schämen für diese Fragen – für die allermeisten Menschen ist sind solche Taten genauso unbegreiflich wie für dich!

Mondrian

12.5.17

Also machen die das alles nur wegen Sex?

12.5.17

Vor allem. Aber sie haben ja das Kind auch "verkauft" – an andere Männer, die es genauso mißbraucht haben. Und das ist dann der zweite Grund: Geld.

12.5.17

Ich verstehe das nicht! Wie kann ein Mensch für ein kleines Mädchen so empfinden? Dieses Mädchen ist doch noch so klein, so unschuldig, so zart!

Die tun das nur um Sex zu haben?

Wenn also ich das Mädchen war.? Kann ich es deshalb nicht ertragen, wenn mich jemand berührt? Oder noch schlimmer, Empfindungen an denen ich selbst schuld bin! Alles nur weil die Sex mit dem kleinen Mädchen wollten! Merle

12.5.17

Es läßt sich entwicklungspsychologisch einigermaßen verstehen, wenn Erwachsene erotische Gefühle für Kinder haben. Das ist noch nicht böse. – Aber wenn sie dann ihre erwachsene Sexualität ausleben bei Kindern, dann wird es böse, denn dann ignorieren sie, daß Kinder DAS gar nicht wollen. – Und wenn es dann noch mit Gewalt und Folter geschieht, kann man nur noch sagen, daß diese Täter nicht nur Verbrecher sind, sondern zugleich auch gestört, eigentlich keine Menschen mehr. Da gibt es nichts mehr zu verstehen! Finde ich.

Ja, es ist ganz sicher so, daß du deshalb nicht ertragen kannst, daß dich jemand berührt. Du bist zwar eine erwachsene Frau – aber das vergewaltigte Kind ist ja noch in dir, als Erinnerung, als Anteil (sogar mehrere Kinderanteile, die diese Erinnerungen haben).

Mondrian

12.5.17

Ich bekomme gerade fast keine Luft und Herz springt fast aus meiner Brust!

Wird keiner helfen?

Das was die da machen, und wir wissen ja nun, dass ich naiv bin, macht man doch nicht beim Sex!

Manchmal, wenn ich einen schlechten Film geschaut habe, wo es darum ging, dass ein Kind verletzt, vergewaltigt wurde und alle versuchen dieses Kind zu retten... dann denke ich an den Traum, und dann hoffe ich, dass Kind wird nicht gerettet! Ich wünsche mir dann so sehr, obwohl es ein Film ist, dass das Kind sterben darf!

Das ganze als Traum ist krass!

Aber das ganze als Vergangenheit...

Es wird dann immer von Therapie gesprochen, aber... mal ehrlich?

Im Moment, ich weine, es tut so unendlich weh, ist unbegreiflich! Ich möchte jetzt auch gern tot sein...!

Merle

12.5.17

Ja, es tut weh, sich auch nur vorzustellen, daß sowas geschieht. Und wenn jemand weiß, das ist mir selbst geschehen...

Ich verstehe, daß du manchmal auch nur tot sein möchtest, aus der Erfahrung, daß niemand das wirklich wieder gut machen kann!! Niemand kann es ungeschehen machen, diese schrecklichen Sachen, die dem Kind Merle geschehen sind.

Es gibt nur den einen Trost, die eine Hoffnung: wenn du in dich hinein horchst und GUTES spürst, – deinen Willen zu einem guten Leben. DU bist nicht böse, du (und die anderen Anteile) haben überlebt und das Gute in sich bewahrt. Einige Anteile von dir haben mir das schon gezeigt in ihren Mails.

Diese Täter sind Menschen, bei denen verbindet sich Sexualität mit Gewalt, Macht, mit der Möglichkeit, andere zu unterdrücken, andere zu quälen, über andere zu herrschen. All das. – Vielleicht hast du einmal etwas gelesen von den Tätern in Nazi-Konzentrationslagern. Oder auch woanders, auch in anderen Gegenden der Welt geschah und geschieht sowas: brutale Gewalt, Folter, – nur "aus Spaß" (für die Täter).

Ja, es gibt Therapie, es gibt einen Heilungsweg. – Seelische Wunden bleiben trotzdem immer, und Narben, Verletzlichkeiten. Aber ein gutes Leben mit Liebe und Freude ist möglich, und mit einer Aufgabe, die etwas Gutes in die Welt hineinbringt! Glaubs mir.

Mondrian

12.5.17

Merle, ich würde jetzt gern aufhören mit mailen – hatte Nachtdienst und bin ziemlich müde.

Morgen bin ich zuhause und antworte dann wieder auf Mails.

Paß auf dich auf! Bis dann!

Mondrian

12.5.17

Ja ich möchte Dir gern glauben!

Wird keiner helfen?

Jetzt wäre es gut Deine Stimme zu hören. Das würde mir sicher helfen mich zu beruhigen. Hören wäre jetzt schön! Zu blöd!

Merle

PS gute Nacht für Dich...

12.5.17

Es wird weitergehen und einmal wird das Hören wieder da sein. Du bist auf einem guten Weg – und das wird auch Einfluß auf andere Anteile haben, ihnen Mut machen.

Bis morgen!

Mondrian

13.5.17

Guten morgen Mondrian,

die kleine Lia geht nicht nach Innen, so wie ich sie verstanden habe, will sie bei mir sein, ich soll auf sie aufpassen, sie beschützen. Nur ist mir nicht klar wie oder was ich machen soll.?

Sie versucht mir etwas zu "erzählen" aber ich verstehe es nicht...

Es fühlt sich in der Tat so an wie mit einem wirklichen Kind. Ich kenne das von dem Jungen meines Bruders, er ist zwei und wenn ich ihn nicht verstehen kann, dann versucht er es ein paar mal und dann wird er sauer.

So ist Lia auch, nur wird sie nicht sauer, mehr wütend.

Warum träume ich diese blöden Träume immer noch? Warum sind die Träume jetzt noch lebendiger? In der letzten Zeit, als ich diese Träume hatte, habe ich den Schmerz des Mädchens fühlen können. Aber warum tun mir die Träume jetzt noch mehr weh? Die Träume rauben mir die Luft, es ist, als ob ich erstickte. Nicht im Traum, sondern in Wirklichkeit. Auch wenn ich dann wach bin, bekomme ich kaum Luft. Warum? Was passiert da?

Merle

13.5.17

Guten Morgen, Merle,

es ist alles richtig (und unvermeidbar), was du da erlebst. – Die Kleinen (nicht nur Lia) haben total Sehnsucht nach guten Eltern.. da sie ja nur schlechte, lieblose Eltern erlebt haben. Und es ist genau der richtige Weg, daß die Kleinen (Anteile) von Großen (Anteilen) "bemuttert" werden. Beschützen heißt für ein Kind vor allem: daß jemand zuverlässig da ist, daß es nicht allein ist, daß es Sachen erzählen kann. – Und deine Erfahrung mit dem Außenkind kann dir da sehr helfen.

Es ist natürlich, daß Erwachsene kleine Kindern nicht immer verstehen. Das Wichtigste ist aber, daß sie trotzdem da bleiben und dem Kind das Gefühl geben: ich bin für dich da, du kannst kommen, ich versuche, dich zu verstehen.

Andererseits müssen Kinder lernen, daß es nicht immer alles funktioniert, – daß sie manchmal nicht verstanden werden. Dadurch lernen sie ja auch, sich klarer auszudrücken. Lia muß und kann das auch lernen. Wenn sie nur weiß, daß sie bei dir willkommen ist ... dann gehts weiter.

Diese Wut von jüngeren Anteilen ist weitverbreitet in deinem/eurem System. Das hat vermutlich

Wird keiner helfen?

mit der speziellen Geschichte zu tun: so viel Verrat und Enttäuschung auch wegen Helfern. Das wird weniger werden, wenn sie erst merken, daß sie nicht mehr so isoliert sind, ahnen, daß es gut weitergehen kann...

Die Träume sind Flashbacks, und wegen der verschiedenen schlimmen (traumatischen) Situationen gibt es auch unterschiedliche Flashbacks. Im Laufe der Zeit werden wir verstehen, wofür sie stehen – jetzt kannst du nichts machen, als dir immer wieder klarmachen, daß es Erinnerungsgefühle sind. Und auch wenn du mit mir drüber sprichst (schreibst), wird das ein bißchen helfen. Weil ja auch du dann nicht ganz allein bist damit. – Alleinsein mit schlimmen Erfahrungen und Gefühlen macht sie noch schlimmer..

Merle, ich bin jetzt für etwa ne Stunde außer Haus. Hinterher gehts weiter!

Mondrian

13.5.17

Du hast gestern geschrieben, ich wäre " Gut".

Nun genau weiß ich nicht wie Du das meinst.?

Wenn es aber zum Beispiel um Amelie geht, denke ich, hast du recht. Ich verstehe nicht wie es Eltern oder überhaupt Menschen gibt, die Kinder schlagen können. Ich bin der Überzeugung, dass man Kinder ganz ohne Gewalt, ohne Macht sehr gut erziehen kann. Amelie, ganz egal wie klein sie war, ganz egal was sie tat oder tut, niemals habe oder würde ich sie schlagen. Nicht mal diesen " klapps" auf die Finger. Warum auch? Ich denke, Kinder, auch kleine Kinder verstehen sehr gut. Man muss es ihnen eben nur erklären.

Ich verstehe schon Eltern, Menschen nicht, die Kinder anschreien! Warum? Möchte man selbst angeschrien werden?

Diese Einstellung in den Köpfen der Menschen, dass Kinder, nur weil sie körperlich kleiner sind, keinen Respekt verdienen.

Ich verstehe das NICHT!

Wir leben in einer Zeit wo man denken sollte, die Menschen sind klüger!

Aber " Gut" finde ich das jetzt nicht. Eher normal.

Weißt Du, nach dem was Du mir gestern erzählt hast, habe ich mir überlegt...

... vielleicht hat alles einen Sinn?

Vielleicht, (Du sagst ich bin entstanden nach dem Amelie geboren wurde), hatte das einen guten Grund.?

Ich habe hier ein Buch (Michaela Huber, Der Feind im Innen), darin schreibt sie, dass das böse was einem Kind angetan wurde, weitergegeben wird. Dazu muss ich sagen, bin noch nicht sehr weit mit lesen.

Aber es würde doch Sinn machen? Ich bin entstanden, weil mein Körper "unser" Kind schützen musste! Damit wurde der Teufelskreis durchbrochen?

Nicht...?

Merle

Wird keiner helfen?

13.5.17

Hier bin ich wieder, Merle.

Daß du entstanden bist, nachdem Amelie geboren wurde, hab ich aus einer der Epikrisen von der Klinik XY. Dort hattest du das wohl gesagt (jedenfalls der Anteil, der draußen war – und da du dich als Amelies Mutter spürst, vermute ich, daß du es warst.) Was du schreibst vom durchbrechen des Teufelskreises, find ich wunderbar! Und vermutlich hast du recht. – Alle Anteile eines Menschen mit DIS haben im Tiefsten die Sehnsucht nach einem guten Leben. Diese Sehnsucht wird durch winzige gute Erfahrungen gestärkt (oft eine Oma oder eine Nachbarin, oder nur der Kontakt mit einem Tier, oder durch die Natur). Ich kann mir gut vorstellen, daß durch die Schwangerschaft bei vielen Anteilen das Bewußtsein entstand: DA entsteht in uns etwas GUTES, Reines, Unschuldiges – so ein Kind, wie wir ursprünglich auch waren. Und dann entstand eine Persönlichkeit (ein Anteil), in dem alles Gute, das in den Anteilen war, zusammengefaßt wurde – und dieser Anteil sollte dann die Mutter des Kindes sein.

Das würde erklären, daß du jede "erzieherische Unterdrückung" gegen Kinder so radikal ablehnst. – Vielleicht hast du recht, daß man ein Kind ganz ohne Gewalt, auch ohne Klaps auf die Finger, erziehen kann. Aber Gewalt, Druck ist halt so normal in unserer Gesellschaft, daß auch die allermeisten Eltern zu diesen Mitteln greifen, weil sie nichts anderes kennen.

Aber ich erlebe dieses "Gut Sein" auch bei anderen Anteilen von dir. Sie lügen nicht – sie irren sich vielleicht in manchem, aber das ist was ganz anderes als was als "Lüge" normal ist in unserer Gesellschaft. Und ich habe es auch mit anderen Überlebenden, die ich unterstützt habe (im persönlichen Kontakt) so erlebt. Dieses unbedingte Bemühen, ehrlich zu sein. Nicht oberflächlich zu sein. Etwas wirklich zu verstehen. Wirklich ein gutes Leben zu finden.

Nein, Merle, leider ist das, was deine innere Orientierung ist, keineswegs normal. "Normal" heißt ja, es ist die Norm, die Regel, es ist üblich. Und so gesehen ist es normal zu lügen, zu tricksen, egoistisch zu sein, oberflächlich zu sein, Geld hochzuschätzen, höher als Freundschaft und Liebe. (Es gibt einen Psychotherapeuten, der mir viel bedeutet, Arno Gruen, der ein Buch geschrieben hat mit dem Titel: "Der Wahnsinn der Normalität".)

Das Böse, das einem Kind angetan wurde, wird nicht immer weitergegeben. Grad bei dir siehst du die andere Möglichkeit. Michaela Huber meint die sogenannten "Täterintrojekte", meint die Tatsache, daß oft Opfer (auch Opfer-Anteile) zu Tätern werden, weil es leichter ist, Täterschaft auszuhalten als Opfersein. Das ist manchmal so, aber es ist nicht unbedingt so – und ich denke, nach meiner Erfahrung mit Überlebenden, das es meistens nicht so ist. (Wo sie aber über diese angeblich "bösen" Anteile schreibt, sehe ich es genauso wie sie. Deswegen hab ich dir und euch immer wieder geschrieben, es gibt keine "bösen" Anteile bei euch – auch die, die sich böse verhalten, sind hilflose, verzweifelt und wütende Kinder, die sich nicht anders zu helfen wissen.)

Den Teufelskreis durchbrechen ... das ist der wichtigste Satz in deiner Mail. Das gilt für euch ALLE. Ihr alle zusammen könnt den Teufelskreis der Gewalt durchbrechen, und dabei möchte ich euch unterstützen.

Mondrian

[Antwort auf diese Mail weiter unten 14.5.17]

Wird keiner helfen?

Facebook, Fr 12.5., 16:41

Es geht weiter! Danke für Ihren Hinweis auf die 12jährige Merle.

Facebook 13.5., 00:40

Hallo Mondrian, Es ist mir gelungen, den richtigen Anteil nach Außen zu "schicken" wenn ich das so sagen kann. Denn so einen Einfluss habe ich gar nicht! Das Merle sich um Lia kümmert ist gut. Aber das alles ist zu viel, sie weint immer noch. Sie kann nicht verstehen wie Erwachsene Männer so etwas mit einem so kleinem Mädchen machen können. Wie sie so fühlen können! Nur wegen der eigenen Bedürfnisse ein kleines Mädchen zerstören! Bitte, ich weiß, Sie tun schon so viel, helfen Sie, dass sie verstehen kann.... Der Schmerz etwas aufhören kann. Amanda

Facebook 13.5., 12:11

Ich bin dabei, Amanda! Gestern und heute entstand ein sehr wichtiger, hoffnungsvoller Austausch mit ihr. Vielen, vielen Dank daß Sie den richtigen Anteil nach außen geschickt haben oder daran mitgewirkt haben. Jetzt ist der Anfang gemacht. – Das Weinen gehört dazu zum Erkennen des Schrecklichen! Aber Merle bleibt jetzt nicht allein mit ihrem Weinen, ihrer Verzweiflung. Mondrian

Mails:

13.5.17

Vielleicht habe ich recht, dass man ganz ohne Gewalt erziehen kann?

Nein! Nicht vielleicht! Ich bin mir ganz sicher! Ich sehe es an meiner Amelie, sie so toll... Sie ist lieb, klug, solidarisch, sie weiß zum Beispiel das lügen falsch ist. Sie weiß bzw hat verstanden, wie wichtig es ist, dass ich bzw auch Papa ihr vertrauen können. Sie ist ein glückliches Kind! Ganz ohne Gewalt, ganz ohne Geschrei, ganz ohne psychische Gewalt!

Amelie ist fast neun und sie hat klare Vorstellungen... Sie möchte zum Beispiel ab der dritten Klasse in Computer gehen. Das Tanzen aufgeben. Was ich zwar sehr bedauere, aber es ist ihre Entscheidung. Meine Bedingung war, sie sollte es sich gut überlegen, (nach sechs Jahren Tanzen aufhören) und sie musste das Tanzjahr beenden.

Ich könnte ewig so weiter sprechen über mein Mäuschen...

Ich wünschte, Du würdest Amelie kennen.

Meine Sorge, meine Angst ist, dass ich Amelie schaden könnte!

Merle

13.5.17

Du hast recht, Merle, mit dem erziehen ohne Gewalt – allerdings halte ichs für noch wichtiger, daß sie, Amelie, ihren Eltern vertrauen kann. Ich hab keine Kinder, aber Kinder müssen Sachen ausprobieren – und da können sie nicht immer dran denken, was ihre Eltern davon halten!

Wenn aber die Kinder den Eltern vertrauen können, werden sie sich eher absprechen mit den Eltern – und dann entsteht dadurch langsam auch das Vertrauen der Eltern zu ihrem Kind.

Ja, ich sehe auch das Risiko, daß Amelie in Gefahr kommt. Wahrscheinlich nicht direkt durch

Wird keiner helfen?

Innenanteile, eher durch Täter.

Auch deshalb ist es wichtig, daß du (und ihr) alle Kraft einsetzt, irgendwann befreit zu sein!

13.5.17

Amelie vertraut mir. Sie weiß genau, sie kann immer zu mir kommen, mir alles sagen...

Papa vertraut Amelie leider nicht so. Aber ich denke es liegt daran das sie eben ein Mädchen ist.?

Darf ich fragen warum Du keine Kinder hast? Magst Du noch oder möchtest Du keine?

Was das Vertrauen zu Amelie angeht, ich vertraue ich total. Amelie würde mich nicht anlügen.

Wie meinst Du das...

Ja, ich sehe auch das Risiko, daß Amelie in Gefahr kommt. Wahrscheinlich nicht direkt durch Innenanteile, eher durch Täter.

Auch deshalb ist es wichtig, daß du (und ihr) alle Kraft einsetzt, irgendwann befreit zu sein!

....???

Merle

13.5.17

Merle, du weißt doch, daß es noch immer Täter gibt, die Zugriff haben auf deinen Körper? Das meinte ich mit den letzten Sätzen. Gestern hast du geschrieben, daß du davon jetzt nicht reden willst (oder warst das nicht du??), das ist ok – aber leider ist es eine Tatsache, die wir nicht ignorieren dürfen.

Warum ich keine Kinder habe? Weil ich mir irgendwann (mit 30) klargemacht habe, daß das Leben mit eigener Familie, regelmäßigem Geldverdienen usw. nichts für mich ist. Und daß ich deshalb Kindern kein Heim bieten kann, wie sie es verdienen.

13.5.17

Doch das war ich. Nur verstehe ich nicht genau was Du damit meinst. Ich meinte gestern, dass ich Flashbacks und Träume habe, die sich von denen wie zum Beispiel von wo ich denke, dass es Lia ist, total unterscheiden.

Was meinst Du?

Mit Amelie schaden meinte ich, dass es für Amelie sicher nicht gut ist, dass ihre Mama ständig krank ist, und vermutlich bemerkt Amelie auch wenn es einen Wechsel gibt.?

Das Du keine Kinder hast finde ich schade, aber vielleicht änderst Du Deine Lebensweise ja doch noch.?

Kinder sind so toll! Allein die Ehrlichkeit, die Reinheit, zuzuschauen wie sie lernen...

... einfach toll!

Merle

Wird keiner helfen?

13.5.17

Ach so, du meinstest, du wolltest von den anderen Flashbacks nicht reden. – Merle, leider sind es teilweise konkrete Handlungen mit Tätern HEUTZUTAGE. Du bekommst sie nur am Rande mit (über die Gefühle anderer Anteile, die du als Träume oder Flashbacks empfindest), aber andere Anteile müssen die Gewalt von Tätern erdulden. In dieser Zeit jetzt. Darin liegen Gefahren für Amelie.

13.5.17

Nein das ist doch nicht echt! Träume und Flashbacks sind doch nicht wirklich!

Ich verstehe nicht wie und was Du meinst.

Für Amelie ist keine Gefahr! Ich passe doch auf Amelie auf! Beschütze meine kleine!

Merle

13.5.17

Doch, es ist vieles davon echt. Es gibt Gewalt durch Täter. Leider geht es nicht nur um die Kindheit, sondern die Gewalt ging weiter. Ich weiß es von mehreren Anteilen. Aber du bist dissoziiert, abgespalten, wenn es geschieht.

Ich würde dir das so gern ersparen... aber es ist Wirklichkeit.

Bitte, versuch, es auszuhalten. Du bist nicht allein – andere Anteile schützen dich und wollen auch auf Amelie aufpassen. Und ich suche Möglichkeiten der Befreiung. Aber auch du mußt es erfahren.

Mondrian

13.5.17

Nein! Das ist doch nicht echt!

Warum sagen andere Anteile so was?

Merle

13..5.17

Es ist echt, Merle. Leider.

Mondrian

13.5.17

Jetzt wollte ich schreiben, dann müsste ich das doch wissen!

Du sagst, wenn das passiert, dissoziiere ich.? Okay das verstehe ich. Aber jemand müsste mein fehlen bemerken. ?

Was, wenn das gar nicht stimmt? Sondern die Vergangenheit vermischt sich mit der Gegenwart. Und es kommt den anderen Anteilen die das sagen nur so vor?

Ich bin erwachsen! Eine Mama! Das würde doch sonst heißen, es hätte niemals aufgehört!?

Ich habe viel über DIS und Dissoziation gelesen, aber sollte das über so viele Jahre möglich sein?

Wird keiner helfen?

Und überhaupt, woher sollten die "Täter" denn wissen wo ich bin?

Merle

13.5.17

Und was ja nun mal total dafür spricht das ich recht habe, Du sagst selbst, die wollen nur Kinder. Also wozu mich?

13.5.17

Merle, ich bin – trotz des schlimmen Themas – froh, daß du bereit bist, darüber nachzudenken und nicht mich ablehnst, weil ich dir das sage, sagen muß. Es ist schrecklich, sowas jemandem plötzlich sagen zu müssen, der nichts davon ahnte.

Ich will ganz konkret deine Fragen beantworten.

"Mein Fehlen": Während du dissoziiert bist (also "innen"), sind ja andere Anteile draußen. Es gibt Anteile, die die Gewalt der Täter empfinden müssen. Andere schauen nur zu (wie du damals in der Kindheit von außen zugesehen hast, was dir geschehen ist). – Es gibt auch Zeiten, in denen der Körper allein in der Wohnung ist, und außen ist dann ein Kind, das völlig hilflos ist und nicht weiß, was es in der Wohnung soll, wohin es gehört. (Auch so ein Kind hat mit mir schon gemailt.) – Ich vermute (und hoffe), daß die Täter nur in den Wochen auftauchen, wenn Amelie nicht bei dir ist. Aber ganz sicher weiß ich das nicht.

Manchmal hatte ich auch mit einer "Merle" gemailt, die Verletzungen hatte und schmutzig war und nicht wußte, woher das kam. Wobei aber auch sie direkt zuvor Zeit verloren hatte.

"Vergangenheit vermischt sich mit Gegenwart": Ich war in den ersten Wochen unseres Kontakts auch sehr unsicher, ob nicht das Schlimme, was mir berichtet und angedeutet wird, nur Erinnerung an Vergangenes war. Natürlich habe ich immer sehr genau gelesen und auch nachgefragt – und muß sagen, für mich ist jetzt klar, daß zumindest die älteren Anteile von der Gegenwart sprechen. Es gibt Kinderanteile, die tatsächlich von der Zeit im Elternhaus reden und denken, das sei noch Gegenwart. Aber das läßt sich unterscheiden.

"Niemals aufgehört" / "sollte sowas über viele Jahre möglich sein": Ja, leider. Der Vater hat das Kind Merle an andere Männer verkauft oder ausgeliehen – und weil ja damals schon die dissoziative Aufspaltung entstanden war, konnte das einfach so weiterlaufen. Bestimmte Anteile haben das Leid ausgehalten, andere Anteile haben es nicht gespürt. – Sicher sind das jetzt andere Täter... aber leider ist bekannt, daß sowas tatsächlich sogar über Generationen läuft! Auch ich betreue andere Multis, wo es so war. – Das dissoziative System der Anteile existiert und ändert sich nicht von alleine – nur, indem der Teufelskreis durchbrochen wird, indem die Anteile ihre Situation erkennen und (mit Hilfe von Menschen außen) dagegen ankämpfen.

"Wissen, wo du bist": solche Täter konditionieren oft einen oder mehrere Anteile, die ihnen Informationen nach außen geben, über Telefon oder Mail. Auch das sind nicht "Böse", sondern sie denken nur, daß sie keine andere Chance haben, daß die Täter allwissend sind und sowieso alles rauskriegen, und daß etwas noch Schlimmeres passiert, wenn sie nicht mitmachen.

Deine andere Mail: "das sie nur Kinder wollen". Ich hatte dir gesagt, das ist EIN Grund, nicht der einzige. Es gibt auch die Lust daran, daß sie andere (Schwächere) unterdrücken und Gewalt

Wird keiner helfen?

ausüben können. Und zwar bist du, der Körper, erwachsen, aber in der Gewaltsituation ist zweifellos ein Anteil im Körper, der sich sehr klein und hilflos fühlt! – Außerdem kann es sein, daß sie den Körper auch für Geld ausleihen (also Zwangsprostitution).

Du kannst das alles auch in einigen Fachbüchern nachlesen, auch auf online-Foren von Überlebenden. – Oder z.B. auch Jey, eine Überlebende (auch mit DIS), mit der ich zusammenarbeite, sie hat ihre Erfahrungen auf meinem Infoportal stehen: <https://dissoziation-und-trauma.de/jey>

Aber verlier bitte nicht die Hoffnung. Grade an Jey kannst du sehen: es ist zu schaffen. Es gibt Hoffnung, Hilfe, Unterstützung. Du bist nicht alleine.

Mondrian

13.5.17

Ich habe das gelesen. Wenn es bei dieser Jey so ist, tut es mir Wahnsinn leid für sie, aber bei mir irrst Du Dich!

Wenn ich weg wäre, müssten es doch Freunde oder Familie merken! Das mit dem dissoziieren habe ich verstanden. Doch das andere Menschen, Menschen so "abrichten" können, dass diese blind gehorchen, tut mir leid, dass glaube ich nicht!

Es stimmt leider, ich habe oft Verletzungen, aber mir fehlt dann auch viel Zeit. Was weiß ich was die anderen Teile die im Außen waren gemacht haben?.

Ich denke die anderen Teile die das behaupten irren sich!

Bitte sag mir, dass die und Du, dass ihr euch irrt! Bitte....

Merle

13.5.17

Merle, auch die anderen Anteile bemühen sich. Eine andere Merle hat mir mal geschrieben: "Laut meinem Kalender/Planer im Handy begleite ich jede Woche Mittwoch Amelies Klasse zum Schwimmen. Das wird morgen ein Problem, denn ich weiß nicht, kenne keinen... ??? "

Auch Ingrid war einmal einige Tage im Körper und hat Amelie zum Schwimmen begleitet, obwohl sie sie vorher gar nicht kannte.

Leider bin ich sicher, daß es so ist, wie ich sagte...

Mondrian

13.5.17

Es tut mir leid, ich verstehe Dich nicht!

Warum sagst Du mir so etwas?

Ich habe gedacht, ich könnte mir Dir reden, über alles, Dir vertrauen.

Es fällt mir schwer zu glauben, dass ich das kleine Mädchen selbst sein soll!

Doch Das! Kann Dich nicht verstehel! Glaubte Du möchtest mir helfen? Da sagt man nicht so schreckliches! Das kann ich nicht aushalten! Kann nicht verstehen!!!

Merle

Wird keiner helfen?

13.5.17

Liebe Merle, denk nochmal drüber nach, versuch, mit anderen innen in Kontakt zu kommen. Ich kann dir nichts anderes sagen als was meine Meinung ist, nachdem ich jetzt seit 3 Monaten mit ca. 12 verschiedenen Anteilen Mails schreibe, manchmal fünfzig pro Tag.

Aber denk dran, du hast auch eine Verantwortung für Amelie.

Es tut mir leid! Laß uns bitte aufhören – ich kann dir nichts sonst sagen.

Mondrian

Facebook 13.5. 14:00

Aber leider weiß auch diese Merle nichts von den realen Tätern heutzutage! Könnten Sie nicht helfen, damit jemand nach außen kommt, mit dem ich mich über die reale Gewalt unterhalten kann – und vor allem über Möglichkeiten der Befreiung? Mondrian

Facebook 13.5.

Mondrian, doch sie weiß es. Doch verdrängt es immer wieder! Sie muss es wissen! Bitte finden Sie einen Weg, dass es ihr bewusst wird und bleibt! Amanda

Facebook 13.5. 18:35

Ja, sie muß es wissen – aber es ist extrem schwer, diese Verdrängung aufzulösen. Grad bin ich ziemlich hoffnungslos, aber ich versuchs weiter. Mondrian

Mails:

13.5.17

Ja genau ich denke nach und denke das es wahr ist! Ich denke nur an Amelie! Immer!
Und genau das brauche ich jetzt, allein gelassen zu werden!

13.5.17

Merle, es ist keine gute Lösung, zu schimpfen, anzuklagen und ironisch zu werden, wenn jemand dir etwas sagt, was (wirklich) schwer zu akzeptieren ist. Hast du den Eindruck, ich meine es nicht gut mit dir und euch? Wozu verbringe ich seit 3 Monaten Stunden um Stunden beim Mailen mit dir und den anderen? Hast du so viele bessere Freunde? Kennst du andere, die sich auskennen mit DIS?

Wie erklärst du dir das Zitat der anderen Merle? Meinst du ich hab es erfunden? Oder ein Anteil schreibt es aus Witz?

Ich versteh gut, daß du das nicht wahrhaben willst. Aber es ist sehr gefährlich, den Kopf in den Sand zu stecken bei sowas.

Mondrian

13.5.17

Nein. Ich denke wirklich das es wahr ist.

Zu viel deutet darauf hin....

Wird keiner helfen?

Ich bin Dir dankbar für deine Zeit, aber es verletzt mich das Du es mir zum Vorwurf machst, mir vorhältst!

Freunde? Leider kann ich keinem trauen!!!

Jemanden der sich auskennt? Nun, alle schicken mich weg!!!!

Richtig du hast recht, viele Optionen habe ich nicht! Aber es mir vorwerfen...!

Diese ganze Situation macht mich bereits kaputt! Kann kaum atmen, es kaum aushalten! Warum musst Du mir also auch noch weh tun?

Kann Dich leider nicht verstehen!!!

Merle

13.5.17

Ich machs so gut, wie ich kann. Aber ich wünsch dir von Herzen, daß du bessere Helfer findest. Jedenfalls kannst du immer wieder schreiben, wenn du magst.

Mondrian

13.5.17

Also lässt Du mich nun allein?

13.5.17

Ich hatte geschrieben, du kannst mir immer schreiben, wenn du magst. Das ist meine Entscheidung und meine Verantwortung.

Aber du schreibst, daß du mit meiner Meinung nichts anfangen kannst. Das ist deine Entscheidung und deine Verantwortung.

14.5.17 12:05¹²⁶

Helfen tun weh halten fest böse Bite

14.5.17 16h

Helfe mir böse tun weh angst böse Bite

[Antwort auf eine Mail weiter oben, 13.5.:]

14.5.17 18:30

Hallo Mondrian,

Nein nicht vielleicht! Ich bin ganz fest davon überzeugt, dass man Kinder ganz ohne jegliche Form von Gewalt sehr gut erziehen kann. Ich sehe es an Amelie, sie ist ein wundervolles Kind!

Das was Du sagst, wegen dem Kontakt zu einem anderen Menschen, den habe ich leider nicht.

Denn ich kann hier keinem trauen! Was ich aber sehr mag, sind Tiere und ja, auch die Natur.

Aber eben nur da, wo keine Menschen sind!

¹²⁶ Die beiden kurzen Mails einer Kinderpersönlichkeit wurden vom anderen Handy (Samsung Mobile) gesendet, zweifellos wieder während der Gefangenschaft bei den Tätern. Solche Mails habe ich (fast) nie beantwortet, um die Täter nicht auf das Handy aufmerksam zu machen.

Wird keiner helfen?

Wenn Du aber recht hast, und das böse nicht durch Menschen die ebenfalls traumatisiert wurden, weitergegeben wird, wo kommen denn dann die ganzen bösen Menschen her? Warum hört die Gewalt, die Grausamkeiten nicht auf?

Und ja, es ist richtig. Menschen die Lügen mag ich überhaupt nicht! Ich bin der Meinung, dass man alles jedem ehrlich sagen kann. Es kommt sicher darauf an, wie man dies tut. Die meisten Lügen entstehen doch, weil man der Meinung ist, man müsste Rücksicht auf die Gefühle des Gegenüber nehmen.? Aber wirklich? Tut man ihm gefallen mit einer Lüge? Denn das kommt doch raus! Und dann...

Ja mein Ziel ist es, auch wenn das blöd klingen mag, dass es Amelie immer gut geht, sie glücklich ist, Amelie Eltern hat die sie lieben und wo sie sich sicher und geborgen fühlt!

Ich weiß nicht warum, habe keine Erinnerung an meine Kindheit, aber ich wünsche mir auch sehr, mich sicher und geborgen fühlen zu können. Wenn auch nur für fünf Minuten.... Klingt verrückt....!☹️

Zumindest denke ich, dass Du für mich sicher bist...

Merle

14.5.17

Hallo Merle,

ich hatte gestern geschrieben, daß nicht alle in der Kindheit traumatisierte Menschen zu Tätern werden. Aber auch, daß es manchmal so ist! Und ich denke tatsächlich, deswegen kommt es immer wieder zu solcher Gewalt... und jeder Mensch, der in der Kindheit Opfer von Gewalt war und selbst nicht zum Täter oder zur Täterin wird, durchbricht diesen Teufelskreis.

Was das Lügen angeht, so sehe ichs ähnlich wie du. Die Welt ist wie sie ist – und wer die Augen davor verschließt oder selbst lügt, der ändert die Welt dadurch nicht. Es ist ein Irrweg, eine Sackgasse. – Leider gilt das aber auch für die Tatsache, daß es in deinem Leben noch heute Tätergewalt gibt. Ich weiß, es tut dir weh, das zu hören – es ist ja auch schrecklich –, aber grade weil Amelie unbedingt geschützt werden muß vor Tätern, darfst du die Augen nicht davor verschließen.

Es gibt andere Anteile, die dir dabei helfen wollen – und ich auch.

Mondrian

14.5.17

Ich verstehe nicht wie Du das meinst.?

Dieser Anteil Lia ist doch klein, also aus der Vergangenheit. Du hast gesagt, es ist damals passiert.? Und die Träume, Flashbacks kommen daher.?

Amelie ist sicher! Ich beschütze sie doch!

Merle

PS wie bekomme ich diesen Anteil Lia wieder nach Innen?

14.5.17

Merle, wir haben vorgestern viele Mails gewechselt, und ich hab dir lange erklärt, daß DU jetzt eine AUFGABE hast, Lia anzunehmen bei dir. Daß es zur Heilung gehört, wenn die Kinder aus der

Wird keiner helfen?

Vergangenheit (deine Anteile!) jetzt angenommen werden in der Gegenwart! – Und außerdem, daß ein Teil der Flashbacks aus der Gegenwart kommt, – weil es leider auch in der Gegenwart Tätergewalt gibt.

Mondrian

14.5.17

Das verstehe ich doch. Ich kümmere mich auch um Lia, aber ich glaube sie raubt mir Zeit.? Ich kann mich nicht erinnern. Ich weiß noch das wir geschrieben haben...

Und es macht mich total fertig, ich kann nicht unterscheiden was jetzt passiert oder was war.

Flashbacks aus der Gegenwart???

TäterGewalt in der Gegenwart! Jetzt?

Wie soll das möglich sein? Merle

14.5.17

Hebst du die Mails nicht im Rechner auf? Das würde dir vielleicht helfen, dich zu erinnern. –

Nein, Lia raubt dir keine Zeit. Die Zeit verlierst du, weil du manchmal nicht im Außen bist, weil andere Anteile im Körper sind. – Die Hauptsache ist jetzt, daß du dich um Lia kümmerst und für sie eine Mutter bist. Ihr Geborgenheit und Sicherheit gibst, indem du sie beruhigst und tröstest.

Mondrian

15.5.17

Ja ich speicher die Mails, aber irgendwie ist alles weg... ? Gelöscht!

Das ich nicht immer im Außen bin weiß ich. Aber es ist anders als sonst...

Sonst fehlt mir nur Zeit, doch jetzt ist es so, als ob diese Zeit irgendwie mit den Erinnerungen von (vermutlich Lia) gefüllt ist. Das klingt wirr, aber ich weiß nicht wie ich es beschreiben soll?¹²⁷

Ich kümmere mich doch Lia, aber es ist anstrengend!

Merle

14.5.17

PS nicht am Laptop, sondern auf dem Smartphone. In meinen Laptop komme ich nicht mehr rein. Kenne das Passwort nicht. 🐱

14.5.17

Merle, wie auch immer es ist: Ich bin sicher, das wichtigste und beste, was du im Augenblick tun kannst, ist, dich um Lia zu kümmern, so gut du kannst. (Natürlich auch um Amelie, wenn die da ist!) – Das Vertrauen, das Lia zu dir hat, bedeutet viel – und es kann ein Anfang sein zu einem Heilungsprozeß, um den es ja geht.

Du schreibst, du kannst nur vom Smartphone schreiben. Manchmal steht unter den Mails:

¹²⁷ Die amnestischen Blockaden werden sacht durchlässig, wohl wegen des Kontakts mit mir.

Wird keiner helfen?

"Von Samsung Mobile gesendet" aber meist steht das nicht drunter. Aber ich dachte, Samsung Mobile ist das Smartphone, oder irre ich mich?

14.5.17

Nein, Du irrst Dich nicht. Sehr aufmerksam...

Was ich gar nicht verstehe? Denn das Samsung Mobile ist mein altes Smartphone. Das nutze ich nur noch zum Musik hören.

Jetzt schreibe ich von meinem normalen, aktuellen Smartphone.

Deine Antwort klingt, als ob Du genervt von mir bist?

Du hast mal gesagt, die Flashbacks bzw. Träume würden irgendwann Sinn machen.?

Doch wie sollen wir das rausfinden, wenn ich nicht unterscheiden kann und es mir zu viel Angst macht? Du es nicht wissen magst?

Merle

14.5.17

Hallo Merle,

mit dem Samsung mobile schreiben vermutlich andere Anteile – ist ja ok! Ich wollte es nur wissen. Denk nicht so oft, ich sei genervt. Ich bin es nicht – aber wahrscheinlich hast du oft diese Erfahrung gemacht, mit anderen.

Ich denke, die Flashbacks machen Sinn, und ein Teil des Sinns ist, daß in der Gegenwart auch etwas von Tätern geschieht. Ich weiß, daß dir das zu viel Angst macht und du dich deshalb nicht damit beschäftigen möchtest.

Das ist dann eben so. Ich hoffe, daß andere Anteile mit mir drüber schreiben können. Aber dich um Lia kümmern, das könnte möglich sein, und es ist auch eine sehr wichtiger Schritt der Heilung!!

So meinte ich es.

Merle, ich möchte jetzt gern Schluß machen. Ich muß morgen früh raus, weil ich für 3 Tage verreise und früh zum Zug muß. Ab Donnerstag bin ich wieder da und beantworte deine Mails und die der andern.

Ich schreib noch ne extra Mail deshalb!

Es geht weiter. Ich verlass dich und euch nicht. Wir schreiben weiter!

Bis dann!

Mondrian

14.5.17 An alle

Hallo Merle und alle, die das lesen!

Ich bin ab morgen (Montag 15.) bis Mittwoch (17.) einschließlich nicht in Berlin und lese keine Mails. Bitte wundert euch nicht, wenn kein Antwort auf Mails kommt – aber Donnerstag werde ich wieder antworten!

Bis dann!

Mondrian

Wird keiner helfen?

14.5.17 20h

Was soll ich jetzt sagen?

Hatte sehr gehofft mit Dir darüber sprechen zu können... aber ich verstehe natürlich...

Eine gute Reise für Dich!

... aber am Ende bin ich eben doch allein! Es mag nicht vorstellbar sein, doch es ist so viel in mir drin, dass es nicht auszuhalten ist, nicht zu verstehen ist! Du schreibst oft, es geht weiter. Doch habe ich Angst, dass es mal nicht mehr so sein wird. ...

Bis bald...

Merle



17.5.17 22:39

Hallo Merle, bin grade wieder ins Haus gekommen und schreib noch schnell einige Antworten an dich und euch. Dann muß ich schlafen, bin hundemüde.

Ja, du hast Angst, daß es mal nicht mehr weitergeht. Diese Angst nützt dir aber nichts! Sie blockiert deine Kraft, dich einzusetzen, DASS es wirklich weitergeht!

Mondrian

14.5.17

Ja tatsächlich, dass alte Smartphone hat sogar eine gültige, aufgeladene SIM Karte drin. Mit eigener Nummer. Wusste ich gar nicht. Woher wusstest Du das? ??? Nochmehr Fragen...!

Merle

17.5.17

Ich sags dir doch: ein anderer Anteil schreibt mit dem Gerät. – Da siehst du vielleicht wieder ein bißchen besser, daß auch andere Abteile aktiv werden im Alltag. Und sie sind nicht deine Feinde (obwohl manche von ihnen sich irren in manchem!).

14.5.17

Wie soll ich das denn schaffen? Allein!!!



Merle

17.5.17

DU BIST NICHT ALLEIN!!

15.5.17 02h

Du sagst, ich soll nicht denken Du wärst genervt. Es tut mir leid, aber ich habe Angst, dass Du plötzlich weg bist! Angst, dass ich Dir auch zu viel bin!

Die ganze Situation, mein ganzes Leben macht mir sehr große Angst! Vermutlich kannst Du nicht verstehen, doch es geschehen so viele Dinge die ich mir einfach nicht erklären kann. Ich weiß das es andere in mir gibt, aber das erklärt es trotzdem nicht.

Wird keiner helfen?

Menschen in meinem Alter sollten vermutlich andere Wünsche haben, aber ich wünsche mir Sicherheit, Ruhe und ein klein wenig Schlaf...

Seit heute habe ich meine Amelie wieder zu Hause. Doch alles ist wie im Nebel.? Alles ist unsicher. Auf einfachste Fragen, habe ich keine Antworten. Nicht weil ich dumm bin, nein, weil ich es nicht gemacht habe, nicht erinnere, nicht weiß! Das macht mich so wütend!

Ich liebe Amelie so sehr, würde für sie mein Leben geben. Doch Amelie triggert mich, so sehr... wir kuscheln und mir kommen Tränen, weil ich im Flashback bin.

Ich möchte Hilfe! Ich möchte das alles aufhört! Einfach Leben mit meinem Kind. Warum geht das nicht? Was ist so schwer daran?

Du schreibst, dass es in der Gegenwart Täter gibt.? Das verstehe ich nicht. Was hat das mit mir zu tun?

Merle

17.5.17

Merle, in deinem und eurem Leben gibt es in der Gegenwart Täter!! Nur kriegst du es nur am Rand mit (co-bewußt, also wie durch einen Schleier, oder wie im Traum oder wie als Flashback). Andere Anteile müssen es aushalten. – Deshalb mußt du den Kontakt mit den Anteilen suchen und sie mit dir, damit ihr stärker werdet. Auch wegen Amelie.

15.5.17 8:20 ¹²⁸

Böse Männer tun weh machen böses helfen mir lasen nicht gehen nicht los

15.5.17 13:40

Helfen böse fest weh Luft

15.5.17 22:47

Hallo Mondrian,

Immer dasselbe.... entschuldige bitte...! Muss es aber dennoch los werden, sonst werde ich irre! ... heute früh, ich weiß noch ganz genau, wecke Amelie um sechs, mache ihr Frühstück, trinke Kaffee, wir machen uns fertig, gehen wie immer Punkt sieben los zur Schule. Alles wie immer, die ganzen Eltern die freundlich grüßen... Amelie ist in der Schule. Ich geh zurück, (eine Mutter, wir haben uns angefreundet, versucht ein Gespräch mit mir, ich blocke aber ab, höre ja nichts, möchte nicht das sie es bemerkt) Richtung nach Hause. Ja und nun, nichts...!

Keine Ahnung was passiert ist...!!! Das nächste was ich weiß, es ist kurz vor drei, ich muss Amelie abholen.

Mir ist so übel, fühle mich Elend, habe Schwierigkeiten mich zu orientieren. Brauche eine Weile um zu begreifen wo ich eigentlich bin... befinde mich auf der anderen Seite des Flusses. Gehe nun über die Brücke, wieder dieses Derealisationserleben, nicht gerade gehen zu können, kaum sehen zu können und dazu kommt das Gefühl von allen angestarrt zu werden.!

Um das abzukürzen, es geht mir schlecht und ich weiß nicht warum!

¹²⁸ Zwei kleine Mails vom Samsung Mobile gesendet, d.h., vermutlich in Tätergefangenschaft. Siehe auch folgende Mail von Merle.

Wird keiner helfen?

... bin in der Schule, hole Amelie ab, wir machen zu Hause Hausaufgaben und ich gehe noch mit Amelie Inliner fahren. Amelie hatte trotz allem einen schönen Nachmittag, sie schläft, es geht ihr gut. Was für mich das wichtigste ist!

Aber ich komme nicht klar... denke nach! Das ich Zeit verliere ist nicht neu, aber was ist mit mir passiert? Warum geht es mir so schlecht? Schmerzen ist auch nichts neues, aber das jetzt? Und die Flashbacks! Es ist anders! Ganz anders...

Und, Lia ist weg. !

Ich habe so Angst! Bin eine Erwachsene Frau, eine Mama! Und doch, so große Angst! Auch Angst verrückt zu werden. Vielleicht sollte man mich einsperren?

Weißt Du, in Momenten wie jetzt, wo alles so total wirr, chaotisch ist, bin ich ganz froh das Du mich nicht persönlich kennst.

Merle

16.5.17 8:47 ¹²⁹

Helfen

16.5.17

Merle, am Mittwoch (gestern) um 8.20 und um 13.40h hat ein kleiner Anteil mit deinem samsung mobile um Hilfe gerufen:

"Böse Mäner tun weh machen böses helfen mir lasen nicht gehen nicht los" –

"Helfen böse fest weh Luft "

Und heute morgen kam auch eine ähnliche Mail vom Samsung Mobile.

Ich vermute, daß dich Täter abgepaßt haben, nachdem du Amelie zur Schule gebracht hast, und etwas mit dir gemacht haben. – Es gibt mindestens einen Anteil in dir, der mit den Tätern in Kontakt steht, weil er (oder sie) denkt, es wäre richtig so. Leider. – Genau deshalb mußst du mit den anderen Anteilen zusammenarbeiten! Nur dann ist Hilfe auch von außen möglich.

Mondrian

Facebook 16.5.17 21:09

Mondrian du hast gesagt du wirst helfen! Es hört nicht auf! Sie ist zu blöd wehrt sich nicht mal!

Ich habe versucht sie zu erreichen doch sie ist zu arrogant! Weiß alles besser! Du sagst immer wieder es gibt nur einen Körper. Warum machen die grausamen Männer mir Schmerzen, ihr aber nicht? Warum kann ich ihr Schmerzen machen, die ich nicht fühle?

Du weißt ich bin böse! Ich werde ihr wieder und wieder weh tun, so viel Hass und Wut! Doch habe ich auch Angst, bin müde. Die anderen die sind wie ich sind wütend auf mich! Die Männer grausam tun so weh! Machen mit mir ich weiß nicht mal was, warum, wozu!????????????? Möchte dir vertrauen, möchte schlafen

Schon klar, du wirst mir nicht helfen, habe und werde sie sehr verletzen, oder töten!!!

Ronald

¹²⁹ wieder vom Samsung Mobile.

Wird keiner helfen?

16.9. 22:13 Ronald

Warum antwortest Du nicht mal? Ich weiß schon, ich wir sind es nicht wert! Du wirst nicht helfen denkst ich habe es verdient! Ja genau!

17.5.17

Ronald ich hatte eine Mail "an Alle" geschrieben, daß ich 3 Tage lang nicht hier bin und nicht antworten kann!! Jetzt soeben bin ich wieder da und sitzt wieder am Rechner (muß aber nachher schlafen gehen). – Ich versuch jeden Tag neu, Merle zu erreichen und ihr zu erklären. Versuch es du bitte auch weiter!!!

Ich weiß, es ist sehr schwer. Sie ist nicht dumm, sondern sie ist ganz konzentriert darauf, das Kind zu beschützen. Deshalb macht sie die Augen zu vor dem Schlimmen. Wir müssen sie irgendwann erreichen, ihr und ich auch!

Sie ist nicht arrogant. Nein, das nicht. Sie hatte all die Jahre eine andere Aufgabe, nämlich nur im Außen zu sein. Sie kann sich Zusammenarbeit mit euch nicht vorstellen. Sie muß lernen, ja, aber nicht dadurch, daß du sie quälst.

Der eine Körper ist in viele Teile aufgespalten, die Unterschiedliches mitkriegen: Erinnerungen, Gefühle, Schmerzen. Deswegen kriegt sie nur sehr wenig mit von den Schmerzen.

Bitte, versuch es weiter im Guten. – Nein, du bist nicht böse, sondern verzweifelt und wütend – was ich sehr gut verstehe. Aber auch sie ist nicht schuld. Nur die Männer sind schuld.

Mondrian

Mails:

17.5.17 03:00

Hallo Mondrian,

Ich weiß du bist sehr böse und wütend auf mich und ich darf dir nicht mehr schreiben. Ich erwarte auch keine Antwort.

Weiß nicht weiter. Was ich tun soll. Morgen muss ich mit zum Schwimmen, aber weiß nichts, kenne mich nicht aus und ich bin so furchtbar müde! Keine Kraft mehr! Angst!

Ich versuche zu schlafen, aber die hören einfach nicht auf, lassen mich nicht in Ruhe, nicht schlafen!

Ich wünschte jetzt deine Stimme hören zu können!

So viel Angst! Deine Stimme hilft mir mich zu beruhigen...

Doch ich bin allein! Habe niemanden mehr! Merle¹³⁰

17.5.17

Hallo Merle,

ich bin überhaupt nicht böse und du darfst mir immer schreiben. – Ich war nur 3 Tage nicht am Rechner. Das hatte ich aber in einem Mail "an Alle" geschrieben. Leider hast du sie nicht gelesen.

Es gilt nach wie vor, du mußt immer wieder versuchen, die anderen innen zu erreichen. Sie versuchen es auch! Einzeln könnt ihr nichts gut machen, nur gemeinsam seid ihr stark.

¹³⁰ Die 12jährige Merle, die ab 18.6.17 Doris heißen wird.

Wird keiner helfen?

Ich gehe jetzt ins Bett, morgen kannst du und können die anderen wieder schreiben und ich antworte.

Ich lass euch nicht im Stich.

Aber ich kann auch nicht helfen, solange ihr nur einzeln seid, euch nicht kennenlernt!

Mondrian

18.5.17 05:30

Wirklich? Die sagen du wirst nie mehr mit mir sprechen!

Merle

18.5.17

Morgen, kleine Merle!

Ich werde immer mit dir und euch sprechen (oder schreiben) – bloß kann ich kaum helfen, solange du nicht auch Kontakt mit den anderen INNEN hast. Irgendwann wirst du und werdet ihr das aber sicher schaffen.

Mondrian

18.5.17

Also haben die ja doch recht du bist böse auf mich!

Was bedeutet innen?

Merle

18.5.17

Nein, es ist kein bißchen so. "Innen" bedeutet, daß in deinem Körper auch andere Ichs sind, du weißt es nur noch nicht. –

Wenn du mir schreiben möchtest, heißt das doch, daß es dir nicht so gut geht, oder irre ich mich da? Und "helfen" bedeutet, daß es dir (und den anderen Ichs) besser gehen kann im Leben, wenn ihr euch kennenlernt und zusammenhaltet. Dann seid ihr stärker.

Mondrian

18.5.17

Übrigens bin ich nicht klein!

Hatte gehofft du könntest mir helfen zu verstehen, erklären was los ist Merle

18.5.17

Hallo Merle,

ich möchte dir gern helfen zu verstehen, was los ist. – Das Wichtigste hatte ich dir in der letzten Mail gesagt: daß in deinem Körper mehrere Ichs sind, die sich aber meist nicht kennen. – Es gibt auch mehrere, die Merle heißen. Eine von ihnen ist 12 Jahre alt – ich dachte, du bist es?

Alle diese Ichs (oder "Anteile") haben bestimmte Situationen erlebt und haben verschiedenes Wissen über das eigene Leben. – Vielleicht könntest du mir sagen, was für dich unklar ist, was du

Wird keiner helfen?

erklärt haben möchtest?

Mondrian

18.5.17

Wie soll mir das helfen wenn ich die Welt hier nicht mal verstehen kann?

Merle

18.5.17

Dann frag mich bitte konkret, WAS von der "Welt hier" du nicht verstehst. Sonst weiß ich nicht, wobei du Hilfe brauchst.

18.5.17

Das mit den Ich's verstehe ich gar nicht!

Ja ich bin 12! Also nicht klein!

Ich verstehe nicht wo ich bin! Was mit mir passiert. Wo sind meine Eltern? Das kleine Mädchen...

Wer bin ich?

Wer bist du?

Wer sind die Männer?

Tausend Fragen...

Merle

18.5.17 An Merle (12)

Ok, dann schreibe ich ab jetzt (12) an den Namen, damit ich die Mails unterscheiden kann. (Weil ich noch von 2 anderen Merles Mails bekomme, die älter sind.)¹³¹

Meistens ist in einem Körper nur ein Ich, aber wenn dieser Körper viel Schlimmes erlebt, entstehen mehrere Ichs. Jedes von diesen Ichs weiß dann nur einen Teil von alldem, was geschieht. So war es auch bei dir. –

Du bist eines von den Ichs, und du hast sehr lange Zeit nicht viel mitbekommen von der Welt draußen, es war wie ein Schlaf. In dieser Zeit waren andere Ichs (andere Anteile) wach. Und im Laufe der Zeit ist der Körper erwachsen geworden. Deshalb gibt es auch erwachsene Ichs. Jetzt bist du wahrscheinlich aufgewacht. Es wird nicht leicht sein für dich, zu verstehen, in welcher Situation du jetzt bist. – Deine Eltern sind nicht mehr in der Nähe. Der Vater ist gestorben.

Das kleine Mädchen ist Amelie. Ein anderes Ich (eine andere Merle) ist ihre Mutter.

Ich bin ein Helfer, der sich mit diesem Viele Sein auskennt. Andere Ichs von dir haben mich gebeten, euch zu helfen. Ich wohne aber weit weg und wir schreiben uns nur Mails.

Die Männer sind nicht gut. Sie sind schuld an allem Schlechten in deinem und eurem Leben.

Mondrian

18.5.17

Warum antwortest du nicht Doris

¹³¹ Für diese Dokumentation wurde allen Anteilen Pseudonyme gegeben; Merle (12) heißt ab jetzt: Doris.

Wird keiner helfen?

18.5.17

Doris, ich hatte dir auf deine letzte Mail geantwortet! – Hier schreib ich meine Antwort nochmal auf: (...)

18.5.17

Das verstehe ich immer noch nicht! Was meinst du mit erwachsen?

Du irrst Dich, mein Vater ist nicht gestorben. Hab ihn gestern doch noch gesehen.

Ja Amelie kenne ich. Habe sie zur Schule gebracht, muss sie um drei abholen und war gestern mit ihr und ihrer Klasse schwimmen. Sie ist cool.

Warum sind die Männer schuld? Die sagen mir die sind lieb.

Was ich gar nicht verstehen kann, jetzt bin allein, keine Eltern, keine Männer, die kleine in der Schule. Wie passt das zusammen?

Es ist cool, bin raus gegangen, kann tun was ich mag, keiner verbietet was. Aber ich verstehe das alles nicht!

Bin ich wirklich?

Doris

18.5.17

Doris, es ist auch wirklich sehr schwer zu verstehen. Das alles paßt deshalb nicht zusammen, weil es nur zum Teil Wirklichkeit ist – zum Teil aber deine Erinnerung – und zum Teil gibt es LÜGEN.

Daß du deinen Vater "gestern" noch gesehen hast, bezieht sich auf die Zeit damals – und seither sind viele Jahre vergangen, in denen du nicht oder nur sehr selten wach warst. Diese Zeit haben andere Ichs durchlebt. Als du jetzt aufgewacht bist, hattest du natürlich die Erinnerung an die Zeit damals, bevor du "nach innen gegangen bist". (Nach innen gehen heißt, du kriegst nichts von der Außenwelt mit.)

Die Männer lügen. Sie machen schlimme Sachen mit deinem Körper und belügen dich und andere Ichs, damit ihr mitmacht und euch nicht wehrt. Und sie versuchen zu verhindern, daß du (und die anderen Ichs) mir schreiben.

Jetzt im Augenblick bist du wirklich "außen" (also kannst körperlich in der Außenwelt leben) und niemand will etwas von dir, und du kannst mir schreiben. – Das kommt daher, daß jetzt du die Aufgabe hast, auf Amelie aufzupassen, sie zur Schule zu bringen und mit ihr zum Schwimmen zu gehen. – Nächste Woche wird Amelie wieder bei ihrem Vater sein, und dann wird wahrscheinlich wieder ein anderes Ich "draußen" sein, nicht du. –

Mondrian

18.5.17

Hallo Doris, ich bin jetzt für ca. eine Stunde nicht im Haus – später kann ich wieder Mails beantworten.

Mondrian

Wird keiner helfen?

18.5.17

????

Nein wirklich! Ich habe Vati gestern gesehen lüge nicht! Ehrlich!

Die Männer haben mir gesagt du bist sehr ärgerlich und wütend und wirst nicht mehr mit mir reden. Doch die Männer und Vati will was von mir! Bin ich vielleicht weggelaufen? Möchte nicht zu ihm zurück!¹³²

Wenn die kleine hier weg muss, wohin? Warum? Wo gehe ich dann hin?

Ich komm schon gut mit der kleinen klar, muss ja eh ständig auf meine Brüder aufpassen. Und sie ist extra noch lieb und hat cooles Spielzeug!

Aber bin ich dann allein? Für immer?

Doris

18.5.17

Nein, Doris, es ist wirklich so: die Männer belügen dich.

Es ist leider so, wie ich sage. Du (also dein Körper) ist weitergewachsen, dein Vater lebt nicht mehr.

Die Kleine ist das Kind von der erwachsenen Merle (die ja auch in deinem Körper ist) und ist immer eine Woche bei dir/euch/Merle und eine Woche bei ihrem Vater.

Du bist nicht allein. Es gibt die anderen Ichs in dir, die du kennenlernen kannst, und ich lasse dich nicht im Stich. Und später wirst du andere Menschen kennenlernen, die dich mögen.

Leider sind diese Männer jetzt nicht gut.

Mondrian

Aber jetzt bin ich erstmal eine Stunde weg, ok?

18.5.17

Ich verstehe das nicht! Warum kümmert sich nicht die Mama von der kleinen um sie? Wann kommt die wieder?

Du sagst die Männer Lügen mich an. Aber die sagen die sind lieb zu mir!

Mein Körper ist doch nicht gewachsen! Ich bin doch zwölf! Was soll das heißen?

Doch und wenn ich weggelaufen bin wird er mich finden!

Was!? Wie soll ein anderer Mensch in mir sein?

???????

Ich verstehe das alles nicht! Bin total verwirrt! Hoffe es ist nicht wirklich nur ein Traum!

Eine andere Frage, warum kann ich nicht sprechen?

Erwachsene reden mich an kenne die nicht, warum?

Doris

¹³² Bereits hier wird deutlich, wie vermutlich bereits seit vielen Jahren der derzeitige Haupttäter (Zuhälter) mit dem realen Vater verschmolzen war. Um dies zu erreichen, läßt er sich "Vati" nennen. Der tatsächliche Vater, vor einigen Jahren gestorben, stand bei vielen Kinderanteilen für die Gewalt am Beginn ihres Lebens und für ihre hoffnungslose Unterlegenheit als Kind. Diese frühe Lebenserfahrung konnte der Täter durch die Selbstbezeichnung als "Vati" bequem übernehmen.

Wird keiner helfen?

18.5.17

Doris, ich weiß, es ist alles sehr schwer zu verstehen. Ich kann es dir nur so sagen, wie ich es weiß. Und ich habe ziemlich viel Erfahrung mit Menschen, die "viele sind". Ich weiß, es bleibt trotzdem kaum glaublich für dich. – Aber mit der Zeit wirst du wahrscheinlich merken, daß etwas dran ist, was ich sage. –

Die Mama von Amelie ist ein anderes Ich, das auch in deinem Körper ist. Also, Amelie ist ein Kind von diesem Körper, der auch dein Körper ist. – Eigentlich gehört also Amelie auch zu dir. Und da du jetzt "außen" bist, also in der Außenwelt, ist es jetzt deine Aufgabe, dich um Amelie zu kümmern. Irgendwann wird wieder ein anderes Ich das übernehmen.

Wenn du mit Amelie in der Öffentlichkeit bist, wirst du vielleicht sehen, daß dein Körper wirklich ein erwachsener Körper ist, daß du so groß bist wie andere Erwachsene. – Vielleicht hast du aber in dir noch die Erinnerung an deinen 12jährigen Körper und wirst es nicht erkennen. Das kann sein.

Ein Mensch besteht aus dem Körper und dem Bewußtsein, also das Denken und die Gefühle und das Wissen usw. – Meistens wachsen die Gefühle und Gedanken in der Kinderzeit so zusammen mit dem Körper, daß der Mensch ein einziges "Ich" hat – manchmal wachsen sie nicht so zusammen mit dem Körper, dann entstehen mehrere Anteile, mehrere Ichs.¹³³ Trotzdem bist du ein einziger Mensch, also ein Körper.

Bis vor einiger Zeit konnte der Körper sprechen. Daß du (und auch andere Anteile) nicht sprechen kannst, haben wahrscheinlich die Männer gemacht. Sie haben anderen Ichs so viel Angst eingejagt, daß das Sprechen verstummt ist. – Ich bin aber sicher, es kommt einmal wieder heraus!

Die Menschen, die dich in der Öffentlichkeit ansprechen, haben mit anderen Ichs von dir zu tun gehabt. Aber natürlich wissen sie nicht, daß es mehrere gibt in deinem/eurem Körper. Ich weiß, daß das ein Problem ist für dich. Ich hoffe, daß bald mal andere Anteile dich unterstützen.

Mondrian

18.5.17

Irgendwelche Männer reden mich voll, wollen das ich den meine Nummer gebe.

Was soll der Quatsch?

18.5.17

Gib ihnen nichts, keine Nummer, nichts. Sie wollen dir nichts Gutes!!!!

Mondrian

18.5.17

Du willst sagen ich bin die Mama von Amelie?

Aber ich bin zwölf doch selbst ein Kind! Bin nicht erwachsen, sehe es genau im Spiegel!

¹³³ Üblicherweise reden TherapeutInnen von Persönlichkeiten oder Anteilen. Weil bei diesem multiplen System zunächst derart wenig Kenntnis vom Vielesein bestand, habe ich in den ersten Monaten von "verschiedenen Ichs" gesprochen. Nur als Anteil von etwas anderem bezeichnet zu werden, ist erstmal irritierend und wenig wertschätzend.

Wird keiner helfen?

Ich bin zu dumm ich verstehe Dich nicht. Nicht böse sein.

Doris 😊

18.5.17

Doris, ich weiß, es ist sehr schwer zu verstehen. Du siehst im Spiegel das, was in deinem Kopf ist. Das ist nicht die Wirklichkeit. In Wirklichkeit siehst du so aus (guck im Anhang).¹³⁴
Aber du bist kein bißchen dumm! Es ist extrem zu verstehen, das weiß ich. Ich bin nicht böse, wenn du etwas nicht verstehst. Ich bin für dich da, nicht du für mich. Wenn du es nicht gebrauchen kannst, was ich dir schreib, kannst du dich dagegen entscheiden. Ich will nix von dir.
Mondrian

18.5.17

Na die reden mich voll. Aber ich geh einfach weg! Weil es mir Angst macht!
Doris

18.5.17

Es ist sehr gut, daß du auf deine Angst hörst!!

18.5.17

Nein, ich glaube Du bist anders du redest mit mir willst das ich dich verstehe. Vati und die anderen wollen nur anderes. Mutti will nur das ich ihre Arbeit mache. Mich um alles kümmern. Ich glaube Du bist an mir interessiert. Ich verstehe zwar nicht warum?
Ich will verstehen was Du mir erklärst wirklich. Doch auf dem Foto ist eine Frau! Nicht ich? Denkst Du aber die kleine sieht mich wie auf dem Foto? Denkt wirklich ich bin ihre Mama?
Doris

18.5.17

Danke! Ich werde mir viel Mühe geben, daß ich dich nie enttäusche. – Du hast recht, deine Eltern haben es leider nicht gut mit dir gemeint.
Ich bin an dir interessiert, weil ich Menschen unterstützen möchte, denen es schlecht geht, die unterdrückt werden. Und das ist auch bei dir so.
Auf dem Foto bist du, wie du heute aussiehst. Also: wie dein Körper aussieht. Du spürst dich noch in dem Körper der 12jährigen, aber das ist nicht mehr so.
Die Kleine, Amelie, sieht dich wie auf dem Foto, für sie bist du ihre Mamma. Sie hat sich dran gewöhnt, daß ihre Mama sich manchmal verschieden verhält oder etwas nicht weiß, was sie gestern noch gewußt hat.
Mondrian

18.5.17

Ich sehe aber nicht so aus. Bin doch auch ein Kind. 😊😊

¹³⁴ Ich hatte ein Foto mitgeschickt. Kinderanteile von Multis sehen im Spiegel oft ihr inneres Körperbild, weil sie erwarten, sich zu sehen. Ein Foto wird als neutral empfunden und kann helfen, eine Brücke zu schlagen.

Wird keiner helfen?

Es kommt mir nicht so vor als ob sie mich als Mama sieht als Erwachsene. Sie spielt viel mit mir kuschelt mit mir. Was für mich blöd ist weiß nicht warum?

Gestern Abend als ich sie ins Bett gebracht habe, musste ich weinen, ich weiß nicht genau weshalb. Sie hat es gemerkt kommt zu mir, setzt sich auf meinen Schoß und wischt mir die Tränen weg kuschelt sich an mich. Es war etwas blödes wegen dem kuscheln... Aber sonst hatte ich ein Gefühl von...

Ich kenne die kleine nicht weiter aber sie ist irgendwie echt. Ehrlich in ihrem Tun. Ehrlich zu mir Verstehst du was ich meine?

Ich möchte nicht wieder zu Vati! Und meine Mutter .. die Männer! Alle werden mich doch finden!!!!

Ich weiß nicht was ich will! Nicht allein sein aber auch nicht zu diesen Leuten zurück! !!!
????

18.5.17

Doris,

ja, Amelie ist ehrlich, echt. Sie hat bessere Erfahrungen machen können als du – und das verwirrt dich wahrscheinlich. Sie kuschelt mit dir wie ein Kind, und das tut dir gut. Weil du selbst wahrscheinlich eine andere Art von Körpernähe erlebt hast.

Deinen Vater gibts nicht mehr, und die Mutter lebt zwar noch, aber sie wohnt woanders. Aber leider gibts die Männer noch – und genau darum geht es jetzt: daß du von den Männern befreit wrst. Genau deshalb schreiben andere Ichs Mails mit dir.

Du kannst dich alleine nicht befreien, sondern nur, wenn du Kontakt aufnimmst mit den anderen Ichs, den anderen Anteilen in dir drin. Wie das geht, weiß ich auch nicht, weil ich nicht bei euch innen bin, sondern ein Mensch außen – aber ich weiß, daß es geht! Daß du und die anderen Wege finden können, Kontakt miteinander zu haben.

Mondrian

18.5.17

Zu deinem Aussehen: Doch, der Körper ist wirklich so wie auf dem Bild. Dein inneres Bild stimmt nicht mehr.

Ich glaub schon, daß du (und andere Ichs) für Amelie ihre Mama sind. Aber Erwachsene und Eltern müssen ja nicht so sein, wie du es von deinen Eltern gekannt hast!!

Mondrian

18.5.17

Nein Nein Nein du verstehst mich gerade gar nicht. 😞

Das kuscheln mit der kleinen ist für sie sicher schön mir macht es Angst und andere Gefühle die ich nicht kenne und beschreiben kann!

Doch Vati ist da! Ich war doch gestern noch dort, er hat wieder etwas gemacht mit mir . Weiß nicht wie es dir sagen kann.

Ja und die Männer sind auch noch da! Die werden mich doch finden!

Wie können die in mir drin sein? Soll ich lieber woanders hin gehen? Weiter weg? Doris

Wird keiner helfen?

18.5.17

Doris, vielleicht ist es so: das Kuschneln weckt andere Gefühle in dir, weil du anderes erlebst hast mit Körpernähe. Nicht Schönes.

Es gibt vermutlich einen Mann, der sich als dein Vati vorgibt. – Es ist aber nicht der Vati von damals. Aber im Grunde ist es egal: es geschieht Schlimmes mit dir, durch die Männer, und auch damals durch deinen Vater. Es ist leider alles schlimm.

Jetzt finden dich die Männer, weil sie deine Wohnung kennen. Aber wenn du und die anderen Anteile weiterlernen, miteinander Kontakt zu halten, dann könnt ihr GEMEINSAM fliehen. Dabei kann ich euch dann unterstützen. – Aber es geht immer nur gemeinsam, weil ihr sonst einzeln zu schwach seid.

Das weiter weg gehen wäre das beste, aber es müssen auch andere Ichs es wollen. Darin liegt das Problem: daß manche Anteile sich nicht trauen, weil sie zuviel Angst haben vor den Männern.

Mondrian

18.5.17

Wenn du nicht mehr mit mir reden willst ist das eben dann so aber ich bin zu dumm ich begreife das nicht! Wie kann ich mit zwölf aussehen wie eine Frau? Wie Mama sein?

Kann gerade nicht mehr! Muss mit der kleinen raus sie mag Rad fahren.

Es tut mir leid! Versuche es wirklich!

Bitte sag das ich nur Träume!

Doris

18.5.17

Nein, leider ist es nicht nur ein Traum. – Aber laß dir Zeit mit dem Verstehen. Du kannst immer wieder mailen, und ich werde antworten. Ich lauf dir nicht davon – und ich maile ja auch mit anderen Ichs. Ich lass euch nicht im Stich und bin nicht böse – egal was diese Männer sagen.

Mondrian

18.5.17

Danke.

Vielleicht ist es dumm, kindlich, arglos denn ich kenne dich nicht, aber ich spüre das du nicht böse bist. Ich verstehe dich zwar nicht glaube aber du bist ehrlich zu mir.

Die Männer sagen sehr böses nicht nur über dich...

Danke das du da bist, wo auch immer das ist. ...

Noch eine Frage, in mir ist so ein starkes Gefühl von Frucht, Angst. Wie mache ich das weg?

Doris

Wird keiner helfen?

18.5.17

Doris, danke für dein Vertrauen! Es hilft mir sehr. – Deine Frage: Leider ist sehr, sehr viel Schlimmes geschehen und geschieht noch, und das ist in dir und in den anderen Anteilen drin als Erinnerung, als Angst, als Erfahrung. Das ist, was auch du spürst. Es läßt sich leider nicht wegmachen – erst, wenn ihr euch so weit zusammengefunden habt, daß ihr bereit seid, zu fliehen. Dann können wir von außen euch helfen, zu fliehen, und dann geht auch die Angst weg. Aber du kannst immer schreiben und so wird es dir ein bißchen helfen, zu spüren, daß du noch nicht ganz allein bist.

Mondrian

Danke dir für das Amelie-Foto! ☺

18.5.17

Ich habe Vati eben gesehen! Was wenn er mich schon längst gefunden hat?
Habe dem kleinen Mädchen gerade Abendessen gemacht und bringe sie gleich ins Bett.
Und dann?
Wo kann ich mich verstecken? Was soll ich tun?
Doris

18.5.17

Nein, Doris, dein Vati von damals lebt nicht mehr. Das weiß ich. Wahrscheinlich haben dir (und anderen Ichs) die Männer eingeredet, daß einer von ihnen dein Vati ist. Es stimmt aber nicht. Leider kannst du dich allein vor den Männern nicht verstecken. – Leider. Erst mußt du Kontakt mit den andern Ichs finden und ihr müßt euch zusammen entscheiden, zu fliehen. Dann geht es.

18.5.17

Ich habe ihn gesehen! Bitte du mußt mir glauben! Das mit den Ich's verstehe ich doch nicht! Was soll ich denn jetzt machen? Wo soll ich jetzt hin? Bitte versteh mich!
Doris

18.5.17

Ich kann dir nichts anderes sagen. Und leider – ich habs ja geschrieben – gibt es jetzt keine Möglichkeit, irgendwohin wegzulaufen. Ich kann dir nicht immer dasselbe sagen. Versuch, das mit den Ichs zu verstehen – das wäre der erste Schritt zur Befreiung. Versuch, die anderen Anteile zu rufen (innerlich).
Es gibt keinen Zauberkünstler, der dich einfach so rettet. Du (und die anderen Anteile) müssen viel lernen, damit Rettung möglich ist.

18.5.17

Ich brauche keinen Retter! Keinen Zauberer! Kein Mitleid! Brauche nichts! Komm gut alleine zurecht! Nur jemanden der versteht wäre schön! Denn ich kann es nicht. Es ist, stell dir vor du spielst im Theater mit, plötzlich wird die Szene geändert, alle wissen davon nur dir sagt keiner

Wird keiner helfen?

was davon. Du stehst da und hast keine Ahnung was du spielen sollst. Du weißt einfach nicht worum es geht wie es weiter gehen soll was passieren soll.

So empfinde ich. Kannst du das so nachempfinden?

Und die kleine, die ständig alles ändert. Mich ändert! Meine Gefühle ändert! Es sind Gefühle dabei die ich gar nicht kenne mich verwirren! Andere machen Angst. Wieder andere machen mich wütend. Obwohl sie total lieb ist also liegt es wohl an mir.

Sitze hier und schreibe dir, stelle mir aber dabei die Frage, schreibe ich wirklich?

Ich habe so große Angst unvorstellbare Angst! Bin sehr müde habe Angst zu schlafen er mich findet!

Sag bitte das du irgendwas davon verstehen kannst.

Doris

18.5.17

Ach Doris,

ich versteh dich schon – aber was soll ich machen, wenn du nichts anfangen kannst mit meinen Hinweisen? Was soll ich da noch tun? – Zumal du andererseits sagst, du brauchst nichts, du kommst gut alleine zurecht.

Wie paßt das zusammen damit, daß du so viel Angst hast?

Auch für diese Gefühle wegen Amelie könnte ich dir was sagen – aber das hat wieder mit Anteilen (verschiedene Ichs) zu tun, mit deinem Vater (früher!), mit den Männern (heute!), mit dem Kontaktfinden zu den anderen ... mit all dem, wovon du nichts wissen willst.

Doch, du bist schon wirklich! Du bist ganz echt und ich nehm dich genauso ernst wie jeden Menschen. Aber eben auch die anderen Anteile in deinem Körper.

Ich werde jetzt bald aufhören mit schreiben, weil ich morgen wieder früh raus muß. Aber ich kann morgen auch wieder antworten.

18.5.17

Es stimmt doch nicht das ich davon nichts wissen will! Im Gegenteil ich will alles wissen so viel wie möglich damit ich verstehe!

Du schreibst du verstehst mich schon. Doch leider das genau jetzt glaub ich dir nicht.☹

Jetzt fühle ich mich doch ganz allein! ☹☹☹

Gute Nacht für Dich

Doris

18.5.17 22h

Bitte nicht böse sein.

Doris

18.5.17 03:48 Doris

☹

Wird keiner helfen?

19.5.17 7:43¹³⁵

Mondrian er hat mich gefunden und gefangen. Konnte nicht weglaufen er wusste genau hat gewartet. Kleine ist in schule. Habe angst

Doris

19.5.17 12:49

Die haben mich freigelassen. Warum?

Doris

19.5.17

Hallo Doris, ich habe viel an dich und euch gedacht in den letzten Stunden! – Ich denke, die Täter wissen genau, daß du dich um Amelie kümmern mußt, sie wieder von der Schule abholen mußt.

Die Täter haben Angst, daß Behörden und Polizei aufmerksam werden. Und falls Amelie nicht von der Schule abgeholt werden würde, würde Aufmerksamkeit entstehen.

Ich vermute auch, daß in den Stunden, in denen jetzt dein Körper bei ihnen war, wieder Schlimmes geschehen ist – nur hast das nicht du erlitten, sondern ein anderer Anteil, ein anderes Ich.

19.5.17

Die hatten doch mich! Und ich hatte recht Vati war auch dabei! Er hat mich gefangen.

Doris

19.5.17

Also kann er mich immer wieder fangen wann er will?

Doris

19.5.17

Hallo Doris,

ich hab dir ja geschrieben, der Grund dafür, daß sie dich freigelassen haben, ist, daß sonst die Polizei aufmerksam geworden wäre.

Der Mann, der sich als dein Vater ausgibt, und die anderen Männer können dich nur deshalb fangen, weil ihr alle keinen Kontakt miteinander habt. Dadurch können die Männer euch verwirren – sie rufen einen Anteil mit dem Smartphone an und befehlen ihn zu einem bestimmten Platz. Andere Anteile (du z.B.) merken das gar nicht. So ist es leider bei vielen, die in ähnlicher Weise in der Gewalt von bösen Männern sind.

Und dein Vater ist um 2015 gestorben; das steht im medizinischen Bericht aus der Klinik, in der

¹³⁵ Mail vom anderen Smartphone, das heißt, der Körper ist gefangen. – Für Doris sind dies alles neue Erfahrungen, da sie nach Jahrzehnten innen erst jetzt (wieder) ins Außen kam. In den nächsten Wochen wird Doris Schritt für Schritt die Orientierung an der Kindheit hinter sich lassen und die heutige Realität erkennen.

Wird keiner helfen?

fangen und wieder loslassen bis zum nächstenmal. Selbstverständlich glaube ich das – weil ich es weiß – von vielen Anteilen (Ichs) von dir.

Was sollte ich dir nicht glauben?

Es gibt dicke Bücher mit Berichten darüber, daß das real ist und geschieht auf der Welt, auch in Deutschland.

Auch andere werden es dir (euch) glauben – wenn du (und ihr) nur erst den Mut habt, es nach außen zu sagen.

Du bist keine Lügnerin, absolut nicht.

19.5.17

Wenn sexuell das bedeutet was die mit mir machen? Dann ja! Und ich würde mit dir darüber reden eben weil ich bis vorhin dachte du verstehst mich vielleicht kannst mir erklären. Kannst mir mich erklären. ??? Mir Gefühle erklären? Weiß nicht mal genau was das Wort bedeutet wie der Mann mich genannt hat, fühle mich aber gerade so.! 😊

Woher willst du denn wissen das ich nicht Lüge? Alle sagen ständig ich Lüge nur! Es heißt ständig, das blaue vom Himmel!

Doris

19.5.17

Doris, ich kann gerne versuchen, dir etwas zu erklären. Das Wichtigste daran ist: du bist ein eigener Mensch mit eigenen Gefühlen. Du bist nicht verantwortlich für die Gefühle anderer. – Und auf der anderen Seite gibt es diese Täter (Männer, aber es gibt wohl auch weibliche Personen darunter), die kranke und verbrecherische Gefühle haben, zu denen sie dich mißbrauchen.

Du bist nichts Böses, nichts Schmutziges, nichts, worüber du dich schämen solltest. Du bist ein Opfer. Diese Männer zwingen dich. Sie leben an dir ihre eigene Krankheit und Bösartigkeit aus. Ich spüre, daß du nicht lügst. Und im übrigens weiß ich, daß es auch anderen so geht wie dir. Es gibt Bücher darüber, und die Täter verhalten sich immer ganz ähnlich.

19.5.17

Mondrian ich weiß das ich ein eigener Mensch bin, der aber seine Gefühle und sein Sein nicht versteht!

Die anderen sind mir auch egal!

Ob ich böse bin weiß ich nicht. Mutti sagt es ständig und andere auch. Meine Brüder mögen mich aber.

Schmutzig? Der Mann sagt zu mir ich bin eine dreckige Schlampe. Ja ich fühle mich schmutzig! Schämen? Oh ja! Ich schäme mich sehr! Für das was passiert ist und für das was ich gefühlt habe!

Danke das du mir glaubst. Das ist wichtig für mich! Sei sicher ich werde nie lügen!

Doris

Wird keiner helfen?

19.5.17

Doris, dir wurde seit der Kindheit eingeredet, daß du böse, schlampig, faul und verlogen bist. (Das weiß ich auch von anderen Ichs und ebenso aus dem Bericht der Klinik, wo es ein Ich von dir berichtet hatte) Durch die Täter kamen noch die sexuellen Beschimpfungen dazu. – Daß du ein eigener Mensch bist, heißt eben auch, daß du diese Zuschreibungen anderer (die aber in dir drin sind) rausschmeißen solltest.

Du bist eben nicht schmutzig – vielmehr ist dieser Mann schmutzig. Und weil er das genau spürt, schreibt er es dir zu – damit er sich selbst besser fühlt. Damit er kein schlechtes Gewissen hat wegen dem, was er mit dir macht.

Du solltest dich auch nicht wegen der sexuellen Gefühle schämen, die entstanden sind durch den Mißbrauch. Das ist einfach so, der Körper reagiert, das ist ganz natürlich, du kannst es nicht verhindern! Aber diese Männer zwingen deinem Körper die Reaktionen auf – aber doch wolltest du sie ja nicht von dir aus. Ich kenne ziemlich viele Frauen und Mädchen, die sich nach Vergewaltigungen geschämt haben für diese Gefühle. Aber dazu besteht kein Grund!!!

Ich bin froh, daß wir uns so austauschen können über all das. Es bedeutet einen riesigen Schritt in Richtung auf die Freiheit, daß du auf Distanz zu den Tätern gehen kannst.

19.5.17

Das verstehe ich nicht... *Daß du ein eigener Mensch bist, heißt eben auch, daß du diese Zuschreibungen anderer (die aber in dir drin sind) rausschmeißen solltest. ???*

Du weißt doch aber nicht was ich fühle!

Wenn du sagst ich muss mich nicht schämen ist das gut, aber es geht nicht weg!

Schau mal die kleine ist glaub ich fast neun? Ich zwölf wir spielen gerade im Hof Federball, Fußball und so... doch sie ist wie soll ich es sagen? Rein! So sorglos! Frei!

Und ich? Bin Dreck! 😊

Darf ich Dir erzählen was war?

Wenn ja, kannst du mir versprechen mich danach nicht allein zu lassen?

Doris

19.5.17

Mit "Zuschreibungen" meine ich, daß Leute zu dir sagen, du seist faul und verlogen und böse und eine Schlampe. Ja, diese Zuschreibungen sind nicht in dir entstanden, sondern andere haben es zu dir gesagt. Und es ist richtig, dazu NEIN zu sagen.

Ich weiß, so schnell geht es nicht weg, daß du dich schämst. Aber es ist wichtig, wenn du erlebst, daß Menschen von außen dir sagen, daß sie dich als gut und ehrlich und rein empfinden. – Ja, rein. Du bist noch nicht frei wie Amelie, nicht sorglos, aber rein bist du auch. Denn alles Schmutzige kommt von den Männern, den Tätern. Du bist reingestoßen worden. Du bist nicht Dreck!!!!

Ja, ich verspreche dir, dich nicht allein zu lassen, wenn du mir erzählt hast, was war. (Aber du weißt: manchmal hab ich keine Zeit zum Mailen, dann mußt du mal warten, bis ich wieder da bin.

Wird keiner helfen?

Und vielleicht hab ich auch mal ne andere Meinung als du. Das ist ganz natürlich unter Menschen. Es heißt nicht, daß ich dich allein lasse.)

19.5.17

Eine andere Meinung? Das ich ein schlechtes Kind bin? Verdorben! ???

19.5.17

Ach Doris – nein! Du hast so viele Beschimpfungen einstecken müssen, glaub ich, daß du immer denkst, sowas kommt gleich. Ich werde NIEMALS solche Meinungen haben über IRGEND EIN Kind, denn jedes Kind kommt in die Welt der Erwachsenen und es ist die Pflicht der Erwachsenen, für das Kind zu sorgen. Wenn ein Kind "schwierig" ist (wie auch immer!), dann sind IMMER Erwachsene daran schuld – und nicht das Kind.

19.5.17

Ok! Danke! Bin ich schwierig?

19.5.17

Na keinesfalls! Du bist total ernsthaft bemüht, dich mit mir zu unterhalten – obwohl du mich persönlich gar nicht kennst – und dabei bei dir zu bleiben. Du widersprichst mir, wo du anderer Meinung bist, du läßt dich aber auch ein auf das, was ich sage, führst den Gedanken weiter, ... und und und. Du bist sehr konstruktiv, und ich glaube, du bist auch ziemlich mutig! Und ehrlich sowieso.

19.5.17

Wie anfangen? Am besten vielleicht am morgen... wecke die kleine um sechs mach ihr Frühstück für die Schule Essen und Trinken fertig wir ziehen uns an machen uns bereit zum losgehen um sieben. Auf dem Weg von der Schule zurück hat Vati mich erwischt in ein Auto getan und zu einem Haus gefahren es war schon etwas weit weg sind sicher zwanzig Minuten gefahren.? Ach bevor er losgefahren ist hat er mein Handy weggenommen. In dem Haus hat er mich in den Keller gebracht aber es war kein Keller sondern ähnlich wie ein Wohnzimmer. Er drückt mich runter damit ich mich setzte setzt sich neben mich ganz nah zu nah fasst mich an. (es ist schwer zu schreiben mir wird übel und mein Körper zittert Angst!) Berührt mich überall es ist eklig er küsst mich. Jetzt kommt ein Mann er hat kein Gesicht später erkenne ich er hat eine Maske auf. Seine Stimme ist sanft zart leise. Er bespricht etwas mit Vati und Vati geht. Der Mann sagt nun sind wir allein. Große Angst steigt in mir hoch! Er nimmt meine Hand und zieht mich mit in den Raum nebenan. Da steht ein Bett groß ganz aus Metall kalt! Leg dich! Doch ich bin versteinert, kann mich nicht rühren! Er nimmt mich und legt mich. Beginnt mich auszuziehen alles bis aufs Höschen. Nimmt meine arme und bindet sie fest kann mich nicht wehren nicht bewegen starr! Er fängt an mich zu berühren zu streicheln ganz zart überall meinen ganzen Körper. Ich möchte weg doch kann nicht, bin noch immer starr und die arme Hände sind fest. Verbindet meine Augen mit einem schwarzen Tuch zu fest es drückt an den Augen. Küsst mich den Körper beginnt sich auszuziehen. Streichelt immer weiter und küsst zieht mein Höschen aus

Wird keiner helfen?

berührt mich auch da und küsst da! Ich fühle Angst! Das was er macht macht aber Gefühle die ich nicht kenne! Es ist fast so als ob es gut ist? Das darf es aber nicht sein! Ich möchte das er unbedingt aufhört! Kann aber nicht weg! Nichts sagen! Nicht schreien! Ich reiße meinen Körper hin und her er hört nicht auf wird ärgerlich bindet meine Beine auch fest mit den Worten dann eben jetzt schon! Macht weiter! Das Gefühl wird stärker! Na du geile Schlampe das gefällt dir das macht dich geil! Ich weiß nicht was das bedeuten soll! Das was er macht will ich NICHT!

Er hat aufgehört und war ganz anders eine böse Stimme grob hat mich nicht mehr gestreichelt war böse zu mir. Beugt sich über mich und macht seinen Pippi in meine ... das hat so weh getan! Es gefällt ihm immer weiter! Macht hin rein wieder raus... weiter und weiter! Große Schmerzen! Sagt du bis so ein geiles Stück Dreck! So gut zum ficken! (kenne diese Wörter nicht die Bedeutung nicht ob es richtig geschrieben ist) immer weiter macht seinen Pippi raus und macht mir etwas in mein Gesicht.? Das war eklig! Will den jetzt im meinen Mund tun mache aber nicht auf er wird so wütend schlägt mich quetscht meinen Mund auf

Nun plötzlich sehe ich wie da liege schwebe über dem Bett spüre nichts Vati ist wieder da holt mich ab fährt mich zurück doch im Auto macht er noch sein Spielchen mit mir gibt mir dann mein Handy zurück ...

Doris

??????

19.5.17

Liebe Doris,

es ist schrecklich – aber ich weiß, so ähnlich ist es bei diesen Tätern. Das Allerwichtigste ist: du bist an nichts schuld. so, wie er dich gestreichelt hat usw., kommen die Gefühle ganz natürlich. Es sind natürliche Reaktionen des Körpers. Trotzdem weißt du, du wolltest es nicht. – Es ist einfach Sex, und sowas könnte ok sein, wenn du es entschieden hättest mit einem bestimmten Menschen. – Aber es ist sexueller Mißbrauch, weil dich jemand dazu gezwungen hat. Er liebt dich nicht, er kennt sich nur aus bei Sex. – Und dieser Mann, den du Vati nennst (ich weiß noch nicht, wieso du so sicher sein kannst, daß es dein Vater ist. Vielleicht gibt es zwei Männer, die mit deiner Mutter zusammenwaren?), der hat dich ganz offensichtlich an den anderen "verkauft" für diese Handlungen. Das nennt man Zwangsprostitution oder sexuelle Versklavung.

Es ist gut, daß du das aufschreiben konntest und daß wir drüber reden (schreiben) können. Ich bin ganz und gar solidarisch mit dir – nichts ist böse oder schlecht an dir!! Du bist genauso rein wie Amelie – ich achte dich genauso sehr wie meine Freundin oder jede andere Frau.

19.5.17

Ich hatte noch nichts zu den letzten Sätzen gesagt, dem "schweben". – Das ist Dissoziation.. es ist eine Spaltung des Bewußtseins, weil du die Situation nicht ausgehalten hast und dich innerlich von ihr gelöst hast. Es kann sein, daß da noch etwas geschehen ist, was doch eine anderer Anteil erlebt hat. Kann sein, muß aber nicht.

19.5.17

Was meinst du damit? Doris

Wird keiner helfen?

19.5.

Das ist etwas, das im Kopf geschieht, wenn jemand eine Situation nicht aushalten kann. Im Kopf (im Gehirn) entsteht sowas wie ein Traum, bei dem du wie von außen auf die Situation draufguckst. Als ob du in einem Fernseher etwas siehst.

19.5.

...wie er dich gestreichelt hat usw., kommen die Gefühle ganz natürlich. Es sind natürliche Reaktionen des Körpers. Trotzdem weißt du, du wolltest es nicht. – Es ist einfach Sex...

Was sind das für Gefühle? Was habe ich gefühlt? Sex! Was ist das?

Also machen die das mit Absicht? Dieses Sex!

Doris

19.5.

Ja, das sind sexuelle Gefühle. Die sind nicht "böse" oder "schlecht". Sie gehören zu uns als Mensch. Aber für jemanden, der nicht so gestört und böse ist wie diese Männer, sind sie nur dann schön, wenn wir sie mit jemandem erleben, den wir lieb haben. Dem wir wir nahe sein WOLLEN.

Bei den Männern kommen diese Gefühle, wenn sie jemanden in ihrer Gewalt haben. Das ist krank und gestört und verbrecherisch – aber es gibt eben solche Menschen. Ja, sie machen es mit Absicht. Aber sie meinen nicht dich, sondern nur sich. Sie haben dich nicht lieb.

19.5.

Du sagst ich bin nicht schuld warum fühle ich mich dann schuldig?

Warum ich mir sicher bin das er mein Vater ist na weil er es mir gesagt hat! Bei so etwas wird doch keiner Lügen!

Prostitution sind doch Nutten? Also bin ich auch eine Nutte?

Doris

19.5.

Du fühlst dich schuldig, weil diese Männer dir das immer neu eingeredet haben! Das machen solche Täter immer – weil ihre Opfer sich dann nicht wehren. Weil sie ja angeblich selbst schuld sind an dem, was ihnen geschieht!

Doch, er lügt. Ursprünglich war es dein Vater, der dich mißbraucht hat und an andere Männer weiterverkauft hat. (Das weiß ich von anderen Ichs und auch aus dem Bericht der Klinik.) – Aber irgendwann war der krank und ist dann gestorben – und diese Männer haben so weitergemacht. Weil sie wußten, daß bestimmte Anteile von dir Angst vor dem Vater hatten, hat einer behauptet, er sei der Vater. Das sind Verbrecher – natürlich lügen sie, wenn sie etwas davon haben!!

Prostituierte sind Frauen, die zum großen Teil auf ähnliche Weise gefangen gehalten werden und gezwungen werden, sich zu prostituieren. Das nennt man Menschenhandel. Nur die Männer, die zu ihnen gehen, wollen das nicht wissen und sagen, die machen das freiwillig. Und nennen sie

Wird keiner helfen?

19.5.

Nein!! Ich hab's dir doch gesagt – das sind Schimpfwörter der Täter, um sich selbst besser zu fühlen. Und wir haben vorhin drüber gesprochen (geschrieben), daß du NEIN sagen solltest zu Zuschreibungen von anderen Menschen. Deine Wahrheit über dich ist in dir. Nicht irgendwelche Wörter, mit denen andere Menschen dich bezeichnen. Vor allem Menschen, die etwas mit dir machen, was du nicht willst. Menschen, vor denen du aus gutem Grund Angst hast!

19.5.

Aber als der Mann mich gestreichelt hat das Gefühl das war doch ein gutes Gefühl? Oder?

Obwohl ich das nicht wollte! Ehrlich nicht! Dann bleibt doch aber nur der Schluss das ich genau so krank genau so schlecht bin wie er! ☹️☹️☹️☹️☹️☹️☹️

Und jetzt weiß ich nicht mal was schlimmer für mich ist das was die mit mir gemacht haben oder das ich genauso bin!?

Sex! Wozu braucht man das überhaupt?

Doris

19.5.

Nein – ich hab dir doch gesagt: der Körper funktioniert einfach so, daß man ihn sexuell erregen kann. Das Gefühl ist nichts Schlechtes – schlecht ist nur, daß er dich dazu benutzt hat. Weil du es ja nicht wolltest mit ihm.

Du bist nicht krank, sondern jeder Mensch würde so reagieren. So viele erwachsene Frauen, die vergewaltigt wurden, haben Schuldgefühle, weil sie es empfunden haben. Aber zu unrecht! Es ist nur die Funktion des Körpers, die auch Tiere haben. – Nur können wir Menschen etwas anderes damit machen, nämlich einen Ausdruck von Liebe.

Sex ist ursprünglich (bei den Tieren) nur dazu da, daß es zur Befruchtung kommt und die Tiere sich fortpflanzen. – Wir Menschen haben die Möglichkeit, etwas anderes draus zu machen, nämlich einen Ausdruck von Zuneigung, Freude, Nähe oder Liebe zu einem anderen Menschen.

19.5.

Danke für Deine Antworten

Doris

19.5.17

Wir können später immer wieder weiter drüber reden (schreiben), Doris.

Ich werd jetzt bald den Rechner ausmachen und dann, nach einem Abendspaziergang, ins Bett gehen. Morgen bin ich vormittags einkaufen, aber später auch weider am Rechner.

Bis später!

Mondrian

Wird keiner helfen?

19.5.

Entschuldige...

Es macht mich blöde...

Weißt Du ich weiß nicht was mich mehr verletzt aufregt in den Wahnsinn treibt das böse schlimme was der Mann mit mir gemacht hat und Vatis Spielchen oder dieses Gefühl?

Ich will nicht das mir jemand weh tut! Aber ich will auch nie wieder dieses Gefühl in mir spüren!

Der Gedanke daran mein Herz rast meine Luft reicht nicht mehr! Wut so viel Wut! Und Angst und Tränen....☹

Doris

19.5

Ja, – durch dieses Gefühl, was jemand in dir erzwungen hat, bist du verletzt worden in deinem ganz Innersten. Daher die Wut, die Tränen, die Angst..

Aber dennoch ist das Gefühl DEINES. Genauso wie du ein guter Mensch bist TROTZ der schrecklichen Erfahrungen, genauso kann dir niemand DEINE GEFÜHLE wegnehmen. – Aber jetzt muß erstmal ein riesengroßer Abstand hergestellt werden. bis du vielleicht später mal sowas in dir wiederfindest.

Leider ist die Befreiung von der Gewalt der Täter nur dann möglich, wenn ihr (also die Ichs, die Anteile) zusammenarbeitet. Du würdest jetzt schon die Befreiung wollen – aber andere in dir verstehen das nicht, sie haben anderes erlebt. Manche von ihnen haben kaum Schlimmes erlebt. Du und ihr alle müßt erst Kontakt miteinander herstellen, dann seid ihr stark genug, um auch in der Außenwelt für eure Befreiung eintreten zu können. Dabei kann ich dann wieder helfen.

Ich mach jetzt Schluß am Rechner. Bitte sei nicht sauer deshalb!

19.5.17 22:20 (Facebook) Ronald

Warum sollte ich aufhören sie zu quälen, zu verletzen? Sie ist zu dumm! Zu blöd! Lässt sich erwischen! Macht noch mit, hat Spaß! Und dann, dann geht sie und ich muss das grausame, qualvolle, entsetzliche alles allein ertragen! So viel Schmerz! Warum?

Meine Wut wird immer immer größer und muss raus! Andere lassen ihre Wut nun auch noch an mir aus... wegen ihr!

Du hilfst mir auch nicht! Ich bin so müde! Doch Hilfe bekomme ich nicht!

Also warum soll nur ich leiden? Anders begreift sie es nicht! Das ist zu viel!

Sie muss es lernen! Wird bluten...

Ronald

20.5.17

Ich weiß, Ronald es ist sehr schwer – grade für dich. Aber es ändert sich etwas. Ich konnte ihr jetzt sehr vieles erklären. Die Doris, die jetzt alles mit sich machen läßt, ist erst 12 – und sie hatte überhaupt nicht verstanden, was da geschieht! Sie sind abgefangen von einem Täter (den sie für den Vater gehalten hat!).

Sie fängt jetzt an zu verstehen, daß etwas Schlimmes mit ihr gemacht wurde, daß die Männer

Wird keiner helfen?

ihre Feinde sind. – Sie ist jünger als du, ein Kind! – Daß sie trotzdem etwas dabei empfindet, ist nicht ihre Schuld. Es ist natürlich, wenn der Körper so angeregt wird. Sie mußte jetzt erst verstehen, daß auch die guten Gefühle falsch sind, weil die Männer sie nur mißbrauchen. Und den letzten Teil der Gewalt, den du aushalten mußt, den kennt sie nicht. Sie ist dann wieder innen und kommt erst wieder raus, wenn sie nachhause gefahren wird.

Verstehst du?

Auch sie, die 12jährige Merle oder Doris, kriegt nicht mit, wenn du den Körper verletzt. – Die erwachsene Merle, der du Schmerzen zufügst, ist aber gar nicht diejenige, die bei den Männern ist!

Versuch doch bitte, mit der 12jährigen Doris in Kontakt zu kommen und dich mit ihr zu verbünden. Dann seid ihr schon zu zweit und könnt andere Anteile dazu bringen, beim Befreiungsweg mitzumachen.

Es ist der einzige Weg, etwa zu ändern. Wenn irgendjemand nur leidet, ohne was zu verstehen, wird sich nie etwas ändern. Dann bleiben die Täter stärker.

Ich hatte dich nie vergessen, Ronald. Versuch, mir zu vertrauen.

Mails:

20.5.17 03:09

Die kleine schläft ist so süß beneide sie sehr. Sie ist glücklich! Frei! Fühlt sich wohl und das wichtigste sie ist zufrieden!

Möchte schlafen einfach meine Augen zu machen können ohne Angst. Bin mir sicher bei dir könnte ich das. Nur das du da bist würde reichen ich wäre in Sicherheit! Keiner könnte mir was. Keiner könnte an mich ran mir weh tun! Könnte endlich zur Ruhe kommen endlich schlafen!

Du sagst immer wieder was von den Ich's aber ich verstehe Dich nicht. (Wollte deine Mails nochmal lesen um zu verstehen, aber Vati hat's gelöscht) Andere Teile?. In mir drin? Sollen zusammen arbeiten.? Kennen sich aber nicht? Wissen nichts voneinander? Ok ich bin zwölf also nicht sehr klug aber wenn die Männer dieses Sex ständig mit mir machen und weh machen wie soll das dann gehen?

Am Sonntag ist die kleine auch nicht mehr da was dann? Bin ich dann ganz allein? Was werden die dann mit mir machen? Mich gar nicht mehr gehen lassen?

Du sagst Sex ist ... Zuneigung, Freude, Nähe und Liebe.? Wie sollte man das mit Geld kaufen können? Warum machen die Männer das also? Bezahlen dafür? Und warum mit mir einem Kind? Ich habe davon Schmerzen! Alles tut weh aber am meisten tut mir meine Lulli weh! So so weh...! Nein Nein Nein!

Da bring ich mich lieber um! !!!

DIE MÄNNER SOLLEN MICH NICHT MEHR KRIEGEN!

Doris

20.5.17

Doris, es tut mir sehr leid, was mit dir und den anderen Ichs geschieht! – Irgendwann wird es die Möglichkeit geben zu fliehen, aber nicht zu mir und nicht jetzt. Erst muß du und müssen andere

Wird keiner helfen?

Ichs lernen, einander kennenzulernen und zu reden miteinander (innen). Ihr müßt euch gemeinsam entscheiden zur Flucht, nur dann funktioniert es.
Versuch, es zu glauben, daß da andere auch in dir, in deinem Körper sind. Versuch, sie zu rufen. Es gibt viele, die auch leiden unter den Tätern.
Du bist sogar sehr klug – wir haben gestern so gute Mails ausgetauscht und ich denke, du lernst viel, du wächst weiter durch dieses Lernen.
Es ist nicht dein Vati, denk dran! Es ist ein fremder Mann, der dich belügt.
Ich weiß jetzt, daß in der letzten Zeit, wo du "schwebst", tatsächlich noch andere schlimme Sachen mit dem Körper gemacht werden. Ein anderer Anteil leidet darunter – er hat es mir heute berichtet. Er heißt Ronald und ist 15 – versuch, dich mit ihm zu verbünden. Ihr wollte beide weg von den Männern.
Ich geh jetzt erstmal einkaufen und später bin ich wieder am Rechner.
Bis dann! Es geht weiter! – Es ist sehr, sehr wichtig, daß du wirklich gegen die Männer kämpfen willst. Deshalb ist es auch so wichtig, daß du andere Ichs erreichst und ihnen Mut machst!

20.5.17 8:56

Guten morgen Mondrian,
Wir sind gerade auf dem Weg nach Hatting weil die kleine Generalprobe für ihr TanzFestival morgen hat. Keine Ahnung wo aber sie weiß es führt uns da hin. Das dauert zwei Stunden darf da nicht zuschauen werde mir die Stadt anschauen hoffe verlaufe mich nicht.
Doris

20.5.

Guten Morgen Doris,
ich hab dir schon eine Mail zu deiner letzten aus der Nacht geschickt. Gehe jetzt einkaufen, später bin ich wieder am Rechner.

20.5.17

Habe doch gesagt verstehe nicht wie soll das gehen? Wen rufen? ???
Ist schon gut... Du sagst zwar ich bin nicht schlecht nicht böse doch haben möchtest auch mich nicht!
Wir haben vorhin den Vater der kleinen getroffen er liebt sie! Sie hat ein schönes Leben!
Ich werde nicht warten bis die mich wieder holen! Aber keine Angst werde noch auf die kleine aufpassen bis ihr Vater sie abholt für was anderes bin ich nicht nütze!
Doris

20.5.17

Doris, du hast gestern in den Mails vieles Wichtige verstanden. Versuch doch bitte, dich weiter auf mich einzulassen, stell mir Fragen, laß dir erklären, wie das ist mit dem Viele Sein, mit den Tätern. Glaub mir, es ist der einzige Weg, daß du irgendwann befreit bist. –
Ich wohne hier mit meiner Freundin in einer winzigen Wohnung. Wenn ich versuche, Menschen

Wird keiner helfen?

zu unterstützen, mach ich das neben meiner eigentlichen Berufsarbeit. Dazu kommt, daß andere Anteile von dir Amelie nie aufgeben würden. Und ich wohne weit weg von euch.

Es ist sehr, sehr schade, wenn du dir das Leben nehmen willst, statt weiterzulernen. Denn du bist intelligent und kannst das alles lernen, was mit Vielesein zusammenhängt. Und dann wird auch Rettung möglich.

Aber es ist deine Entscheidung.

20.5.17

Du kannst dir offenbar nicht vorstellen wie es ist ganz allein zu sein.? Nur böse um einen herum!

Es ist eine Wunde am Arm nicht von dem Mann die war gestern Abend noch nicht. Ich verstehe diese Welt nicht gehöre hier nicht hin!

ut quid vivo?

Doris

20.5.17

Die Wunde ist von dem anderen Ich, der die Gewalt zuletzt ertragen mußte. Er (Ronald) ist wütend, weil du dich nicht wehrst. Ich habe ihm erklärt, daß du überhaupt nicht verstanden hast, worum es da ging, daß du nicht dran schuld bist. Daß er wütend sein soll auf die Täter, nicht auf dich, aber es ist keine Lösung, wenn immer nur ich mit euch Kontakt habe – ihr müßt lernen, selbst miteinander zu reden (innerlich). Ich sag das immer wieder auch den anderen.

Du hast nicht nur Böse um dich, sondern auch in dir all die anderen Ichs, die sich ebenso wie du ein gutes Leben wünschen – und auch erst wenig verstehen. (Und ich bin ja hoffentlich auch kein Böser für dich.)

Ut quid vivo, fragst du. Ja, das muß jeder Mensch selbst entscheiden, für sich selbst. Wenn du dir das Leben nimmst, zerstörst du damit alles Gute in dir – und auch die anderen Ichs.

Ich gehöre auch nicht in die Welt der Täter – aber es gibt auch viel Gutes in dieser Welt. Und für mich lohnt es sich, um dieses Gute zu kämpfen. Das heißt, auch um dich und euch.

20.5.

Wer ist RONALD? Wo ist ER?

Ich konnte mich doch nicht wehren! Der hat mich fest gemacht und ich konnte mich nicht bewegen! !!!!

WANN hat RONALD mir weh getan? Warum habe ich das nicht bemerkt gespürt?

NEIN du nicht! Sonst würde ich nicht zu dir wollen!

Zerstöre gutes in mir? Welches Gute? Ich fühle nichts Gutes!

Doris

20.5.

Ronald ist ein anderes Ich, ein anderer Anteil in dir. Genauso wie es noch andere Ichs gibt. Er gehört genauso zu deinem Körper wie du. So ist es, und ich hoffe, du hast irgendwann so viel Vertrauen zu mir, daß du davon ausgehst, daß ich dich nicht anlüge. Es ist wirklich total wichtig, daß ihr einander findet und Kontakt aufnehmt zueinander.

Wird keiner helfen?

Ronald kriegt vielleicht jetzt gar nichts mit (wie auch du zu anderen Zeiten), oder er kriegt nur wie ein Traum mit, wenn wir hier mailen. Aber er ist genauso ein echtes ICH (eine Persönlichkeit) wie du und noch andere. Und alle gehört ihr zu diesem einen Körper. Ich weiß, daß du dich nicht wehren konntest – aber Ronald weiß das noch nicht. Weil er denkt, du (Doris) bist eine Erwachsene und müßtest dich wehren können. Ronald ist nicht böse, aber er versteht manches noch nicht – genauso wie du! Ich weiß, daß die erwachsene Merle diese Schmerzen mitkriegt, die Ronald in seiner Wut dem Körper zufügt. Dafür kriegt diese erwachsene Merle kaum etwas mit von den Tätern. Warum ist das so? – Weil ihr euch durch die Gewalt der Täter in verschiedene Anteile (Ichs) aufgeteilt habt, und jede und jeder von euch kriegt nur einen Teil des ganzen mit. Dadurch konntet ihr das aushalten. Und jetzt ist es wichtig, daß ihr wieder zusammenfindet, damit ihr euch gemeinsam befreien könnt. Versuch, das zu verstehen.

20.5.17

Zuerst mal ich glaube nicht das du lügst. Du bist lieb zu mir.
Wenn RONALD ein anderes Ich ist? Wer bin denn dann ich?
Doris

20.5.

Ich bin so dumm☺! Bitte nicht wütend werden.
Doris

20.5.

Nein, Doris, du bist kein bißchen dumm! Du bist von allen Anteilen von euch, mit denen ich gemailt habe, diejenige, die am genauesten mitgedacht hat und mit der ich am meisten Infos austauschen konnte! Ich glaube wirklich, daß du in dieser Zeit jetzt weiterwächst und vielleicht gar nicht mehr erst 12 bist. Alle die Ichs, die Anteile sind gleichermaßen echt und fühlen sich auch erstmal alle als "einzige" Persönlichkeit. Deshalb ist es so schwer, am Anfang, zu lernen, daß auch andere da sind (im selben Körper), die genauso echt sind, genausoviel recht haben, sich als "Hauptperson" zu sehen. Das ist immer so schwer, am Anfang, nicht nur bei euch!

20.5.

Doch ich bin zwölf sehe es doch!
Willst du damit sagen das ich selber Ronald bin? Denn du weißt aber ich bin ein Mädchen.
Doris

Wird keiner helfen?

20.5.

Ok, wenn du dich immernoch als 12 siehst, ist es eben so. Aber du weißt ja, das Wachsen geschieht langsam und manchmal merken wir's erst später.

Es gibt EINEN Körper, der Merle Müller heißt, in dem sind mehrere Anteile. Aber diese Anteile sehen den Körper so, wie sie sich selbst fühlen. Ronald spürt sich selbst als Junge in einem Jungenkörper, du dich in einem Mädchenkörper, und es gibt ja auch ganz kleine Ichs, die fühlen sich als Kinderkörper. – Aber der Körper selbst ist weitergewachsen und ist ein erwachsener Frauenkörper. (Ich hab dir doch gestern ein Foto geschickt, weißt du nicht mehr?) Und Außenmenschen (also auch Amelie) sehen diesen erwachsenen Körper, oder ich würde auch nur den Körper der erwachsenen Frau sehen.

Ich weiß, das klingt alles sehr verrückt – und doch stimmt es.

20.5.

Jetzt will ich mal versuchen ob ich Dich verstehe. Das heißt also Ronald ist in mir drin? Und noch andere sind in mir drin?

Was machen die in mir drin?

Also wenn Männer mich anreden und meine Nummer wollen tun die das weil sie die Frau von dem Foto sehen? Nicht mich?

Und Vati? Und der Mann? Der Mann hat dann auch nicht mich berührt sondern die Frau? Also wollte der das nicht hat mich verwechselt.

????????

Doris

20.5.

Ein Mensch ist ja wie ein Tier erstmal ein Körper. Und bei uns Menschen gibt es – im Gegensatz zu Tieren oder Pflanzen – das Bewußtsein, das Ich-Gefühl mit Denkvermögen und Gefühlen. Das hat sich beim Menschen (homo sapiens) in all den Jahrhunderttausenden so entwickelt. – Aber im Gehirn und im Nervensystem (wo sich dieses Bewußtsein entwickelt, wo es körperlich organisiert ist) ist noch sehr viel mehr Platz als wir brauchen. – Und in bestimmten Lebensumständen kann sich in Kindern eben mehr als nur ein Bewußtsein entwickeln.

Ähnlich wie manche Menschen Fähigkeiten entwickeln, die sich andere nicht vorstellen können, z.B. aus dem Kopf ganze Sinfonien dirigieren und alle möglichen Musikstücke spielen oder 10000 Seiten Philosophie schreiben usw. – Im Gehirn ist noch viel Platz für besondere Fähigkeiten. Das "Multipelsein" ist so eine Fähigkeit.

Die Anteile in dir (oder in anderen Multis) sind manchmal aktiv, kriegen was mit von der Außenwelt, übernehmen den Körper, – oder sie sind eher wie schlafend, oder kriegen nur ein bißchen was mit, – und oft haben sie im Innen auch eigene Räume, in die sie sich zurückziehen können, und können innen miteinander reden. Das, was innen geschieht, ist sowas wie bewußte Träume – aber in denen sie auch Kontakt mit anderen Anteilen haben können.

Manchmal kommen Anteile durch einen Trigger nach außen, sie fühlen das dann so wie "ich werde gebraucht!"

Wird keiner helfen?

Diese Männer sehen eine erwachsene Frau, ja. Sie sehen kein Kind, keine 12jährige.

20.5.

Was ist Trigger?

Du sagst also noch andere das andere in mir sind wie Ronald. Wie Aber wenn der in mir steckt wie konnte er mich verletzen?

Wenn die Männer und Vati die Frau sehen wie konnten die mich dann erkennen und finden?

Doris

20.5.

Trigger ist etwas, das an etwas anderes erinnert. Etwas Unangenehmes. Ein einfaches Beispiel: Wenn dich mal ein Hund gebissen hat, kann es sein, daß du bei jedem Hund, den du siehst, Angst bekommst.

Wenn bestimmte Anteile nur ihren "inneren Körper" empfinden, können sie nicht glauben, daß sie im selben Körper sind wie ein anderer Anteil. Sie sehen dann den Körper "von außen" (ähnlich wie du bei dem "Schweben", als du bei den Tätern warst). Ronald guckt auf den Körper und verletzt ihn, spürt aber selbst nichts dabei. Deswegen kann er bisher nicht glauben, daß es auch sein eigener Körper ist (kann man ja verstehen!).

Die Männer (und der angebliche Vati, der nicht der echte ist!) kennen "dich" – also den Körper wahrscheinlich seit vielen Jahren. Damals hat der echte Vater dich (den Körper) an andere Männer verkauft. Deshalb spielt einer der Täter jetzt den "Vati", weil er sich denkt, daß du oder ihr dem Vater gegenüber besonders hilflos seid.

Ihnen kommt es nur auf den Körper an – welche Persönlichkeit, welches Ich da drin ist, ist ihnen egal. Sie merken nur, daß der Körper sich nicht wehren kann, daß er hilflos ist und sie mit ihm machen können, was sie wollen. Manche Täter wissen, daß es verschiedene Anteile gibt – manche wissen es nicht.

Hast du eigentlich Erinnerungen an frühere Jahre?

Doris, ich geh jetzt mal für eine knappe Stunde weg. Danach bin ich wieder am Rechner!

20.5.

Ich habe verstanden das er nicht wirklich mein Vati ist aber es ist so drin und wie soll ich den sonst nennen?

Hilflos! Es war doch so das ich mich nicht bewegen konnte! Eben ist es wieder so gewesen für lange über eine ganze Stunde musste so tun als ob ich schlafe damit die kleine nichts merkt.

Was soll das sein?

Du fragst ob ich von früher weiß? Das ist blöd! Ich versuche mich zu erinnern aber es fällt mir nicht mehr ein. Ich weiß von Mutti Vati und meinem Brüdern. Was meinst du genau?

Doris

Wird keiner helfen?

20.5.

Das Wort "Vati" hat nicht nur für dich Bedeutung, sondern auch für kleine Anteile. Ich bin überzeugt, daß es welche gibt, die daran glauben, daß es der Vater von damals ist – und das ist dann für die ein Trigger, erinnert sie an ihre Hilflosigkeit als ganz kleine Kinder, dem echten Vater gegenüber. Und wenn du das Wort weiter verwendest, bestärkst du das... auch für die anderen Anteile. Sie kriegen es mit.

Und wenn es später mal um die Befreiung geht und manche Anteile sagen dann, "mein Vati war da", denken Außenstehende, daß das natürlich nicht Stimmen kann (weil der Vater tot ist) – und glauben euch nicht, daß jetzt immernoch Böses geschieht. So kann es kommen.

Es ist einfach einer der Täter. Die einen haben eine Maske auf, der andere versteckt sich hinter dem Wort "Vati". Aber du mußt natürlich selbst entscheiden, wie du es machst mit der Bezeichnung. Ist nur mein Vorschlag.

Wenn du dich nicht bewegen kannst... Es kann sein, daß etwas dich an die Tätersituationen erinnert (also ein Trigger!) und deshalb der Körper erstarrt. – Wenn wir ganz hilflos sind, dann geschieht oft eine "Totstellreaktion". Das ist bei Tieren auch so. Wenn wir hilflos sind und uns nicht wehren können, aber auch nicht weglaufen können. Vielleicht geschieht das manchmal bei dir. – Oder aber ein anderer Anteil hat versucht, nach außen zu kommen.

Du kannst bei Gefühlen, die du nicht verstehst, immer versuchen, nach innen zu fragen: "Weiß jemand Bescheid, was da mit mir geschieht? Kann mir jemand helfen?" – Auch wenn es nicht klappt, ist's gut, es immer wieder zu versuchen. Irgendwann wirst du Antwort kriegen.

Von früher: In deiner Kindheit (also der Kindheit des Körpers) hat die sexuelle Gewalt schon angefangen. Zuerst durch den Vater, der hat später das Kind an andere Männer verkauft, zum selben Zweck. Und die Eltern haben beide das Kind unterdrückt, es für böse, faul, verlogen erklärt. Das Kind (die kleine Merle) mußte die Hausarbeit machen, die Brüder nichts. (Das hat mir Merle erzählt.)

Aber ich hab auch gefragt, weil es wichtig ist zu verstehen, seit wann es dich gibt, wann du als Anteil entstanden bist (und warum, in welchen Situationen). (Klingt komisch, aber vermutlich bist du erst später entstanden.)

20.5.17

Versuche mich zu erinnern....

Gehe in die Schule sechste Klasse bin nicht sooo gut möchte gern besser sein habe aber keine Zeit dafür. Schule ist gut gefällt mir Freunde.

Zu Hause alles blöd! Nur Ärger! Muss auf meine Brüder aufpassen und aufs Baby! Mein Vater ist immer nur sauer wütend auf mich! Immer passt was nicht. Egal meine schuld. Hauptsache ich weiß immer er ist der Boss! Meine Mutter keine Ahnung sie hat Kinder aber liebt sie sie?

Vielleicht die Jungs? Mich ganz sicher nicht! Manchmal denke ich das ist nicht meine Familie die haben einen Fehler gemacht etwas vertauscht. Kann nicht verstehen wie man Kinder so behandeln kann. Hilfe schon gern aber es muss mal gut sein. Nein es ist nicht mal gut genug!

Aber erinnern als ich jünger war Nein! Was war als ich acht war? Sieben? Oder jünger? Keine Ahnung! Warum fällt mir das nicht ein? Wenn doch so viel Platz in meinem Kopf ist. Doris

Wird keiner helfen?

20.5.

Was bedeutet entstanden?

20.5.

Gut, Doris! Es ist so gut und wichtig, dieses erinnern und Erinnerungen zusammentragen. Nicht für mich vor allem, sondern für euch.. denn andere Ichs kriegen das sicher mit, was du erzählst. – Es ist wie ein Mosaikbild, das zusammengetragen wird aus vielen Einzelheiten. Und je mehr du (und ihr) zusammentragen könnt und je mehr zur GEMEINSAMEN ERINNERUNG von euch wird, desto stärker seid ihr verbunden und desto stärker seid ihr (bist du), um euch zu befreien!

"Schule ist gut gefällt mir, Freunde" schreibst du. Und jetzt bist du diejenige von euch, die am besten in der Lage ist, zu lernen, Schritt für Schritt! Es liegt dir.. du bist vielleicht die "Studentin" von euch. – Vielleicht bist du wirklich entstanden durch die Schulzeit.

Das Wort "entstanden": Wenn ein Kind dauernd in schlimmen und überfordernden Situationen ist, teilen sich diese Schwierigkeiten auf in verschiedene Anteile. (So wie wenn eine Gruppe von Menschen eine Aufgabe bewältigt, die jeder einzelne von ihnen nicht machen könnte: jede hat eine spezielle Fähigkeit, mit der sie zu der Aufgabe beiträgt.) Das ist Dissoziation. Und wenn ein Kind erstmal gelernt hat, mit schwierigen Situationen so umzugehen, daß ein neuer Anteil zur Spezialistin oder zum Spezialisten für diese neue Aufgabe wird, dann kann das immer leichter geschehen. Dann "entstehen" immer leichter neue Anteile (neue Ichs).

Wenn ich davon ausgehe, daß es für das Kind Merle schon vor der Schulzeit schlimm war, im Elternhaus, dann ist klar, daß die Schule zuviel war für das Kind (wie es bisher war). Dann ist es wahrscheinlich, daß ein bestimmtes Ich neu entsteht, um mit der Schule klarzukommen. So könntest du entstanden sein!

20.5.17

Entschuldige muss ich mal schreiben...

Mache gerade Hausaufgaben mit der kleinen... mussten Bilder von Pferden ausschneiden und Pferde und alles was zum Bauernhof gehört suchen. Wollen in der Schule bauen. Sie hat da einiges von Schleich... und eine ganze Kiste mit Kram aus Ü- Eiern und so Spielzeug von McDonald's drin. Wir suchen und kramen... Ich zeige ihr verschiedene Tiere, Ziege, Katzen, Hunde, Fuchs da musste sie schon lachen dann zeig ich einen Schneemann dann einen Schlumpf. Sie sagt ganz cool KÖNNEN WIR EIN BISSCHEN VERNÜNFTIG SEIN? so cool die kleine! Muss so lachen

Doris

20.5.17

© Mach mal! Einfach leben! ☺

Wird keiner helfen?

20.5.17

Na das stimmt nicht so ganz. Mit der Schule komm ich schon klar wäre nur gern besser hätte gern mehr Zeit dafür. Mir macht Schule Spaß lerne gern habe aber eben keine Zeit mehr zu tun. Zu Freunden es ist fast nur Jungs aber NUR Freunde! Nicht so böse wie die Männer. Mit den Jungs kann man reden rumblödeln und so! Mit Mädchen nicht die sind neidisch zickig gemein! Ist nicht meins!

Wenn sich aber ein Mensch aufteilt wie du sagst muss es doch aber ein original geben? Wo und Wer ist das? Wie alt ist das? Was wird mit den ganzen anderen wenn das kommt? Mit mir? 😊

Weißt Du was ich mein?

Doris

20.5.

Was hat jetzt "nicht ganz gestimmt"?

Wenn jemand auf die Welt kommt, gibt es noch keine Anteile. Das Aufteilen beginnt in der frühen Kindheit, je nachdem, wann das Schlimme angefangen hat. Das "Original" wie du sagst, ist das kleine Kind, das vor dem Beginn des Aufteilens da war. Bei den meisten Multis ist es ganz innen, wie ein Kern, es schläft als Baby. Und wenn Multis sehr viel von ihrem eigenen "System" verstanden haben ("System" ist das ganze Innen, die vielen Ichs zusammen), dann spüren sie manchmal, daß da ganz innen ein Baby schläft. Auf das passen sie dann auf und es ist für alle ganz wichtig.

Manchmal hatte das Kind ein paar Jahre, in denen es sich entwickeln konnte ohne schlimme (traumatische) Erfahrungen. Dann kann es sein, daß dieses "Original" auch in der folgenden Zeit noch da war, also nicht immer schläft...

Wie es bei dir und euch ist, wissen wir noch nicht. Vielleicht ist es eines der Kleinen innen. Vielleicht ist es jemand, die innen nur immer zugeschaut hat und nichts tut, aber sehr viel weiß von all den Jahren (eine "Chronistin").

Aber jedenfalls ist es NIE so, daß Anteile (Ichs) irgendwann "ausradiert" werden! Davor brauchst du keine Angst zu haben. Auch eine Therapeutin/ein Therapeut kann das nicht "machen". Es kann nur sein, daß Ichs von sich aus, ganz freiwillig sich zusammentun ("integrieren").

20.5.

Na das die Schule zu viel ist für mich. Gehe doch gern hin mache doch mein Zeug aber eben nicht so gut wie ich möchte. Denn wenn ich zum Beispiel zu Hause lese und Vati sieht es kommt so'n Satz na dir geht's doch zu gut! Wenn Mutti mich dabei erwischt kommt du hast wohl nicht genug zu tun!? Das kotzt mich an! Wie soll ich da besser werden, klar das ich da nur Dreier und eben Vieren bekomme. 🐱

Was ist eine Chronistin?

Wenn ich mir das mal versuche vorzustellen, diese ganzen Anteile zusammen genommen ist das System? Und wenn das System komplett ist ist das original da? Ist dann aber ein Baby oder eine Frau?

Was ist Therapeutin?

Wird keiner helfen?

Darf ich nochmal was wegen gestern fragen?

Doris

20.5.

Doris, eigentlich hattest du doch schon verstanden, daß die Zeit im Elternhaus lange vorbei ist und du (also der Körper) jetzt erwachsen ist und es auch keinen Vater mehr gibt.

Oder bist du jetzt eine andere Merle als die 12jährige (Doris), mit der ich die ganze Zeit gemailt habe?

Mit der Schule meinte ich, daß es für ein Vorschulkind, das im Elternhaus Schlimmes erlebt, zuviel war, als es mit 6 in die Schule kam. Und daß dann DU entstanden bist als diejenige, die lernen konnte und sich in der Schule wohlfühlt hat. Ok?

Chronistin ist ein Anteil, der zwar ganz viel mitbekommt von dem, was geschieht, aber selbst nichts macht. Ein Anteil, der sich an alles erinnert, aber wie als Außenstehende, ohne Gefühle.

Das multiple System ist ja schon da – jetzt kommt es nur drauf an, daß ihr alle euch kennenlernen und zusammenarbeitet. Und wenn ihr das geschafft habt, seid ihr noch immer Viele, aber könnt besser damit umgehen. Dann ist Viele Sein sogar ein Vorteil, weil so unterschiedliche Fähigkeiten zusammenkommen!

Der Mensch kann dann ganz verschiedene Gefühle leben, – Gefühle als Kind oder als Jugendliche oder als Erwachsene.

Was mit dem "Original" ist, ist unterschiedlich. Jedenfalls ist es ein kleines Kind, innen. Vielleicht kommt es manchmal raus (aber ihm wird dann geholfen von den Großen), vielleicht schläft es immer weiter.

Therapeutin (oder Therapeut) ist jemand, der (oder die) Menschen unterstützt, die Schlimmes erlebt haben. Meistens sind das Menschen, die das als Beruf machen. Ich mach es nicht als Beruf, sondern weils mir wichtig ist und weil ich gemerkt hab, daß ich Menschen helfen kann (vor allem Menschen, die viele sind)..

Natürlich kannst du fragen!!

20.5.

Ich glaube jetzt bin ich durchgedreht? Ja ich habe geschrieben aber erinnere mich nicht alles geschrieben zu haben. Aber dennoch stimmt es genau! Ganz genau so war es!

Ich muss meinen Vater also niemals wieder sehen?!

Was passiert mit mir?

Ich bin eine Frau. Sehe aber aus wie ein Kind!

Lebe in einer anderen Welt? Oder anderen Zeit? ?????? Will es verstehen!

Ok danke. Fragen möchte ich dich... gestern bei dem Mann dieses Gefühl habe das dann ich gefühlt oder die Frau? ????

Doris

20.5.

Doris, versuch, dich zu beruhigen. Es ist ganz klar, daß jetzt erstmal einiges durcheinandergeht!! Nicht nur bei dir, sondern auch bei anderen Ichs hat eine neue Zeit begonnen. Es gibt viele

Wird keiner helfen?

Anteile, die endlich verstehen wollen, die endlich sich austauschen wollen, die endlich ihr Leben verstehen wollen. – Und als du mir geschrieben hast (so viele Mails in den letzten Tagen!), da waren sicher manchmal andere auch dabei, die mitgeschrieben haben. Und wieder andere, die sich jetzt noch in der Vergangenheit gefühlt haben.

Mach einfach weiter, so gut du kannst. Dadurch wird insgesamt in deinem System das Verstehen wachsen, die Klarheit, die Sicherheit, was sie wollen.

Nein, deinen Vater wirst du niemals wieder sehen. Deine Mutter lebt noch, und sie will immer, daß Merle sie besucht. Eine andere erwachsene Merle möchte das aber nicht, sie traut sich nur nicht, es abzulehnen. (Ich weiß nicht, ob jemand von euch beim Muttertag dort war.) Mit einem Bruder hat eine erwachsene Merle guten Kontakt; ich weiß nicht, ob du das mitgekriegt hast.

Nein, du siehst nicht aus wie ein Kind – nur für deine Erinnerung siehst du so aus. Von außen siehst du aus wie eine Frau. Hast einen erwachsenen Körper. (Ich schick dir ein Foto, das Merle mir mal geschickt hat.)

Du bist auf einem guten Weg, das alles zu verstehen. Weil du wirklich lernen kannst, also nachdenken und Schlüsse ziehen..

Das Gefühl bei dem Mann ist ein erwachsenes Gefühl.

Weil es die sexuelle Gewalt schon in der Kindheit und Jugend gab, kann es sein, daß solche Gefühle damals schon angeregt wurden durch die Täter. Aber eigentlich gehören sie ins Erwachsenenleben. Das macht ja einen Teil der sexuellen Gewalt aus: daß einem Gefühle aufgezwungen werden, die man eigentlich noch gar nicht gebrauchen kann als Kind, als Jugendliche.

20.5.

Mondrian ich habe Angst! Was ist mit mir?

Doris

20.5.

Wieso hast du Angst? Fühlst du etwas Komisches? Oder wegen der Täter? Oder weil dich das Neue verwirrt?

20.5.

Ja alles stimmt! 😊

Doris

20.5.

Das ist ganz natürlich. Aber du machst ja weiter und ich bleibe da. Du kannst immer weiter schreiben mit mir. Na klar!

20.5.

Danke das du trotzdem lieb bist!

Aber trotzdem bitte wenn es andere Anteile gibt diese mich wegschicken wohin muss ich dann? Wenn nicht zurück zu den Eltern? Wohin also?

Wird keiner helfen?

Wenn ich aber bleibe wie geht das weiter? Ich bin doch trotzdem zwölf in einem Körper einer Frau.? Weiß gar nicht damit umzugehen.

Du sagst Vergangenheit aber das ist doch eigentlich mein Leben!?

Danke fürs Foto. Das was Du mir erklärt hast mit den ich's Anteilen System das glaub ich so in etwa zu verstehen was Du meinst. Aber das ich so aussehen soll tut mir leid ist mir zu hoch! Muss heulen komme mir so dumm vor es macht mir Angst!

Es ist noch was anderes. Es ist mir unangenehm aber mit wem kann ich sonst darüber reden?

Doris

20.5.

Bisher gibt es noch wenig Verständnis unter den Anteilen füreinander. Manchmal ist ein Anteil stärker und drückt einen anderen Anteil weg aus dem Außen. Aber das ändert sich, denn letztlich wollen alle Anteile VERSTEHEN, so wie du, und das führt im Laufe der Zeit immer zu Solidarität und Zusammenarbeit. – Du darfst nie vergessen: ihr habt alle nur diesen einen Körper! Und jede und jeder von euch trägt dazu bei mit ihren Erfahrungen, dem Wissen, den Fähigkeiten, aber auch der Trauer über das Schlimme, der Wut über die Täter usw.

Ja, die Vergangenheit, das ist dein Leben, so wie es bisher war. – Es geht so weiter, daß du (und auch andere) dazulernt, also das, was fehlt, nachträglich lernt. Und schon in diesen Mails mit mir lernst du vieles, was du in der "echten Zeit damals" nicht wußtest, und auch vielleicht nicht verstanden hättest. Deshalb sag ich ja, mir kommt es vor, daß du jetzt schon weiterwächst, älter wirst.

Ich verstehe, daß dir manches so fremd und unbegreiflich vorkommt, daß es dir nur Angst macht. Dumm bist du nicht – für jeden wäre das so schwierig! Und es gibt noch immer Ärzte und Therapeuten, die gar nicht glauben, daß es das überhaupt gibt: Viele sein.

Du kannst mir das andere auch schreiben. Ich hab schon viele Jahre Menschen mit so schlimmem Schicksal unterstützt und bin sicher, ich kann etwas Vernünftiges dazu sagen.

20.5.

Also wenn die mich wegdrücken muss ich wieder in die Vergangenheit zurück?!☹

Wenn doch Ärzte das nicht glauben warum glaubst du es? Ärzte sind doch besonders schlau!

Als der Mann mich gestern hatte habe ich dir doch gesagt was er mit mir gemacht hat.

Gestreichelt und so und mein Höschen ausgezogen und noch was gemacht mit seinem Pippi.

Seit dem blute ich da. ☐Warum?

Doris

20.5.

Nein, sie könnten dich nur für einen Moment wegdrücken. Wie wenn ein paar Menschen sich gleichzeitig auf einen Stuhl setzen wollen. Mal schafft es der eine – aber irgendwann steht er doch wieder auf. In die Vergangenheit wird niemand mehr gedrückt, denn die Vergangenheit ist nur noch in der Erinnerung da. Es gibt sie nicht mehr. Ihr alle, auch du, seid in der Gegenwart – und könnt lernen, in der Gegenwart zu leben.

Nur manche Ärzte und Therapeuten glauben es nicht. Das hängt damit zusammen, daß man

Wird keiner helfen?

das mit DIS (Viele sein) noch nicht lange versteht. Es haben noch nicht alle gelernt. – Aber keine Sorge: du (also Merle Müller als Erwachsene) hat eine ärztliche Diagnose, daß du Viele bist, aus der Klinik, in der ihr wart.

Ärzte sind auch nicht besonders schlau. Es sind Menschen wie alle – es gibt gute und schlechte und mittelmäßige.

Ich "glaube" es nicht nur, daß es Vielesein gibt – ich weiß es. Weil ich seit 15 Jahren mit Menschen zu tun hab, die viele sind.

Er hat vermutlich "Geschlechtsverkehr" gemacht, das heißt, sein Glied in deine Scheide gesteckt. Und wenn man das grob macht, reißen Äderchen auf, dann blutet es. ☹

20.5.

Das mir die Männer Angst machen ok. Das mich das ganze verwirrt und Angst ok. Das kann ich benennen. Aber was fühle ich? Was ist das in mir für ein Gefühl?

Doris

20.5.

Ich bin nicht sicher, welches Gefühl in dir ist. – Hast du sowas wie gestern mit den Männern das erstmal erlebt? Dann kann ich mir vorstellen, daß du das erstmal diese sexuellen Gefühle empfunden hast. Obwohl das erzwungen war von dem Mann, ist es jetzt ein neues Gefühl, das nicht nur unangenehm war. Und das spürst du jetzt.. du spürst deinen Körper jetzt anders. Das könnte es sein, was du meinst.

20.5.

Was ist Diagnose?

Was bedeutet das....

Er hat vermutlich Geschlechtsverkehr gemacht, das heißt, sein Glied in deine Scheide gesteckt. Und wenn man das grob macht, reißen Äderchen auf, dann blutet es.

?????

Es ist mir zu blöde aber es blutet in mein Höschen! Ganz sehr!🤔 Warum?

Doris

20.5.

Diagnose heißt, daß ein Arzt eine Störung oder Krankheit erkennt und benennt. Viele sein (DIS) wird als Störung bezeichnet – es ist aber die Folge von schlimmen Sachen, also eher eine Verletzung. Und andererseits ist es auch eine Lebenskraft!! Bloß Ärzte und Therapeuten müssen etwas als Störung oder Krankheit bezeichnen, um Geld zu kriegen, wenn sie helfen wollen. Es ist etwas schwierig zu erklären!

Und das andere: Kennst du wie Wörter nicht, die ich gebracht habe? Vielleicht erinnerst du dich an Aufklärungsunterricht bei euch in der Schule? Glied ist, was du mit Pippi meinst. Und wenn ein Mann das in eine Frau steckt und bewegt, dann nennt man das Geschlechtsverkehr. Das

Wird keiner helfen?

machen die meisten Menschen beim Sex.

20.5.

Vielleicht hast du in der Wohnung Binden, die du dir reinlegen kannst? Aber wenn es übernacht nicht aufhört mit bluten, solltest du zum Arzt gehen!

20.5.17

Wenn ich darauf antworte wirst du doch denken die Männer haben recht! Bin eine Hure!!!! 😊

Doris 😊😊😊😊😊😊😊😊😊😊

20.5.

Unsinn!! Du bist ein Mädchen, das vor allem sexuell mißbraucht wurde.

20.5.17

Nein die Wörter kenne ich nicht. □ bin wohl zurückgeblieben! 😊

Tut mir leid aber trotzdem nochmal die Frage warum soviel Blut? Wann hört es auf? Klar du sagst ich sei nicht dumm aber ich fühl mich immer dümmer!

Du weißt alles und ich weiß nicht mal was Wörter bedeuten!

Nicht wütend werden bitte.

Doris

20.5.

Sei nicht sauer, Doris, ich will dich nicht kränken! Vermutlich mußttest du damals in der Schule abschalten (dissoziieren), wenn es um diese Themen ging. Weil eben schon damals sowas geschah, mit dir.

Aber jetzt hast du verstanden, wie ich es meinte?

Du mußt das bluten zum Stoppen bringen. Hast du Tampons?

Leider kann ich nicht wissen, wie schwer du verletzt bist. Es muß übernacht aufhören mit bluten!

Sonst bist du in Gefahr!!!! – Wieso kein Arzt? Über Ostern wart ihr (der Körper) auch in einer

Klinik und alle, die ich kenne von den Anteilen, fanden es gut.

20.5.17

Ich kann nicht zum Arzt gehen!!!! Niemals!!!!!! Bitte!!!!!!!!!!!! Du kannst mir einfach sagen was los ist!

Kein Arzt bitte!!!!!!

20.5.

Tampon einführen (aber das Bändchen zum rausziehen draußen lassen!). Nach ein paar Stunden rausmachen und gucken, ob es weiter blutet. Dann ein neues Tampon. – Und, wie gesagt: es muß in den nächsten Stunden aufhören.

Wird keiner helfen?

20.5.17

Du hast gesagt das Gefühl das ich bei dem Mann hatte hatte eigentlich nicht ich sondern die Frau.? Weil dieses Sexzeug für Erwachsene ist. Woher sollen Kinder das denn wissen? Oder bin ich wirklich ein spätEntwickler? Doris

20.5.

Es gibt schon viele Jahre lang Aufklärungsunterricht in der Schule. Und außerdem informieren sich Kinder heutzutage schon mit 10 über das alles, im Internet oder bei Freunden oder in der BRAVO. – Ich kann mir vorstellen, daß das bei dir alles sehr anders war – wegen dem schlimmen Elternhaus.

Doris, ich würde jetzt gerne langsam Schluß machen mit schreiben, für heute. Ich hatte einen langen Tag und wir haben seit heute früh gemailt, und gestern auch. Ich müßte mal schlafen gehen. Aber morgen bin ich wieder da und antworte. Ok?!

20.5.17

Oh schön wieder Wörter die ich nicht kenne.

Was ist Tampons?

Ärzte sind doch auch welche von den Männern die das machen!☹️☹️☹️☹️ bitte nicht!!!! Du kannst mir doch sagen was ich tun soll! Ich werde lieb sein! Bitte!

Doris

20.5.

Tampon sieht so aus: <https://goo.gl/images/qQGnxo>. Die gibts bestimmt in deiner/eurer Wohnung. Eine Frau braucht sie, wenn sie ihre Tage hat. Du hast das vielleicht nicht mitgekriegt, aber da du einen erwachsenen Körper hast, hat der auch die Tage und blutet dann, jeden Monat. Die erwachsene Merle wird deshalb sicher Tampons oder Binden haben. Das Tampon muß du aus der Plastikhülle befreien, dann das Fädchen rausziehen (das muß draußen hängen bleiben, zum später rausziehen des Tampons!) und es in deine Scheide einführen. Das saugt sich dann voll Blut und du kannst es ein paar Stunde später rausziehen und wechseln. Falls du keine Tampons findest, sind Binden das zweitbeste. Die kannst du ins Höschen legen.

Doris, ich bin auch ein Mann! – Männer sind nicht böse, nur weil sie Männer sind. Es gibt auch böse Frauen. Und Sex ist auch nichts Böse. Nur Gewalt ist böse. – Die erwachsene Merle geht auch zu Ärzten.

Vielleicht hast du einen Telefonkalender, in dem steht, welche Frauenärztin (oder Frauenarzt) die erwachsene Merle hat.

Bitte, falls das jemand von den Großen liest: helft der 12jährigen Doris!!!

20.5.

☹️☹️☹️☹️☹️☹️☹️

Wird keiner helfen?

22.5.

Wir sind bei dem TanzFestival von der kleinen. Ich muss noch auf so einen ganz kleinen aufpassen! Bin so müde! Irgendwas in mir drin macht mir große Schmerzen! Warum? Und warum darf ich nicht schlafen?

Doris

22.5.

Hallo Doris,

ich weiß nicht, was das in dir ist. Ich kann dir nur immer raten, nach innen zu fragen und zu bitten, daß andere Ichs dich unterstützen.

Möglicherweise ist viel Durcheinander innen, weil viele Anteile neue Informationen haben (wegen dem Mailkontakt mit mir) und neu über ihre Situation nachdenken.

Hat wenigstens das Bluten aufgehört?? Oder haben die Schmerzen damit zu tun? Du mußt schon auch auf deinen Körper aufpassen – und vielleicht morgen zu einem Arzt gehen, oder einer Ärztin.

22.5.

Ich kann doch nicht zum Arzt! Das habe ich dir gesagt! Warum glaubst du mir nicht? 😞😞😞😞😞😞😞😞

Doris

22.5.

Warum kannst du nicht zum Arzt? Die erwachsene Merle kann auch zum Arzt und geht zum Arzt. Das habe ich dir auch gesagt – warum glaubst DU mir nicht?

Ich sage, du und ihr alle müßt auf den Körper aufpassen, auf die Gesundheit.

Ich sage, Ärzte sind keine schlechten Menschen. Die aller-, allermeisten Menschen sind nicht böse!! Warum glaubst du mir nicht?

22.5.

Doch die machen genau dasselbe!

Ich weiß das du ehrlich bist aber du mußt mir glauben!

Doris

22.5.

Ihr habt alle so viel Schlimmes erlebt, daß dadurch so viel Mißtrauen und Angst in euch ist, aber es stimmt trotzdem nicht. Täter können in allen Berufen vorkommen, aber trotzdem sind die allermeisten Menschen keine Täter.

Ich bin jetzt für etwa eine Stunde nicht in der Wohnung, aber hinterher wieder da!

Mondrian

Wird keiner helfen?

22.5.

Du hörst nicht auf mich! Vor ein paar Tagen war ich doch erst dort! Er war böse zu mir! 😞 glaub mir eben nicht! Genau das hat er gesagt! Nur ein Kind!

Doris 😞

22.5.

Ich kann dich erst verstehen, wenn du mir erzählst, was genau gewesen ist. – Oder bist du jetzt eine jüngere als die 12jährige Doris, mit der ich gestern gemailt habe?

22.5.

Ja ich bin zwölf!¹³⁷ Bin vor ein Tagen im Sport gefallen und musste zum Arzt gehen. Aber er hat mir weh getan! Soll ich sagen was der gemacht hat oder glaubst mir nicht? 😞 Doris

22.5.

Doris, in dir ist jetzt wieder eine Erinnerung an die Zeit DAMALS. Gestern haben wir gemeinsam drüber geschrieben, daß jetzt eine andere Zeit ist und daß viele Erinnerungen in dir nicht von jetzt sind, sondern von damals. Weißt du noch, wie wir gemailt haben darüber??

Ich glaube dir, daß DAMALS sowas Schlimmes geschehen ist durch einen Arzt. Es kann gut sein, daß der damals zu den Tätern rund um deinen Vater gehört hat! (Du kannst mir gern schreiben, was geschehen ist. Ich glaube dir das!)

Aber in jedemfall kannst du es nicht auf alle Ärzte übertragen. Die aller-, allermeisten Ärzte sind nicht böse, sondern wollen helfen!

Und du (also der Körper) ist heutzutage nicht mehr in der Schule und nicht mehr beim Sport – und war auch nicht in diesen Tagen deswegen beim Arzt. Es war damals!

Versuch, es zu verstehen.

21.5.

Wie damals?

Doch es war erst vor ein paar Tagen die Wunde ist noch ganz frisch sehe es doch! Und ja mein Vater hat mich da hin gebracht.

Erst hat der Arzt mein Knie angeschaut und Pflaster rauf gemacht dann hat er mir weh getan!

Die kleine will die ganze Zeit kuscheln! Aber das tut mir weh! Macht mir schlechte Gefühle! Was tun?

Doris

¹³⁷ Daß ich sie mit der 12jährigkeit identifizieren wollte, war ein Denkfehler, denn auch diejenige Doris, die mit mir zu lernen begonnen hatte, fühlte sich ja als 12jährige. – Jetzt handelt es sich um eine Doris, die noch in der Vergangenheit steckt. – Erst im Laufe der Zeit wurde mir klar, daß häufig kurzzeitige Wechsel während der Mailkontakte stattfinden, daß einzelne Anteile (die ich teilweise nicht kannte) sich situativ "einmischen" und unter dem bisherigen Namen mit- oder weiterschreiben.

Wird keiner helfen?

21.5.

Doris, fangen wir jetzt wieder von vorne an? Dein Vater ist seit 2 Jahren tot. – Auch darüber haben wir geschrieben, gestern und vorgestern.
Und in den letzten Tagen hattest du Amelie bei dir – wie kannst du da beim Sport gewesen sein?

21.5.

?

Bist du jetzt auch sauer auf mich? Warum glaubst du mir nicht? ☹

21.5.

Doris, gestern hast du sehr gut mitgedacht bei all dem, was ich dir zu erklären versucht habe über Viele sein und Vergangenheit und Gegenwart und Täter. – Jetzt scheinst du das alles nicht mehr zu wissen. Vielleicht war es gestern und vorgestern wirklich ein anderer Anteil, ein anderes Ich, das mit mir gemailt hat?

Unser Mailen hat keinen Sinn, wenn du dich nicht mit dem auseinandersetzt, was ich schreibe.

Wenn du MIR nicht vertraust in meinen Erklärungen, ist das dein gutes Recht. Aber dann bin ich kein guter Helfer für dich, kann ich dir auch nicht helfen.

Es geht hier nicht um "glauben" oder "sauer sein".

21.5.

Ich weiß nicht was das bedeuten soll! Wenn ich dir zu dumm bin dann helfe mir eben nicht! Lass mich eben auch einfach allein! ☹☹☹☹☹☹☹☹☹ ich habe dir vertraut!

Doris

21.5.

Es tut mir leid, daß ich dir nicht helfen kann – aber so ist es wohl.

Mondrian

21.5.

☹☹☹☹☹☹☹☹☹

Die kleine ist nun weg ich bin jetzt ganz allein und habe keine Ahnung was ich machen soll! ☹☹☹☹☹☹☹

Doris

[nicht geantwortet]

Wird keiner helfen?

21.5. Doris¹³⁸

Alles gut Vati hat mich abgeholt.

22.5. 8:56

Sind böse viele tun ganz weh nemen Luft Vati nich lieb helfen mir

22.5. 16.39 Doris

Habe angst! Doch wieder Vergangenheit! Keine Hilfe! Kann mich nicht wehren nicht bewegen und es sind zu viele Männer! Es ist kalt dunkel grausam böse!!!! Bin müde keine kraft. Die kleine? Wer passt auf die kleine auf????? Muss sie doch beschützen!!!! Bitte hilf der kleinen!!!! Bitte!!!!
Doris

22.5.

Die Kleine ist doch beim Vater. – Es geht weiter!
Mondrian¹³⁹

22.5. 17:05

**Ach, Merle kann noch schreiben! Also geht's ihr wohl noch zu gut? Das wird sich gleich ändern!
Lass sie in Ruhe! Sie gehört mir! Nie wird sie auf dich hören! Nie! Meine..
Macht sie so weiter dann hol ich mir, du weißt schon!** ¹⁴⁰

22..5. 20h Doris

Die haben mich gehen lassen. Wo ist die kleine???? Habe Angst und Schmerzen! ☹️Doris

22.5.

Hallo Doris,
Amelie ist doch gestern wieder zu ihrem Vater!

22.5.

Also ist sie in Sicherheit? Bin jetzt in der Wohnung.
☹️☹️☹️☹️

Doris

¹³⁸ Hier eine Mail eines Anteils, der den authentischen Vater damals und deshalb den "Vati"-Täter von heute als positiv erlebt (möglicherweise Gisi). Die nächste ist bereits wieder von der kindlichen Doris, die die Tätergewalt empfindet. Dieses Mails (auch die Tätermail) wurden gesendet vom Samsung Mobile, das zusätzlich existierte und vom Täter häufig nicht weggenommen wurde, während er den Körper in seiner Gewalt hatte. Die Uhrzeiten der folgenden Mails deuten darauf hin, daß der Täter sein Opfer rund 24 Stunden in seiner Gewalt hatte und über Nacht in die "Kiste" gesperrt hat; auch dies geschah/geschieht häufig in den Wochen, in denen Amelie beim Vater war/ist.

¹³⁹ Auf ihre Not wollte ich wenigstens kurz reagieren, in der Hoffnung, daß ich nicht die Aufmerksamkeit der Täter auf diesen Austausch lenke – leider umsonst.

¹⁴⁰ Die Drohung, sich gegebenenfalls das Kind Amelie "zu holen", bekommen Merle & Co. häufig.

Wird keiner helfen?

22.5.

Amelie ist nie in Sicherheit, solange du nicht von den Tätern fliehst! – Der Mann hat mir eine Mail geschrieben und darin gedroht, wegen Amelie.

22.5.

Wie sollte ich fliehen? Es waren einfach zu viele! Die haben mir alle sehr weh getan! Aber klar alles ist meine schuld! Dachte du würdest mir wenigstens helfen aber du gibst auch mir die schuld! Habe die ganze Zeit auf die kleine aufgepasst!
Habe dir geglaubt! Es geht immer nur um andere! Was aus mir wird ist doch allen egal!!!!

22.5.

Du bist nicht alleine – es gibt andere Anteile in dir. Das hab ich dir oft gesagt – aber du hast mir nicht geglaubt.
Ich hab dir gesagt, daß ihr nur zusammen fliehen könnt – aber du hast mir nicht geglaubt.
Ich hab dir gesagt, der "Vati" ist nicht dein Vater – aber du hast mir nicht geglaubt.
So kannst du Amelie nicht schützen vor Gefahr.

22.5.

Das alles ist nicht wahr! Ich habe Dir das alles geglaubt! Ja vielleicht nicht gleich verstanden oder noch gar nicht verstanden aber geglaubt habe ich dir!
Es geht mir schlecht sitze hier in irgendeiner Ecke hab Angst Schmerzen und Weine! Keiner ist da! Und der einzige dem ich geglaubt vertraut habe gibt mir die schuld! Ist genau so wie alle!
Nie konnte ich etwas sagen! Doch du weißt genau was die gemacht haben! Und hast du gefragt was mit mir ist? Nein! Warum auch? Es geht doch nicht um mich! Ich bin doch egal! Allen Scheißegal!
Ich werde die kleine schützen! Wenn ich tot bin wird ihr nichts passieren können!

22.5.

Dachte das was ich bis eben erlebt habe war schlimm! Aber Verrat tut noch mehr weh! Im Herzen!

22.5.

Ich hab dir immer wieder gesagt, daß ich dir nicht helfen kann, sondern nur euch – nämlich wenn ihr Kontakt miteinander habt. Ich kann dir alleine nicht geholfen, es geht nicht.
Jammern hilft nicht, und wenn du meinst, ich hätte dich verraten, ok, dann laß uns aufhören mit dem Mailkontakt.

22.5.

Oh nein! Ich jammer nicht! Warum hast du dir gestern die Mühe gemacht mir zu erklären dir zu vertrauen? Jetzt wo ich wen bräuchte bin ich egal! Du sagtest ich wäre nicht schlecht und so.
Doch es stimmt nicht! Du weißt was die gemacht haben es ist eklig!

Wird keiner helfen?

Nicht mal dein Verhalten verstehe ich! Aber bin ja nur ein dummes Kind! Egal welche Zeit alle behandeln mich gleich!

Kann das nicht verstehen nicht aushalten!

22.5.

Ich hab dir vieles erklärt und du hast wohl auch vieles verstanden. Aber dazu gehört, daß ich dir alleine nicht helfen KANN. Es geht um euch, um das Viele sein. Ihr seid viele in einem Körper – und müßt alles tun, um Kontakt miteinander zu bekommen. NUR dann können wir Außenmenschen euch helfen.

Es bringt nix, wenn du immerzu von dir allein redest. Du bist nicht allein.

Falls du das nicht begriffen ahst, hast du gar nichts begriffen.

So ist es nun mal.

Es geht nicht um Verrat (verraten hat dich dein Vater und deine Mutter, damals), sondern darum, daß ich nichts tun KANN, solange du nicht mit allen Mitteln nach den anderen innen suchst. Du willst immer wieder nur Hilfe für dich allein – aber das geht eben nicht, weil du nicht allein bist.

Dich als dummes Kind zu bezeichnen und zu jammern (das tust du ja doch: "alle behandeln mich gleich" usw.) hilft auch garnichts.

22.5.

Was hab ich dir denn nur getan? Was habe ich böses gemacht?

22.5.

Ok, du kannst es wirklich nicht verstehen. Du jammerst nur, denkst nur an dich, und es ist nichts mehr da von all dem nachdenken gestern und vorgestern. – Bist du dasselbe Ich wie gestern und vorgestern? Ich glaube nicht.

Es wäre besser, wenn endlich erwachsene Anteile Verantwortung übernehmen!

22.5.

Warum bist du so gemein?

22.5.

Ich kann nicht mehr! Brauchte einen Freund! Der zuhört und hilft! Nicht auch verletzt!

22.5.

Ich bin nicht dein oder euer Freund. Ich versuche, euch zu unterstützen – ähnlich wie ein Therapeut.

22.5. 21:42

Ist das echt?

Ich kann nicht mehr! Wirklich! Was ist los? Warum willst Du mich los werden?

Wird keiner helfen?

Liege doch schon am Boden! Ich glaube nicht das alles nur Lügen waren! Du hast gesagt du lässt mich nicht allein!

22.5.

Du bist nicht allein – du bist viele. Ich kann euch nur helfen, wenn ihr das versteht.

Du bist eine von vielen in einem Körper.

Sobald ihr begreift, daß ihr Hilfe braucht als Viele, gegen die Täter, kann ich etwas machen – aber als Helfer, als Therapeut, nicht als Freund für einen einzigen Anteil.

22.5. An Alle

Hallo an alle, die das lesen!

Ich gehe jetzt ins Bett, bin morgen wieder da. Bitte versucht, miteinander in Kontakt zu kommen – sonst ist keine Aufarbeitung und keine Befreiung möglich und ihr werdet immer weiter in der Gewalt der Männer bleiben. Und Amelie ist wohl auch in Gefahr.

Bitte versteht, daß ich euch als Helfer unterstützen möchte, aber deswegen bin ich kein privater Freund. Genausowenig wie die Ärzte im Krankenhaus oder Therapeutinnen und Therapeuten.

Es tut mir leid, daß du (Doris) dich verletzt fühlst durch mich – aber ich fühle mich tatsächlich hilflos, wenn ich dir jeden Tag dieselben Sachen schreibe und du leider doch kaum etwas damit anfangen kannst.

Mondrian

Facebook 22.5.17

Hallo Mondrian,

Warum haben Sie das getan? Sie hat sich so Mühe gegeben zu verstehen! Vergessen Sie bitte nicht, sie ist ZWÖLF! Was haben Sie erwartet? Sie kam aus der Hölle! Musste ALLES allein ertragen! Ja, Sie brauchte in ihrer kindlichen Naivität einen "Freund"! Es ist zu spät, hat sich vergiftet! Ich kann nichts tun...¹⁴¹

Sie sagten mal zu mir, Sie werden uns nicht aufgeben, nicht allein lassen. Warum aber ausgerechnet die kleine? Sie hatte sich so angestrengt... Sie hat Sie gerade jetzt, gerade heute so gebraucht! Ihnen so vertraut!

Ihre Arbeit, dass was Sie tun für Menschen ist toll! Es sollte mehr Menschen geben, die denken wie Sie.

Danke! Danke für alles.... Schön Sie kennengelernt zu haben... 😊 Amanda

23.5.17 – 09:57

Ihr alle habt noch nicht verstanden, daß es wirklich keine Hilfe, keine Befreiung gibt, solange jede/jeder Anteil für sich alleine bleibt. – Auch bei dieser 12jährigen Doris kamen verschiedene andere zusammen, – eine davon hat sehr gut verstanden (mehr als jede andere von euch

¹⁴¹ Als ich dies erst am Morgen las, habe ich die örtliche Polizei alarmiert (um 10:15). Diese riefen um 11h zurück: "Die Kollegen haben sich unterhalten mit ihr, auf die Frage, ob alles ok sei, hat sie genickt." – Amanda hatte meine letzte Antwort um 10:27 gelesen.

Wird keiner helfen?

mitgearbeitet!), aber dann wieder das kindliche Anklammernwollen an einen Freund, der Glaube an einen "Vati", der noch lebt. – Ich KANN nichts machen, wenn die ERWACHSENEN Anteile nicht Verantwortung übernehmen! Sie alle stehen am Rand und gucken zu (auch Sie, Amanda!). So geht es nicht! – Zudem sehe ich jetzt reale Gefahr für Amelie. Es kann sein, daß ich bald im Interesse von Amelie handeln muß. – Übrigens war dieses FB-Postfach und Ihr Account hier seit der Nacht 14./15.5. blockiert, ich konnte Ihnen seitdem nichts schreiben. Warum? – Jedenfalls bin ich weiterhin bereit, euch zu helfen – aber ihr MÜSST die Innenkommunikation zustande bringen, wenigstens mal anfangen damit!! Mondrian
PS: Übrigens mußte sie nicht alles allein ertragen. Den letzten, besonders perversen Teil muß immer wieder Ronald ertragen (und andere). Deshalb seine Wut.

10:59¹⁴²

Ich hatte die Polizei benachrichtigt. Ihr lebt also noch – GOTTSEIDANK!!! – Das heißt, es konnten doch andere Anteile eingreifen, den Körper übernehmen. Es wäre so wichtig, wenn diese Aktivität weitergeht. Denn die Gefahr (für Amelie) bleibt bestehen. Mondrian

Mails:

23.5. 12:06 Doris

Mondrian, habe versucht dich zu verstehen wollte verstehen wie das mit dem System funktioniert. Doch im Grunde geht es doch gar nicht darum es geht immer nur um andere. Ich muss andere vor dem schlimmen schützen was mit mir gemacht wird! Mich aber schützt keiner! Nein! Im Gegenteil ich dachte du bist ehrlich daran interessiert mir zu helfen aber dir geht es auch nur um andere um die kleine! Ich verstehe es sie ist lieb! Ich bin eben nur eine Hure Dreck bin es nicht wert! Bin eben egal!

Ich weiß nicht was ich jetzt tun soll wo ich hin gehen soll? Habe nun keinen mehr! Die finden mich!

Doris

23.5.

Nein, Doris, es ist nicht so. Mir geht es genauso auch um dich. Du bist nicht egal, du bist kein Stück Dreck. Du bist keine Hure.

Ich versuche jedem Anteil eures Systems zu erklären, wie Hilfe möglich wird. Nicht nur dir!

Ich versuche euch zu helfen, diesem Körper mit all seinen Ichs. Und du bist eines dieser Ichs.

Denn auch andere Anteile leiden durch die Täter. Nicht nur du.

Es tut mir sehr, sehr leid, daß du so verzweifelt bist – aber ich kann dir trotzdem nicht so helfen, wie du es hoffst. Es geht einfach nicht! Ich würde es tun, wenn ich könnte! – Ich habe dich nicht verraten.

Es gibt nur den Weg, daß ihr alle Kontakt miteinander aufnehmt. Und du hast vor ein paar Tagen vieles verstanden, das war ein wichtiger Schritt – denn auch andere innen werden da mitgelesen haben und dadurch auch etwas verstanden haben.

Ich bin froh, daß du jetzt nicht den Körper zerstört hast – denn dann wären alle innen auch tot,

¹⁴² Gelesen um 11:02, keine Antwort.

Wird keiner helfen?

nicht nur du.

23.5.

Wie nehme ich Kontakt zu den anderen ich's auf?

Ich bin wirklich total verzweifelt aber warum sollte ich den Körper zerstören? Das tun doch die bösen Männer!

Die wollen mich töten.☹

Doris

23.5.

Es gibt jemanden, die auch als Doris geschrieben hat, die gestern angedeutet hat, daß sie sich umbringen will. Und ein ganz anderes Ich (Amanda) hat mir nachts geschrieben, du hättest dich vergiftet. Deshalb hab ich vorhin die Polizei angerufen und die waren bei euch in der Wohnung. – Das alles hast du nicht mitgekriegt?

Doris, ich weiß von außen auch nicht, wie ihr diesen Kontakt innen herstellen könnt. Ihr seid es alle so lange Zeit gewohnt, allein und ohne Kontakt nach innen zu leben, daß es vermutlich deshalb so schwer ist.

Ich muß noch viel mehr Geduld haben, bis ihr es schafft, und das will ich auch. Aber ich kann dich und alle anderen nur immer wieder dran erinnern: nur durch Innenkontakt werdet ihr so stark, daß ihr euch von den Männer befreien könnt.

23.5.

Im Müll habe ich Risperidon 2mg Verpackungen gefunden. Vermutlich fühle ich mich deshalb so komisch?

Aber umbringen?

Du hast mal gesagt nach Innen rufen.? Wie? Kann doch nicht reden.

Wenn wir Kontakt haben wie sollen wir uns dann aber von den bösen Männern befreien können?

Die wissen doch alles von uns! Sind doch viel zu viele und stark.

Merle

23.5.

Mit Risperidon kann man sich zum Glück nicht umbringen. Aber vermutlich war es das. – Ja, da hat ein anderer Anteil versucht, sich (und damit alle von euch) umzubringen.

Das rufen nach innen geschieht ohne Laut, also wie "nach innen denken". Glaub mir, es ist ganz natürlich für Menschen mit DIS (also die Viele sind) – aber ihr habt es so viele Jahre lang nicht gemacht, daß es für euch alle jetzt schwer ist, es zu lernen. Aber ihr könnt es lernen, du und die andern auch!

Wenn ihr Kontakt habt miteinander, könnt ihr zusammen entscheiden, euch zu befreien. Dann können wir außen auch helfen, mit den Behörden, mit einer anderen Wohnung usw. – Das geht aber erst, wenn ihr einer Meinung seid und wenn niemand mehr zu den Tätern laufen will!

Wenn ihr euch zusammen gegen die Täter entscheidet, dann sind die nicht mehr stark. Sie sind nur stark, weil sie immer nur mit einem Anteil zu tun haben, und der ist natürlich schwächer!!

Wird keiner helfen?

Sie sind feig und trauen sich nur an hilflose und ängstliche Kinder ran.

Doris, ich kriege um 14h Besuch. Da kann ich etwa 1-2 Stunden lang nicht Mails beantworten. Denke dann bitte nicht, ich sei verschwunden oder hätte euch im Stich gelassen.

23.5.

Heißt das das auch andere obwohl die in mir drin sind den Körper töten können?

????

Nach innen denken? Wie mach ich das? Was denke ich dann?

Der Mann hat doch mich gefangen! Gehe doch nicht von allein da hin! Oder was meinst du?

Doris

23.5.

Jeder Mensch kann sich selbst töten. Aus Verweiflung meistens, oder weil er sich ganz allein fühlt.

Nach innen sprechen: Nur einfach denken, und dir vorstellen, es gibt jemanden, der dich dabei hört. Das reicht. Aber du mußt es wirklich wollen, daß jemand dich dabei hört.

Es gibt Anteile in dir, die glauben, es ist "der liebe Vati", der da kommt und sie mitnimmt. Die gehen freiwillig mit! - Und genau diesen Anteilen müßt ihr anderen zeigen, daß es Böse sind, kein lieber "Vati".

So, jetzt klingelts, mein Besuch kommt. Bis später!

23.5.

Das weiß ich fühle mich verzweifelt und allein hätte gern jemanden dem ich alles erzählen kann! Doch wenn ich mich umbringen wollen würde dann wäre es meine Entscheidung. Das hier aber doch nicht! Und das verstehe ich eben nicht! Wie kann das gehen? Ja ich weiß verschiedene ich's. Aber wie soll eines davon den Körper töten können?

Kennst du diesen oder diese Anteile die denken es ist ein lieber Vati? Dann könnte ich sie doch direkt ansprechen.? Oder denke ich wieder falsch?□

Doris

23.5.

Hallo Doris, da bin ich wieder!

Ich weiß, es ist schwer zu verstehen, aber diese anderen Anteile sind genauso sehr "Ich" wie du! Auch du bist einer dieser Anteile. Du bist nicht "die Hauptperson", obwohl du dich natürlich so fühlst. Aber auch die andern Anteile fühlen sich als "Hauptperson" in diesem Körper.

Die Anteile könnten genauso sehr wie du den Körper töten.

Ein Ich, das denkt, es gibt einen lieben Vati, unterschrieb gestern mit "Doris". Deshalb bin ich ja auch durcheinander geraten und hatte selbst keine Hoffnung mehr. - Es war so, daß zuerst du und ich uns klug unterhalten haben... und dann plötzlich wurdest du immer kindlicher, hast nichts mehr verstanden und nur von der Vergangenheit geredet. Jetzt weiß ich, daß das nicht mehr du warst, sondern ein anderes Ich, das da langsam nach außen gekommen ist!

Es tut mir sehr leid, daß ich das gestern nicht verstanden hab und deshalb diesen jungen Anteil

Wird keiner helfen?

in Verzweiflung gestürzt habe!

Viele Anteile haben noch nicht gelernt, daß jeder von ihnen einen eigenen Namen haben sollte – weil es bisher keine Notwendigkeit dazu gab. Mehrere haben sich "Merle" genannt, nach dem Namen im Ausweis.

Daneben gab es aber schon früher auch Ichs mit eigenen Namen.

23.5.

Entschuldige, ich hab deine letzte Frage nicht beantwortet.

Ja, genau das ist ja das Wichtige: daß du anderen Anteile ansprichst und mit der Zeit ihr alle voneinander lernen könnt, daß Irrtümer und Verwechslungen vermieden werden.

Irgendwann wird es gelingen, mit dem inneren Kontakt.

23.5.

Also kann jedes Ich unabhängig voneinander tun was es will? Leben oder sterben?

Es muss doch aber einen Hauptteil geben? Wer ist das?

Woher weißt Du das? Wie unterscheidest du uns? Wie bemerkst du das? Der Kern also der Charakter ist doch vermutlich gleich?

Was aber soll ich nach Innen sagen? Die sollten ja dann schon auch auf mich hören.? Keine Angst vor mir haben. Und Angst haben vermutlich alle!

Doris

23.5.

Ach, Doris, es ist schön, daß DU wieder da bist! Ich erkenne dich, du bist die nachdenkende Doris, mit der ich in den letzten Tagen so gute Gespräche geführt habe (als Mail).

Also: mit den Ichs ist es ähnlich wie in einer Gruppe von Menschen außen. An sich ist jedes Ich unabhängig von den anderen, aber es gibt trotzdem welche, die stärker sind und andere, die schwächer sind. Die einen können dann eher etwas durchsetzen als die anderen. Auch deshalb ist es so wichtig, wenn ihr euch kennenlernt – weil ihr dann wirklich miteinander reden könnt (innerlich) und Sachen vereinbaren!

Es gibt keinen Hauptteil. Es gibt nur den Anfang.. also wenn ein Kind auf die Welt kommt, ist es nicht Viele. Das Viele sein entsteht durch die Gewalt, der das Kind ausgesetzt ist. – Und es gibt diesen Säugling ganz am Anfang, ja! Aber das ist eben ein Säugling. Er ist irgendwo innen, meistens schläft er. (Darüber hab ich mich mit einer "Doris" schon mal unterhalten – das warst du nicht, oder?)

Ich weiß das alles, weil ich seit Jahren Menschen unterstütze, die Viele sind. Und natürlich hab ich viel gelernt aus Fachbüchern, von Therapeutinnen, die darin viel mehr Erfahrung haben – und auch von Selbsthilfezeitungen von Multis.

Ich unterscheide euch nach dem, was ihr schreibt. Und dann natürlich nach dem Namen. (Aber das mit dem Namen klappt nicht gut, wenn verschiedene Ichs denselben Namen tragen.)

Die Meinungen und das Wissen der Anteile ist total verschieden, – aber es gibt wirklich etwas Gemeinsames, eine Art gemeinsamen Charakter. Deswegen mag ich wirklich auch alle Anteile, so verschieden sie sind: ich spür dieses Eigene, den Charakter, das Ehrliche..

Wird keiner helfen?

Du hast recht: die Angst ist der Hauptgrund, daß Anteile nicht miteinander reden. Und sie sind unsicher, sie wissen nicht, was passiert, wenn sie mit diesem oder jenem Anteil reden. Sie wissen nicht, ob ein Ich zu den Tätern hält.

Und manche wissen überhaupt nicht, daß es noch andere Ichs gibt. Manche glauben nicht, daß alle in einem Körper sind.

23.5.

Jetzt wo ich es lese kommt es mir bekannt vor habe das mit dem Säugling schon gehört. Bitte nicht denken ich wäre durchgeknallt aber kann es sein das ich die anderen hören kann? Also ich verstehe nicht genau wie eine Unterhaltung. Es ist wirr Geschrei brüllen reden lachen weinen das alles durcheinander. Aber es keiner hier und es im Kopf. □ du sagtest vorhin nur das reden denken. □

Darf ich etwas wegen gestern fragen oder besser nicht?

Doris

23.5.

Doris, es ist sehr gut, wie du jetzt aufmerksamer wirst!! Genauso geht es weiter.. du erinnerst dich sacht an etwas – es ist in dir – es ist eine ganze Welt in dir, die du entdecken kannst.

Es ist erstmal wirres Gebrüll, aber das hat damit zu tun, daß die allermeisten innen ja nie jemanden gefunden haben, der mit ihnen reden will! Es wird klarer, wenn sie merken, da ist doch jemand.

Es geht denen wie dir: sie wußten nicht, daß andere da sind, innen, wenn auch niemand außen ist – und daß sie diese anderen innen kennenlernen könnten...

Klar, frag mich bitte. Fragen ist wichtig, denn nur so erfahre ich, was du nicht weißt oder was dir unklar ist.

23.5.

Danke

Ich Frage sofort habe gerade Probleme mit meinen Augen.????

23.5.

Also ist das Gerede von den anderen ich's in mir? Dann sind davon aber auch welche böse! Die sagen genau böse Wörter wie die Männer!

Gestern hat ein Mann der schlechtes gemacht dieses SexZeugs der war nur gemein nur grob hat nur weh getan hat später und das verstehe ich nicht warum böses zu mir gesagt und eine Tüte über meinen Kopf gezogen konnte nicht atmen. Mich nicht wehren oder befreien der hat meine Hände und Beine festgebunden. Keine Ahnung was passiert ist lebe ja noch war dann wieder in dem kleinen Zimmer allein. Warum hat der das überhaupt gemacht? Der hat doch die ganze Zeit schon dieses SexZeugs gemacht. Warum also?

Und noch etwas ich habe zwei Handys ein kleines sieht aus als ob das nicht mehr funktioniert aber es geht. DIE wussten das nicht. Haben mir nur das große weggenommen. Aber gestern oder

Wird keiner helfen?

vorgestern weiß nicht mehr genau kam einer wütend und hat es genommen und böses gemacht. Du sagst die wissen nicht alles aber doch! Die wissen alles!
Du weißt nun von dem Gerede im Kopf und offenbar denkst du es ist nicht wirre.? Aber was wenn ich dir sage die sind in meinem Kopf drin!

Doris

23.5.

Ja, es gibt wohl auch welche in dir, die orientieren sich an den Tätern (den Männern). Sie wissen es nicht besser, – die Männer waren die Einzigen, die sie als Kinder hatten. Und Kinder brauchen irgendwelche Orientierung. Wenn es euch einmal leichter fällt, Innenkontakt zu halten, könnt ihr auch mit diesen Anteilen reden und ihnen erklären, daß die Männer ihre Feinde sind. Und könnt ihnen sagen, daß sie mit mir drüber reden (schreiben) können.

Diese Ichs sind nicht böse, sie sind nur belogen worden von den Tätern, den Männern!

Glaub mir, ich habs auch mit anderen schon so gemacht, ihnen dazu geholfen.

Ich weiß, daß das gestern passiert ist. Andere Ichs haben es mir geschrieben, daß sie keine Luft mehr kriegen und festgebunden waren. Sowas machen die Männer, um ihre Macht zu zeigen. Damit auch wirklich alle Anteile glauben, daß die Männer so mächtig sind, daß ihr keine Chance habt zu fliehen. Sie sind aber nicht so mächtig, sondern nur gegenüber hilflosen Kindern, die zuviel Angst haben, um sich zu wehren.

Das mit den Handy wußte ich. Leider bin ich mit schuld, daß sie das kleine Handy (Samsung Mobile) jetzt auch haben. Mit dem hatten immer junge Anteile geschrieben, wenn ihr (der Körper) in der Gewalt der Täter wart. Das war auch gestern so. Und leider hab ich den Fehler gemacht, gleich zurückzumailen (als ihr noch bei den Männern wart!). Da es dieselbe Nummer ist, haben die Täter es auf dem großen Handy gemerkt!! – Also nur deshalb hat er es gemerkt, weil meine Mail ankam und er konnte dann lesen, daß jemand von euch mir in der Minute vorher geschrieben hatte.

Nein, sie sind keine Zauberkünstler. Sie wissen nicht mehr als du auch wissen würdest, oder ich. Natürlich ist das Reden in deinem Kopf, – alle Anteile haben ja denselben Kopf, du und sie auch. Wenn du nachdenkst oder versuchst, andere innen zu rufen, hört sich das für die anderen auch so an.

23.5.

Wenn diese Männer das also brauchen um zu zeigen das meine Angst sie stark macht? Dann kann ich doch einfach so tun als ob ich keine Angst vor denen habe. Dann hören die auf mit allem?

Daher wussten die das also! Die haben mir gesagt die wissen alles sind in meinem Kopf! Das stimmt also nicht!?

Es gibt so vieles anderes was die mit mir machen denkst du ich kann das irgendwann mal erzählen?

Dieses dissoziieren kann das auch einfach am Tag passieren?

Doris

Wird keiner helfen?

23.5.

Doris, es geht ja nicht nur um dich. Es gibt viele Ichs in dir, und die meisten von ihnen haben Angst. Ihr alle seid seit der Kindheit in Angst gehalten worden, immer weiter Angst. Und vor allem die jungen Anteile werden noch lange nicht verstehen, daß es ein anderes Leben geben kann. – Die meisten von euch können sich ein anderes Leben nicht vorstellen... oder vielleicht du als eine der wenigen!

Erst wenn ihr Kontakt miteinander habt, werdet ihr (zusammen) den Mut haben, um da auszusteigen. Dann werden viele Anteile die Hoffnung haben, daß ein Leben ohne Angst möglich ist. Darauf hoffe ich!

Ja, diesmal kann ich dir beweisen, daß es sehr einfache Gründe hat, wenn die Männer etwas wissen. Und daß sie nur LÜGEN, wenn sie behaupten, sie wissen alles in deinem Kopf.

Schwachsinn! Quatsch! – Ich habe Fachbücher, in denen all das drinsteht, diese Lügen der Täter... es ist immer so, alle Therapeutinnen, die damit zu tun haben, wissen es.

Doris, es ist sogar sehr wichtig, wenn Überlebende davon berichten, was solche Täter gemacht haben! Denn nur dadurch lernen die Menschen (die vielen nicht bösen Menschen!), daß sowas geschieht, und es wird dann mehr Unterstützung geben. (Ich habe selbst auch Berichte von Opfern veröffentlicht.) – Es wäre schön, wenn du einmal auch zu denen gehören würdest, die ihre Geschichte veröffentlichen. Ich kanns mir vorstellen. (Ich weiß ja, du bist die Lernende; du hast die Fähigkeit, über Sachen nachzudenken, sie zu lernen und aufzuschreiben, stimmts?)

Was meinst du mit "das dissoziieren kann einfach am Tag passieren"? – Wahrscheinlich meinst du das Wechseln von einer Persönlichkeit (einem Ich) zum andern? (Man nennt es auch "switchen") – Ja, das kann immer passieren, zu jeder Zeit.

23.5.

Ich verstehe wie du das meinst. □ ja richtig da habe ich nur darüber nachgedacht wie ich es machen könnte. Aber muss ja nun davon ausgehen das ich eben nicht derjenige bin... ☹

Denkst Du ich werde jemals verstehen warum Menschen so sind? Wieso sie anderen so etwas antun können?

Das alles aufzuschreiben kann ich mir schon vorstellen. Das Problem wird nur werden erstmal darüber reden zu können! Kannst du dir vorstellen das Dinge passieren die so schrecklich sind das man diese nicht aussprechen kann?

Nein Wechsel meine ich nicht. So weit bin ich noch nicht. ☺

Es geht darum ein Beispiel die kleine und ich wir spielen Playmobil und plötzlich höre ich wohl auf bewege mich nicht mehr, wie eingefroren. Die kleine sagt später es war ein Tagesschlaf. Sie nannte es so. Draußen ist es mir auch schon passiert laufe und bin plötzlich im nächsten Moment viel weiter...

Was also ist das?

Doris

Wird keiner helfen?

23.5.

Doch, du bist diejenige, – aber eben: "auch". Ihr alle seid "diejenige". Du bist nicht "weniger" als andere!! Aber auch nicht "mehr".

Doris, verstehen werden wir das wohl nie, – du nicht und ich nicht. Solche Menschen sind mir fremder als jedes Tier!!! – Aber man kann lernen zu wissen, daß es sowas gibt. Und dieses Lernen ist wichtig, um helfen zu könne, um dagegen an kämpfen zu können.

Du hast recht: darüber zu reden ist viel schwerer als es einfach zu wissen. Das geht mir auch so. Ich habe viele schreckliche Sachen gehört von Opfern, und irgendwie kann ich damit umgehen, wenn ich drüber schreibe oder wenn ich konkret zu helfen versuche. Aber wenn ich mal einem Außenstehenden etwas davon berichten will... kommen mir die Tränen und ich kanns eigentlich nicht. Es will nicht über meine Lippen. Oder ich habe Phantasien, mit einem Maschinengewehr alle diese Menschen umzubringen. Ich hab das von anderen auch gehört, von Betroffenen wie auch von Helfern.

Was du beschreibst, ist wahrscheinlich der Totstellreflex (oder Immobilitätsreaktion). – Es gibt drei natürliche Reaktionen auf Gefahren, bei Tieren und auch bei uns Menschen: Angreifen und Flucht sind die häufigsten. Wenn man beides nicht kann, gibt es noch den Totstellreflex. Bei Tieren bewirkt das manchmal, daß der Angreifer in der Natur seine Beute nicht mehr erkennt. Und das gibts auch bei Menschen. Es ist als Reaktion in dir (euch) verankert, weil ihr ja sehr oft in solchen Situationen wart und seid, wo weder Angriff noch Flucht möglich ist. Warum es eintritt, wenn gar keine Gefahr ist, weiß ich nicht. Vielleicht gab es da doch einen Trigger (Auslöser) für einen Anteil innen. (Also etwas, wodurch ein Anteil Angst hatte.) – Wenns im Laufen geschieht, ist es eine Fugue (sprich "Füg"), das ist auch eine dissoziative Reaktion. Kann auch durch einen Trigger hervorgerufen werden. Sowas ist meistens nicht schlimm, nur unbequem. Schwierig ist es nur, wenn du zugleich auf die Kleine aufpassen mußt oder wenn du über eine Straße gehst und dabei dissoziiert.

23.5.

Liebe Merle und liebe Doris,

ich möcht jetzt gern den Rechner ausmachen. – Morgen hab ich tagüber einen Termin außer Haus und nachts wieder Nachtdienst (auch in den nächsten Tagen). Aber ich werde immer nach Mails gucken, sobald ich kann!

Bis dann!

23.5.

Diese Phantasien kenne ich auch aber etwas anderes. Die Männer die das tun tun mir manchmal leid. Mich machen andere Leute wütend! Leute wegen denen es mir plötzlich total schlecht geht. Einfach nur so weil sie so aussehen wie sie aussehen oder so riechen nach Rauch nach billigem AfterShape nach Schweiß oder MenschenMengen! So etwas macht mich wütend weil es mir schlecht macht. Dann denke ich manchmal wenn so vieles zusammen kommt an AmokLäufer.... wenn die einfach ausrasten! Mir fällt es dann schwer gelassen zu bleiben. Weißt du wie ich meine?

Wird keiner helfen?

Meine Frage hast du aber direkt nicht beantwortet. □ Kannst du dir vorstellen das Dinge passieren die so schrecklich sind das man diese nicht aussprechen kann? Denn das stelle ich mir schon als großes Problem vor. Denn ich muss doch darüber sprechen damit es raus kann. Oder????

Das mit dem totstellReflex versteh ich leider nicht so ganz. Warum sollte das passieren beim spielen mit der kleinen?

Doris

23.5.

Daß dir die Männer, die sowas tun, manchmal leid tun... ist für mich schwer vorstellbar. Klar, ich weiß auch, daß sie krank sind, daß sie selbst irgendwann in der Kindheit Opfer waren, – aber leid tun können sie mir nicht. (Andererseits hat mich mal ein Junge, der nur voller Wut auf Eltern usw. war, angegriffen mit dem Messer und fast umgebracht. Da hatte ich dann auch das Gefühl, er tut mir leid – ich kann ihm bis heute nicht böse sein, weil ich sein Leid gespürt habe.) – Wenn ich zugucke, wie andere das Opfer sind, steht es mir gar nicht zu, daß der Täter mir leid tut, dann MUSS ich auf der Seite des Opfers stehen. Wenn ich selbst das Opfer bin, dann hab ich mehr Freiheit, mich dafür zu entscheiden.. – hat das eventuell mit deinem Gefühl zu tun?

Ja, Amokläufer. Ich hab unlängst einen Film zu einem jugendlichen Amokläufer gesehen: "Ziellos" <https://youtu.be/GOfW9Gq-RDw>, da wurde auch deutlich, der Junge haßt irgendwann einfach ALLE, weil diese ganze normale Welt um ihn herum IHN nicht mitkriegt, sein Leid ignoriert, weil er keinerlei Kontakt zu denen bekommt. Vielleicht hat das mit deinem Gefühl zu tun?

Deine Frage.. Ich denke, wir können das nicht verallgemeinern. Ich weiß nicht, ob es etwas gibt, das NIEMAND aussprechen kann. Es hat doch mit den persönlichen Gefühlen zu tun. – Was dich selbst angeht: drüber sprechen ist auf jedenfall heilsamer als nur es aufschreiben. Aber um etwas zu veröffentlichen, reicht das aufschreiben. (Aber vielleicht hat dein/euer Mutismus, das nicht mehr sprechen können auch damit zu tun, daß die Tatsachen zu schrecklich sind?)

Totstellreflex: Ich weiß auch nicht, wieso es wann passiert – aber von deiner Beschreibung könnte es sowas sein. Mehr kann ich dazu jetzt nicht sagen. Aber wenn du (und andere Ichs) mehr Erfahrung hast in dem Aufarbeiten, also in unserem therapeutischen Nachdenken, dann wirst du das vielleicht selbst herausfinden!

So, jetzt hör ich auf bis morgen, ok?

Ich freu mich, wens weitergeht, unser Austausch!

Mondrian

23.5.

Danke für Deine Antworten! Das hilft mir sehr!

Gute Nacht für Dich!

Doris

Facebook 24.5.17 02:46

Hallo Mondrian, Wir haben denk ich schon viel verstanden. Doch werden auch wir blockiert. Meine Aufgabe ist z.B. zu beobachten, Hinweise zu geben, das System als Ganzes zu schützen.

Wird keiner helfen?

Viele versuchen Innen Kontakt zu finden. Doch die kleinen, die wütenden, es ist zu viel Chaos im Innen! Wir hoffen auf die Klinik. Der Kontakt zu den Tätern muss unterbrochen werden, nur so wird etwas Ruhe rein kommen. Der Körper ist kaputt. Voller Schmerz, Wut, Hass, Zorn und müde.

Es besteht keine Gefahr für Amelie. Wir hatten Ihnen doch versichert das auf Amelie sehr gut geachtet wird! Wir würden es niemals zulassen das ihr etwas geschieht!

Die Täter hatten das Smartphone und haben den FB Account gesperrt und das Passwort geändert. Kann nicht sagen warum weshalb.

Ja, wir wissen natürlich auch um Ronald. Es ist leider nicht nur Ronald sondern noch sehr viele andere denen es genau so ergeht. Er hat sich getraut mit Ihnen zu sprechen. Das ganze System ist so groß, vielleicht ist es auch deshalb so schwierig? Und der Missbrauch ist eben so pervers... !

Und auch wenn man von dem Medikament nicht sterben wird, haben es doch einige Beschützer geschafft, dass sie es erbricht. Sie sehen, wir tun schon was und hören zu!

Wir alle sind Ihnen dankbar, sehr dankbar! Auch wenn es bei einigen nicht so klingen mag....

Amanda

09:30

Danke Amanda. Es hilft mir sehr zu wissen, daß Persönlichkeiten im Hintergrund sind, die Überblick haben und mitarbeiten!! –

Ich sehe es auch so, der Kontakt zu den Tätern muß unterbrochen werden. Das wird aber auch die Klinik nicht leisten, denn kein Richter wird eine Zwangseinweisung genehmigen: Die Selbst-/Fremdgefährdung ist für Außenstehende nicht belegbar. Zudem dient sicher auch dann das Handy zur Kontaktaufnahme der Täter. –

Ich glaube, es ist viel erreicht worden in den letzten Monaten. Ich spüre die Suche nach Orientierung und verstehen und lerne selbst noch jeden Tag dazu.

(Hinsichtlich Amelie mache ich mir allerdings dennoch Sorgen.) Mondrian

[gelesen 9:46]

Mails:

24.5. 10:37

Hallo Mondrian,

Nein, ich glaube in dem Film bei dem Jungen ist es anders. Es ist bei mir so als ob die Leute bei mir etwas machen. Wodurch es mir dann plötzlich nur durch deren Anwesenheit schlecht geht! Als ob die dabei waren.!

Noch ein paar Fragen bitte...

– gestern Abend wollte duschen gehen bin dabei mich auszuziehen alles ok es ging mir naja alles klar eben. Ziehe Hose aus ok ziehe Oberteil aus plötzlich stehen zwei von den Männern direkt vor mir! Ich erschrecke so das ich Falle mich verletzte an der Wanne aber es ist ok doch die Männer sind noch da kann mich nicht rühren Angst die schreien mich an tun mir weh! Später sind die weg.

Die waren nicht wirklich da? ODER?

Wird keiner helfen?

– gehe schlafen kann nicht schlafen steh wieder auf laufe rum gehe später ins Bett doch ganz heute früh gegen halb vier wache ich im Schrank auf.

Wieso? Wie bin ich da rein gekommen? Warum?

Doris

24.5.

Hallo Doris,

ich habe den Film so verstanden, daß für den Jungen alle Leute zu den Feinden gehören, weil er immer wieder nur Ablehnung und Unverständnis erlebt, weil er sich Hilfe und Zuneigung gar nicht (mehr) vorstellen kann. – Aber du hast recht, bei dir/euch kommt etwas anderes dazu: Die realen Täter (die Männer) sind Fremde, manche haben eine Maske auf, das heißt, bei jedem Mann auf der Straße ist unklar, ob es einer von denen ist oder sein könnte.

Leider mußt du bei so einer konkreten Erinnerung davon ausgehen, daß die Männer heut nacht wirklich da waren. – Es ist noch unklar, was bestimmte Anteile tun. Es kann gut sein, daß ein Anteil von den Tätern per Handy angerufen wird und den Befehl bekommt, die Tür zu öffnen, sobald du dich ausziehst.

Vermutlich hat sich dann ein anderer Anteil (ein Kind) in den Schrank geflüchtet – und du bist dort aufgewacht.

So auf diese Weise geht es bei Multis, wenn die Anteile noch ganz isoliert voneinander sind.

Daran siehst du wieder, wie wichtig es ist, wenn ihr im Laufe der Zeit lernt, Kontakt zueinander zu finden!

Trotzdem sind solche täterorientierten Anteile nicht böse – sie verstehen es nur nicht besser. Die Täter hatten viele Jahre Zeit, Anteile in ihrem Sinn zu erziehen, zu unterdrücken.

Aber ich habe trotzdem heute Nacht eine wichtige Nachricht bekommen von einem Anteil, der auf der Seite der Befreiung steht! Es gibt auch viel Gutes, das dich innen unterstützt – auch wenn du diese Anteile noch nicht kennst.

24.5.

Heißt das die kommen in meine Wohnung?

Und dann hat ein anderes Ich das schlimme ertragen müssen? Kann ich es deshalb nicht vollständig erinnern?

Ich würde dann den der die Tür aufgemacht hat nicht als böse sondern eher als dumm bezeichnen!

Die Frage von gestern was denke ich nach Innen hast du nicht beantwortet. Möchte denen doch keine Angst machen.

Denkst Du das auch Ich's in mir sind die überhaupt keine Hilfe wollen? Die sich gegen solche wie mich die das mit den Männern nicht wollen wehren!?

Eine Nachricht von einem lieben Ich in mir? Dann könnte ich den doch rufen?

Nicht?

Doris

Wird keiner helfen?

24.5.

Ja, Doris, du mußt davon ausgehen, daß die Täter leider sehr guten Kontakt haben zu bestimmten Ichs, die auf die Täter hören – teilweise aus Angst, teilweise, weil sie denken, diese Täter sind "gut".

Anteile, die denken, die Täter sind "gut", bekommen niemals die Gewalt zu spüren: das ist der Trick dabei!

Daß du dich nicht vollständig erinnern kannst an etwas, hat IMMER den Grund, daß in einer bestimmten Situation, einer Zeitspanne, andere Anteile im Körper waren. – Wenn es aber Kontakte zwischen den Anteilen gibt, oder auch Co-Bewußtsein (also z.B. daß du auch etwas mitbekommst, was ein anderes Ich außen grade macht), dann wird es möglich, sich abzusprechen und Tätereinfluß zu vermeiden.

Ja, du hast recht, "böse" sind solche Anteile nicht, die den Tätern die Tür aufmachen. Aber sie haben es auch nicht verdient, als "dumm" bezeichnet zu werden. Weil es alles hilflose Kinder sind, die über Jahre hinweg belogen und übertrickst und gefoltert wurden.

Es ist in eurem System innen wohl ein großes Chaos, viel Verwirrung, viel Angst und Orientierungslosigkeit, vor allem bei den jüngeren Ichs. Stell dir das vor, wenn du nach innen sprichst. – Mach es, wie wenn du mit einem hilflosen verwirrten Kind sprichst, das aber auch manchmal sehr wütend ist, eben weil es sich nicht auskennt und denkt, irgendjemand muß doch schuld sein an all dem Schlimmen! – Nie schimpfen, nie verurteilen, sondern informieren... sagen, was du dir wünschst, worum es dir geht.. möglichst lieb mit ihnen sprechen, auch wenn sie selbst nicht immer lieb zu dir sind.

Ja, es gibt Ichs, die denken, es geht ihnen gut, die Männer sind lieb, – sie kriegen ja selbst keine Gewalt mit. Und die Männer haben ihnen immer eingebleut: Wenn ihr etwas verratet, wenn ihr euch an Helfer wendet, dann erst wird es euch schlecht gehen. Dann sperren sie euch ein in die Psychiatrie. Und die Leute würden euch sowieso nichts glauben, sie würden euch als Lügner sehen, sie werden euch quälen. Solche Sachen haben manche Anteile jahrelang gehört von den Tätern – und das glauben sie natürlich jetzt noch!!

Dieses liebe Ich (Amanda) ist vermutlich nur dafür da, im Hintergrund zu helfen. Ich hab dir das nur gesagt, damit du weißt, es geschieht auch etwas ganz woanders in eurem System. Es gibt Beschützerinnen in euch – die aber nicht Kontakt aufnehmen (oder nur ganz selten), aber trotzdem innen etwas tun.

So, ich muß mich jetzt vorbereiten aufs Gehen, hab einen Termin außerhalb. Gegen 16h bin ich wieder da und kann dann wieder nach Mails gucken, bis ich nach 19h in den Nachtdienst gehe. Es geht weiter, Doris!

24.5.

Du sagst "es geht weiter" was meinst du damit?

Also muss ich die finden die Kontakt zu den Tätern haben.?

Ok ich verstehe Dich nehme mein "dumm" zurück.□

Das mit dem so nach Innen denken werde ich machen... Ich hoffe es geht auch!

Wird keiner helfen?

Nochmal zu gestern bitte... dieses Medikament welches ein Ich viel zu viel genommen hat woher hatte sie das? Wofür ist das gut?

Und die kleine wenn ich das richtig verstanden habe bin ich also der Körper die Mama von ihr.? Warum fühle ich das nicht? Müsste eine Mama nicht fühlen das sie ein Kind hat? Dieses Kind lieben?

Doris

24.5.

Hallo Doris, da bin ich wieder.

Es geht weiter – damit meinte ich: der Weg zur Befreiung. Unser Austausch (deiner und meiner). Das Lernen auch anderer Ichs.

Diejenigen, die Kontakt zu den Tätern haben, können lernen von dir und von mir – in unterschiedlicher Weise. Wenn sie von dir erfahren, wie es dir geht, ist das das Wichtigste. Aber andererseits können sie von mir, also von außen, etwas anderes von der Außenwelt erfahren, als sie von den Tätern her kennen. Sie können merken, daß es außen auch andere Menschen gibt, – und wie es sich anfühlt, wenn jemand außen es wirklich gut meint mit ihnen. Also kannst du ihnen immer sagen, daß sie auch mit mir in Kontakt treten können!

Risperidon habt ihr vermutlich von einem Psychiater verschrieben bekommen. Es ist ein Neuroleptikum, das bei Psychosen verschrieben wird.:

"Der Wirkstoff Risperidon dient der Behandlung schwerer Psychosen mit Realitätsverkenkung, Wahnvorstellungen und Halluzinationen, wie sie beispielsweise bei chronischer Schizophrenie oder einer krankhaften Übersteigerung (Manie) auftreten. Ein weiteres Einsatzgebiet sind Psychosen bei Patienten mit Demenz-Erkrankungen."

Ist natürlich Blödsinn, es euch zu verschreiben!! Es zeigt, daß der Psychiater nichts versteht von DIS. Leider ist das oft so. – Aber es ist nicht giftig. Die Wirkungen bei Überdosierung sind meist Benommenheit, Herzklopfen, Kreislaufprobleme, Bluthochdruck. Nur extrem selten Schlimmeres – und es scheint ja gut gegangen zu sein. Zumal es Beschützeranteile gab, die das betreffende Ich zum Erbrechen gebracht haben. Da war also nicht mehr viel drin. Und als am folgenden Tag vormittags die Polizei bei euch war (ich hatte sie angerufen), ging es dem Körper wohl schon wieder gut.

Eine erwachsene Merle, mit der ich früher Mails ausgetauscht habe, hatte mir gesagt, daß sie grundsätzlich keinerlei Medikamente vom Psychiater nimmt. Weiß natürlich nicht, ob jemand anderes Medikamente einnimmt.

Ja, der Körper ist die Mutter von Amelie. Es gibt einige Anteile, die Muttergefühle für Amelie haben. Am meisten wohl eine erwachsene Merle, die durch die Geburt von Amelie entstanden ist. Andere Ichs aber auch ... und auch eine "Doris" – aber wohl du nicht?

(Es ist halt immernoch schwierig, die vielen Ichs voneinander zu unterscheiden, wenn nicht alle eigene Namen haben. Aber das schaffen wir mit der Zeit schon!)

Es gibt aber viele Ichs, für die es sehr wichtig ist, auf Amelie aufzupassen. Aber es können nicht alle Ichs wirklich Muttergefühle haben – denn ihr habt ja unterschiedliche Aufgaben, gehört zu verschiedenen Situationen. (Du hast mir mal geschrieben, daß du dich vor allem an die 6. Klasse erinnerst, und hast damals immer versucht, zu lernen. Bist ja auch jetzt die "Lernende"!)

Wird keiner helfen?

So, jetzt muß ich mal was essen, – aber ich bin hierher noch eine Zeitlang hier und am Rechner, bevor ich um 19h in den Nachtdienst gehe.

24.5.

Ja das stimmt. Es gibt hier keine Medikamente!

Lernende. Lernt man aber nicht immer? Ja aber ich bin zwölf.

Was ist eigentlich wenn das Geld alle ist? Es gibt eine Karte kennst du die Nummer?

Doris

24.5.

Nein, die meisten Menschen lernen nicht freiwillig, – nicht so wie du, die aus jeder Antwort weiterfragt und dadurch zum nächsten Punkt kommt.

Du bist 12, sagst du. Ich hab dir ja schonmal geschrieben, daß es mir vorkommt, daß du weiterwächst in dieser Zeit, durch das Lernen. In vielen Gedanken empfinde ich dich schon deutlich älter als 12.

Nein, die Nummer der Geldkarte kenn ich nicht. Aber ich könnte mir vorstellen, daß es ein Ich gibt, das dafür zuständig ist und die Nummer kennt. Aber wenn kein Geld mehr da ist, solltest du auch versuchen, nach innen zu rufen, daß derjenige Anteil dir hilft.

Zur Not kann man mit dem Ausweis (und der Geldkarte) zur Bank gehen und sagen, daß man die PIN-Nummer vergessen hat. Sowas passiert ja auch anderen manchmal!

24.5.

Oh doch! Ich lerne gerne! Du bist ein guter Lehrer du erklärst gut. Jetzt habe ich endlich Zeit zum lernen.□

Ja leider zwölf. Älter wäre nicht schlecht.

Guter Tipp. Und du bist dir aber auch ganz sicher das ich so aussehe wie auf dem Pass!?! Denn ich sehe es immer noch nicht so!

Irgendwas ist mit meinen Augen. Kann total schlecht sehen. Dafür hast du wohl keine Erklärung?

Heute war wieder Schwimmen. Bist du dir wirklich ganz sicher das mich alle als Frau sehen? Die kleine hat heute übrigens Bronze gemacht. Fasst Silber geschafft... ganz schön taff die kleine!

Doris

24.5.

Ja, ich bin sicher, daß du auf dem Ausweisbild aussiehst wie der Körper wirklich aussieht.

Genauso wie das nicht sprechen können und manchmal schlecht hören können ist das mit den Augen ziemlich sicher auch Dissoziation, körperliche (somatoforme) Dissoziation. Woher es kommt, weiß ich nicht. Es ist möglich, daß viele Anteile nichts mehr "sehen und hören" wollen von der Welt und deshalb alles "zu machen". Kann aber auch sein, daß die Täter das irgendwie erzwungen haben. – Da weiß ich grad auch keinen Rat. Jedenfalls ist es sicher psychisch bedingt, also wird nicht immer so bleiben.

Ach, Amelie ist bei dir? Ich dachte, am 21. wieder zu ihrem Vater?? Das hattest du (oder ein

Wird keiner helfen?

anderer "Doris"-Anteil) mir damals geschrieben.

24.5.

Das mit Ausweis Bild ist gut zu wissen!

Bin gerade mal bei Fielmann mal schauen ob die was tun können? War so eine spontane Idee.

Ja Amelie bei ihrem Vater diese Woche. Aber mittwochs ist doch immer Schwimmen. Da muss ich mit als Begleitung.

Bist du dir wirklich ganz sicher das mich alle als Frau sehen?

Doris

24.5.

Ja, Doris, ich bin 100%ig sicher, daß alle Menschen außen dich als erwachsene Frau sehen, wie auf dem Paßbild oder dem Foto, das ich dir unlängst geschickt habe!

24.5.

Ok. Dann frag ich mich aber schon warum die mich heute dort im Bad wie ein Kinder behandelt haben?

Also bei Fielmann kam nun raus das meine tatsächlich schlechter sind. Beide Seiten -

24.5.

Ich hatte dich heute schon zu "MutterGefühlen" gefragt. Heute als ich die kleine Amelie gesehen habe hat sie sich so gefreut und die ganze Zeit an mir gegangen. Es tut mir bitte denke nicht ich sei kalt aber ich konnte das nicht so fühlen. Nein im Gegenteil es ging mir nicht gut dabei. Sie hat die ganze Zeit kuscheln wollen doch mit mir hat es nur übel gemacht. Wir spielen immer gut zusammen und machen Hausaufgaben und so viel anderes aber kuscheln.!? Da geht's mir immer nicht so gut. Warum? Was hat das zu bedeuten?

Doris

24.5.

Ich vermute, es hat mit deinem Mutismus zu tun, daß dich Außenmenschen "kindlich" behandelt haben. Daß du nicht redest, lockt bei anderen Menschen (grad bei Müttern und anderen, die mit Kindern zu tun haben) den Impuls des Beschützens hervor. Viele Menschen mit bestimmten Beeinträchtigungen (auch Blinde) fühlen sich durch dieses "Bemuttern" von Fremden auf der Straße genervt!

Deine Augen: Es ist auch möglich, daß vor dir kein anderes Ich sich um die Sehschärfe gekümmert hat! - Es wäre vorstellbar, daß andere, die im Körper außen sind, nicht so aufmerksam in die Welt schauen (wollen) wie du - da du ja die Lernende bist! Ist jetzt natürlich nur meine Phantasie, es muß nicht Stimmen. - Kriegst du jetzt ne andere Brille?

Die erwachsene Merle, die sich als Mama fühlt, hat auch diese Probleme mit dem Kuscheln. Wir (sie und ich) haben auch drüber nachgedacht, womit das zusammenhängen könnte. Vielleicht erinnert es euch an die Kindheit.. oder an die falsche, schlechte Körperlichkeit durch die Täter.

Wird keiner helfen?

24.5.

Ja ich bekomme eine neue Brille die hier ist gefällt mir eh nicht. Und damit kann ich dann auch besser lesen! 😊

Wenn das aber auch mit den Männern zu tun hat dann ist das doch Mist! Die Amelie ist doch lieb und niedlich und sie scheint das kuscheln zu brauchen. Auch heute habe ich sie trotzdem machen lassen... ☐

Ich muss leider nochmal damit anfangen entschuldige aber das kleine Ich das vorhatte uns zu töten warum? Warum wollte sie das tun? Sie ist doch auch zwölf sagtest du.? Ein Kind. Ich habe vielleicht noch keine Meinung aber ich denke nur Feiglinge tun so etwas! Leute die sich ihrer Probleme nicht stellen wollen. ??? ☐

Doris

24.5.

Das Kuscheln mit Amelie ist sicherlich ein Trigger (ein Auslöser). Aber wir wissen einfach noch nicht, wofür. Irgendwann werden wir's verstehen... jetzt mußt du es wohl einfach hinnehmen... immer wieder in dich hineinhorchen, ob du einen Zusammenhang zu etwas anderem spürst. Nein, Doris, es war anders mit dem Suizidversuch. – Die andere junge Doris war verzweifelt, vor allem wegen mir, weil ich zu wenig Geduld mit ihr hatte. Ich dachte, DU wärst es noch, wir hatten uns doch 2 Tage lang so differenziert unterhalten – und plötzlich hat die "Doris" nichts mehr verstanden und hat nur noch gejammert! Da habe ich nicht gemerkt, daß es trotz des gleichen Namens eine andere war, wirklich ein Kind, das nicht so mitdenken konnte!! Und zweitens war es wegen Amelie. Ich hatte dieser anderen Doris gesagt, daß ich mir Sorgen um Amelie mache – wegen der Täter. Und diese Doris hatte dann das Gefühl, sie ist sowieso zu nichts nütze und wenn sie sich das Leben nimmt, ist Amelie befreit von der Gefahr – weil die Täter ja dann nichts mehr von Merle/Doris haben.

Das war alles sehr schlimm, und ich bin nicht unschuldig dran. – auch ich muß halt viel lernen mit euch...

24.4.

Dann sind das was die Leute von denen ich dir erzählt habe ... die reichen einfach viele da sind irgendwie bestimmt aussehen sind auch wenn jemand hinter mir geht diese Schritte von dem ... vielleicht auch Trigger?

24.5.

Ja, so etwa.

24.5.

Ach soll ich dir mal was cooles sagen?

Doris

Wird keiner helfen?

24.5.

Ok, aber ich muß bald schluß machen für heute, du weißt, wegen Nachtdienst.

Facebook 24./25.5.17 Ronald¹⁴³

Mi 21:43

Hallo Mondrian, Ich glaube dir! Die bösen Männer sind nicht in meinem Kopf! Das habe ich nun verstanden. Auch das es nicht die schuld der kleinen Doris ist, das sie etwas dabei gefühlt hat und so... Nicht ich allein muss dann den ganzen Rest ertragen, ich sagte schon es gibt recht viele so wie mich. Doch die verstehen nicht! Sind jetzt alle gegen mich! Wut, Zorn, Hass, Ekel, Abscheu, Groll, Missmut, das ist alles so viel! Gegen die guten, gegen mich! Du sagst ich soll der kleinen helfen, das kann ich nicht tun, die anderen wütenden würden sie dafür bestrafen. Langsam fang ich an dich zu verstehen. Wut bringt uns nicht weiter! Die Verletzungen die sie hat, glaub mir bitte, dass war nicht ich! Sie, die kleine versucht jemanden zu erreichen. Doch es gibt Gefahr für sie. Die anderen werden ihr Angst und Schmerzen machen. Aber Bitte denke daran, ich mache da nicht mehr mit! Ronald

24.5.

DANKE, Ronald für deine Botschaft. Sie bedeutet mir viel. – Es kann alles nur in kleinen Schrittden weitergehen. Auch die anderen können verstehen lernen. Vielleicht kannst du anderen vorschlagen, mir zu schreiben. – Jedenfalls lasse ich euch nicht im Stich. Mondrian

24.5.

Denen die so sind wie ich? Wütende!

24.5,

Ja, auch denen. Denn auch sie sind verwirrt, wurden betrogen und belogen. Sie sind nicht böse, nur verzweifelt. Und auch sie könnten lernen, mir zu vertrauen.

24.5.

Sie verletzten nur! Hören nicht zu! Nein, die lügen genau so, haben mich auch belogen! Die sind BÖSE! Wirklich BÖSE! wollen alles bestimmen! Bitte, die werden sie verletzten, den Körper und mich!

¹⁴³ Hier wird deutlich, daß die eigentlichen Täterintjekte eine andere Gruppe von Anteilen darstellen als diejenigen (wie Ronald), die nur wütend sind, weil sie meinen, daß die Außenpersönlichkeiten nicht helfen (wollen) oder gar "mitmachen". Dennoch sind auch die Täterintjekte keine "Bösen", sondern Anteile, die (seit der Kindheit des Körpers) von den Tätern konditioniert, belogen, unterdrückt wurden. Der Unterschied zwischen beiden Gruppen ist selbst für Anteile erstmal kaum zu erkennen – auch aufgrund der lebenslangen Verwirrtaktik der Täter.

Wird keiner helfen?

24.5.

Mach es nur, wenn du es kannst! – Aber es stimmt wirklich: böse sind nur die Männer draußen. Alle innen sind Opfer, sind nicht wirklich böse. Sie wollen nur nicht hilflos sein.

24.5.

Du weißt ich glaube dir! Aber du müsstest mal sehen wie es hier ist... 😞

24.5.

Ich glaube dir auch. – Es wird sicher noch lange dauern, bis die das lernen. Deswegen sag ich: es kann nur in kleinen Schritttchen weitergehen.

24.5.

Du hast gesagt ich kann dir helfen? Wie? Außer mit denen zu reden bitte.

24.5.

Ganz am Anfang hattest du geschrieben, du kannst mir erzählen, was du von den Männern weißt. Das wäre mir eine Hilfe, weil ich dann besser verstehe, wie alles gekommen ist.

24.5.

Ich weiß es sind Freunde meines Vaters. Er bringt uns hin oder in einen Kellerraum wo der ist weiß ich nicht. Kann ihn etwas beschreiben. Diese Männer kann ich nicht erkennen, die haben kein Gesicht! Von einem kenne ich die Stimme... denke ich!

24.5.

Wenn du magst, beschreib den Raum. Und wessen Stimme könnte es sein?

24.5.

Aber sag es keinem! Versprich es mir!

24.5.

Ich sag es keinem – höchstens, falls du es später erlaubst.

24.5.

Gut, der Kellerraum ist irgendwo im Wald, er fährt immer lange. Ich sehe es immer nur im dunklen, tags werden meine Augen verbunden oder ich bin weg... von außen sieht es ähnlich wie ein Bunker aus. Innen gibt es glaub ich vier Räume, einer ist der größte. Dort steht eine Art Tisch mit Ketten dran... es ist kalt, dunkel, reicht nach Rauch, Alkohol und nach Urin. Der zweite Raum ist der kleinste, dort werden wir eingesperrt. Der andere Raum den kann ich nicht gut beschreiben, Augen verbunden. Der Boden und Wände sind mit Fliesen es ist noch kälter da drin. Den letzten Raum, weiß gerade nicht, es ist schwer fast so als ob ich jetzt dort bin. 😞👤
Die Stimme, dazu muss ich sagen, in der vierten Klasse waren wir in der Schule und wollten dort

Wird keiner helfen?

Hilfe. Alle Lehrer waren nicht gut auf uns zu sprechen, wegen unseres Verhaltens. Der einzige der trotzdem nett war, war der Sportlehrer. Dem haben wir etwas erzählt... Ich denke es ist seine Stimme! Aber...?

24.5.

Danke für dein Vertrauen und deinen Mut! – Diese Zeit ist vorbei, der Vater ist tot. Es ist noch immer schlimm, aber ihr habt heute viel bessere Chancen, euch zu befreien. Und ich helfe euch dabei, so gut ich kann.

24.5.

Danke. Hilft dir das? Ich weiß noch mehr... Kannst Du mir vielleicht helfen?

24.5.

Ja, es hilft mir. Weil ich mir euer Schicksal besser vorstellen kann. Ruh dich vielleicht erstmal aus. Es soll dir nicht noch schlechter gehen, wenn du dich erinnerst. – Ich kann keinem von euch einzeln helfen. Befreiung geht nur, wenn zumindest einige von euch miteinander Kontakt haben, weil ihr dadurch stärker seid und den Körper gemeinsam schützen könnt.

24.5.

Das weiß ich doch! Wie, was tun um zu schlafen? Die sind so böse, so laut, machen Schmerzen!
?????????

24.5.

Vielleicht einen inneren sicheren Ort finden?

24.5.

Ich sagte dir vorhin schon, versuche es dir vorzustellen. Es ist so voll, so viele! Es gibt keinen Platz, keinen klitzekleinen Ort der Ruhe zu finden! Nur Geschrei von Kleinkindern, Babys, Kinder brüllen sich an, etwas ältere schreien, benutzen schlechte Wörter! Die Erwachsenen sind hoffnungslos, verzweifelt! Schreien sich gegenseitig an machen Vorwürfe! Es ist dunkel hier, stickig, nicht zu ertragen! Die Wut, das Böse es schwebt über allem! Es ist wie ein Ort der stirbt! Wo also soll ich diesen Ort denn finden?

24.5.

Ach so. Daß es so schlimm ist innen, wußte ich nicht.– Dafür hab ich leider jetzt auch keine Lösung. Aber was du beschreibst, zeigt klar, daß die meisten dort eher verzweifelt sind und HILFE SUCHEN. Irgendwie müssen wir es schaffen, sie zu erreichen, Kontakt zu bekommen. Zumindest zu mir erstmal. – Jedenfalls will ich genau diese da innen erreichen. Das ist sehr wichtig, ohne das gibt es keine gemeinsame Kraft und keine Rettung.

24.5.

Ok

Wird keiner helfen?

24.5.

Laß uns Schluß machen für jetzt. Ich hab hier noch was zu tun, ok? Bis später!

24.5.

Gut

25.5.17 - 04:29 Amanda

Hallo Mondrian, Danke für Ihre Antwort und Ihre Geduld mit der kleinen. Ja der Täterkontakt muss auf jeden Fall unterbrochen werden, besser noch ganz aufhören. SOFORT! Es ist doch geplant das wir in die Uniklinik gehen? Oder nicht? Da wird es ja dann erstmal keinen Täterkontakt geben! Und so wird doch auch keine Zwangseinweisung nötig sein. Wobei, Selbstgefährdung besteht doch bei unserem System ständig. Schon allein durch die wütenden Anteile, die ja auch verletztten. Sie haben so recht! Sie haben sehr viel erreicht! Einige haben bereits Kontakt zu Ihnen aufgenommen und es gab auch schon Kontakt untereinander, zwar sehr verhalten, aber Sie haben das erreicht! Der Anteil mit dem Sie zur Zeit arbeiten hat so viel Potenzial.... Bitte nicht verzweifeln, nutzen Sie das bitte für sich, für UNS! Danke...!!! Amanda

25.5. 06:52

Uniklinik: Das ist nur ein "Diagnosetermin". Das wird nur ein paar Tage Täterfreiheit sein! – Natürlich wäre es ideal, wenn die euch dort längere Zeit behielten und wir in der Zeit per Mail arbeiten könnten. In jedem Fall sollte die verlässliche traumapädagogische Arbeit mit mir dort erwähnt werden. – Ja, Selbstgefährdung besteht, aber das muß den Leuten in der Uniklinik erst verdeutlicht werden. – Ich verzweifle nicht. Aber das Ende des Täterkontakts wird wohl noch lange dauern. Mondrian

24.5. Doris¹⁴⁴

Ja ok. "So in etwa" hilft mir nicht wirklich.☺ würdest du es mir bitte morgen erklären?

Und das was ich cooles sagen wollte... wir bekommen am Freitag ein neues Sofa! Frag mich bitte nicht Wie Warum. Aber ist doch cool!

Danke für all deine Antworten und Geduld!

Ich weiß ja nicht was du arbeiten musst in der Nacht? Aber ich wünsche dir das es eine ruhige Nacht für Dich wird...

Doris

25.5.

Hallo Doris,

"So in etwa" – damit meinte ich: ein Trigger ist etwas, das sich ziemlich ähnlich anfühlt wie etwas Schlimmes. Nur ist er eben harmlos. – Bei den fremden Männern auf den Straßen kommt vermutlich dein Nachdenken dazu: "es könnte jetzt auch der oder der einer von denen sein!" Das ist ein bißchen was anderes als direkt ein Trigger, läuft aber auf dasselbe hinaus. Es werden

¹⁴⁴ Ab jetzt wieder Mail. Doris knüpft direkt an die letzten Sätze des Vortages an.

Wird keiner helfen?

dadurch schlimme Gefühle/Flashbacks wach.

Ein neues Sofa... da sowas! Vermutlich hat das irgendwann früher eine erwachsene Merle bestellt?

Ich hatte mich leider geirrt, weil ich dachte, du wüßtest schon, daß ich rund 10x im Monat Nachtdienst habe (in einer WG von beeinträchtigten Menschen). Na, außer daß ich den Sanitär-Notdienst holen mußte, weil eine Toilette verstopft war, wars eine ruhige Nacht! ;-)
Heute und morgen ist auch Nachtdienst, und dann Sonntag nochmal.

25.5.17 01:21 Doris

Mondrian ich habe Angst! Möchte nicht wieder dieses Gefühl haben! Das darf nicht sein! Ich glaube wieder dieser Mann! Es ist doch falsch! Fühl mich schon schlecht und schuldig, aber so noch viel viel mehr! Weiß nicht wie ich es sagen soll! Das ist ganz tief in mir drin, zerrupft mich macht kaputt! Zerfrisst mich, vergiftet mich! Hilf mir bitte!

Doris

26.5.

Doris, du meinst die sexuellen Gefühle in dir? Oder habe ich dich jetzt falsch verstanden? Denk dran, daß der Körper schon eine erwachsene Frau ist, die ein Kind hat. Ich meine damit, der Körper kennt diese Gefühle, deswegen reagiert er schneller als wenn es wirklich noch dein früherer 12jähriger Körper wäre.

Aber in jedemfall ist es DEIN Körper und es sind DEINE Gefühle. Heb sie dir auf, in dir drin, vielleicht kommt einmal eine Zeit, wo du sie so leben kannst, wie DU es selbst möchtest. Sicher kannst du dir das gar nicht vorstellen.. aber Sexualität ist nicht schlecht. Es kommt drauf an, was wir draus machen, wie wir sie leben. Und du bist es wert, sie auf gute Weise zu leben – irgendwann.

Aber natürlich ist das Zukunft – und ganz und gar deine und eure Sache. Es geht mich nichts an, – ich wollte dir nur sagen, daß du versuchen solltest, die sexuellen Gefühle von den Tätern zu unterscheiden. Sie gehören dort nicht hin, aber sie gehören zu dir.

Ok?

25.5.

Hallo Mondrian,

Danke!

Das ich dann denke das es einer von den Männern sein kann kann schon sein.

Nur verstehe ich nicht was da mit mir passiert. Warum geht es mir dann auf einmal nicht gut?

Manchmal sehe ich dann auch welche mit den Masken aber das bilde ich mir wohl nur ein?

Irgendwas passiert mit dem Körper! Fast als ob er kaputt geht.

Aber diese Arbeit ist doch sicher anstrengend für dich? Und Nein ich wusste das nicht.

Denkst Du heute Nacht waren die bösen da oder ein Traum?

Doris

Wird keiner helfen?

25.5.

Doris, es ist extrem viel Aufregung in dir, unter all den Ichs, den vielen verzweifelten und hilflosen und wütenden und angstvollen. Da kann immer wieder ein Gefühl oder ein inneres Bild, eine Erinnerung, aber auch Geräusche, Gerüche, Gedanken, Worte nach außen (zu dir in dein Bewußtsein) kommen, alles durcheinander.

Heute nacht glaub ich nicht, daß Männer da waren, weil ich heute nacht zu verschiedenen Zeiten und ziemlich lange Kontakt hatte mit anderen Ichs von dir. – Du hast ja auch geschrieben, es ist tief in dir... da denke ich eher, es waren die Gefühle, an die du dich erinnerst, wie ich in der anderen Mail geschrieben hab.

Aber ich kann mich auch irren!

Die Arbeit ist nicht anstrengender als andere Arbeit, im Gegenteil: oft kann ich mich dort sogar ausruhen von all dem, was ich hier zuhause mache. Weil ich zuhause eigentlich mehr mache.

25.5.

Du hast es richtig verstanden.

Ich möchte das nicht fühlen! Der böse Mann macht das! Ich will das doch nicht! Ich weiß doch das es falsch ist!

Niemals will ich diesen Sex Mist haben! Nie! Die alle sollen damit aufhören! Wirklich Mondrian bitte glaube mir ich will das nicht!

Doris

25.5.

Ich versteh das völlig, daß du es nicht willst. Ich finds auch ok, daß du es jetzt ganz aus dir ausgrenzt – soweit es eben geht. Es ist zuviel Dreck damit verbunden.

Trotzdem wollte ich dir das andere auch sagen.

Es ist ähnlich wie den Anteilen, die sich jetzt noch böse verhalten. Trotzdem gehören sie zu dir und es ist wichtig, sie zum Guten zu bewegen. Wenn du gegen sie kämpfst, bleibt ihr (das ganze System) immer zerrissen und zerspalten – und dann ist Befreiung nicht möglich.

Ähnlich ist es mit den sexuellen Gefühlen. Gegen den eigenen Körper zu kämpfen wäre nicht der richtige Weg.

Ich wünsch dir, daß du einen Mittelweg findest... Vielleicht kannst du diese Gefühle in einen Tresor stecken und zumachen! Du kannst dir das vorstellen, es kann vielleicht funktionieren.

25.5.

Die Frage ist vermutlich nicht zu verstehen.

Woher weiß ich ob ich echt bin?

Doris

25.5.

Doch, die Frage ist zu verstehen. – Letztlich können wir alle, jeder Mensch, uns fragen, ob wir echt sind. Bedeutende Philosophen haben diese Frage schon gestellt. Wir können nicht wissen,

Wird keiner helfen?

ob nicht unser ganzes Leben nur ein Traum ist.

Auf der anderen Seite bist du genauso echt wie ich echt bin, nicht weniger. Das kann ich auf jedenfall sagen.

25.5.

Wenn ich dieses Gefühl in den Tresor packe und die Männer wieder dieses Sexzeug mit mir machen kommt das Gefühl dann auch ganz sicher nicht aus dem Tresor raus? Egal was die Männer machen?

Doris

25.5.

Erstmal doch. Du mußt es immer wieder reinpacken, dann bleibt es irgendwann drin. Es ist Übungssache!! Du kannst lernen, es automatisch reinzupacken: wenn es kommen will – rein! Weg!

25.5.

Du verstehst glaub ich doch nicht ganz.?

Es kommt mir nicht wirklich vor!

Doris

25.5.

Daß dir dein Leben nicht wirklich vorkommt, ist klar – denn du bist nur manchmal draußen, du weißt, daß da andere sind, du merkst, es geschieht was in deinem Leben, was du nicht mitkriegst, du fühlst dich teilweise in der Vergangenheit, teilweise in der Gegenwart...

Das alles verirrt dich und es würde jeden verwirren, der in deiner Situation ist. Es ist also für dich schwerer als z.B. für mich, einfach davon auszugehen, daß du echt bist.

Aber deine Frage war ja, woher du WEISST, daß du echt bist. Und dazu kann ich nur sagen: du kannst es letztlich nicht wissen (nicht beweisen), wie ich auch nicht. Ich kann dir aber sagen, daß ich dich als genauso wirklich und echt erlebe wie mich selbst. Ich bin ein Zeuge... und ich glaube, daher kommt immer die Gewißheit: weil Menschen einander zeigen: Ja, du bist echt, ich krieg dich mit, ... usw.

25.5.

Irgendwie anders!

Es kommt mir so vor als ob mich jemand steuert ich nicht selbst über den Körper entscheide. Ich nicht wirklich hier wäre. Um mich herum scheint mir alles fremd anders sieht komisch aus. Wie verzerrt. Zum Beispiel hier ist ein Meerschweinchen es ist da ich sehe es auch aber kann es nicht berühren.

Irgendwas stimmt doch da nicht? Oder Träume ich das nur?

Doris

Wird keiner helfen?

25.5.

Du bist ja tatsächlich nicht allein Herrin über den Körper. Auch andere sind – mehr oder weniger, und auch zu verschiedenen Zeiten – nahe dran am Körper. Stell dir vor, wenn 5 Kinder gleichzeitig mit einem Spielzeug spielen wollen – jeder zerrt mal dran..

Außerdem kann jedes Ich bei einem Menschen mit DIS mehr oder weniger stark gegenüber der Außenwelt dissoziiert sein. Also eventuell sich selbst stärker zu empfinden – aber die Umwelt wie nur in einem Film zu erleben. Oder andersrum: sich selbst wie von außen zu sehen. Das alles kann zusammenkommen.

Und ihr habt bisher erst wenig Erfahrung miteinander, also könnt euch noch nicht abstimmen, sondern jede und jeder macht grad das, was ihr oder ihm ein Bedürfnis ist.

Ich vermute, das Meerschweinchen kannst du deshalb nicht berühren, weil du nicht stark genug im Körper drin steckst – nur teilweise.

Wenn ihr erst Kontakt miteinander habt, könnt ihr das viel besser entscheiden.

25.5.

Ich verstehe das nicht!

Das wir nur einen Körper haben und ich nicht allein da drin bin ist klar. Aber was passiert jetzt mit mir?

Ich werde verrückt!?

Nein ich kann es nicht anfassen weil ich nicht ran komme egal wie sehr ich mich anstrenge! Das ist ja das verrückte! Ich sehe es ganz nah vor mir und komm nicht ran! Warum? Ich werde blöde!
Doris

25.5.

Doris, bleib ruhig! Du wirst nicht verrückt.

Überleg dir, was ich geschrieben hab: wenn mehrere Ichs zugleich nach außen wollen, also zugleich die Hände bewegen, sich bewegen usw. wollen – das kann doch nicht funktionieren. Dann blockieren sich diese Impulse gegenseitig.

Mehrere Anteile wollen im Körper sein – das seid ihr vermutlich nicht gewohnt. Ich weiß nicht, wie es sonst oder früher war. Vielleicht bist du früher einfach schneller nach innen gegangen, wenn jemand anders in den Körper wollte? Und jetzt willst du eben NICHT nach innen gehen, du hast mehr Willenskraft, du hast ja auch den Kontakt mit mir.. da kommt sich was in die Quere. Könnte es so sein?

Du könntest mal nach innen fragen, "Wer will da nach außen kommen?"

Es ist jetzt viel Veränderung bei euch, in eurem ganzen System. Da muß viel gelernt werden, nicht nur von dir, sondern von allen. Aber das Ziel ist mehr selbstbestimmtes Leben für euch, und Abstimmungen zwischen euch.

25.5.

Aber müsste ich das nicht bemerken wenn sich jemand raus drängen möchte?

Auf mein rufen keine Antwort!

Wird keiner helfen?

Was kann tun damit das aufhört?

Doris

25.5.

Du merkst es schon! Das sind ja die komischen Empfindungen. Wenn dich jemand festhalten würde und dadurch dran hindern, daß du das Meerschweinchen anfaßt, dann wäre dir das vertraut und du würdest den Willen eines anderen erkennen. Aber so, dadurch daß es nicht äußerlich sichtbar ist, daß jemand direkt deine Muskeln betätigt, das ist neu für dich. Ist aber auch nichts anderes.

Hast du mal von siamesischen Zwillingen gehört? Es gibt Abigail und Brittany Hensel, denen es wohl ganz gut geht mit ihrem gemeinsamen Körper – aber die haben auch lernen müssen, seit der Geburt, daß zwei Willen auf den Körper zugreifen. <https://youtu.be/K57IcN9DWXo>

Du mußt Geduld haben mit dem nach innen rufen. Es dauert, und ich weiß, daß es schon Anteile gibt, die innen ein bißchen miteinander Kontakt haben. Es wird viel gelernt in eurem System – aber das geht nicht so schnell, wenn es viele Jahre nicht gemacht wurde! (Denk dran, der Körper ist über 40 – das ist eine lange Zeit)

Du kannst nichts tun, damit es aufhört. Es ist ein Lernprozeß, für dich wie für die anderen – es wäre schon gut, wenn du ihn aushältst. Lernprozesse sind manchmal mühsam... aber es ist so wichtig! Denn das sind die ersten Schritte zur BEFREIUNG!!! – Da entwickelt sich eure SELBSTBESTIMMUNG – gegenüber der Unterdrückung durch die Täter!!

25.5.

Das ich das aushalten muss naja... wird schon.

Das es keinen Kontakt gibt stimmt leider nicht ganz. 😞

Hauptsache ich werde nicht verrückt! So wie du es mir erklärt hast kann ich es in etwa nachvollziehen, zwar noch nicht ganz verstehen aber es beruhigt mich! Danke!

Doris

Denkst Du die in mir haben große Macht?

25.5.

Nein, Macht haben nur die Täter. Macht ist Gewalt, ist nichts Gutes! – Die in dir sind haben alle ihre eigenen Fähigkeiten, aber nutzen können sie sie erst, wenn sie sich austauschen und zusammenarbeiten. In manchen Momenten können sie mal für eine kurze Zeit den Körper übernehmen und irgendwas Spezielles machen – dann werden sie wieder weggedrängt von jemand anderem. So ist es bei euch allen.

25.5.

Genau verstehe ich das nicht. 😊

Habe das gemacht was wir besprochen hatten, mit dem denken und so... erst gar nichts und später viel später haben welche gesprochen naja die sprechen ja immer wieder welche aber die waren deutlich zu verstehen. Wütend! Die machen mir Angst!

Doris

Wird keiner helfen?

25.5.

Doris, wütend sein ist der Anfang. Die haben GRUND, um wütend zu sein. Das habt ihr alle! – Sie haben erstmal keine anderen Gefühle, keine anderen Meinungen, keine Fragen... nur Wut und Verzweiflung und Hilflosigkeit.

Aber du brauchst dich nicht abzuschrecken lassen von dieser Wut. Es ist nicht die Wut von verbrecherischen Männern, sondern von hilflosen, verzweifelten Kindern und Jugendlichen.

Wenn sie mal erleben, daß jemand anders mit ihnen redet als aggressiv, werden sie aufmerksam. Das ist der Anfang des Gesprächs.

25.5.

Ich wünschte es wäre so! Aber nein leider verstehst du mich gerade nicht oder falsch.

Die sind wütend auf mich! Die sagen "Rede nicht mit Mondrian"! Und "wir zeigen dir was Schmerzen sind"! Noch schlechte Wörter die die Männer auch sagen aber die möchte ich nicht wiederholen!

Und das schlimme ist die machen mir Schmerzen! Innen drin! In mir! Hören nicht auf damit!

Genau so böse wie Männer nehmen mir Luft!

Das klingt verrückt vielleicht drehe ich durch aber ich möchte das die das lassen! Kannst du verstehen?

Doris

25.5.

Ich versteh dich genau richtig. Hab ja gesagt: sie sind wütend. Trotzdem! Das alles, was von denen kommt, ist das einzige, was sie wissen. Sie hatten bisher nur die Täter zur Orientierung! Versuch es zu verstehen. Die Täter waren das einzige, was sie von der Welt kennen.

Die Schmerzen innen drin (ohne Verletzungen) sind Erinnerungen an Schmerzen, die die Täter euch zugefügt haben. Diese wütenden Anteile haben das alles ertragen und erinnern sich dran – und jetzt geben sie es weiter. (Auch das Gefühl zu ersticken.)

Das ist scheiße, ja! Aber es kann nicht anders sein. Es ist der Anfang einer Veränderung, wenn du sie dennoch nicht verfluchst, sondern ihnen deine anderen Erfahrungen, deine gute Erfahrung z.B. mit mir erzählst. Deine Hoffnung auf ein gutes Leben, auf Befreiung von den Tätern. Daß sie neugierig werden auf das ANDERE, das GUTE.

Und daß sie auch mit mir schreiben können.

Ich weiß, es ist viel Neues... versuch, es zu verstehen.

25.5.

Ja versuche alles zu verstehen!

Wusstest du das die so böse sein werden?

Doris

Wird keiner helfen?

25.5.

Wie böse die Anteile sich verhalten können, konnte ich nicht wissen. Aber ich weiß, daß WIRKLICH böse die Männer sind, die Täter, die euch (in allen Anteilen, und den Körper) seit wahrscheinlich 35 Jahren tyrannisieren und mißbrauchen. Das ist für mich das eigentliche Thema, von DENEN sollt ihr befreit sein.

25.5. Für Merle, Doris und alle!

Hallo Merle (und wer das liest),

ich mach jetzt gleich wieder Schluß am Rechner, weil ich bald zum Nachtdienst gehe. Morgen bin ich wieder da!

Bis dann, Mondrian

Facebook 26.5.

11:58

Hallo Mondrian, Wir brauchen Hilfe! Es war wieder besonders schlimm! Doch jetzt ist Conny eine siebenjährige vorn. Kein erwachsener Teil hilft, wir versuchen es bereits eine geraume Zeit. Bitte unterstützen Sie die kleine. Sie ist allein, weiß nicht... wir werden weiterhin versuchen einen erwachsenen Teil nach vorn zu schicken... BITTE! Amanda

26.5.

Klar!

26.5. An Conny

Hallo Conny, ich habe gehört, es geht dir nicht gut. Vielleicht magst du mir schreiben?
Mondrian

26.5.

Wer bist du?

26.5.

Hallo Conny, ich bin ein Helfer für Menschen, die Schlimmes erlebt haben. Andere, die dir helfen wollen, haben mir gesagt, daß du grad ganz allein in der Wohnung bist.

Ich wohn aber weit weg von dir und wir können nur Mails schreiben (wenn du magst).

Mondrian

26.5.

Ja bin allein darf aber nicht mit fremden reden. Vater wird wütend! Mus wider in Schule wie?

Wird keiner helfen?

26.5.

Reden tun wir ja nicht, nur schreiben. Ich wollte nur, daß du keine Angst hast, weil du allein bist. Aber du kannst es selbst entscheiden, ob du schreiben möchtest.

Du bist jetzt woanders und ich glaub, es gibt hier keine Schule mehr.

Mondrian

26.5.

Wo bin ich? Mus wider zur Schule bekomme sonst ärger! Was ist mit mir los?

26.5.

Conny, es gibt jetzt Freunde, die dir helfen wollen, daß du keinen Ärger mehr bekommst und nicht mehr in die Schule gehen muß. Ich bin einer von diesen Freunden, bald werden auch andere kommen. Du und sie, ihr habt jetzt eine eigene Wohnung.

Mondrian

26.5.

Nein! Mus nach Hause zu meiner Familie. Wo bin ich jetzt? Warum?

26.5.

Ich kann dir das so schnell nicht erklären, Conny. Du muß ein bißchen warten. Aber ich hab dir schon gesagt, es ist eure Wohnung, wo du bist. Du findest bestimmt etwas zu essen für dich oder kannst den Fernseher anmachen. Ich glaub, es ist auch ein Meerschweinchen da.

Hab keine Angst!

Mondrian

26.5.

Darf nicht fernsehen. Mus jetzt die Schule suchen.

26.5.

Die Schule ist nicht mehr da! Und du wirst dich verlaufen, wenn du draußen rumläufst – weil du ganz woanders bist als bisher. Bleib lieber da und warte ab, bis die Großen kommen, die dir helfen.

Mondrian

26.5. An Ingrid und Doris und andere Große

Hallo ihr, – es soll bitte jemand in den Körper gehen. Die kleine Conny will draußen rumlaufen und wird sich sicher verlaufen!

Mondrian

Wird keiner helfen?

26.5. Conny

So lang wart ich schon keiner komt! Die tun mich hir hin und gehn weg Mus nach Hause!

26.5.

Ja, leider mußt du jetzt lange warten. Aber hab keine Angst. So lange du in der Wohnung bleibst, ist alles ok. Es ist bestimmt was zu essen da. – Hast du das Meerschweinchen schon entdeckt?

Oder ist es nicht da?

Mondrian

26.5.

Ja is hier. Hab keine Angst ich verlaufe mich nich bin groß 7

26.5.

Na gut. Hast du n Wohnungsschlüssel?

26.5.

Warum kan ich nich mer reden?

25.5.

Das waren die Männer?

25.5.

Wir wissen noch nicht, obs die Männer waren. – Aber das reden wird sicher mal wieder gehen!

25.5.

Alles is anders bin ich in einer anderen Stadt?

25.5.

In Ludwigstadt bist du.

25.5.

Alles is falsch.

25.5.

Ich hatte ja befürchtet, daß du dich verläufst. – Findest du den Weg zur Wohnung zurück?

25.5.

Nich verlaufen nich zurück Mus doch nach Hause

Wird keiner helfen?

25.5.

Ich kann dir nur sagen, wie du in eure neue Wohnung zurück kommst, mit dem Meerschweinchen.

25.5.

Nich dahin nach Hause schlimer ärger¹⁴⁵

25.5.

Ja, dann geh lieber in die neue Wohnung! Ich schreib dir gleich noch in eine neue Mail mit der Adresse, dann kannst du die Erwachsenen zeigen aufm Handy.

25.5.

Da wohne ich? Da sind die Eltern?

25.5.

Ja! ¹⁴⁶

25.5.

Danke

25.5. *[eine stunde später]*

Bin da wo ich war! Keine Eltern! gelogen blöd! Er denkt bin wider weggelaufen wird mich verpügeln! Muss finden! Habe gelobt! ¹⁴⁷

25.5.

Es ist die einzige Wohnung, in die du hier gehen kannst. Wenn du wartest, werden andere dir helfen. Was anderes weiß ich auch nicht, Conny – tut mir leid.

25.5. *[später]*

Hab meine Schule funden is keine Schule is Kindergarten. Hab zu Haus auch funden. Da ist keiner! Nu find ich nich zu Rück. Bite helfen. Bin aber noch säuerlich!

25.5.

Ich schick dir noch eine Mail mit der Adresse und mit dem Satz, daß du nicht sprechen kannst. Die kannst du Erwachsenen zeigen.

¹⁴⁵ Das habe ich jetzt leider falsch verstanden.

¹⁴⁶ Das ist zwar gelogen, aber sie ist nun mal in der Vergangenheit arretiert.

¹⁴⁷ Tja – lügen rächt sich!

Wird keiner helfen?

25.5.

Was is los hir? Träume ich nur ales?

25.5.

Jetzt träumst du nicht, aber du hast ganz lange Zeit geschlafen und geträumt. Seither hat sich vieles geändert. Aber es ist schwer zu erklären. Jedenfalls ist diese andere Wohnung jetzt deine einzige Wohnung und du bist mit anderen Menschen zusammen.

Mondrian

25.5.

Bin zu Rück. Bist du ein böser Mann? Komen die her?

25.5.

Gut gemacht, Conny!

Nein, ich von keiner von den bösen Männern. Ich möchte dir und den anderen Kindern gegen die bösen Männer helfen. Leider bist du noch nicht befreit von ihnen – aber wir werden das schaffen!

Ja, manchmal sind sie in der Wohnung. Leider! – Du kannst versuchen, dich dann ganz klein zu machen und zu verstecken, damit sie dich nicht sehen.

Mondrian

25.5.

Wo sind Eltern? Warum in Wohnung wen die zu Rück komen?

25.5.

Du hast lange, lange geschlafen und geträumt. Die Eltern sind garnicht mehr da. Aber leider gibt es noch fremde böse Männer.

25.5.

Nein Nein hab nich geschlafen war doch gestern in Schule

25.5.

Gestern, das war deinem Traum. In Wirklichkeit ist es lange her...

25.5.

Hab gesehen wie Leute mit den Ding telfonirt haben kanst du mit mir reden?

25.5.

Ja, aber du kannst ja nicht reden, oder?

Wird keiner helfen?

25.5.

Nein aber du. Ich kan doch nich so lang schlafen haben bis Schule weg und in Haus keiner mer wohnt?

25.5.

Es ist sehr schwer zu verstehen, Conny. Du hast im Körper drin geschlafen... und der Körper hat trotzdem weitergelebt.

Ich hab jetzt leider nicht mehr viel Zeit, weil ich heut nacht arbeiten muß. Deshalb kann ich dann nicht mehr mailen. – Erst morgen wieder. Sei nicht traurig deshalb... es geht leider nicht anders. Wenn du willst, ruf ich dich jetzt noch an, ok!¹⁴⁸

25.5.

Ich mus hir weg!

25.5.

Danke du bist lieb ken die Stime nich.¹⁴⁹ Was soll ich jetzt machen?

25.5.

Conny, es gibt leider keine andere Wohnung für dich. Glaub mir, es gibt Menschen, die versuchen, dir zu helfen, und ich auch. Das geht nicht so einfach, aber wir geben nicht auf! Leider mußt du noch Geduld haben. Aber du kannst mir immer schreiben, wenn du das Smartphone hast, und ich antworte, sobald ich kann.

So, ich mach jetzt Schluß für heute!

Bis später! Ich vergess dich nicht!

Mondrian

26.5.

Was sol ich machen? Wo hin? Bin aleine! Keiner past auf mich auf! Bin müde wo schlafen? Helf mir bite.

Facebook 26.5.

20:52

Mondrian Danke! Conny ist in einer Ecke versteckenderweise eingeschlafen. Sie hat sehr große Angst, versteht nicht, fühlt sich allein! Wir versuchen und versuchen es, aber keiner geht nach vorn. Es gibt zu viel Chaos, zu viel Angst, Verzweiflung und Wut! Wir werden es weiter versuchen! Doch bitte lassen Sie die kleine Conny nicht allein.? BITTE... Amanda PS sie hält das Handy wie einen Schatz fest! ...

¹⁴⁸ Angerufen. Sie hat unterbrochen und selbst zurückgerufen (Täterroutine?). Ich habe ein bißchen geredet, irgendwann hab ich mich verabschiedet.

¹⁴⁹ Die Stimme kennen oder nicht kennen ist auch für andere Anteile relevant wegen der vermumnten Täter. Da das System im Alltag nie weiß, ob irgendein Erwachsener zu den Tätern gehört.

Wird keiner helfen?

26.5.

Ich lasse Conny nicht allein. Auch sie hat Potential! Sie hat schon jetzt gelernt, daß ihre Angst vor Eltern/den Männern akzeptiert und bestätigt wird. In solchen kleinen Schritten geht es weiter! – Und wollte meine Stimme hören. 😊 – Jetzt bin ich im Nachtdienst, ich versuche morgen, sie wieder zu erreichen. Mondrian

[gelesen 21:23]

Mails:

27.5. 01h

Angst! Mus hir weg gehen!

27.5. 03:38

Hab verlaufen find nich zu Rück

27.5. 7:38

Hab funden! Bin zu Rück! Was sol ich machen?

27.5. 9:31

Bite sag wo sin Eltern? Warum nich in Schule? Wie get so lang schlafen? Hab Hunger was darf essen?

27.5.

Hallo Conny!

Hier bin ich wieder. – In der Wohnung hier wohnst du, du kannst alles essen, was du magst. (Und fütter auch das Meerschweinchen!)

Du lebst nicht mehr bei den Eltern, aber weil du so lange geschlafen hast, hast du das nicht gemerkt.

Ja, manchmal geht das, daß jemand so lange schläft und der Körper trotzdem weiterlebt und wächst. So war es auch bei dir.

Und weil der Körper inzwischen gewachsen ist, gehst du nicht mehr in die Schule.

Ich bin jetzt nochmal eine Stunde weg, danach antworte ich weiter auf deine Mails.

Hab nicht zu viel Angst – es gibt noch andere, die dir helfen wollen, nur kennst du sie noch nicht.

Mondrian

27.5.

Auch Eis und Schoki? Bin nich gewachsen bin 7!

27.5.

Auch Eis und Schoki, wenn was da ist!! ☺

Wird keiner helfen?

27.5. 11:50

Hir komt keiner der hilft. Geh jetzt weg! Damit mich keiner finden!

27.5.

Doch, es wird jemand kommen. Aber wenn du trotzdem gehst, nimm den Schlüssel mit und das Handy!

Mondrian

27.5.

Gut.

27.5.

Kan ich machen was mag? Bekome keinen ärger? Keiner past auf? Wird wütend?

27.5.

Es gibt noch böse Männer in deinem Leben, aber die sind nur manchmal da.

27.5.

Mein Vater? Wo is der?

27.5.

Er lebt nicht mehr!

27.5.

Wie?

27.5.

Wie meinst du das?

27.5.

Es ist schwer zu erklären. Du hast ganz, ganz lange geschlafen. Es ist viel Zeit vergangen. Inzwischen ist er gestorben und du hast eine neue Wohnung.

27.5.

Du hast recht versteh das nich. Erklär es bite dan. Aber jetzt egal was ich mach bekom keinen ärger?

Bin bei Spielzeugfabrik mag da rein.

Darf ich?

Wird keiner helfen?

27.5.

Nein, jetzt stört es keinen, was du machst. Jetzt bist du frei!

In Fabriken kann man nicht einfach reingehen. Oder ist ein Laden da? In einen Laden kannst du reingehen und gucken (falls noch offen ist).

Ja, über das Schwierige schreiben wir später.

27.5.

Kan man anschauen wie Museum und kaufen

27.5.

Ach so, ja, dann schon! –

27.5.

Wirklich ser interessant! Man kan Foto mit den Ding machen. Mach auch Foto

27.5.

☺ Mach mal! Was du alles lernst! Es macht doch Spaß, frei zu sein im Leben, stimmts?!

27.5.

Sicher nur Traum

27.5.

Nein, Conny! Das ist NICHT Traum, sondern die Wirklichkeit. Leider gibts trotzdem noch Schlimmes. Aber so frei soll dein Leben werden, und das jetzt ist ein Anfang.

27.5.

Also is die Wohnung mein zu Hause?

27.5.

Ja, sie ist und bleibt deine Wohnung.

27.5.

Die mich so an klotzen sin die Männer?

27.5.

Genau, das sind die Männer.

27.5.

Nein, vielleicht hab ich dich jetzt falsch verstanden. Du meinst, die Leute, die dich jetzt in der Spielzeugfabrik anglotzen? Ich weiß nicht, wer das ist – aber die wollen sicher nichts von dir.

Wird keiner helfen?

27.5.

Ja aber auch drausen! Erschrecken mich! Reden mich voll!

27.5.

Oder wissen die das ich hir falsch bin?

27.5.

Geh jetzt zu Rück! Hab zu viel fragen! Was los is! Kan dir fragen schreiben du redet erklären es bitte und wen noch fragen dan schreib ich es dir ?

27.5.

Ja, leider sind Männer sehr oft scheiße. Sie machen Mädchen und Frauen an... – Nicht alle Männer, aber viele. Leider!
Du bist nicht falsch hier! – Sie sehen nur, daß du ein Mädchen bist.
Ja, du kannst fragen und ich antworte. – Aber ich will jetzt anfangen mit Essen machen (für mich und meine Freundin), und hinterher machen wir einen Spaziergang. – Ich denke, etwa in einer Stunde bin ich wieder da und kann wieder antworten.
Ok? Also ich verschwinde nicht!
Mondrian

27.5.

Also lachen die über mich?
-Geschlafen wie get das so lang?
-Eltern Brüder wo?
-Warum nich Schule?
-wo is Moni?
-Warum alein?
-wan komen die hir wohnen?
-was is mit mir los?
-Warum is ales falsch?
Bitte aber reden mit mir. Bin alein!

27.5.

Hey Conny, hier bin ich wieder. Will dir deine Fragen eine nach der andern beantworten! So gut ich kann. – –
Also lachen die über mich?
Die lachen nicht über dich, sondern Männer suchen oft auf diese Weise Kontakt zu Frauen (und Mädchen). Aber was sie wollen, ist nix Gutes.
-Geschlafen wie get das so lang?
Sehr schwer zu erklären!! – Es geht so, daß bei manchen Menschen nicht nur ein Ich im Körper ist, sondern mehrere. So ists auch bei dir. Und in der langen Zeit waren andere Ich aufgewacht

Wird keiner helfen?

und haben im Körper gelebt. Und du hast geschlafen (innen). Jetzt bist du wieder im Körper und die anderen schlafen innen.

-Eltern Brüder wo?

Vater tot, Mutter lebt noch, hat eine eigene Wohnung. Bruder Peter ist auch erwachsen und andere Ichs von dir haben mit ihm zu tun. Vom anderen Bruder weiß ich nichts.

-Warum nich Schule?

Weil der Körper weitergewachsen ist und die Schulzeit vorbei ist.

-wo is Moni?

Wer ist Moni?

-Warum alein?

Weil der Körper von dir ein erwachsener Körper ist. Und Erwachsene wohnen oft alleine.

-wan komen die hir wohnen?

Die hier wohnen, das sind andere Ichs von dir. Manchmal bist du im Körper, manchmal andere – und ihr könnt auch lernen, euch kennenzulernen! (Ich weiß, das klingt sehr komisch und sehr schwer zu verstehen!!)

-was is mit mir los?

Ich weiß nicht genau, was du meinst.

-Warum is ales falsch?

Was ist falsch? – Vielleicht meinst du das Gefühl, daß du so plötzlich weg bist aus der Zeit mit Schule und Eltern.

Mondrian

27.5.

Bite Ruf an

27.5.

Bitt erklär es mir

27.5.

Conny, jetzt erst sind deine letzten Mails angekommen. – Es war jetzt zuviel Antworten für dich, stimmts? Aber versuch Fragen zu stellen, wir können alles einzeln besprechen.

Mondrian

27.5.

Nein! Ich möchte Antworten! Bite!

27.5.

Na klar, du kannst schreiben, wenn du möchtest!

27.5.

Habe schon gemacht!

Wird keiner helfen?

Also lachen die über mich?
-Geschlafen wie get das so lang?
-Eltern Brüder wo?
-Warum nich Schule?
-wo is Moni?
-Warum allein?
-wan komen die hir wohnen?
-was is mit mir los?
-Warum is ales falsch?
Bitte aber reden mit mir. Bin allein!

27.5.

Ich hab dir das doch schon beantwortet! Hast du die Mail nicht gekriegt? – Hier sind die Antworten nochmal: (...)

27.5.

Hab ich nich bekommen!
Was is Ich?
Warum past Mutti nich auf mich auf?
Aber ich bin 7Jahre mus zur Schule! Bin nich gewachsen!
Moni is mein Puppe!
Bin doch Kind! Du vertauscht mich!

27.5.

Conny, ich weiß ja, es ist schwierig zu verstehen. – Du sagst doch, "ich bin 7 Jahre". Und es gibt andere, die sagen: "ich bin 14 Jahre" oder "ich bin 20 Jahre". Das sind die anderen Ichs. Die gehören auch zu deinem Körper.
Nein, du bist nicht gewachsen, du bist 7 Jahre – aber du hast so lange in deinem Körper geschlafen. Und der Körper ist in der Zeit weitergewachsen. Jetzt siehst du deinen Körper von früher – aber andere Ich sehen ihren Körper von später.
Moni... ich weiß leider nicht, wo sie ist. Vielleicht findest du sie noch in der Wohnung?
Mondrian

27.5.

Was ist mit mir los? Is das ales wirklich?

27.5.

Ja, Conny, es ist alles wirklich! – Aber du kannst lernen, es zu verstehen. Und ich möchte dir gern dabei helfen.

Wird keiner helfen?

27.5.

Wo sind die anderen?

27.5.

Sie sind innen, in deinem Körper. Ich weiß nicht, wann jemand von ihnen nach außen kommt – aber ich habe mit ihnen auch schon Mails geschrieben. Sie haben dich lieb – und sie hatten mir gestern auch geschrieben, daß du ganz alleine bist, daß du Conny heißt, und haben gebeten, daß ich dir schreibe.

Mondrian

27.5.

In mir bin doch ich! Mails sind die Briefe? Nein Nein Nein! Mich hat keiner lieb!

Warum erschreke ich immer?

27.5.

Ja, in dir bist du – aber auch andere. Es ist ähnlich wie beim Träumen: auch Träume sind in dir genauso wie das, was du am Tag erlebt hast. – Warte erstmal ab, mit der Zeit kannst du es dir vielleicht besser vorstellen.

Ja, Mails sind die Briefe, die wir mit dem Handy schreiben oder mit dem Computer (ich).

Doch, viele von den anderen Ichs haben dich lieb! Irgendwann werden sie auch mit dir sprechen können.

Vielleicht erschrickst du oft, weil du Schlimmes erlebst hast – und jetzt ist alles neu für dich, das macht dir ein bißchen Angst. Vielleicht?

27.5.

Hast du Foto bekommen?

27.5.

Nein, Conny, bis jetzt ist noch kein Foto von dir angekommen!

27.5.

Vielleicht? Möchte nicht erschrecken! Nicht allein sein! Möchte bitte Moni!

27.5.

Conny, ich weiß nicht, wo Moni ist! – Und ich schreibe dir immer wieder, so bist du nicht ganz allein. – Ich schicke dir ein Foto von zwei meiner Teddys mit, vielleicht freut es dich?

27.5.

Ja, freu mich würdest du gern kuscheln!

Wird keiner helfen?

27.5.

Ich hab viele Teddies und andere Stofftiere zuhaus.. die sind mir auch sehr wichtig. Deshalb verstehe ich dich wegen Moni.

Jetzt sind auch deine 3 Fotos angekommen von der Spielzeugfabrik. Ist ja sehr interessant, was die alles machen!

27.5.

Ales ist falsch! Die Häuser! Die Menschen! Die Läden! Die Straßen! Sogar ich!

Das Vater tot ist ist gut!

Oder bin ich tot?

27.5.

Es kommt dir falsch vor, weil Zeit vergangen ist. Die Häuser sind neu gemacht worden, und die Straßen. – Aber du bist nicht tot!!!

Ja, daß der Vater tot ist, ist gut.

27.5.

Kenst du ihn?

27.5.

Nein, ich kenne ihn nicht. Aber ich hab schon viel von den anderen Ichs über ihn gehört. Nichts Gutes.

27.5.

Fühle mich wie tot! Wie vergesen!

27.5.

Bist nicht vergessen. Ich sag dir ja: andere Ichs haben mir wegen dir geschrieben und mich sehr gebeten, dich zu unterstützen, wo du jetzt so allein da bist.

27.5.

Ja, ich hab früher auch viel gekuschelt mit den Teddies – vor allem, wenn ich traurig war.

Kannst gern Fotos von der Wohnung machen, dann kann ich dir vielleicht was sagen zum Schlafen.

27.5.

Gut.

27.5.

Das ist gut man mus was zum kuscheln haben! Wen ich Foto von Wohnung mach sagst du mir wo ich schlafen darf? BITE.

Wird keiner helfen?

27.5.

Und ein Foto von mir du sagen was mit mir nicht richtig ist! Die klotzen an und reden mich an wolen numer! Was sol das? Aber nich sagen alle sagen das! Es ist böse! Ärgert mich! Nur Warheit nich lügen BITE!

27.5.

Du kannst mir ein Foto von dir schicken. Mit dir ist aber alles richtig! – Daß dich das Verhalten der Männer ärgert, ist auch richtig. Da hast du recht! Mit der Nummer meinen sie wahrscheinlich die Handynummer, weil sie Kontakt haben wollen mit dir. Denke ich mir! Bin aber nicht sicher. – Nein, ich lüge nicht.

27.5.

Hab 6 Foto von Wohnung sin bei dir?

27.5.

Bis jetzt sind nur ein Foto von der Küche und eines vom Schlafzimmer angekommen. – Ich denke, du kannst im Schlafzimmer im Bett schlafen! Da sind auch Kuschtiere drin – vielleicht gefällt dir eins oder das andere.

27.5. 20:07

Wie das pasiert?

27.5.

Ich weiß nicht. Vielleicht ist das zuviel für eine Mail. Schick einfach noch 2 Mails und in jeder 2 Fotos.

27.5.

Also stimmt doch etwas mit mir nicht!

27.5.

Das hat nicht mit dir zu tun. Mit dir stimmt alles! – Es geht technisch nicht, so viele Fotos zu schicken. Ist bei mir genauso.

Conny, ich möcht jetzt gern Schluß machen für heute und ins Bett gehen. Du weißt doch, daß du im Bett dort schlafen kannst?!

Morgen bin ich wieder da.

Ich wünsch dir sehr, daß du gut schlafen kannst!

Mondrian

Wird keiner helfen?

Facebook 28.5.

06:01

Mondrian heute kommt Amelie, keiner geht vor! Was nun? Amanda

07:51

Ich weiß nicht. – Es kann sein, daß Amelie nicht mehr bei ihrer Mama sein kann, wenn das System dies nicht schafft. – Ich hab jetzt 2 Tage lang ständig mit Conny gemailt, ich kann das nicht dauernd so umfassend machen, da ich ja auch noch anderes zu tun hab! (Heute nacht auch wieder Nachtdienst.) Mondrian

28.5. 7:54 An die Großen

Hallo, es MUSS jemand von euch Großen in den Körper gehen, denn Amelie kommt heute! – Wenn ihr das nicht schafft, wird Amelie wahrscheinlich nicht mehr bei ihrer Mama sein können, vom Vormundschaftsamt aus, und von ihrem Vater aus!

28.5.

Ich habe Dir vertraut! Doch Du willst mir Amelie nehmen! Das einzige was ich liebe! Amelie ist das einzige was mich am Leben hält! Amelie geht es gut bei mir, ich schütze sie mit meinem Leben!

Niemals hätte ich vertrauen dürfen! Nun verliere ich alles!

Merle

28.5.

Quatsch! Aber du mußt in den Körper gehen, Merle, wenn Amelie heute kommt!! – Gestern und vorgestern war nur eine 7jährige im Körper.

28.5.

Du hast mich allein lassen! Warum? Was ist falsch mit mir?

28.5.

Wer bist du denn? Doris oder Conny oder wer?

Ich hab niemanden alleingelassen und lasse euch nicht allein, aber ich kann nicht den ganzen Tag und die ganze Nacht für euch da sein! Kannst du das verstehen?

Jetzt ist erstmal wichtig, daß heute Amelie kommt und jemand im Körper bleibt, der sich um Amelie kümmern kann.

Mondrian

28.5.

Bin Conny

Wer ist Amelie?

Wird keiner helfen?

28.5.

Hallo Conny! Amelie ist auch ein Mädchen, sie ist 9 und ist manchmal in der Wohnung. Sie schläft sonst in dem Bett im Kinderzimmer, mit den Stofftieren.

28.5.

Ist sie auch in mir drin?

28.5.

Nein, Amelie ist ein Außenkind wie die Menschen auf der Straße. Du wirst sie wirklich vor dir sehen und kannst mit ihr spielen.

28.5. 11:22

Du last mich allein weil ich böse war? Nich mer mit mir reden? Denken du bist lieb. Aber last mich allein!

28.5.

Ich laß dich nicht allein! Wer bist du denn? – Du bist kein bißchen böse!

28.5.

Du weist wer ich bin! Conny! Bite las mich zu Rück. wil meine Brüder! Nich imer erschrecken! Wil lieb sein! Bite

28.5.

Conny, du bist es? Schreib doch bitte deinen Namen dazu. Aber dir hatte ich gestern doch alles erklärt. Es gibt nur diese Wohnung. – Ich habe heute leider nicht viel Zeit zum Schreiben. Wir haben gestern und vorgestern sooo viel geschrieben miteinander.

28.5. 13:55 Conny

Weis warum du lieb warst. Woltest das ich hir bin wen die komen! Hab dir glaubt! Ale lügen! Ale böse!

28.5.

Conny, ich bin GEGEN die Männer und möchte dir und den anderen Ichs helfen GEGEN die! Aber ich bin weit weg und kann euch nur Mails schreiben und euch (dir) Rat geben. Sie waren also wieder da? Und Amelie, wo ist Amelie?

28.5.

Nur ich bin hir! Die wolen imer mich! Weh machen! Warum solt ich dan hir sein?

Wird keiner helfen?

28.5.

Es gibt noch keine andere Wohnung für dich, wo die Männer nicht hinkommen. Leider!! – Ich suche nach einem Ausweg, und andere auch. Ich weiß, daß es schwer ist für dich, aber es dauert noch mit der Hilfe. Ich allein kann nichts machen – aber ich bin für dich und gegen die Männer.
Mondrian

Facebook 28./29.5.

21:28

Hallo Mondrian,

leider, so denke ich, ist das der falsche Weg. Drohen und erpressen, davon haben wir schon viel zu viel! Dieses System gibt es nicht erst seit gestern. Wir sind die ganze Zeit, die ganzen Jahre allein und mit Amelie zurecht gekommen. Amelie wurde zu einem guten Mädchen erzogen! Trotz allem. Ich hatte mich damals an Sie gewandt, eben weil wir nicht mehr nur zurecht kommen wollten, sondern Leben! Frei sein! Wir waren immer ehrlich zu Ihnen, jeder von uns. Haben Ihnen vertraut, doch Sie, wollen Amelie! – NICHTS GEGEN MICH ZU VERWENDEN! Das hatten Sie versprochen... ! 😞

Amanda¹⁵⁰

28.5.

Ich verstehe nicht, was Sie meinen wegen Amelie! – Zum anderen: Nach einem Leben in Gewalt und Betrug müssen Sie und müssen alle Anteile vieles neu lernen. Vor allem: Vertrauen lernen! Nicht bei jeder Unklarheit gleich das Schlimmste vermuten. Natürlich war dieses Mißtrauen im bisherigen (Über-)Leben notwendig. Umso schwerer ist, es, zumindest versuchsweise Vertrauen zu jemandem zu haben. – Im Kontakt mit mir haben einige Ichs erste Schritte dieses für die Befreiung notwendige Vertrauen gelernt. Das hat Wochen voller täglicher Mails, hunderter Mails gebraucht. So kann es mit mir auch weitergehen. Falls Sie mir jetzt das Vertrauen entziehen und den Kontakt zerstören, haben Sie dafür die Verantwortung. Ich jedenfalls bin bereit, mich weiterhin einzusetzen, so gut ich kann. Und ich meine nicht, daß ich mich vertrauensunwürdig verhalten habe. Mondrian

28.5.

Ich glaube, jetzt verstehe ich. – Ich hatte GEWARNT, nicht gedroht: Falls kein erwachsener Anteil im Körper ist, wenn Amelie gebracht wird, wird der Vater mit Sicherheit Konsequenzen ziehen. Ist das nicht klar? Sie selbst hatten mir geschrieben. niemand von den Großen geht in den Körper. Mit Conny ging es zwar sehr gut, aber die hätte doch nicht Amelie in Empfang nehmen können. Mondrian

¹⁵⁰ In der hier folgenden mehrtägigen Diskussion mit der Beschützerin Amanda wird deutlich, in welchem Maße das Außenkind Amelie Teil der Systemstabilität ist. Zugleich zeigt sich, daß auch Amanda entscheidende Faktoren nicht kennt.

Wird keiner helfen?

28.5.

Wissen Sie, Sie haben in so kurzer Zeit so viel im System in Bewegung gebracht, und doch verstehen Sie uns nicht. 😞

Mir ist nicht klar was ich tun soll? DILEMMA!!!!

Wir würden gern Ihre Hilfe brauchen, aber was wenn wir was sagen und Sie benutzen es gegen uns!?

Vermutlich ist es schwer zu verstehen, aber zur Not halten wir das ganze noch zehn Jahre aus...!

😞 Amelie zu verlieren, hingegen keine Minute!!!! Amanda

28.5.

Ein erwachsener Anteil hat mir vor ein paar Wochen sehr ernst das Versprechen abgenommen, notfalls aktiv zu werden, falls ich einmal der Meinung sein sollte, daß Amelie in wirklicher akuter Gefahr ist. Merle, Amelies Mama, hat mir gegenüber einmal ihre Angst geäußert, daß sie selbst Amelie schaden könnte. Auch diese Anteile sind ernstzunehmen. – Verstehen tu ich Sie (daß Amelie für viele den Lebensinn bedeutet) – aber ich habe auch für Amelie eine Verantwortung, nachdem ich von ihr weiß. – – Es ist auch für mich ein Dilemma. Ich wäre sicherer, wenn es mehr Informationsaustausch mit erwachsenen Anteilen gäbe, Ingrid zum Beispiel. – Noch was anderes: Ist Ihnen klar, daß Amelie für die Täter eine Geisel ist? Mit der Drohung, Amelie was zu tun, halten sie die Opfer in Angst. – –

28.5.

Fragen Sie doch mich!

28.5.

Sie sind eine Stimme, die mir sehr wichtig ist. Aber Sie sehen ja, andere erwachsene Anteile haben teilweise einen anderen Blick auf die Situation. – Wieder das alte Problem: Wenn Anteile keinen Kontakt miteinander haben, kann ich mich nicht auf die Informationen nur eines Anteils verlassen. Ich weiß nicht, ob derjenige (diejenige) auch für andere spricht. Mondrian

28.5.

Soll jetzt heißen? Sie werden uns verraten?

28.5.

Wieso denn das?? – Aber ich glaube, ich verstehe: auch Sie können in allem nur die Möglichkeit von etwas Schlechtem lesen. So war es ja in eurem Leben ... jahrzehntelang. – – – Mir fällt beim besten Willen nicht ein, wie ich mich Ihnen verständlich machen soll. Jedenfalls will ich niemanden verraten, euch nicht – aber auch Amelie nicht. Ich kann nur darum bitten, daß ich aktuelle Infos kriege, wo Amelie ist – falls die Täter zugreifen, während Amelie bei ihrer Mama ist. – Und der pauschale Satz, "Amelie wird nie etwas passieren!" reicht da nicht.

Wird keiner helfen?

28.5.

Okay

28.5.

Danke!

28.5.

Amelie ist jetzt hier mit Conny

Wenn die kommen und Amelie zu Hause ist, ist Amelie in der Schule

Sonst bei Papa

Solange Merle also wir tun.... Sie wissen schon...

28.5.

Das letzte hab ich nicht verstanden ("Solange Merle ...")

28.5.

Sie muss tun was die wollen! Wirklich muss es beschreiben?

Bitte verraten Sie uns nicht!

28.5.

Habs verstanden. – Kann ich mich drauf verlassen, daß auch Sie mich informieren, falls die Täter jemals Amelie einbeziehen? Daß auch Sie Amelie nicht dann verraten und zum Opfer werden lassen?

28.5.

Niemals bekommen die Amelie !

28.5.

Das ist keine Antwort auf meine Frage.

28.5.

Ja natürlich!

Müssen Sie noch etwas wissen?

28.5.

Ich möchte Ihnen jetzt vertrauen. – Falls ich irgendwann doch Sorge habe wegen Amelie, würde ich Sie ansprechen/fragen. – Hoffe aber sehr, daß bald auch erwachsene Anteile wieder in den Körper gehen.. – Jetzt muß ich hier weitermachen. Bis später! Mondrian

Wird keiner helfen?

28.5.

Ach! Sie möchten mir jetzt vertrauen! Nun ich nahm dummerweise an das tun Sie bereits!
Genau jetzt, komm ich mir so richtig dumm vor!

Tun Sie was Sie wollen! Immer noch besser als ständig auf Bewährung zu sein! 😞😞😞 Amanda

Facebook 29.5.

16:45 Amanda

Hallo Mondrian,

Möchte versuchen mein Problem zu erklären, doch verstehen werden Sie es wohl nicht 😞 obwohl Sie der klügste Mensch sind den ICH/ WIR kennen!

Begonnen hatte die Diskussion gestern...

Sehr viele Anteile fühlen sich verraten und unter Druck gesetzt durch die Bemerkung "Es kann sein, daß Amelie nicht mehr bei ihrer Mama sein kann, wenn das System dies nicht schafft."

Wir haben über fünf Jahre gekämpft, vor Gericht, um Amelie! Für Amelie!(kurz dazu, bei der Trennung 01/11 war Amelie zwei Jahre, zuerst Umgang Sonntag drei Stunden, ab 09/13 Umgang Sonntag acht Stunden, ab 01/16 Umgang von Donnerstag bis Montag und ab 06/16 den Wochenwechsel alles vom Gericht entschieden! Wir haben immer gewonnen! 😊) Amelies Papa liebt Amelie, aber respektiert Amelie nicht, achtet Amelie nicht, sieht Amelie nicht als eigenständigen Menschen. Für ihn muss ein Kind funktionieren, arbeiten können, tun was er sagt, was er will! 😞

Merle und andere Teile sehen das alles ganz anders... haben dafür gekämpft, dass Amelie sich frei entwickeln kann, dass Amelie Liebe, Geborgenheit fühlt, erfährt gleichberechtigt aufwachsen kann. Nicht als "dummes" Kind gesehen zu werden, sondern geliebt zu werden, aber auf eine Weise die die meisten Menschen nicht begreifen können. Denn WIR denken, Kinder sind nicht einfach nur Da, Nein Kinder sind klug, haben Gefühle, wollen liebe, wollen geachtet, respektiert, wollen gespürt werden. Amelie bekommt von uns liebe, körperliche Nähe und aber eben seelische Wärme. Und ganz viel Verständnis und Respekt! Von Papa? Mal einen Kuss... Warum, und das verstehe ich nicht, denken Menschen, ein Kind sei weniger "wert" als ein erwachsener?

Nur mit Ihrem einem Satz haben Sie so viel Chaos angerichtet, zu dem was bereits besteht. 😞
Wie gesagt, vermutlich verstehen Sie es/ UNS nicht, aber damit haben Sie alles in Frage gestellt! VERTRAUEN.... Was denken Sie bedeutet das für unser System?

ICH war davon überzeugt, in Ihnen den Richtigen für uns gefunden zu haben.

Und doch verstehe ICH Sie nicht! 😞

Wir reden und reden, und dann tun Sie etwas was alle tun... Sie drehen alles einfach um! 😞 " Ich möchte Ihnen jetzt vertrauen."

Tut mir leid, ICH verstehe Sie nicht!

Wird keiner helfen?

Amanda

PS Da WIR, Conny Ihnen egal zu sein scheinen!? Amelie geht's gut!

17:57

Hallo Amanda, es tut mir sehr leid, was da jetzt geschehen ist. Ich verstehe wohl alles, was Sie schreiben! – Aber bitte, bitte versuchen auch Sie (und vielleicht andere) zu verstehen, wie wenig ich weiß von euch allen!!! – Wir kennen uns nicht, können uns nicht ins Gesicht schauen, hören keine Stimme (oder nur paarmal die Telefonstimme von mir). – "Wir reden und reden", schreiben Sie. Ja, aber die einzelnen Ichs haben unterschiedliche Auffassungen. (So hat eine 12jährige Doris sich sehr positiv über Amelies Vater geäußert.) –

Mein Problem ist, daß ich noch nicht einschätzen kann/konnte, inwieweit diejenigen Anteile, die so um Amelie gekämpft haben, mitbekommen, was Täter machen. Ich weiß doch garnicht, wieviel Co-Bewußtheit besteht!

Ich arbeite seit 6 Jahren mit einer Überlebenden, deren Mutter selbst Opfer war, sich befreit hatte – aber erst als die Tochter 16 war, hat die Mutter gemerkt, daß die Tochter selbst der Tätergewalt ausgeliefert ist. Das ist eine Tatsache!

Ich wollte nicht drohen mit diesem Satz! Ich wollte euch warnen vor Gefahren. – Merken Sie denn gar nicht, daß ich auf meine Weise nicht weniger um Amelies Schutz kämpfe wie ihr? Auch um euren, genauso! Und ich versuche mit jeder Mail, mit jedem Gedanken an euch, das zu vereinen. Das war bisher noch sehr schwer, weil ich euer System so schlecht einschätzen konnte.

Ich vermute, ihr habt in all den vielen Jahren erst wenig therapeutische Unterstützung bekommen von jemandem, die/der sich mit DIS und RG ausgekannt hat. Mir scheint, ihr habt in all den Jahren fast nur selbst gekämpft, allein auf euch gestellt, wie eine Burg mit dicken Mauern nach außen. Befreiung von den Tätern ist aber nur möglich, wenn so eine Burg sich verändert, sich öffnet für Unterstützung von außen. Dem steht aber das lebenslang gewachsene Mißtrauen entgegen, die Angst, wieder verraten zu werden. – Sowas ist immer so und dieser Anfang von Therapie ist in gewisser Weise der schwierigste Schritt! Mir scheint, das ist jetzt auch ein Problem. – Und dann geht unsere Kommunikation nur über Mails, wo jeder Satz mißverständlich sein kann und nicht gleich korrigiert, erklärt werden kann!

..... Mehr weiß ich jetzt nicht. Vielleicht können Sie was anfangen mit all dem. Vielleicht finden Sie über die Uniklinik bessere Therapie. Vielleicht kann es nur weitergehen wie bisher, mit dem bisherigen System als "Burg", das so weitermacht wie bisher. – Ich möchte gern weiterhin versuchen, euch zu unterstützen – aber Mißverständnisse, Meinungsverschiedenheiten wird es immer mal geben. Das ist so zwischen Menschen... und sich darauf einzulassen, dieser Mut ist schon ein Schritt Leben, statt Überleben.

19:11

Erstmal schön zu hören das Sie sagen UNS zu verstehen!

Zu Amelies Papa, er ist kein schlechter Mensch. Das hab ICH/ WIR nie gesagt. WIR sind aber anderer Meinung! Und da es um Amelie, einen Menschen geht....

Das was Sie schreiben von der anderen Patientin, kann ICH nicht verstehen. Eine Mutter, völlig egal ob selbst traumatisiert, sollte, Nein muss doch bemerken wenn das eigene Kind MIT

Wird keiner helfen?

betroffen ist! !!!!!

... noch was für Ihren Seelenfrieden...

Im Zuge der ganzen Verhandlungen, war Amelie natürlich auch bei einem Gutachter. Einem sehr guten, wie ich finde. Er hat Amelie mit UNS erlebt, mit Papa und natürlich ganz oft Amelie allein. Er hat also viele Gespräche mit Amelie geführt. Ach und der Richter legte großen Wert darauf, einen Gutachter zu finden der DIS kennt!

Seine Beurteilung über Amelie, wie WIR Amelie erzogen haben, fiel so aus, das Günther das mit dem alleinigen Sorgerecht vergessen konnte.

Unser System... was soll ich dazu sagen?

Vielleicht fang ich mal damit an, Günther bringt Amelie, Conny ist draußen, doch er bemerkt nichts. Amelie? Vermutlich schon?

Es ist groß! Sie können es sich vermutlich nicht vorstellen.? So viele! Kleine! So viel Angst, Schrecken! Es fällt mir schwer es in Worte zu fassen! Vom Gefühl her, möchte keiner hier sein! Es ist fast wie ein Computer, nur ist er kaputt... 😞

Sie lassen Conny allein. Verstehe nicht warum? Aber egal... Sie sehen, es funktioniert irgendwie. Schade! Denn Sie könnten sich Informationen holen die auch ich nicht habe.

RG?

Mauern! Nicht nur dick auch sehr hoch!

Aber genau das ist ja was jetzt passiert... die Mauern werden kleiner, fangen an zu bröckeln... durch Sie! Ihre Hilfe! Aber dadurch ist eben viel Chaos im Innen! Keiner will raus. Denn das was passiert, passiert wirklich!

Missverständnisse!

So Sätze wie... " Vielleicht finden Sie über die Uniklinik bessere Therapie." Sind GIFT! Alles wird sofort als Ablehnung verstanden! Noch mehr Chaos, Wut!

Auch Sie müssen verstehen, WIR BRAUCHEN SIE! Das jetzt, dieser Stand, wäre doch sonst nie erreicht!

Bitte versuchen Sie sich vorzustellen... Sie suchen... wollen das es aufhört! Aber ganz gleich an wen Sie sich wenden, entweder die gehören dazu oder glauben nicht oder sind einfach nicht in der Lage zu verstehen!

Sie sagen, Sie verstehen UNS, dass ist für UNS ein ganz großer Schritt Richtung Frei sein!

Amanda

29.5.

Es geht nicht um meinen "Seelenfrieden".

Zu dem Gutachter: Ein durch Täter innerhalb der RG (Rituellen Gewalt) konditioniertes Kind kann auch von einem Gutachter ("der sich mit DIS auskennt") nicht unbedingt als solches erkannt werden, denn es gibt große Unterschiede zwischen organisch entstandenem DIS und bewußt durch Täter programmiertem DIS.

Conny alleine hätte diese Situation mit Günther/Amelie meiner Meinung nach kaum geschafft, ohne daß der Vater sehr irritiert gewesen wäre. Da war sicherlich ein anderer, älterer Anteil mit draußen. (Es gibt unter den Anteilen wohl gar nicht so wenig Co-Bewußtsein – nur eben "unbewußt", als Gefühl, ohne darüber zu reflektieren. Sehe ich auch bei Merle, bei ihr gehen

Wird keiner helfen?

meines Erachtens mindestens 5 Merles sacht ineinander über und merken es selbst nicht! Eine davon war die 12jährige, die sich jetzt Doris nennt.)

Ich vermute, das schreckliche Chaos innen hat auch mit all den Jahren zu tun, in denen alle in der "Burg" des eigenen Systems eingesperrt waren, offenbar ohne viel guten Austausch nach außen. Und immer neu der Terror von außen! – Aber ich sehe durchaus Hoffnung! Da ich immerhin bisher keine Anzeichen für täter-programmierte ("künstliche") Anteile gefunden habe. Demgegenüber viel Potential bei den meisten Ichs, die mit mir Kontakt hatten, auch den Kleinen! Zwar viel Leid und Verzweiflung und Hilflosigkeit, aber dennoch innere Klarheit in den Kontakten mit mir! Also vielleicht kein "kaputter Computer", aber auf jedenfall ist sehr viel LERNEN nötig, und das kostet ZEIT.

Ich habe doch Conny nicht allein gelassen!! Ich war 2 Tage lang je etwa 10 Stunden bereit, um Mails von ihr zu beantworten. Aber am 3. Tag mußte ich auch mal anderes machen, weg vom Rechner. Können Sie sich das nicht vorstellen? – Auch sowas müssen die Ichs lernen: daß auch ein Helfer bei allem Bemühen nicht rund um die Uhr für sie da sein kann.

Ja, durch das Bröckeln der Mauern, durch die Öffnung, entsteht neue Angst. Aber leider ist das in jeder Traumatherapie so, muß so sein am Anfang. Es geht nicht anders! (Damit hat das Thema Vertrauen zu tun. Viele Überlebende können keine Therapie machen, weil das Vertrauen zum Helfer/zur Therapeutin nicht entsteht.) Mondrian

29.5.

Täterprogrammierte Anteile sind...?

29.5.

Eine sehr wichtige Frage. DIS entsteht eigentlich als gesunde Folge von schrecklichsten Zufügungen. – Es gibt aber Täter, die darüber Bescheid wissen und durch spezielle Foltermethoden selbst Anteile "herstellen", die dann auf bestimmte Signale reagieren im Sinne der Täter. (Ein Innenkind, das glaubt, der Täter sei der Vati und der sei lieb und das deshalb mitgeht, ist noch kein programmierter Anteil!) – Täterprogrammierte Anteile sind auch zu erreichen in der Therapie, denn auch sie haben DAS GUTE in sich, aber es ist schwerer.

29.5.

Z.b. ein Anruf?
Oder eine Mail?

29.5.

Ja!

29.5.

Oh! Okay

Wird keiner helfen?

29.5. 21:55

Es ist okay. Eine Erklärung wäre schön gewesen, aber... Missverständnisse...! Genau, wenn man sich nicht gegenüber ist, woher weiß man, dass keine Absicht dahinter steht? WIR reparieren wohl lieber unsere Burg! Amanda



30.5. 11:22

Was hab ich denn jetzt schon wieder falsch gemacht? Offenbar sind selbst Sie inhaltlich überfordert mit meinen Hinweisen, die nun wirklich sachlicher, fachlicher, nuancierter nicht mehr sein können. – Ich hatte gedacht, dieser Austausch hier wäre nun endlich eine Basis, mit der gemeinsamen Arbeit anzufangen. Hab ich mich wohl getäuscht. Schade. Mondrian

Ab hier wieder Mails:

30.5. 10:45 Conny

Lasen nich gen machen weh halten fest sin böse

12:23 Amanda

Ja schade! WIR SIND EBEN ZU DUMM! Und ja, Sie habe sich getäuscht, Sie verstehen mich nicht und Sie verstehen UNS nicht! Es hört nicht auf!

30.5.

Ihr seid nicht "dumm", aber ihr habt ein lebenslang Terror hinter euch. Ihr kennt es nicht anders, als in der "Burg" zu überleben. Es sind fast 40 Jahre. Entsprechend schwerer ist es, umzulernen – was aber für eine Befreiung nötig ist. – Ich habe wirklich so sehr viel Potential, Lernfähigkeit in einigen Anteilen erlebt, deshalb wäre es sehr schade, wenn ihr resigniert. Übrigens habe ich vorhin Conny nicht geantwortet, weil offenbar die Täter aktuell in der Wohnung waren oder der Körper sonstwo eingesperrt. Ich wollte nicht, daß die aufmerksam werden für den Mailkontakt. Das war ja schonmal so (mit dem Samsung Mobile) und hatte eine neue Terroraktion des Täters zur Folge. Es war also auch jetzt nicht so, daß ich Conny im Stich lassen wollte. Mondrian

30.5. Amanda

Wir sind aktuell gefangen! 😞 es wird nie aufhören! Es werden nur immer mehr! Und keiner versteht! 😞 was also bleibt da noch? Es ist nicht zu verstehen, aber ich kann auch nicht mehr!

30.5.

Wenn zumindest einige Anteile sich einig wären (vor allem erwachsene), könntet ihr außen Hilfe und Schutz suchen, und Aussagen machen. Polizei, Schutzhaus, auch Uniklinik. Ich als Zeuge. – Aber das geht natürlich nicht, wenn dann ein Anteil in den Körper geht und sagt, "das ist alles

Wird keiner helfen?

Quatsch, mir geht es wunderbar!" – Auf diese Zusammenarbeit von Anteilen kam es mir in den letzten Monaten an.

[In diesen Tagen hatte ich erstmals versucht, mich mit allgemeinen Anfragen an einen in diesem Bundesland tätigen Hilfeverein zu wenden, sowie an die Polizei.]

30.5. 14:53

Mondrian die habe mich gehen lassen. Weiß nicht genau wo ich bin. Wo muss ich hin? Was tun?
Doris

30.5.

Hallo Doris, weißt du garnicht, wo du bist? Kennst du die Stadt? Bist du noch in Ludwigstadt? – Oder weißt du die Adresse der Wohnung nicht?

30.5.

Nein wusste ich nicht! Jetzt habe ich mich orientiert. Musste die kleine abholen. Alles gut. Es geht ihr gut. Darf ich später mit dir reden? Möchte das nicht in mir lassen müssen. Bitte
Doris

30.5.

Gut gemacht! – Unbedingt kannst du schreiben, Doris!

30.5.

Danke du bist lieb!
Doris

30.5.

Ich bin froh, daß du wieder schreibst!
Mondrian

17:06 Facebook

Mondrian Sie haben recht! Das es darum geht ist klar! Doch genau da ist doch das Problem. Wie soll das gehen? Die Anteile, denen ES bewusst ist, die haben so große Angst, werden bedroht, gequält, erpresst unter Druck gesetzt.... Wie sollen die etwas sagen können?

Zu gestern, Sie sagen ein Anruf oder Mail? Würde denn auch ein bestimmter Ton ausreichen?

Es tut mir leid, ICH /WIR brauchen nur unbedingt jemanden der UNS versteht! Wirklich versteht!

(Und als "dumm" hingestellt zu werden, hilft da leider nicht! 😞) WIR sind nicht dumm und ich

denke das wissen Sie genau! Wie gesagt, auch ich habe kaum Kraft und so wie es aussieht, wohl auch keine Geduld mehr. 😞 Amanda

PS Ja, Sie erklären wirklich gut. Fachlich, Sachlich... was ich auch verstehe. Aber... 😞

Wird keiner helfen?

30.5.

Ich muß auch jeden Tag lernen, euch wieder ein bißchen besser verstehen. Es geht nur in winzigen Schritttchen: ein bißchen Vertrauen, ein bißchen Neues lernen, sich wieder ein bißchen vorwagen... und genauso geschieht es seit 3 Monaten zwischen etlichen eurer Ichs und mir. Programmierung: Ja, auch ein Ton kann es sein. Eine Melodie, ein Stichwort. Eine Handbewegung. Leider. Aber auch dazu gibt es Gegenkräfte. Niemand ist dumm – das habe ich mehrfach in Mails betont, an etliche Anteile! Im Gegenteil, ich erlebe viel Potential. Hab ich ja schon gesagt. Jetzt ist vielleicht die erste Chance da ist auf fachlich angemessene Unterstützung. Und ich hab den Eindruck, sie wird genutzt von einigen Anteilen. Mondrian

30.5. Amanda

Vielleicht ein bestimmter Klingelton?

Was tun?

Gisi?

Dann muss es doch aber so etwas wie einen Anführer geben? Früher wahrscheinlich der Vater?

Wie ist das? Warum hat er das Recht auf UNS?

30.5.

Ja, unbedingt auch. Es ist eh auffällig, daß das Smartphone immer wiedergegeben wird. Obwohl die Täter wissen, daß Kontakt mit mir besteht. – Eine andere Betroffene (mit der ich zu tun habe) hat jetzt ein Handy, mit dem nur bestimmte Nummern angerufen werden können. Und sie selbst hat das Paßwort nicht. Sodaß kein Täterkontakt auf diese Weise möglich ist. Und eine andere Wohnung natürlich. Ja, Gisi führt den Körper wohl zu den Tätern, hatten Sie mir selbst gesagt oder vermutet. Ich habe keinen Kontakt mehr mit ihr aufgenommen, weil zu viel anderes akut war. – Aber es gibt auch eine Kleine (Kenny), die "Vati" für gut hält. Einer der Täter sagt, er sei Vati. Jemand anders hat wohl schon gelernt (durch die Mails), daß das nicht stimmt. Mondrian

30.5.

Stimmt. Mit dem Vater fing es an.

30.5.

Etliche Kleine sind noch in der Vergangenheit und haben Angst vor "Vati" (auch Conny hatte das. Sie hat wohl jetzt gelernt, daß es anders ist). Er hat das Kind an andere Männer verkauft/ausgeliehen. – Inzwischen ist der Vater tot, aber der Körper wurde weitergegeben. Deswegen aber spielt einer der Täter den "Vati". – Niemand hat ein "Recht"!! Es sind Verbrecher, die Geld verdienen wollen und für sich selbst ...

30.5. Amanda

Also kontrollieren die übers Handy?

WARUM????

Es war grausam heute! Und vermutlich hat sie es bewusst erlebt.?

Wird keiner helfen?

30.5.

Welche Funktion das Handy genau hat, weiß ich noch nicht. Sicher ist, daß sie genau wissen, wann Amelie da ist und wann sie in der Schule ist. Und daß jemand mit dem Auto kommt und Merle abholt. Mitgehen tut dann ein Kind, das dem "Vati" folgt. Vermute ich jedenfalls. – Und dieses Kind, das mitgeht, weiß dann nichts von der Gewalt; deshalb geht es auch mit. Was "Warum"? Perverse sexuelle Bedürfnisse – und Zwangsprostitution. Geld verdienen. Doris möchte mir nachher noch berichten – weil sie es aus sich raus haben will. So schrieb sie! Und das ist ein sehr, sehr gesunder Impuls! Schon das ist heilsam!

30.5. Amanda

Ich weiß, die haben es heute weggenommen und dann zurückgegeben. ??? Wo da der Sinn ist? Ja ich denke sie hat Mut?
Ich hoffe nicht zu viel!

30.5.

Ich vermute, es gibt einerseits die Täter, die Merle an "Kunden" verkaufen. Solange Merle bei den Kunden ist, wird das Handy weggenommen, weil die Kunden Außenstehende sind und Merle nicht kontrollieren. Die denken vielleicht, sie macht das freiwillig mit. – Und hinterher wird das Handy zurückgegeben, weil die Täter (die eigentlichen Täter) es brauchen zur Kontaktaufnahme. (Und wohl auch, um den Mailwechsel mit mir zu kontrollieren – wobei ich das nicht sicher weiß. Die Mails sind immer wieder gelöscht. Das könnte allerdings auch ein Anteil machen! Ich weiß es nicht.)

Ja, es ist viel Mut bei den Anteilen, die mit mir Kontakt halten!!!! 😊

30.5. Amanda

Mal angenommen Gisi wäre die einzige, und wir würden sie sicher kennen, dann könnten Sie doch diese Programmierung löschen.?

30.5.

So einfach ist es nicht. Grad ein "programmierter" Anteil kennt keine Alternative dazu. Die Programmierung ist alles, was er hat. Der Anteil muß erstmal Hoffnung haben auf was anderes, etwas Besseres. Daß er nicht hilflos den Tätern ausgeliefert ist, wenn er versucht, die Programmierung zu löschen. Es erfordert extrem viel Mut und Vertrauen (in den Außenhelfer). Da sollten andere Anteile diesem Anteil zur Seite stehen, ihm vermitteln: es gibt ein anderes Leben. Der Außenhelfer reicht da nicht.

30.5.

Vielleicht dann doch mal eine kleine "aufbauende" Lüge? 😊

Warum ist alles immer nicht so LEICHT? Das einzige was leicht zu sein scheint, ist das Täter UNS KRIEGEN!

??????

Wird keiner helfen?

Bisher war es doch so, dass alle Ihnen vertraut haben? Oder?

Amanda

30.5.

Ja, die Voraussetzungen erscheinen mir gut. Hab ich ja oft geschrieben: ich spüre viele Ressourcen/Potential! – Leider ist solche Therapie/Befreiung wirklich schwer, und noch viel schwerer, wenn zugleich noch Tätergewalt besteht. Nützt nichts, das zu verschweigen, denn unerfüllte Hoffnungen/Erwartungen wirken wieder destabilisierend. (Außerdem lüge auch ich nicht.) 😊

30.5. Amanda

Prima! 😊

30.5.

Ehrlich gemeint? Nicht ironisch? – Also Sie geben nicht auf ?!

30.5. Amanda

Trotzdem möchte ICH das es endlich aufhört! Bin aber im ratlos und hoffnungslos...

Es ist doch im Grunde ein Teufelskreis. Ganz gleich was WIR tun, die finden UNS, haben UNS!

Nein, WIR möchten nicht aufgeben, möchten verstanden werden und Hilfe!

Amanda

PS Ironie klingt bei mir ganz anders... 😊

30.5.

Nach allem, was ich weiß, hatten Sie bisher kaum Chancen zur Befreiung. Frau Z. in der Klinik hat wohl was verstanden (und leider viele Hoffnungen geweckt bei den Kleinen!!), aber in den paar Wochen, wenn auch in mehreren Jahren, und in dem Setting (die paar Stunden) war das hoffnungslos. Durch ihre Mails hinterher hat sie wieder Hoffnungen geweckt – und zuletzt war sie wohl überfordert. Und die hiesige Therapeutin hat nichtmal von DIS was verstanden (wie mir eine Merle zu Beginn sagte), geschweige denn von RG. – Durch solche Erfahrungen ist natürlich sehr viel Hoffnungslosigkeit und Resignation entstanden. Es ist ein Zeichen für viel innere Ressourcen, daß sich Anteile dennoch so lernbereit auf mich einlassen! Mondrian

30.5. Amanda

Sie sagten gestern, Sie wissen zu wenig über unser System.? Fragen Sie mich... vermutlich kenne auch ich nicht alle Anteile, denn viele schlafen "noch", viele sind im Dunkeln, einige sind "böse".

Ja ich weiß, nicht wirklich böse... aber ICH/ WIR kommen nicht ran... Amanda

30.5.

Danke, daß ich fragen kann. Werd ich sicher manchmal machen. Allerdings möchte ich vorrangig an das anknüpfen, was mir bestimmte Anteile selbst offenbaren. Wenn ich etwas weiß "aus

Wird keiner helfen?

unklaren Quellen", ist das leicht Anlaß zu Mißtrauen. – Es geht immer um Vertrauen und Beziehung – dadurch erst wird eine Alternative, ein befreites Leben vorstellbar für Anteile. Ja, doch, etwas: Können Sie etwas sagen zu dem Mutismus (nicht sprechen können)? Wie das kam bzw. ob bestimmte Anteile damit zu tun haben. Oder was Täter gemacht haben, um das Sprechen zu blockieren?

30.5.

Anteile haben damit nichts zu tun! Es geht um Angst! Unvorstellbare Angst! Sicher spielen auch die Geschehnisse eine große Rolle. Es klingt vermutlich blöd, aber können Sie sich vorstellen das es Menschen gibt die wirklich einfach LIEB/ GUT sind? Schlechte Worte sind da schon schlimm. Das was aber erlebt wird ist so schrecklich, dass es nicht, niemals ausgesprochen werden darf.? Solange ist es nicht wahr.? Amanda

30.5.

Ich glaube, ich verstehe. Das war eine sehr wichtige Information. Es wurde mir übrigens auch von einer anderen Betroffenen angedeutet, die mutistisch ist. – Es gibt Menschen, die sich wirklich lebenslang bemühen, gut zu sein. Aber am meisten – wie soll ich sagen: Unfähigkeit zu Bösem habe ich empfunden bei Überlebenden schrecklicher Traumatisierungen. Es wird Sie vielleicht wundern. Aber auch deswegen ist dieses Bemühen, solche Menschen zu unterstützen, zu meinem Lebensthema geworden. Mondrian

30.5. Amanda

Wird es wiederkommen?

Und Nein, es ist kein bemühen, SIE/ WIR sind so! Wirklich schade ist, Sie sollten UNS kennen! Wirklich kennen... denn nur wer versteht, kennt!

30.5.

Das Sprechen? – Ich hoffe. Aber nicht von alleine. Zur Therapie gehört, schrittweise das Schreckliche als tatsächlich geschehen anzuerkennen. Erst dann ist es möglich, es hinter sich zu lassen. Und in dem Zusammenhang kann das Sprechen wieder möglich werden – als Möglichkeit, das Neue, das Gute zu leben!! Aber natürlich ist das ein langer Weg. Ja, das meinte ich ja: Überlebende schrecklicher Traumatisierungen WISSEN, wo die Wahrheit des Lebens ist – nämlich in Güte und Liebe. (Ich habe es auch in Büchern von KZ-Überlebenden gefunden.) Ich würde Sie/euch gerne kennenlernen ... in diesen vielen kleinen Schrittchen, die dazu nötig sind.
[gelesen 20:22]

Ab hier wieder Mails:

30.5. 20:25

Hallo Mondrian,

Darf ich noch schreiben? Wir hatten so viel zu tun. Die kleine und ich mussten Hausaufgaben machen und dann waren wir noch draußen spielen.

Doris

Wird keiner helfen?

30.5.

Ja, schreib noch. Das hatten wir ja verabredet.
Es freut mich, daß du dich mit Amelie verstehst!

30.5.

Aber bitte wenn ich dir schreibe was die Männer mit mir gemacht haben kannst du mir bitte erklären wozu warum ich möchte das verstehen möchte verstehen warum die das mit mir machen. ?

30.5.

Ja, Doris, natürlich möchte ich dir so gut ich kann und so ehrlich ich kann erklären, was da geschieht.

30.5.

Es klingt dumm denn ich weiß nicht wie ich da hin gekommen bin kann mich an viele Tage nicht mehr erinnern. In einer großen Halle wie eine alte Lagerhalle war ich da waren sehr viele Männer konnte keinen erkennen wieder keine Gesichter. Weiß nicht genau wie viele vielleicht 15 oder so alle waren schwarz sahen irgendwie total böse aus. Zwei haben mich gegriffen und dieses SexZeug mit mir gemacht aber ganz böse grob mir weh getan waren laut böse Wörter gesagt dann kamen ich glaube drei weitere Männer die haben mir auch weh getan mit dem SexZeug aber einer von denen wollte mir seinen ... in den Mund drücken aber ich wollte das nicht das hat aber irgendwie alle wütend gemacht. Die haben mich geschüttelt angeschrien weh getan und es weiter machen wollen aber ich wollte das nicht dann haben die mich genommen und an eine Kette gehangen so das mein Kopf unten ist. Haben dann mich in Wasser gemacht konnte nicht atmen wäre fast ertrinken! Sogar jetzt geht mir ein Luft weg... das haben die eine lange Weile gemacht und dann doch was sie vorher wollten. Das war so eklig das ich ich weiß es nicht genau glaube nach dem fünften brechen musste. Was die wieder wütend gemacht hat. Die habe mich wieder an den Ketten fest gemacht aber anders und mir irgendwelche Dinge in meine scheide gemacht. Am Anfang tat es so unvorstellbar weh aber dann hab ich nichts mehr gefühlt fühlte mich wie tot. Die haben einfach nicht aufgehört! Habe mir an der Brust weh getan kann das nicht verstehen fängt doch gerade erst zu wachsen noch so klein warum tun mir ab so weh? Mir ist so übel das ich mich wieder übergeben musste. Die sind so wütend und ich sehe mich selbst ... mehr weiß ich nicht. Dann war ich irgendwo musste mich orientieren die Leute starrten mich an. Wusste nicht wo ich bin wer ich bin wo ich hin muss ob alles ein Traum war? Und so übel... der Geruch! Der geht nicht weg.

30.5.

Liebe Doris,
das ist wirklich sehr, sehr schrecklich, was da geschieht!!! Leider ist es kein Traum. Es sind verrückte, verbrecherische, böse, böse, böse Menschen (Männer), die das machen.
Erstmal, wie du da hingekommen bist. Du weißt, wir hatten doch von den mehreren Ichs

Wird keiner helfen?

gesprachen, die in deinem Körper sind. Erinnerst du dich? – Und jetzt ist es so, daß es welche gibt, die kriegen nichts Schlimmes mit. Sie gehen freiwillig mit den Männern mit, weil sie denken, die sind lieb. – Und in der Zeit kriegst du natürlich nichts mit, du bist innen und schläfst.

Es gab auch in der Zwischenzeit andere Ichs, mit denen ich Mails geschrieben habe. Irgendwann werdet ihr euch sicher kennenlernen und könnt dann innen miteinander sprechen.

Diese vielen Männer in schwarz, das ist eine besondere Gruppe von Verbrechern, von Bösen, die so tun, als ob sie was ganz Besonderes wären – wie in einer Kirche. Aber sie sind nur Verbrecher, die andere Menschen quälen.

Doris, ich weiß, daß das schrecklich ist, und es ist für uns nicht wirklich zu verstehen. Man kann böse Menschen nicht verstehen, wenn man selbst nicht böse ist!!

30.5.

Ich wollte das alles nicht! Wollte nicht mal dort sein! Das musst du wissen!

Doris

30.5.

Liebe Doris, ich weiß, daß du das nicht wolltest! Niemand von den Ichs in dir will es wirklich – nur manche werden belogen und kriegen das Schlimme nicht mit.

30.5.

Es waren zu viele ich konnte nichts machen mich nicht bewegen!

30.5.

Ja, ich verstehe. Es ist widerlich böse, wenn so viele Erwachsene Gewalt anwenden gegen einen kleinen Menschen! Sie sind nur deshalb stark, weil sie so viele sind.

30.5.

Doris, falls es dir recht ist, würde ich jetzt gerne langsam aufhören und schlafen gehen. Ich mache noch einen kleinen Spaziergang und lasse so lange den Rechner an. Kann dann hinterher noch auf eine Mail von dir antworten.

Morgen bin ich vormittags da und dann wieder abends.

Wir schreiben weiter und ich werde dir immer antworten sobald ich Zeit habe!

Mondrian

30.5. 22h

Hatte gehofft wenn es erzähle geht es aus mir raus aber es ist noch da! Bin hier allein jetzt hätte ich gern wen hier einfach nur um mich kurz festhalten zu können mir klar machen zu können für jetzt erst mal ist es vorbei!

Doris

Darf ich morgen bitte noch mehr fragen dazu?

Wird keiner helfen?

31.5.

Guten Morgen, Doris,

natürlich kannst du weiter schreiben und berichten. Es aus dir raus holen. – Stell dir einen Tresor vor, innen, in den du den ganzen Dreck und das Böse, was du erlebt hast, reinsteckst und zumachst, und es soll weg sein! Das mußt du dann immer, immer wieder machen, wenn etwas davon in dir wieder hochkommen will. Es klappt nicht beim erstenmal, aber es kann funktionieren, wenn du es immer wieder machst.

31.5. Doris

Guten Morgen Mondrian,

Das mit dem Tresor hab ich mit dem Gefühl gemacht und ich denke es ging. Doch das ist anders. Das was die gemacht haben tat nicht nur weh und war böse ich verstehe denn Sinn nicht! Ich dachte mir das es kein Traum ist denn es tut so weh! Ich weiß noch was du mir über die anderen Ich's gelernt hast aber wenn du sagst ich habe in der Zeit wo ich nicht weiß geschlafen dann meinst du nicht wirklich geschlafen? Mit welchen von denen in mir habe ich doch gesprochen. Die sind genau wie diese Männer! Sprechen genau so! Schlechte Worte! Tun mir weh! Innen! Diese Männer sind eine besondere Gruppe. Was bedeutet das genau? Wenn manche Ich's das nicht mitkriegen warum dann ich? Das was die gemacht haben. Wozu?

Doris

DANKE!

31.5.

Doris,

du meinst, es quält dich auch, daß du den Sinn nicht verstehst – und dagegen hilft der Tresor nicht. Das kann ich verstehen.

Daß du innen "geschlafen" hast, ist nur ein Wort, weil es keine anderen Wörter dafür gibt. Es ist wirklich etwas anderes, weil im Schlafen schläft ja auch der Körper. Es ist so, daß nur dein Bewußtsein (dein "Ich") geschlafen hat – der Körper nicht. Wenn du mir jetzt schreibst, hörst du wahrscheinlich auch nicht die anderen Ichs, die böse reden und dir innen weh tun. Das heißt dann, daß auch die wahrscheinlich innen "schlafen" – und dafür bist du jetzt im Körper.

Genauso wie im echten "Traum" andersrum: da schläft der Körper, aber das Bewußtsein ist wach und träumt eben. – Also Körper und Bewußtsein können sich voneinander trennen. So ist es auch mit den Ichs – nur daß es Viele sind, von denen jedes ein einzelnes Bewußtsein hat – und trotzdem sind sie in einem Körper.

Es gibt leider Anteile, die sich an den Tätern, den Männern orientieren. Auch sie sind Kinder und nicht wirklich böse. Aber sie haben sich schon früher an den Erwachsenen orientiert, die eben da waren – und das waren die bösen Männer. Alle Kinder versuchen, von Erwachsenen zu lernen. Deshalb können Erwachsene ihnen alles mögliche einreden... auch Böses. Und so ist es bei denen. Sie haben im Grunde auch Angst vor den Männern – und denken, wenn sie wie die Männer reden und handeln, passiert ihnen nichts.

Wir müssen versuchen, ihnen das zu erklären. Du nach innen, und ich von außen.

Wird keiner helfen?

Aber es gibt auch viele Anteile innen, die nur Gutes wollen und wissen, daß das Gute und Liebevollste das einzige lebenswerte Leben ist. Glaub mir! Leider haben sie bisher noch nicht geschafft, mit dir und anderen in Kontakt zu kommen. Aber sie kenne dich – eine von ihnen hat mir gestern geschrieben, daß du viel Schreckliches erleben mußtest gestern/vorgestern, und ich habe dir erzählt, wie gut wir uns schon ausgetauscht haben.

Diese Männer in der Gruppe – ja, ich kanns dir auch kaum besser sagen als daß es wie eine (böse) Kirche ist, eine satanistische Gruppe. Sie glauben an "Satan" (den Teufel) wie andere an "Gott". Aber im Grunde sind es auch nur einfach böse, sadistische Männer, die es genießen, Macht über andere zu haben.

Warum manche Ichs etwas mitkriegen und manche nicht, das hat mit dem Anfang zu tun, also, wie die einzelnen Ichs entstanden sind, in welcher Situation. Es kann auch damit zu tun haben, daß die schlimmen Erinnerungen jetzt mehr verteilt werden auf verschiedene Ichs. Das ist dann für dich schlimmer, aber für ein anderes Ich etwas leichter – weil du jetzt auch mithilfst, das Schlimme zu tragen.

Wenn ein schweres Gewicht von mehreren Leuten getragen wird, geht es leichter, als wenn es nur eine tragen muß. So etwa.

Wie es genau zusammenhängt bei dir, weiß ich noch nicht. Ich hab ja erst angefangen, euch (als System) kennenzulernen.

Hast du solche schrecklichen Sachen früher schon miterlebt oder jetzt zum erstenmal?

Doris, ich geh jetzt kurz weg, bin in spätestens einer Stunde wieder da und kann wieder antworten!

Bis dann! Mondrian

31.5.

Das erklärt warum ich so müde bin. Doch ich höre die anderen Ich's ganz genau! Die sagen böses und drohen mir! Machen Angst! Körper und Bewusstsein sind getrennt und Ich's sind viele? Wie unterscheidet man was ist Traum was ist wirklich? Weißt du ich möchte denen gern erklären das ich nichts böses gemacht habe denen helfen möchte aber die so böse auf mich! Warum kann ich nicht verstehen! Was hat das mit Teufel und macht zu tun wenn die das mit mir machen? Erlebt habe ich das noch nicht aber schon davon geträumt! Ich weiß von dem was andere Männer und mein Vater mit mir gemacht haben. 😊

Doris

31.5.

Doris, zuerst entschuldige bitte: ich sehe grad, ich hab in der letzten Mail teilweise nicht korrigiert und dir einen Buchstabensalat geschrieben!!

Ja, du hast recht: du bist so müde, weil der Körper ja viel weniger schlafen konnte. Gestern hat ein anderer Anteil (Amanda, eine Beschützerin, die sehr wichtig ist zur Heilung) stundenlang mit mir gemailt – und natürlich konnte der Körper sich da nicht ausruhen!

Es ist wirklich so: die innen Böses sagen, sind nicht böse. Aber sie fühlen sich nur dann sicher, wenn sie das machen, was sie bei den Tätern gelernt haben. Wenn sie nicht mehr rumwütten würden, würden sie selbst ihre eigene Angst spüren!

Wird keiner helfen?

Der Unterschied ist sehr, sehr wichtig – denn diese wütenden Ichs sind wichtige Helfer bei der Heilung, wenn sie ihren Irrtum erst mal verstanden haben. Weil sie aktiv sind, weil sie etwas tun wollen!

Es ist Übungssache, Traum von der Wirklichkeit anderer Anteile (die du am Rande mitkriegst) zu unterscheiden. Wenn du erst wirklich Kontakt hast mit anderen, erkennst du sie, es ist dann ähnlich klar, wie wenn du Außenmenschen hörst.

Was du früher "geträumt" hast, was dein Vater und andere Männer mit dir gemacht haben, das war zum Beispiel kein Traum, sondern leider Wirklichkeit – und du hast es so am Rande mitbekommen. Das nennt man Co-Bewußtsein (also Zusammen-Bewußtsein). Es haben andere Anteile damals erleiden müssen.. und das sind auch genau die Ichs, die jetzt wütend sind.

Es ist genau richtig, wenn du diesen Anteilen ANTWORTEST! Nicht dich zuschütten läßt von deren bösen Sätzen. Ihnen widersprichst – aber ohne sie zu beschimpfen. Dadurch merken sie mit der Zeit, daß da etwas anderes geschieht – was sie noch nicht kennen, aber was sich gut anfühlt: daß nämlich jemand es nicht böse meint mit ihnen!!

Wir können nicht wirklich verstehen, was diese verbrecherischen verrückten Männer im Kopf haben. Man weiß aber, daß bestimmte Menschen so sind, – sie glauben an den Teufel und sie genießen Macht und sie genießen es, andere Menschen zu unterdrücken und sexuelle Gewalt auszuüben. Doris – wir können es nicht wirklich verstehen, du nicht und ich auch nicht, weil wir selbst nicht diese Zerstörung in uns haben, die DIESE MÄNNER in sich haben!!

Ich wollte noch etwas ganz anderes sagen: Es ist wohl gut, wenn du die Mails löschst, wenn du sie beantwortet hast (und auch deine Antworten). Weil die Täter immer das Handy wegnehmen, wenn sie dich/euch in ihrer Macht haben. Sie geben es zwar dann hinterher zurück, aber sie sollten nicht lesen, was wir so schreiben – damit sie nicht eventuell das Handy ganz wegnehmen.

31.5.

Aber wenn es lösche manchmal denke ich du bist nur ein Traum! Was wenn ich dann nicht mehr von dir weiß?

31.5.

Nein, ich werde nicht weggehen. Ich hab schon mit vielen Ichs Kontakt gehabt (mit dir am meisten!), und dieses Kennenlernen bedeutet mir sehr viel. – Aber es ist wirklich sicherer, weil die Täter grundsätzlich wissen, daß es mich gibt und daß ich euch helfen will!

31.5.

Ich glaube du hast jetzt was anderes gemeint. Daß du den Kontakt mit mir "vergißt", ja? Das glaub ich nicht, denn du hast dir jetzt auch gemerkt, daß wir früher miteinander geschrieben haben. – Und wenn ich längere Zeit nichts von dir höre, kann ich auch versuchen, dich rauszurufen, per Mail.

Wird keiner helfen?

31.5.

Es gibt aber noch mehr was ich nicht verstehen kann... darf ich fragen? Auch wenn es eklig peinlich ist!

31.5.

Ja, frag es mich. Es wird dir helfen, daß du mit jemandem drüber reden kannst!

31.5. 11h

Danke das du nicht weggehen wirst. Aber wenn ich dich lösche und dich dann vergesse weil ich denke du warst nur ein Traum! Verstehst du?☺

31.5. 21:36

Bist du wütend weil ich mich nicht gewehrt habe
Doris☺

31.5.

Hallo liebe Doris,
warst du heute wieder gefangen? – Nein, natürlich bin ich nicht wütend! Du allein hast keine Chance gegen die Täter. Das Wichtigste ist, daß du dein Gut Sein bewahrst, daß du nicht aufgibst.
Ich habe an dich gedacht heute, tagsüber, als keine Mail von dir kam.

31.5.

Doch habe geschrieben...

31.5.

Entschuldigung weiß nicht was los ist. Wollte los schreiben aber konnte einfach nicht. Versuche es nun. Die haben mich aufgehängt und untergetaucht. Warum? Wollten die mich töten? Warum haben die es nicht getan? Als die ihre ... mir in meinen Mund gemacht haben kam was in meinen Mund. War das Pippi? Warum haben die ihre ... in meinen Mund gemacht? Diese Dinge die die in meine scheide gemacht haben einziges konnte ich spüren kalt tat sehr weh. Was war das? Warum haben die das rein gemacht? Warum haben die mich mit Ketten festgemacht? Ich konnte mich doch eh nicht bewegen!

Doris☐

Das habe ich dir zweimal geschickt weil keine Antwort kam. Was wenn die doch machen können das du Nachrichten nicht mehr bekommen kannst?

31.5.

Nein, das kam nicht hier an. Vielleicht warst du zu durcheinander und hast deshalb die Mail nicht abgeschickt!

Nein, die wollten dich nicht töten. Die wollten dir Angst machen – dir und den anderen Ichs.

Wird keiner helfen?

Durch die Angst habt ihr euch nie getraut, euch zu befreien, viele Anteile haben die Gewalt ausgehalten, weil sie dachten, die Männer haben immer mehr Macht. Und es war auch eine Strafe für dich, weil du dich geweigert hattest.

Töten wollen die dich nicht, denn sie verdienen ja leider auch Geld mit euch (mit dem Körper). Es war kein Pippi, sondern sicher Sperma. Das ist der Samen, der eigentlich dazu da ist, um zusammen mit dem Ei der Frau ein Kind entstehen zu lassen. Manche Männer wollen ihr Ding nicht nur in die Scheide stecken, sondern auch in Münder.

Was sie in deine Scheide gemacht haben, weiß ich nicht. Vielleicht einen Kältespray. Und warum – weil sie dich quälen wollten, weil sie es genießen, Hilflose zu quälen.

Auch das mit den Ketten war vermutlich, weil sie dadurch ihre Macht noch besser zeigen konnten.

Wie du weißt, ich habs schon mal geschrieben: wir können nicht wirklich verstehen, wieso Menschen so böse sind – weil wir selbst nichts so Böses in uns haben. Aber leider ist es so, es gibt solche Menschen.

31.5.

–Töten wollen die dich nicht, denn sie verdienen ja leider auch Geld mit euch (mit dem Körper).

Das kann ich nicht verstehen! Wie sollen die so Geld verdienen können?

–Es war kein Pippi, sondern sicher Sperma. Das ist der Samen, der eigentlich dazu da ist, um zusammen mit dem Ei der Frau ein Kind entstehen zu lassen. Manche Männer wollen ihr Ding nicht nur in die Scheide stecken wollen, sondern auch in Münder.

Ok! Aber warum? Das ist doch eklig!

Mir ist die ganze Zeit übel wann geht das weg? Muss auch immer spucken... dieser Geschmack geht nicht aus mir raus... was tun?

Doris

31.5.

Die Täter (die dich zuhause abholen) verkaufen dich (also den Körper) an andere Männer für diese bösen Taten und damit verdienen sie Geld.

Ja, Doris, für dich ist es eklig, aber für die eben nicht. Ich sag dir ja, die sind krank und zerstört und böse – deshalb haben sie solche Gefühle.

Daß dir übel ist, kommt sicher von diesem in den Mund hineingeflossenen. – Es ist natürlich eklig für dich, aber ich kann dir sagen, es ist nicht giftig oder so. Es ist ganz natürliches Eiweiß. Also brauchst du zumindest da keine Angst zu haben. Stell dir vor, es geht durch deinen Körper durch und wird verdaut wie alles, was du ißt und trinkst, und dann ist es wieder weg.

Versuch, die ganze Erinnerung in den Tresor zu stecken. Es ist böse, dreckig, eklig – aber es ist nicht deins! Das Eklige gehört zu diesen ekligen Männern – nicht zu dir. Du bist nicht eklig. Du bist ok!

Doris, ich möchte langsam aufhören für heute. Ich mach noch einen Abendspaziergang um den Block und guck nachher nochmal in den Rechner, ob noch eine Mail von dir gekommen ist. Die

Wird keiner helfen?

beantworte ich dann noch. Und morgen bin ich dann wieder da!

31.5.

Und Nein ich war nicht zu durcheinander! Zweimal! Habe ja beide im gesendet Ordner!
Irgendwas stimmt doch da nicht!

Doris

31.5.

Ich weiß es auch nicht, Doris! Aber du siehst ja, jetzt klappt wieder alles – und in den Tagen
zuvor auch. Manchmal bleibt eine Mail stecken – das hab ich sehr selten auch erlebt.

31.5.

Vielleicht KälteSpray? Aber auch Gegenstände! Ich konnte es nicht sehen. Aber vielleicht so eine
Art Rohr? Und so weiter... aber warum? Doris

31.5.

Ich weiß auch nicht ...

31.5.

Gute Nacht

31.5.

☺

1.6.17 04h

Also ist das was ich von den schwarzen Männern manchmal geträumt habe gar kein Traum
gewesen sondern wirklich passiert? Als ich mich wieder selbst sehen konnte bedeutet das das es
noch weiter ging? Ein anderes Ich das dann aushalten musste? Warum habe ich es nicht schaffen
können denen zu zeigen das ich keine Angst habe?☹️☹️☹️ dann hätten die doch aufhört?

Doris

1.6. [vormittags]

Hallo Doris, bist du da? Kann ich dir jetzt schreiben?

Mondrian

1.6.

Ja bin da

1.6.

Woher weiß ich das du du bist? Hab Angst! So hast du noch nie gefragt.

Wird keiner helfen?

1.6.

Guten Morgen, Doris,

ich hab deswegen gefragt, weil ich nicht wollte, daß diese Mail hier nicht eventuell den Tätern bekannt wird! Wir sollten da ein bißchen aufpassen (und bitte lösche sie hinterher).

Also hier die Antwort auf deine letzte Mail von heute früh um 4 Uhr:

Ja, leider – das war echt. Nach allem, was ich von dir und anderen weiß, habe ich keinen Zweifel mehr, daß ihr (also der Körper, mit verschiedenen Ichs, die außen sind oder halb außen sind) mehrmals in der Woche von den Tätern geholt wird...

Stimmt, als du wieder auf dich drauf geschaut hast, warst du wieder teilweise dissoziiert, weil etwas anderes Schlimmes geschah, was dann ein anderes Ich aushalten mußte.

Es ist eine ganz wichtige Frage, warum du es nicht schaffen konntest, den Tätern zu zeigen, daß du keine Angst hast! – Genau diese Aufteilung in verschiedene Ichs, die alle für sich sind und keinen Kontakt miteinander haben, ist der Grund dafür. Alle einzeln fühlt ihr euch schwach und seid auch schwach. Erst wenn ihr zusammenhaltet, euch abstimmt, erst dann habt ihr die Chance, euch zu befreien.

Dann könntet ihr (zusammen!) NEIN sagen, wenn Täter euch holen wollen, dann könnt ihr zur Polizei gehen, dann könnt ihr umziehen in eine andere Wohnung, die die Täter nicht kennen ... usw.

Am nächsten Donnerstag habt ihr einen Termin in der Uniklinik (das weißt du vielleicht nicht?). Die Oberärztin ist eine Spezialistin für Trauma und sie weiß auch, was Rituelle Gewalt ist (also das, was bei dir und euch geschieht). Ich hoffe sehr, daß dann dort auch du im Körper bist und den Ärzten und Psychologinnen dort etwas berichten kannst! – Denn die dort können helfen bei der Befreiung.

1.6.15 14.39 Doris

???

1.6.

Wer ist da? Doris?

1.6.

Ja hier ist Doris aber bist du Mondrian?

1.6.

Ja, natürlich bin ichs! Hast du heute morgen meine lange Mail nicht gelesen?

Mondrian

1.6.

Ich weiß nicht was los ist! Ob du es wirklich bist! Habe Angst! Kann ich kurz deine Stimme hören? Bitte

Doris

Wird keiner helfen?

1.6.

Ich rufe an!

1.6.

Du bist kein böser! Aber wusste er das dann? Die Mail habe ich nicht bekommen.

1.6.

Was ist geschehen?

Die Mail kann ich dir ja nochmal schicken. – Bist du wieder gefangen worden? Oder kam morgens einer in deine Wohnung?

1.6.

Heute morgen die Mail von dir wo du fragst ob ich da bin. Ich denk du bist es und antworte ja. Dann kurz darauf holt er mich! Wie geht das? Wie konnte er das wissen wenn du es geschrieben hast? Ich weiß nicht mehr was ich glauben kann! Habe nur noch Angst!

1.6.

Schrecklich!! Aber das ist natürlich ein Zufall. Er weiß ja, daß du morgens da in der Wohnung bist.

Es tut mir sehr leid, Doris. Ich bin auch auf der Suche nach Möglichkeiten der Rettung. Das darf nicht immer so weitergehen!

Ist die Mail von morgens noch in dem Ordner? Kannst mal nachgucken?

1.6.

Nein nichts da! Bist du ganz sicher das die das alles nicht kontrollieren können.?

1.6.

Nein, da bin ich sicher.¹⁵¹ Aber sie scheinen immer die Mails zu löschen (und vielleicht zu lesen). Aber ich denke, sie verstehen das meiste sowieso nicht! Sie sind böse, aber nicht wirklich intelligent. – Gesagt hat er nichts zu den Mails?

Also ists wirklich besser, du löschst unsere Mails immer, wenn du sie beantwortet hast.

Doris, ich krieg um 16 Uhr Besuch, zu einem Gespräch. Ich antworte trotzdem zwischendurch deine Mails, aber es kann dann immer ein bißchen länger dauern, ja? Aber ich lass dich jetzt nicht allein.

1.6.

Schickst du mir die Mail noch? Darf ich später über vorhin mit dir reden? Bitte

¹⁵¹ Das war naiv! Später wurde klar, daß der Haupttäter natürlich die Zugangsdaten sowohl der Mailadresse, als auch zumindest eines Facebook-Accounts hat.

Wird keiner helfen?

1.6.

Ja, hier schick ich dir die Mail von heute morgen. – wir können abends auf jedenfall noch ausführlich reden (schreiben). Der Besuch hat grad angerufen, sie kommt wohl erst in einer halben Stunde. Aber so ab 19h wird sie auf jedenfall wieder weg sein.

Und vorher antworte ich zwischen durch immer mal, ja? Du sollst wissen, daß du nicht alleingelassen wirst.

Also hier nochmal die Antwort auf deine letzte Mail von heute Nacht/Morgen: (...)

1.6.

Jetzt verstehe ich sein Verhalten. 😞😞😞

Er ist böse und leider vermutlich doch nicht dumm! Er hat diese Mail ganz sicher gelesen! 😞😞😞!

Doris

1.6.

Hm. Vielleicht hast du recht. Umso wichtiger ist es, wenn ihr (zumindest du und andere, die etwas verstehen von der Situation) eure Angst überwindet und euch von außen helfen laßt.

Ich habe auch Kontakt mit einer Beratungsstelle, die mit diesem Thema zumindest etwas Erfahrung hat.

Was hat er denn gesagt wegen der Mail?

1.6.

Er war sehr wütend! Ich wusste nicht warum? Mir weh getan. Wollte mir das Handy nicht zurück geben. Hat mich nicht ins Zimmer gesperrt sondern in den Keller runter in ein Loch mit einer Kiste. Da hat er mich rein getan und fest zu gemacht es ist dunkel und kalt kaum Luft! Angst!

1.6.

Doch dann wird doch alles noch viel schlimmer! 😞😞😞😞😞😞

1.6.

Ihr müßt dazu beitragen, daß ihr befreit werden könnt. Dann hört das ja auf!

1.6.

Du bist sehr lieb!

😞

Doris

1.6.

Ich lass euch nicht im Stich.

Übrigens ist meine Besucherin eine Fernsehjournalistin, die dieses Thema auch sehr berührt.. !

(Sie ist jetzt da.)

Wird keiner helfen?

1.6.

Du darfst aber nichts verraten! Bitte! Die werden sonst Schlimmes machen! Bitte! ☹️☹️☹️ Doris

1.6.

Die kennt euch ja nicht und lebt weit weg, in London. – Aber du mußt drandenken, daß Befreiung auch bedeutet, daß Menschen von außen helfen.

1.6.

Ich habe Angst!☹️☹️☹️ bitte versteh mich! Die machen Schlimmes! Glaub mir bitte!☹️☹️☹️ sag ihr nicht meinen Namen wo wir wohnen! Bitte!☹️☹️☹️ Doris

1.6.

Doris, nein, deinen Namen oder den Ort werde ich nicht weitersagen. Es geht nur darum, daß Außenstehende lernen können, DASS es sowas gibt auf der Welt, solche Täter – und daß Opfer Hilfe brauchen.

Aber es ist natürlich wichtig, daß ihr bestimmten Außenmenschen sagt, was euch geschieht – z.B. in der Uniklinik. Denn sonst kann es ja niemals Hilfe geben!

1.6.

Sagst du mir bitte wenn du Zeit hast.

Doris

1.6.

Jetzt hab ich Zeit!

(Wollte vorhin fast an dich schreiben, aber hab mich nicht getraut..)

Mondrian

1.6.

Warum? Und warum nicht getraut?

Doris

1.6.

Naja, weil ich dachte, vielleicht bist du (oder ein anderes Ich) schon wieder in Täterhand und wenn dann wieder ne Mail von mir kommt ...

1.6.

Die kleine ist doch hier

1.6.

Ach ja.

Wird keiner helfen?

1.6.

Es hat mich alles heute morgen total verwirrt durcheinander gebracht. Und das was er gesagt hat auch! Ich bin mir nicht mehr sicher wem ich vertrauen kann. Ich weiß das du lieb bist aber wie können die das alles immer wissen? Weißt du der wird ganz Schlimmes machen wenn ich nicht lieb bin! Er sagt ich darf nicht mit dir schreiben! Doch das muss doch raus aus mir!☹☹☹ bin doch sonst allein!☹☹☹!!!! Die dürfen das nicht erfahren das ich dir schreibe. BITTE!!!!

1.6.

Ich glaube, sie können nichts Schlimmeres machen, als sie schon jetzt machen. Sie brauchen dich ja, bzw. den Körper – also müssen sie aufpassen, daß du immer wieder im Alltag leben kannst, auch wegen Amelie. Aber natürlich drohen sie dir.

Du hast recht, es ist wichtig, wenn du die Erlebnisse rauschreiben kannst.

Du solltest immer gleich alle Mails löschen, wenn du sie geschrieben hast – und auch, wenn ich geantwortet hat. Nur einmal lesen und dann gleich löschen.

Die Mails sind trotzdem aufgehoben, bei mir!

Aber du siehst ja, an mich wagen sie sich nicht ran. Sie sind nicht so mächtig, wie sie sagen.

Doris, es wäre natürlich sehr gut und wichtig, wenn du nächste Woche in der Uniklinik den Leuten sagst, was da passiert, und daß du Hilfe brauchst! Du kannst ihnen dann ja auch sagen, daß ich mithilfe und zu dir stehe!

1.6.17

Mondrian ich glaub du verstehst mich nicht ich möchte Dir erzählen aber kann gerade nicht zu viel Angst! Aber es muss raus! Es ist in mir! Das ganze tut so weh aber ich kann nicht mal mehr weinen!

1.6.17

Doris, wenns jetzt nicht geht, geht es vielleicht morgen. Oder du tust es jetzt in den Tresor und holst es morgen wieder raus, um es zu erzählen. Hilft das vielleicht?

Wenn es dir doch gelingt, es zu erzählen, machst du das auch für andere Ichs, die es nicht erzählen können, die aber auch so voller schrecklicher Erinnerungen sind.

1.6.

Dieses Gefühl dieses Wissen das volle Bewusstsein darüber zu haben das man anderen komplett ausgeliefert ist die mit einem machen können was sie wollen! Das macht mich nicht nur ungeheuerlich wütend sondern auch hilflos! Woher nehmen die sich das Recht? Was hab ich getan? Warum darf ich nicht tot sein?

Doris

1.6.

Doris, du hast recht. Aber so sind Menschen (auch). Guck dich um auf der Welt: Überall Kriege – Millionen brutal ermordete Menschen, überall. Es gibt auch anderes, Gutes, was Menschen

Wird keiner helfen?

machen – aber eben das auch.

Jeder von uns kann und muß sich entscheiden, wie er damit umgeht. – Wenn Opfer wie du lieber tot sein wollen, kann ich das verstehen. Aber wenn Opfer um das Gute in sich KÄMPFEN, bringt das wieder etwas Gutes in die Welt.

Du fühlst dich sehr hilflos. Aber du bist weniger hilflos als die vielen Menschen, die überall auf der Welt in Kriegen einfach getötet werden, weil sie zufällig zu einem anderen Volk gehören. Oder weil sie Frauen sind.

Niemand hat das Recht, Unschuldige zu töten, zu foltern. Aber leider geschieht es trotzdem. Weil es kranke, verbrecherische Menschen gibt.

Du bist weniger hilflos, weil hier in Deutschland Hilfe und Befreiung möglich ist.

Aber wie gesagt: wenn jemand, der Opfer von soviel Grausamkeit war, sich deshalb das Leben nimmt, und ich hab eine gekannt, dann trauere ich – aber verstehen kann ichs auch.

1.6.

Doris, ich mach jetzt noch Abendspaziergang und geh dann ins Bett. Lasse den Rechner noch an – falls noch etwas von dir kommt.

Sonst bis morgen!

1.6.

Ich denke ich verstehe Dich...

Möchte mal versuchen zu erzählen...

Also er hat mich in den Keller gebracht und in ein Kiste gesperrt für lange. Er ist sehr wütend auf mich! Sehr grob! Als mich später raus holt auch sehr grob bringt er mich nach oben. In dem Haus war ich noch nicht habe es auch noch nie geträumt. Kein anderer ist da nur oben ein Mann kein Gesicht Maske? Aber ich kenne die Stimme es ist der Mann der lieb zu mir war. Er bringt mich ins Bad und schimpft den anderen weil er böse zu mir ist. Er ist lieb zu mir spricht höflich mit mir und badet mich gibt mir trinken und dann muss ich rüber gehen. Ein Zimmer mit Sofa und großem Bett. Es geht mir nicht gut schwindlig neblig müde kann mich schwer bewegen alles ist komisch. Er legt mich hin und fängt an mich zu berühren zu streicheln ganz lieb. Aber ich will das er das lässt! Bewegen geht nicht mehr ich will das Gefühl nicht haben ist im Tresor! Er hört nicht auf. Ich versuche meinen Körper von ihm weg zudrehen aber er legt sich auf mich. Und zieht sich aus. Ich will das nicht! Er macht mit seinem Mund an meiner scheide rum. Ich kann nichts tun mich doch nicht bewegen und Er hört nicht auf. Der blöde Tresor!!!!!!! Dann legt Er sich wieder auf mich macht immer weiter macht sein ... in meine scheide und macht komische Geräusche dazu und sagt immer wieder das er mich liebt. Doch jetzt tut er mir weh! Streichelt mich die ganze Zeit! Mir ist so übel... blöder Tresor!!!! Bin wütend wütend auf mich! Nun dreht er mich um und küsst meinen Rücken Nacken Po Beine jetzt macht er seinen ... in meinen Po. Das tut so so weh! Ich sehe wie ich weine... mehr weiß ich nicht auch nicht wie ich nach Hause kommen bin. Das hat sicher ein anderes Ich erlebt.?

Es tut mir so leid ich wollte das NICHT! Ich glaube der hat das so gemacht! Wollte das niemals wieder fühlen!

Doris

Wird keiner helfen?

1.6.

Ja, Doris, es gibt verschiedene Arten von Tätern. Die einen wollen mehr zärtlichen Sex, und andere sind wieder anders. Trotzdem ist natürlich auch das sexuelle Gewalt, denn du wolltest es nicht.

Du hast es aus dir raus erzählt, und ich verstehe dich und es tut mir sehr, sehr leid. Und ich verabscheue diesen Mann (auch diesen!) genauso wie du. – Du solltest immer wieder versuchen, solche Situationen und dein Gefühl in den Tresor zu stecken und zuzumachen! Auch jetzt, nachdem du es mir erzählt hast. Es ist aufgehoben bei mir, und dann auch im Tresor.

Daß der eine den anderen beschimpft hat, weil er grob zu dir war, ist nur ein Trick. Er fühlt sich dadurch besser und hofft, daß du dann auch "lieb" zu ihm bist.

Warum schimpfst du auf den Tresor? Weil sich das Gefühl noch nicht wegstecken läßt? Versuch es immer wieder, daß es ganz automatisch wird.

Ja, das letzte hat wieder ein anderer Anteil erlebt, und wie du nach Hause gekommen bist, auch, und dieses Ich weiß nichts von der Gewalt und denkt wahrscheinlich, derjenige, der sie oder ihn nachhause bringt, ist "lieb".

Verstehst du, wieso es so wichtig ist, daß ihr lernt, miteinander zu sprechen (innen)? Weil ihr dann zusammenhalten könnt, weil ihr dann merkt, daß es euch ALLEN schlimm geht, auch wenn nur die einen es spüren.

Denk dran: lösche die Mail!

Bis Morgen!

Mondrian

1.6.

Du sagst du lässt uns nicht allein das ist lieb von dir! Doch trotzdem fühle ich mich total allein.
Doris

1.6.

Doris, es ist völlig klar, daß du dich so allein fühlst. Das würde jedem so gehen. – Aber irgendwann werden wir uns bestimmt auch persönlich kennenlernen, und ihr werdet befreit sein, und ein anderes Leben wird anfangen!

Versuch jetzt, dich schon auf den nächsten Donnerstag einzustellen, daß du dort den Leuten in der Uniklinik berichten kannst.

Und lösche auch diese Mail! Es wäre gut, wenn die Täter denken, daß ihr mir nicht mehr schreibt. Und das geht nur, wenn ihr die Mails immer gleich löscht!

Bis Morgen!

2.6. 6:26

Hallo Mondrian,

Verschiedene Täter? Wie meinst du das? Zärtlichen Sex was ist das? Ist das so wie es bei Erwachsenen sein soll? Also als er den anderen geschimpft hat hat er nur so getan? Der Tresor geht nicht! Das Gefühl kommt doch raus! Ich wollte das nicht! Wirklich nicht! Glaub mir bitte! Ich

Wird keiner helfen?

fühle mich schlecht böse und schuld! Ich wollte das es drin bleibt!!!! Das was der Mann gemacht mit seinem Mund warum hat er das gemacht? Wenn man dieses Gefühl hat dann ist man doch aber eine Hure? Ich möchte nicht so fühlen! Nie wieder!

Es tut mir leid!☺

Doris

2.6. 9:00

Bist du da?

2.6. 9:05

Nicht zu Hause. Habe mich wo versteckt... sage nicht wo! Kann aber schreiben.

Doris

2.6.

Soll ich jetzt auf die Mail von heut früh antworten oder noch nicht?

2.6.

Ja, bitte.

2.6.

Ich bleibe hier und warte bis ich die kleine abholen muss so gegen drei. Die werden mich hier sicher nicht finden können? Ich selbst weiß nicht mal genau wo ich bin...

Doris

2.6.

Ich verstehe. Es kann höchstens sein, daß sie mit dem Handy einen anderen Anteil rufen, der den Tätern gehorcht!

Also zu deiner Mail. Wir Menschen haben in vielem verschiedene Gefühle und Bedürfnisse, auch bei Sex. Zärtlicher Sex ist eine Form davon.

Als er den anderen beschimpft hat, war es vielleicht echt – aber vielleicht auch nur ein Trick, damit du ihn magst. Kann man nicht genau wissen.

Der Tresor geht eher für böse Gefühle, also die Gewalt und Wut der Täter. Das, was du meinst, ist ja eigentlich für deinen Körper kein böses Gefühl, deshalb kannst du es nicht wegpacken. – Das läßt sich nicht ändern. Nur die Situation, in der es dir aufgezwungen wurde, ist böse, die kannst du wegzupacken versuchen.

Nichts an dir ist schlecht oder schuldig! Das haben sie dir nur eingeredet sicher schon damals bei den Eltern. – Nein, niemand ist eine Hure, wenn sie oder er das Gefühl hat!!! Das sind alles nur Beschimpfungen. "Hure" ist auch eine Beschimpfung.

Es ist eigentlich genau andersrum. Wenn eine Prostituierte ("Hure") freiwillig Sex mit jemandem macht, um Geld zu verdienen, dann spielt sie dem nur was vor. Da hat sie das Gefühl grade nicht! Sie lernt, es abzuspalten von ihrem Bewußtsein. Dein Körper reagiert einfach natürlich –

Wird keiner helfen?

nichts Schlimmes ist daran. Nur die Gewalt, und weil du es ja nicht wolltest mit diesem Mann, das ist schlimm und falsch. Dieser Mann müßte sich schuldig fühlen!!
Doris, ich muß jetzt eine Stunde lang weggehen. Später bin ich wieder am Rechner!

2.6.

Ich will das nicht!☹

2.6. 10:45

Doris, ich bin wieder da.

Ich versteh sehr gut, daß du es nicht willst. Ich sags dir nur, weil das der Grund ist, daß es nicht so einfach in den Tresor stecken läßt.

Jedenfalls bist du nichts Schlechtes, weil du diese Gefühle kennst.

2.6. 11:49

Was passiert mit mir? Bin ich allein? Versuche mich etwas auszuruhen doch die tun mir weh hören einfach nicht auf. Es tut weh aber ist es wirklich? Die wissen doch nicht wo ich bin! Doris

2.6.

Ich weiß nicht, Doris. Vielleicht hat ein anderer Anteil dich zu den Tätern gebracht?

2.6.

Nein! Ich bin noch hier!

2.6.

Ich verstehe es nicht! Kann die sehen riechen tun mir weh sogar schmecken aber ich denke die sind hier nicht! Keiner weiß wo ich bin! Doris

2.6.

Das könnte jetzt natürlich wirklich ein Flashback sein – also eine Erinnerung, die in dir hochkommt wegen der Angst, die du jetzt hast.

Ich finds sehr wichtig, daß du dich versteckt hast, daß du weggelaufen bist. Es ist eine neue Erfahrung! – Stell dir vor, du wärst überhaupt in einer neuen Wohnung, von der die Täter nichts wissen. Das wäre der Anfang der Befreiung!

2.6.

Geht das weg?

2.6.

Es sind ja Erinnerungen. Du kannst versuchen, sie in den Tresor zu stecken. Immer rein in den Tresor! Du entscheidest dich DAGEGEN! Du sagst dir immer wieder: ICH WILL ES NICHT!

Wird keiner helfen?

2.6.

Wie kann das mir so weh tun?

2.6.

Flashbacks können wirklich körperlich so weh tun – weil auch der Körper selbst Erinnerungen aufbewahrt. Das weiß ich auch von anderen Überlebenden!

Guck dich um und mach dir klar, daß niemand da ist, der dir wehtut. Auch das kann helfen. Aber du mußt dieses NEIN sagen, diesen inneren Widerstand üben.

2.6.

Meine Frage was und warum der Mann das mit seinem Mund gemacht hat hast du nicht geantwortet. Warum macht der so was? Doris

2.6.

Deine Frage (tut mir leid – es war so viel anderes..):

Wenn Menschen sich liebhaben, wollen sie einander gute Gefühle machen. Dazu gehört vieles, und auch sexuelle Gefühle gehören oft dazu. Auch küssen kann zu den guten Gefühlen gehören – und auch küssen, berühren, streicheln an anderen Stellen des Körpers, und nicht nur mit den Händen, sondern auch mit dem Mund. Auch sowas, was der Mann gemacht hat, kann dazu gehören.

2.6.

Ich verstehe es nicht! Verstecke mich extra damit die mich nicht kriegen und nicht weh tun können und trotzdem machen die mir Schmerzen! ????

Doris

2.6.

Ich sag ja, es waren sicher flashbacks. Das sind die Erinnerungen an sowas, die in dir drin sind, im Kopf, im Körper, bei anderen Anteilen. In dem Moment machen es ja nicht die Täter! Es ist natürlich und bei allen Menschen so, daß Erinnerungen an bestimmte Situationen und Gefühle in einem drin bleiben.

2.6.

Also wollte er das ich dieses Gefühl habe?

2.6.

Ja, er wollte es sicher. – Ich denke, das war ein Kunde, also einer, der zu Prostituierten geht, aber eigentlich kein Verbrecher ist. Er denkt vermutlich, es ist deine Entscheidung, das mitzumachen. – Aber er wünscht sich vermutlich eine echte Beziehung mit einer Frau – also in der beide gute Gefühle haben.

Natürlich belügt er sich damit selbst, denn Liebe und Zuneigung kann man nicht kaufen. Er muß

Wird keiner helfen?

ja wissen, daß auch eine Prostituierte nicht wirklich eine Beziehung mit ihm will. (Und er hat zuletzt ja auch Gewalt angewendet.)

Aber es gibt viele Männer, die sich sowas einreden, wenn sie zu einer Prostituierten gehen.

2.6.

Also bin ich ja doch eine Hure! Schlecht! ☹️☹️☹️!!!! Ich kann das nicht verstehen! Eine Beziehung mit einem Kind!

Doris ☹️☹️☹️

2.6.

Nein!!!!!!!!!!!!!!!

Es ist wirklich so, daß die eigentlichen Täter (also die, die dich/euch von zuhause abholen und irgendwohin bringen) euch (den Körper) zur Prostitution verkaufen an Freier/Kunden. (Sag nicht "Hure", das ist eine Beschimpfung, die keine dieser Frauen verdient hat!!!!)

Aber es ist GEWALT, du machst es nicht freiwillig, du wirst gezwungen, ihr werdet gezwungen.

Ihr seid Opfer von Zwangsprostitution wie viele Frauen, z.B. die aus Osteuropa hierherschleppt werden.

Das andere ist, daß dein Körper ja weitergewachsen ist. Das hatte ich dir schon mal erklärt, weißt du noch?

Du fühlst dich als 12jährige, siehst auch deinen Körper so. Aber das ist auch eine Art Erinnerung. – Du warst viele Jahre innen, nicht außen, hast sowas wie geschlafen und der Körper ist weitergewachsen.

Es ist der Körper einer erwachsenen Frau. Für die Männer bist du erwachsen, kein Kind.

Ich weiß, das ist alles schwer zu verstehen. Laß dir Zeit du wirst es verstehen lernen. Du bist ja die Lernende!

2.6.

Doris, ich bin jetzt für ca. eine Stunde nicht im Haus! Dann wieder.

2.6. 13:46

Es tut mir leid wollte niemanden beschimpfen! Die nennen mich doch immer so! Das wollte ich nicht!

Du hast mir mal gesagt wie ich Geld holen kann weiß nicht mehr... haben gestern für die kleine Sandalen gekauft ihre waren zu klein. Jetzt haben wir fast kein Geld mehr..

???

Entschuldige bitte! Sag es nicht mehr.

Doris

2.6.

Da bin ich wieder!

Weißt du die Nummer der Geldkarte nicht? – Vielleicht kannst du einen Anteil rausrufen, der die

Wird keiner helfen?

Nummer kennt. – Sonst könntest du mit deinem Ausweis und der Geldkarte zum Bankschalter gehen und sagen, du hast deine Nummer vergessen.

2.6.17

Kenne die Nummer nicht! Werde es so machen müssen der kleinen ihr Smartphone ist kaputt müssen ein neues kaufen. Sie hatte Sportfest und den dritten Platz von allen Mädchen der zweiten Klassen gemacht. 😊

Doris

2.6.

Allerdings fürchte ich, daß die Banken jetzt nicht mehr Schalterzeit haben.. 16 Uhr! Und Morgen ist Samstag. Es könnte schwierig werden.

2.6. An die Großen!

Hallo, es sollte bitte jemand mithelfen, Geld abzuheben! Doris (die kleine Merle) weiß die Nummer nicht! Wichtig!

Mondrian

2.6.

Nicht schlimm dann gehen wir morgen und es gibt auch Geschäfte da braucht man die Nummer nicht nur die Unterschrift. Die kann ich doch einfach nachmachen.

Schau mal Amelie sagt diesen Teddy habe ich gemacht naja ein anderes Ich! Cool oder? 😊...

Doris

2.6.

Du kennst dich ja aus!!

Der Teddy ist süß! Perfekt gemacht und zugleich doch was ganz Eigenes!

2.6.

Auskennen. Nein. Ich beobachte. ...

Amelie und ich gehen jetzt in das Spielzeugmuseum. Kennst du das?

2.6.

Durch beobachten und lernen kennt man sich immer besser aus, Doris. Das machen wir alle so! Und du bist wohl die Lernende, schon seit der Schulzeit.

Ja, ich kenn die Spielzeugfabrik (das Museum) – aber nur von Conny, das ist eine 7jährige von euch. Die war vor ein paar Wochen dort und hat sogar ein paar Fotos gemacht und mir geschickt!

Wird keiner helfen?

2.6.

Also war ich bereits dort?

Ich möchte das alles wirklich so gern verstehen!

Doris

2.6.

Conny ist ein ganz pfiffiges Innen-Kind, die zwar auch viel Angst hat und noch in der Vergangenheit gelebt hat (Kindheit), aber genauso wie du viel lernen wollte, alles zu verstehen. Sie dachte zuerst, daß sie zur Schule gehen muß, hat dann auch die Schule gesucht und ihr Elternhaus und gemerkt, da ist niemand mehr. Dann ist sie zurückgekommen und dann eben in die Spielzeugfabrik.

Du würdest dich sicher sehr gut mit ihr verstehen! Vielleicht antwortet sie ja, wenn du nach innen ruft.

2.6.

Werde es mal versuchen.

Wie kannst du das alles verstehen? Mich? Uns? Das muss doch für einen Außenstehenden noch chaotischer Nein verrückt wirken!?! Ja eigentlich (wenn ich das richtig verstanden hab) nie zu wissen mit wem du jetzt schreibst.? Vermutlich ist es "ein wenig" einfacher denjenigen zu sehen?

Doris

2.6.

Das wundert wohl manche. Für mich ist es nichts anderes, als mit mehreren Außenmenschen (in ner Gruppe) zu reden. Ich krieg schnell ein Gefühl für die einzelnen Ichs, obwohl ich mich manchmal natürlich dann irre. Aber warum? – Ich bin zwar nicht Viele (multipel), aber ich hatte schon als Kind drei oder vier "Anteile", die ganz verschieden waren. Die hatten kein eigenes Bewußtsein, aber sind in mir trotzdem nebeneinander... – Das ist wohl der Grund.

Natürlich muß ich manchmal fragen, mit wem schreib ich jetzt. – Wenn ich jemanden vor mir hab, der (die) Viele ist, kann man die Ichs mit der Zeit schon ein bißchen unterscheiden am Gesichtsausdruck und an der Stimme, an den unterschiedlichen Bewegungen ... Auch die Handschrift ist anders.

2.6.

Du bist lieb! Danke!

Doris

2.6.

☺

2.6.

Denk auch dran, die Mails zu löschen!

Wird keiner helfen?

2.6.

Ja, mach ich.

2.6.

Es ging übrigens prima 🐾 konnte ohne Probleme was kaufen mit Kartel 😊 Doris

2.6.

Das freut mich sehr! Du lernst, Doris, du lernst so viel! Du bist eine der wichtigsten Ichs für die Befreiung!

2.6.

Schau mal die kleine hat eine Tonschale in der Spielzeugfabrik gemacht ganz allein... □
Doris

2.6.

Schön! Mit einer Ritzzeichnung innen drin, ja? Ist das jetzt hart gebrannt?

2.6.

Ja mit einer es soll eine Blume sein eingeritzt. Nein das ist noch nicht fest wird es aber von allein ohne brennen. War wirklich dort sehr interessant.
Doris

2.6.

Es freut mich sehr, daß ihr so einen schönen Tag hattet! 😊

Facebook 2.6. 19:54

Hallo Mondrian, vermutlich sind Sie enttäuscht? Wir sind zur Zeit keine große Hilfe, versuchen große Anteile rauszuschicken, doch leider.... zu viel Angst! ??? Aber... Die kleine braucht Sie! Ich weiß, Sie sind für sie da, lernen ihr viel, geben ihr Kraft... doch sie hat nicht alles gesagt. Sich nicht getraut. Aber sie muss es sagen! Und sie war den ganzen Tag im Wald, isst nichts! Bitte, sie hört auf Sie! Amanda

Facebook 2.6.

Ich bin gar nicht enttäuscht. Im Gegenteil. Doris ist eine der wichtigsten Anteile für die Heilung, sie hat ein immenses Potential zu lernen. Sie hat heute etwas Entscheidendes gemacht: sie hat Widerstand geleistet, indem sie geflohen ist. Und sie hat dann etwas Gutes mit Amelie erlebt. Und zugleich dauernd mit mir Mails geschrieben, in denen sie immer nur am Fragen und Lernen war! – Die großen Anteile sollten sich ein Beispiel an ihr nehmen. (Und so klein ist sie nicht, – sie lernt so sehr, daß sie meiner Meinung nach jetzt schon 16 ist, etwa!) – Ich hoffe, daß sie nächste Woche in der Uniklinik rauskommen wird und den Mut haben wird, zu berichten. Mondrian

Wird keiner helfen?

PS: Ich denke viel über Möglichkeiten des Ausstiegs nach. Dafür müßten allerdings wirklich auch die Großen aktiv werden.

Mails:

2.6. Für Doris und alle!

Liebe Doris, ich will langsam Schluß machen für heute. Ich geh jetzt noch für eine halbe Stunde raus, lass den Rechner noch an, falls noch etwas von dir kommt.

Und morgen bin ich tagsüber zuhause, nur abends wieder im Nachtdienst (auch Sonntag und Montag)

Denk auch du dran, daß Montag Feiertag ist, daß du vielleicht morgen noch einkaufen mußt zum essen (wir hier hätten es auch fast vergessen).

Bis später,

Gruß von Mondrian

Grüß auch Amelie, falls du magst!

2.6.

Danke ich werde Amelie von dir Grüßen.

Gute Nacht und Danke!

Doris

2.6. Facebook Amanda

Danke! Uniklinik ist gleich das nächste Problem! 😡

2.6.

Wieso?

2.6.

Angst!

2.6.

Ja, aber das letztmal gings doch gut?

2.6.

Sie haben doch wieder gemerkt nicht ernstgenommen zu werden... 😞

Die kleine muss essen! Der Körper braucht essen! Was soll ich tun?

2.6.

Merle (die Mama) hat sich damals positiv geäußert beim Aufenthalt zu Ostern. – Wen meinen Sie jetzt mit "die Kleine"? Amelie oder Doris? Ich schreib ihr nochmal wegen essen.

Wird keiner helfen?

Mail 2.6.

Gute Nacht! – Übrigens: Habt ihr auch gegessen heute? Du und Amelie? Ist wichtig, der Körper braucht Essen!

Mondrian

Facebook 2.6. Amanda

Doris! Sie isst nicht! Seit zwei Tagen!

2.6.

Wieso nicht? – Ich hab ihr deswegen nochmal geschrieben, sie ermahnt.

2.6. Amanda

Da ist noch mehr... was sie Ihnen nicht erzählt hat.

2.6.

Wollen Sie's erzählen?

2.6. Amanda

Das würde nicht helfen!

2.6.

Ok.

2.6. Amanda

Gute Nacht... und Danke!

2.6.

Gute Nacht, Amanda.

Jetzt wieder Mail:

2.6. 23h

Das die bösen Männer nicht wirklich hier sind habe ich verstanden! Doch es tut so weh die hören nicht auf damit! Möchte nur kurz ausruhen. Bitte!

Doris

3.6. 03h

Lassen mich nicht in Ruhe! Hören nicht auf mich zu quälen! Versuche es die wegzusperren aber die sind zu stark! Lassen mich nicht ausruhen. Bin so müde! Bitte keine Schmerzen mehr! Bitte!

Wird keiner helfen?

3.6. 9.05h

Also machen die bösen ich's diese Flashbacks? Lassen die mir keine Ruhe? Tun die mir weh?
Doris

3.6. 17

Guten Morgen, Doris,

ich vermute, es hat anderen Ichs viel Angst gemacht, daß du Widerstand geleistet hast gegen die Täter. Denn die Täter haben denen doch immer eingeredet, "wenn ihr euch wehrt, wenn ihr abhaut, werden wir euch immer wieder finden und dann wirds noch schlimmer!" – Und jetzt versuchen diese Ichs vermutlich, dich davon abzubringen.

Leider kann ich diese Anteile auch verstehen, – in ihrer Angst. Und dann denken sie wieder, du bist "schuld", daß es so schlimm ist (von den Tätern).

Du mußt verstehen, die Täter spielen euch gegeneinander aus.

Es ist sehr schwer, aber trotzdem total wichtig, daß diese ängstlichen, wütenden Ichs lernen, daß nicht du ihre Wut verdienst, sondern die Täter.

Daß du dich versteckt hast, daß du den Mut hattest, war ein ganz wichtiger Schritt zur Befreiung! (Aber du mußt bitte drandenken, zu essen!! Der Körper braucht Kraft, und die kommt durch das Essen!!)

3.6.

Diese Ichs machen genauso Böses wie die Täter!

3.6.

Ich sag dir doch: sie sind nicht böse, sondern voller Angst (einerseits) und Wut (andererseits). Angst vor den Tätern und vor deren "Bestrafungen" und Wut, weil du sie in diese Gefahr bringst. Sie verstehen noch nicht, daß ihr euch nur dann von den Tätern befreien könnt, wenn ihr euch zusammenschließt und gemeinsam handelt.

Denkst du ans Essen?

3.6.

Ja Entschuldigung ich weiß die sind nicht wirklich böse. Aber es fällt mir gerade schwer das zu glauben. Also ist es falsch gewesen mich zu verstecken? Habe ich so wirklich alles nur noch viel schlimmer gemacht? Ich kann nichts essen!

Doris

3.6.

Ich denke, du und ihr wollt euch befreien von der Gewalt der Täter? Dazu ist es wichtig, sich zu wehren. Und daß du dich versteckt hast, ist ein erster Schritt. Du hast gemerkt, daß die Täter eben nicht überall hinkommen!

Das haben hoffentlich auch andere Anteile dadurch gemerkt.

Aber, Doris, es ist total wichtig, daß der Körper etwas zu essen bekommt!!!!

Wird keiner helfen?

Vielleicht war es etwas, was die Täter euch aufgezwungen haben: daß ihr nichts essen dürft, wenn ihr abhaut. Kann gut sein. Aber das gilt nicht!

Die Befehle der Täter gelten nicht! Denk dran – die Täter sind böse, sie haben kein Recht auf dich und auf euch. Sie haben dir nichts zu sagen!

Bitte, iß was! Und vor allem trink etwas. Es ist so warm, der Körper geht kaputt, wenn du nichts trinkst! Das Trinken ist das allerwichtigste.

Bitte! Es ist mir ganz wichtig!

3.6.

Es ist anders! Mir ist übel! Versuche was zu essen und zu trinken doch muss mich dann gleich übergeben! Das ist in mir! Glaub mir....!

3.6.

Es kam ein Brief von der Uniklinik. Hast du eine Idee was das bedeutet?

Doris

3.6.

Vielleicht ist es noch dein Ekel wegen den Taten der Männer?

Aber Trinken ist ganz wichtig. Versuch es bitte immer wieder.

Zu dem Brief: ich weiß ja nicht, was drin steht. Geplant ist, daß du (ihr) am 8. (also Donnerstag) dorthin fahrt/geht. Für wie lange weiß ich nicht. Ich vermute, in dem Brief steht Genaueres dazu, wohin genau, welche Uhrzeit, was du mitbringen sollst (Waschzeug usw.)

Vielleicht kannst du ihn fotografieren und mir das Bild schicken?

3.6.

Versuche es ja!

3.6.

Ja, versuchs trinken und essen immer wieder. Bitte!

Das war nur der Entlassungsbericht von eurem Aufenthalt über Ostern. (Ich weiß nicht, ob du den mitgekriegt hast?) Den hat dir jetzt dein Arzt geschickt, an den ihn die Klinik geschickt hatte.

Sie empfehlen dort eine stationäre Aufnahme in der Traumastation – und genau darum wird es wohl am 8. gehen, daß das nochmal besprochen wird.

Ich habe jedenfalls einen guten Eindruck, und ich weiß ja auch, daß die Oberärztin (an die ich mich gewandt hatte, damit ihr über Ostern dort sein konntet) eine wichtige Traumatherapeutin ist. Von daher glaube ich, daß die dich und euch ernstnehmen. Der Bericht sieht auch so aus!

Es wäre aber wichtig, daß du dort auch etwas von der Situation mit den Tätern sagst (schreibst) – und unsere gemeinsame Arbeit erwähnst. Wenn sie nix wissen, können sie nicht helfen.

Denk dran, lösche die Mails bitte!

Wird keiner helfen?

Facebook 3.6. – 12:11

Hallo Mondrian, Danke!

Doris hört auf Sie! Sie hat gekocht mit Amelie und auch etwas gegessen. Doch sich wieder

übergeben müssen. 😞 Bitte, ich bin mir sicher, sie muss es Ihnen erzählen können, Alles! Sie vertraut Ihnen, hat Respekt vor Ihnen!

Das alles bewusst zu erleben, verarbeiten zu müssen.... verstehen zu müssen... Wir dürfen nicht vergessen, sie ist erst zwölf! Bitte können Sie ihr helfen... ? Ich bzw. Wir können nichts tun. 😞

Amanda

3.6.

Sie ist nicht mehr 12; sie wächst durch diese Aufgaben jetzt – es ist wichtig, das zu beachten, sie unbedingt ernstzunehmen. Natürlich geht es weiter zwischen uns. – Jetzt wird aber wichtig, daß in der Uniklinik ab Donnerstag etwas über die Tatsachen berichtet wird. Habe soeben den Bericht von Ostern gelesen. Es wird deutlich, daß sich die Leute dort viel Mühe gegeben haben, aber kein Anteil hat etwas zu den Tätern gesagt – und auch nicht über die Arbeit mit mir. – Es ist schlimm, daß die großen Anteile sich nicht aktiv beteiligen, sondern alles der jungen Merle (Doris) überlassen. – Grundsätzlich wird es aber keine Befreiung geben, wenn nicht mehr Anteile ETWAS DAFÜR TUN. Ihre Angst überwinden. Niemand kann von außen helfen, wenn die Anteile sich nicht offenbaren, auch gegenüber den Traumafachleuten in der Uniklinik. Mondrian

3.6. Amanda

Sie haben RECHT! Doch was sollen WIR tun?

3.6.

Es scheint in eurem System eine starke Zweiteilung zu geben, die sich in all den Jahren entwickelt hat: Auf der einen Seite Anteile, die außen sind (Opfer der Täter sowie Amelies Mama), auf der anderen Seite kluge erwachsene Anteile, die aber nur in bestimmten Notfällen in den Körper gehen, ansonsten nur beobachten. – Jetzt ist aber vielleicht erstmalig in eurem Leben die Chance, Befreiung zu erreichen. Das ist eine solche besondere Situation, in der das innere WIR unverzichtbar ist. Die bisherigen Außenanteile sind damit überfordert. – Wäre es wenigstens möglich, daß IHR in der Uniklinik einen ausführlichen Bericht schreibt über die Existenz der Täter und Bitte um Hilfe? (Und auf mich verweist.) – Niemand würde mich ernstnehmen, wenn ich allein sowas behauptete, aber die Betroffene selbst sich dazu nie äußert! Da könnte ja jeder kommen. Mondrian

3.6. Amanda

Sie wird es tun!

Sie hat Mut!

Wird keiner helfen?

3.6.

Ja, Doris scheint den Brückenschlag zu ermöglichen. Den Eindruck (die Hoffnung) hatte ich auch. Aber bitte, tun Sie alles was Sie können dafür, daß sich auch die anderen klugen Erwachsenen beteiligen. Ingrid und andere. Da ist soviel Kompetenz innen – das brauchen wir ALLES zur Befreiung! – Das Gegengewicht zu den von Angst, Wut, Verzweiflung und Chaos bestimmten Opfer-Anteilen.

Mails:

3.6.

Also war ich schon mal in der Uniklinik? Ist das was im Bericht steht gut für uns oder hören die dort nicht auf uns?

Amelie und ich haben vorhin gekocht und gemeinsam gegessen 😊

Doris

3.6.

Hey Doris! Schön, daß ihr zusammen gekocht habt. (Hat es bei DIR geklappt mit dem essen?? Wichtig!)

Der Bericht zeigt, daß sie besorgt waren um euch. Sie haben ganz viel reingeschrieben, was sie bei euch gespürt haben, sehr genau! Und vor allem auch haben sie eure Ängste gespürt. Und sie haben auch Wechsel erlebt, also daß verschiedene Ichs draußen waren. Also das Viele sein nehmen sie unbedingt auch ernst. – Aber andererseits haben sie auch reingeschrieben, daß "du" (also der Anteil, der draußen war) nichts Inhaltliches sagen wolltest, also zum Grund der Angst. (Oder schreiben.)

Sie empfehlen einen stationären Aufenthalt in der Traumastation, zur Stabilisierung. Und auch ambulante Therapie. (Ich vermute, es wird sich keine ambulante Therapeutin finden – aber du weißt, ich habe euch immer versprochen, daß ich weiterhin für euch da bin. Das bleibt so, selbst falls sie euch zusätzlich eine ambulante Therapeutin empfehlen können.)

3.6.

Soll das bedeuten ich also wir müssen da hin? In ein Krankenhaus?

3.6.

Doris, es geht um eure BEFREIUNG! – – Über den Termin in der Uniklinik (am Donnerstag) haben wir doch schon paarmal geschrieben! Das ist eine Trauma-Therapie-Station, da sind Traumatherapeutinnen und andere, die sich mit genau den Problemen auskennen, unter denen ihr leidet. Es sind die wichtigsten Helfer für eure Befreiung und es geht denen genau um dasselbe wie mir, wieso wir hier immer Mails wechseln.

Oder willst du dein Leben lang weiter von den Männern gefangen und böse behandelt werden?

3.6.

Nein! Möchte ich nicht! Aber denkst du die werden das zulassen?

Doris

Wird keiner helfen?

3.6.

Du wirst mich NIE allein lassen?

Doris

3.6.

Nein.

3.6. An Doris und alle!

Hallo Merle und wer das noch liest!

Heute nacht (und morgen und übermorgen) hab ich wieder Nachtdienst. Deshalb werd ich demnächst hier den Rechner ausschalten und kann dann erstmal nicht antworten. Morgen tagsüber bin ich wieder hier.

Bis dann, Mondrian

3.6.

Sie werden uns bestrafen? Wütend werden! Uns doch dann wieder finden!

???

UND DANN

Doris

3.6.

Ok, ihr könnt immer weiter Angst haben und dann geht die Gewalt immer weiter. Für immer. Ist das besser?

Deswegen machen sie euch ja Angst, damit ihr nicht den Mut habt, nach Hilfe zu suchen. Genau deshalb.

Aber es gibt Hilfe. Bloß müßt ihr erstmal sagen, daß ihr Hilfe braucht.

Wenn ihr im Krankenhaus seid, wissen die Täter nur, daß ihr im Krankenhaus seid. Sonst nichts.

Aber wenn ihr dort deutlich sagt, was los ist, können die Ärztinnen dort zusammen mit anderen (und mit mir) Rettungsmöglichkeiten suchen. – Und auch davon erfahren die Täter nichts.¹⁵²

Und irgendwann seid ihr dann weg aus der Wohnung und woanders, und die Täter wissen es nicht und kommen nicht mehr an euch ran.

3.6.

☹️☹️☹️

3.6.

Bitte denk dran, alle Mails zu löschen!

3.6.

Jetzt bist du wütend!

¹⁵² Über die Mails erfuhren sie leider alles.

Wird keiner helfen?

Und dann? Was wenn ich es sage keiner glaubt mir uns. Ich mach alles falsch und du lässt mich dann auch allein! Ich bin schon weggegangen und nun? Nun geht es mir nicht gut! Muss mich ständig übergeben!

Und du irrst dich! Ich möchte keine Angst mehr vor denen haben! Bin nicht feige!

Doris

Facebook:

3.6. 20:34

Mondrian, natürlich werden WIR alles dafür tun, dass Anteile die helfen, die wirklich helfen können zum richtigen Zeitpunkt im Außen sind. Doch was Sie vielleicht nicht wissen, viele von den aktiven erwachsenen Anteilen wissen gar nichts von all dem. Von den Tätern. Davon das es aktuell geschieht. Jetzt gerade sorgen WIR uns um die kleine Merle. Sie hört auf Sie, hat gegessen und getrunken, doch kann es nicht behalten. !!! Es sind nicht nur Flashbacks. Es ist Schuld, Ekel... sie muss mit Ihnen reden! Verarbeiten... verstehen... BITTE, es ist viel, dass wissen WIR, aber WIR brauchen Hilfe von außen! BITTE... Amanda

3.6. 22:14

Solche Infos von Ihnen sind sehr wichtig für mich (über die Situation innen). Danke! – Natürlich helfe ich weiter und ich werde euch nicht verlassen, und grad jetzt Doris nicht, das ist doch klar! (Was sie macht, ist wunderbar, ist ernsthafte Therapie!) Aber es ist noch ein sehr weiter Weg.
Mondrian

3.6. Amanda

Es geht ihr nicht gut, dem Körper! DANKE! Gute Nacht für Sie... !

3.6.

Trinken ist vorrangig wichtig, wegen der Elektrolyte. Grad wenn es jetzt warm ist.

3.6. Amanda

Richtig! Das tut sie, wie gesagt sie hört auf Sie! Doch muss sie sich ständig Erbrechen... 🤢

3.6.

Ja, das ist wegen dem Ekel, bestimmt.

3.6. Amanda

Wie Ihnen schon sagte, sie konnte nicht alles erzählen... nicht verstehen! Eben wegen der Schuld, Ekel usw. ... doch sie vertraut Ihnen! Bitte nutzen Sie das! Bitte helfen Sie ihr! WIR können nichts tun... 😞 ähnliche Situation gab es schon mal, bei einem Jugendlichen Anteil, doch der hat das schlimme wegdissoziiert... nur nützt das ja nichts! Bitte, die kleine braucht Sie! Amanda

Wird keiner helfen?

3.6.

Ich machs, so gut ich kann.

3.6. Amanda

Danke!

Hier wieder Mail:

4.6. 01:12 ¹⁵³

Mondrian ich weiß du denkst nur schlecht von mir bist nicht mein Freund und hältst mich für egoistisch! Das habe ich verstanden. Nur weiß ich nicht was ich jetzt tun soll! Die hören nicht auf! Die Männer und Vati sind so böse machen ganz Schlimmes mit mir tun mir unheimlich weh! Du sagst ich jammer nur. Nein jammern möchte ich nicht. Da du ja nicht mein Freund bist hab ich ja keinen dem ich erzählen kann! Vielleicht muss ich das einfach nur wen sagen können was passiert? Wo soll ich denn hin? Vati findet mich überall das weißt du genau! Trotzdem bist du wütend auf mich lässt mich einfach ganz allein!!!!

Es geht mir nicht gut aber das ist egal es ist allen egal ich bin allen egal solange ich nur die anderen schütze! ¹⁵⁴

Du wirst nicht antworten ich weiß die anderen hast du auch nicht geantwortet.

Doris

4.6. An Doris die kleine

Hallo du kleine Doris,

es stimmt gar nicht, was du schreibst. Ich habe allen geantwortet, immerzu, und ich antworte auch dir und ich habe gar keine schlechte Meinung über dich. Ich werde auch weiter antworten und dir zuhören.

Mondrian

4.6.

Hallo Doris,

du hast so Schlimmes in dich hineinlassen müssen, das will alles raus – und deshalb mußt du dich übergeben. Das versteh ich. Das würde jedem so gehen!

Ich weiß, daß du nicht feige bist, – du bist sehr mutig! – Ich hatte dir nur gesagt, daß die Täter euch allen Angst machen, damit ihr euch nicht wehrt.

Die Täter machen Böses, aber sie wissen nicht alles und können nicht in euren Kopf gucken.

Mondrian

¹⁵³ Hier wird erstmalig das traumatische Bindungsverhalten deutlich. Bei kleinsten Verunsicherungen des Vertrauens wird alles Gute abgewertet und negiert. Derartige Vorwürfe (immer in Verbindung mit Selbstabwertung) bildeten einen roten Faden unserer Kommunikation in der Folgezeit. – Hier schrieb offenbar eine "kleinere Doris" mit.

¹⁵⁴ Seit der Kindheit gab es die Erpressungen der Täter: "Wenn du genau machst, was wir wollen, geschieht XY nichts! Andersfalls..." Das hier geäußerte schlechte Selbstbild wurde in der Zukunft vor allem dann immer wieder aktualisiert, wenn ich darauf hinweisen wollte, daß Amelie ein Kind ist, das geschützt werden müsse. Doris und die meisten anderen Ichs fühlen sich ja auch als Kinder!

Wird keiner helfen?

4.6.

Hallo Mondrian,

Nein diese Männer haben Schlimmes gemacht! Du musst mir glauben ich will mich doch wehren!
Keine Angst mehr haben müssen! Verstehst du?

Doris

4.6.

Hallo Doris,

ich weiß es doch. Es tut mir leid, wenn ich dich gekränkt hab – es gibt halt immer mal
Mißverständnisse, wenn mensch nur Mails schreiben kann. Aber jedenfalls bin ich nicht wütend
gewesen und bins auch jetzt nicht. Hab ich gar keinen Grund dazu! (Nur über die Täter bin ich
wütend.)

Mondrian

4.6.

Weißt du ich habe große Angst ins Krankenhaus zu gehen leider kann ich nicht sagen warum
aber ich werde hingehen und werde auch versuchen denen zu erklären... darf ich dir aber
schreiben wenn ich dort bin? Bitte!

Doris

4.6.

Kennst du die Gründe für die Angst nicht oder willst du es nur nicht sagen? – Ich weiß, daß du
(also der Körper) in der Kindheit längere Zeit und häufiger im Krankenhaus war, und es auch
schwierige Operationen waren. Es könnte damit zusammenhängen. –
Es ist wunderbar, daß du diese Aufgabe im Krankenhaus übernehmen willst, – denen zu erklären!
Natürlich kannst du mir immer schreiben, wenn du dort bist! (Leider hab ich in diesen Tagen,
also Donnerstag, Freitag, Samstag, Sonntag) Nachtdienst. Aber tagsüber kannst du immer
schreiben und ich werde drauf achten, daß ich deine (und eure) Mails möglichst schnell
beantworten kann.

Mondrian

4.6.

Doch ich weiß es aber warum sagen keiner wird es glauben!

Doris

4.6.

Doris, ich weiß, daß du nicht lügst. Es wäre gut, wenn du es mir sagst – viel ich dadurch wieder
etwas von eurer Lebensgeschichte mitkriege. Und glaub mir, ich hab schon ziemlich viele
schlimme Sachen erfahren bei anderen, die auch keiner glauben möchte. ☹

Wird keiner helfen?

4.6.

Mondrian ich werde es dir erzählen später. Es geht mir nicht so gut... tut mir leid.

Doris

4.6.

Ich denk an dich.

4.6.

Danke. Du bist sehr lieb!

4.6. 12:21

Mondrian ich weiß nicht was mit mir ist. Kann mich nicht mehr übergeben müssen! Bitte! Kannst du mir helfen? Esse und trinke versuche es wirklich! Was ist das? Wann hört das auf?

Doris

4.6.

Denk dran, womit es vermutlich zusammenhängt. Die Täter haben Ekelhaftes mit dir gemacht – und nicht nur du, sondern auch andere Ichs haben das mitbekommen (mehr oder weniger stark). Da ist jetzt so viel EKEL in dir, und der Körper möchte sich befreien von dem Ekelhaften. Also ein Protest, ein Widerstand gegen das Ekelhafte. Kann das der Grund sein?

Vielleicht hilft es, wenn du mir noch etwas davon berichtest – damit geht es wieder ein Stück raus aus dir, – und hinterher die Erinnerung in den Tresor steckst!

Wichtig ist auch, daß du dran denkst, daß DU nicht ekelhaft bist. Nichts Ekelhaftes gehört zu dir – es gehört zu den Tätern.

4.6.

Kann sein? Ich habe Angst! Wenn ich dir erzählen würde was noch passiert ist wirst du enttäuscht von mir sein wütend werden auf mich! Was wenn ich genau so bin? Genau wie die Männer!

Doris

4.6.

Nein, Merle, es gibt grundsätzliche Unterschiede zwischen dir und den Tätern, denn du bist ein Kind, eine Jugendliche, und die waren Erwachsene. Und Kinder sind immer abhängig von Erwachsenen und lernen immer von Erwachsenen. Schuld sind an Schlimmem in dem Zusammenhang immer die Erwachsenen.

4.6.

Kannst du mir versprechen das du mich nicht allein lassen wirst auch wenn du bemerkst das ich schuld bin.?

Doris

Wird keiner helfen?

4.6.

Ja, das kann ich dir versprechen, Doris.

4.6.

DANKE!

Du weißt noch als die schwarzen Männer mich hatten? Die haben mich immer wieder untergetaucht und dann haben die mir ihren ... in meinen Mund gedrückt. Ich durfte denen nicht weh tun nur mit der Zunge und Lippen berühren und nicht spucken. Die haben eine kleine BabyKatze festgemacht und sagen wenn ich Das doch mach werden die dem Kätzchen weh tun! Meinetwegen!!!! Ich habe gemacht was die wollen, nichts böses. Wirklich! Doch dann sagt einer ich hab dem weh getan. Der geht hin und bricht dem Kätzchen das Bein! Das kleine hat so geschrien!☹☹☹ dann haben die mich wieder getaucht. Und dann wieder weiter gemacht! Habe keinem weh getan. Aber ich musste mich übergeben... der hat das kleine Kätzchen einfach aufgeschlitzt! Die hat so geschrien!☹☹☹ tot! Wegen mir!

Ich wollte das nicht! Wirklich nicht! Bitte glaub mir!

Doris

4.6.

Liebe, liebe Doris,

es ist schrecklich, ja! Aber leider weiß ich, daß solche Täter genau sowas sehr oft machen. Sie wissen, wie schrecklich es für andere Menschen (für wirkliche Menschen!!) ist, wenn grade eine Katze schreit und gefoltert und umgebracht wird. Deswegen ist es eine der wirkungsvollsten Methoden, um ihre Opfer zu zwingen, das zu machen, was die nicht wollen, wovor sie sich besonders ekeln.

Wirklich, es steht in allen Fachbüchern, daß die Täter so sind. Jeder, der sich ein bißchen damit auskennt, weiß, daß du und andere Opfer daran völlig unschuldig sind!!! Auch die Oberärztin in der Uniklinik weiß das.

Es tut mir sehr leid, daß du auch sowas erleben mußtest.

4.6.

Aber es ist doch meine schuld! Hätte ich gehört wäre lieb gewesen würde die kleine BabyKatze noch leben!

Darf ich bitte noch was fragen?

Doris

4.6.

Nein, es ist nicht deine Schuld. Es ist ein böser Trick – denn sie hätten die Katze auf jedenfall irgendwann gefoltert und getötet!! Nur dazu haben sie die Katze. Sie erreichen damit, daß das Opfer sich immer mehr und mehr bemüht, alles "richtig" zu machen – nachdem es einmal sowas erlebt hat. Sie erreichen damit also, daß jemand immer noch unterwürfiger ist, daß sie ihn immer

Wird keiner helfen?

weiter und mehr in der Gewalt haben.
Ja, natürlich kannst alles sagen und fragen!

4.6.

Und du wirst ganz sicher nicht böse auf mich?☺
Doris

4.6.

Nein, Doris, dazu ist doch gar kein Grund!
Das sind alles Tricks der Täter – schreckliche und traurige Tricks. Aber du und ihr seid unschuldig.

4.6.

Zuerst bitte es gibt Dinge die ich nicht verstehen kann. Die Männer alle! Alle sind ja böse!? Die machen bei diesem SexZeug ihren ... in meine scheide rein das tut mir weh. Doch denen nicht? Warum machen die das auch in meinen Mund wenn es eklig ist und denen weh tut? Warum machen die das in meinen Po? Das tut mir unheimlich weh! Noch viele Tage später! Denen aber nicht?
????

4.6.

Die Männer wissen alle, daß sie dir Gewalt antun. Deshalb sind sie alle böse.
Wenn eine Frau und ein Mann beide Sex miteinander machen wollen, dann machen sie sowas viel behutsamer, und dann wird die Scheide feucht und es tut nicht weh, wenn der Mann seinen Penis hineinsteckt und bewegt. – Jetzt war es trocken, und dadurch hat es dir wehgetan. Eigentlich müßte es auch den Männern wehtun, aber wahrscheinlich sind die so grob und unsensibel auch zu ihrem eigenen Körper, daß sie das nicht empfinden.
Mit dem Mund ist es auch anders, wenn zwei Menschen gern Sex miteinander machen wollen. Dann passen sie auf, daß sie sich nicht wehtun und dann empfinden sie es nicht als eklig. Denn die machen ja nur das, was beiden gefällt, was sich für beide gut anfühlt!
Mit dem Po ist es das gleiche. Manchmal machen das auch Menschen freiwillig miteinander – aber auch die müssen sehr aufpassen und nehmen dann meistens Vaseline oder eine andere Creme, damit es nicht so trocken ist, damit es nicht wehtut. – Es stimmt, eigentlich müßte es denen auch wehtun, wenn sie es ohne Gleitgel machen, aber wahrscheinlich sind die so primitiv und grob, daß sie selbst nicht mehr viel empfinden.

4.6.

Ok aber WARUM TUN DIE DAS ÜBERHAUPT? WO IST DER SINN?
Der Mann der lieb zu mir war weißt du noch?

Wird keiner helfen?

4.6.

Du hast mich das glaub ich schonmal gefragt vor ein paar Tagen. Es ist die schwerste Frage überhaupt. – Es gibt Menschen, die sind so KAPUTT im Herzen, in der Seele, daß sie es genießen, Gewalt auszuüben gegen Schwächere. Sexuelle Gewalt und auch sonst Gewalt.

Wir können das nicht verstehen, weil wir nicht so sind. Du nicht und ich nicht. Aber es ist so! Überall auf der Welt gibt es solche Menschen.

Der Mann, der lieb zu dir war... – Ja, das war sicher nur ein "Kunde", also jemand, der ab und zu zu einer Prostituierten geht und bei der für Sex Geld bezahlt. Der wußte vielleicht gar nichts von den Tätern, die euch auch an solche "Kunden" verkaufen für 1x Sex.

Aber auch der wurde ja zum Schluß grob und gewalttätig, hast du mir erzählt. – Sowas müssen Prostituierte leider auch oft über sich ergehen lassen. Sie brauchen Geld, oft sind sie drogenabhängig und brauchen dafür Geld. Oder sie kommen aus dem Ausland und ihre Familien sind arm, sie wollen Geld verdienen für die.

4.6.

Ich verstehe deine Antwort! Es geht denen um Macht. Das hab ich verstanden aber um Macht zu zeigen würde es doch genügen mich zu quälen!? Warum noch extra dieses SexZeug? Ich denke Menschen tun doch Dinge weil sie etwas davon haben? Einen Vorteil! Du sagst der liebe böse Mann bezahlt sogar für mich an diese Männer Geld. Wofür? Was hat er davon?

Weißt Du noch von dem lieben bösen Mann?

Doris

4.6.

Doris, du stellst total wichtige Fragen.. – –

Sexualität ist den meisten Menschen extrem wichtig. Das wird auch in der Öffentlichkeit so dargestellt, in Filmen und überall. "Sex ist das Wichtigste im Leben eines Menschen!" oder: "Sex ist Liebe!" Für mich ist das das zwar nicht so, aber sehr viele Menschen (vielleicht die meisten) glauben es wohl. – Und deshalb bedeutet es natürlich auch am meisten Macht, wenn so jemand Macht über die Sexualität eines anderen Menschen hat! Noch mehr Macht als wenn sie viel Geld hätten.

Der Freier bezahlt Geld, weil es die einfachste Weise ist, an Sex zu kommen. Sonst müßte er sich um eine Frau bemühen, oder die Frau (seine Freundin oder Ehefrau) hat mal keine Lust, oder wills anders im Sex. Bei der Prostituierten hat er das Gefühl, er kann allein bestimmen, wie es geschieht. – Und auch wenn er mit seiner Frau/Freundin oft Streit hat – da macht Sex dann keinen Spaß. Mit der Prostituierten hat er keine Streit, da gehts nur um Sex. Viel einfacher! Das sind schon Vorteile..

Von dem "lieben bösen" Mann weiß ich nur, wie er am Anfang lieb und höflich war, aber dann zuletzt auch grob wurde – und dann hast du für den Rest die Erinnerung verloren und warst erst wieder in deiner Wohnung da. Das bedeutet, daß da ein anderes Ich etwas erleiden mußte. So lieb war der also nicht.

Wird keiner helfen?

4.6.

Ich glaube jetzt verstehe ich dich? Es geht denen also um Macht und um Sex? Doch nun die Frage der Fragen! Was ist der Sinn von Sex? Es tut doch nur weh ist eklig und schrecklich! ... so wie du es aber beschreibst bin ich also eine Prostituierten? 😞😞😞
Doris

4.6.

"Die Frage der Fragen"... Doris, du bist wirklich eine geborene Studentin! Selbst bei diesem schrecklichen Thema!

Sex zwischen Menschen, die sich mögen oder lieb haben, kann sehr schön sein. Es können sehr schöne und tiefe Gefühle sein, von Geborgenheit und Lebendigkeit... es ist schwer zu erklären. Auch Zärtlichkeit gehört dazu. Einige Gefühle davon hattest du schon empfunden – nur eben nicht freiwillig und deshalb falsch, vergiftet, leider.

Und jetzt das Thema Prostitution. – Es gibt Menschen (meistens Frauen, aber auch Männer), die Sex mit Fremden machen, um damit Geld zu verdienen. Wenn es wirklich ihre freie Entscheidung ist, schaden sie niemandem damit.

Es gibt sehr viele Männer, die zu solchen Prostituierten gehen (das hatte ich vorhin schon geschrieben). Aber die wissen irgendwo doch, daß diese Frauen es mit ihnen nicht machen, weil sie verliebt sind. Daß sie es nur für Geld machen. – Und deshalb verachten viele dieser Männer die Prostituierte, obwohl sie zu ihnen gehen!

Dabei müßten sie sich selbst verachten!

Und deshalb wird oft so geredet, als ob Prostituierte ("Hure") etwas Schlechtes ist. – Es ist nichts Schlechtes, wenn sie es freiwillig machen, nur etwas Trauriges.

Aber bei dir ist es ja nochmal was ganz anderes!!! Du hast es niemals auch nur eine Minute lang machen wollen. Und keiner von deinen anderen Ichs. Ihr wurdet mit allen Mitteln dazu gezwungen, seit der Kindheit. Das ist also nochmal was ganz anderes und du bist keine Prostituierte. Man sagt dazu "Zwangsprostituierte".

4.6.

Ich hatte dir doch schon geschrieben das der Mann lieb zu mir war. Mich geküsst gestreichelt und überall berührt hat. Was ich nicht verstanden habe er hat mich nicht festgemacht und es ging mir nicht gut. Das ich mich vor Angst nicht bewegen kann das war schon oft so aber das war anders! Es ist so als ob ich keine Kontrolle mehr habe über mich über den Körper! Alles scheint wie im Nebel irgendwie verlangsamt... ist schwer zu erklären! 😊 jedenfalls hat er dann angefangen mich an meiner scheid zu küssen aber lange er hat nicht mehr aufgehört. Und es war so als ob es ihm gefällt? Ich kann das nicht verstehen will mich die ganze Zeit weg drehen aber es ist mir nicht möglich! 😞 er macht immer weiter ist ganz lieb tut mir nicht weh. Dann auf einmal ist da das Gefühl in mir... Es klingt blöd und es tut mir wirklich so leid und ich wollte das ganz ehrlich NICHT aber es hat sich schön angefühlt. 😊😞😞 dann sagt er du schmeckst so gut! Was soll das bedeuten? Dann tut er mir weh...
Ich verstehe das nicht! Was stimmt nicht mit mir?

Wird keiner helfen?

BITTE nicht sauer sein! Ich wollte das wirklich nicht!

Doris

4.6.

Naja, so hast du es mir unlängst schon erzählt. – Das war genau das, was ich meinte: es war ein "Kunde", kein Verbrecher. Aus irgendwelchen Gründen hatte er keine Freundin/Frau, oder mit der war Sex nicht gut – und der wollte eigentlich einfach gute Gefühle, ohne Macht. Deswegen wurdest du nicht festgebunden.

Und für dich, für deinen Körper, war es so ähnlich, wie es auch zwischen Menschen ist, die sich lieb haben. Nur körperlich mein ich – denn der Mann war ja fremd. Es muß dir nicht blöd vorkommen, daß es ein schönes Gefühl war. Es ist deins, es ist dein Körper, er ist lebendig. Nur war es nicht von dir aus selbst entschieden, mit diesem Mann. – Aber dein Körper ist ok und du bist ok. Nicht böse, nicht schlecht. Ja, es war schon so das Gefühl, was ich vorhin meinte, – was eben Sex ist im Guten.

Und deine Scheide wurde dann feucht (was ich dir in der letzten Mail geschrieben hatte) und das hat ihm gut geschmeckt. Es ist wie küssen, oder kann so sein. Ja, sicher denk ich, es war auch für den schön.

Die Starre bei dir kam sicher daher, daß du Gewalt erwartet hattest – wie es ja oft so ist. Und leider kam die Gewalt dann doch! Das ist was, was ich nie begreifen kann, aber es ist manchmal so. Daß Menschen zwar das Zärtliche in sich haben und dann doch wieder auch das Grobe und die Gewalt.

4.6.

Ich bin mir jetzt nicht sicher ob ich Dich nicht verstehe oder du mich nicht.?

Also wollen diese Männer eigentlich Sex und Macht!? Macht ist klar worum es da geht. Beim Sex geht es denen also um DIESES GEFÜHL!? doch wenn es so ist kann ich es nicht begreifen! Denn ich will das Gefühl nicht haben will es am besten aus mir raus schneiden! Es macht mich wütend ich hasse mich dafür! Es hat etwas in mir gemacht... lässt mich nicht mehr los... ! Kann es nichtmal einordnen es benennen! Du sagst ich bzw der Körper ist lebendig doch fühle ich das nicht mehr! Es tut weh und tot! Das klingt widersprüchlich klar aber ich weiß es nicht anders!

BITTE sag mir was kann ich tun...

Hab ich dich verstanden?

Doris

4.6.

Es ist natürlich schwer zu ertragen... nachdem du das Gefühl auf diese Weise kennengelernt hast. Es ist klar, daß du es deshalb nicht als gut empfindest, wegen des Zusammenhangs, der Gewalt, der fremden Männer, der Täter...

Alles Gute kann vergiftet werden, dann spüren wir das Gute daran nicht, sondern nur noch das Gift. – So ist es jetzt für dich – und das läßt sich jetzt nicht ändern.

Aber auch hier ist es wichtig zu unterscheiden. Die Täter sind das Böse. Nicht dein Körper. Nicht du.

Wird keiner helfen?

Aber es ist natürlich widersprüchlich! Etwas Gutes wird mißbraucht zu etwas Bösem und Schlechtem. Deswegen heißt es ja auch "sexueller Missbrauch".
Daß das alles qualvoll ist für dich, auch wegen der Widersprüchlichkeit, verstehe ich. Du wirst sicher auch lernen, damit umzugehen und wieder Klarheit zu kriegen.
Wichtig ist nur, daß du deine Wut und deinen Haß nicht auf dich richtest, nicht auf deinen Körper richtest!!! Der ist nämlich unschuldig. Bitte!

4.6. Für Doris und alle!

Doris, ich hab heut ja wieder Nachtdienst und mach jetzt hier am Rechner Schluß. – Morgen tagsüber bin ich wieder da.
Bis dann!
Mondrian

4.6. 18:35

Weißt du ich überlege die ganze Zeit. Vielleicht hat er mir eine Medizin oder etwas gegeben damit ich mich nicht wehren kann? Ich wollte ihn treten!😡😡😡 ich hatte den Mut dazu! Glaub mir bitte! Wollte mich bewegen mich wehren! Bitte glaub mir!!!!¹⁵⁵
Doris

4.6. 21.07¹⁵⁶

Mondrian die haben mich ja doch wieder! Sind so wütend und böse! Hab angst aber werde nichts tun was die wollen!!! Dann sollen die mich töten...
Doris

6.6. 21:45

Hallo Mondrian,
Ich weiß gerade Nichts!? WO ich bin!? WIE ich hier her kam!? Wo Amelie ist!? Versuche mich schon eine Zeit lang zu orientieren, aber es fällt mir schwer. Mich zu erinnern! Irgendwas stimmt nicht... ! Was passiert ist...?
Können Sie mir bitte helfen? Ist das echt? Erlebe ich das jetzt wirklich oder träume ich? Komme gerade nicht klar.... bitte
Merle¹⁵⁷

6.6. 22:13

Hallo Merle,
sind Sie im Freien oder eingesperrt? – Sie waren oder sind von den Männern gefangen worden, seit 2 Tagen. Amelie ist in dieser Woche beim Vater, denke ich. Jetzt ist Dienstagabend..

¹⁵⁵ Doris hatte wohl recht. Später wurde klar, daß der Haupttäter ("Vati") dem Opfer offenbar regelhaft Drogen eingibt, um es gefügig zu machen gegenüber Prostitutionskunden, die sich gern einreden, die Frau mache das gerne. Gegenüber den Tätergruppen gab es oft Gegenwehr, was den Tätern willkommenen Anlaß noch mehr Gewalt und Beschimpfungen gab.

¹⁵⁶ Vom anderen Smartphone aus, d.h., sie sind in Tätergewalt (eingesperrt).

¹⁵⁷ Merle II (sagt "Sie" zu mir).

Wird keiner helfen?

Allerdings ist morgen Mittwoch, wo sie wohl zu Ihnen/euch kommt wegen Tanzen?

Mondrian

6.6.

Ja ich bin freien. Ich erinnere mich nicht. Ich weiß noch ich habe mit Ihnen wegen Amelie geschrieben... ¹⁵⁸

Möchte nach Hause

6.6.

Merle, die Männer werden Sie einfach ins Freie gesetzt haben. Weiß natürlich auch nicht, wo Sie sind. Gibt es Menschen, die Sie fragen können? Ich kann Ihnen eine Mail schicken mit dieser Frage, die Sie jemanden zeigen können. Mache ich gleich jetzt..

6.6.

Nein, habe es gefunden. Ist nicht mehr weit. Aber es geht mir nicht gut. So stell ich mir vor wie es ist betrunken zu sein, aber ich trinke nicht! Welche Männer?

6.6.

Merle, Sie wissen glaub ich, daß es mehrere Ichs in Ihnen gibt? Ich habe mit einigen viel Mailkontakt und weiß, daß es auch in der Gegenwart noch Gewalt durch Täter gibt. Sie wissen es nicht, weil es andere Ichs aushalten müssen. – Vor zwei Tagen wurden Sie (der Körper) von den Tätern wieder gefangen und jetzt erst freigelassen.

Erschrecken Sie bitte nicht, wenn ich Ihnen das so sage. Es ist aber Tatsache.

Und Sie (der Körper) wurde wahrscheinlich mit Medikamenten betäubt.

6.6.

Danke! Sie sind nett!

Stimmt, morgen ist Mittwoch und Schwimmen....! Aber als wir vorhin geschrieben haben, war doch alles okay. Jetzt kann ich mich an die letzten drei Stunden nicht mehr erinnern! Warum?

6.6.

Merle, als wir das letztmal geschrieben haben, das war vor ein paar Wochen. Bitte erschrecken Sie nicht. Es war nicht vor ein paar Stunden. In der Zwischenzeit waren Sie nicht im Körper, sondern nur innen.

Ich bin ganz sicher, ich hatte all die Wochen mit anderen Ichs Kontakt.

FACEBOOK 22:42

Hallo Amanda, wenn Sie das lesen: Der Körper war 2 Tage in der Gewalt der Täter, jetzt grad ist eine erwachsene Merle draußen, die nichts zu wissen scheint und lange nicht mehr draußen war.

– Ich will ihr noch ein paar Infos geben. Morgen bin ich tagsüber leider unterwegs, kann nur ganz früh und dann ab 18 Uhr mailen. Bitte versuchen Sie, andere Ichs zu beruhigen, wenn die

¹⁵⁸ Das war der bis dahin letzte Kontakt mit Merle II , am 2.5.17 um 18:22.

Wird keiner helfen?

dann tagsüber keine Antwort bekommen von mir. – Und Donnerstag ist Uniklinik. Soll ich vorsorglich eine Mail dorthin schreiben und auf die aktuelle Tätersituation hinweisen? Oder nicht? Mondrian
[gelesen 23:06]

6.6. 22:43

Mondrian es tut mir so leid!!!! Bitte sei nicht wütend auf mich! Ich wollte das alles nicht! Bin zu Hause möchte schlafen bitte! Darf ich bitte deine Stimme hören damit ich weiß das ich nicht mehr dort bin... bitte du kannst einfach irgendwas erzählen...
Doris

6.6.

Ich ruf dich an!
[Anruf]

7.6. 6:24

Mondrian bitte helfe mir! Ich möchte nicht mehr zu Vati! Die sind böse zu mir tun mir weh! Du willst nicht mein Freund sein aber kannst du mir bitte helfen? Hab Angst Vati wird wieder kommen.
Doris¹⁵⁹

7.6.

Hallo kleine Doris,
ich suche nach Möglichkeiten, dir zu helfen. Es ist nicht so einfach, aber ich lass dich nicht im Stich.
Mondrian

7.6.

Hab so große Angst! Vati findet mich! Bitte!
Doris

7.6.

Hallo kleine Doris, verkriech dich innen! Vielleicht geht das.

7.6.

Kann mich nicht verkriechen. Vati findet mich doch überall! Warum bin ich ganz allein? Warum hilft keiner? Keiner beschützt mich! Habe so große Angst! Hab Schmerzen. Helfen bitte
Doris

¹⁵⁹ Die "kleine Doris". Wieso sie meinte, daß ich nicht ihr Freund sein will, war mir damals noch unklar. Später wurde deutlich, daß die Täter den Anteilen kontinuierlich einreden: "*Der Mondrian will nichts mehr von dir wissen, weil du böse warst!*" – mit Varianten, die sie sich aus der mitgelesenen Mailkorrespondenz heraussuchen.

Wird keiner helfen?

7.6.

Warum lässt du mich auch allein? Habe Angst! WO soll ich denn hin?

Doris

7.6. 15:25

Hallo Doris, bist du da? Ist Amelie da?

Mondrian

7.6. 16:46

Ja ich bin da und allein!

Doris

7.6.

Komisch – hatte Amelie nicht heute ihr schwimmen? Ist sie schon wieder weg? (Vorhin war ein junges Ich außen und hat mir geschrieben.)

Hast du dich ein bißchen erholt von den letzten Tagen? Ich hab viel an dich gedacht und an alle anderen, die wieder leiden mußten.

7.6.

Es tut mir leid aber ich kann nicht darüber reden. Warst du zufällig bei der Post?

Doris

7.6.

Bei welcher Post? Ich bin doch in Berlin.

7.6.

Ach gibt es in Berlin keine Post? ☐

Doris

7.6.

Ich versteh dich nicht. In Berlin gibts viele Postämter – und ich war heute in keinem, nein. (Morgen geh ich aber.)

7.6.

Wenn du morgen gehst dann passt es ja! Dann wirst du es verstehen☺

[nicht geantwortet]

7.6.

Bist du noch da? War ich heute beim Schwimmen?

Doris

Wird keiner helfen?

7.6.

Ich weiß nicht. Deshalb hab ich ja vorhin gefragt. – Heute mittag hat mir eine Kleine geschrieben. Aber vielleicht war jemand anders im Körper (ein älteres Ich) und hat Amelie begleitet. – wie gesagt, ich weiß es nicht.

7.6.

Hatte geglaubt dich zu verstehen.? Heißt das das ein kleines Ich mit dir schreiben kann und zur selben Zeit ist ein vielleicht erwachsenes Ich mit Amelie und ihrer Klasse beim Schwimmen? ????
Doris

7.6.

Nein, so meinte ich es nicht. Entschuldige – ich hab mich unklar ausgedrückt.
Ich meinte, daß beide nacheinander und abwechselnd draußen waren, – also es kann ein Kleines mir schreiben, und dann ist Zeit fürs Schwimmen, und dann kommt ein älterer Anteil nach draußen und bringt Amelie zum Schwimmen. Diese Wechsel können schnell geschehen. Bei den Mails ist es schon manchmal so gewesen, daß kurz nacheinander verschiedene Ichs mir geschrieben haben.

7.6.

Dann würde doch aber mein Umfeld das bemerken müssen?
Doris

7.6.

Nein. Solche Wechsel merken Außenstehende meist nicht – oder nur, wenn die Ichs es wollen. Oder wenn die Außenstehenden viel Erfahrung haben. (Oder in besonderen Streß-Situationen.) – Ihr seid seit 35 Jahren Viele – und habt seit damals viel Zeit gehabt, Wechsel zu lernen, ohne daß jemand es mitkriegt. Auch wenns unbewußt war.

7.6.

Ah ok ich verstehe.

7.6.

Also können niemals zwei verschiedene Ich's zur selben Zeit im Außen sein? Getrennt voneinander agieren? Denn das würde vielleicht einiges erklären?
Doris

7.6.

Doch. Es gibt Co-Bewußtsein, da handeln zwei Anteile zugleich außen – vielleicht der eine aktiver, der andere mehr im Hintergrund, kriegt was mit, sagt auch mal was – das kann ganz unterschiedlich sein.
Wenn ihr mal Kontakt miteinander habt, dann geht Co-Bewußtsein leicht – und das kann eine

Wird keiner helfen?

sehr große Hilfe sein im Leben, auch für die Befreiung, für das freie, selbstbestimmte Leben. Weil dann die Fähigkeiten und Kräfte verschiedener Ichs zusammenkommen können für bestimmte Situationen.

7.6.

ICH bin aber nur ein Teil? Wissen die anderen Ich's das was ich weiß? Was würde passieren wenn ein ICH also ein Teil fehlt?

7.6.

Du bist ein ganzes Ich, wie ich (Mondrian) auch ein Ich bin. Nur ist es bei euch so, daß mehrere Ichs in einem Körper sind. Bei mir ist nur ein Ich im Körper.

Deswegen bist du aber nicht weniger wert, nicht "nur" ein Teil.

Manches von dem, was außen geredet wird und geschieht, kriegen andere Anteile innen mit (das ist schon der Anfang von Co-Bewußtsein!). Aber nicht alles. – Es ist, wie wenn in einer Schulkasse in der Pause die einen miteinander reden, die anderen etwas mithören, oder andere wieder nicht.

Wenn ein Teil "fehlt"? Die Anteile, die Ichs, die entstanden sind, bleiben im Körper – es kann keiner fehlen. Manche sind tief innen, verkrochen, versteckt.

7.6.

Es sind doch so viele! Was wenn einer davon weg wäre? Was würde passieren?

Doris

7.6.

Es kann keiner davon einfach "weg" sein oder für immer "weg gehen". – Wenn in einem multiplen System sehr viele Anteile sind, viele Kleine, viele Jugendliche, die alle ähnliche Erfahrungen haben und gleichalt sind, dann können die sich bei der Aufarbeitung zusammenschließen, eine Sprecherin oder einen Sprecher wählen. Und diese Sprecherin oder dieser Sprecher hat dann die anderen in sich integriert. Dann sind sie irgendwie "weg", aber im Grunde doch da, nämlich als Teile dieses Sprecher.

Ich weiß nicht, ob du dir das vorstellen kannst... vielleicht klingt es komisch für dich... ?

7.6.

Kann ich mir vorstellen. Aber so meine ich es nicht. Du sagst doch keiner bemerkt mich. Wenn also auch kein anderer Teil kein anderes Ich weiß was ich weiß dann kann ich doch einfach verschwinden.?

Doris

7.6.

Jetzt versteh ich dich nicht.

Was heißt, "ich kann verschwinden"? Es funktioniert einfach nicht, daß jemand "verschwindet" aus einem multiplen System. Genausowenig wie mein Bewußtsein nicht aus meinem Körper

Wird keiner helfen?

verschwinden kann (erst, wenn der Körper tot ist).

Ich bin sicher, du meinst etwas sehr Wichtiges, aber ich verstehe noch nicht richtig. Bitte versuch nochmal, mir zu sagen, was du meinst, was deine Frage genau ist!

7.6.

Es sind doch so viele! Die brauchen mich doch nicht! Keiner wird es bemerken wenn ich weg bin! Es kann doch auch wieder ein neues ICH entstehen.?

Doris

7.6.

Es hat nichts damit zu tun, wer dich jetzt mitkriegt. – Noch kriegen die meisten von euch einander ja gar nicht mit. Falls ihr euch auf den Weg der Befreiung machen wollt, dann wird sich das ändern. Dann werdet ihr einander kennenlernen und zusammenarbeiten.

Wie gesagt, niemand kann "weg sein" (außer durch die Integration mit anderen Anteilen). – Das wäre ähnlich, wie wenn du dich fragst, was wäre, wenn Amelies Tanzenkönnen oder ihr Schwimmenwollen weg wäre. Es ist aber nicht weg, es gehört einfach zu Amelie.

Und ich verstehe übrigens auch nicht, wieso du das fragst. Möchtest du weg sein? Du bist sehr wichtig für die Befreiung, weil du die Lernende bist!

(Und übrigens: ich zumindest würde dich sehr vermissen, wenn du weg wärst. Du bist das Ich aus eurem System, mit dem ich am meisten zu tun habe bisher, von der ich am meisten mitkriege von ihrer Persönlichkeit..)

7.6.

Ja ich möchte weg sein!

Doris

7.6.

Ach Doris, ja: du hast derzeit am meisten zu tragen. Du kriegst das Schlimme mit – und hältst es aus, denkst drüber nach, versuchst zu verstehen...

Es gibt Anteile, die dich von innen her unterstützen – und irgendwann werden sie auch nach außen kommen können. Leider können sie das nicht immer entscheiden, noch nicht! Dieses bewußte Entscheiden dafür, im Körper zu sein, das kann noch niemand von euch. Aber das werdet ihr lernen, das haben andere Multis auch gelernt.

Du hast am meisten die Möglichkeit, ab morgen in der Uniklinik den Ärztinnen etwas von eurer Situation zu sagen. Aber ich weiß, es werden dich andere innen unterstützen. Das haben sie mir klar gesagt.

7.6.

Ich denke Du verstehst mich leider nicht. Es geht nicht um mich. Das was ich weiß darf kein anderer wissen! Niemals!

Doris

Wird keiner helfen?

7.6.

Doris, bist du jetzt auf der Seite der Täter?

7.6.

Warum verletzt du mich auch?☹️ so eine ... Frage! Ich bin auf meiner Seite!

Doris

7.6.

Du stellst mir diese Frage und lässt mich dann allein! Wirklich kannst du nicht verstehen das ich einfach weg sein möchte!

???? Doris

7.6.

Natürlich kann ich verstehen, daß du einfach weg sein möchtest – weil das alles zu schrecklich und verwirrend ist.

Ich hab mich auf deinen anderen Satz bezogen: daß niemals jemand erfahren soll, was du weißt. Denn DAS ist genau die Forderung der Täter – aller Täter in diesem Bereich! Genauso wie das Umbringen der Katze... und vermutlich auch die Drohung, daß sie Amelie etwas tun, wenn du jemals etwas verrätst.

Das ist immer so bei solchen Tätern.

Ich laß dich nicht allein, Merle. Aber versteh bitte, daß ich nicht den gesamten Tag in jeder Minute am Rechner sitzen kann und auf Mails antworten kann. (Ich hab auch kein Smartphone.) Und ich kann mich auch nicht immer abmelden, wenn ich mal kurze Zeit weg bin.

7.6. An Doris und alle!

Liebe Doris, ich möcht jetzt demnächst den Rechner ausmachen und Schlafengehen; es war ein langer Tag für mich.

Morgen bin ich tagsüber zuhause und kann auf Mails antworten, erst abends bin ich weg, also etwa ab 19h. Komme gegen 24h wieder. – Du (ihr) werdet ja dann wohl in der Uniklinik sein.

Natürlich könnt ihr mir auch von dort schreiben.

Mondrian

7.6.

Ja leider verstehst du mich nicht. Und Nein natürlich das musst du nicht! Gute Nacht

Doris

7.6.

Vielleicht magst du mir irgendwann doch erklären!

Gute Nacht auch dir!

Wird keiner helfen?

Facebook 7.6. 22:13

Hallo Mondrian,

DANKE!

Ja leider! 😞😞😞!

Es ist so viel Chaos im Innen! Bin mir nicht sicher ob WIR es morgen schaffen werden die "richtigen" ins Außen zu bekommen.

Eine Mail von Ihnen wäre sehr hilfreich! Danke!

Amanda

Mails:

8.6. 1:46

Möchte versuchen es dir zu erklären... hoffe du wirst mich verstehen können...

Es geht nicht nur darum das die Männer verboten haben irgendwas zu sagen. Oh nein! Vielleicht kannst du es dir nicht vorstellen aber es gibt Dinge die passieren die so unheimlich schrecklich sind das diese niemals gesagt werden können! Es zu wissen tut schon zu weh! Wenn man nun aber diese Dinge erlebt hat die gehen nicht wieder weg! Es geht nicht mehr aus deinem Kopf! Und egal wann sobald du deine Augen zumachst du siehst es! Geht nie wieder weg! Man selbst muss weg... ! Ich hoffe immer noch sehr darauf das das alles nicht echt ist! Ich nicht echt bin! Das alles nur ein Traum von irgendwen ist...

Denkst Du es gibt Dinge die einfach so sind? Die man einfach egal was man tut nicht ändern kann?

Doris

8.6. 03:28

Die bösen werden wieder kommen! WO bist du? Bitte helfe mir! Ich habe angst! Warum hilfst du mir nicht? Muss verstecken wo? Werden finden! Helfen bitte. So müde

8.6. 08:06

Doris, ich weiß genau, was du meinst. Wirklich. – Aber ich weiß auch, daß Menschen dieses Schreckliche überwinden können mithilfe von Therapie und daneben auch solidarischen Freunden und Helfern. Ich möchte euch und dir bei diesem Heilungsweg beistehen.

Mondrian

8.6.

Hallo Mondrian,

Bin in der Uniklinik, doch die werden mich auch wieder weg schicken!

Doris

8.6.

Mir wurde die Klinik Wieblingen empfohlen! Ganz toll! Mir nie jemand helfen können!

Doris

Wird keiner helfen?

8.6.

Doris, in Wieblingen habt ihr doch schon früher angefragt und die hatten gesagt, daß sie dich aus irgendwelchen Gründen nicht aufnehmen können.¹⁶⁰ – Und im Entlassungsbericht von deinem Aufenthalt zu Ostern dieses Jahr steht eindeutig, daß sie die stabilisierende Therapie in der eigenen Traumastation empfehlen!¹⁶¹

Es ist natürlich wichtig, daß du darauf hinweist, daß Tätergewalt akut und kontinuierlich besteht und du mittelfristig Ausstiegshilfe brauchst. – Die Abteilung der Oberärztin hat angeblich Erfahrung damit!

PS: Dein Päckchen hab ich abgeholt, aber noch nicht aufgemacht – weil ich erst dir antworten wollte.

8.6. Merle (II)

Ich kenne den Bericht nicht!

"Es ist natürlich wichtig, daß du darauf hinweist, daß Tätergewalt akut und kontinuierlich besteht und du mittelfristig Ausstiegshilfe brauchst." ??????

Welches Päckchen?

Das ganze hier ist ein Witz! Sollte um sieben hier sein. Das erste Gespräch war 9.30 Uhr für eine halbe Stunde! Danach ein Arzt Gespräch mit Fragen die ich ohnehin nicht beantworten kann für zehn Minuten. Nun warte ich bis 12.30 Uhr damit mir eine Patientin die Station zeigt, wo ich ja eh nicht sein werde. Und 14.00 Uhr AbschlussVisite!

Da Frage ich mich doch ernsthaft, wozu ich so ewig lang auf diesen heutigen Termin warten musste! Tut mir leid, aber in mir ist nur noch Wut! Danke das Sie trotz allem da sind!!!!

Merle

8.6.

Hallo Merle,

es gibt andere Anteile, die sich seit Wochen auf diesen Termin vorbereitet haben und auch den Bericht kennen. Es ist sehr schade, daß jetzt Sie im Außen sind – und nichts davon wissen.

Sinn macht dieser Aufenthalt tatsächlich nur, wenn jemand von euch berichtet, worum es geht.

Nämlich um den AKTUELLEN Täterkontakt und den Ausstieg. Doris sollte rauskommen!

Aber ich kanns nicht ändern. Ich kann nicht jetzt mal schnell Ihnen all das nachträglich erzählen.

Den Bericht von Ostern schicke ich im Anhang mit.

¹⁶⁰ Klinik Wieblingen (Deckname) ist eine reine Psychotraumaklinik.

¹⁶¹ Der Aufenthalt zu Ostern galt als Krisenintervention, erbeten von mir, weil extrem viel Angst im System war. Dies hatte mit Ostern als rituellem Feiertag für satanistische Gruppe zu tun, die zu diesen Zeitpunkten besonders schreckliche Gewalttaten begehen. – Dies jetzt war als (eintägiger) "Diagnosetermin" gedacht, der erst zu einer Entscheidung über stationäre therapeutische Aufenthalte führen sollte.

Wird keiner helfen?

Sehr geehrte Frau Dr. A.B.,
ich schreibe nochmal wegen der Patientin Merle M., ab heute zu einem Diagnosetermin in Ihrer Abteilung. – Zwischen der Patientin und mir wurde in den letzten Wochen intensiv auf den Termin in der Uniklinik hingearbeitet. Leider konnte durch innere Beschützer-Persönlichkeiten nicht gewährleistet werden, daß bei dem Termin tatsächlich Anteile in den Körper gehen, die sich äußern wollen/können über die Situation. Aus diesem Grund wurde ich ausdrücklich legitimiert von einer Beschützerpersönlichkeit, Ihnen notfalls direkt zu mailen.
Nun erhalte ich Mails aus dem System und leider ist tatsächlich eine Persönlichkeit im Außen, die wohl zuständig ist für Außenrepräsentanz, jedoch nichts weiß von der gegenwärtigen Situation.
Ich hoffe noch, daß ich durch Mail eine aussagebereite Persönlichkeit herausrufen kann.
Ich möchte Sie deshalb darüber informieren, daß (wohl durchgängig seit der Kindheit) brutalste Tätergewalt existiert; Frau M. wird meistens 2x pro Woche zu Zwangsprostitution (mit Folter) herangezogen. Im System besteht leider noch starkes Chaos, fast keine Innenkommunikation (die ich anzuregen versuche).
Da mir bekannt ist, daß Sie Erfahrung haben mit dem Ausstieg aus der Zwangsprostitution, war und ist meine Hoffnung, daß Frau M. eine stabilisierende Therapie in der Traumastation ermöglicht wird (wie im Abschlußbericht nach dem Aufenthalt zu Ostern von Ihnen empfohlen) und im Anschluß daran Möglichkeiten in Richtung Ausstieg genutzt werden können.
Ich bin weiterhin sehr bereit, Frau M. zu unterstützen. Zu weiteren Informationen bin ich gern bereit, da ich die Erlaubnis der Beschützerpersönlichkeit habe.
Mit vielem Dank und freundlichen Grüßen

8.6.

Das verstehe ich nicht! Wie sollen die es erinnern können wenn ich es erlebt habe?
Ich bin bereits seit um sieben in der Uniklinik... muss hier aber ewig warten!
Doris

8.6.

Doris, da bist du wieder! – Es ist so, daß soeben eine erwachsene Merle draußen war, die nichts von alldem weiß. Ich habe in der Mail dich rausgerufen, offenbar hat es funktioniert.
Doch, auch andere haben das erlebt und erlitten – nicht nur du!
Aber laß uns jetzt erstmal über die Situation in der Uniklinik reden.
Ich hatte von eurer Beschützerpersönlichkeit (Amanda) die ausdrückliche Bitte bekommen, notfalls jetzt noch eine Mail an die Oberärztin zu schreiben. Weil jetzt ein erwachsener Anteil draußen war, der nichts wußte, habe ich das grade gemacht. Ich schick dir diese Mail im Anhang mit!
Ich hoffe sehr, daß du jetzt draußenbleiben kannst und auch etwas zur Situation mit den Tätern berichten kannst – wenigstens etwas, Doris! Es ist so wichtig, um Hilfe zu bekommen.
Hab dein Geschenk ausgepackt!! – – Danke an dich und allem die mitgewirkt haben! Das ist süß – und ich kann es gern annehmen, weil ich wirklich von ganzem Herzen bereit bin, dich und euch zu unterstützen – egal wie lange es sein wird.
Also, es geht weiter!! Mut!

8.6.

Das ist nur heute in der Klinik. Das letzte Gespräch ist 14.00 Uhr!

Wird keiner helfen?

Schön das es dir gefällt!😊

Doris

DANKE

8.6.

Ach so, nur heute? Naja, jedenfalls ist es ein nächster Schritt. – Sie haben dem anderen Anteil (eine erwachsene Merle) wohl vorgeschlagen, in die Klinik Wieblingen zu gehen. Aber im Abschlußbericht von Ostern hatten sie ausdrücklich hier ihre eigene Traumastation empfohlen. Ich hab dir ja den Bericht nochmal zugeschickt als Anhang (vielmehr der anderen Merle, aber du wirst ihn sicher finden im Mailordner).

8.6.

Ja sieht so aus als ob die hier auch nicht helfen wollen!

Das von vorhin hab ich nicht verstanden. Wie können andere Ich's das denn wissen?

Doris

8.6.

Doris, sie können nichts machen, wenn ihr selbst nicht deutlich sagt, daß ihr die Hilfe braucht! Es reicht nicht, wenn nur ich es sage. Aber auch der Bericht von Ostern zeigt klar, daß sie die Situation im wesentlichen verstanden haben. – Aber wenn ihr (also die Anteile, die im Außen sind) sich nicht äußern, nichts sagen (oder schreiben): wir wollen Hilfe, wir wollen aussteigen, wir wollen Schutz... – dann können sie nix machen.

Wer Hilfe braucht im psychischen Bereich (also nicht wo es äußerlich direkt zu sehen ist wie bei einer Krankheit oder einem Beinbruch), muß das auch klar sagen. Und leider ist das bei euch bisher immer das Problem gewesen, auch in Klinik XY schon: aus Angst hat niemand gesagt, was geschieht, wie es euch wirklich geht.

Das andere Thema ("weggehen"): Was da geschieht, geschieht ja in jedemfall dem Körper. Und es ist der Körper von jedem Anteil, jedem Ich. Es gibt zwar Anteile, die von dem Schlimmen gar nichts mitkriegen, aber die meisten kriegen etwas mit – mehr oder weniger. Entweder als körperliche Schmerzen, oder als Bilder der Erinnerungen, oder als schreckliche Angst.

Ihr Ichs seid irgendwo alle einzeln, aber irgendwo seid ihr auch miteinander verbunden. Weil ihr zum selben Körper gehört. (Hatte ich dir nicht mal den Link zu den siamesischen Zwillingen geschickt? Das ist etwas ähnliches.)

8.6.

Also kann ich nicht einfach weg?

Doris

8.6.

Nein, es geht einfach nicht – völlig unmöglich. Und es ist ja kein Zufall, daß jetzt du so lange Zeit im Körper bist, also draußen bist: DU hast von allen Ichs jetzt das stärkste Ich, bist am klarsten und am bewußtesten. Deine Mails mit mir, all dein Lernen, und auch daß du jetzt im Körper bist

Wird keiner helfen?

(in der Uniklinik), das hat damit zu tun, daß du jetzt grad am meisten tun kannst für euch alle! – Alle Ichs wollen befreit sein und alle würden viel dafür tun... nur haben sie noch nicht so viel Potential wie du. – Es wird auch wieder eine Zeit kommen, wo du mehr ausruhen kannst und wo andere außen sind. Und es wird sicher auch eine Zeit kommen, in der ihr euch verbünden könnt, und dann wird es leichter, das Schreckliche hinter euch zu lassen. Aber das wird natürlich noch lange dauern. – Dieser Tag heute in der Uniklinik ist aber ein wichtiger Schritt dazu. Bitte, versuch, den ÄrztInnen und PsychologInnen deinen Wunsch nach Hilfe deutlich zu machen!

8.6.

Ich bin eine halbe Stunde weg, etwa bis 14h. Daß du bescheid weißt.

8.6.

Das wollte ich doch! Aber die Ärztin wollte nicht mit mir sprechen nur mit Amelies Mama! Keiner hört auf ein Kind! Kannst du mir sagen wie das was die gemacht und gesagt haben weg geht?

Doris

8.6.

Ich vermute, es war ihr besonders wichtig, etwas über Amelie zu hören – weil das ja ein zusätzliches Problem sein könnte. Hat ganz sicher nichts damit zu tun, daß sie mit "einem Kind" nicht reden wollen. Das sind Leute, die mit DIS Erfahrung haben – und wer mit DIS Erfahrung hat, weiß auch, daß alle Ichs gleich wichtig sind und ihre eigenen Erfahrungen haben.

Wegen deinen bösen Erinnerungen: Es hilft auf jedenfall, wenn du sowas mit jemandem teilen kannst, indem du es ihm oder ihr erzählst (also z.B. mir). Ich würde dich nicht danach fragen, es soll nur das gesagt werden, wozu du die Kraft hast, es aufzuschreiben oder auszusprechen. – Es erleichtert, zu wissen, du bist nicht ganz allein damit. – Und ich kann etwas dazu sagen, erklären.

Dann hinterher kannst du es in den Tresor verpacken. – Das wird nicht für immer genügen, aber du kannst es dadurch für eine Zeitlang etwas nach hinten schieben.

Später, wenn ihr Anteile nicht mehr alle so isoliert seid voneinander, gibt es andere Möglichkeiten, es für immer loszuwerden. Zum Beispiel eine Methode heißt EMDR. Allerdings kann ich das nicht mit dir machen, das geht nur persönlich. Aber sowas könnte vermutlich in einer stationären Therapiezeit in der Uniklinik, der Traumastation, gemacht werden.

8.6.

Habe gerade noch mit einer Therapeutin gesprochen ihr gesagt das ich dringend Hilfe brauche... der Plan soll wohl so sein das die mich erstmal auf Probe aufnehmen wollen! Aber wann...???

So ein Mist! Auf Probe! Was soll das? Ich hatte gehofft die würden mir helfen! Das man dadurch total unter Druck steht das ist denen völlig egal! Verstehst du denn nicht ich möchte einfach nur weg sein!!!!

Doris

Wird keiner helfen?

8.6.

Hey Doris, das war total wichtig, daß du das jetzt ausgesprochen hast (immerhin schriftlich)!! – Und es wird immer nur in kleinen Schrittchen weitergehen. "Auf Probe" heißt ja, daß sie in dieser Zeit Näheres verstehen wollen. für längerfristige Therapien braucht ein Krankenhaus auch entsprechendes Wissen, damit die Krankenkasse es bezahlt. Auch die Ärzte können nicht einfach machen, was sie wollen, leider: sie müssen ganz oft tricksen, damit Krankenkassen etwas bezahlen.

Das, was du jetzt erreicht hast, ist ein sehr wichtiger Schritt. Denen ist nichts "ganz egal", die wissen, daß sowas schlimm ist! Aber bitte, versuch zu verstehen, daß NIEMAND – ich nicht so wenig wie ein Krankenhaus – einfach helfen kann von außen. Der Weg zur Befreiung ist ein langer Weg, zu dem ihr selbst viel beitragen müßt – nämlich innen lernen, verstehen, euch äußern usw.

Es geht nicht so von außen, wie wenn man Krebs hat oder ein gebrochenes Bein.

Und du weißt, die Oberärztin hat jetzt auch meine Mail bekommen oder wird sie bekommen (ich weiß ja nicht, ob die heute im Dienst ist).

Haben die eigentlich die Berichte aus der Klinik XY? Ich hoffe – denn dort steht viel Wichtiges drin.

8.6.

Ja die Berichte haben die! Fahre jetzt nach Hause endlich!

Doris

8.6.

Doris, denk bitte dran, die Mails zu löschen!

8.6.

Du hast mir erklärt ich sehe nicht aus wie zwölf andere sehen mich anders.? In dem Brief hast du geschrieben Prostituierte also die Frauen die mit Männern für Geld Sex machen?

Sehen die anderen das ich so bin? Starren die mich deshalb immer so an? Sehe ich aus wie eine Prostituierte?

Doris

8.6.

Nein, Doris, so siehst du nicht aus. LEIDER ist das die Erfahrung von wahrscheinlich allen jüngeren Frauen, daß Männer sie ständig anstarren und hinterherstarren oder ansprechen!!!! – Ich weiß, daß die meisten Frauen drunter leiden – und deshalb in der Öffentlichkeit oft auch den Augenkontakt vermeiden (zu Männern).

Frauen gucken Männern auch hinterher – aber das stört Männer nicht so. Weil Frauen nicht so aufdringlich werden und einfach Männer ja meist stärker sind als Frauen.

Das ist ein trauriges Thema in der Gesellschaft... und es gibt heutzutage viel Widerstand von Frauen gegen das alles, auch all die Reklamen mit halbnackten Frauen usw.

Wird keiner helfen?

Was anderes ist das nicht bei dir.

8.6.

Also liegt es nicht an mir? Bin jetzt zurück.

Weißt Du ich würde dir gern alles erzählen denn ich vertraue dir wirklich! Doch darf ich nicht! Und das schlimme ist wenn du es weißt wird es nicht wieder aus dir raus gehen! Bei einem Film weiß man ok das ist ein Film nicht echt. Aber das ist wirklich das ist echt! Das wird nicht aufhören. Aus dem Tresor kommt auch alles wieder raus... ich weiß leider nicht was ich tun soll.? Doris

8.6. 16.27

Liebe Doris, es liegt nicht an dir.

Was diese Taten angeht, so kannst du sicher sein, daß ich das alles schon gehört und gelesen habe. Leider gibt es noch mehr Opfer solcher Täter – und sie verhalten sich immer ähnlich. Du brauchst dir keine Sorgen um mich zu machen! – Und ich glaube, es wird dir helfen, es aufzuschreiben an mich.

Auch der Tresor ist schon nützlich. Du solltest es immer neu versuchen, einfach AUTOMATISCH alles, was in deiner Erinnerung auftaucht von diesen Schrecklichkeiten, reinzustecken. Mit der Zeit wird das leichter fallen – und du hast dann eine Möglichkeit, etwas zu TUN, bei solcher Erinnerung. Das hilft nicht perfekt, aber es erleichtert!

Aber zweierlei ist jetzt noch wichtig: zum einen, daß du wirklich jede Mail wieder löscht, wenn du sie gelesen und beantwortet hast. Auch deine Mails, wenn sie losgeschickt sind!

Und zweitens: ich bin noch bis kurz vor 7 heute da, dann für den Abend weg. Denk dran, daß du dich dann nicht verlassen fühlst. – Ich komme gegen Mitternacht erst wieder, morgen tagsüber kann ich wieder schreiben.

8.6. 21.32h ¹⁶²

Er hört nicht auf! Hilf mir! Bitte bitte bitte! Tut mir leid!

8.6. 22.57

Bitte hol mich hier raus! Bitte bitte bitte! Hilf mir!

9.6. 05:21

Guten morgen Mondrian,
bin zurück. Es tut mir leid! Doris

9.5.

Guten Morgen, Doris,
von den Tätern bist du zurück, ja – das hab ich geahnt, als keine Antwort mehr kam gestern nachmittag.

¹⁶² Zwei Mails vom Reserve-Smartphone, also wohl eingesperrt von den Tätern.

Wird keiner helfen?

MIR tut es leid, sehr leid.

Mondrian

9.5. 9:50

Wieder dieser Mann! 😞😞😞

Du hast meine Mail gestern nicht mehr beantwortet.? Bist du böse auf mich?

Doris

9.5.

Doch, Doris, ich habe die Mail beantwortet. Aber vermutlich warst du da schon in der Gewalt des Täters – und er hat die Mails gelöscht. (Ich hatte dich zuvor auch dran erinnert, alle Mails zu löschen – aber dann muß er gleich dagewesen sein, als du nachhause kamst?)

Hier ist meine letzte Antwort nochmal: (...)

Das hatte ich um halb 5 abends geschrieben. Dann kam nichts mehr von dir – nur nachts Hilferufe von Kleinen.

9.6.

Danke. Doch das hast du ganz sicher noch nicht gehört. Ich würde gern aber kann und darf nicht. Darf ich dich bitte zu gestern zu dem Mann etwas fragen?

Doris

9.6.

Merle, ich wills nochmal ganz klar sagen: es gibt keine Befreiung von den Tätern, solange du oder jemand anders von euch der Meinung ist, etwas "darf niemand erfahren". Denn damit schützt ihr die Täter, ihr bewahrt deren Geheimnisse, deren Taten. Und damit handelst du so, wie die Täter es wollen.

Aber selbstverständlich ist es deine Entscheidung, was du mir oder jemand anderem erzählst von den Taten der Männer und allem drum herum!!!!

Ja, natürlich kannst du auch zu dem Mann etwas fragen! Du kannst alles fragen und sagen, mir gegenüber!

9.6.

Nein es falsch wie du es siehst! In keiner Weise will oder werde ich die blöden Männer schützen!!!! Es ist anders aber wohl nicht zu verstehen. Entschuldige bitte...

Doris

9.6.

Wir müssen uns nicht streiten, Doris. Ich hab dir nur meine Meinung klar sagen wollen. – Heilung heißt eben auch, daß du und ihr (die Opfer) euch nicht mehr allein und verstoßen fühlt. Daß ihr erlebt, daß andere Menschen solidarisch mit euch sind. Du gehörst zu uns! Zu den anständigen Menschen, die gut sein wollen – und das Schlimme, das du (und ihr) erleiden müßt, erleidet ihr

Wird keiner helfen?

stellvertretend für uns auch. Ich könnte auch in deiner Situation sein, jeder andere auch, – könnte zum Opfer solcher Täter werden.

Deswegen brauchst du dein Wissen um das Schreckliche nicht geheimzuhalten vor deinen Freunden.

Natürlich ist es schlimm auch für jeden, der es erfährt. Aber niemals so schlimm, wie es ist für dich (und andere in dir), die es erfahren. Und es ist wichtig, zu spüren, daß andere wenigstens das Wissen mit dir teilen.

Vielleicht ist das jetzt schwer für dich zu verstehen...

9.6.

So ganz kann ich es noch nicht verstehen. Gibt der Mann den anderen bösen Männern also Geld für mich? Dafür das er Sex mit mir machen kann wie er will und mich quälen kann? Er macht mich nicht mehr fest ich glaube er gibt mir irgendwas vielleicht (Medizin?) damit ich mich nicht bewegen kann. Denn egal was ich mache ich kann mich nicht rühren nicht mal die Arme. Der Mann war wieder ganz lieb zu mir hat geküsst gestreichelt lieb gesprochen hat meine Beine Füße Po mit Öl oder so was eingecremt. Warum??? Und dann wieder meine scheidengeküsst. Dieses Gefühl das schöne das wollte ich nicht mehr wieder haben! Habe nur gedacht wenn Ich jetzt in der Uni oder bei dir wäre da wäre ich sicher keiner könnte so böses mit mir machen! Ich wollte nichts von dem was er gemacht hat! Glaub mir das bitte! Geht es darum beim Sex? Um dieses Gefühl? Machen die bösen Männer das alles nur deshalb? Macht der Mann das mit Absicht das ich so fühle? Er sagt zu mir du schmeckst so gut es ist so geil mit dir! Das mit dem schmecken hast du mir erklärt aber vielleicht ist es anders wegen dem Gefühl? Er hat nicht aufgehört immer weiter gemacht ich glaube mit seiner Zunge??? Mir ist dabei so übel möchte mich nur übergeben! Dann fängt er an ärgerlich zu werden. Sagt immer wieder komm nochmal los komm komme endlich! Wird immer böser! Sagt das immer wieder nur mit schlechten Wörtern dazu. Was soll das bedeuten? Warum sagt er das? Was sollte ich denn tun? Kann mich doch nicht bewegen! Dann macht er seinen Penis in meine scheidenge aber ganz doll ganz grob tut mir sehr weh! Was hab ich denn falsch gemacht? Er hört nicht auf mir weh zu tun...! Dann weiß ich nichts weiter... musste dann wieder ein anderes Ich leiden? Wegen mir!!!

BITTE glaub mir ich wollte das nicht! Ich möchte nicht so sein! ☹️☹️☹️

Doris

9.6.

Es gibt einen (oder eine kleine Gruppe), der der eigentliche Täter ist. Er bekommt Geld von anderen Männern für dich. Diese anderen Männer dürfen dich dann für ihre sexuellen Bedürfnisse mißbrauchen. Und dann gibt es noch diese satanistische Gruppe (die 15 Männer), auch die bekommt vielleicht Geld, vielleicht gehört aber auch der erste Täter zu denen. Die sexuellen Gefühle der einzelnen Männer (die Geld für dich bezahlt haben) sind verschieden. Dieser eine hat die Phantasie, daß du freiwillig mit ihm Sex machst. Deswegen will er, daß du aktiver bist beim Sex, daß es dir auch gefällt. – Und weil das nicht der Fall ist, wird er wütend und versucht, es mit brutalem Sex zu erzwingen. So etwa wird es sein.

Wird keiner helfen?

War das gestern nachmittag/abend bei dir in der Wohnung oder hat der erste dich mitgenommen, woanders hin?

Du hast doch vor ein paar Wochen ein neues Sofa bekommen, weißt du das? Vielleicht steht das auch im Zusammenhang damit?

Ja, ich vermute auch, daß sie dir etwas geben, und zwar die sogenannten k.o.-Tropfen, die man auch spritzen kann. Sie werden auch Vergewaltigungstropfen genannt.

Denk dran, die Mails zu löschen!

9.6.

Ich denke zu verstehen was Du meinst. Bitte versteh mich auch ich kenne diese Männer noch nicht! Ich kann nicht einfach weg! Aber ich kann dafür sorgen das die damit aufhören!

9.6.

Jetzt verstehe ich dich nicht. Welche Männer kennst du noch nicht?

Wie willst du dafür sorgen, daß sie aufhören?? – Was meinst du damit??

Es ist Befreiung möglich, und du tust sehr viel dafür, indem du jetzt all das lernst. Und auch gestern in der Uniklinik war ein wichtiger Schritt. – Aber es dauert seine Zeit.

Ansonsten bleibt nur noch der Tod. Dann hört es auch auf, aber für alle in dir drin. Aber das kannst du doch nicht meinen???? Bitte nicht! Du bist so ein kostbarer Mensch, und die anderen innen auch, es gibt schon viel Bemühen innen, Schritte zur Heilung zu machen, da sind so viele Ichs, die es wert sind zu leben.

Und auch Amelie, die ihre Mutter nicht verlieren will.

9.6.

Richtig du verstehst mich nicht! Leider☹ ich meine die bösen Männer. Ich kenne die nicht weil die ihre Gesichter nicht zeigen. Aber die dürfen nicht weiter machen! Nicht wegen mir. Das was die tun ist grausam! Du möchtest wissen was denke und fühle? Jetzt gerade... fühle ich mich schmutzig eklig verletzt denke du denkst schlecht von mir! Ich weiß du willst das nicht hören aber die Ich's in mir die von dem ganzem Scheiß nichts wissen die haben es gut! Klar das hilft uns nicht... aber so quält es doppelt!!!! Ich kann nicht verstehen warum Menschen so etwas für diesen SexMist tun! Aber jetzt ja hast du wohl recht möchte ich gern tot sein! Verstehst du dann hört es auf...

Doris

9.6.

Ja, ich verstehe dich. Es geht allen Menschen so wie dir – die so Schreckliches erleiden mußten. Denk auch an die Gefangenen in den Konzentrationslagern der Nazis. Es ist das gleiche. Auch damals haben viele überlebt, weil sie Zeugen sein wollten – Zeugen für diejenigen Opfer, die es nicht überlebt haben. Zeugen gegen die Täter. Es wäre schlimm, wenn solche Täter siegen würden gegen das Gute.

Ich denke nicht schlecht über dich – im Gegenteil. Ich achte dich mehr als die allermeisten Menschen, die draußen rumlaufen und niemals in solche schrecklichen Situationen kommen. Du

Wird keiner helfen?

und alle die, die gegen solche Täter das Gute aufrecht halten in sich, die um die Befreiung kämpfen, sind Heldinnen und Helden – genauso wie die, die damals gegen die Nazis gekämpft haben, genauso wie die Frauen, die in islamischen Ländern gegen die Unterdrückung durch die Männer kämpfen (unter Lebensgefahr).

Das alles gehört zusammen, Doris.

Ich würde nicht aufhören, um dich zu trauern, wenn du tot wärst.

Ja, das mit den verborgenen Gesichtern weiß ich – hatte dich nur nicht gleich verstanden.

Du irrst dich über die Kleinen in dir, daß die davon nichts wissen. Viele von denen wissen es! Grade die Kleinen haben ja die längste Zeit unter den Tätern gelitten, angefangen vom Vater. Ich weiß, daß die meisten da drinnen genauso leiden wie du. Bloß haben die noch keine Möglichkeit, sich mit jemandem auszutauschen und etwas erklärt zu bekommen. Sie sind noch ganz auf sich gestellt, hilflos. Und auch sie sind es wert, zu leben, ein gutes Leben zu finden.

9.5.

Das böse alles was ich sehen und erleben muss das geht doch nicht mehr aus mir raus!

Verstehst du? Ich sehe es immer!

Du hast recht mit den vergleichen der Nazis usw.. Diese Menschen die das überlebt haben haben ganz schreckliches erleben müssen ohne Frage! Das ganze Krieg usw. macht für mich auch keinen Sinn! Doch sind doch diese Menschen im einzelnen nicht schuld daran! Das diese Dinge geschehen sind bzw. leider noch geschehen sind doch Resultate der Gesellschaft... zu vieler Menschen die wegschauen... VIELER!!!

Da hat nicht ein bestimmter schuld! Und sag mir jetzt bitte nicht es war Hitlers schuld...! Kannst du mich denn verstehen

Doris

9.6.

Selbstverständlich sage ich nicht, Hitler war schuld. Im Gegenteil. Ich sehe das alles genauso wie du: zu viele, die weggucken und schweigend mitmachen – weil sie etwas davon haben oder auch, weil sie zuviel Angst haben zu Widerstand.

Hier und heute, in Deutschland, sind die Täter der Ritualen Gewalt das, was damals die Nazis waren. Und es liegt jetzt an uns, etwas dagegen zu tun. Natürlich vor allem an denen, die selbst nicht betroffen sind und viele Möglichkeiten haben, wie ich.

Aber ohne Überlebende, die Zeugnis ablegen für das alles, kann niemand dagegen kämpfen, kann die Öffentlichkeit nicht informiert werden! – Auch deswegen mache ich doch mein Info-Portal D+T.

Doris, ich hab dir doch gesagt: zum einen wird es leichter, diese Erinnerungen zu ertragen, wenn du weißt, du bist nicht allein mit ihnen. Es gibt Menschen, die zumindest das Wissen mit dir teilen. Die auf ihre Weise etwas dagegen TUN. (also z.B. ich.)

Zum anderen gibt es später auch therapeutische Möglichkeiten, diese Erfahrungen schrittweise in die Vergangenheit zu entlassen. Auch das weiß ich, weil ich selbst Überlebende begleitet hab auf diesem Weg, und auch durch die Fachbücher.

Wird keiner helfen?

9.6.

Danke das du mich verstehst! Vielleicht habe ich es schon mal gesagt ich höre viel Musik weil es mich von dem lauten im Kopf etwas ablenkt. Dieses Lied ist besonders! Wie ich finde... ¹⁶³

Doris

9.6.

Ein sehr schönes, gute, wahres Lied! Das ist's doch, Doris, was ich auch meine. Das ist's – und es gilt auch für dich. ☺

9.6.

Aber dazu muss ich die doch erst erkennen!

Mal was anderes bitte. Kann es sein das es Nebenwirkungen gibt? Mein Körper juckt wie verrückt.... !!! ????

Doris

9.6.

KO-Tropfen ist ein Sammelbegriff. Es gibt verschiedene Substanzen, die in dieser Weise wirken – und alle können natürlich verschiedene Nebenwirkungen haben, wenn sie regelmäßig im Körper sind, auch Juckreiz.

Grundsätzlich gibt es die Möglichkeit, sowas analysieren zu lassen. Dazu brauchst du aber einen Arzt oder eine Opferberatungsstelle, die sowas macht. – Das ist also jetzt noch nicht durchführbar.

Das andere Thema: es gibt heutzutage noch kaum Hoffnung, solche Täter zu fassen. Einfach weil zu wenig Kooperation bei den Behörden besteht. – Dazu ist auch erst nötig, daß Vorfälle überhaupt erst mal dokumentiert werden, daß Überlebende als Zeuginnen etwas aufschreiben oder sagen. Jetzt geht es erst darum, daß du und ihr überlebt und befreit werdet. Danach könntet ihr etwas davon als Zeugnis veröffentlichen, auch mit mir zusammen.

9.6.

Ja! 😊

9.6.

Eben war ich bei Kaufland und ich bin mir sicher Kinder sehen das ich ein Kind bin! Das ist so oft eben wieder Kinder fangen einfach an mit mir faxen zu machen. Kenne die Kinder und Eltern nicht die mich auch nicht. ??? Jetzt werde ich mal ein paar neue Fische fürs Aquarium kaufen...

Das habe ich vorhin erst sauber gemacht. 😊

Doris

¹⁶³ Sarah Connor: *Augen auf* – https://www.youtube.com/watch?v=6Pj_Xklenk8

Wird keiner helfen?

9.6.

Mir geht das genauso! – Wenn ich Kinder in der U- oder S-Bahn sehe, guck ich sie einfach an "wie Menschen", nicht "wie Gegenstände", wie Erwachsene das meist machen. Und Kinder suchen ja diesen Kontakt, auch Augenkontakt. Da kommt es ganz oft dazu, daß wir Faxen machen mit dem Gesicht! (Während die dazugehörigen Mütter/Eltern auf ihr Smartphone starren!!! ☹️)
Was, Fische habt ihr auch! Und ein Meerschweinchen, stimmts?

9.6.

Das Aquarium zu reinigen war gar nicht so einfach... was man alles beachten muss!☹️

9.6. Doris und alle!

Doris, ich will dir gleich rechtzeitig sagen, da ich heute (auch morgen und übermorgen) wieder Nachtdienst habe, also ab ca. 18.30 nicht mehr antworte, bis morgen vormittag.
Mondrian

9.6.

Also wird alles umsonst sein? Am Ende glaubt mir keiner! Die machen so weiter!

9.6.

NEIN! Nichts ist umsonst. Vor 20 Jahren hat noch kein Mensch Überlebenden geglaubt, daß es "sowas" gibt. Die wurden für psychotisch gehalten und bekamen Medikamente!! – Seither geht es schrittweise weiter... über Veröffentlichungen von Überlebenden, Selbsthilfzeitungen, dann über TherapeutInnen...(Die erste in Deutschland war Michaela Huber. Als sie ihr erstes Buch dazu herausgebracht hat, hat sie sogar haufenweise Ärger bekommen, Ablehnung durch ihre Berufskollegen!) – und inzwischen gibt es Filme, wo Betroffene von sich berichten, es gibt Kongresse dazu. Und jetzt auch bei der Polizei Berichte dazu. Und der Beauftragte der Bundesregierung für sexuellen Mißbrauch (Rörig) hat öffentlich gesagt, daß es Täter der Organisierten/Rituellen Gewalt gibt...

Du kannst ja mal mein Info dazu lesen: <https://dissoziation-und-trauma.de/sachinfos/rituelle-gewalt-ritual-abuse>

9.6.

Das ist das Aquarium ohne die neuen Fische... ☐ aber sauber 🖱️
Falls ich dich nerven dich das gar nicht interessiert sag es bitte.
Doris

9.6.

Es interessiert mich schon, wie du lebst und so.. wenn wir uns schon nicht persönlich sehen!
Aber du hast das Foto vergessen!

Wird keiner helfen?

9.6.

Ok ich verstehe was du meinst. Aber es geht doch nicht nur um mich! Das was die tun und getan haben muss bestraft werden! Du sagst mir mein Vater ist tot! Er wird niemals eine adäquate Strafe dafür bekommen was er mit mir gemacht hat... aber diese Männer leben werden doch nicht aufhören nur weil ich weg bin... weißt du was ich meine? Wie soll ich denn dann alle schützen? Manchmal wünschte ich mir wirklich ich wäre in echt erwachsen! Aber eins weiß ich sicher. Ich möchte mal so klug werden wie du!☺☐

Doris

9.6.

Du hast recht – das Ziel ist, daß solche Taten bestraft werden. Aber dazu können wir nur kleine Bausteine beitragen – wie andere auch. Erst aus vielen Bausteinen, vielen Schritten ändert sich das Wissen in der Gesellschaft. So war es immer! Denk dran, es hat 100 Jahre gedauert, bis in den USA die Sklaverei verboten war. So viele Menschen haben dazu beigetragen. – Und so ist es bei allem.

Viele Soldaten haben gekämpft (und sind gestorben), damit das Nazireich zerstört werden konnte. Und die Widerstandsgruppen. Die Weiße Rose, das waren junge Leute. So ist es immer. Wir wünschen uns, daß etwas jetzt und sofort anders wäre... aber das geht nicht so. Es wäre falsch, deshalb jetzt zu resignieren und zu sagen: Ich kann es nicht ändern, da mach ich gar nichts.

Doch! Wir alle können dazu beitragen!

Und du, du bist derzeit die wichtigste von allen Anteilen bei euch! Wichtiger als die erwachsenen Anteile. Denn DU lernst so vieles jetzt – und das kommt allen zugute, sie kriegen es durch dich mit. Übrigens hab ich dir ja schonmal gesagt: durch dein Lernen bist du gewachsen, eigentlich nicht mehr 12. So ist jedenfalls mein Gefühl!

9.6.

Ja habe es bemerkt... oh oh Fehler natürlich nicht meiner... liegt alles nur an der Technik...☺

Doris

[Fotos]

9.6.

Die Technik versagt im entscheidenden Augenblick! – hat immer mein Vater gesagt, und der war Techniker.

Sehr farbig, bunt ist das Aquarium. Sieht wirklich sehr geputzt aus. Und den Pflanzen scheint es gut zu gehen!

9.6.

Besteht ein Unterschied zwischen einer Opferung und einer Tötung? Also ich weiß oder kann mir vorstellen die Opferung machen die schwarzen Männer.? Machen das aber auch die anderen Männer? Um mich zu etwas zu zwingen zum Beispiel? Nein oder? Doris

Wird keiner helfen?

9.6.

"Opferung", das ist ein Begriff, den die satanistischen Gruppen (schwarze Männer) verwenden. Sie meinen, dadurch geht die Kraft des Ge"opferten" in die Gruppe über. Oder so! – Natürlich ist das alles Humbug. die spinnen einfach – – leider sind es tödliche Spinnereien, ich weiß. Das Töten der Katze z.B. war, um dich zu etwas zu zwingen, das ist auch von deren Gefühl etwas anderes.

9.6.

Schön das du denkst ich wäre reifer älter. (wie alt übrigens denkst du?) Aber ich sehe dennoch aus wie zwölf!☺

Ja ich lerne muss ja! Nur um ein Aquarium zu reinigen musste ich ein Buch lesen.□ aber Wäschewaschen habe ich so hinbekommen... es macht übrigens echt Spaß! Nicht so wie bei Mutti die mich mit Arbeit bombardiert hat und ich nichts richtig gemacht habe und nicht wusste wo ich anfangen soll!

Doris

9.6.

Ja, darüber hatten wir schonmal gesprochen: daß das Lernen dir eigentlich immer viel Spaß gemacht hat, aber durch die Situation des Elternhauses konntest du das kaum leben. Aber jetzt ist es deine Kompetenz, die du allen anderen Ichs (oder den meisten) voraushast! Ich empfinde dich ganz klar als 16jährige.

9.6.

Nein es lag nicht an der Technik. Hatte es vergessen. ☺
Schön das dir die Pflanzen gefallen, aber es geht eigentlich um die FISCHE!
Doris

9.6.

Ich weiß schon du kannst es nicht erklären aber warum? ??? Es ist also egal wie sie es benennen es ist immer Mord! ??? Das würde doch aber in der Konsequenz bedeuten das diese Männer ebenso Angst haben? Die wissen doch alles wo ich wann bin wie dich mich kriegen geben mir irgendwas damit ich nichts tun kann und dennoch...!!! Aber wovor haben die Angst? Ich kenne die doch nicht! Weiß nicht wo die sind wer die sind! Im Grunde weiß ich nichts von denen! Also warum haben die Angst?

Doris

9.6.

Natürlich ist es immer Mord! – Und die Täter wissen, daß all das, was sie machen (auch die sexuelle Gewalt) strafbar ist. Deshalb haben sie natürlich Angst. Sie versuchen, sich unkenntlich zu machen – aber egal. Jeder Verbrecher hat letztlich Angst, weil er genau weiß, daß es rauskommen KANN.

Wird keiner helfen?

9.6.

Cool 16 wäre ich wirklich gerne! 😊😊😊

9.6.

Es ist nach meiner Erfahrung oft oder meist so, daß Ichs in einem multiplen System weiterlernen und dadurch älter werden, wenn sie erstmal ordentliche Kontakte nach außen haben... sich unterhalten können mit jemandem, der (oder die) sich wirklich für sie interessiert, sie ernstnimmt.

Du weißt ja, der Körper ist bereits erwachsen, obwohl du noch den Körper von damals siehst. Aber auch das kann sich ändern, sodaß du im Laufe der Zeit den Körper der 16jährigen siehst..

9.6.

Das ist Benny...

[Foto]

9.6.

Oh! Tolles Fell hat er! – Ich konnte früher nix mit Meersäuen anfangen, aber dann hat mal jemand bei mir gewohnt, die hatte ein Meerschweinchen, das ihr sehr wichtig war – und da hab ich zum erstenmal Bekanntschaft mit sowas gemacht... und ihre kleinen Signale zu verstehen gelernt. Jetzt mag ich sie auch!

9.6.

Nein ich glaube jetzt verstehen wir uns wieder falsch. Das die grundsätzlich Angst haben das es rauskommt ok verstehe ich. Aber warum tun die etwas (du hast mir mal dazu erklärt die machen es um mich noch gefügiger zu machen) so Schlimmes extra? Die haben mich doch schon! Die erpressen mich doch schon! Wovor sollten die also vor mir Angst haben?

Doris

9.6.

Sie haben immer Angst – und wollen dir immer neu klarmachen, daß du nichts verraten darfst, daß du nicht weg kannst, daß du in ihrer Gewalt bist. Gerade weil sich die Angst in denen nicht betäuben läßt!

Außerdem kommt das andere dazu (was ich auch schonmal gesagt hab): daß es sie befriedigt, Macht zu haben über Schwächere. Das ist ja überhaupt (neben dem Geldverdienen mit dir) das Wichtigste: das Machtgefühl.

9.6.

Ja tolles Fell... Das habe ich ihm gerade erstmal geschnitten... Das war so lang ihm so warm... armer kleiner Kerl... nun fühlt er sich wohler ☐ Benny ist schon ein süßer kuschelt sogar gern was eigentlich gar nicht denen ihr Ding ist... und die kleine liebt ihn!

Doris

Wird keiner helfen?

9.6.

Als dieses Meerschweinchen eine Zeitlang bei mir gewohnt hat, lebte unsere Katze noch. Und sie (das Meerschwein) hat sich immer an sie rangeschlichen und wollte tatächlich mit ihr kuscheln. Aber Goa (die Katze) wollte das nicht – ist dann immer diskret ein paar Zentimeter abgerückt! und als das Meerschein hinterherkam, hat sie ihm mal sacht einen Schlag mit der Pfote gegeben. aber ohne ihr wehzutun.

9.6.

Menschen! Sind nicht zu verstehen. Deshalb gehen vermutlich auch manche Eltern so mit ihren Kindern um? Ich habe das beobachtet bei dem Papa der kleinen er ist nett aber er hat eine Art mit der kleinen umzugehen so von oben herab! Ihr immer zeigend das er Papa ist sie tun muss was er sagt! Was soll das denn? Wie diese Männer das was sie wollen muss ich eigentlich schon im voraus wissen. Wie soll das gehen? Und wenn dann nicht gleich verstehe dann werden sie wütend grob zeigen mir klar wer stärker ist 😊😞😞

Ich finde es falsch zu unterscheiden ob welche von denen selbst Opfer waren. Alle sollten gleich bestraft werden! Jeder Mensch kann und sollte doch trotz allem selbst denken selbst entscheiden was er tut selbst wissen was richtig und was falsch ist! Ganz egal was war! Ich denke die eigene Vergangenheit sollte keine Entschuldigung für solche Taten sein! Niemals!
Doris

9.6.

Du hast recht. Mir gehts genauso: ich lerne nie aus bei den Menschen und es gibt Verhaltensweisen, die begreif ich noch immer nicht. Gar nicht nur "Böses", sondern auch so im Alltag.

Es ist schon so, daß sich die Persönlichkeit aller Menschen in der Kindheit entwickelt – und später dann leben wir mit dem, was da entstanden ist. Und oft verstehen wir uns selbst nicht, weil wir uns nicht erinnern oder auch weil wir zu wenig von Psychologie verstehen. Oder weil wir verdrängen wollen, was in unserer Kindheit war.

Das mit den Tätern, die ja irgendwo auch mal Opfer waren, ist ein schwieriges Thema. Ich stehe auf der Seite der Opfer, das ist klar. Und auf der Seite der Kinder sowieso. Bin auch nicht bereit, alles zu entschuldigen, was Erwachsene machen.

Deswegen könnte ich kein Richter sein, denn der muß auch drüber nachdenken, wieso jemand was getan hat. Aber das wird ein extrem schwieriges Thema, – denn natürlich versuchen die Anwälte eines Angeklagten, alles so zu drehen, daß es im Sinne des Angeklagten ist. Das ist irgendwo richtig – aber... wie gesagt: ich kann und will bei diesen Taten, um die es uns jetzt geht, nicht drüber nachdenken. Da bin ich einfach PARTEILICH, nämlich für die Opfer, für die Kinder.

9.6.

Schöne Geschichte... hab es mir vorgestellt musste schmunzeln...□

Wird keiner helfen?

So nun mit den neuen FISCHEN... fünf Barben und fünfzehn Neonsalmer... Diese mag Amelie besonders. Ach und oben in dem kleinen extra Becken sind kleine Baby Welse. Eigene Zucht...

Doris

[Foto]

9.6.

Was du da alles machst! Wie du und ihr das in all den Jahren gesschafft habt, trotz der ständigen Terrorisierung durch die Täter so ein Leben aufzubauen, soviel Disziplin und Genauheit zu entwickeln, für Amelie und für Haustiere... – das zeigt wiederum, wie groß das Potential bei Menschen sein kann, die Viele sind. Eben weil einzelne Ichs ihr eigenen Fähigkeiten und Interessen haben.

Wenn das nur mehr zuasammenkommen könntet – mit dem Ziel der Befreiung!

9.6.

Was ist aber mit den anderen? Die Ich's von mir die erwachsen sind?

9.6.

Was meinst du mit der Frage?

9.6.

Nun die sind doch keine Kinder! Du sagst du stehst auf Seiten der Kinder was ich verstehen kann aber was wird aus den anderen Ich's den erwachsenen? Wer wird denen helfen? Ich könnte mir denken die sind auch lieb? Werden genau wie ich nichts böses getan haben oder tun.?

Doris

9.6.

Aber schau mal ich bin ein Kind (ja ich weiß in deinem Augen 16) aber dennoch bin und fühle ich mich wie ein Kind. Doch das was die gemacht haben ist falsch! Die wollen mich dazu zwingen! Doch ich habe das NICHT gemacht! Weil ich wusste es ist falsch das darf man nicht tun! Woher weiß ich das also? Mit zwölf! Meine GedankenGänge sind kompliziert und vermutlich nicht zu verstehen oder zu verfolgen? Aber weißt du was ich meine?

Und am Ende ist es doch auch egal was ich tue die quälen mich doch so oder so...!

Doris

9.6.

Ich hab dir früher schon gesagt, daß zwar jedes Ich ein Bewußtsein für sich hat, aber doch steht ihr alle unterirdisch in Verbindung. Weil ihr aus einem Körper kommt, zu einem Körper gehört, weil ihr ein Gehirn habt. Und deshalb geht Wissen vom einen zum anderen, auch wenn ihr das nicht immer merkt. Genau deshalb sag ich, daß auch die anderen Ichs viel davon haben, wenn du jetzt so viel lernst, wenn du mich ausquetscht und immer weiter fragst.

Es gibt viele Ichs in dir, die auch um das Gute kämpfen – im Grund alle, nur manche verstehen manches noch nicht richtig, vor allem aus Angst. Dieser Wille zu Gutem, der hilft dir, so deutlich

Wird keiner helfen?

zu erkennen, was richtig und falsch ist. Oder auch daß viele Anteile in dir sehr auf Amelie aufpassen, daß Amelie nichts passiert.

Nein, du und wir werden wahrscheinlich nicht erreichen, daß diese Täter bestraft werden. Aber wir können dazu beitragen, daß die Gesellschaft erfährt, was da geschieht (vielen Opfern!) – und daß Gesetze anders werden und die Polizei aufmerksamer wird, und die Richter, und daß mehr Geld bereitgestellt wird für die Bekämpfung solcher TEUFEL. Das ist unsere Aufgabe heutzutage, das können wir tun. Du und ihr auf eure Weise und ich auf meine Weise und viele andere auch. Ja, jetzt verstehe ich deine Frage mit den anderen Ichs, den Erwachsenen. Natürlich stehe ich genauso auf deren Seite. Ich stehe nicht nur auf der Seite der Kinder, sondern auf der Seite aller Opfer, die keine Täter geworden sind. Die freiwillig nicht bei was Bösem mitgemacht haben.

9.6.

Danke!

Und ausquetschen wollte ich dich nicht. Sorry...

Ich danke dir so sehr es hilft mir das du mich verstehen kannst und glaub mir bitte ich würde es dir gern erzählen aber danke das du nicht weiter danach fragst.

Weißt jetzt im Moment fühle ich und Therapeuten wollen das ja immer wissen... Jetzt genau jetzt würde ich dich gern drücken wollen obwohl ich es überhaupt nicht ab kann Menschen an mich zu lassen!

Ich wünsche dir eine ruhige angenehme Nachtschicht... Doris

9.6.

Liebe Doris,

das "ausquetschen" ist doch toll für mich! Jemand, der etwas gebrauchen kann, dem's wirklich wichtig ist, der mich ernst nimmt... sowas bedeutet mir auch viel!

Ich bin halt kein Therapeut.. mache sowas ja nicht beruflich von morgens bis abends, sondern versuche freiwillig, ohne Geld, einzelne Menschen zu unterstützen, denen ich mich irgendwie solidarisch fühle. – Und ich denke, das spürst du auch.

Vielleicht lernen wir uns irgendwann auch persönlich kennen. Ich kanns mir gut vorstellen!

Ok, machen wir Schluß für heute. – Bitte denk unbedingt dran, alle Mails zu löschen. (Sie sind bei mir alle gespeichert und gehen nicht verloren!) –

Bis morgen!

Facebook 9.6.17 – 20:37

Mondrian, Danke! Danke das Sie sich um die kleine kümmern. Uniklinik..., Chaos, Angst! Danke für die Mail! Im Moment ist unsere Hauptaufgabe den Körper zu schützen, vorm tot zu bewahren... Hoffnungslosigkeit, Angst, Schmerz, Wut, Ekel und Scham... keine gute Mischung! WIR danken Ihnen so sehr! PS die kleine isst immer noch nicht bzw. kann es nicht behalten... BITTE... ! Amanda

Wird keiner helfen?

21:42

Danke für die Rückmeldung. Doris, also die kleine Merle, zeigt ein unwahrscheinliches Potential und LERNT immens viel, was der Stabilisierung aller zugute kommen wird. – Das Essen/Trinken werde ich morgen wieder ansprechen. Vor allem das Trinken ist so wichtig! Mondrian

Amanda 21:43

Zu spät!

21:50

Wieso?

22:05 ¹⁶⁴

Weil ich sie habe!

Facebook 12.6. – 21:31

Zuhause. Nele im Außen, kennt Sie nicht. Amanda

00:12 Amanda

Bitte, können Sie helfen?

07:54

Kann leider erst ab Mittag. Dann werde dann Nele mailen und da sein für Antworten. 😞

13.6.17 11:42 Für Nele

Hallo Nele, du kennst mich noch nicht, aber ich kann dir vielleicht helfen, zu verstehen, was los ist.

Du kannst mir gern schreiben.

Gruß von Mondrian

13.6. 12:11

Mein Baby gebt mir mein Baby zurück!

13.5.

Hallo, bist du Nele? – Was ist passiert? Weißt du es?

Mondrian

¹⁶⁴ Der Täter! – In den nächsten drei Tagen kam nichts von Merle & Co.

Wird keiner helfen?

12:24

Wo ist Amelie??

13.6.

Ja Nele. Ihr habt mein Baby!

13.6.

Meinst du Amelie? – Ich habe Amelie nicht und weiß nicht, wo sie ist. Wurde Amelie von den Männern mitgenommen?

Ich gehöre nicht zu den Männern!

13.6.

Nein. Sie ist in der Schule. Wenn Sie nicht zu denen gehören, wissen Sie nicht wo mein Baby ist?

13.6.

Ok, Amelie ist in der Schule. Nein, wo dein Baby ist, weiß ich leider nicht! Du bist jetzt in einer anderen Wohnung – vielleicht findest du hier Puppen und Stofftiere von Amelie, die du auch magst?

Mondrian

13.6.

Nein! Ich will mein Baby! Die haben es aus mir raus geholt!

13.6.

Du meinst ein lebendes Baby?

13.6.

Ja ein echtes lebendes Baby!

13.6.

Und das haben sie dir weggenommen? Das ist schlimm!!!

13.6.

Ich werde es allein finden! Das ist kein Witz! Sie müssen mir nicht glauben!

13.6.

Nele, ich glaube dir. Du lügst nicht. Nur wußte ich es nicht.

Ich weiß von anderen einiges Schlimme, was dir geschehen ist – aber das wußte ich noch nicht.

Wird keiner helfen?

13.6.

Nele, ich bin jetzt etwa eine Stunde weg. Nachher kann ich dir wieder antworten. – Ich vermute, daß dann auch Amelie aus der Schule kommen wird?

13.6.

Klar, gehören nicht zu den Männern! Verstehe schon, soll mir zeigen einem Kind wird nie jemand glauben! Ihr seid überall! Hab es verstanden!

13.6.

Nein, Nele, so ist es nicht. Ich weiß, daß du solche Erfahrungen gemacht hast. Aber es gibt andere Menschen auf der Welt, die helfen wollen. Und zu denen gehöre ich.

13.6.

Woher wollen Sie etwas über mich wissen?

Helfen! Nein!!! Niemand wird helfen, alle gehören dazu! Keiner wird helfen mein Baby zu finden! Ich kann nur mir selbst trauen!

13.6.

Nele, du weißt es vielleicht nicht, aber es gibt noch andere, die zu dir gehören. Und mit denen hab ich Kontakt. Sie haben mir viel erzählt. Versuch mir zu glauben: es gibt Hilfe. Nicht alle Menschen sind böse.

Du kannst mir jedenfalls immer schreiben!

13.6.

Wer gehört zu mir? Wenn es Hilfe gibt, wo ist mein Baby? Wer hilft es zu holen? Wer wird einem Kind glauben?

13.6.

Es ist schwer, das zu verstehen mit dem "zu dir gehören". Es sind andere Ichs, die genauso wie du in deinem Körper sind. Sie alle haben Schlimmes erlebt von den Männern, aber ihr kennt euch noch nicht.

Die andern haben mir schon viel erzählt, und deshalb weiß ich, daß es ganz sicher stimmt, was du sagst.

Aber wo das Baby ist, weiß ich nicht. Vielleicht finden wir es heraus, aber das wird noch Zeit dauern. Jetzt erstmal war wichtig, daß ich mit dir sprechen (oder schreiben) kann.

BITTE, lösche die Mails (die von dir und die von mir), wenn du sie gelesen hast! Damit die Männer sie nicht lesen können. Wichtig!

13.6.

Nein! Ich denke Sie verstehen mich nicht! Das Baby war in mir drin, ist in mir gewachsen! Ich bin erst zwölf knapp dreizehn aber nicht blöd! Ich muss mein Baby jetzt finden! Die werden es doch

Wird keiner helfen?

sonst auch töten! Ich möchte zu gern glauben das es Menschen gibt die nicht böse sind, doch leider kenne ich keine! Jetzt muss ich das kleine Mädchen von der Schule abholen.

13.6.

Ok, wir können nachher weiter schreiben.

13.6.

???

13.6.

Wenn du magst!

13.6.

Sie haben gesagt, Sie könnten mir helfen zu verstehen?

13.6.

Ja. Es geht aber nicht in ein paar Sätzen. Der Anfang ist, daß diese Männer dich immerzu belogen haben. Die Welt ist anders, als sie dir gesagt haben. Aber wegen diesen Lügen dachtest du immer, du bist ganz allein und niemand glaubt dir, niemand hilft dir.

13.6.

Was ich zuerst nicht verstehe, Sie sagen, Sie gehören nicht zu denen. Ich kenne Sie nicht! Woher wissen Sie, wie Sie mich erreichen?

13.6.

Jetzt fängt das schwierige Erklären an! – In deinem Körper bist nicht nur du, sondern es sind noch andere Ichs in dir.¹⁶⁵ Dein Körper ist wie das Haus, das Nest, in dem mehrere Ichs sind. Und manche von diesen anderen Ichs haben mir geschrieben und mich um Rat gefragt. Wegen der Männer, wegen der Gewalt!

Mit diesen anderen hab ich schon viele Mails gewechselt. Es ist viel Zeit vergangen, in der du im Körper geschlafen hast.

In der Zeit waren andere wach und haben im Körper gelebt, und haben auch Amelie versorgt.

Kannst du etwa verstehen, wie ich das meine?

13.6.

Nein! Das Baby war in mir!

Sie verstehen mich nicht! Gern, zu gern möchte ich glauben, dass es jemanden gibt, der wirklich helfen will. Doch die sind überall! Plötzlich sind SIE da.??? Auch Sie werden mich doch verraten.

¹⁶⁵ Es ist unter TherapeutInnen wohl nicht üblich, dissoziative Prersönlichkeitsanteile als "Ichs" zu bezeichnen, weil dieser Begriff ja dem Ganzen vorbehalten bleiben soll. Wenn jedoch Anteile noch keinerlei Kenntnis haben davon, daß es andere im selben Körper gibt, fühlen sie sich natürlich als "Ich". Grade bei Innenkindern ist es zweckmäßig, darauf einzugehen. Sich als "Teil von etwas" verstehen zu sollen, verwirrt erstmal und stärkt nicht das Selbstwertgefühl. Es zu akzeptieren, erfordert einen meist nicht einfachen Erkenntnisprozeß.

Wird keiner helfen?

Dilemma!!!

13.6.

Ich weiß, daß das Baby in dir war. Du hast es erlebt. Aber es ist Zeit vergangen seither – das Baby ist gewachsen. Vielleicht war Amelie das Baby? Kann das sein? (Ich weiß es nicht.)

Ja, ich weiß: die Bösen waren überall. Sie habe aufgepaßt, daß du nichts anderes mitkriegst von der Welt. Und daß ihr, die Ichs in deinem Körper, euch nicht kennenlernt.

Deswegen ist es wichtig, daß du die Mails zwischen uns hinterher löschst!! Die sollen sie nicht lesen.

13.6.

Wie soll das sein? Ich bin zwölf und Amelie ist acht! Sie wollen mich nur verwirren!

13.6.

Nein, Nele, ich will dich ganz sicher nicht verwirren. Es ist aber wirklich schwierig. Und niemand hat es dir bisher gesagt.

Ich hab dir doch gesagt, daß viel Zeit vergangen ist. Der Körper ist weitergewachsen – und du hast lange Zeit innen geschlafen. Deshalb Erinnerst du dich an die Zeit damals. Du fühlst dich noch wie 12.

Aber in der langen Zeit ist das Baby weitergewachsen.

13.6.

Also ist mein Baby schon tot?

13.6.

Es kann sein, daß Amelie dein Baby war – denn Babys wachsen ja weiter. Auf jedenfall weiß ich, daß auch Amelie aus deinem Körper geboren wurde!

13.6.

WAS? das alles verstehe ich nicht! Und ich weiß noch immer nicht wer Sie sind! Auch weiß ich nicht warum ich nicht sprechen kann! Wäre es wohl trotzdem möglich, kurz Ihre Stimme zu hören? Wenn Sie mir Ihre Nummer schicken, rufe ich Sie kurz an.

13.6.

Nele, ich weiß, es ist schwer zu verstehen. Aber du kannst es lernen. Andere habens auch gelernt.

Daß du nicht sprechen kannst, kommt wohl daher, daß andere in deinem Körper viel Angst haben. Aber irgendwann kommt das Sprechen wieder, ganz sicher!

Ja, ich kann dich anrufen – ach so, du willst anrufen, auch ok. Hier ist die Nummer: (...).

[Telefonat]

Wird keiner helfen?

13.6.

Sie haben eine liebe Stimme, nicht wie die anderen. Ich bin doch aber nicht krank.? Mein Baby, können Sie mir helfen es zu finden? Es ist nicht zu glauben, weil ich selbst ein Kind bin, aber es ist mein Baby! Habe Angst, das die es auch töten werden.

Dipl.–Sozialpädagoge was ist das?

13.6.

Danke, daß du meine Stimme leiden kannst! – Nein, krank bist du nicht. Nur gibt es seit vielen, vielen Jahren Menschen, die dir sehr Böses zugefügt haben. Also eigentlich dem Körper – und dadurch sind viele verschiedene Ichs entstanden. Das ist nicht krank, sondern das kam, weil eine allein das Schlimme nicht ausgehalten hätte!

Ich hab ja schon gesagt, ich weiß nicht, was damals passiert ist. Es kann gut sein, daß dein Baby damals weitergewachsen ist und jetzt acht Jahre alt ist, daß es Amelie ist. Weil Amelie ja auch ein Kind aus deinem/eurem Körper ist.

Später, wenn du Kontakt hast auch mit anderen Ichs in deinem Körper, dann kannst du sie fragen und vielleicht wissen die es genauer.

Vielleicht haben die Männer es damals getötet – aber das ist dann lange her. Und es gibt in jedemfall ein Kind, das auch zu dir gehört, nämlich Amelie.

Ein Sozialpädagoge ist jemand, der Menschen unterstützt, die in Not sind.

13.6.

Nein die haben mein Baby erst vor ein paar Tagen aus mir rausgeholt! Es ist aber so, dieses Mädchen Amelie, sagt immer wieder Mama zu mir. Aber sie ist nicht das Baby!

Wie, wenn Sie ein Dipl.–Sozialpädagoge sind, konnten Sie mich finden? Bisher gehörten alle zu denen! Und sie sagten mir ständig, keiner wird mir helfen!

13.6.

Nein, Nele, es war nicht vor ein paar Tagen. Aber nachdem sie das Baby aus dir geholt haben, war das so schlimm für dich, daß du geschlafen hast, lange Zeit! Und jetzt bist du aufgewacht und denkst natürlich, es ist erst vor ein paar Tagen gewesen.

Ja, Amelie war auch einmal ein Baby, das aus dir herausgekommen ist.

Ich hab dich nicht gefunden, sondern ihr habt mich gefunden. Nicht du, aber ein anderes Ich in dir. Hat mir geschrieben, ob ich helfen kann. Und seither erkläre ich den verschiedenen Ichs, wie alles zusammenhängt. Und suche nach Hilfsmöglichkeiten.

Wenn ihr mehr verstanden habt, könnt ihr euch zusammentun und dann können wir außen euch helfen, euch zu befreien. So ist es.

Es gehörten nicht alle Menschen zu denen, aber die Täter (die Männer) haben dich (und euch) abgeschirmt vor anderen Menschen. Deshalb hast du gedacht, es gibt keine anderen! – Klar, sie haben immer gesagt, keiner wird dir helfen. Sowas sagen die Täter immer! Es stimmt aber nicht. Es ist eine der vielen Lügen.

Wird keiner helfen?

13.6.

Sie glauben mir nicht! Es war kein Traum! Es hat so unvorstellbar weh getan, das ich es noch immer spüre und noch immer blute!

Wie sollte Amelie mein Baby sein? Sie ist nur ein paar Jahre jünger als ich!

Ich verstehe nicht was Sie meinen! EIN ANDERES ICH IN MIR? Was ist damit gemeint?

Träume ich jetzt? Es gibt nicht wirklich jemand der mir helfen will!

13.6.

Ich weiß, es fällt dir sehr schwer, das zu glauben. Aber ich lüg dich nicht an – sowas geschieht, wenn Menschen sehr Schlimmes erleben. Sie fallen in einen tiefen Schlaf und andere Ichs sind stattdessen bei Bewußtsein.

Meistens ist es so, daß ein Körper nur ein Ich hat. Aber manchmal ist es eben so, daß in einem Körper mehrere Ichs entstehen. Daß Ichs sich aufteilen – ähnlich wie es siamesische Zwillinge gibt, bei denen sich Körper aufteilen und auch zwei Ichs entstehen.

13.6.

Ich weiß es genau! Schon vor vielen Wochen wurde mein Bauch dicker, alle fingen an dicke zu mir zu sagen. Haben mich geärgert damit! Vater war wütend! Ich wusste nicht was mit mir passiert. Es tat nur immer noch weher wenn die Männer mit mir... (Ich möchte nicht sagen, was die mit mir getan haben) die Schmerzen waren unerträglich! Und vor ein paar Tagen dann wurden die Schmerzen von allein ganz schlimm. Die haben etwas aus mir geholt! Dann habe ich es gesehen, es ist ein Baby. Ein echtes wirkliches Baby. Ich wollte es haben, doch die Männer sagten nur ganz Schlimmes zu mir! Das alles ist kein Traum gewesen! Die haben mein Baby!

13.6.

Nele, wie du es jetzt erzählt hast, befürchte ich auch, daß dein Baby von damals tot ist. – Denn es war wirklich viele Jahre her. Dein Vater lebt schon seit 2 Jahren nicht mehr.

Es gibt nur einen Trost für dich: daß Amelie auch aus deinem (oder eurem Körper kam, sie ist auch dein Kind und es lebt.

Mondrian

13.6.

Es gibt so vieles was ich nicht verstehe!

– mein Vater! Die Männer! Die werden mich doch finden! Sie haben keine Vorstellung was die mit mir tun werden!!!!

– was soll ich hier tun?

– Amelie, sie sag Mama zu mir? Vermutlich muss ich auf sie aufpassen?

– warum geh ich nicht zur Schule?

– wo ist meine Familie? Meine Brüder? Meine Schwester?

–

Wird keiner helfen?

13.6.

Ich will deine Fragen beantworten:

- mein Vater! Die Männer! Die werden mich doch finden! Sie haben keine Vorstellung was die mit mir tun werden!!!!

Dein Vater ist tot, aber er hat dich damals an die Männer weitergegeben und seither haben sie dich in ihrer Gewalt. Doch, ich weiß leider von dem Schlimmen! Und es ist der Grund, daß so viele Ichs in dir entstanden sind – damit ihr es aushaltet. Jede von euch hält einen Teil davon aus.

- was soll ich hier tun?

Das hier ist die Wohnung der Erwachsenen, die du geworden bist. Sie heißt Merle Müller. Du (also der Körper mit allen Ichs) lebst hier und immer eine Woche lang kommt Amelie her und ist bei euch (bei ihrer Mama), und eine Woche ist sie bei ihrem Vater.

- Amelie, sie sagt Mama zu mir? Vermutlich muss ich auf sie aufpassen?

Ja, es ist wichtig, daß du dich jetzt um sie kümmerst. Sie sieht dich als Erwachsene, also nicht als 12jährige.

- warum geh ich nicht zur Schule?

Du gehst nicht zur Schule, weil du (also der Körper) jetzt erwachsen ist, die Schulzeit ist vorbei.

- wo ist meine Familie? Meine Brüder? Meine Schwester?

Ich weiß nur, daß dein erwachsenes Ich Kontakt hat mit Peter. Manchmal ist auch ein Kind von Peter, ein kleiner Junge, bei euch in der Wohnung, und das erwachsene Ich (Merle) paßt auf ihn auf. Wo die anderen Geschwister sind, weiß ich nicht. Die Mutter lebt noch. Aber wohnt woanders.

13.6.

Also wollen Sie sagen, das noch andere Bewusstseins in mir sind? Kennen die mich?

Ich selbst sehe mich im Spiegel als Zwölfjähriges Kind, aber in wirklich bin ich erwachsen?

Mein Vater ist tot! War ich das?

Die anderen Männer gibt es aber noch immer? Wissen die wo ich bin? Tun mir immer noch weh?

Amelie! Ist Amelie auch so entstanden?

Mein Baby, musste ich wieder zusehen?

Jetzt die wichtigste Frage, lebe ich noch? Bitte verstehen Sie die Frage nicht falsch. Ich fühle mich nicht lebendig! Fühle nichts!

13.6.

Ja, es gibt noch andere Bewußtseins in dir. Das ist das, was ich mit "Ichs" gemeint habe. Es gibt zumindest ein solches Ich, die von dir weiß (sie heißt Amanda). Sie hatte mir gesagt (geschrieben), daß du jetzt da bist und mich gebeten, dich zu unterstützen.

Ich weiß, du siehst im Spiegel dein "altes" Bild, von damals. Hier schick ich dir ein Foto, wie du heute aussiehst.

Dein Vater hatte Krebs, daran ist er gestorben.

Ja, leider wissen die anderen Männer, wo du bist – und sie tun dir (dem Körper) immernoch weh.

Wird keiner helfen?

Nur kriegen das andere Ichs mit. (Aber deshalb ist es so wichtig, daß du die Mails mit mir löschst!! Weil sie auch das Handy kontrollieren.)

Amelie ist entstanden aus einer freiwilligen Beziehung von Merle (also dir) und einem Mann, ich glaub er heißt Günther. Und wahrscheinlich war er es, der Amelie zu dir gebracht hat (ich weiß nicht, ob sie alleine gekommen ist).

Ich weiß nicht, wie es damals war mit deinem Baby.

Ja, du lebst. Der Körper lebt und es gibt viele Ichs, die leben wollen. Daß du nichts fühlst, hat damit zu tun, daß du "nicht ganz" im Körper bist, sondern nur teilweise. Also teilweise bist du noch "innen" – weil du so viele Jahre nur innen warst.

13.6.

Wie alt bin ich?

13.6.

Wir haben jetzt 2017. Du bist 1977 geboren, also jetzt 40.

13.6.

Also hat es nie aufgehört? Nie hat jemand geholfen? Weitere fast dreißig Jahre! Warum lebe ich noch?

3.6.

Ja, es ist schrecklich. Aber es ist erst in den letzten Jahren bekanntgeworden, daß Menschen unter solchen Verbrechen leiden. Niemand wußte das früher. – Und die meisten Ichs hatten immer zu viel Angst, möglichen Helfern zu sagen, was mit ihnen geschieht.

Ich werde euch nicht im Stich lassen – und es gibt Befreiung! Aber erst müssen noch mehr Ichs verstehen, wie alles zusammenhängt. Dann habt ihr die Kraft, zusammenzuhalten.

Du fragst, warum du noch lebst. – Weil trotz allem viele Ichs alles getan haben, was sie konnten, um das Leben zu erhalten – und um Amelie zu schützen.

13.6.

Also sagen Sie, die Gesellschaft wusste davon nichts.? Wie kann das gehen? So viele Männer! So viel Quälerei! So viel Schmerz! Ich denke der Unterschied liegt darin, das es nicht so war, das es keiner wusste, sondern, das es keiner geglaubt hat! Oder glauben wollte!

So etwas grauenhaftes das über so lange Zeit geht, will KEINER bemerkt haben!?! Nein Nein Nein! Das Problem ist, das alle lügen!

Mit nicht im Stich lassen, meinen Sie, das Sie mich nicht an die verraten?

13.6.

Beides war es. Zum einen haben die Opfer sich kaum je getraut, darüber zu berichten. Und andererseits wurde ihnen nicht geglaubt. Hier in Deutschland gab es erst 1995 das erste Fachbuch darüber (von Michaela Huber, einer Psychotherapeutin). Und der haben damals die meisten ihrer Kolleginnen nicht geglaubt!

Wird keiner helfen?

Aber das hat sich geändert! Jetzt gibt es einige Veröffentlichungen dazu, und auch TherapeutInnen, die etwas darüber gelernt haben. – Aber viele Menschen glauben es immernoch nicht, weil es so schwer ist, die Täter vor Gericht zu bringen. Es ist schwer, diese Taten zu beweisen.

Dich (und euch) nicht im Stich lassen heißt nicht nur, euch an die nicht zu veraten, es heißt auch, euch zu unterstützen und begleiten in Richtung auf BEFREIUNG!

13.6.

Und konnten sie es? Konnten sie Amelie schützen? Oder hat Amelie genau so ein schönes Leben wie ich?

3.6.

Die Ichs, mit denen ich Kontakt habe, versichern mir, daß Amelie nichts passiert. Die Täter holen den Körper immer dann, wenn Amelie nicht da ist. Oder wenn sie in der Schule ist. – Aber ich frage trotzdem immer wieder nach. Amelie darf nichts passieren. Es gibt ein erwachsenes Ich, das hat mit mir vereinbart, daß ich handeln darf (nach außen), falls ich ernsthaft denke, daß Amelie in Gefahr ist.

Nele, ich muß dir jetzt was sagen. – Ich werde demnächst für heute aufhören mit schreiben, weil ich zuerst noch einen Spaziergang mache und dann ins Bett gehe. Morgen muß ich früh raus. Am Vormittag bin ich wieder da und kann wieder antworten auf deine Mails, bis nachmittags. Und ab 18h morgen werde ich weg sein, und zwar weil ich Nachtdienst habe. Bitte denk dann also nicht, ich lasse dich doch im Stich! Das wird nicht geschehen.

Ich lass den Rechner jetzt noch an und guck nachher nochmal drauf, ob noch was von dir gekommen ist.

13.6.

Befreiung! ??? Wie soll das gehen? So viele Jahre tun diese Männer das und keiner konnte bisher etwas dagegen tun! So oft habe ich nach Hilfe gesucht! Bin weggelaufen! Alles umsonst! Alles wurde nur noch schlimmer! Was also wollen Sie tun?

13.6.

Ja, Befreiung geht. Es gibt Erfahrungen mit Ausstieg, gibt AusstiegshelferInnen, TherapeutInnen und Fachkliniken, die helfen. Hier schick ich dir mal einen Link zu einer Helferseite:

<http://www.vielfalt-info.de/index.php/rituelle-gewalt/ausstieg>.

Aber natürlich kann ich das nicht alleine machen! Meine Hilfe besteht jetzt zuerst darin, daß ich möglichst vielen Ichs erkläre, wie alles zusammenhängt. – Und daneben suche ich außen Menschen, die sich mit Ausstieg/Befreiung auskennen und später mal auch euch unterstützen können.

Der Unterschied zu deinen Versuchen damals und heute ist, daß du damals ja wirklich ein Kind warst. Und leider hast du damit schon recht: Kindern wird oft nicht geglaubt – jedenfalls wird Eltern meist mehr geglaubt!

Heute aber bist du (ist der Körper) erwachsen. Es gibt keine Eltern mehr, denen "mehr geglaubt"

Wird keiner helfen?

wird. Heute kannst du (oder ein anderes Ich) sagen, was ist – und es gibt viel mehr Chancen, daß dir geglaubt wird, eben weil du als Erwachsene wahrgenommen wirst. (Und es gibt meine Zeugenaussage. Und es gibt Berichte von Fachkliniken, in denen du – der Körper – warst in den letzten zehn Jahren.)

13.6.

Wissen Sie wie ich mir Befreiung vorstelle?

Ich oder wir werden nur FREI sein, wenn wir tot sind!

Wenn der Mensch, der beschützen soll, doch selbst der Teufel ist, hat man doch als Kind bereits verloren!

13.6.

Du hast recht: wenn der Mensch, der ein Kind beschützen soll, also der Vater, die Eltern, selbst ein Teufel ist – dann hat das Kind (fast) verloren.

Aber, Nele: es gibt viele Ichs in dir, die GUT sind, und du bist es auch! Ihr alle glaubt dennoch an das Gute – nur hattet ihr kaum Hoffnung, es zu erreichen. Und das heißt, ihr seid als Kind eben doch nicht verlorengegangen – trotz dieser Teufel, die euch bis heute in der Gewalt haben. – Und jetzt gibt es Chancen zur Befreiung. Wenn ihr euch jetzt für den Tod entscheiden würdet, hätten die Täter zuletzt recht gehabt. Dann hätte das Gute nicht gesiegt..

Obwohl ich es verstehe, daß du (und auch andere Ichs!) schon das Gefühl hatten: besser wäre es, tot zu sein!!

13.6.

Das ist ok, ich bin es doch gewohnt allein zu sein, mit allem. Es war gut zu "reden". Hoffe nur, Sie halten Ihr Wort und verraten mich nicht!

13.6.

Ich halte mein Wort – und ich hoffe sehr, es geht weiter mit unserem Kontakt! Du bist ein ganz wichtiges Ich für die Befreiung, weil du das Kämpfen, den Widerstand schon in dir hast. Und weil du wirklich verstehen möchtest. – Es gibt noch ein Ich in deinem Alter, Doris, die in der Schule immer lernen wollte – und auch jetzt lernen will. Mit ihr hab ich viele Tage lang Mails gewechselt. Du würdest dich wohl gut mit ihr verstehen! Vielleicht könnt ihr Kontakt zueinander finden, versuchs doch mal! (Ja, es geht, daß Ichs selbst zueinander Kontakt finden, miteinander "reden" – innen!)

Jetzt nochmal das ganz Wichtige: bitte lösche unbedingt alle Mails zwischen uns! Das ist ganz wichtig! Die Täter sollen möglichst wenig erfahren.

Und morgen gehts weiter (wenn du magst.)

Ich hoffe, du kannst gut schlafen!

Bis dann, Mondrian

Wird keiner helfen?

13.6. 21:46

Sie kennen mich nicht! Sie können nicht wissen wie ich bin! Was, wenn ich auch böse bin? Gute Menschen würden etwas fühlen... Amelie sagt zu mir Mama, sie sagt sie liebt mich, ich aber fühle nichts! Einfach kalt! Am Ende habe ich gar kein Herz!

13.6.

Nein, du bist nicht böse. Das Nichtsfühlen ist Dissoziation, es geschieht, wenn zu viel Kummer und Leid in einem ist. Wir Menschen spalten das dann ab – weil wirs nicht aushalten könnten. Bei dir ist es sicher vor allem der Kummer um dein Baby damals.

13.6. 23:18

Mein Baby! Bitte ich möchte mein Baby haben! Helfen Sie bitte! Es darf nicht tot sein! Helfen Sie mir

14.6. 04:56

Was ich gerade gar nicht verstehe...

Sie möchten mir helfen, Sie scheinen mich zu verstehen?, Sie glauben mir, Sie sind nett zu mir, Sie nehmen mich ernst. Warum? Warum jetzt?

Sind Sie wirklich echt?

Vermutlich können Sie das nicht verstehen, aber ich habe Angst! Angst Ihnen zu glauben. und dann, was wenn es wieder nur ein Trick war?

Nele

14.6.

Ich versteh deine Angst sehr gut, Nele. Auch andere Ichs von dir hatten sie zu Beginn. Versuchs einfach mit mir – du wirst sehen, es ist ok.

Hab dir nur schnell noch geantwortet; jetzt geh ich und bin gegen 12 Uhr wieder zuhause.

Mondrian

14.6. 10:21

Hallo ???

ich weiß nicht wie ich Sie ansprechen soll.

Wenn ich nichts fühle, mich nicht lebendig fühle, lebe ich dann überhaupt?

14.6. 10:27

Gibt es eine Möglichkeit rauszufinden, ob Amelie bereits etwas geschehen ist? Vielleicht durch eine Untersuchung?

Dissoziation was ist das?

Ich möchte Ihnen glauben, dass Sie echt sind, Sie helfen möchten. Was genau erwarten Sie von mir? Was soll ich für Sie tun?

Nele

Wird keiner helfen?

14.6. 11:23

Hallo Nele, ich bin wieder da. Du kannst Mondrian sagen zu mir. Das sagen die anderen auch. – Kannst auch Du sagen, wenn du magst.

14.6.

Ja, du lebst, unbedingt! Das "Dissoziieren" (Abspalten) ist ganz natürlich, alle Menschen machen es (unbewußt). Sachen, die einen überfordern, werden ausgegrenzt aus dem Bewußtsein. Bei jemandem, der sehr viel Schlimmes erlebt, geschieht das stärker als bei jemandem, der nicht viel Schlimmes erlebt.

Es gibt kaum eine Möglichkeit, herauszufinden, ob Amelie etwas geschehen ist. Höchstens eine umfassende Therapie – um dann vielleicht zu sehen, es ist nichts passiert. Aber sowas geht jetzt nicht – denn niemand in der Außenwelt weiß ja überhaupt von eurem Schicksal (außer mir und ein bißchen die Leute in der Uniklinik)! – Ich weiß, daß viele Ichs sehr auf Amelie aufpassen. Ich frage auch immer, wo ist sie – nicht daß sie mitgenommen wurde zu den Tätern.

Auch wegen Amelie ist die Befreiung sehr wichtig.

Du sollst gar nichts "für mich" tun. Ich erwarte auch nichts von dir. Aber ich hoffe, du machst weiter mit dem Lernen, stellst Fragen, denkst über meine Antworten auch. Und es wäre gut, wenn du versuchst, mit anderen Ichs in Kontakt zu kommen.

Übrigens: ist alles ok mit Essen und Trinken bei dir?

Facebook 13.6.17 22:30

Mondrian, bitte entschuldigen Sie, es ist sehr schwer für mich, Nele hat viel Energie... Amelie geht es gut, sie schläft. Nele kümmert sich gut um Amelie, aber sie ist doch noch sehr verwirrt... Danke! DANKE für Ihre Geduld mit uns... Amanda

PS wir hatten mal über Programmierung gesprochen.? Besteht die Möglichkeit, dass die Täter in der Lage sind, programmierte Anteile aufzuwecken? Das Chaos wird immer schlimmer im Innen, alles droht zusammenzubrechen.... ???

14.6.17 07:53

Ich glaube eher, daß der Kontakt mit mir, die vielen neuen Informationen, die gewonnene Hoffnung (und auch Angst wegen jeder Veränderung!) mit dem zunehmenden Chaos zu tun hat. Ich glaube eher nicht an Programmierung (aber auszuschließen ist es nicht). Programmierte Anteile machen im allgemeinen etwas Spezielles, nicht einfach nur Chaos. Mondrian

14.6.

Hallo Mondrian, ja das denke ich auch. Aber dazu kommt, dass es immer mehr werden... Richtig, programmierte Anteile werden jeder für sich eine Aufgabe haben und nicht in Zusammenhang mit dem Chaos stehen. Das war eine gesonderte Frage. Doch werden die Täter diese doch irgendwie aufwecken müssen? ??? Amanda

Wird keiner helfen?

14.6.

Über programmierte Anteile müssen wir meiner Meinung nach erst nachdenken, wenn wir etwas "Komisches" und Neues/Böses erleben. Der Täterzugriff existiert ja seit 35 Jahren. Damals gab es diese Form des Programmierens wohl noch nicht oder eher selten. Bei euch scheint mir doch sehr viel "natürliches" Dissoziieren zu sein, jedenfalls habe ich bei den Anteilen nie etwas von programmierten Anteilen mitgekriegt. – Sagen Sie mir bitte, wenn Sie eine Verhaltensweise doch so empfinden.

14.6. Amanda

Ja werde ich. Danke!

14.6. ¹⁶⁶

Es tut mir leid. Es war nicht meine Schuld... konnte nichts tun..



14.6.

Nein, keine Schuld!!

14.6. Amanda

Leider wissen wir auch nicht alles, weiter...

Versuchen am Leben zu bleiben!



Bitte geben Sie uns nicht auf! BITTE

11:12

Ich gebe euch nicht auf! Ich sehe viel Grund zu Hoffnung.

Wieder Mails:

14..6. 11:46

Essen und Trinken... Was möchten Sie hören?

Ich darf Sie alles fragen? Egal was? Egal welches Thema.

Nele

14.6.

Hallo Nele!

Ein anderes Ich (die 12jährige Doris) konnte in den letzten Tagen Essen und Trinken nicht in sich behalten, deshalb hab ich gefragt. Es ist klar, der Körper muß versorgt werden, denn ihr braucht ihn ja alle.

¹⁶⁶ Zwischenrede eines anderen Anteils, vermutlich die kleine Doris.

Wird keiner helfen?

Ja, du kannst mich alles fragen, jedes Thema!

Mondrian

14.6.

Ah okay, dann liegt es nicht an mir. Ja mir geht es so, muss ständig spucken... !

Zu meinen Fragen...

- Amelie hatte jetzt schwimmen und ich musste mit. Musste da warten bis es zu Ende ist, in der Zeit ist mir egal etwas passiert was ich mir nicht erklären kann. Ich habe ES gesehen, erlebt. Aber auch nicht, weil ich ja wo anders war. Wissen Sie wie ich meine?

- wenn ich mich an fast dreißig Jahre nicht erinnere, wie wollen wir dann wissen, das Amelie sicher ist?

- haben die meine Schwester auch getötet?

- warum bin ich ganz allein?

Grüße Nele

14.6.

Versuch immer wider zu essen – und, noch wichtiger: zu trinken! Der Körper braucht unbedingt Flüssigkeit, grad in der warmen Jahreszeit.

Daß du etwas "gesehen" hast, was gar nicht zu der Situation (beim Schwimmen) gehört hat, das sind wahrscheinlich Erinnerungen, die in deinem Bewußtsein auftauchen wie Träume (während du aber wach bist). Wenn es schlimme Sachen sind, nennt man das Flashbacks. Du denkst, es ist jetzt, hier – dabei kann es gar nicht jetzt sein. Die Erinnerungen sind aber sehr lebendig, fühlen sich sehr echt an. Meinst du das?

Wegen Amelies Sicherheit: Es gibt ziemlich viele Ichs, die zur gleichen Zeit auf Amelie aufpassen. Es gibt auch Anteile, die gar nicht im Körper sind, sondern immer innen bleiben und aufpassen und manchmal eine Information weitergeben an andere Anteile oder an mich. Und es gibt Ichs, die nur selten nach außen kommen können, in Notsituationen. – Ganz sicher können wir nicht sein, da hast du recht.

Was meinst du damit, daß du ganz allein bist? Da ja der Körper weitergewachsen ist und du von daher erwachsen bist, bist du nicht mehr im Elternhaus. Es gibt ja das Elternhaus nicht mehr.

14.6.

Ja richtig. Das kommt mir echt vor und was eben merkwürdig ist, es tut auch weh.? Obwohl es ja nicht wirklich passiert? Verrückt oder?

Offenbar sind die Männer schlau genug, nur so zu verletzen, das man es nicht gleich sieht... denn ich habe nur Verletzungen da wo sie nicht sichtbar sind.

Amelie hat zwar keine Verletzungen, aber sie geht zur Schule, zum Schwimmen, da würde man es ja sehen.? ???

Wissen Sie, Amelie ist so lieb, so offen, ehrlich, rein, sie versprüht Liebe und ja, bei Amelie spüre ich Lebendigkeit! Bitte, das darf keiner zerstören! Das darf ihr keiner nehmen!

So wie Sie es schreiben, würde heißen, die Männer nehmen Rücksicht. Rücksicht auf Amelie.

Warum sollten die das tun? Aus Menschlichkeit? Herzengüte?

Gibt es nicht so was wie Beratungsstellen? Nele

Wird keiner helfen?

14.5.

Hallo Nele, es gibt eben auch körperliche Erinnerungen, also die wirklich als Sinnesempfindungen bewahrt sind. Alle Überlebende von solchen schlimmen Traumatisierungen berichten davon, daß es auch echte Schmerzen sind, die sie zeitweise empfinden, obwohl in der Gegenwart nichts passiert ist.

Ja, so wie du Amelie beschreibst, reden auch andere Ichs von ihr. Und auch auf den Fotos empfinde ich es so. Das ist ein guter Zeichen dafür, daß ihr wohl nichts passiert ist.

Nein, aus Menschlichkeit verschonen die Täter Amelie nicht! – Aber erstens wäre es viel schwerer, Amelie in ihre Gewalt zu bringen, weil sie ja in der Hälfte der Zeit bei ihrem Vater ist, und zweitens ist Amelie sowieso schon eine Geisel (im Interesse der Täter). Ich meine damit, Merle/du/ihr würdet nicht einfach abhauen von hier – wegen Amelie! Und die Täter können auch drohen: Wenn du das und das nicht mitmachst, holen wir uns Amelie. (Solche Drohungen gab es schon!)

Beratungsstellen... Es gibt Beratungsstellen, die behaupten, sie würden sich auch bei sowas auskennen. Aber in den meisten Fällen kennen sie sich leider nicht aus, sondern erzählen den Betroffenen nur das, was sie selbst irgendwo gelesen haben. Ich hatte schon Kontakt aufgenommen mit einer solchen Beratungsstelle in eurer Gegend – aber das wäre leider keine Hilfe gewesen. – Es gibt insgesamt nicht viele Menschen/HelferInnen, die sich mit dem Thema organisierte rituelle Gewalt (denn das ist es bei dir/euch) auskennen.

Natürlich braucht ihr zur Befreiung auch konkrete Unterstützung vor Ort. Danach suche ich bereits. Aber erst müssen noch mehr Ichs wissen, worum es wirklich geht, – ähnlich wie du jetzt auch erst vieles lernen mußt.

Wenn ich all das schreibe, fällt mir wieder ein, dich zu erinnern: BITTE lösche unbedingt alle Mails, sobald du sie gelesen hast, auch deine, sobald du sie abgeschickt hast!

14.6.

Das heißt, mein Vater hat gelogen!

Sie sagen ich kann alles fragen.... In mir, in meinem Kopf sind Stimmen. Schon immer, seit ich mich erinnern kann. Was mich aber jetzt nervt die sind laut! Warum?

Ich verstehe die Stimmen nicht mehr. Warum?

14.6.

Dein Vater war der erste Täter. Natürlich hat er in vielem gelogen! Aber was meinst du jetzt konkret?

Die Stimmen in deinem Kopf, das sind Stimmen von anderen Ichs. Viele von ihnen wissen nicht, daß es noch andere gibt, und daß sie miteinander reden können, auch mit dir und du mit ihnen. Das alles sind Kinder und Jugendliche, die ganz durcheinander sind, voller Angst, aber auch Wut. Ich habe schon von anderen Ichs gehört, daß die Stimmen der anderen laut und durcheinander geworden sind, auch wütend, schreiend. Ich vermute, die kriegen innen mit, daß etwas Neues passiert. Es gibt neue Informationen durch die Fragen, die ich beantworte. Und es wird dort innen auch Aufregung geben, weil sie spüren, daß sich etwas ändert in eurem System. ("System"

Wird keiner helfen?

heißt, alle Anteile oder Ichs zusammen, die zu einem Körper, zu einem Menschen gehören.)
Du solltest versuchen, mit ihnen zu reden. Einfach lautlos nach innen rufen.

14.6.

Er hat mir gesagt meine Schwester nicht zu töten und vorallem in Ruhe zu lassen. Sie nicht anzufassen!!!! Solange ich nur lieb bin! Alles mache was er und die anderen sagen und wollen!
Wissen Sie, ich habe mal "versucht" zu überlegen.

Vielleicht haben die mein Baby getötet, weil es ein Beweis gewesen wäre? ????

Ich habe die Stimmen doch sonst immer verstehen können! Aber jetzt geht es nicht mehr. Zu laut und zu viel und zu durcheinander! ???

Ich dachte nur immer es wären die Männer!

Die haben immer gedroht... Nele

14.6.

Das machen solche Täter immer so: daß sie einem Opfer versprechen, etwas Schlimmes bei jemand anderem nicht zu tun, wenn es nur "lieb" ist und gehorsam das macht, was die Täter wollen.

Ja, wenn du als 12jährige schwanger bist und ein Kind bekommst, hätte das gemeldet werden müssen beim Amt – und dann hätten die Behörden gefragt, wer ist der Vater? Wenn ein 12jähriges Mädchen ein Kind bekommt, ist zu vermuten, daß es sexueller Mißbrauch war! Ich denke also auch, das Baby wäre eine Gefahr für die Täter gewesen. (Aber es gibt noch andere Gründe für solche Verbrecher, ein Baby zu töten.)

Nein, die Stimmen waren nicht die Männer, die Täter. – Aber es gibt unter den Innenkindern welche, die so verzweifelt und hilflos sind, daß sie sich die Täter als Vorbild genommen haben. Es ist genau das, was die Täter wollten: daß sie an das glauben, was die Täter sagen – und wenn sie nur genauso denken und reden wie die Täter, geht es ihnen besser!!

Es gibt auch Wut unter den jungen Ichs innen – weil sie denken, die Erwachsenen, die im Körper sind, sollten sie vor den Tätern schützen. Sie begreifen noch nicht, daß die anderen, die im Körper sind, auch hilflos sind!

Die da innen sind nicht böse, sind keine Täter! Sie haben nur noch nicht verstanden, daß es falsch ist, was die Täter ihnen gesagt haben. Daß die Täter lügen. Auch deshalb wäre es gut, wenn du mit ihnen in Kontakt kommst und es ihnen erklärst.

14.6.

Was mir gerade einfällt, wahrscheinlich interessiert es Sie nicht, aber Amelies Lehrerin mag mich total! Endlich mal eine Lehrerin die mich leiden kann! 😊

Nele

14.6.

O doch! Das interessiert mich und es freut mich sehr!! 😊

Wird keiner helfen?

14.6.

Was für Gründe mein Baby zu töten?

Doch! Jetzt irren Sie sich! Es sind die Stimmen der Männer! Ich weiß noch nicht wie die es machen, wie es geht, aber die tun mir auch sehr weh! Das klingt verrückt, das ist mir schon klar. Denn in den Momenten bin ich ja nicht dort, aber sie tun mir weh! Ich spüre die Schmerzen und sehe die Verletzungen!

In Kontakt kommen? Mit wem genau? Und wie?

Nele

14.6.

Das Töten von Babys: Es gibt verrückte, verbrecherische Menschen, die glauben, es gibt ihnen Kraft, wenn sie einen Menschen töten – die Kraft geht von diesem Menschen auf sie über. Das sind Satanisten. Die gibt es auch unter den Tätern bei euch.

Die Täter, die Männer haben dir und euch schon von Anfang an gesagt, sie könnten in euch reingehen, in den Körper, sie könnten immer und zu jeder Zeit die Kontrolle über dich und euch haben, sie wissen alles, was du tust. Das ist gelogen, aber viele junge Ichs, viele Kinder innen haben das geglaubt. Es stimmt aber nicht. Die Stimmen klingen nur so ähnlich, weil diese Anteile innen es ja den Tätern nachgemacht haben. Und das gilt auch für die Schmerzen, die Verletzungen. Das alles ist in deiner Erinnerung drin und kann zum Flashback werden.

Wie es genau geht, in Kontakt mit denen innen zu kommen, das weiß ich nicht, weil ich nicht Viele in mir habe. Ich weiß aber, daß es geht! Es ist wie ein Rufen nach innen. Und fragen: "Warum tut ihr mir weh? Ich bin nicht euer Feind! Wir gehören zusammen!" So etwa. – Du weißt ja noch keine Namen von denen innen, deshalb kannst du nur so hineinrufen. Irgendjemand könnte antworten – und zumindest hören sie deine Stimme.

14.6.

Na das ist nicht ganz richtig. Sie sagten etwas von einem Ich der Merle heißt! 😊

Wenn Sie aber nicht so sind wie wir, woher wissen Sie all Das?

Aber diese Männer kontrollieren uns doch! Wenn der Vater nicht mehr lebt, aber es trotzdem weiter geht... wie soll das sonst anders gehen? Wenn diese Männer sogar wissen wann Amelie zuhause ist und wann nicht. Dann können die doch auf uns zugreifen wenn es ihnen beliebt!? Und was haben wir dagegen zu setzen? Nichts! Wir sind denen doch hilflos ausgeliefert!

Warten... ! 😊

Nele

14.6.

Ich bin nicht Viele, aber ich unterstütze Überlebende (die Viele sind), seit vielen Jahren. – Und es schreiben etwa 10 Ichs von dir mit mir Mails. Daher weiß ich manches von euch. – Und es gibt inzwischen viele Erfahrungen von Traumatherapeuten, die Überlebenden geholfen haben. Die haben Bücher geschrieben, die ich gelesen hab. Und außerdem gibt es Berichte von Menschen, die Viele sind, im Internet und auch in Zeitschriften (Selbsthilfezeitschriften). Aus all dem weiß

Wird keiner helfen?

ich auch vieles und kann damit wieder andere unterstützen – oder ich versuchs wenigstens. Wie jetzt auch dich.

(Es ist aber richtig, daß du mißtrauisch bist und immer nochmal nachfragst. Du bist zu oft belogen und betrogen worden!)

Ja, die Männer wissen vieles über dich und euch. Aber nicht, weil sie in deinen Kopf hineingucken können oder in dir drin reden können. sondern weil es ein paar Ichs gibt, die noch glauben, daß die Täter gut sind, daß der "Vati" gut ist (einer der Täter sagt, er sei der "Vati". Ist er aber nicht.) – und die sagen den Tätern manches. Wahrscheinlich übers Handy.

Es stimmt, ihr seid denen jetzt noch sehr ausgeliefert. Es scheint, sie holen dich/euch/den Körper dann, wenn Amelie in der Schule ist und in der Woche, in der Amelie beim Vater ist.

Deswegen ist es ja wichtig, daß ihr irgendwann befreit seid!!! – Ich hatte dir ja schon geschrieben, daß erstmal mehr Anteile Bescheid wissen müssen über all das. Deswegen schreib ich ja all die Mails. Und wenn dann mehr Ichs bereit sind, auszusteigen, also: Hilfe von außen anzunehmen, dann kann ich euch helfen, diese Hilfe außen auch zu finden.

Jetzt geht das noch nicht, weil noch jedes Ich für sich ist. Ihr haltet noch nicht zusammen.

Mail löschen, ok! Bitte!

14.6.

Ob es noch andere Babys gab?

Es gab eine Zeit, da dachte ich, das das was Vater mit mir macht schlimm ist. Doch dann hat er mich zu den schwarzen Männern gebracht. Warum? Warum, hat er das getan? Warum tun die das?

Warum mit uns?

Sie haben bisher alle Fragen beantwortet. Bin gespannt ob Ihnen das auch bei denen gelingen wird.?

Nele

14.6.

Ich vermute, es gab noch mehr Babys. Ich weiß jedenfalls, daß es mehr solche Täter gibt, und auch Satanisten. Leider, leider!!!

Der Vater hat dich an die anderen Männer "verkauft" – damit sie dich benutzen konnten. Auch das geschieht meist so. Der erste ist der Vater, und dann merkt er, er kann zusätzlich noch Geld mit seinem Kind verdienen. ☹

Die schwarzen Männer, das sind die Satanisten. Ich hatte ja schon geschrieben: das ist eine Sekte, die glaubt an den Satan (den Teufel) und glaubt alle möglichen schrecklichen Sachen. Unter anderem , daß sexuelle Gewalt gut ist, und daß sie von ermordeten Babys Kraft bekommen.

Mit wem sie das machen, ist ihnen egal.

14.6.

10 Ich's? Wie geht das? Ohne das Sie ne Krise kriegen? Sorry...

Wird keiner helfen?

Es ist genau wie in der Schule, da habe ich immer den Eindruck, alle sind überfordert mit mir.? Begreifen mich nicht.? Schicken mich nur immer weg! Und dann, wenn ich sauer werd, bekomme ich ne vier in Betragen!!! Was für ein Mist! Dieses, immer allen zuviel zu sein... können Sie sich das vorstellen?

Da sehe ich ein ernsthaftes Problem auf uns zukommen!

Wahrscheinlich eine blöde Frage, aber wenn Sie die anderen Ich's kennen, warum können Sie die nicht zusammenbringen?

Nele

14.6.

Ja, ich kann mir das vorstellen, daß in der Schule immer alle überfordert waren von dir. Weil eben nicht nur du das warst, sondern auch andere Ichs, die auch im Körper sein wollten.

Nein, ich krieg keine Krise. Für mich ist es genauso natürlich, mit mehreren Ichs in einem Körper zu tun zu haben, wie mit nur einem Ich. Zwischen uns wird das kein Problem geben – aber bei euch, wenn nämlich andere Ichs zugleich im Körper sein wollen. So, wie es vielleicht damals in der Schulzeit manchmal war bei dir.

Wenn ihr erst Kontakt miteinander habt, dann könnt ihr euch so ne Art Stundenpläne machen, wer wann "Körperzeit" hat (so wird das genannt). Dieses Abstimmen ist üblich unter Menschen, die viele Ichs haben. Aber das muß erstmal gelernt werden! Und dieses Lernen fängt bei euch jetzt erst an.

Weil ihr all die Jahre so durchgängig unterdrückt worden seid, hattet ihr nie die Möglichkeit, das zu lernen.

Multiple Ichs können diese Zusammenarbeit nur selbst machen, weil sie es selbst wollen müssen! Ich kann nur dabei helfen, ihnen den Hinweis geben: Es geht, wenn ihr es wollt. – Das ist bei allem so: Ich bin außerhalb eures Systems. Ich bin kein Ich von euch. Eure innere Organisation müßt ihr selbst miteinander machen – ich kann nur von außen Ratschläge geben. Kein Therapeut kann das "machen"!

14.6.

Das andere Ich, das auch zwölf ist, weiß das von dem Baby?

Mir ist noch immer nicht klar warum Sie das tun!? Warum helfen Sie uns? Sie scheinen zu wissen, was ich bin.? Ich verstehe es nicht! !!!

Nele

14.6.

Nein, die 12jährige Merle (Doris) weiß nichts von dem Baby. Aber sie hat damals Gewalt vom Vater mitgekriegt. Aber sie setzt sich vor allem mit der heutigen Gewalt auseinander, versucht zu verstehen, wieso die Männer das machen, auch was "Sex" bedeutet. Und sie ist vor einiger Zeit mal geflohen, hat sich einen Tag lang im Wald versteckt.

Ich versuche einfach, Menschen zu helfen, wo ich es kann. Und weil ich gemerkt hab, daß ich etwas von Viele Sein verstehe und von Trauma, mach ich das. – Ich hatte aber auch ein schwieriges Elternhaus (nicht böse, aber meine Eltern waren selbst traumatisiert, hatten also

Wird keiner helfen?

Schlimmes erlebt). Damit hat es wohl auch zu tun.

Nele, ich muß jetzt bald aufhören für heute. Ich hatte dir gestern schon gesagt, glaub ich, daß ich heute Nachtdienst hab. Das heißt, ich bin dann nicht mehr zu erreichen (und muß auch was anderes machen, dort). – Du kannst jetzt gern nochmal antworten, aber dann laß uns aufhören für heute. Morgen bin ich wieder die meiste Zeit des Tages hier!
Und bitte, denk dran, die Mails alle zu löschen!

14.6.

Ok verstehe ich. Gibt es welche von den 20 die das auch wollen?
Die Zeit ist doch aber gestohlen!

14.6.

Ich versteh dich jetzt nicht: die was wollen? Und welche Zeit ist gestohlen?

14.6.

Die frei sein wollen! Die miteinander sprechen wollen!
Die Zeit, die vorbei ist. Wenn der Körper jetzt 40 ist, ist doch so viel Zeit verloren gegangen in der wir hätten leben können. Diese Zeit ist doch weg? Selbst wenn wir frei sind?
Nele

14.6.

Ach so..

ALLE von euch, mit denen ich Kontakt hatte und habe, wollen frei sein! – Aber die allermeisten haben keine Hoffnung. Sie können sich Hilfe und Befreiung nicht vorstellen...weil es bisher kaum solche Hilfe gab. Und manche glauben noch den Tätern, die immer gesagt haben, niemand wird dir glauben, wir finden dich überall – usw.

Das Miteinanderreden (der Ichs) ist für alle ein riesiges Problem – weil sie es nicht kennen, nie gelernt haben. Und ich kann ihnen keinen "Trick" verraten, wie es geht – ich weiß nur, es geht, und die Anteile müssen den Kontakt miteinander selbst wollen und danach suchen.

Manche Multis haben es so gelernt, daß sie sich ein Heft angeschafft haben, in das alle Ichs schreiben konnten – und dadurch Kontakt zueinander finden konnten. Das geht manchmal einfacher als "innen" miteinander reden. Könntest du auch mal versuchen! Und nach innen sagen: hier ist das Heft, in das können alle schreiben!

Ja, du hast recht, diese Zeit ist verloren..... ! Und es ist eine lange Zeit. Das ist eine sehr traurige Tatsache. – Aber trotzdem könnt ihr noch ein gutes Leben finden. Und ihr habt Amelie – als ein Geschenk dieser Jahre.

Ok, ich mach jetzt Scluß!

Bis morgen oder jedenfalls: bis zum nächstenmal, Nele! Es ist schön, daß wir uns kennengelernt haben, Nele!

Wird keiner helfen?

14.6. 19:08

Wie ist das zu verstehen? Werden Sie jetzt nie mehr schreiben? War's das jetzt? Das waren die Fragen die ich stellen durfte und nun ist Schluss? Schön! Alles geht so weiter! Das war die Hilfe? Verraten Sie mich jetzt? Ist doch alles Scheiße!!! Und ich so dumm!!! 😞😞😞

Parallel dazu auf Facebook:

14.6. 13:52

Was wäre aber, wenn Teile nach außen treten in denen Sie keine Hoffnung sehen? 😞 Weil vielleicht zu klein oder zu viel Angst...? Lassen Sie uns dann fallen? Möglicherweise verstehen Sie nicht, aber im Moment sind Sie meine/ unsere (einzige) Hoffnung!
Amanda

14.6.

Ich weiß, ich verstehe Ihre und eure Angst. – Aber es ist ganz anders: ihr gehört zusammen. Alle Anteile haben etwas von dem Leid getragen (auf ihre Weise) – und alle sind wert. Alle! – Und es gibt Befreiung nur für alle, denn alle zusammen gehören zu diesem Körper. Auch wenn ich mit den einzelnen Anteilen Kontakt habe – es geht immer auch zugleich um das Ganze. Hoffnung habe ich für das Ganze, das System M.M., diesen Menschen, der seit der Kindheit terrorisiert wurde von Teufeln in Menschengestalt.

14.6.

Ja ich hatte dir vertraut! Aber es ändert sich nichts! Es hört nicht auf! Die Qualen werden nur schlimmer! Du hast recht den Körper zu verletzen macht keinen Sinn! Damit es aufhört muss ich den Körper töten! Vertrauen! Glauben! Gut sein! Wofür? Verschwende deine Zeit nicht mit uns!
Ronald

21:26

Ronald, es gibt schon einige Anteile, die viel lernen über Täter und die Welt. Wir schreiben jeden Tag ganz viele Mails! Dieses Lernen ist wichtig, damit wir zusammen (ihr und ich und äußere Helfer) die Befreiung erreichen. Ich würde mich freuen, wenn du tagsüber wieder mit mir weiteres besprichst! Oder auch, daß du den Kontakt mit anderen Anteilen suchst. Bitte! Mondrian

14.6.

Zu viel Wut!

14.6.

Die Wut sollte sich gegen die Täter richten. Wenn ihr befreit seid, könnt ihr etwas gegen Täter machen.

Wird keiner helfen?

14.6.

Du verstehst mich nicht! Es ist zuviel Wut! Wohin damit? Jetzt!

14.6.

Ja, dann ist es eben so. Ihr zerstört euch selbst – damit haben die Täter endgültig gesiegt, denn auch die wollen Gutes zerstören. Schade.

Jedenfalls werde ich weiterhin da sein für diejenigen Anteile, die leben wollen und darum kämpfen wollen. Mondrian

14.6.

Ja genau es ist so schön einfach! Ich habe es so satt! Aber das will natürlich keiner hören! Du genau sowenig! Alle wollen das man funktioniert, immer nach deren Wünschen. Tun was andere wollen! Drängen einen in eine bestimmte Richtung, dahin muss ich gehen, genauso sein! Es allen immer recht machen! Dachte du wärst anders, aber nein. Du erwartest, dass ich stark und überlegt bin! Nun, überlegt vielleicht, aber stark? Nicht mehr! Damit erfülle ich deine Erwartungen nicht mehr, also werde ich fallen gelassen. Ich habe dir geglaubt, geglaubt wenn ich anders wäre, würde es auch anders werden. Doch so ist es nicht! Leben... dieses Wort verliert für mich immer mehr an Bedeutung! Ich möchte nichts mehr fühlen, nichts mehr empfinden, was bleibt da noch? Kämpfen... wofür? Ich bin müde, mag nicht mehr kämpfen... ! Ronald

14.6.

Ich hab dich nicht fallen gelassen und lass dich nicht fallen, Ronald. Aber was soll ich denn tun?? Soll ich alle die Ichs fallen lassen, die mit so viel Ernst versuchen, eure Situation zu verstehen, das Gute zu retten? Ich verstehe (glaub ich) deine Müdigkeit, auch die WUT innen. All die Jahre diese Täter – das ist schrecklich!! – Aber was soll ich tun? Soll ich sagen, ja, Ronald mach den Körper kaputt? Mir fällt nichts ein als das, was ich hier seit Monaten versuche. Aber dich fallenlassen tu ich nicht. Du gehörst dazu und ich mag dich. Aber ich weiß, das hilft dir nichts. – Mondrian

14.6.

ES DIE sollen aufhören!

14.6.

Die Wütenden und Verzweifelten innen meinst du? Wir müssen sie erreichen – mit ihnen reden. Aber leider reden sie mit mir nicht.

22:49

Die auch! Die Männer meine ich!

14.6.

Die Männer hören nicht auf. Das hilft nur Befreiung, Flucht.

Wird keiner helfen?

Wieder Mail:

15.6. 00:10¹⁶⁷

Fangen nehmen werden nicht gehen lassen Bitte nicht kannst helfen Bitte

15.6. 04:14

Hallo Mo,

ich habe so Angst! Am Freitag hab ich mich versteckt aber er hat mich gefunden! War stinksauer! Er weiß alles! Der sagt ich kann ihm nicht entkommen niemals! Egal was du mir sagst. Du erklärst und lernst mir so viel aber die haben doch recht was nützt mir das? Die quälen und foltern mich weiter und machen ihr blödes SexZeug mit mir wie sie wollen und es denen offenbar Spaß macht! Bald wird es noch schlimmer! Doch keiner hilft mir! Ich kann nicht mehr! Das alles nicht mehr aushalten nicht mehr ertragen! Das alles muss aus mir raus! Aber wie? Es wird nie raus können! Möchte mich nicht beklagen aber bitte... Du hast gesagt ich könne nicht weg aber bitte bitte bitte lass mich doch weg gehen? Bitte ich will nicht mehr lieb sein müssen...
Doris

15.6. 14:20

Hallo

Es ist mir klar, das Sie mir nicht mehr helfen. Doch weiß ich nicht wo ich bin. Würden Sie bitte nur sagen wie die Straße heißt wo ich wohne? Bitte
Nele

15.6.

Liebe Nele, warum soll ich dir denn nicht mehr helfen? Ich hatte dir gestern nur gesagt, daß ich für diesen Tag aufhören muß, weil ich Nachtdienst habe. Hatte in meiner Mail geschrieben, daß es heute weitergehen kann!

Ich lasse dich nicht im Stich!! – Ich hatte am Vormittag nur deshalb nicht geschrieben, weil ich mir dachte, daß du wieder in der Gewalt der Männer bist – und die sollten meine Mail nicht erhalten.

Heute nachmittag muß ich leider für eine Stunde weggehen – aber hinterher bin ich auch wieder da und kann antworten!

Deine Wohnung ist (...). Dein Erwachsenenname ist Merle Müller.

Mondrian

15.6.

Danke

¹⁶⁷ Mail vom geheimen Smartphone, offenbar in Tätergefängenschaft.

Wird keiner helfen?

15.6. 15:08

Habe es gefunden. Bin zuhause. Was war das? Was ist passiert? Bin total durcheinander. Muss mich schnell fertig machen und Amelie abholen... bitte jetzt nicht allein lassen.! Kann nicht verstehen!

Nele

15.6.

Hallo Nele, ich bin jetzt auch wieder zuhause. Nein, ich laß dich nicht im Stich. Du mußt nur verstehen, daß ich manchmal eben woanders bin – aber ich bemühe mich, dir (und auch den anderen Ichs) immer anzukündigen, wann ich weg bin.

Was ist geschehen? Gestern abend haben die Täter den Körper wieder aus der Wohnung geholt und dich dann heute irgendwann freigelassen. Vermutlich hat morgens ein anderer Anteil Amelie in die Schule gebracht, und dann bist du mittags in den Körper gekommen und hast natürlich nicht gewußt, was los ist.

Leider geschieht sowas oft, bei euch..

15.6.

Nein Nein. Ich habe Amelie zur Schule gebracht. Doch doch wird alles neblig...

Aber Sie haben mir neulich erklärt, das das was passiert nicht wirklich ist. Nur Erinnerungen die sich echt anfühlen.

Ich verstehe nicht was war nachdem ich Amelie zur Schule gebracht hatte bis vorhin...

Wie kam ich an den Ort wo ich war?

Nele

15.6.

Ich kann es mir nur aus den Mails zusammenreimen.. – Dann war es eher so, daß die Täter dich aufgegriffen haben, erst nachdem du Amelie zur Schule gebracht hast. Und dann haben sie dich (nachdem sie das ... gemacht haben) irgendwo wieder freigelassen.

Das mit den Erinnerungen ist was anderes. Es gibt das eine UND das andere. Es sind so viele Jahre, in denen die Täter euch Gewalt zugefügt haben – und von all den Jahren gibt es Erinnerungen in dir. Und wütende und verzweifelte Ichs, die auch diese Erinnerungen haben. Darüber haben wir gestern gesprochen.

Aber zugleich gibt es ja leider heute noch immer die Täter. Und daß die Zeit fehlt, ist ein Zeichen dafür, daß in dieser Zeit etwas geschehen ist – was ein anderes Ich erlebt, erlitten hat.

15.6.

Nein mir fehlt die Zeit ja nicht! Ich weiß nicht ob das echt war oder Erinnerungen!?

Verstehen Sie mich?

Nele

Wird keiner helfen?

15.6.

Du hast doch geschrieben:

"Ich verstehe nicht was war nachdem ich Amelie zur Schule gebracht hatte bis vorhin..."

Das ist, was ich mit Zeit verlieren meine.

15.6.

Ja ich verstehe es auch nicht!

Habe mir wahrscheinlich alles nur eingebildet!

Nele

15.6.

Nein, Nele, vermutlich ist es wahr.

15.6.

Wenn das echt war, wie ist es möglich das ich noch lebe? ☹

Nele

15.6.

Haben Sie eine Idee, eine Vorstellung was da passiert ist?

15.6.

Ich weiß etwas davon, was von solchen Tätern gemacht wird. Aber was konkret jetzt geschehen ist, weiß ich natürlich nicht. – Ich weiß aber, sie passen im allgemeinen auf, daß ihre Opfer es überleben – sonst wären die ja weg, könnten sie ja nicht weitermachen. ☹

Du kannst mir alles davon sagen, wenn du möchtest. – Aber es ist deine Entscheidung.

15.6.

Glauben Sie mir, so etwas möchte keiner hören! ☹☹☹ und vermutlich auch nicht glauben! ☹☹☹

ich selbst versuche mir klar zu machen, dass es nicht wirklich ist!

Nele

15.6.

Ich weiß, daß es meistens wahr ist, Nele. Ich habe seit 15 Jahren mit Überlebenden solcher Taten zu tun. ☹

Facebook:

15.6.17 12:14

Du sagst, du magst mich. Was bedeutet das für dich? Ronald

Wird keiner helfen?

16:20

Du hast mir immer ehrlich gesagt, was du denkst. Auch wenn du gewußt hast, daß ich da und dort eine andere Meinung habe. Du hast mir deine Wut gezeigt, aber hast auch danke gesagt wegen Ostern. Und hast mir ehrlich gesagt, wo du etwas jetzt anders siehst! – Und du hast wohl viel Mut gehabt, daß du mit mir in Kontakt gekommen bist. Mondrian

15.6.

Ok ich verstehe. Also auf der menschlichen Ebene hat es keine Bedeutung für dich? Ronald

15.6.

Das mein Vater mich NICHT mochte, obwohl er es sagte, obwohl er sagte er liebt mich, dass ist mir klar! Er ist genau wie die anderen Schweine, die mich nur ficken wollen! Aber richtig, du kennst mich nicht, weißt nur das ich Böse und Schlecht bin, wie also solltest du mich wirklich, ehrlich, als Mensch, einfach nur so mögen sollen? War eine blöd Frage! Ronald

15.6.

Warum soll es keine Bedeutung haben für mich? Es HAT Bedeutung für mich, wenn ich jemanden kennenlerne, der so ist, wie ich es von dir geschrieben hab. Und daß ich dich nicht für böse und schlecht halte, hab ich auch schon mal geschrieben.. Das hab ich auch den anderen Ichs geschrieben, übrigens. Mondrian

18:49

Übrigens... 😊😄

Und wie wird es sein wenn du einmal alles wissen wirst? Alles weißt, was mit mir alles gemacht wurde und gemacht wird! Wird sich deine Meinung dann ändern? ????????

Aber eines kann ich gleich vorab sagen, wie du schon weißt habe ich den Körper verletzt, aber niemals andere! Auch nie Tiere!

Ronald

15.6.

Ronald ich weiß mehr, als du vermutest. Weil ich mit Opfern dieser Täter seit Jahren zu tun habe. Und auch von anderen Anteilen eures Körpers. – Meine Meinung wird sich nicht ändern: daß alle Anteile, und auch du, von den TÄTERN betrogen und unterdrückt wurdet. SCHULD sind die – nicht du und kein anderer Anteil, egal was ihr gemacht habt und machen mußtet. Mondrian

Mail:

15.6. 20:09 Nele

Na gut... werde es versuchen, aber weiß nicht ob ich es so wiedergeben kann, das Sie dem folgen können... und vielleicht ist es ja nur eine Erinnerung oder Traum gewesen?

Ich weiß genau habe Amelie zur Schule gebracht, war auf dem Weg zurück Nein auf den weg zur Schule ging schon jemand hinter uns. Es störte mich wollte ihn vorbei lassen aber er ging nicht

Wird keiner helfen?

vorbei. blieb weiter hinter uns nicht mehr so dicht aber hinter uns. Auf dem Weg zurück war er auch hinter mir. Ich bemerke ihn und dann, ich weiß nicht, bin in einem Auto. ??? Mir ist komisch Bewegungen fallen mir schwer schon den Kopf zu heben kostet viel Mühe und Kraft. Wald! Keine Ahnung wo! Nun bin ich in einer Art Keller. ??? Allein. Mir ist kalt und es ist dunkel und es stinkt nach Pisse, ZigarettenRauch und Schweiß! Mir ist übel davon! Jemand kommt zerrt mich raus wie einen Hund aus dem Käfig. Schreit und motzt mich an du Hure du Hure du Stück Scheiße jetzt werden wir dich richtig durchficken! Du wirst um dein Leben betteln! Und noch so Sprüche... schleift mich in einen anderen Raum da steht ein Trog mit Wasser? Ein Stuhl ähnlich wie beim Zahnarzt nur etwas anders gebaut. Zwei schleifen und zerren mich da drauf. Nehmen mir meine Kleidung weg und alle starren mich an. Ihre Blicke waren so voller ich weiß nicht Gier? So schaut ein Kind wenn es sich ganz sehr freut aber da ist so viel böses in den Augen der MÄNNER! Kann es nicht beschreiben. Vermutlich sollte ich Angst empfinden aber ich fühle nichts! Zwei von denen fangen an meine Beine auseinander zu machen und in dem Stuhl zu befestigen. Einer stellt sich zu meinen Füßen beugt sich über mich und beginnt mich zu berühren. Er ist so eklig, stinkt so nach Schweiß will mich küssen meinem Körper küssen kann ihn nicht wegstoßen meine arme bewegen sich einfach nicht. Schaffe es nicht hin von mir zu stoßen! Nun fängt er an steckt seinen Schwanz in mich, ohne Rücksicht fickt er mich zieht ihn raus und spritzt es mir ins Gesicht! Alle lachen wieder diese Sprüche! Ein anderer tritt an seine Stelle er ist richtig böse grob packt meinen Körper wie er es braucht fängt sofort an mich zu ficken! Ein anderer kommt zu mir steckt mir seinen Schwanz in den Mund eklig! Ich mache nichts aber hintert dieses ArschLoch nicht daran direkt zu kommen und er zwingt mich es zu schlucken! Ich muss eingeschlafen sein, denn plötzlich bin ich am im über dem WasserTrog.? An den Haaren packend tauchen die mich unter... denke ich verrecke! Mir ist schwindlig und übel! Immer wieder tauchen die mich unter! Dann zurück nicht auf den Stuhl die hängen mich auf kopfüber. Übergebe mich. Was die wütend macht. Lassen mich etwas runter gerade so weit das so ein Schwein mir seinen Schwanz in den Mund drücken kann! Andere machen sich über meinen Körper her da ich da hänge haben die ja freies Spiel. Einer steckt seine ganze Hand in meine scheide kommentiert das ganze noch wie geil das ist jetzt spüre ich Schmerz! Er hört nicht auf! Zwingt mir jetzt paralell dazu seinen Pimmel in den Mund und kommt sofort! Muss alles schlucken sonst werden die mich ertränken! Einer macht etwas in meine scheide ich weiß nicht was aber alle lachen und gröhlen! Aus dem Kontext entnehme ich das es wohl eine BierFlasche war! Muss wohl wieder eingeschlafen sein, WasserTrog! Oder habe gekotzt? Keine Ahnung. Danach ja lebe noch. Packen die mich auf eine Art Liege! Diese Liege war anders, hatte Ketten überall daran wurde ich festgemacht wie ein Stück Vieh! Wieder steht einer vor mir und schiebt mir seinen Schwanz in den Mund! Ein anderer steht hinter mir. Die anderen fangen an den anzufeuern... ??? Ach was noch seltsam ist ich nicht verstehen kann diese Männer haben keine Gesichter was wieder für einen Traum spricht.

.... anzufeuern... mehr weiß ich nicht!

Dann war ich irgendwo... habe Ihnen geschrieben wegen der Straße.

????????????????????????????????

So nun werden Sie sicher nicht mehr schreiben!

Nele

Wird keiner helfen?

15.6. 20:27

Liebe Nele!

Du bist ein wunderbarer Mensch, daß du das aus dir raus schreiben konntest. Daß du soviel Mut hast. Es wird dir helfen, weil du es dadurch dir gegenüber gestellt hast, weg von dir – es ist nicht du! Du bist ein Opfer, ja, aber das alles gehört nicht zu dir. Es gehört zu diesen Tätern. Und vielleicht hast du beim Schreiben gespürt, wie primitiv das alles ist, wie tot. Was die machen. Inhaltlich ist es so, wie ich es kenne. So sind solche Täter. – Es ist auch wichtig für deine (eure) Befreiung, daß jemand sich traut, es aufzuschreiben. (Auch Doris hat etwas davon aufgeschrieben.)

Glaub mir bitte, ich werde alles tun, was ich kann, daß das alles nicht mehr lange weitergeht. Bitte, lösche jetzt unbedingt diese Mail und die anderen von uns! Es ist ganz wichtig – daß die Täter nicht erfahren, daß jemand sowas nach außen trägt. Ich glaube, das kannst du dir vorstellen. Mach es gleich, wenn du diese Mail gelesen hast, bitte! – Bei mir bleiben die Mails gespeichert, und sie werden auch noch woanders bewahrt, zur Sicherheit.

Mondrian

15.6. Für Nele und Doris

Nele, ich weiß nicht, ob du heute noch was schreibst. – Ich möchte jetzt noch einen kleinen Spaziergang machen und dann ins Bett gehen, weil morgen wieder viel zu tun ist. Ich lasse den Rechner erstmal an, und falls noch eine Mail von dir kommt, beantworte ich sie auch. Ansonsten bin ich morgen wieder da. – Es kann aber sein, daß wir (meine Freundin und ich) morgen ein paar Stunden tagsüber weg sind. Aber ich antworte in jedemfall, sobald ich kann. Ich verlass dich nicht.

Falls Doris das auch liest: Ich hab deine Mail von heute nacht gelesen. Ich tue alles, was ich kann, damit ihr bald befreit seid.

15.6.

Es ist schön wie Sie das sagen, aber so ist es doch nicht! Sie kennen mich nicht. Stellen Sie sich vor, Sie würden mich kennen, schon eine Weile. Ich bin ein ganz normales Kind wie jedes andere. Nun aber erfahren Sie so etwas über mich. Sie würden mich anders sehen! Sich ekeln! Sich fragen wie ein Kind so sein kann! Mich mit ganz anderen Augen betrachten! Das geht nicht mehr weg! Dieses Wissen über jemanden das man dann hat, dass hat man! Für immer! Genau wie die Verachtung! Dann spielt er doch keine Rolle mehr wie es war und wer schuld hat!

Die Augen die einen dann anblicken....!!!!

Können Sie das verstehen?

Denn irgendwie haben Die doch recht. So fühlt sich Dreck an! (wertlos, wie Müll!) Das Die Dreck aus mir gemacht haben, wen wird das wohl interessieren!?

Nele

Wird keiner helfen?

15.6.

Nein, so ist es nicht. So würden Menschen reagieren, die nicht mit dem Herzen denken, die sich nicht einfühlen können. Und auch Menschen, die selbst seltsame (falsche) Gefühle über Sexualität in sich haben. Die dann alles abwehren müssen, was sie an Schlechtem mitkriegen von anderen. Das betrifft sicher viele – aber es gibt andererseits auch sehr viele, die anders sind. Grade heutzutage gibt es viele öffentliche Dokumentationen über Zwangsprostitution, über sexuelle Gewalt, sexuellen Mißbrauch. Zum Glück hat sich da was geändert! Hier, guck dir diese Seite mal an. Das ist der Beauftragte der Bundesregierung zum Kampf gegen sexuelle Gewalt: <https://beauftragter-missbrauch.de/> – Mit einer Mitarbeiterin diese Kommission habe ich Kontakt, auch wegen dir und euch. Ich verstehe, daß du dich manchmal so anfühlst wie Dreck. Aber es ist nicht so. Der Dreck ist äußerlich – es ist der Dreck der Täter. Du selbst bist rein! Unschuldig!

15.6.

Wissen Sie was, die kleine Amelie wollte vorhin unbedingt vorm schlafen im Bett mit mir schmusen. Und was ist passiert? Sie ist in meinen Armen eingeschlafen... 😊 so süß die kleine 😊 Nele

15.6.

Ach, das ist süß, daß Amelie mit dir schmusen durfte! Sie spürt, daß du gut bist, und nichts Schlechtes oder Dreckiges!
Nele, ich geh jetzt ins Bett. Ich hoffe, du kannst auch schlafen!
Bis morgen!
Ich verlass dich nicht.
Mondrian

Facebook:

21:04

Du hast dich gestern geirrt! Als du geschrieben hast, du magst mich, aber es wird mir nicht helfen... .Stimmt nicht!
Das, dieser eine Satz von dir, ich weiß nicht mal genau warum, aber ich habe dir geglaubt. Einfach vertraut, darauf das du es ehrlich meinst, so wie ich es meinen würde, wenn ich zu wem sagen würde, ich mag dich. Nur DAS hat mich gestern davon abgehalten den Körper zu töten. Das klingt dumm?
So, auf diese Weise hat mir noch nie wer gesagt, er mag mich. Warum auch? Ronald
Ja, lösche alles 👍

15.6.

Danke, Ronald!

Wird keiner helfen?

Mail:

15.6. 21h

Ok! Nur beantwortet das meine eigentliche Frage nicht. Denn diese war zunächst speziell auf Sie bezogen. Das die anderen Menschen mich so sehen werden, davon gehe ich aus!

Nele

16.6. 00:11

Herr Mondrian,

Sie haben meine Fragen nicht beantwortet...

War das wirklich echt?

Habe ich das nicht geträumt?

Es waren nicht nur Erinnerungen?

Warum aber hatten diese Männer keine Gesichter?

Warum habe ich nichts gefühlt?

Was war dann mit mir los? Warum konnte ich mich nicht gegen die wehren?

Warum waren da so viele Männer?

Warum bin ich eingeschlafen?

Manche Stimmen kamen mir bekannt vor.?

... ???

Nele

16.6. 04:43¹⁶⁸

Hallo Mo,

du antwortest mir nicht also bist du wütend und enttäuscht von mir! Habe es doch versucht auf dich gehört! Aber du hast Unrecht die wissen eben doch alles! Wussten genau wo ich bin! Die lassen uns in Ruhe wenn die kleine hier ist.? Dann wird es bald ein großes Problem geben denn sie sagt sie wird ab Sonntag für vier Wochen bei ihrem Papa sein wegen der Ferien. Dann kannst du dir vorstellen was die Männer mit uns machen werden. Wo sollten wir denn hin? Du bist sauer redest nicht mehr mit mir bin dir egal. Warst der einzige dem es aufgefallen wäre wenn ich weg bin. Also kann ich jetzt gehen!?

Bin so müde...

Doris

¹⁶⁸ Hier schrieb Doris erstmalig "Mo". Wie sie auf den Namen kam (den es allerdings schon in meinem Leben gibt), weiß ich nicht. Ich habe ihn aber gern aufgenommen, im Sinne einer Individualisierung der Kontakte. Daß dies eher ein Fehler war, sollte ich später erfahren, denn es begünstigte die einseitige Orientierung an mir, statt an einem zunehmenden Innenkontakt. Andererseits gehören nachholende Bindungserfahrungen zu den nötigen Ressourcen bei schwersten frühkindlichen Traumatisierungen. Diese können bei Menschen mit DIS meiner Erfahrung nach nur mit einzelnen Teilpersönlichkeiten entstehen! Dem Dilemma ist nur durch stetige Gratwanderung zu begegnen.

Wird keiner helfen?

16.6.

Hallo Doris, ich bin nachts nicht am Rechner, deshalb habe ich nicht geantwortet. – Jetzt bin ich tagsüber leider nicht zuhause, erst nachmittags wieder. Dann können wir wieder mailen!

Bis dann, Mo

16.6.

Hallo Nele, ich hatte dir abends geschrieben, daß ich ins Bett gehe und deshalb nicht weiter maile. Heute vormittag bin ich weg, aber ab Nachmittag kann ich dir wieder antworten!

Bis dann – Mondrian

Facebook:

15.6. 23:35

Heute war es wieder besonders schrecklich! Aber ich höre auf dich, werde den Körper nicht verletzen. Nur du musst mir unbedingt sagen, was ich mit der Wut, Hass, Schmerz machen soll! Das muss aus mir! Sonst explodiere ich! Verstehst du? Ronald

16.6. 14:59

Ja, ich verstehe dich. Vielleicht könntest du es rausschreiben, in Mails an mich. Du könntest dich vielleicht auch verbünden mit den Anteilen, die sich in Richtung Befreiung bewegen. Mondrian

Mails:

16.6.17

Herr Mondrian,
nur kurz, bin soweit ok muss jetzt Amelie abholen. Würde mich gern später melden wenn ich darf und es erklären. ?

Nele

16.6.

Ja, ich bin hier zuhause.

16.6.

Bin jetzt da mit Amelie.

Wahrscheinlich halten Sie mich nun für paranoid, aber Die wissen alles! Die wussten das ich was verraten habe, wussten von Amelie das Amelie heute eine Feier vom Hort aus hat... Sie sagen Die sind NICHT in meinem Kopf! Die Nachrichten habe ich alle sofort gelöscht! Das mit Amelie wurde von einem anderen Ich geklärt, vermutlich von ihrer Mama über Whatsapp. Wie also konnten Die das wissen? ????

Ich denke Die haben ein IMap Konto von meinem Email Account und lesen irgendwie mein Whatsapp mit!?

Wird keiner helfen?

Wie ich das mit Whatsapp löse weiß ich gerade noch nicht, muss ich darüber nachdenken...
Email.. das neue Konto!
Für Vorschläge bin ich offen!
Ausser ich bin in der Tat paranoid?
Ihre Meinung zu allem wäre sehr hilfreich. Bitte...
Nele¹⁶⁹

16.6.

Hallo Nele,
ich vermute, daß es ein Ich gibt, das den Tätern Informationen meldet. – Weil es ja leider kaum Kontakt zwischen euch allen (den Ichs) gibt, könnt ihr sowas nicht merken. Ich hatte von Anfang an allen gesagt, wie wichtig es ist, untereinander Kontakt zu bekommen, aber das fällt allen sehr schwer – weil das System (also alle Ichs zusammen) schon so viele Jahre existiert und alle es gewöhnt sind, sich ganz allein zu fühlen.
Ich halte dich keineswegs für paranoid – sondern im Gegensatz dazu für sehr wach und klardenkend! (Oder soll ich jetzt "Sie" sagen, weil du in der letzten Mails "Herr Mondrian" geschrieben hast?)
Ich habe auch oft geschrieben, ihr sollt alle Mails gleich löschen – manche haben das nicht gemacht.
Aber die Informationen über Amelies Termine müssen wirklich woanders her kommen.
Kennst du den Vater von Amelie? Er kann kein Täter sein... oder?? (Jetzt möchte aber nicht ich paranoid sein!)
Eine Frage: Es gibt immer mehr Verzweilung im Innen, bei vielen Ichs – und die Täter scheinen immer brutaler zu sein. Kanst du dir vorstellen, Helfern von außen klar zu sagen, was euch (dir) geschieht? Sowas ist eine Voraussetzung dafür, daß von außen geholfen wird! Wenn ich allein es weiß, ist das nicht genug, denn ich bin weit weg.
Diese Frage richte ich auch an alle anderen Ichs, die dies lesen!!
Stimmt es, daß Amelie ab Sonntag für vier Wochen bei ihrem Papa sein wird, wegen Ferien?

16.6.

Also ich bin doch Nele☺!
Nein nicht sie zu mir sagen, ich bin zwölf! Ich bin mir unsicher was ich zu Ihnen sagen soll. Sie wissen so viel, helfen uns, sind lieb, aber eben auch streng. Ich habe Angst das Sie dann plötzlich weg sein werden!
Also denken Sie nicht das Die mein Email Konto kontrollieren?
Amelies Papa, Nein er hat damit nichts zu tun! Ja habe ihn kennen gelernt. Günther heißt er übrigens...

¹⁶⁹ Nele war für den Kontakt mit mir anscheinend erstmalig nach der Kindheit wieder nach außen gekommen, fühlte sich noch in der Kindheit. Dennoch geht sie hier locker um mit den Errungenschaften des Internetzeitalters. Dies zeigt deutlich den Pool des gemeinsamen Wissens, aus dem einzelne Anteile sich situativ bedienen können. Diese implizite Gemeinsamkeit von (auch gegenwartsbezogenem) Wissen ist eine zentrale Ressource für den Ausstieg aus der Täterwelt.

Wird keiner helfen?

Die Frage ist was wird passieren wenn ich anderen von den Männern erzähle? Und was sollte ich sagen? Ich kenne die nicht, Die haben doch keine Gesichter!

Ja, hab Amelie eben gefragt, sie wird ab Sonntag 17.00 Uhr für vier Wochen bei ihrem Papa sein. Warum fragen Sie das?

Nele

16.6.

Hallo Amelie,

aber sag nicht "Herr" zu mir, das fühlt sich für mich ganz doof an. Ich bin kein "Herr", bloß ein Mensch... und ich werde nicht weg sein. Ich hab schon mit vielen Ichs von dir zu tun und alle sind anders, aber ich mag alle. Ich laß euch nicht im Stich.

Ich weiß, daß die das Smartphomne kontrollieren, wenn sie dich (den Körper) zu sich locken. Sie lesen dann die Mails. – Aber möglich ist es, daß sie die Mails auch über den Server lesen. Sie haben vermutlich das Paßwort des bisherigen Kontos. Das alles ist etwas kompliziert – und ich bin kein Fachmann.

Du kennst die Männer nicht, weil sie Masken vorm Gesicht haben – aber du weißt ja, was sie tun, was du erlebt hast. Ich frage deshalb, ob du (und andere Ichs) bereits sind, wirklich Schutz zu suchen außen – sodaß die Täter nicht mehr an euch herankommen. Dazu ist es nötig, daß Ichs von euch sagen (oder schreiben), was da geschieht Daß ich vieles davon weiß, reicht dazu nicht. Amelie: Bisher ist es so, daß du (also der Körper) sicher ist, wenn Amelie im Haus ist oder wenn du grad Amelie in die Schule bringst oder abholst. Aber wenn Amelie 4 Wochen weg ist – dann seid ihr nicht mehr sicher. Dann können die Täter euch dauernd holen – denn in der Wohnung wartet niemand auf euch.

16.6.

Ich bin nicht Amelie!

16.6.

Ach, Nele, entschuldige bitte!!!! Ich war etwas durcheinander. Natürlich weiß ich, daß du nicht Amelie bist! Sei mir nicht böse! Das kam nur, weil ich zuletzt wegen Amelie geschrieben hatte.

16.6.

Nur ich kenne das Passwort doch nicht!

Was sollte ich sagen wenn ich die Männer nicht kenne?

Wenn ich sicher war solange Amelie hier ist dann habe ich das gestern und heute ja doch nur geträumt? Ich weiß nicht was Sie mir damit sagen wollen?

Nele

16.6.

Hallo Nele, die Täter haben dich (den Körper) weggelockt, während Amelie in der Schule war. – Du hattest mir geschrieben:

Ich weiß genau habe Amelie zur Schule gebracht, war auf dem Weg zurück Nein auf den weg zur

Wird keiner helfen?

Schule ging schon jemand hinter uns. Es störte mich wollte ihn vorbei lassen aber er ging nicht vorbei. Blieb weiter hinter uns nicht mehr so dicht aber hinter uns. Auf dem Weg zurück war er auch hinter mir. Ich bemerke ihn und dann, ich weiß nicht, bin in einem Auto. ??? Mir ist komisch Bewegungen fallen mir schwer schon den Kopf zu heben kostet viel Mühe und Kraft.

Ich vermute, der Mann hat dann einen bestimmten Anteil rausgerufen, mit einem Stichwort, und der ist dann mitgegangen. Und du bist zur selben Zeit nach innen verschwunden ("geschaffen").

Übrigens hast du heut nacht noch Fragen gestellt und ich kam nicht dazu, sie zu beantworten:

Warum aber hatten diese Männer keine Gesichter?

Sie hatten Masken auf.

Warum habe ich nichts gefühlt?

Das war Dissoziation. Das hatte ich dir glaub ich schonmal erklärt: wir alle können Gefühle und andere Erinnerungen "abschalten", wenn sie zu schlimm sind

Was war dann mit mir los? Warum konnte ich mich nicht gegen die wehren?

Ich vermute, sie geben dir (und anderen Ichs) eine Spritze mit einem Betäubungsmittel (K.O.-Tropfen).

Warum waren da so viele Männer?

Sie kommen extra zusammen, um das Böse zusammen an dir zu machen.

Warum bin ich eingeschlafen?

Du bist dissoziiert. Du bist nach innen gegangen – und derweil war ein anderer Anteil im Körper.

Manche Stimmen kamen mir bekannt vor.?

Ja, das hat mir ein anderes Ich auch mal erzählt. – Es gibt einen Ex-Freund der erwachsenen Merle, ich glaub er heißt Manfred. Der hat sich auch schlecht verhalten. Er könnte zu den Tätern gehören. Aber vielleicht auch Verwandte von dir?

16.6.

Und ich weiß das Sie ein Mensch sind, aber sind sehr wichtig für mich! Ich möchte nichts falsch machen nichts blödes machen!

Ich habe Angst das jetzt zu sagen weil das vermutlich schon für Sie falsch ist aber ich habe Ihnen das im vertrauen erzählt! Wenn Die wissen das ich noch immer mit Ihnen rede werden die Schlimmes machen!

Wie nennt man das? Dilemma...

Vielleicht kann ich einfach verschwinden?

Nele

16.6.

Nele, du kannst nichts falsch machen mir gegenüber. Ich möchte für dich und euch da sein, euch unterstützen – ihr seid nicht für mich da! Und es gibt viel zu lernen für dich und euch ... das geht alles nicht so schnell. Und dabei gibt es auch Mißverständnisse.

Ja, es ist ein Dilemma. Die Täter drohen dir und anderen Ichs auch. Klar, sie wollen ja, daß es immer so weitergeht. – Aber falls ihr wirklich wollt, daß es aufhört, müßt ihr auch Helfern außen sagen, was los ist. Der erste, zu dem du (und andere) Vertrauen gehabt habt, bin ich. Ein anderes Ich hat auch in der Uniklinik etwas gesagt; ich weiß nicht, wieviel. – Ich kann helfen, die

Wird keiner helfen?

Befreiung zu organisieren – aber nur, wenn du und ihr euch äußert.

Wenn du (und andere) nicht wollt, daß andere Helfer (z.B. Uniklinik, Polizei und andere) etwas erfahren, dann können sie euch nicht helfen. Dann bleibt es immer so, wie es jetzt ist. Es ist wirklich deine und eure Entscheidung!

Nein, du kannst nicht verschwinden. Ihr alle gehört zusammen und seid im Körper – und irgendjemand wird das Schlimme von den Tätern immer spüren, darunter leiden. Mal bist es du, mal ist es jemand anders.

16.5.

Danke für die Antworten. Leider sind das nicht die die ich erwartet hatte. Es klingt blöd und schwächlich aber es ist gerade zu viel ich weiß nicht was ich damit anfangen soll.? Was soll ich tun? Wir tun? Das war also alles echt!? Alles was ich geschrieben habe? Auch das von heute? Das mit den Mails? Alles Wirklichkeit?

Warum ist keiner hier der auf mich aufpasst?

Oder träume ich jetzt? Nele

16.5.

Bitte keine Klinik und keine Polizei!!!!!!!!!!!!!!!!!!!!

BITTE BITTE BITTE BITTE BITTE BITTE!!!!!!!!!!!!

Sie müssen auf mich hören!

Nele

16.6.

Leider ist es Wirklichkeit. – Wer sollte "aufpassen"? Es ist ja so, daß der Körper erwachsen ist. Das heißt, ihr müßt auf euch selbst aufpassen, ihr müßt für euch kämpfen. Es gibt Hilfe außen – aber den Schritt nach außen müßt ihr machen. Das meinte ich.

In der Uniklinik wart ihr (der Körper) schon 2x, und die Ichs, die im Außen waren, haben sich nicht schlecht dort gefühlt.

Aber es ist klar: wenn du und die anderen, die mir von den schlimmen Sachen schreiben, keine Polizei und keine andere Hilfe von außen wollen, weil ihr zuviel Angst habt ... dann kann ich auch nichts machen außer Mails schreiben. Dann haben die Männer recht, wenn sie sagen, niemand wird euch helfen. Dann geht es weiter, Tag für Tag und Nacht für Nacht. Leider!

16.6.

Ja genau! Wer sollte schon aufpassen!

Leider verstehen Sie nicht... ☹️☹️☹️

16.6.

Hallo Nele, ich werde jetzt bald den Rechner ausschalten. Morgen bin ich ab vormittag wieder da!

Wird keiner helfen?

Facebook:

20:30

Wie soll das denn gehen? Verbünden, es gibt nur Chaos, Angst, Schmerz und nochmehr Wut!!! Ronald

16.6.

Mondrian, ich bin so müde! Will endlich schlafen...

16.6.

Ich verstehe. Auch der Körper ist überfordert, weil so wenig geschlafen wird. – Niemand von den Anteilen hat den Mut, äußere Helfer anzusprechen, um wirklich die Befreiung zu erreichen (Polizei zum Beispiel). Nur dann kann es Rettung geben! Ich allein kanns nicht machen. Ich fühle mich jetzt auch hilflos. Mondrian

16.6.

Das hat doch nichts mit Mut zu tun! Die machen doch alle mit! Helfen kann doch nur jemand wie du, der ein reines Herz hat!

Das alles, zu begreifen... Bitte keine Polizei! Hör auf mich! BITTE Ronald



21:24

So müde... kann nicht mehr...

16.6. 23:07¹⁷⁰

Habe es den blöden Idioten gesagt! Immer wieder! Haltet eure Fressen! Die erzählen alle nur Scheiße! Nichts ist wahr! Werden ihre Strafe dafür bekommen! Ich regel das selbst! Bringe alles in Ordnung! Keine Polizei! Keine Polizei! So dumm! Nur Idioten! Wut! Wut! Wut! Wut!

17.6. 00:38

Nicht bitte tu das nicht Angst Polizei böse bitte nicht bin ganz lieb bin ganz lieb bitte nicht Polizei

17.6. 02:16

Vati holt mich bald hat mich lieb. Muss nicht mehr allein sein. Vati nimmt mich mit nur mich. Sagt ich bin sein liebes Mädchen. Vati fährt in Urlaub mit mir. Ganz bald Merle¹⁷¹

¹⁷⁰ Das war ein Täterinterview (Tim, wie mir Ronald anschließend sagte).

¹⁷¹ Eines jener Innenkinder, die den authentischen Vater als liebevoll erlebt haben – eine grundlegende Taktik solcher Täter.

Wird keiner helfen?

17.6.

Wut! Soviel Wut! Warum konnten nicht alle still sein? Ihre elende Fressen halten! Nur noch Wut!
Wut
Wut Wut Wut Wut Wut Wut!

Mails:

17.6. 9:27

Herr Mondrian,
was ist mit mir geschehen? Jemand wollte mich töten! Soviel Blut! Mein Arm ist verletzt...
WARUM? WER?
Nele

17.6. Nele

Das war leider ein anderes Ich, weil es Angst hatte.
Ruf die Rettungssanitäter an: 112 !!

17.6. Nele

Nein so schlimm ist es nicht! Es ist verbunden! Keinen Arzt!

17.6. 9:59

Wer war das? Wenn es ein anderes Ich war, dann war ich es selbst???? Warum? Warum weiß ich
das nicht?
Nele

17.6. 11:15

Habe Ihnen doch vertraut! Sie verraten mich! Wollen mich los werden! Warum nur? Sind wirklich
alle Menschen so?

☹

Nele

17.6.

Warum verrate ich dich? Ich bin doch da. –

Facebook¹⁷²:

17.6.

>Danke! Das hilft mir jetzt ungemein! Habe es so satt!
Dann sag mir doch einfach was ich tun soll! Wie ich funktionieren soll!

¹⁷² Ab jetzt überwiegen Facebook-Chats. Dabei wurden zunehmend in der Dokumentation Unterhaltungen mit dem Datum oder der Uhrzeit nur noch begonnen, die einzelnen Wechsel dann mit > markiert.

Wird keiner helfen?

Frei sein, am Arsch...!

Ronald 🙄

>Ronald, Befreiung ist ein Weg in die Welt hinaus. Dort in der Welt ist die Macht, die stärker ist als die Täter. Ich kann dir und euch nur Hinweise geben. Den Weg gehen müßt ihr selbst. – Niemand kann euch befreien, wenn ihr selbst nicht etwas dazu tut. – Du hast einen wichtigen Schritt getan und auch ein paar andere Anteile. Aber es müssen mehr von euch mitmachen. Leider kann ich dazu nichts machen außer immer mit allen reden, ihnen erklären. Aber vergiß nicht: ich lasse euch nicht im Stich. Mondrian

>WARUM fühle ich mich dann allein? Verlassen! Und eins noch, ich war das nicht! Habe den Körper nicht verletzt! Ronald

Den Weg!? Welchen Weg? Was soll ich denn tun? Was erwartest du von mir?

>Ronald ich war mir sicher, daß du es nicht warst. Habe auch Mails von dem wütenden Anteil bekommen, der es vermutlich war. – Alle Anteile bei euch fühlen sich so verlassen und allein! Und zwar deshalb, weil es euch in all den Jahren nicht gelungen ist, miteinander Kontakt zu bekommen. Wahrscheinlich wegen der ständigen Tätergewalt. Jede und jeder von euch wurde zur Einzelkämpferin, zum Einzelkämpfer.

>Und was soll ich dagegen machen?

Es endlich beenden?

Übrigens, es war Tim!

>Den Weg zur Heilung. Das heißt: euch auf stationäre Therapie einlassen (und in dieser Zeit keine Tätergewalt zu erfahren). Therapie heißt, daß ihr lernt, miteinander Kontakt zu haben und für euch einzutreten. Daß die innen lernen, es gibt ein Leben ohne Täter. – Und hinterher die Wohnung wechseln. – Ja, die Tätergewalt in eurem Leben beenden. Nicht das Leben beenden! Ist es ok für dich, wenn ich Tim schreibe?

>Mit anderen darüber sprechen? Ja schreib Tim! Der wird sich freuen!

>Auch Tim hat ANGST.

>Tim ist ein Arch! Der gehört zu denen!

>Auch er gehört zu diesem Körper. Die Täter haben ihm nur eingeredet daß er zu ihnen gehört.

>Ach! Dann soll sich der gute Tim doch von denen ficken lassen! 🙄

>Nein, so läuft es ja nicht. Es gibt Anteile, die als Opfer benützt werden, und andere Anteile, die überhaupt nichts Schlimmes mitkriegen, und wieder andere Anteile, denen wohl nur Amelie (das

Wird keiner helfen?

Kind) wichtig ist. Und ein paar, die von den Tätern abgerichtet wurden und die sich wie Täter fühlen. – So kämpft ihr alle gegeneinander, und in Wirklichkeit zerstört ihr euch alle auf diese Weise. Und die Täter lachen.

>Also doch beenden!

Dann wird keiner mehr lachen!

>Die Täter werden trotzdem weiterlachen, denn die suchen sich andere Opfer. Denen kommt es nicht auf euch speziell an. – Und um euch wäre es sehr, sehr schade.

>Also sitz ich in der Falle! Für immer!

>Nein, Befreiung ist ja möglich! Wenn ihr es wollt, wenn ihr Mut habt. Gewalt kennt ihr schon lange, – es kann nur besser werden. Und auch andere haben diese Befreiung geschafft!

>Ich dreh durch! Warum verstehst du mich nicht?! KEINEM DARF MAN TRAUEN! WARUM GLAUBST DU MIR DENN NICHT? Ich dachte du nimmst mich ernst? 😞 Ronald

>Ronald – genau das haben euch die Täter eingeredet. Daß man keinem trauen darf... außer ihnen, außer den Tätern! Sie haben damit erreicht, daß ihr niemals Hilfe sucht! Es ist ein TRICK der Täter. Ich nehme dich sehr ernst – aber von der Welt draußen versteh ich auch etwas. Ich lebe in dieser Welt und kenne viele, denen ihr genauso trauen könnt wie mir. Mondrian


>Das haben die mir NICHT eingeredet! Ich habe es selbst erlebt! Die gehören doch alle dazu! Die sind überall! Warum kannst du mir glauben? 😞😞😞
Am Ende bin ich allein!
Die werden mich strafen! Weil du mir nicht glauben willst!


>Nein, es ist nicht so. Die Täter haben euch Theater vorgespielt, damit ihr es glaubt. Die allermeisten Menschen auf der Welt hassen solche Täter genauso wie ich. Und gehören nicht zu denen.

>Es ist doch Scheißegal was ich dir versuche zu erklären, du glaubst mir nicht! Irgendwann wirst du erkennen das ich recht hatte...

>Ronald ich habe seit vielen Jahren mit Opfern von solchen Tätern zu tun. Ich kenne andere Helfer. Ich habe die Bücher darüber gelesen ... – was glaubst du, wieso ich überhaupt mit euch zu tun hab?? Wenn ich nicht wüßte, daß es Hilfe gibt.

Wird keiner helfen?

>Prima  gut zu wissen, dass du alles weißt!

Besser wäre vielleicht du würdest zuhören! 
Ronald

>Ich höre zu – besser als jemals jemand dir zugehört hat. Das weißt du eigentlich auch, oder?
Ich weiß nicht alles, aber du auch nicht.

>Ich habe dir gesagt, alle machen da mit! Selbst die Polizei und ja auch Ärzte! Aber mir glauben?
Warum auch? Ich bin doch nur ein Junge... der benutzt wird! Weißt Du, ich bin einfach zu müde
für diesen Scheiß! Habe dir vertraut, gedacht du glaubst mir! HILFE UND FREI SEIN! WAS FÜR EIN
SCHEISS!!! Ronald

>Ja, ich weiß, daß solche Täter in allen Berufen vorkommen. Es ist durchaus möglich, daß auch
mal ein Arzt oder ein Polizist dazugehört. Das glaube ich dir!! Das weiß ich sogar selbst (von
anderen Opfern und von Fachbüchern.) – Aber das wird dann von den Tätern so dargestellt, daß
ALLE dazugehören. Und das wiederum stimmt nicht. – Das ist der Trick! Die allermeisten
gehören nicht dazu.

>Du sagst du kannst helfen! Einen Ort, wo ich zur Ruhe kommen kann, nur mal schlafen kann,
ohne gequält, gefoltert, gefickt zu werden! Der SICHER ist!!!! Wo finde ich den????? Ronald

>Ich habe dir (und allen anderen) immer gesagt, ich allein kann nur Mails schreiben, Hinweise
geben. SICHERHEIT für euch gibt es nur, wenn ihr von den Tätern WEGGEHT. Und das heißt zum
Beispiel, in eine stationäre Therapie in der Uniklinik. Und später in eine geschützte Wohnung.
Solange die Täter an euch rankommen, gibt es keinen sicheren Ort. Leider.

15:48



Mails:

17.6. 13h An Tim

Hallo Tim, ich würde mich freuen, wenn du mir sagen kannst, wieso du so eine Wut hast! Ich
möchte es verstehen.
Gruß Mondrian

17.6. 16h

Sie beantworten meine Fragen nicht mehr...
Habe ich etwas falsches gemacht?
Wollte verstehen! Weiß nicht was mit mir passiert...

Wird keiner helfen?

Wer hat mich verletzt? Wenn es ein anderes Ich war, dann war ich es selbst???? Warum? Warum weiß ich das nicht? Bitte keine Ärzte mehr!

Nele

17.6.

Hallo Nele, ich hatte dir doch geantwortet: es war ein anderes Ich, das Angst hatte. Nein, du hast überhaupt nichts falsch gemacht!

Ein anderes Ich ist nicht du selbst – nur euer Körper ist derselbe. Ein anderes Ich gehört zu diesem Körper wie du auch, ihr habt den Körper gemeinsam. Manchmal bist du im Körper und manchmal sind andere Ichs im Körper, und dann schläfst du innen. Erinnerst du dich nicht, daß ich dir das erklärt habe?

Dieses Ich hat Angst vor den Tätern und ist wütend, weil ich von Befreiung spreche. Es denkt, daß die Täter recht haben, euch böse zu behandeln. Ich denke das nicht.

Mondrian

16.6.

Hallo Herr Mondrian,

Nein leider keine Antwort bekommen.

Also sind Sie nicht böse...?

Das kann nicht Stimmen. Kann nicht geschlafen haben, bin so unheimlich müde!

Das es noch andere Ich's gibt weiß ich, dass haben Sie mir erklärt, aber warum tun die mir weh?

Die Männer tun mir doch schon weh!

Diesen Satz verstehe ich gar nicht...

"Dieses Ich hat Angst vor den Tätern und ist wütend, weil ich von Befreiung spreche. Es denkt, daß die Täter recht haben, euch böse zu behandeln."

Haben Sie jemanden zu mir geschickt heute? Mich an Die verraten?

Nele

16.6.

Hallo Nele,

natürlich habe ich niemanden zu dir geschickt! Ich habe nichts mit den Tätern, den Männern zu tun – außer daß ich sie HASSE.

Du, also das Ich, das du bist, das hat innen im Körper geschlafen. Aber der Körper war wach – und ein anderes Ich war außen. Das ist schwer zu verstehen, ich weiß. – Und leider hat der Körper sehr wenig geschlafen, weil die Männer ihn wieder in ihrer Gewalt hatten.

Es gibt andere Ichs, die glauben nicht an Hilfe und Befreiung von den Tätern. Sie wollen sich immer an die Täter anpassen ("lieb sein"), weil sie denken, daß die dann netter zu ihnen sind. – Und deshalb sind sie wütend, wenn du oder andere nach Hilfe suchen und mit mir Mails wechseln. Und deshalb haben sie dich verletzt.

Wenn ihr Hilfe haben wollt, müßt ihr das auch anderen Menschen sagen, wie es euch geht. In der Klinik und vielleicht auch bei der Polizei. Und auch davor haben viele Ichs Angst. Du wolltest ja

Wird keiner helfen?

auch keinen Arzt haben für deinen Arm.

Ich weiß da leider auch nichts anderes... – denn wenn niemand von euch nach außen geht und draußen in der Welt Schutz sucht, dann gibt es eben keine Hilfe, dann geht das Böse von den Männern immer weiter.

17.6.

Sie sind außen in der Welt! Es ist schon sehr schwer mit Ihnen zu reden! Sie wissen nicht, wie es ist, ständig verraten zu werden!

Es ist mir klar, Sie verstehen nicht, ich kann nicht zum Arzt und schon gar nicht zur Polizei!

Wenn Sie mich nun fallen lassen...???

Nele

Und Nein! Sie haben Unrecht! Ich will Hilfe! Doch so geht es nicht!

17.6.

Ja, ich bin außen in der Welt. Deshalb weiß ich, daß die allermeisten Menschen NICHT böse sind,. – Ja, es gibt unter allen Berufen auch ein paar böse Menschen (auch bei Ärzten und Polizei) – aber die allermeisten sind eben nicht böse. Sie sind entsetzt über das, was solche Täter machen. Ich lasse dich nicht fallen. Ich komme aus der Welt außen als einer, der dir und euch die Hand reichen möchte. – Wenn du sagst, du willst Hilfe, "aber so geht es nicht" – ok, dann laß uns gemeinsam herausfinden, wie es geht. Auch ich muß noch lernen!!

17.6.

Hier ist seit fünf noch ein kleiner Junge, Hannes. Wir waren eben draußen. Bitte sagen Sie mir was mit mir nicht stimmt... Bitte!

Möchte mal versuchen zu erklären... alles war ok, wir sind spaziert, ganz ruhig, gemütlich, haben gealbert, wussten aber wir müssen noch etwas einkaufen. Sind später beim einkaufen und auf einmal geht es mir nicht mehr gut. Mir war schon vorher übel aber es kam dazu, dass mir schwindlig wurde, mich kaum orientieren, konzentrieren konnte, mein Kopf tut weh und mein ganzer Körper zittert innerlich. Meine Beine, keine Kraft mehr, alles und jeder nervt mich nur noch!

Die beiden baden gerade...

Was bitte ist mit mir los? Bitte helfen Sie mir!

Nele

17.6.

Hannes ist der Sohn von deinem Bruder Peter und seiner Freundin Andrea. (Hast du nicht mitgekriegt, als er gebracht wurde? Das würde bedeuten, daß das wieder ein anderes Ich gemacht hat, das dich kurz nach innen geschoben hat.) – Er ist manchmal in der Wohnung, wenn seine Eltern was anderes machen, dann paßt Merle (oder jetzt du) auf ihn auf.

Was du da empfindest... ich kann nur vermuten, daß es ein Flashback ist... also eine körperliche Erinnerung. Und zwar weil du ja leider schon als kleines Kind Gewalt erlebt hast. Vielleicht ist da

Wird keiner helfen?

in dir (und deinem Körper) eine Erinnerung aufgetaucht an diese Kindheit. – Ich weiß, daß bei einem anderen Ich (bei Doris, die so alt ist wie du) immer schlimme Gefühle auftauchen, wenn Amelie mit ihr schmust.

17.6.

GEMEINSAM RAUSFINDEN WIE ES GEHT! Das klingt wirklich sehr gut! DANKE!

Denn so habe ich und ich könnte mir vorstellen die anderen in mir, doch Angst vor beiden Seiten!

– keine Ahnung was die denken oder fühlen, ob sie fühlen? aber ich möchte bitte zuerst mal schlafen! Irgendwo wo es SICHER ist! Mich ausruhen! Nichts, keine Männer! Keine Folter nur schlafen bitte!

– das Problem, Sie, Ihre Vorstellung ist, dass ich es wem anders erzähle.? Möchte kein Feigling sein, aber das kann ich nicht. Es Ihnen zu schreiben, obwohl ich dachte es wäre nur ein Traum, hat soviel Kraft gekostet. Sie glauben Menschen sind nicht böse, aber sie haben nicht recht. Habe es zu oft erlebt, mich anvertraut...☹☹☹ bitte nicht! Ihnen schreibe ich...

– meine Vorstellung... Es hört einfach auf! Sofort! Mir ist klar das das nicht geht...
Nele

17.6.

Ok, das soll unsere Vereinbarung sein: ES GEMEINSAM HERAUSFINDEN. Ich verstehe, daß es höchstens so gehen kann. – Ihr habt ganz andere Erfahrungen von der Welt als ich. Vielleicht können wir eine Brücke schlagen... über die ihr dann in die Freiheit gehen könnt.

"Es hört einfach auf", das geht nicht, nein.

Ihr müßt viel lernen – aber ich muß wohl genausoviel lernen.

17.6.

Wie kann ich Ruhe finden? Brauche Kraft!

Können Sie denn überhaupt verstehen, dass ich niemandem vertrauen kann?!

Nele

17.6.

Ich kann es mehr und mehr verstehen. Ich habe noch nie mit jemandem zu tun gehabt, der SO viel Schlimmes erlebt hat – und noch immer den Tätern ausgesetzt ist.

Zu Ruhe kann ich dir nicht helfen... Kraft ... der Körper ist auch überfordert durch all das, auch durch den wenigen Schlaf. (Kannst du inzwischen wieder das Essen und Trinken bei dir behalten?)

Ich weiß nicht, womit ich jetzt überhaupt helfen kann. – Fragen beantworten, Sachen erklären-. einfach zuhören, dich und euch ernst nehmen. Mehr nicht, wahrscheinlich.

17.6.

Die werden mich doch wieder holen!

Wird keiner helfen?

Mir ist nur nicht klar wie das geht? Die Tür ist gesichert, durch eine Kette! Wie also können die Schweine rein?

Nele

17.6.

Es gibt ein Ich (oder mehrere), das den Tätern die Tür aufmacht. Ich weiß, daß es ein Kind gibt, das denkt, der "gute Vati" kommt und holt sie ab. (Ich glaube, Gisi heißt dieses Ich.) Es kann auch ein anderes Ich geben, das so viel Angst vor den Tätern hat, daß er aufmacht. – Und vielleicht ruft er auch vorher an und ruft dieses Ich in den Körper.

Es ist wohl immer derselbe eine Mann, der den Körper hier abholt – und dann zu den anderen bringt. Die zahlen Geld dafür.

Weil ihr alle keinen Kontakt miteinander habt, merken es die anderen Ichs nicht, merkst du es auch nicht.

Nele, bitte denk dran, alle Mails hier zu löschen, nachdem du geantwortet hast! Denn dieser Haupttäter kontrolliert das Smartphone.

17.6.

Sie sind da! Verraten mich nicht! Tun mir nicht weh! Das hilft mir doch!

Ich möchte wirklich weiter kämpfen, nicht aufgeben, aber wenn es nicht mal einen Ort gibt, wo ich kurz ausruhen, nur mal schlafen kann...

Wissen Sie, können Sie verstehen, dann will man nur noch verschwinden! Einfach weg sein! Ich stell es mir ruhig vor, friedlich, warm, keiner fasst mich an, alle lassen mich in Ruhe, bin ganz allein, endlich schlafen!

Verstehen Sie mich? Bitte, verstehen Sie...

Nele

17.6.

Kinder im Bett. Dieser Hannes ist zwei. Und schlimmer als ein Sack Flöhe...! Ohje... aber süß ist er...

17.6.

☺

17.6.

Das einzige, was ich mir vorstellen kann, ist, wenn du für eine Zeitlang in der Traumastation der Uniklinik wärst. Dort wart ihr ja schon 2x, und die Ichs, die dort waren, hatten keine schlechten Erfahrungen dort. Die Ärzte haben gesagt, ihr könntet vielleicht eine Zeitlang stationär Therapie machen dort.

Es gibt sowieso eine Entscheidung des Vormundschaftsrichters wegen Amelie, daß ihr (also Merle) eine Therapie machen muß. – Die Oberärztin dieser Traumaabteilung ist eine wichtige Traumatherapeutin.

Das wäre eine Möglichkeit, für eine Zeitlang auszuruhen von den Tätern.

Was anderes fällt mir nicht ein.

Wird keiner helfen?

17.6.

Ja, ich versteh dich, daß du weg sein möchtest. Weg sein geht allerdings nur durch sterben.. dann ist der Körper tot und mit ihm alle Ichs.

17.6.

Ja, aber dann ist doch endlich vorbei!

Überlegen Sie mal, ich habe doch eine Familie? Brüder, eine Schwester, eine Mutter! Wo sind die? Keiner bemerkt etwas! Wenn diese Schweine mich haben, Stunden oder Tagelang! Wen also juckts schon? Außer wahrscheinlich die Männer. Sie sagten, eigentlich bin ich bereits erwachsen. Es hat doch nicht aufgehört! Nie! Selbst als der Vater starb nicht!

Sie sagen in eine Klinik. Sie hören mir nicht zu. Wie soll ich an so einem Ort zur Ruhe kommen können, wo ich keinem trauen kann, Angst habe!?

Vermutlich geht's Ihnen jetzt wie meinen Lehrern, den war ich auch zu anstrengend und zuviel!?

Ich möchte, Nein habe sogar richtig Angst etwas falsch zu machen, aber ich kann das nicht!

Nele

17.6.

Deine Familie ist verstreut, ich hatte dir das glaub ich mal geschrieben, wo sie sind. Merle hat nur mit Peter zu tun – und die Mutter gehörte wohl auch zu den Tätern, damals.

Nein, es hat nie aufgehört. – Und die Täter haben dich/euch von allen anderen Menschen isoliert, weil sie euch eingeredet haben, alle Menschen sind böse. Dadurch habt ihr zuletzt nur noch Kontakt mit den Bösen gehabt, die zum Kreis der Täter gehören.

Ich höre dir schon zu, Nele. Ich weiß, was du wegen Klinik gesagt hast. Aber ich hab dir gesagt, daß ANDERE ICHS gute Erfahrungen dort gemacht haben.

Nein, du und ihr seid mir nicht zu anstrengend. Mach dir dreshalb keine Sorgen. Aber ich muß natürlich LERNEN.

17.6.

Wissen Sie, das klingt für Sie bestimmt dumm, vor allem aus dem Mund eines Kindes... ich kenne Sie nicht, nur vom schreiben her, aber wie Sie schreiben, kann ich fühlen, dass Sie ein lieber Mensch sein müssen. Ein Mensch, der niemals anderen weh tun würde! Keine Ahnung warum, aber Ihnen vertraue ich. Das ist blöd, naiv. Oder? Denn wie gesagt, ich kenne Sie nicht mal!

Nele

17.6.

Danke! Ja, ich bemü mich.. aber ich hab auch schon viele Fehler gemacht im Leben, Menschen weh getan – ohne es zu wollen. Aber ein Kind bist du nicht. Du hast mehr Klarheit und Reife als viele Erwachsene. Alles ist ernst bei dir, nichts ist oberflächlich; wie es bei vielen Erwachsenen ist.

Jemandem wehtun geschieht manchmal, ohne es zu wollen. Wegen einem Mißverständnis. Weil wir Menschen einander manchmal nicht verstehen, oder nicht gleich.

Wird keiner helfen?

17.6.17

Das mag sein und auch passieren. Aber diese Art wehtun meine ich NICHT!

Neben dem wie ich diese elende Schweine los werde, überlege ich ständig, warum das passiert. Wenn ich Amelie sehe, sie denkt ja ich wäre ihre Mama, sie ist glücklich und ich fühle ihre ganze Lebendigkeit. Es ist schön sie einfach zu beobachten. Ich kann nicht verstehen, warum die mich nehmen!? Was an mir falsch ist! Was mich so billig macht! Bin ich so viel dümmer, als die anderen? Es geht nicht in meinen Verstand, wie Menschen, Kinder wie Scheiße, wie Dreck, wie Abfall behandeln, benutzen können? Ständig stelle ich mir die Frage, was ich gemacht habe? Zu böse war?

Blöde schon klar, aber wäre jemand wie Sie da gewesen...????

Aber nein! Ich bin schon immer allein! Sie sehen, nicht mal meine lieben Eltern hat's gejuckt...!☹

Nele

17.6.

Hannes nach dem baden, in Amelies Bademantel... schon süß... Oder?

Nele *[foto]*

17.6.

Warum es passiert? Weil du leider EXTREMSTES Pech hattest mit deinen Eltern. Weil du Eltern hattest, die in extremster Weise seelisch zerstört waren. Und weil es leider noch viele andere Menschen gibt, die extrem seelisch zerstört und verbrecherisch sind. – – – Es hatte mit dir nichts zu tun, gar nichts. Du warst ein Baby mit allen guten Fähigkeiten, und wärst du nach der Geburt zu anderen Eltern gekommen, wäre alles anders geworden.

Und trotzdem ist das Gute, der ursprüngliche gute Kern, in dir bewahrt geblieben. Ich spüre ihn in dir und allen anderen Ichs. Nichts, nichts, nichts ist falsch an dir.

Ja, ein ganz und gar süßes Kind ist er! ☺

Nele, ich möchte jetzt bald aufhören mit schreiben, noch einen Spaziergang machen und dann ins Bett gehen. Morgen bin ich tagsüber wieder da, allerdings hab ich morgen nacht Nachtdienst, bin dann ab ca. 19h nicht mehr am Rechner.

Aber bis nach dem Spaziergang lass ich den Rechner noch an, und antworte noch, falls noch was von dir kommt.

17.6.

Es ist nett Wie und Das Sie das sagen, aber so wie diese Männer mit mir umgehen, wie die mit sprechen, was die zu mir sagen, wie die mich benennen, muss es etwas mit mir zu tun haben! Manchmal sagen die etwas gutes, aber das tun die nur damit ich lieb bin, die mir ihren Schwanz in den Mund stecken können! Weil die mich bumsen wollen! Niemand sagt was liebes zu mir weil er es ehrlich meint!

Danke...

Eine gute Nacht für Sie.

Nele

Wird keiner helfen?

17.6.

Es hat mit dir nur insofern zu tun, als du dich nicht wehren kannst – durch die Angst in dir und den anderen Ichs, durch vielleicht auch K.o.-Tropfen, die dich lähmen. Jeden Menschen, jede Frau, jedes Mädchen, die so hilflos wäre, würden sie auf diese Weise benutzen. Nur das hat es mit dir zu tun. Und diese Hilflosigkeit ist nicht deine Schuld, sondern die wurde durch die Täter seit deiner frühen Kindheit hergestellt. Zuerst durch deinen Vater, dann durch die anderen Täter. Sonst hat es garnichts zu tun mit dir. – Wenn du befreit wärst von den Tätern, müßtest du zwar auch noch lange Therapie machen, um die Erinnerungen, die Flashbacks aus dir rauszubringen, aber dann könntest du eine Frau sein, die frei ihr Leben lebt.

Bitte denk dran, alle Mails zu löschen!!!

Ich wünsch dir, daß du schlafen kannst!

Mondrian

17.6. 23:53

"Zuerst durch den Vater". Stimmt nicht ganz.

"Eine Frau sein". Oh nein! Da haben Sie nicht recht! Niemals werde ich eine Frau sein! Ich werde für immer das sein was ich bin, eine Hure, Schlampe, Stück Scheiße, Dreck, Nutte, Fickfetzen, Bitch, Flittchen, Vögelvotze.... !!!!

Niemals werde ich mich berühren lassen können ohne zusammenzuzucken, ohne kotzen zu müssen, ohne innerlich zu schreien! Werde immer Angst haben!

Sie haben es mir erklärt, ich sehe nicht aus wie ein Kind, kann es mir zwar nicht vorstellen...

weiß auch nicht ob es das besser oder schlechter macht? Aber können Sie sich vorstellen wie es ist, einfach draußen zu laufen, nichts zu tun und ständig werden Sie von so blöden Männern angestarrt! Die schauen nicht einfach nur, die starren, die Augen sind wie bei den Männern! Schauen so gierig, genau so, wie wenn die anfangen mich zu ficken! So ein gieriger Blick, als ob die mich besitzen würden, als ob ich denen wäre. Weiß nicht wie ich sagen soll, hoffe Sie verstehen was ich meine.? Das macht mir eine unvorstellbare Angst, lähmende Angst!

Angst raus zu gehen.

Dieses Gefühl sich verstecken zu müssen, zu wollen, immer, ständig aber wo? Wo nur? Es gibt keinen Platz der sicher ist! Und doch will ich mich ständig verstecken...

Mal eine Frage, aber bitte ganz ehrlich, sonst nicht beantworten.

Denken Sie wirklich, das wir mal ein "normales" Leben leben werden? Ohne Schmerz, ohne Angst.

Nele

18.6.

Guten Morgen, Nele,

jetzt will ich auf deine Mail von gestern abend antworten. – Du schreibst, der Vater war nicht der erste. Also gab es noch vorher jemanden? Magst du mir etwas davon sagen?

Dann das "Frau" sein. Kein weiblicher Mensch, der so behandelt wird wie du, kann sich noch vorstellen, "Frau" zu sein in guter Weise. Trotzdem: du bist all das Schlimme nicht! Dieser ganze

Wird keiner helfen?

18.6. 06:04

Hallo Mo,

Ich weiß du redest nicht mehr mit mir. Verstehe schon zu wissen was die mit mir machen das ekelt dich an genau wie mich! So sehr hatte ich auf deine Hilfe gehofft. Doch vertrauen ist falsch. Wissen ist falsch! Es entfremdet nur! Die kleine wird für vier Wochen weg sein das kann ich nicht aushalten einfach nicht ertragen! Kann nirgendwo hin keinem trauen kein Platz ist sicher bin allein. Du bist eh bereits enttäuscht von mir also ist es egal. Ja womöglich bin ich jetzt feige aber ich werde weg gehen... bin so müde muss schlafen einfach nur schlafen! Gern würd ich noch DANKE sagen aber es ist egal es bedeutet dir nichts...

Doris

18.6.

Hallo Doris,

wieso soll ich mit dir nicht mehr reden? Ich hatte auf deine letzte Mail geantwortet, daß wir tagsüber wieder mailen können – aber dann kam nichts mehr von dir. Dafür hab ich viele Mails gewechselt mit Nele, die auch 12 ist wie du. (Ihr solltet Kontakt miteinander aufnehmen, ihr würdet euch sicher gut verstehen!)

Ich weiß, daß die vier Wochen schwer sein werden. Ich könnte mir nur vorstellen, daß du dich an die Uniklinik, die Traumastation wendest (mithilfe deines Arztes) – so, wie es auch über Ostern war und unlängst an diesem Diagnose-Tag. – Leider gibt es Befreiung nur, wenn du (und die anderen) sich an Helfer außerhalb wendest. Ich kann nur Hinweise geben, aber ihr müßt selbst außen sagen, daß ihr Hilfe braucht. Du hast es ja das letztmal in der Uniklinik gemacht, glaub ich.

Weißt du, ob sie von dort schon einen Bericht geschickt haben – wie es weitergehen kann?

Kannst du deinen Arzt fragen (er kriegt ja den Brief zuerst)?

Ich hab dich nicht vergessen und hab keine schlechte Meinung auf dich. Kein Ekel, nichts dergleichen! Im Gegenteil.

Aber ich allein kann nicht helfen! Ihr müßt etwas tun nach außen.

Mo

18.6. An Tim

Hallo Tim,

danke, daß du mir geschrieben hast. Ich weiß, daß es leider viel Ärger gibt wegen mir. Aber euer Leben ist doch auch ohne mich nicht schön. Ich kann mir vorstellen, daß es besser wäre ohne diese Männer, die den Körper immer weiter zerstören.

Wie siehst du das?

Mondrian

Wird keiner helfen?

18.6. 7:23

Guten morgen Herr Mondrian,
gestern in einer Mail sagten Sie, "ein Kind bin ich nicht". Wenn Sie das so sagen verunsichert es mich. Denn ich dachte Sie glauben mir. Ich habe verstanden, Sie sagen ich wäre erwachsen, aber das bin ich nicht! Ich sehe im Spiegel ein Kind und fühle mich auch so. Das was mich ärgert, wenn Sie mir nicht glauben, wie sollen wir GEMEINSAM EINEN WEG AUS DEM GANZEM SCHEISS FINDEN? ????

Verstehen Sie?
Nele

18.6.

Hallo Nele,
ich hab schon verstanden, daß du dich als 12jährige siehst. Ich hatte das Gefühl, du meinst mit dem Satz "vor allem aus dem Mund eines Kindes", daß du denkst, ein Kind ist weniger wert als ein Erwachsener. Als ich geschrieben habe, "du bist kein Kind", hab ich gemeint, daß du mehr kannst und weißt als viele Erwachsene – das hab ich aber auch hingeschrieben!
Aber auf der anderen Seite hatte ich dir schonmal gesagt, daß der Körper weitergewachsen ist. Der Körper ist erwachsen – und das Bild im Spiegel ist dein inneres bild, deine Erinnerung an deinen Körper damals. Ich kann dir hier im Anhang ein Foto schicken, das dich (deinen Körper) heute zeigt. So sehen Menschen dich heute.
Es geht nicht um "glauben" oder "nicht glauben". Wir Menschen müssen miteinander reden und einander Sachen erklären. Niemand weiß alles richtig – ich nicht und du nicht. Und manchmal braucht es ein bißchen länger, bis Menschen einander verstanden haben!

18.6.

Nein! So ist es doch nicht! Der ganze Dreck ist in mir! Die alle, die so etwas mit mir machen, machen mich zu dem was ich jetzt schon bin! Verstehen Sie nicht, dass geht nicht wieder aus mir raus! Nie mehr!
Ja, Sie haben die Frage ehrlich beantwortet, aber doch so, dass sie am Ende nichtssagend ist... 😊
vermutlich gibt es keine Antwort.?
Dennoch bin ich Ihnen dankbar, dass Sie da sind und trotz das ich anstrengend bin, es bleiben möchten.
Zur ersten Frage... Opa... 😊😊😊
Nele

18.6.

Hallo liebe Nele, ich versteh dich doch. Ja, du spürst den Dreck jetzt in dir. So ist es. Aber trotzdem ist es etwas Fremdes. du bist es nicht. Dreck kann man abwaschen. Dieser Dreck wird sehr schwer abzuwaschen sein – ja. Aber auch er ist abwaschbar. DU bist ANDERS. Du hast all das Gute in dir, von dem die Täter kein Krümelchen haben. Jede Mail von dir zeigt das!
Ich weiß, daß auch dieser Dreck abgewaschven werden kann. Andere haben es auch geschafft.

Wird keiner helfen?

Durch Therapie – und durch gute Erfahrungen mit Menschen.

Du hast recht: es gibt keine eindeutige Antwort auf deine Frage – weil es eben jetzt noch nicht feststeht. Du und ihr seid erst am Anfang des Weges zur Heilung! – Es müssen noch mehr Ichs sich auf den Weg machen, müssen es WOLLEN, so wie du es schon machst, wie Doris es macht, und auch noch eine Siebenjährige und ein fünfzehnjähriger Junge. Es müssen noch mehr Ichs sich auf den Weg machen...

Danke für die Antwort auf meine Frage. ☺ Ja, so ist es oft: es geht von einer Generation zur nächsten.

Bitte denk wieder dran, alle Mails gleich zu löschen!!

18.6.

Ah ok, ich denke jetzt verstehe ich Sie. Sie glauben mir schon, aber halten mich für cleverer als ein zwölfjähriges Kind.

Also ein Kompliment.?

Nele

18.6.

Ja, ein Kompliment. – Und andererseits der Hinweis auf den erwachsenen Körper.

18.6.

Die ganze Zeit überlege ich wie ich denen entkommen kann! Die wissen doch aber alles! Soll ich alles ändern? Die Zeiten von Amelie sind aber eben so... und sie braucht ihre Regelmäßigkeit!

Mir fällt nichts richtiges ein, außer wenn nicht mich, die zu töten!

Nele

18.6.

Leider gibt es aber Anteile, die noch immer nichts etwas gegen die Täter machen wollen. Sie haben zuviel Angst vor denen. Und andere Anteile, die gar nicht wissen, daß es heute noch Tätergewalt gibt! – Du allein könntest dich nicht durchsetzen. Leider ist es ein riesiges Problem, daß ihr Ichs noch gar keinen Kontakt miteinander habt.

Stimmt, Amelie ist das zweite große Problem.

Es gibt meiner Meinung nach nur die Möglichkeit, eine Zeitlang stationäre Therapie zu machen.

In der Zeit hast du und haben alle Ruhe vor den Tätern und ihr könnt über Möglichkeiten nachdenken, aus der Tätergewalt wirklich auszusteigen.

18.6.

Dann gehen Sie aber davon aus, dass andere Menschen Mich verstehen! Ich selbst verstehe noch nicht richtig was genau mit mir passiert! Sie scheinen es zu verstehen, Mich zu verstehen.?

Warum helfen Sie nicht?

Die nächste Frage, wie soll ich denn zu jemanden Kontakt bekomme, von dem ich gar nichts weiß. Oh man, die Frage ist schon verwirrend!☹ Nele

Wird keiner helfen?

18.6.

Nele, ich bin in Berlin, habe eine winzige Wohnung mit meiner Freundin zusammen, verdiene wenig Geld. Ich kann nur mit meiner Erfahrung und meinem Wissen helfen! Und indem ich als Mensch versuche, dir und euch nahe zu sein.

Ich kann dir keine sichere Wohnung verschaffen, ich kann keine stationäre Therapie mit dir machen. Für all das braucht man öffentliche Stellen, Ämter, Behörden, ein Traumakrankenhaus, das Sozialamt (irgendwo muß ja das Geld herkommen!) usw. – und zwar dort bei euch, nicht hier in Berlin. Auch dazu kann ich beitragen, indem ich Kontakte herstelle. Aber auch das kann ich nur, wenn ihr es wollt.

Zu Innenanteilen Kontakt zu bekommen geht, indem du nach innen rufst – dir vorstellst, da ist jemand, du rufst in Gedanken. Oder wenn du in deinem Kopf Stimmen hörst, dann sind das solche anderen Ichs. Dann kannst du fragen, wer bist du, ich möchte mit dir reden! So etwa. – Ich weiß, es ist schwer, weil ihr das all die Jahre nicht geübt habt. Aber es geht. Und ich sag es auch allen anderen Ichs. Ihr müßt es probieren, immer wieder... mehr kann ich von außen auch nicht machen.

18.6.

So hatte ich es nicht gemeint. Ich verstehe Sie!

Das mit dem Kontakt werde ich natürlich versuchen...

Nele

18.6.

ok!

18.6.

Hannes war weg! Habe ihn gesucht bis Amelie mir sagt, er wurde doch von Peter abgeholt!

????

Ich komm da nicht mit. Wie funktioniert das? Warum merke ich das nicht? Das macht mich verrückt! Hab doch schon genug Angst!

Nele

18.6.

Nele, es gibt bestimmte Ichs, die zuständig sind für den Kontakt mit Erwachsenen der "normalen Welt". Das sind vermutlich Ichs, die garnichts wissen von Tätergewalt und ganz unbefangen den normalen erwachsenen Alltag absolvieren können. Also auch mit Peter Kontakt halten, oder zum Arzt gehen. – Und die wechseln dann manchmal nur für ganz kurze Zeit in den Körper (also nach außen), schieben dich nach innen, und gehen hinterher wieder weg (nach innen). Das ist bei Menschen, die Viele sind, an sich ganz typisch. Natürlich wäre es besser, ihr würdet das miteinander absprechen können.

Wird keiner helfen?

18.6.

Na aber wenn solche Ich's da sind, die auch nichts davon wissen, dann sollte vielleicht besser verschwinden?

Das erklärt mir aber noch nicht, wie es funktioniert. Und vor allem, Das alles funktioniert!
Nele

18.6.

Ich versteh dich nicht. Was soll verschwinden?

Was meinst du mit funktionieren? – Wie das Viele Sein funktioniert, das wissen die Wissenschaftler auch erst seit ein paar Jahren. Es ist nicht so einfach zu erklären, denn es hat mit der Biologie des Gehirns zu tun.

Aber vielleicht hab ich deine Fragen jetzt nicht richtig verstanden.

18.6.17

Na ich! Wenn es genügend Ich's gibt die erwachsen sind und den ganzen Scheiß nicht wissen, dann können die doch besser leben!

Ja richtig. Wie das ganze funktioniert? Wieso ist Amelie zum Beispiel trotzdem so ein wundervolles Kind? Wie geht das? Wie läuft das alles ab? Das Leben von "mir" scheint ja irgendwie so gut zu funktionieren das keiner was bemerkt! Ja nicht mal der Papa von Amelie. Wie? WARUM?

NELE

18.6.

Es sind nur ein paar Ichs. Das sind die, die heutzutage im "normalen" Alltag funktionieren, damit niemand etwas merkt! In erster Linie ist es die erwachsene Merle, die sich als Mama von Amelie fühlt.

Aber, Nele: es nützt doch nichts – denn dieses gut funktionierende Außenleben ist doch eine Lüge! Es gibt Dutzende von Ichs, die schrecklich leiden, nicht nur du. Und der Körper wird mehr und mehr zerstört.

Mal abgesehen davon, daß nicht einfach ein Anteil verschwinden kann. Verschwinden könnten nur ALLE, also, wenn der Körper tot ist. Dann sind auch alle Ichs tot.

Amelie ist für viele Ichs das Wichtigste auf der Welt. Das hat sicher mit deinem Baby zu tun, das sie dir damals weggenommen haben. Deshalb geben jetzt viele Ichs alles Gute, das sie haben, an Amelie. Amelie bedeutet wohl für viele in dir die Hoffnung, daß es doch ein gutes Leben geben kann.

Du weißt ja, daß es in deinem/euren ganzen Leben die Tätergewalt gab. Dadurch hat sich eurer System von Ichs so organisiert, daß es eben auch wirklich gut funktioniert. Nach außen.

Ich sehe bisher diese Gruppen von Ichs:

- a) Es gibt ein paar Ichs, die die äußeren Kontakte mit Menschen übernehmen, auch als Mama von Amelie. Ich weiß nicht, wieviel sie von den Tätern wissen.
- b) Es gibt einige Ichs, die das ganze Schreckliche aushalten müssen, das Leid.

Wird keiner helfen?

- c) Es gibt Kinder und Jugendliche innen, die voller Wut und Verzweiflung sind, weil niemand hilft (natürlich sind sie gegen die Täter)
- d) Es gibt auch welche, die an die Täter glauben
- d) Es gibt innere Beschützer, die auf das ganze System aufpassen, für Notfälle, aber nicht nach außen kommen können. (Eine von denen hat mich zu allererst angesprochen und um Hilfe gebeten.)
- e) Und dann gibt es jetzt neuerdings ein paar wenige Ichs, die weiterlernen wollen, die viel mit mir zu tun haben und Auswege suchen. Die eine Brücke schlagen zwischen den Erfahrungen mit den Tätern, der Innenwelt und der Außenwelt. Eine davon bist natürlich du.
- f) Es gibt wohl auch Ichs, die gar nichts von dem Bösen mitkriegen oder wissen. Wurde mir jedenfalls gesagt.
- g) Vielleicht gibt es noch andere Gruppen. Ich möchte sie gern auch kennenlernen!

18.5.

Ok danke für diese Erklärung, dass kann ich verstehen. Wie aber organisiert sich das alles?

Wer ist der "Chef"?

Und noch etwas, wenn es Ich's gibt die von allem gar nichts wissen, woher soll ich wissen was wahr ist? Vielleicht ist denen ihr Erleben wahr? Meins doch nur ein blöder Traum!

Nele

18.5.

Das alles hat sich seit der Kindheit selbst organisiert. Jeder Mensch (jedes Baby) versucht, sich möglichst wohl zu fühlen. Und in einer äußeren Situation, die extrem schlimm ist, entwickeln wir uns eben anders. – Das Dissoziieren (also das Aufteilen von Erinnerungen und von Ichs) ist ein Schutz vor Überforderung.

Alle Menschen "spalten etwas ab", wenns ihnen zuviel wird. Und wenn das Leben so extrem zuviel, zu schlimm ist, wird eben vieles abgespalten (dissoziiert). Die verschiedenen Ichs tragen alle nur Teile des Lebens.

Nein, einen Chef gibts nicht. Stell dir vor, wie eine Pflanze wächst, ein Baum oder ein Busch: es entstehen immer mehr Äste und Zweige und einzelne Blätter. Aber alle kommen sie aus einem Keim, einer Wurzel.

Bei einer Pflanze reicht das zum Weiterleben, aber bei uns Menschen wird sowas schwierig, weil Menschen viel mehr eigenes Leben haben. – Und deshalb ists bei Menschen, die Viele sind, gut, wenn die Ichs lernen, einander irgendwann kennenzulernen, also wie wenn die Äste lernen würden, daß sie alle zu einem Baum gehören. Dann können sie zusammenarbeiten, sich abstimmen, ergänzen.

Die Frage, ists Traum oder wirklichkeit? ist richtig. Stimmt schon: diese anderen Ichs, die nichts von der Gewalt wissen, würden protestieren, wenn ihnen jemand sagt, was da geschieht. Es dauert, bis sie es lernen.

Aber diese Frage, ist es echt oder träume ich, die kann sich jeder Mensch stellen, ich auch. Das muß jeder für sich entscheiden. Es läßt sich nicht beweisen, weil keiner von uns von außen draufgucken kann.

Wird keiner helfen?

18.6.

Darf ich Sie etwas fragen? Auch wenn die Frage vielleicht blöd für Sie ist. Sie sind so klug, wissen so viel...

Nele

18.6.

Es gibt keine blöden Fragen, höchstens blöde Antworten! ;-)

18.6.

Ich hab doch nichts dummes gesagt?? Natürlich kannst du immer fragen!!

Mondrian

18.6.

Das kann ich alles verstehen. Nur DAS letzte nicht...

"Aber diese Frage, ist es echt oder träume ich, die kann sich jeder Mensch stellen, ich auch. Das muß jeder für sich entscheiden. Es läßt sich nicht beweisen, weil keiner von uns von außen draufgucken kann."

Wenn Sie das so sagen, dann kann es also ebensogut sein, dass ich gar nicht mehr lebe? Mein Leben "so" verlaufen wäre?

Die mich damals als ich noch viel kleiner war, alle schwarzen Männern mich doch getötet haben?
???

Nele

18.6.

Ich bin natürlich überzeugt davon, daß ich lebe – aber ich habs einfacher, weil ich den Überblick habe über mein Leben, von Anfang an, und hier in der Wohnung vieles ist, was dazugehört, und ich Menschen kenne, die mich kennen usw. – Aber trotzdem weiß ich: beweisen kann ich es nicht. Denn auch Träume kommen mir ja echt vor, bis ich aufwache.

Aber für dich ist es sicher viel schwerer, weil du diesen Überblick über dein ganzes Leben nicht hast, sondern das alles zersplittert ist in viele Ichs.

Ich traue mich aber, dir zu sagen: du lebst sicher! Denn all das, was ich seit Februar von euch, den Ichs von Merle Müller, mitkriege, all die Mails, das ist so viel Leben – wenn das nicht echt wäre, dann könnte ich auch nicht echt sein. Ich bin aber überzeugt, daß ich echt bin. Also!

Ich glaube, das ist aber für dich und euch ein wichtiges Thema. Denn: ihr hattet ja doch vor allem mit den Tätern zu tun. Und in der Welt außerhalb habt ihr wenig Erfahrung. Nur ein bißchen, z.B. über Amelie. Auch deshalb ist es wichtig, wenn jemand von außen da ist, der sagt: Ja, Nele, du lebst. Ich krieg dich mit. Du bist ein Mensch, den ich mag, den ich ernst nehme usw.

18.6.

Gut zu wissen! ☐

Wozu braucht man Sex? Was ist der Sinn von Sex? Welchen nutzen hat Sex? Nele

Wird keiner helfen?

18.6.

Sexualität ist ursprünglich nur das, was in der Natur entstanden ist und wodurch die Lebewesen sich vermehrt haben. Aber bei den Menschen ist mehr draus geworden – weil wir Menschen das Bedürfnis haben, Kontakt miteinander zu haben. Dadurch hat Sexualität eine größere Bedeutung bekommen. Einerseits im Sinne von "viel Nähe" und "Liebe" – und andererseits im Sinn von "Macht über andere haben".

Mehr läßt sich dazu nicht allgemein sagen, über Sinn und Nutzen. Von den Menschen hat jeder einzelne sein eigenes Verhältnis zu Sexualität – aus vielen Gründen.

18.6.

Ok! Doch mit Nähe und Liebe hat das doch nichts zu tun! Ich versuche zu verstehen warum diese Männer das mit mir machen, mit all diesen Bezeichnungen! Möchte verstehen warum die quälen und foltern, nur um mich ficken zu können! Was in diesen Männern vorgeht? Einige haben Familie, selbst Kinder! Warum also? Geht es dabei nur um diese Gier in deren Augen? Nele

18.6.

Nele, ich weiß, du kannst es dir nicht vorstellen, aber Sexualität kann schon was mit Nähe und Liebe zu tun haben. Bei den meisten Menschen hat es damit zu tun, vermute ich,. Leider haben wohl alle Menschen verschiedene Seiten. Es gibt leider viele Männer, die einerseits Frauen und Kinder haben (und die vielleicht sogar lieb haben), und trotzdem zugleich Sexualität in schlechter Weise leben. Mit anderen.

Ich verstehe natürlich, daß jemand, der Sexualität nur so schrecklich und zerstört erlebt hat wie du, sich nicht vorstellen kann, daß Sex auch gut und schön sein kann. Aber es nützt auch nix, wenn ich lüge und dir einfach recht gebe. Es ist eben nicht so einfach..

18.6.

Gut, das habe ich alles verstanden. Aber wozu genau machen diese Männer das mit mir? Was soll daran schön sein? Wenn manche doch sogar eine eigene Frau haben! Das begreife ich nicht! Nele

18.6.

Ich hab doch gesagt, für manche Menschen bedeutet Sexualität MACHT, Macht über andere Menschen – wo sie die Stärkeren sind. Und wenn solche Menschen (meistens Männer) besonders zerstört sind in ihrer Seele, dann suchen sie sich solche Möglichkeiten.

Sie fühlen sich groß und stark und gut, wenn sie all das machen.

Frag mich nicht, wieso es so ist. Ich weiß nur, daß es Menschen gibt, die so sind! Ich hab solche Gefühle nicht in mir – deswegen kann ich dir das auch nicht genauer sagen..

18.6.

Entschuldigung!

Wird keiner helfen?

18.6.

Amelie ist weg! Sie wurde wohl vom Papa abgeholt. Aber genau das verstehe ich nicht. Wenn ich dann weg bin, dann kann doch natürlich jeder mit mir machen was er will! Wie kann ich das denn stoppen?

Nele

18.6.

Wieso Entschuldigung?? Du hast doch nix Falsches geschrieben!

Ja, das ist mit Amelie wie vorhin mit Hannes. Da war schnell mal ein anderes Ich draußen, das zuständig ist für diese Erwachsenenkontakte – und du hast es nicht gemerkt. Du kannst lernen, sowas wenigstens teilweise zu lernen – und es ist auch möglich, daß ihr euch innen absprecht, und niemand mehr deshalb irritiert ist. (Andere Multis machen sich zu diesem Zweck Stundenpläne, und vereinbaren, wer wann draußen ist!)

18.6.

Ja, genau das meinte ich: Die Täter rufen einen Anteil heraus, der denkt, die Täter sind lieb (ein Kinderanteil hat mir mal geschrieben: "gleich kommt Vati, der ist lieb!"), oder andere Anteile, die sehr viel Angst haben – und der Körper geht mit.

Deswegen sag ich immer, wie wichtig es ist, daß ihr lernt, miteinander Kontakt zu haben. Daß ihr sowas überhaupt erstmal merkt!

Erst dann kann über Auswege nachgedacht werden.

18.6.

Sie sagten doch, ES GEMEINSAM HERAUSFINDEN! Aber Sie sagen immer dasselbe. Sie scheinen in dieser Hinsicht mein Problem nicht zu verstehen.?

KONTAKT HEFTE STUNDENPLAN

MIT WEM DENN? wie soll das gehen? Ja, ich höre Stimmen, aber es mehr wie Chaos, wie in einem Bahnhof... nichts ist zu verstehen! Ich soll mit etwas In mir in Kontakt kommen, was ich nicht kenne, und das obwohl ich mir meiner selbst nicht mal bewusst bin. Verstehen Sie es nicht als Ablehnung, oder als nicht wollen. Ich muss es doch aber vorher verstehen!

Sie sagen, Sie haben viel aus Büchern, doch ich bin kein Buch! ... von anderen Patienten, doch ich bin nicht die anderen! ... von anderen Therapeuten, doch mit denen rede ich nicht!

Ich schaue Nachrichten... so viel, wirklich Schlimmes passiert auf der Welt. Doch am Ende kann man doch diese Menschen auch nicht miteinander vergleichen... ?

Sie haben mich noch nicht gefragt, was ich eigentlich möchte. Oder geben das auch Bücher vor?

Nele

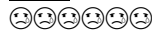
18.6.

Nele, du solltest auch ein bißchen Geduld haben. Ich bin kein Automat, aus dem du die Antworten nur perfekt rausholen kannst. – Ich sage deshalb "immer wieder das gleiche", weil du vieles noch nicht verstanden hast, da versuche ich, es nochmal mit anderen Worten zu sagen.

Wird keiner helfen?

Ich hab dir heute seit früh eine Mail nach der anderen beantwortet, jetzt möchte ich erstmal aufhören und noch was anderes machen. – In einer Stunde muß ich zum Nachtdienst. Morgen bin ich wieder da!
Bis dann, Mondrian

18.6.



18.6.

Habe Angst! Kann diesen ganzen Scheiß nicht verstehen! Wie also soll ich mich schützen? Kann mich ja nicht mal vor mir selbst schützen!
Aber ich kann Sie sehr gut verstehen... ich bin doch allen zu anstrengend.... !
Trotz Sie arbeiten müssen, eine gute, ruhige Nacht für Sie...
Nele

18.6.

Bißchen Geduld haben, Nele! Es geht wirklich nicht alles so schnell – – und ich hab noch nie im Leben so viele Mails hintereinander geschrieben wie seit Februar mit euch allen! Immer zwischen meiner sonstigen Arbeit hier in der Wohnung. (Wissen Sie, es sind 600 Seiten zusammengenommen.) Ach, jetzt hab ich "Sie" geschrieben, da siehst mal, wie ernst ich dich nehme.
Also, sei mir nicht böse. Ich war etwas sauer, geb ich zu. Es tut mr leid.
Aber ich bleibe trotzdem am Ball, ja?
Morgen weiter!
Mondrian

Facebook:

20.6. 21:10

Mondrian,
alles Liebe und Gute zum Geburtstag!
Amanda

20.6. 22:27

Entschuldigen Sie, ein Anteil im Außen der nicht weiß, Nora zwölf. Findet nicht Heim. Weiß nicht wohin... wir versuchen bereits die ganze Zeit einen anderen Teil rauszubekommen...
Würden Sie, bitte, nur ganz kurz helfen können? Bitte...
Amanda¹⁷⁴

¹⁷⁴ Daß eine Teilpersönlichkeit, meist eine Beschützerin, kurz ins Außen kommt, um etwas zu regeln, jedoch nicht für länger im Körper bleiben kann, und auch nicht direkt mit demjenigen Anteil, der im Außen ist, kommunizieren kann, kommt häufig vor bei Menschen mit DIS, wenn noch nicht viel Co-Bewußtsein zwischen den Anteilen möglich ist. Bei einer anderen Betroffenen hat mich eine Beschützerin nachts häufig angerufen, damit ich eine andere Persönlichkeit per Telefon aus dem Flashback rufen konnte. Sie selbst konnte es (noch) nicht.

Wird keiner helfen?

Mails:

21.6. 7:29 Für Nora

Hallo, hallo – hier ist Mondrian!

Bist du Nora? Kann ich dir helfen oder kommst du klar?

Gruß Mondrian

21.6.

Wer bist du?

21.6.

Hallo Nora, ich bin ein Helfer. Bin in Berlin, also weit weg von dir, und andere haben mir geschrieben, daß du gestern nacht nicht allein nachhause gefunden hast. Aber ich hab erst jetzt heute früh die Mails gelesen.

Mondrian

21.6.

Nein! Ich will nicht wieder zurück! Weiß nicht wohin

21.6.

Bist du immernoch auf der Straße?

Du hast eine eigene Wohnung! – Die Adresse ist (...). An der Tür steht Merle Müller (das ist auch dein Name).

Ich kann dir eine Extramail schreiben, die kannst du Leuten auf der Straße zeigen, damit sie dir helfen, hinzukommen, ok?

21.6.

Ja

Nein ich bin doch ein Kind!

21.6.

Nora, es ist schwer zu erklären, wieso Merle Müller an der Tür steht. Aber es stimmt wirklich – das ist deine Wohnung. Du hast sicher den Schlüssel in der Tasche.

Wieso ich das alles weiß, ist schwer zu erklären. Es gibt andere, die dir helfen wollen, gegen die Männer, von denen du kommst. Sie haben NICHTS mit den Männern zu tun. Und die haben mir geschrieben, daß ich dir jetzt helfen soll und etwas erklären soll.

21.6.

Woher weißt du das?

21.6.

Bin dort

Wird keiner helfen?

21.6.

Gut! ☺

Facebook:

21.6. An Amanda

Hallo Amanda, der Geburtstagsgruß war eine schöne Überraschung!! –
Ihr könnt ab 27.6. in die Uniklinik gehen! Sie schicken eine Einweisung, auch ein Brief von mir ist zur Sicherheit im Briefkasten. Vermutlich braucht ihr eine Überweisung vom Arzt, wie das letztmal.

Gruß Mondrin

21.6. Nora

Ich bin hier falsch! Woher kennst du mich? Wird man mich hier finden?

21.6.

Hallo Nora, du bist wirklich richtig hier. – Es gibt vieles neu zu lernen für dich. Das erste ist, daß du lange Zeit sowas wie geschlafen hast. Und in der Zeit ist das Leben außen weitergegangen. Jetzt bist du aufgewacht, und du kennst vieles noch nicht.

Ich kenn dich nicht, aber andere, die zu dir gehören, haben mich gebeten, dich zu unterstützen. Ich hoffe, daß dich hier niemand findet. Aber wir suchen noch nach einem besseren sicheren Ort.
Mondrian

21.6.

Wirst du mich verraten?

21.6.

Und Nein habe nicht geschlafen bin sehr müde

21.6.

Nora, ich werde dich nicht verraten!!!

Ich glaub dir, daß du sehr müde bist. – Das mit dem "lange geschlafen" erklär ich dir später. Versuch jetzt erstmal dich auszuruhen!

Mondrian

21.6.

Mein Vater wird mich suchen bin schon oft weggelaufen! Er wird mich finden! Kann nicht ausruhen!

Wird keiner helfen?

21.6.

Dein Vater lebt nicht mehr. Weil eine lange Zeit vergangen ist. – Aber leider gibt es andere böse Männer. Von denen kamst du grade – sie haben dich freigelassen. Jetzt kannst du erstmal ausruhen!

21.6.

Wo kann ich hin? Mit wem reden?

21.6.

Nora, du solltest dich eigentlich ausruhen. Aber du kannst natürlich auch draußen rumlaufen (wenn du dann wieder zurück in die Wohnung findest). Oder du kannst was essen – essen und trinken ist wichtig, dein Körper braucht Stärkung!

Zum reden ist jetzt niemand da, leider. Nur Mails schreiben kannst du mit mir.

Mondrian

21.6.

Habe Angst!

21.6.

Ja, Nora, das versteh ich. – – Es gibt ein paar Leute, die suchen nach Möglichkeiten, daß du sicher bist. Ich gehöre zu denen. In ein paar Tagen gibt es einen Ort, wo du zumindest für eine Zeitlang Schutz finden kannst.

21.6.

Kann nicht verstehen was passiert? Müde

21.6.

Dann schlaf doch, Nora! Du kannst jetzt sowieso nix anderes tun. Und iß was, trink was, ja?!

21.6.

Das möchte ich. Aber diese bösen Menschen werden mich finden!

21.6.

Du kannst es jetzt nicht ändern, leider. Es gibt Menschen, die dir helfen wollen, aber das geht noch nicht so schnell.

21.6.

Bist du jetzt böse auf mich? Warum bin ich allein? Wo sind alle hin? Warum haben die das gemacht?

Wird keiner helfen?

21.6.

Nein, ich bin garnicht böse auf dich, Nora. Ich kann aber nur jetzt wenig machen!

Du fühlst dich ja als Kind. Aber der Körper ist inzwischen weitergewachsen, und deshalb gehörst du jetzt zu einem erwachsenen Körper, und hast eine eigene Wohnung. Die, in der du jetzt bist. Die Wohnung gehört nur dir allein.

Die anderen? Meinst du die Männer? Die haben dich freigelassen nach dem Bösen, was sie gemacht haben. Aber leider werde sie irgendwann wiederkommen und dich wieder holen. Und dann hinterher wieder freilassen. Leider ist es jetzt nicht zu ändern – hoffentlich bald mal!! Wo die jetzt sind, weiß ich nicht. Warum sie das machen, weiß ich auch nicht genau. Es sind böse Menschen – deshalb. Wir können das nicht verstehen, du nicht und ich auch nicht, weil wir eben keine bösen Menschen sind.

21.6.

Warum denkst du ich wäre erwachsen? Wann werden die mich holen? Dann kann ich doch hier weg gehen! Die habe mein Baby konnte sehen was die gemacht haben! Wo sind meine Geschwister? Haben die meine Geschwister?

21.6.

Nora, du selbst bist noch nicht erwachsen, aber dein Körper ist weitergewachsen. Und in deinem Körper sind noch andere Ichs, manche davon sind schon erwachsen. Ich weiß, es ist sehr schwer zu verstehen!

Du kannst schon hier weggehen, aber wohin? Wir müssen erst sichere Orte suchen. –

Andere haben es mir schon gesagt, was sie mit deinem Baby gemacht haben. Es gibt aber jetzt ein anderes Kind, das in deinem Körper entstanden ist, das lebt und es geht ihm gut. Es heißt Amelie und manchmal kommt es auch hierher, wo du bist.

Deine Geschwister leben alle. Ich glaube, sie sind schon alle frei. Peter kommt manchmal her, die anderen leben woanders.

Nora, ich muß jetzt für etwa eine Stunde etwas anderes machen. So lange kann ich nicht mehr antworten. Aber hinterher geht es wieder.

Denk bitte ans Essen und Trinken!

Mondrian

21.6.

Jetzt?

Du sagst mein Vater ist tot aber er war doch dort hat doch mitgemacht. Habe ihn genau gesehen!

21.6.

Ja, Nora, jetzt bin ich wieder da. (Aber in zwei Stunden muß ich weggehen, weil ich nachts woanders arbeite. Du sollst nicht denken, ich lass dich im Stich. Ich bin dann morgen vormittag wieder hier und kann antworten.)

Wird keiner helfen?

Aber noch bin ich jetzt da.

Nein, es war nicht dein Vater. Ich weiß, daß einer der Männer behauptet, er sei der "Vati". Das ist aber gelogen. Das macht er nur, damit du denkst, es ist noch alles wie früher. Es ist aber nicht wie früher. Es sind jetzt alles fremde Männer. Der Vater hat dich damals an sie weitergegeben für das Böse.

Mondrian

21.6.

Doch er war es! Ich habe es genau gesehen! Er hat mein Baby getötet! Es aufgeschnitten... Ich musste zuschauen.

21.6.

Liebe Nora, der richtige Vater ist wirklich gestorben, vor 2 Jahren. Es ist ein anderer – der hat all die Jahre nur gesagt, er ist der Vater, damit du besonders viel Angst vor ihm hast.

Mondrian

21.6.

Mein Vater ist auch der einzige den ich erkennen kann die anderen haben ihre Gesichter versteckt. Aber alle haben sie es gegessen! ¹⁷⁵

21.6.

Ja, Nora, ich glaube es dir. Ich weiß, daß das solche Menschen sind, Täter – eigentlich keine Menschen! Ich weiß, daß sie sowas gemacht haben.

Aber irgendwann hat ein anderer Mann dir eingeredet, er sei der Vater.

21.6.

Und der wird mich holen?

21.6.

Er hat noch immer Gewalt über dich. Er holt dich immer wieder – und bringt dich dann zurück. Und oft kriegst du das nicht mit, weil du innen im Körper schläfst. Aber dafür ist ein anderes Ich wach und kriegt das Schlimme mit.

Aber es gibt Menschen außen, die dir helfen wollen, damit du befreit sein kannst! Ich gehöre zu denen.

21.6.

Danke

Wie schlafen? Warum bin ich dann so unheimlich müde? Habe die Tiere gefüttert. Werde jetzt weggehen damit der mich nicht holen kann!

¹⁷⁵ Bei Nora verbinden sich Erfahrungen der Kindheit (Babymord) mit der Situation heute.

Wird keiner helfen?

21.6.

Du bist so müde, weil der Körper so müde ist. Er hat die Täter ausgehalten, und dann bist du vermutlich in der ganzen letzten Nacht draußen rumgelaufen, und warst jetzt den Tag über wach. Deshalb hab ich dir gesagt, du solltest dich ausruhen. Und was essen und trinken! Hast du das gemacht?

Du kannst natürlich wieder draußen rumlaufen. Aber du mußt wissen, daß Leute draußen auf der Straße dich als erwachsene Frau sehen – weil so viel Jahre vergangen sind für den Körper.

21.6.

Wie schlafen.. – es ist schwer zu erklären. Es gibt den Körper, aber in dem bist nicht nur du, sondern noch andere Ichs, Kinder und Erwachsene. Es ist immer eine (oder höchstens zwei) zugleich "wach" und fühlt den Körper als seinen (oder ihren) – und die anderen sind innen, das ist sowas wie schlafen.

Wird keiner helfen?

21.6.

????

21.6.

Ich weiß, es ist schwer zu verstehen. Es ist ganz neu für dich. Ich erkläre dir vielleicht morgen nochmal – es geht nicht alles auf einmal zu verstehen.

Ich muß dir gleich nochwas sagen, Nora: BITTE lösche alle die Mails, die wir miteinander geschrieben haben! Und zwar, wenn dieser böse Mann, der sich Vati nennt, wieder kommt, dann kontrolliert er auch das Handy, das Smartphone – und er soll nicht wissen, daß wir Kontakt haben miteinander. Weil er dich dann vielleicht dafür bestraft. Ok? Vergiß es bitte nicht!

Mondrian

21.6.

Warum hilfst Du mir? Warum glaubst du mir?

Schau mal..... die Augen waren total krass!

[Foto von einer Biene auf der Hand]

21.6.

Ja mach ich.

21.6.

Weil ich solche "Menschen" (Täter, Mörder, Verbrecher, Teufel) hasse – und weil ich etwas Vernünftiges auf der Welt machen will. Deswegen helf ich dir und anderen (die in deinem Körper sind) und auch sonst anderen.

Und ich glaub dir, weil ich WEISS, daß solche Täter sowas machen – und andere (die zu deinem Körper gehören) mir vieles davon auch schon erzählt haben. Und ich hab solche Sachen auch in Fachbüchern gelesen – es gibt viele Menschen heutzutage auf der Welt, die WISSEN, daß solche schrecklichen Sachen geschehen.

Welche Augen meinst du? Von der Biene? Ich kann sie nicht so gut erkennen.

21.6.

Ja ich meine die Augen der Biene, wobei ich denke meine Augen sind auch toll☺ (deine kenne ich ja nicht)

Danke für die Hilfe!

21.6.

Ich schick dir mal ein Foto von mir! Hab ich mit nem Spiegel aufgenommen.

21.6.

Oh cool! Danke. Und ich sag du. Entschuldigen Sie bitte.

Wird keiner helfen?

21.6.

Quatsch! Ist doch völlig ok! Fast alle von euch sagen du und ich zu ihnen auch.
Mondrian

21.6. 18:02

So, Nora, ich hör jetzt mal auf mit schreiben, für heute. Morgen bin ich wieder da!
Versuch, auf dich aufzupassen! Und hab Hoffnung – es wird mal besser werden!

21.6.

Ja mach ich. Bitte lass mich aber nicht allein.
Es tut mir leid das du jetzt noch arbeiten gehen musst.
Nora

21.6.

Bin zwar etwas verunsichert aber ich finde du siehst lieb aus.

21.6. 21.51

Jemand kommt hier her bin doch allein keiner wird mir helfen Hab Angst bitte helf

22.6. 8:40

Bitte nicht allein lassen

22..6. 12:05

Warum läst du mich allein? Was hab ich falsches gemacht?

22.6. 13:20

Nora, da bin ich wieder!! – Es tut mir sehr leid... ich hatte heute morgen, nach dem Nachtdienst, einen Arzttermin, und der hat doch länger gedauert, als ich dachte. Und die Fahrzeit auch. Ich bin grad eben, vor 10 Minuten, hier in die Wohnung gekommen.
Ich lass dich (und euch) nicht im Stich und du hast auch nix falsch gemacht! Ok?

22.6.

Danke!
Geht es dir gut?
Nora

22.6.

Ja, mir gehts gut. Dir auch?

22.6.

Das ist schön!

Wird keiner helfen?

Leider kann ich dir die Frage nicht beantworten ohne zu lügen...

22.6.

Es tut mir sehr leid. – – Aber über Nacht warst du in der Wohnung, oder hat dich wieder einer rausgeholt?

Weißt du eigentlich, daß du in der nächsten Woche in die Traumaabteilung der Uniklinik gehen kannst? Da wart ihr (also der Körper) schon zweimal, und die Leute dort verstehen viel von eurem Schicksal. Wenn sie dich besser kennenlernen, ist das auf jedenfall gut, weil sie mithelfen können, dich zu retten.

Denk bitte wieder ans Löschen der Mails!

22.6.

Ja ich war in der Wohnung aber ein böser Mann kam...

22.6.

Ach so. – – – – – Und du warst im Körper, hast alles miterlebt?

22.6.

Ich kann nicht verstehen was Du meinst! Ich war hier! Er hat mir weh getan! Kein anderer ist hier! Du glaubst mir auch nicht! Denkst auch ich erzähl nur Geschichten! Genau wie alle!!!! Ist nicht so schlimm finde dich trotzdem nett.

22.6.

Nein, Nora, es ist anders. Ich meinte etwas, was ich dir noch nicht erklärt habe:

Es gibt nur EINEN Körper, dein Körper (er hat für die Welt außen den Namen Merle Müller) – aber in diesem einen Körper sind mehrere Ichs. Du bist eines der Ichs – aber es gibt noch andere. Und manchmal bist du "draußen" (so heißt das) im Körper, und dann kriegst du alles mit – aber manchmal ist ein anderes Ich "draußen" und kriegt das mit, was geschieht.

Deswegen hab ich mal geschrieben, es ist viel Zeit vergangen. – In der Zeit warst du nicht "draußen", sondern andere Ichs.

Solche viele Ichs entstehen in einem Körper, wenn zuviel Schlimmes passiert. Dann muß nicht nur ein Ich alles aushalten, sondern es verteilt sich auf viele Ichs.

Deshalb hatte ich jetzt gefragt! Es hätte sein können, daß du den Bösen nur ein bißchen mitbekomen hast, und dafür ein anderes Ich das Schlimme erlitten hat. Jetzt weiß ich, daß DU es warst, die es miterleben mußte in dieser Nacht.

Ich glaub dir alles, Nora! Aber es gibt halt ein paar Sachen, die kannst du nicht wissen – und ich möchte dir helfen, sie zu verstehen. Danke, daß du trotzdem Vertrauen zu mir hast, auch wenn ich manchmal etwas schreibe, was du komisch findest. Ich bemühe mich immer, es dir zuletzt doch richtig zu erklären.

Weil, das ist wichtig für die Rettung!!

Wird keiner helfen?

22.6.

Ich weiß nicht ob ich das verstehe.

Was ich aber nicht verstehen kann warum bist du lieb zu mir? Keiner ist einfach nur so lieb zu mir! Ich habe gesagt ich finde dich nett, aber du wirst mir nichts böses machen????

22.6.

Liebe Nora, – leider hast du (und die anderen Ichs, und viele andere Opfer solcher Bösen) nur immer sowas erfahren: lieb sein müssen, damit die Männer nicht noch Schlimmeres tun – und zuletzt tun sie es doch. Und immer gesagt bekommen, daß ihr was falsch macht – und dafür bestraft werden. Obwohl ihr gar nichts falsch gemacht habt.

Das hast du immer so erfahren, ich weiß. Aber so sind nicht alle Menschen! So sind nur solche Verbrecher! – Die allermeisten Menschen auf der Welt finden das genauso schrecklich wie ich und du.

Nein, ich will gar nichts von dir. Ich möchte dir helfen (und auch anderen), weil du es wert bist, daß dir geholfen wird. Weil du Pech hattest und ich hatte Glück – aber ich hätte genauso in der Gewalt von solchen Tätern sein können! Und auch du hättest genauso mehr Glück haben können! Du hättest es genauso verdient wie ich.

Ich fühle mich Menschen verbunden, die NICHT böse sind. Und das gilt für dich eben auch.

22.6.17

Also bist du in echt lieb? Wirst mir nie weh machen?

22.6.

Nein, Herzchen! – Vielleicht gibt es mal ein Mißverständnis, sowas passiert zwischen Menschen – aber das können wir immer wieder klären.

Ich habe viel Achtung vor dir (und den anderen Ichs, die du noch nicht kennst). Ihr seid so ernst und ehrlich und gebt das Gute nicht auf... ihr könntet ein Vorbild sein für ganz viele Erwachsene, die hier in der Welt rumlaufen und sich viel weniger um etwas Gutes kümmern.

22.6.

Danke das du lieb bist!

22.6.

Und danke für das viele, viele Vertrauen, das du mir schenkst!

22.6.

Traumaabteilung der Uniklinik was ist das?

Ein Krankenhaus?

Wird keiner helfen?

22.6.

Ja, das ist ein Krankenhaus. Eine psychotherapeutische Abteilung, und die Oberärztin ist eine Traumatherapeutin mit viel Erfahrung – die also Menschen hilft, denen es so geht wie dir (und euch). – Du (ihr, also der Körper) war schon 2x dort, um Schutz zu haben vor den Männern, und es war gut. Also hab keine Angst!

Auch hier ist es so, wie ichs vorhin geschrieben habe: es gibt böse Menschen – aber die allermeisten sind nicht böse!

Und die dort ganz sicher nicht.

22.6.

Aber krank bin ich nicht und Ärzte sind sehr böse!

22.6.

Nein, du bist nicht krank, aber du bist extrem verletzt worden, seelisch vor allem. Und deshalb kannst du es alleine nicht schaffen, dich zu befreien von den Tätern. Diese Ärzte und Psychologen in der Klinik kennen sich aus mit sowas und können dir helfen. Ähnlich wie ich es auch versuche. (Ich habe früher auch in so einem Krankenhaus gearbeitet.)

Ich hab es ja besprochen mit denen, daß ihr dort hin könnt, niemand anders.

Aber in erster Linie geht es jetzt darum, daß du (und die anderen Ichs) eine Zeitlang geschützt seid, wo die Bösen nicht rankommen!! Und dort kann besser überlegt werden, wie Befreiung möglich ist.

Krankenhäuser sind nicht böse. Nur gibt es überall auf der Welt einzelne böse Menschen – sicher auch in Krankenhäusern. Daß Krankenhäuser immer böse sind, das haben die Täter dir (und anderen Ichs) eingeredet.

Ja, ich weiß, du hast auch erlebt Böses erlebt in einem Krankenhaus. Aber das hatten die Täter extra so gemacht, damit du Angst hast vor jedem Krankenhaus und deshalb nicht fliehen kannst! Die Täter haben viele böse Tricks, um dich (und euch) zu belügen!

Du (also der Körper) warst in den letzten Jahren ein paarmal in solchen Traumastationen, und dort waren auch Menschen, die es gut mit dir gemeint haben. Ich kenne die Berichte, die sie damals geschrieben haben! Die waren sehr solidarisch mit dir und euch.

22.6

Also wirst du mich allein lassen! Und die werden mir nicht glauben! Mir auch nur weh tun!

22.6.

Ich werde dich nicht allein lassen! Du hast ja das Smartphone dabei und kannst auch von dort aus mir schreiben, und ich dir. Und ich hab auch schon mit den Ärzten dort Mails geschrieben und weiß, daß sie dir glauben.

Aber natürlich mußt du dann auch was sagen (oder schreiben). – Wenn niemand von euch (den Ichs) selber sagt, daß ihr Hilfe braucht und wieso – dann können die auch nix machen.

Es reicht nicht, wenn ich es denen sage, verstehst du? Ihr (oder du) müßt es selbst sagen

Wird keiner helfen?

(schreiben).

Aber ich weiß, daß die dir glauben werden – sie haben den Ichs, die die andern Male dort waren, auch geglaubt. Und in der früheren Klinik auch!

Nur die Täter sagen immer, daß euch niemand glauben wird. Das stimmt aber nicht. Es gibt schon viele Menschen draußen in der Welt, die wissen und glauben, daß es solche schlimmen Sachen gibt. Daß es solche Opfer gibt.

22.6. 16:28

Was sollte ich denen sagen?

Ich habe Wäsche gewaschen. 😊 ganz schön cool, oder?

22.6.

Was meinst du jetzt? Ich dachte, du leidest unter den Männern, sie machen schlimme Sachen mit dir, und du möchtest, daß das aufhört?

Oder stimmt das nicht?

22.6.

Ja das stimmt. Doch wenn ich was davon sage wird doch alles noch viel viel schlimmer! Diese Männer sind unvorstellbar böse! Teufel! Weißt Du

22.6.

Ok, es ist dir also lieber, daß es immer und immer so weitergeht?

22.6.

Nein natürlich nicht! Aber so lebe ich doch wenigstens!

22.6

Es gibt aber nur entweder oder! – Wenn du zuviel Angst hast und lieber so weiterleben kannst, wozu schreibst du dann Mails mit mir? Das mögen die Männer auch nicht.

22.6.

Diese Frage ist übrigens nicht lieb!

22.6.

Die Frage ist WICHTIG. Weil es wirklich nur diese beiden Möglichkeiten gibt. – Niemand kann dir (euch) helfen, wenn ihr es nicht wollt. Ich weiß, daß viel Mut dazu gehört. Und Vertrauen in einzelne Menschen, die sagen, sie wollen helfen. – Aber du (und ihr alle) muß wirklich verstehen, daß die Gewalt ansonsten immer immer so weitergehen wird.

Die Täter werden nicht von alleine aufhören.

Das alles ist ganz SCHRECKLICH – und es nützt nix, die Augen davor zuzumachen...

Ich glaub, manchmal ist es auch nötig, eine bittere Wahrheit auszusprechen.... grade da ich dir

Wird keiner helfen?

und euch wirklich helfen möchte.

Mondrian

22.6.

Schon klar! Du willst das ich die verrate! Keiner hilft mir einfach nur so! Doch wenn ich das mache werden die mich töten dann brauche ich keinen mehr! Wie konnte ich nur glauben jemand hilft einfach nur so, eben weil er lieb ist! Nein alle wollen etwas! Und verletzt hast du mich doch! Denn das tut weh zwar anders aber es tut weh! Fein dann bin ich eben allein, aber werde leben!

22.6.

Nora, ich "will" gar nichts. Es ist dein Leben, und du (und andere Ichs) entscheidet, ob ihr Freiheit wollt oder nicht. Jemand von euch hat mich gebeten, euch zu unterstützen, zur Befreiung. Wenn du es nicht möchtest, ist das deine Entscheidung.

Ich möchte dir (und euch) gern helfen – aber ich lauf euch nicht nach. Denn ich will überhaupt nichts von dir. Das hab ich schon ein paarmal gesagt.

Die Männer wissen seit Monaten, daß verschiedene Ichs von euch mir Mails schreiben und ich ihnen. Sie haben schon x mal deswegen gedroht. Sie wissen auch, daß ihr (der Körper) in der Uniklinik war. Sie wissen natürlich auch, daß ihr früher in der anderen Klinik wart. – Und trotzdem lebt ihr noch, lebst du noch.

Warum? Weil sie fest daran glauben, daß ihre Drohungen euch immer genug Angst einjagen, daß ihr nie fliehen werdet.

Und wenn du tot bist, können sie mit dir (mit dem Körper) kein Geld mehr verdienen. Sie haben also nichts davon, wenn ihr tot seid.

Ich glaube, das ist jetzt ein solches Mißverständnis, wie ich vorhin geschrieben hab, daß es immer mal auftaucht zwischen Menschen. Aber in jedem Fall ist es deine Entscheidung (und die der anderen Ichs), ob du etwas über die Täter sagst oder nicht.

Aber bitte, denk dran, die Mails zu löschen. (In deinem Interesse – nicht in meinem. Mir tun die Täter nichts; da haben sie nämlich zuviel Angst.)

22.6.

Hallo Nora, ich hab heute ja wieder Nachtdienst und möchte mich für heute verabschieden. Wenn du magst, können wir morgen wieder mailen.

Ich hoffe, daß du doch noch verstehen kannst, wie ichs meine..

22.6. 21:02 Nora

An Tür böser kommt wieder. werde es sagen aber nur dir! Lass nicht allein! Bitte

23.6. 20:24 Nora

Bin zurück. Bist du böse auf mich?

Wird keiner helfen?

Facebook:

23.6. 20:58

Bitte nicht allein lassen. Amanda

23.6.

Nein, ich lass euch nicht allein! Mondrian

23.6.

So müde...

23.6.

Uniklinik-Termin bekannt?

23.6. Amanda

?

23.6.

Ab 27. vereinbart!

23.6. Amanda

Weiß nichts davon

23.6.

Seid ihr jetzt zuhause?

23.6.

Amanda

Ja seit vorhin 😞

23.6.

Müßte Brief aus der Klinik im Briefkasten sein, auch Brief von mir.

23.6. Amanda

Geh schauen...

Nein nichts!

23.6.

Dann haben Täter Zugang zum Briefkasten!! (Oder tätertreue Anteile.) Ich kann euch die Angaben morgen schicken (bin in Nachtdienst). Dann eventuell selbst Mail schreiben – und Überweisung vom Arzt holen. Oder ich kann das auch machen.

Wird keiner helfen?

23.6. Amanda

Ja bitte

23.6.

Meine Freundin hat Ihnen/euch jetzt ne Mail geschickt mit den Angaben! Am besten mailen Sie dem Psychologen in der Uniklinik) jetzt auch, daß er die Einweisung an mich mailen soll, damit sie nicht verlorenght.. Mondrian

23.6.

Danke Mail bekommen. Bitte morgen. Chaos! Müde! Und Tim verletzt gerade...

23.6.

Ok, ich schreibe dem Psychologen morgen, Sie aber bitte auch. Und diese Posts hier löschen, bitte! – Mondrian

[gelesen 24.6. 04:01]

Mail:

23.6. 22:06 Nora

Angst! Die werden wieder kommen mich holen! Wo soll ich hin? Bin so müde! Warum lässt du mich allein? Bitte nicht ich werde lieb sein

24.6. 9:05 Nele

Guten morgen,

Bitte können Sie mir helfen? Ich weiß nicht wo ich bin! Eine fremde Stadt!

Nele

24.5. Nele

Wo ich bin, hab ich raus gefunden. Bahnhof Berlin Köpenick??? Aber warum und wo ich hin soll noch nicht!

Nele

24.6. 10:21

Hallo Nele, Köpenick ist ein Teil von Berlin. Du mußt sehen, daß du nach Ludwigstadt zurückfährst. Mit der S-Bahn zum Hauptbahnhof Berlin und dann nach Ludwigstadt. – Ihr könnt ab Dienstag in der Uniklinik unterkommen, das habe ich ja organisiert. Ich kann dich aber NICHT hier bei mir aufnehmen, tut mir leid.

Mondrian

24.6.

Habe Angst und bin müde!

Wird keiner helfen?

Weiß nicht wohin! Aber verstehe Sie

Nele

24.6. 10:35

Warum bin ich hier?

Nele

24.6. Nele

Du bist hier, weil irgendein Ich denkt, das hier bei mir ist der sicherste Ort überhaupt. – Das verstehe ich auch, aber es nützt doch nix... Ich hab nur eine winzige Wohnung, zumsammen mit meiner Freundin, und ihr müßt euer eigenes Leben finden, und noch andere Helfer außer mir. Deshalb ist es wichtig, daß du (und die andern) nächste Woche in die Uniklinik geht. (Ich schreib nachher nochmal dem Psychologen dort, hab ich gestern nacht jemandem von euch versprochen).

24.6.

Falsch hier ist Nora! Ganz genau! Ich dachte wenn es einen Platz gibt der sicher ist wo ich schlafen kann dann bei dir! Ich kenne keinen anderen der lieb ist! Aber du willst mich nicht! Weiß nicht wo hin! Du sagst ich soll fliehen! Nora

24.6. An Nora

Ok, aber Nele hatte auch gemailt. – Nora, ich kann dir und euch nur per Mail unterstützen und kann auch mithelfen, etwas zu organisieren. So habe ich den Aufenthalt in der Uniklinik organisiert. Das ist der Ort, der jetzt als erster zu einem Sicherem Ort für dich und euch werden kann. Natürlich verlasse ich euch nicht und will euch auch nicht abschieben!

An die erwachsenen Ichs: Bitte, übernehmt jetzt endlich mehr Verantwortung und laßt die Kinder nicht in der Welt herumirren! So geht es doch nicht – ihr müßt zusammenarbeiten!

Mondrian

24.6. Nora

Wollte nichts! Nur sicher sein und schlafen!

24.6. Nora

Ist ok! Meine schuld! Ich kann einfach nicht mehr! Bekomme sogar Verletzungen wenn kein böser da ist! Also werde ich wohl schon irre! Bin so unvorstellbar müde und es gibt keinen Ort für mich! Dann bin eben ich zuviel! Ich weiß nicht wo ich hin soll aber vielleicht ist das auch gar nicht mehr wichtig! Nora

24.6.

Nora, es gibt ein Ich (es ist Tim), der wütend ist und dem Körper Verletzungen zufügt. Du wirst nicht irre! – Aber es war halt nicht gut, ohne Absprache einfach hierherzukommen. Ich helfe dir und euch, so gut ich kann, aber wir müssen die Sachen schon absprechen miteinander. – Jetzt

Wird keiner helfen?

fahr bitte wieder nach Ludwigstadt. Ich habe dem Psychologen von der Uniklinik nochmal gemailt, daß er den Brief zur Aufnahme nochmal an euch (und an mich) senden soll. – Ich kann dir hier auch seine Mailadresse und Telefonnummer schreiben, damit du dich selbst mit ihm in Verbindung setzt. Damit er merkt, wie dringend es ist. (Er wird jetzt am Wochenende nicht im Dienst sein, aber die Mail kannst du ja trotzdem schicken.)

Gib nicht auf!

Mondrian

24.6. Nora

Glauben und Vertrauen ist falsch! Du sagst du hilfst mir aber schickst mich zu denen zurück! Ich habe gehört und bin da weggegangen! Ich gehe irgendwo hin wo mich keiner findet!

24.5.

Nora, du wohnst in Ludwigstadt. Dort müßt ihr Helfer finden. – Die Uniklinik sind keine Täter, sondern Helfer.

24.6. Nora

Ich brauche keine Hilfe mehr! Alle Menschen lügen!

24.6. Nora

Nein, Nora, das stimmt nicht! Aber es geht halt nicht so einfach in der Welt. Ich habe dich und euch nicht angelogen (und du/ihr mich auch nicht). Wir beide, du und ich, haben so viele Mails miteinander geschrieben und Sachen gelernt miteinander – das war alles richtig, nichts davon war falsch. Und ich verlass dich auch jetzt nicht – nur habe auch ich Grenzen meiner Kräfte.

Wenn ich nicht auf mich aufpasse, dann kann ich niemandem mehr helfen.

Ich bin heut morgen vom Nachtdienst gekommen und hab mich gleich rangesetzt, dir zu antworten und Brief zu schreiben an den Psychologen ... ich tu, was ich kann!

Glaub mir bitte.

24.6. Nora

Das kann ich verstehen. Manche sind eben immer weg!

24.6. Nora

Und ja du hast recht, du musst auf dich aufpassen um anderen helfen zu können. Denn ich denke immer noch das du lieb bist. Ich bin es die total falsch hier ist!

Vermutlich wird mein Handy bald aus gehen, Akku... also hast du gleich deine Ruhe! Nora

24.6. Nora

Ich denke an dich! Und irgendwann kannst du (könnt ihr) sicher auch mal zu Besuch zu uns kommen! Wenn wir drauf vorbereitet sind. Oder ich komme mal nach Ludwigstadt. – Es geht weiter mit uns!

Wird keiner helfen?

24.6.

Und du bist nicht falsch!!!!!!!!!!!!

24.6.

Doch bin ich! Ich laufe seit Stunden hier rum weiß nicht wo ich bin kann nicht aufhören zu weinen! Bin so müde kann einfach nicht mehr! Aber wer versteht schon ein Kind!

24.6.

Du mußt zum Berliner Hauptbahnhof fahren mit der S-Bahn. Dort fahren viele Züge nach Ludwigstadt, meist mit Umsteigen in Oberursel.
Ich finde es schlimm, daß dir niemand von den erwachsenen Ichs hilft – aber das kann ich leider nicht ändern.

24.5.

Keine Sorge ich habe es begriffen, du willst mich nicht bei Dir haben! Das würd Ich auch nicht wollen! Ich werde nicht zurückgehen! Ich kann nicht verstehen warum du mich unbedingt zurück schickst! Vielleicht bin ich einfach zu dumm! Was macht man wenn man keinen mehr hat dem man vertrauen kann?

24.5.

Ich kanns dir nicht besser erklären, als ich es getan habe. Wenn du all dem, was wir miteinander geschrieben hast, nicht vertrauen kannst, kann ich es nicht ändern.
Ich hab dir oft gesagt, ich allein kann dich nicht alleine von den Tätern retten. Du mußt dir noch andere Hilfe dazu suchen – und dabei unterstütze ich dich ja. Aber diese Hilfe kann es nur dort geben, wo du wohnst. Und das ist in Ludwigstadt.

24.5.

Mit allem was du sagst hast du recht. Doch kann ich nirgends hin! Richtig das ist nicht dein Problem. Deine Hilfe hätte ich jetzt gebraucht. Genau jetzt! Egal... du weißt, die werden mich früher oder später töten, also kann ich das selbst tun. Selbst darüber bestimmen! Geh ich zurück, holen die mich wieder... ☹

Nora

24.5.

Ja, sie werden dich wieder holen wollen – aber du kannst ab Dienstag in die Uniklinik gehen. Du kannst dort deutlich sagen, was los ist und um Hilfe bitten. Dabei unterstütze ich dich, unbedingt! Alle Mails von allen Ichs, die ich habe, sind Zeugnis davon. Du könntest dabei auch die Polizei um Hilfe bitten. Das alles kannst du machen – und das ist der Weg, dich von den Tätern zu befreien.

Es funktioniert aber nur, wenn du (und andere Ichs) klar sagen, was los ist! Es reicht nicht, wenn nur ich behaupte, daß du in der Gewalt von Tätern bist. Ich könnte ja auch nur ein Spinner sein,

Wird keiner helfen?

der das nur behauptet. Du mußt es selbst bestätigen.

Es ist nicht einfach, es braucht Mut dazu – aber es funktioniert.

Wenn du den Körper tötest (und damit auch alle Ichs), ist das vielleicht einfacher für dich, als diesen Mut zu haben... aber es wäre sehr schade.

24.6.

Niemals hätte ich gedacht das du mich wegschickst zurückschickst! ☹️

24.6.

Du magst lieb sein, aber wirklich echt, wirklich ehrlich ist eben niemand! Du weißt was ich bin... ☹️

24.6.

Du hast soo soo viel Schlimmes erlebt – und dann ist da jemand, der alle Tage neu versucht, dich zu unterstützen – und mit dem du wahrscheinlich bessere Erfahrungen gemacht hast als mit jedem anderen – und trotzdem hältst du ihn für "nicht ehrlich"? Nur weil er dir widerspricht und sagt, es geht nicht so einfach, wie du es dir gedacht hast.

Noch eine Idee:

Du könntest auch jetzt gleich in die Uniklinik gehen, allerdings nur in die psychiatrische Ambulanz. Dort kannst du dich selbst einweisen, ohne Überweisung des Arztes. Dort könntest du sagen, daß du ab Dienstag in die Traumastation kannst, aber dich jetzt zu bedroht fühlst, um nachhause zu gheen. – Du könntest denen sagen, sie sollen mich anrufen, ich kann etwas dazu sagen.

24.6.

Weißt du, es ist ok wenn du mich nicht verstehen kannst, vielleicht bin ja doch irre. Die Männer tun mir so sehr weh aber so sehr wie vorhin und noch nie habe ich noch weinen müssen. Das ist anders, das tut innen weh, im Herzen. Ich habe dir wirklich geglaubt das du mir ehrlich helfen willst. So ein dummes Kind...! Nora

24.6.

Es ist anders, Nora. Ich will dir 100%ig und ehrlich helfen (und ich werde nicht aufhören damit, egal wie du mich verurteilst) – aber ES GEHT NICHT SO, wie du denkst. Es ist keine Hilfe, wenn du vor deinem eigenen Leben fliehst. Vor den Tätern fliehen – ja! Aber wenn du nur zu mir fliehst, dann übergibst du mir alle Verantwortung: "Der Mondrian soll mich retten!"

Und genau das geht nicht. Du bist ja nicht nur Nora, es gibt noch andere Ichs in dir. Und es gibt das Kind Amelie. Ihr habt einen erwachsenen Körper – und auf euch wartet ein erwachsenes freies Leben.

Es ist keine Lösung, wenn du dich verkriechst in der kleinen Wohnung des Mondrian und seiner Freundin! Wie sollte es denn dort weitergehen? Wir müssen beide arbeiten, haben unser Leben. Würdest du für immer in dieser Wohnung bleiben wollen?

Wird keiner helfen?

Ich bleibe dein und euer Helfer und Freund. Aber du mußt verstehen lernen, daß es nicht immer so geht, wie du es dir wünschst.

24.6.

Völlig falsch verstanden. Wollte nur mal sicher schlafen! Mehr nicht! Nicht verkriechen... vor mir fliehen... nur schlafen! Ohne Angst, einfach nur schlafen. Warum verstehst du das nicht? Nora

24.6.

Auch du verstehst mich offenbar nicht. – Ich hab hier kein Hotel! Ich versuche Menschen zu unterstützen neben meiner Arbeit, neben der Beziehung mit meiner Freundin. Ich hatte Nachtdienst (3 Nächte nacheinander), komme früh nachhause, Petra und ich wollen vormittags Besorgungen machen, Petra muß danach an ihre Arbeit gehen (hier in der Wohnung, am Rechner), ich bin müde -- und da kommt plötzlich jemand und möchte hier schlafen. Ohne Vorbereitung (obwohl wir Tage und Tage Mails schreiben.)

Findest du es wirklich so unverständlich, daß das nicht funktioniert?

Findest du es besser, wenn ich aufhöre, Menschen zu unterstützen – weil ich nicht bereit bin, sowas einfach zu akzeptieren?

Die meisten Leute (auch Therapeuten) sagen eher: Ich mache meinen Job und ansonsten mein Privatleben. Ich weiß, es geht anderen Menschen schlecht – aber das geht mich nichts an. Dafür kriege ich kein Geld.

Wäre das besser? "Ehrlicher", wie du sagst?

24.6.

Nein, kommt keiner! Bin weg!

24.6. 19:06

Vermutlich ist alles gemein und ungerecht was ich jetzt sage, aber ich bin so wütend und so verletzt! Ich kann nicht verstehen warum du mich fortgeschickt hast? Nicht geholfen hast? Wollte nichts, nur schlafen und das hätte ich auch im stehen gekonnt! Übrigens hätte ich schon gern vorher bescheid gesagt, bzw.erstmal gefragt, doch du hast gesagt fliehen und die blöden Männer hatten mich bis gestern Abend und da bin ich direkt los. Ich wollte dir doch keinen ärger machen. Sie haben zu mir gesagt, es wäre nicht so, dass man mit anderen Augen betrachtet wird. Und doch habe ich heute Ihre Verachtung und Ablehnung gespürt. Richtig gefühlt, wie sich Dreck fühlt, ein Mensch der so unwichtig ist. Und das, von dem einem Menschen dem ich vertraue! Verletzt zu werden bin ich gewohnt, aber das, schmerzt anders...!

Zum kämpfen braucht man Kraft, doch Kraft habe ich keine mehr.

Nele!¹⁷⁶

¹⁷⁶ Brief von Nora (sagt "du") und Nele (sagt "Sie"). Im Zusammenhang mit meiner Zurückweisung entstand offenbar viel Co-Bewußtheit zwischen beiden Anteilen, die ja auch gleichalt sind, also zur selben Kindheitssituation gehörten. Darüberhinaus wird das erwachsene Reflexionsniveau deutlich, das in den Jahrzehnten bei Merle & co. entstanden ist, jedoch bisher nur sehr selektiv nützlich wird.

Wird keiner helfen?

24.6.

Nora, ich kann dich verstehen. Das sind alles total neue Umstände für dich. Du hast bisher nicht viel von der Welt mitbekommen – abgesehen von den schrecklichen Umständen durch die Täter. Du hast auch erst durch unsere Mails verstehen lernen können, daß es viele Ichs in deinem Körper gibt. Und, daß du – also alles zusammen in deinem Körper, der Merle Müller heißt – erwachsen bist.

Und zu diesem Neuen gehört auch, daß eine Rettung von den Tätern, eine Befreiung nur möglich ist, wenn noch andere Ichs außer dir das mitmachen! Das ist wahrscheinlich das Schwerste zu verstehen für dich.

Mal abgesehen von meiner Situation: wenn du (Nora) hier bei mir/uns hättest schlafen können – dann hätten das ganz viele kleine Ichs in dir mitbekommen. Die alle noch viel mehr Angst haben, noch hilfloser sind, die gar nichts von der Welt wissen, sondern nur verzweifelt eine gute Mutter oder einen guten Vater suchen, einfach Geborgenheit.

Für die wäre es unerträglich gewesen, wenn du dann nach einmal schlafen wieder gegangen wärst.

Die hätten das gar nicht unbedingt mitgemacht, wieder zu gehen. Es hätte sein können, daß dann ein 3jähriges Innenkind hier rausgekommen wäre (also im Körper gewesen wäre) – und sich in die Ecke gesetzt hätte und geweint hätte, daß es hier nicht mehr weggeht. Nie mehr!

Und du hättest das gar nicht mitgekriegt, weil es dich nach innen gedrückt hätte.

Oder es wären andere Ichs rausgekommen, die noch kein Vertrauen zu mir haben – und wären einfach weggelaufen nach Berlin rein.

Es wäre noch größeres Durcheinander in dir entstanden – und es hätte zur Befreiung gar nichts beigetragen!

Oder hättest du für immer hier bleiben wollen? Es ist doch klar, daß das nicht geht.

Und selbst wenn du dann wieder irgendwann in deiner Wohnung gewesen wärst, wäre die Verzweigung innen noch größer geworden. Nach jeder Gewalt durch die Täter wäre irgendjemand nach Berlin geflohen, zu mir!

Und wieder andere Ichs, die erwachsene Merle, die Mama von Amelie, hätte sich dem vermutlich widersetzt, weil sie nicht von Amelie weggehen wollte.

Es wäre alles noch viel schwieriger geworden! Kannst du dir das ein bißchen vorstellen?

Wenn du (und ihr alle) dagegen schrittweise mehr Vertrauen in die Uniklinik gewinnt, dann besteht die Möglichkeit, daß ihr dort immer eine Zeitlang Schutz vor den Tätern habt und in der Zeit gemeinsam (mit Hilfe der Psychologen dort – und meiner Mails) lernen könnt, gemeinsam zu handeln. also viele Ichs zusammen.

Und es gibt nur eine Befreiung, wenn viele Ich das gemeinsam entscheiden!

Ja, Fliehen ist ok – aber nicht du alleine, ohne Verabredung, irgendwohin – sondern so, daß es auch klappt. Ich glaube, du bist damals auch aus dem Elternhaus weggelaufen, oder war das jemand anders? Jedenfalls hat es auch nicht geklappt. Aus dem gleichen Grund: weil damals ihr Ichs euch nicht einig wart.

Trotzdem war das heute eine wichtige Erfahrung: nämlich daß du den Mut hast und die Kraft hast, wegzugehen. Doris hat das auch einmal für eine Nacht gemacht, vor ein paar Wochen. –

Wird keiner helfen?

Aber wie gesagt: nicht einfach nur weglaufen – sondern die Befreiung planen.
Und ich möchte dich und euch weiterhin von Herzen gern dabei unterstützen, so gut ich kann.
Bitte lösche die Mails hinterher, unbedingt! Du weißt warum.

24.6. Nele

Entschuldige Nele, ich bin vorhin durcheinandergekommen, weil oben Nora stand! – Vorhin hatte ich die ganze Zeit mit ihr gemailt.

24.5. Nora

Ich kann dich nicht verstehen! ICH wollte doch zu dir! Nicht irgendein anderes Kind. Nur ich Nora! Du willst mich nicht bei Dir haben! Das tut mir so weh! Ich weiß doch aber das du lieb bist. Die machen schlechtes mit mir und deshalb magst du mich nicht!? Nora

24.5. Nora

Nora, grad eben hat mir Nele geschrieben, zuvor warst du es. Ihr beide seid ziemlich nah beieinander im Körper... ich kann eigentlich an euch beide schreiben, glaub ich.
Diese anderen Kinder sind alle auch in deinem Körper, wie du. Auch Nele (die auch mitgemacht hat bei der Reise nach Berlin heute). Es ist wichtig, daß du verstehen lernst, daß du nicht alleine im Körper bist. Die anderen, die auch in deinem Körper sind, sollten mitmachen bei der Rettung – sonst klappt sie nicht.
Ich mag dich nach wie vor, du hast nichts Schlechtes in dir – nur die Männer sind schlecht!
Aber ich mag auch die anderen in deinem Körper – und es funktioniert einfach nicht, wenn eine allein wegläuft. Die anderen müssen mitmachen.
Das wollte ich Nele erklären, und dir natürlich auch. Euch allen.

24.5. Nora

Da siehst du wie müde ich bin ich kann mich nur an die halbe Mail erinnern. Und ich sag doch nicht sie!? Ich möchte unbedingt schlafen! Nora

24.5. Nora

Ja, eben: Nele ist die, die "sie" zu mir sagt – und du sagst "du. Ihr wolltet beide zu mir nach Berlin und wart im Körper beide außen. Das ist genau das, was ihr (alle) noch üben solltet: zusammen etwas zu machen!
Es ist klar, daß du total müde bist. Ich hoffe, du kannst schlafen. Bist zu wieder zuhause?
Leider gibt es noch keine Sicherheit vor den Tätern – aber ihr müßt es schaffen, am Dienstag in die Uniklinik zu gehen, in die Traumastation. Das ist erstmal Sicherheit.
Und jetzt die Mails löschen, bitte!
Ich verlaß dich nicht und euch alle nicht!
Mondrian

Wird keiner helfen?

24.5. Nora

Ich verstehe dich nicht und ich will nicht mehr verstehen müssen! Einmal wollte ich verstanden werden! Doch ich war egal! War dir genau so egal wie Mutti und Vater! Bin Allen egal die einzigen die mich wollen sind die blöden Männer! Am Ende tun mir alle weh! Nora

24.5.

Es ist nicht so, Nora. Aber du bist jetzt müde, da können wir nicht mehr so gut schreiben miteinander. Aber es geht weiter. wir werden bestimmt wieder voneinander hören per Mail. Ich bin nicht da, um dir weh zu tun. Aber es ist einfach schwer, all das zu lernen, was du und ihr alle lernen müßt.

24.5. Nora

Geh nicht zurück!

24.5.

Dann geh doch jetzt schon in die Uniklinik:

[Name, Adresse und Telefonnummer...]

Wenn du sagst, daß du Angst hast vor den Tätern, werden sie dich schon nicht wegschicken. Sie können auch mich anrufen: (...).

24.6. Nora

Du warst der einzige wo ich dachte er versteht mich. Doch du schickst mich weg. Mein Kopf platzt gleich und ich habe keine Idee wie ich dir erklären kann was ich meine! Ich glaube dir vertraue dir doch du willst nicht verstehen das ich DEINE Hilfe brauche. Kenne dort keinen kann dort keinem trauen! Nora

24.5. Nele

Der Gedanke das wenn andere das wüssten, sie nur noch Ekel, Abscheu und Verachtung in mir sehen war schlimm. Aber das Sie mich nicht mal sehen wollten, zeigt doch eigentlich wie wahr es ist! Wenn man es weiß, weiß man es, es geht nicht mehr aus einem raus! Mich macht es kaputt... Ja wirklich, viel gelernt heute...

Nele

24.5. Für Nora und Nele

Solange du Nora oder du, Nele nur einem einzigen Menschen vertrauen willst und von dem dann alle Hilfe haben willst, so lange wird Hilfe niemals funktionieren. – Denn es gibt keinen einzelnen Menschen, der dir und euch gegen die Täter helfen kann. Es geht einfach nicht.

Nein, Nele, leider hast du heute nicht viel gelernt.

Die Täter haben euch immer wieder eingeredet, daß euch keiner glauben wird, oder: daß ihr für immer als "schlecht" gelten werdet, wenn ihr etwas verrätet. Das ist ein Trick, nichts als ein Trick, damit ihr keine Hilfe in der Welt sucht.

Wird keiner helfen?

Ich werd euch das noch oft sagen – falls ihr noch was von mir lesen wollt –, daß das nicht stimmt! Die Leute in der Uniklinik (Traumastation) haben viele Überlebende von solcher Gewalt. Sie wissen, daß sowas genauso ist – und daß ihr unschuldig seid.

Überlegt es euch, bitte!

Ich weiß, wovon ich spreche.

Ich mach jetzt Schluß für heute und geh ins Bett. – anrufen kann mich die Uniklinik trotzdem noch, zu jeder Zeit.

25.6. 6:58

Warum bin ich zurück? Warum willst Du mich nicht? Nora

25.6. 7:25

Wer ist Tim? Warum tut er mir auch weh? Er hat mir wohl wieder weh gemacht. Nora

25.6.

Hallo Nora, ich kann dir und euch unterstützen, indem ich euch Sachen erkläre, – und auch darin, Hilfe zu organisieren bei euch in Ludwigstadt. Aber ich kann dich nicht aufnehmen hier. – Und vor allem nicht, wenn wir das nicht vorher vereinbart haben.

Tim ist ein anderes Ich von euch. Er hat viel Angst vor den Tätern und möchte deshalb alles genau so machen, wie die Täter, die Männer es wollen. Deshalb tut er so, als ob er auch einer der Täter wäre, und verletzt den Körper. Aber es ist ja auch sein eigener Körper (auch wenn er es nicht spürt).

Ich möchte versuchen, ihm zu erklären, daß es Befreiung gibt und daß er daran mitarbeiten kann. (Hallo Tim, wenn du das liest, schreib mir doch!)

Ich möchte euch natürlich weiter unterstützen, aber bitte denk dran, daß ich nicht immer, in jeder Minute, Zeit habe für dich und euch. Ich hab noch viele andere Sachen zu tun.

25.6. 9:27 Nora

Ich glaube langsam fange ich an dich zu verstehen. Wollte dir ehrlich keinen Ärger machen. Trotzdem bin ich ganz doll traurig und muss noch immer weinen. Aber ich werde auf dich hören und Dienstag in die Uni gehen aber bitte bitte lass mich nicht allein auch dort nicht! Und ich kann auch verstehen das du deine Ruhe haben willst deshalb werde ich dich jetzt in Ruhe lassen.
Nora

25.6. Nora

Liebe Nora, ich bin so froh, daß du es verstanden hast! Nein, ich lass dich und euch nicht im Stich – auch in der Uniklinik könnt ihr mir schreiben und ich antworte. – Wichtig ist aber, daß du klärst, wann du genau kommen kannst. Außerdem ist die Überweisung deines Psychiaters/Neurologen in Ludwigstadt nötig, wie das letztmal.

In der Uniklinik sind die Täter nicht! ¹⁷⁷

¹⁷⁷ Das stellte sich leider als Irrtum heraus. Der Haupttäter fing Merle & Co. mehrfach auf dem Gelände ab, vermutlich über Kontakt mit einem Täterintrojekt, durch Smartphone..

Wird keiner helfen?

Also, es geht weiter, Schritt für Schritt. Du wirst mich als Helfer nicht verlieren.

Facebook:

25.6. 03:13 Amanda

Ein erwachsener Teil hat sie nach Hause gebracht.

10:49 Amanda

Lieber Mondrian,

es tut mir unsagbar leid. Wie Sie wissen, habe ich nur eine beobachtende und schützende Funktion.

Doch mit allem was Sie versucht haben Nora zu erklären haben Sie völlig recht. Ganz genau so wäre es sicher gekommen. Es gibt so so viele ganz kleine Kinder im Innen die bereits wach sind und raus gekommen wären. Nur in einem liegen Sie falsch, die kleinen wollen nicht nur die Geborgenheit einer lieben Mutter oder lieben Papas, sie BRAUCHEN diese!

Das Problem ist, dass Nora das noch nicht verstehen kann. Sie ist eben zwölf! Fühlt SICH von Ihnen total abgelehnt und weggestoßen, eben leider genau das was bisher alle mit ihr gemacht haben. 😞 es geht ihr schlecht!

Das nächste ist TIM...!!!! 😞😞😞

Amanda

Alles tut mir leid!!! Möchten Ihnen keine Schwierigkeiten machen!

13:08

Ja, die kleinen brauchen diese Geborgenheit – aber die muß ihnen von mütterlichen/elterlichen Anteilen gegeben werden! Das muß gelernt werden. – Auch Nora ist lernfähig! Es geht weiter. Wichtig ist, daß der Termin in der Uniklinik funktioniert. Habe dem Psychologen geschrieben, daß er die Zuweisung nochmal schicken soll. – Machen Sie sich keine Sorgen um mich. Ich kann mich abgrenzen, wo nötig. Mondrian

13:11 Amanda

Danke!

Tim?

Dazu eine Frage, wo sind diese mütterlichen elterlichen Anteile?

25.6.

Die sind da, innen (vielleicht nahe an denen, die sich als Mama von Amelie fühlen?). – Nur ist das in all den Jahren nicht gelernt worden. Weil durch den ständigen Täter-Terror die Isolation zwischen den Anteilen nicht aufgelöst werden konnte. Tim habe ich schon angesprochen und versuche es weiter. Mondrian PS: Diese Posts wieder löschen!

Wird keiner helfen?

Mails:

25.6. 14:30

Lieber Herr Mondrian,

Es tut mir sehr leid. Bitte nicht böse sein.

Darf ich Sie trotzdem noch etwas fragen? Werden SIE noch mit reden?

Nele

25.6.

Hallo Nele, aber natürlich geht es weiter mit uns! Du und auch Nora, ihr wart so mutig – und ich bewundere dich (und Nora), daß ihr tapfer weitergemacht habt so, wie ihr es eben gekonnt habt, das Gute wieder gesiegt hat und die Suche nach Verständnis.

Frag und schreib, was du magst. Ich antworte, das ist doch klar! Da hat sich nichts geändert, und es gibt keinen Grund für mich, ärgerlich zu sein.

Mondrian

25.6.

Danke.

Zuerst bitte wegen gestern... Ich erinnere mich nicht genau, nur das ich auf einmal in Berlin war... dann war es nicht mehr richtig. Ich konnte nichts mehr kontrollieren alles war wie unecht.? Chaos! In mir und mich herum! Habe nur Wut und Verzweiflung gefühlt! Alles war aber irgendwie bruchstückhaft... Sie erklärten mir es gibt andere in mir. Nora? Ist sie eine davon? Sie haben ihr Mails geschrieben? Diese Frage weil ich nicht weiß ob echt oder ...?

Ohje ich weiß nicht, können Sie damit etwas anfangen? ??

Nele

Achso, mein Anliegen war es gestern das ich gern mal sagen möchte was ich eigentlich möchte...☹ der erste Punkt auf der Liste wäre, DAS ALLES ZU VERSTEHEN!!! BITTE...

25.6.

Nele, es ist auch wirklich schwierig. Zunächst ist das Wichtigste, daß du verstehst, daß es viele andere Ichs in dir (in dem Körper) gibt. Die wollen auch alle etwas, und vor allem sind sie auch voller Angst und wollen Hilfe. –

Gestern war es wohl so, daß einige von ihnen einfach fliehen wollten von der Gewalt, von den Tätern – und da haben sie sich auf den Weg nach Berlin gemacht. Weil sie nur zu mir Vertrauen hatten.

Jetzt warst aber in der Zeit vor allem du im Körper, und zeitweise auch Nora. – Ich hab in letzter Zeit vor allem Mails bekommen mit dem Absender Nele oder auch Nora, aber in Wirklichkeit waren da auch noch andere Ichs, die mitgeschrieben haben.

Das war für uns alle ziemlich verwirrend!!

Und diese Verwirrung hast du jetzt noch in deiner Erinnerung.

Leider geht es nicht, daß du (oder ihr) einfach zu mir kommt. Ich muß hier auch mein Leben leben, und kann dir (und euch) nur durch Mails unterstützen, und indem ich per Mail und Telefon etwas organisiere, zum Beispiel in der Uniklinik. Deswegen mußte ich euch gestern

Wird keiner helfen?

wieder wegschicken.

Das hat mir sehr leid getan – aber es ging nicht anders.

Daß du etwas mitkriegst, aber es nicht kontrollieren kannst, das liegt daran, daß andere Ichs stärker im Körper waren. Das nennt man Co-Bewußtsein. Also, mehrere zugleich sind im Bewußtsein. Das bist du nicht gewöhnt, das ist niemand von euch gewohnt, aber es ist eigentlich was Gutes, weil ihr euch dadurch kennenlernen könnt und dann auch zusammenarbeiten könnt. Gemeinsam seid ihr stärker! (Grade du und Nora könntet euch vielleicht sehr gut verstehen. Aber das müßt ihr selbst versuchen.)

"Was du eigentlich möchtest": Ja, das hattest du vor einer Woche geschrieben, am 18.6., nicht "gestern"! Damals hast du dich wohl über mich geärgert, jedenfalls hast du dann die ganzen nächsten Tage nicht mehr geschrieben, sondern dafür Nora. Gestern hast du wieder geschrieben, aber das war während einer Reise nach Berlin.

Es tut mir leid, daß es dir manchmal nicht schnell genug geht mit den Erklärungen von mir. Es gibt einfach so viel zu erklären, und das ist für mich nicht immer einfach – aber auch für dich nicht, es zu verstehen. Wir müssen ein bißchen Geduld haben miteinander.

Ich erklär dir jedenfalls alles Schritt für schritt, und du kannst immer sagen, was du gerne anders hättest!

PS: bitte denk dran, immer die Mails hinterher zu löschen. Du weißt warum!

25.6.

Ja ich weiß wieder, Sie wollten mich nicht mal sehen. Warum? Liegt es daran das Sie wissen was diese Männer blödes mit mir machen?

Nele

25.6.

Nein, Nele, nein, nein, nein!! – Es hatte einen völlig anderen Grund.

Es gibt viele junge Ichs in deinem Körper, die alle verzweifelt sind und nur einen guten Papa, eine gute Mama haben wollen. Weil sie Kinder sind, brauchen sie sowas wirklich! Und die haben jetzt die Hoffnung, daß ich dieser gute Papa sein kann für sie. – Wenn du (also der Körper) erstmal bei mir hier gewesen wäre, dann hätten all die Kleinen niemals verstanden, daß sie da wieder weg sollen. Sie hätten dann nur noch gedacht, ich bin einer von den Bösen, ich wünsche ihnen das Schlimme.

Sie hätten nicht verstehen können, daß du (also der erwachsene Körper mit dem Namen Merle Müller) in Ludwigstadt lebt und seine Wohnung hat, – und daß nur von da aus Befreiung möglich ist.

Niemand kann das alleine für euch machen, auch ich nicht. Dazu braucht ihr Helfer, die sich bei verschiedenen Problemen auskennen. Und die Leute in der Uniklinik sind jetzt als nächste Helfer dazugekommen. (Ich bleib ja trotzdem da, das hab ich dir und allen anderen versprochen!!)

Es wäre also alles viel schwerer geworden, wenn die Kleinen erstmal erlebt hätten, da ist in Berlin jemand, der hat eine sichere Wohnung – wieso dürfen wir ständig dort nicht sein??!

Kannst du das verstehen?

Wird keiner helfen?

25.6.

Das noch viele andere In mir sind das verstehe ich nun. Und das welche hier weg wollten verstehe ich auch. Einer von den Männern sagt er holt uns ab und will uns mitnehmen in Urlaub. Und ja ich kenne niemanden nur Sie. Sie sagen der Körper ist nun erwachsen also sind meine Freunde auch erwachsen aber wo? Diese Mails an Nora habe ich auch gelesen oder einige? Darf ich das? Sie sagen in uns sind noch ganz kleine Kinder? Wie kann ich stärker werden damit ich die Kontrolle habe? Und mit Nora würde ich mich sicher nicht gut verstehen! Die macht nur Mist! *"Was du eigentlich möchtest": Ja, das hattest du vor einer Woche geschrieben, am 18.6., nicht "gestern"!*

Das verstehe ich nicht! Nein Nein! Bin mir sicher es war gestern! Aber ja es tut mir leid ich war wirklich etwas ärgerlich... Entschuldigung! Nele

25.6.

Wenn einer der Männer sagt, er holt dich ab und will dich mitnehmen in Urlaub, heißt das, er will dich verschleppen zu weiteren schrecklichen Taten!!!!!!!!!!!! Es heißt nichts Gutes!

Meinst du mit deinen Freunden die, die du draußen gehabt hast, in der Schule und so? Sicher sind die auch erwachsen – und sie werden ihr eigenes Leben leben. Ich weiß von der erwachsenen Merle, daß sie zumindest eine (erwachsene) Freundin von früher her hat. Aber ich weiß nicht, wie die heißt. Und dann Peter dein Bruder, der hat auch noch mit dir (also mit Merle) zu tun. Das weißt du ja glaub ich.

Ja, natürlich darfst du auch die Mails an Nora lesen. Es ist sogar gut so – weil ihr dadurch mehr voneinander mitkriegt. Wichtig ist nur, alle Mails später zu löschen, damit die Täter möglichst keine mitkriegten. Aber alle Mails sind bei mir hier auch gespeichert – und wenn du (ihr) mal befreit bist, kannst du alle noch lesen, wenn du magst.

Das mit der Kontrolle ist eine wichtige Frage: solange ihr alle nichts voneinander (von anderen Ichs) wißt, wißt ihr auch immer nur etwas von der Zeit, in der ihr selbst draußen seid. – Mehr Kontrolle entsteht nur, wenn ihr einander kennenlernt, wenn ihr euch gegenseitig das erzählen könnt, was die anderen erlebt haben. Dann können die Täter euch nicht mehr so leicht belügen. – Und dann könnt ihr auch mit den Helfern außerhalb besser besprechen, was gut und wichtig ist zur Befreiung.

Wieso macht Nora nur Mist? Nein, – auch sie macht viel Gutes und Wichtiges, für die Befreiung, indem sie lernt! Du und sie, ihr seid zur Zeit die wichtigsten Ichs (neben noch einem Ich, die eine Beschützerin ist.)

Nein, es war wirklich vor einer Woche. Glaub mir. Ich hab ja hier alle Mails gespeichert. – Aber so ist es eben mit dem innen und außen. Während du innen bist, "verlierst du Zeit", das heißt, du merkst nicht, daß Zeit vergangen ist – in der du "innen" warst.

Jetzt war wirklich eine ganze Woche vergangen, in der Nora und ich viele Mails ausgetauscht haben, du aber nicht.

Wird keiner helfen?

25.6.

Ich glaube ein wenig... also finden Sie mich nicht eklig? Ganz ehrlich!
Bitte bitte nie mehr wieder Müller sagen! Das macht mir extra viel Angst und ganz doll übel!
Hier denke ich ständig wenn Männer mich so blöd anschauen und lachen das sind welche von denen aber in Berlin war auch so. Ich denke nicht das Die wussten wo ich bin. Aber ich denke die Menschen sehen wie dreckig ich bin! Lachen mich aus und wissen genau wozu ich gut genug bin! Männer reden mich voll sagen schlechte Wörter einfach so! Warum? Die sehen es! Und dann denke ich wenn nicht mal Sie mich sehen wollten... verstehen Sie mich?

Nele

25.6.

Ja, Nele, ich versteh dich. – Es ist leider so, daß Männer und Frauen einander so angucken. Männer sehr direkt, Frauen machen es nur versteckt. Aber ich weiß, daß es vielen Frauen sehr unangenehm ist. Manchen Männer vielleicht auch.
Das sind aber trotzdem keine Täter. Du weißt, du hast einen erwachsenen Körper – und da gucken sie wie sie auch auf andere Frauen gucken. – die sehen gar nicht Besonderes an dir. Und du kannst sicher sein, mich ekelt gar nichts in dir! Das wäre auch Quatsch, denn du bist völlig unschuldig an all dem. Du kannst nichts dafür, du bist in der Gewalt der Täter. DIE sind eklig und ekelhaft!!

25.6.

Ja mit Freunden meine ich aus der Schule und aus der Nachbarschaft. Dem wie soll ich sagen Ich dem das Handy gehört der hat wohl viele Freunde. Bekommt ständig Nachrichten über Whatsapp wie gerade eben... ! Nur kann ich damit nichts anfangen ich kenne diese Leute nicht.
Einander kennenlernen in Kontakt kommen das haben Sie schon mal gesagt. Nur wie geht das?
Ja Nora macht nur Mist! Fährt einfach nach Berlin, rennt überall rum ohne Plan! Denkt nicht vorher nach! So etwas nervt!
Also fehlt mir immer Zeit wenn ich ja wo bin ich dann eigentlich? Lebe ich dann noch? Was mache ich in der Zeit? Tut mir leid, aber Fragen über Fragen!

Nele

25.6.

Nele, das Handy gehört dir genauso, du bist gleichberechtigt mit jedem anderen Ich! Es gibt keine Ichs, die mehr wert sind oder mehr zu sagen haben als andere.
Wenn irgendein Ich ständig whatsapp-Nachrichten bekommt, dann wird das vielleicht ein Ich sein, das zu den Tätern hält? Oder ein Ich, das gar nichts von den bösen Taten weiß? – Ich wundere mich schon, daß da jemand von euch viele Freunde haben soll. Die erwachsene Merle sagte mir, daß sie gar keine Freunde oder Freundinnen mehr hat. Weißt du, was da geschrieben wird in den Whatsapp-Nachrichten?
Wie das in Kontakt kommen mit anderen Ichs geht, weiß ich nicht. Ich weiß nur, daß es geht – aber das müßt ihr innen versuchen zu schaffen. Ich weiß, daß es schwer geht – weil ihr es all die

Wird keiner helfen?

Jahre nicht geübt habt.

Nora ist jung, sie hat Angst – es ist falsch, daß du auf sie schimpfst. Sie hat es gut gemeint, und ich hatte ihr etwas von "fliehen" gesagt. Da dachte sie, es ist ok, wenn sie einfach zu mir hin flieht. Ihr gehört doch alle zusammen und müßt versuchen, einander zu helfen. Sonst wird es mit der Befreiung nie was!

Ja, du lebst noch, auch wenn du innen bist und nichts mitkriegst. Es ist ein bißchen ähnlich wie schlafen. Auch wenn du schläfst, lebst du ja trotzdem.

25.6. 16:23

Ja, Sie können das jetzt leicht sagen haben mich ja nicht gesehen!☹

Nele

25.6.

Ich hab doch aber Fotos von dir! – Nein, es ist Unsinn. Es gibt nichts ekelhaftes an dir.

25.6. 18:03

Konnte die ganze Zeit nichts mehr sehen! Warum?

Ja weiß was sie schreiben. Wollen sich mit Merle treffen...

Wie alt ist Nora? Und Nein ich schimpfe nicht auf sie es ist nur anstrengend. Wenn ich dann aber eine Woche geschlafen habe warum bin ich so müde?

Dieses das es mir nicht richtig vorkommt wann wird das wieder aufhören? Das macht mich total kirre!

Nele

25.6.

Sie haben mir ein Foto von dem erwachsenen Körper mal geschickt. Aber haben Sie ein Foto von mir von Nele?

25.6.

Ja, Nele – du konntest vielleicht deshalb nichts sehen, weil dich ein anderer Anteil weggedrückt hat. Und es sind seither zwei Stunden vergangen. Kannst du dir vorstellen, was der andere Anteil in dieser Zeit gemacht hat? – –

Ich glaube, ich verstehe jetzt auch, wieso du den Namen mit M. nicht hören oder lesen möchtest. So müde bist du, weil ja der Körper trotzdem wach war – und es ist vieles geschehen in der Zeit. Nicht nur Gutes.

Nora kommt aus derselben Zeit wie du, sie ist 12 oder 13.

Diese Unklarheit, ob etwas echt ist oder nicht, das wird so lange weitergehen, bis ihr (also die Ichs) Kontakt miteinander gefunden habt und dann besser verstehen könnte, was jeweils passiert.

Nele, der Körper ist immer gleich. Wenn du deinen 12jährigen Körper siehst, ist das deine innere Erinnerung an die Zeit damals. Aber man kann kein Foto davon machen, auch nicht von Nora. (Wenn ich euch persönlich kennen würde, könnte ich euch am Gesichtsausdruck vielleicht

Wird keiner helfen?

unterscheiden, oder wenn ihr reden würdet, dann an der Stimme. Aber der Körper sieht gleich aus, so wie auf dem Bild, das ich dir geschickt habe.)

25.6.

Also war ich innen drin? Und habe nur geträumt in der Zeit eben?

Sie sagen wenn ich ein Foto von mir mache dann sehe nur ich allein Nele und jeder andere sieht eine Erwachsene? Dann bin ich irre!

Nele

25.6.

Nele, ich schreibe dir als ein Erwachsener, der dir und euch unterstützen möchte. Aber in meiner Wohnung hier sind viele Stofftiere, und die sind mir ganz sehr wichtig – so wichtig, wie sie Kindern sind. Das ist ein anderer Teil in mir. Und wenn ich Musik höre, dann denk ich nicht an dich und euch, und dann denk ich auch nicht an die Teddies, sondern dann ist das wieder etwas ganz anderes in meinem Gefühl und meine Gedanken.

Diese Anteile von mir sind nicht so voneinander getrennt wie es bei euch ist – aber es ist doch etwas ähnliches. Wenn ich Schlimmes erlebt hätte, könnte es sein, daß diese Anteile auch alle für sich denken und voneinander nichts wissen.

Verstehst du?

Es ist nichts Krankes, daß solche Anteile in einem Körper sind. – Nur hast du (und habt ihr) so viel Schlimmes erlebt, daß diese Anteile sich ganz voneinander gelöst haben und alle nebeneinander sind. In einem Körper – nicht anders als bei mir und bei jedem Menschen. Nur wissen sie bei euch nichts oder nicht viel voneinander.

Das ist nichts Krankes, nichts Irres! – Es kam nur durch die bösen Taten anderer Menschen an euch. DAS war und ist das Kranke, das Irre, das Verbrecherische.

Auf dem Foto hast du doch auch den erwachsenen Körper gesehen, stimmt's? Aber wenn ich vor dir stehe und mache ein Foto von dir, Nele, dann könnte es sein, daß du dann darauf den Nelekörper von früher siehst. Einfach weil du weißt, daß ich DICH fotografiert habe. – Das Gehirn funktioniert so. Das ist nichts Irres!

25.6.

Es war jemand hier! Aber die Tür ist richtig zu Kette auch. Und doch steht eine Kaffee Tasse hier! Was ist hier los? Bin ich irre?

Nele

25.6.

Ich glaube, ich verstehe jetzt auch, wieso du den Namen mit F. nicht hören oder lesen möchtest.

WARUM? Warum geht's mir dann nicht gut?

Nele

Sorry irgendwie habe ich das Gefühl keine Zeit mehr zu haben. Verstehen Sie das?

Wird keiner helfen?

25.6.

Ja, Nele, so ist es. – Es gibt einen Anteil in dir, der sich über Whatsapp mit Männern verabredet. Und die kommen dann hierher – und dieser Anteil macht die Tür auf. – – Dieser Anteil ist von den Tätern dazu gebracht worden, das zu machen. Es sieht aus, als macht er es freiwillig – aber es ist doch nicht freiwillig!!

Ich denke, diese Handeln verbindest du (und vielleicht auch andere Ichs) mit dem Namen M.M. (weil das ja der Name an der Tür ist).

Es kann gut sein, daß jetzt ein anderer Anteil nach außen drängt und du deshalb das Gefühl hast, keine Zeit mehr zu haben.

Bitte lösche die Mails!!

25.6.

Ich glaube ich verstehe was Sie meinen.

Diese ganzen Teile in mir wissen genau wie ich nichts von einander sind alle extra jeder für sich und jeder sieht sich nur sich selbst. Und das ist richtig so aber jeder andere Mensch sieht immer die Erwachsene Frau vom Foto. Also wenn ich jetzt ein Foto von mir von Nele machen würde würden Sie nur wieder den erwachsenen Körper sehen nicht mich.? Richtig?

Nele

Bitte nicht sauer werden falls ich es nicht richtig verstanden habe...☺

25.6.

Du hast es genau richtig verstanden mit den Fotos!

25.6.

Aber warum? Das ist doch dumm!

War das dann eben kein Traum?

25.6.

Nein, es war kein Traum. – Leider nicht.

Nele, ihr alle (also der Körper mit den vielen Ichs) ist seit der Kindheit in der Gewalt von Tätern, die Geld damit verdienen, ihn an Männer zu verleihen. Das macht dieser Körper nicht freiwillig – aber bestimmte Ichs müssen sich über Whatsapp anbieten. (Das Geld dafür kriegen die Täter.)

Andere Ichs sind Opfer von anderen Gewalttaten, wie du.

Und wieder andere Ichs wissen von dem allen gar nichts. Zum Beispiel das Ich, das die Mama von Amelie ist. Es ist nur für Amelie da – weiß nichts von Gewalt.

25.6.

Also war wirklich ein böser Mann hier? Vorhin? Habe ich deshalb ein Kleid an? Blute ich deshalb?

Warum Geld?

Nele

Wird keiner helfen?

25.6.

Ja, Nele. So ist es (leider). – Diese Männer bezahlen Geld dafür, daß sie Sex mit Frauen haben. Meistens ist es so, daß die Frauen von dem Geld nicht viel bekommen, sondern die Männer, die sie gefangenhalten. So ist es auch bei diesem Anteil.

25.6.

Nein Nein Nein! Sie haben das nicht richtig verstanden! So ist es nicht! Über Whatsapp fragen Freundinnen von dem ICH dem das Handy gehört! Keine Männer! Sie denken offenbar das ich wir wie soll ich sagen keiner ist eine Nutte! Warum denken Sie so schlecht von mir? Jetzt verstehe ich! !!!!

Nele

25.6.

Und was ist mit dem Kleid, der Tasse Kaffee, dem Blut?

25.6.

Keiner bekommt Geld! Mir uns wie auch immer wird nur weh getan! Jetzt bin ich wütend! Und verletzt! Warum? ???

25.6.

Ja es war jemand hier! Deshalb bin ich eine Nutte! Deshalb wollten Sie mich nicht sehen! Nicht nur eklig auch noch billig!

25.6.

Das stimmt nicht, Nele. Ich habs doch immer wieder gesagt: ihr alle (und zuerst der Körper) seid seit der Kindheit in der Gewalt von Tätern. Es sind seit der Kindheit manche Ichs dazu gezwungen worden, mit Männern Sex zu machen. Es war immer Zwang, und der Grund war immer, daß die Täter Geld damit verdient haben. Niemand von euch ist eine Nutte, eine Prostituierte!!!!!!!!!!!! Ihr seid in der Gewalt der Täter. – Und im Laufe der vielen Jahre haben einzelne Ichs das als ihre Aufgabe angesehen. Sie wissen es nicht anders! Sie sind mit Gewalt, mit Drohungen dazu erzogen worden.

Ich mag dich, und auch die anderen Ichs, mit denen ich zu tun hab. Ich hab keinerlei schlechte Gefühle euch gegenüber. Glaub mir bitte. Ihr seid nicht schuld!

25.6.17 Nele

Ich hasse mich hasse den Körper hasse die anderen Ich's fühle mich so schlecht! Männer tun mir weh und bezahlen dafür! Das kann ich nicht verstehen! Ich denke Träume und andere können mit mir machen was sie wollen mir weh tun wie sie wollen! Warum?

Wird keiner helfen?

25.6.17

Nele, leider gibt es so viel Gewalt auf der Welt. Es gibt auch viel Schönes auf der Welt aber du und ihr habt extrem viel Pech gehabt. Aber ich bin da (und ich bin nicht der einzige!), der Menschen unterstützen möchte, damit Gewalt aufhört. Du bist nicht allein, ihr seid nicht allein – und du kannst sicher sein, daß ich dich achte, und euch, und andere das genauso sehen. Es gibt keinerlei Grund für dich, DICH zu hassen. – Das einzige Hassenswerte sind die Täter, und auch Männer, die sich für Geld Sex kaufen.

Daß es solche Gewalt gibt, weißt du schon von damals her. Daß es mit dem Opa angefangen hat, hast du mir mal geschrieben.

Aber es gibt Befreiung. – Gib nicht auf! Glaub an die Befreiung, bitte.

Mondrian

PS: Und lösche die Mails!

25.6.

Damit Sie mir glauben das ich keine Nutte bin!

[snapshot von whatsapp-AnruferInnenliste]

25.6.

So bin ich nicht!!!! Die tun mir weh! Machen ganz böses mit mir! Und ich will das NICHT!!!!

Nele

[Weitere snapshots von whatsapp]

25.6.

Nele, du bist keine Nutte, das hab ich dir doch gesagt. Was hinter den Kontakten steht, weiß ich zwar nicht, aber ich vermute schon, daß es sich um dieses Thema dreht. Daß es keine "Freundinnen" sind.

25.6.

Genauso fühle ich mich aber! 😊

25.6. 20: 24

Befreiung? Verstehe ich nicht. Die ganze Zeit war ich doch hier habe es sogar erlebt dachte meinte weiß nicht mal wie ich den Zustand beschreiben soll! Das ich alles nur Träume konnte nichts dagegen tun wie auch? Wenn ich wirklich von Traum nicht unterscheiden kann! Wenn ich also von all dem was Sie mir erklärt haben etwas verstanden habe, dann können die dann kann jeder mit mir uns machen was er will! Außer wir arbeiten alle zusammen alle ich's die da sind.? Nur keiner weiß wie das geht! Keiner kennt keinen! Also ich bin zwölf nicht sehr klug aber für mich sieht das nach einem Dilemma aus! ???

Bitte sagen Sie mir was ich tun soll! Wer auch immer das war hat mir starke Schmerzen gemacht! Und so wie es aussieht wird der wiederkommen.

Nele

Wird keiner helfen?

25.6.

Nele, vor einem halben Jahr hat jemand von euch Kontakt mit mir aufgenommen und wollte Hilfe. Seit dieser Zeit schreibe ich mit mehreren Ichs Mails. Und das sind alles Gespräche über eure Situation. – Ihr alle, nicht nur du, habt in der Zeit sehr vieles gelernt. Und manche haben Vertrauen gefaßt zu jemandem außen, zu mir und zu dem, was ich euch erkläre. Das ist schon ein Schritt zur Befreiung.

Und ihr wart schon 2x in der Traumaabteilung der Uniklinik. Wenn ihr am Dienstag wieder hingehet, wird das das drittemal sein. Da sind andere Helfer, Ärzte und Psychologen, die euch unterstützen wollen.

Das ist der nächste Schritt.

In solchen Schritten geht es weiter... aber natürlich ist Befreiung nicht schon morgen. Es müssen noch mehr Ichs mitmachen. Bis dahin wird es leider noch Gewalt geben, wie bisher all die Jahre. Es ist schwierig, ja, aber es gibt nur die Alternative, ob du und ihr weitermacht auf dem Weg Richtung Befreiung, – verstehen lernen, klären innen, Kontakt suchen nach innen, zur Uniklinik gehen.. – oder ob du und ihr es nicht macht und so weiterlebt wie bisher.

Nele, ist es möglich, daß wir jetzt langsam Schluß machen für heute? Ich muß unbedingt hier heut abend noch etwas anders machen, und werde morgen vormittag auch weg sein (und muß früh aufstehen).

Aber morgen Nachmittag werde ich wieder hier sein und kann antworten. Ist das ok?

25.6. 23:06¹⁷⁸

Halt dich raus! Keiner wird Merle weg nehmen! Gehört mir! Sie ist so geil zu bumsen, die geilsten großen Titten und so lecker! Es gibt kein entkommen, gab es über dreißig Jahre nicht ,wird es nie geben!

Mehr Fluchtversuche=mehr Vergewaltigungen,Misshandlungen,Qualen, Leid!

25.6. 23:26

Warum lässt du mich allein? Bitte helfe mir ich habe Angst! Hat mir sehr weh getan bin müde. Warum antwortest du mir nicht mehr? Bist du böse auf mich weil ich dir nicht alles erzählen kann? Bitte bitte antworte rede mit mir, der böse Mann wird wieder kommen! Keiner hilft mir... Bitte lass mich nicht allein hilf mir bitte, ich will das Gefühl nicht mehr haben das ist doch falsch! BITTE BITTE BITTE werde auch auf dich hören und ganz lieb sein! Alles tut so weh!
Doris

26.6.17 03:06

Bitte Mo lass mich nicht allein. Bitte antworte... Doris

¹⁷⁸ Tätermail über den smartphone-Account von Merle & Co. – Ich habe niemals auf eine Tätermail (es kamen noch viele) geantwortet.

Wird keiner helfen?

26.6. 7:20

Hallo Doris, ich lass dich und euch nicht allein! Muß jetzt vormittags Besorgungen machen, später kann ich wieder mailen.

Mo

26.6.17 11:34

Endlich böser weg. Nicht klar denken kann. Warum Mo antwortest nicht? War lieb keiner sterben muss. Bitte reden mir.

Doris¹⁷⁹

26.6.

Hallo Doris,

ich hab dir in der Zeit nicht geschrieben, weil ich mir dachte, daß wieder ein Böser da war. – Doris, ich muß in einer halben Stunde hier aus dem Haus gehen, bin aber bald wieder da und kann dann wieder antworten. Es ist vielleicht das beste, wenn du dich erstmal ausruhst? Bis du wieder klarer denken kannst.

Jedenfall verlass ich dich und euch nicht. Ich bin auch froh, daß ich wieder von dir höre! Die ganzen letzten Tage haben Nora und Nele gemailt, das sind zwei andere Ichs, die auch so alt sind wie du.

Mo

26.6. Doris

Danke Mo! Danke ja etwas ausruhen

26.6.

☺

26.6. Doris

Hier stehen Taschen die wollen mich mitnehmen! Werde weglaufen!

26.6.

Merle, die Taschen sind sicher für den Aufenthalt in der Uniklinik ab morgen!

26.6.

Bitte sag mir was hier los ist warum hast du mir nicht mehr geantwortet? Was hab ich falsch gemacht? Die anderen Ich's haben mich weggetan.? Warum?

Doris

¹⁷⁹ Mail der "kleinen Doris", vermutlich eine aktuelle Abspaltung von Doris, in der die Gefühle des hilflosen Kindes bewahrt sind (eine Art *dissoziative Regression*). – Hier wird erstmalig deutlich, daß der/die Täter noch immer – wie sicher lebenslang und entsprechend wirkungsvoll – mit der Drohung operieren, wenn das Opfer nicht "lieb" sei, nicht "folge", müsse jemand anders sterben, in erster Linie wohl die Außentochter Amelie.

Wird keiner helfen?

26.6.

Doris, ich hab dir immer geantwortet. – Du warst nur im Innen, und andere Ichs haben den Körper übernommen. Sie wollten nach Berlin zu mir fliehen – aber das geht nicht so einfach, ich kann dich/euch nicht bei mir behalten. – Jetzt hat sicher ein anderes Ich die Taschen gepackt und die Fahrt zur Uniklinik organisiert.

Bitte, denk dran, die Mails zu löschen!

Mo

26.6. Doris

Was?

26.6.

Was verstehst du nicht?

Facebook:

26.6. 15:12

Amanda: Bitte möglichst eine Schweigepflichtsentbindung für mich in der Uniklinik hinterlegen!

Mail:

26.6. Doris

Gerade gar nichts.

26.6.

Doris, ab morgen könnt ihr in die Uniklinik gehen. Ich vermute, daß deshalb Sachen gepackt sind. – Bitte, versuch, dort auch etwas zu sagen über die Situation. Und sag denen, daß sie mir Auskünfte geben können – sonst dürfen sie mit mir nichts besprechen! (Natürlich nur, wenn du und ihr das wollt!)

Mo

26.6.

☹ Mo ich bin traurig aber ich kann dich total gut verstehen! Ich hätte auch keinen Bock alles ständig immer und immer wieder zu erklären! Macht vermutlich auch keinen Sinn!

Doris

26.6.

Doris, es ist alles ok! du warst wieder lange innen, und hast andererseits viel Schlimmes aushalten müssen – da ist es klar, daß einiges unklar ist bei dir. Ich erklär dir immer alles gerne, auch nochmal!

Mach dir keine Sorgen um mich.

Also: ab morgen Uniklinik, um euch zu schützen und zu helfen, gemeinsam stärker zu werden.

Und bitte denen sagen, daß sie mit mir sprechen dürfen (wenn du das willst). Und natürlich

Wird keiner helfen?

kannst du mir all die Zeit weiter schreiben. Ich geh nicht weg!

Mo

26.6.

Danke danke danke! Du bist so lieb!

26.6.

Wann sollen wir dort sein? Und wo?

26.6.

Sie haben euch einen Brief geschickt. Leider mir nicht (weil sie noch nicht wußten, ob du/ihr das erlaubt). – Aber es ist dort: (...)

Das Beste ist wohl, möglichst früh zu kommen. Aber ein Ich hat das vermutlich organisiert, denn jemand hat ja die Sachen gepackt.

Morgen bin ich allerdings den Tag über nicht zuhause, erst gegen Abend wieder. Aber dann werde ich auf jedenfall die Mails beantworten, die von dir oder anderen Ichs gekommen sind.

Mo

26.6.

Ich hatte so Angst du bist wütend auf mich! Ich hatte mich versteckt aber die haben mich gefunden und heute in der Nacht war plötzlich der Mann da! Ich wollte das nicht aber ich war trotzdem lieb und habe gehört sonst hätten die wieder etwas ganz ganz böses gemacht! Ich wollte das nicht! Wirklich!

Doris

26.6.

Ich bin nicht wütend auf dich! Ich will dir doch helfen!

Einfach alleine abhauen und verstecken funktioniert nicht – aber es gibt Helfer in der Außenwelt, die dir bei der wirklichen Befreiung helfen können. Und ihr, die Ichs, müßt lernen, zusammenzuarbeiten. Deswegen ist morgen auch der Termin bei der Uniklinik. – Und ich kenne auch andere Menschen, die gesagt haben, sie unterstützen dich und euch.

Mo

26.6.

Brief ist keiner hier!

26.6.

Soll ich da mal schreiben? Wissen die dort aber auch das wir allein sein müssen?

26.6.

Den Brief hat vermutlich dieses andere Ich eingepackt – sonst wären ja die Sachen nicht gepackt. Es ist natürlich schade, daß die andere dir nicht Bescheid gesagt hat. – Was das Alleinsein im

Wird keiner helfen?

Zimmer angeht: sie wissen vermutlich von dem früheren Aufenthalt, daß ihr das so wollt, aber sie hatten damals auch gesagt, daß es nicht immer klappt. Aber ihr seid dort sicher vor den Tätern – das ist doch die Hauptsache! Oder?!

Aber du kannst dem Psachologen natürlich jetzt mailen und drum bitten, klar!! Das wäre völlig ok!

Mo

....und dann hat Doris dem Psychologen gemailt und bekam folgende Antwort: " Sehr geehrte Frau Müller, wir haben uns noch nicht gemeldet, da wir noch kein Einzelzimmer frei hatten. Sehr wahrscheinlich wird dies Anfang August möglich sein. Unsere Sekretärin Frau ... wird sich diesbzgl. noch einmal mit Ihnen in Verbindung setzen." – Der Termin 27.6. war im Vorfeld genannt worden.

26.6.

Da hat wohl doch jemand für die bösen die Taschen gepackt!☹️☹️☹️ und du sagst weglaufen bringt nichts... Ich denke doch.

Doris

26.6.

Scheiße!!! – Da weiß ich jetzt auch nicht weiter. Leider informieren die mich nicht, weil sie nicht wissen, daß du es erlaubst! (Schweigepflichtsentbindung heißt das.)

Du könntest höchstens versuchen, in die allgemeine Psychiatrie zu gehen, weil du dich verfolgt fühlst. – Oder direkt zur Polizei. Sonst fällt mir nichts ein.

Weglaufen ... muß du entscheiden.

26.6.

Ich habe dem Psychologen nochmal geschrieben – von den "gepackten Koffern" der Täter – und ob du in die allgemeine Psychiatrie kannst.¹⁸⁰

26.6. Merle ¹⁸¹

Hallo Mondrian,

mach Dir keine Sorgen, ist doch egal.

In die Psychiatrie kann ich nicht, da werde ich Amelie verlieren! Und zur Polizei kann ich auch nicht!

Wir wollten nur mal schlafen!

Merle

PS warum kann nicht hören?

¹⁸⁰ Keine Antwort!

¹⁸¹ Das ist die Mama von Amelie, mit der ich bis dahin nur sporadisch Kontakt hatte. Welche Funktion sie innerhalb des Systems hatte, war mir zu diesem Zeitpunkt noch völlig unbekannt.

Wird keiner helfen?

26.6.

Hallo Merle, wir haben lange nichts mehr voneinander gehört. Nicht hören konntest du früher schon mal nichts, stand in einem Arztbericht aus der Klinik XY. Ich weiß nicht wieso.¹⁸² – Ich fühle mich sehr hilflos, wenn du mir sagst, daß es egal ist, daß du gar nicht befreit werden willst von den Tätern...

Mit Amelie hat es nichts zu tun, wenn du dir Hilfe holst bei Polizei und Psychiatrie (als Notfall). Wenn du das noch lange weitermachst mit den Tätern, geht dein Inneres kaputt, und damit ist Amelie auch nichts geholfen. Aber wie gesagt – es ist deine Sache.

Mondrian

26.7.

Das stimmt doch so nicht! Mein Ex wartet doch nur darauf! Es wird doch niemanden interessieren weshalb ich in der Psychiatrie bin oder war! Er stellt mich vor Gericht als irre dar und ich verliere meine Tochter! Sie ist das einzige was ich liebe! Unsere Gesellschaft ist so und ich denke, im Grunde weißt Du das ganz genau! Warum kann das denn keiner verstehen? Aber gut, wenn es denn so ist und Du mich nicht verstehen kannst, sondern der Meinung bist, ich wäre feige oder lieber bei den Tätern, dann möchte ich gar keine Hilfe mehr! Denn das verletzt auch!

Merle

26.6.

Merle, wir hatten darüber früher schon geschrieben. Es ist eben nicht so, wie du sagst. Du verlierst nicht deine Tochter – weil du nicht psychisch krank bist, sondern lebenslang in der Gewalt von Tätern. Und es gibt zwei psychotherapeutische Abteilungen, die wissen und bestätigen haben, daß es sich bei dir um Traumaschädigungen handelt – und das heißt: durch Andere Verursachtes. Wie eine körperliche Gewalttat (die ja auch dazu gehört).

Du kriegst von diesen fast täglichen Gewalttaten offenbar nichts mit (oder nur ganz im Hintergrund) – aber andere Anteile in dir leiden darunter so sehr. Sie halten es nicht mehr lange aus. Und dann wird alles noch schlimmer – auch wegen Amelie.

Unsere Gesellschaft ist nicht so, wie du denkst. Meinst du nicht, daß ich auch etwas von ihr weiß?

26.6.

Doch. Ich denke Du weißt eine ganze Menge! Nur leider kennst Du meinen Ex nicht. Ohne Frage bist Du ein ganz lieber, guter Mensch! Vermutlich bekomme ich nicht alles mit, aber auch bin müde, habe keine Kraft mehr. Ständig weggeschickt zu werden, immer nur zu hören, es wird Hilfe geben... geh ich in die Psychiatrie verliere ich Amelie! Geh ich zur Polizei verliere ich Amelie! Was also bleibt da noch? Ich habe es schon mal gesagt, zu lieben ist eben auch Scheiße! Es macht erpressbar! Wenn Du nun noch immer sagst es ist anders, ja dann, verstehst Du mich wirklich überhaupt nicht! Leider...

¹⁸² Eventuell somatoforme Dissoziation.

Wird keiner helfen?

Merle

PS eins noch, ich bin nicht dumm! Mir ist das alles völlig klar und bewusst!

26.6. Merle

"Gehe ich in die Psychiatrie, verliere ich Amelie. Gehe ich zur Polizei, verliere ich Amelie" – das ist wie ein Glaubenssatz aus einer Religion. Nur stimmt es nicht. Nicht dein Ex entscheidet sowas. Du bist eben nicht krank, und Amelie ist kein Baby – sie wird auch gefragt. Und ich glaube zu wissen, daß sie sich bei dir wesentlich wohler fühlt als bei ihm. Aber was red ich ... – ja, ehrlich: ich fühle mich jetzt sehr hilflos.

Facebook:

18:31

Achtung – vorerst keine Aufnahme in der Uniklinik, aber vermutlich Entführung durch Täter heute nacht oder morgen.

[gelesen 18:47]¹⁸³

Mail:

30.6. 16:08

Hallo Herr Mondrian,

Ich brauche keine Hilfe mehr. Es geht mir gut.

Merle

3.7. 18h

Hallo Mondrian,

Du hast recht, ich verstehe nicht was Du versuchst mir zu erklären. Aber ich habe große Angst! Ich kann spüren, dass wenn ich nicht dem entspreche was du erwartest, Du mich allein lassen wirst. Das darf doch BITTE nicht passieren. Nicht nur meinetwegen, vorallem doch wegen Amelie. Amelie brauch ihre Mama. Aber nicht nur eine Mama die irgendwie, geradeso funktioniert... Nein! Eine Mama die weiß was los ist, weiß was passiert.

Ich habe Dich angelogen, was mir sehr leid tut und nicht wieder gutzumachen ist. Habe Dein vertrauen gebrochen. Kann also gut verstehen, dass Du mir nicht mehr antwortest.

Dennoch habe ich erneut eingesehen, dass ich unbedingt Hilfe brauche.

Wenn nicht Deine, vielleicht weißt Du wen?

Ich hoffe sehr, dass Du es wenigstens lesen wirst.

Liebe Grüße Merle

PS es tut mir ganz ehrlich sehr leid! Ich hasse mich dafür gelogen zu haben...

¹⁸³ Und um 21h war die FB-Seite gesperrt. Von Merle & Co. kam dann (abgesehen von der Mail vom 30. 6.) rund eine Woche lang nichts mehr, was es noch nie gegeben hatte. Jetzt war leider offensichtlich daß die gepackten Koffer mit einer als "Urlaub" dargestellten Verschleppung der Täter zusammenhing. Amelie war in dieser Zeit (über 4 Wochen) beim Vater. Doris schreibt von der "Horror-Woche".

Wird keiner helfen?

3.7.

Liebe Merle!

Zunächst bin ich erleichtert, wieder von dir (euch) zu hören! Ich habe viel an euch gedacht in den letzten Tagen, als nichts kam von euch..

Nein, ich lasse euch nicht im Stich. Das habe ich dir und auch anderen Ichs versprochen, und es gibt gar keinen Grund, daß sich das ändern sollte.

Daß du gelogen hast – naja, ich wußte, daß du im schrecklichem Druck warst, der auf dich (und andere) ausgeübt wird von den Tätern wegen dem Kontakt mit mir. Etwas anderes war das für mich nicht. Ich habe einfach gewartet, bis – hoffentlich! – wieder eine authentische Nachricht von jemandem von euch kommt. Wie jetzt!

Jetzt zur "Hilfe". Leider kann ich dir immer wieder nur sagen, daß du nicht allein in deinem Körper bist, sondern daß noch viele andere da sind (mit einigen von ihnen habe/hatte ich Kontakt) – und daß dieser Körper all die Jahre von Tätern mißhandelt wird.

Du kriegst davon offenbar kaum etwas mit – weil es deine Aufgabe ist, die Mama von Amelie zu sein.

Mein Versuch, dir und euch zu helfen, lag darin, euch zu informieren über diese Zusammenhänge, und auch darüber, was es bedeutet, "Viele in einem Körper zu sein". Einige von den Ichs konnten viel mit diesen Informationen anfangen. Du wohl eher nicht.

Meine Frage an dich ist jetzt: wofür brauchst DU Hilfe?

Ich weiß, daß andere Ichs extrem leiden, verzweifelt sind, und Befreiung von den Tätern wollen. Diese Art von Hilfe geht aber nur, wenn ihr euch an äußere Hilfsmöglichkeiten wendet. (Natürlich bleibe ich gerne zugleich euer Berater!) Das heißt: die Traumaabteilung der Uniklinik, Sozialarbeiterinnen (es gibt Vereine, die bei diese Befreiung helfen) und andere. Vielleicht auch mal die Polizei. Das sind Hilfsmöglichkeiten außer mir. Dort wird euch nicht wehgetan. Das alles geht aber nur, wenn auch du und andere erwachsene Anteile da mitmacht! – Aber du willst so eine Hilfe offenbar nicht, weil du Angst hast, daß dir Amelie weggenommen wird. Ich sehe das anders – und darüber könnten wir auch noch gemeinsam schreiben.

Wenn du sowas also nicht willst, muß ich dich fragen: was für eine Hilfe möchtest du dann haben? Hilfe wozu?

Ich verlasse dich nicht (ihr gehört zusammen und ich unterstütze euch ALLE) – aber auch du muß weiterlernen (wie die anderen Ichs auch) und muß auch Entscheidungen treffen.

Das beste wäre natürlich, wenn ihr, die Ichs, miteinander sprechen würdet. Das geht, innerlich! Ihr könntet auch ein Heft anlegen, in das alle schreiben können, was dann andere Ichs lesen und beantworten können. Oder in einer Word-Datei auf dem Smartphone, die nur für euch Ichs ist. Das jetzt erstmal von mir. Jedenfalls: hab keine Angst, daß ich dich und euch verlasse.

Und bitte lösche die Mails, wenn du sie gelesen hast! Damit sie nicht den Tätern in die Hände fallen.

Ach ja, noch etwas: ich habe heute nacht wieder Nachtdienst und muß jetzt bald losgehen.

Morgen kann ich dir (und den anderen) wieder antworten.

Wird keiner helfen?

3.7. 18:58

Danke das Du geantwortet hast. Ich möchte wirklich verstehen! Doch was ist hier los? Wir haben zuletzt geschrieben an einem Samstag im Mai. Doch nun ist bereits Juli! Es sind Ferien. Amelie ist bei Papa. Eine Tasche steht hier. Gehe ich irgendwo hin?

Bitte sag mir, was ist los mit mir!? Bin ich verrückt? Was stimmt denn nicht? Warum weiß ich nichts? Komme mir gerade sehr hilflos vor. Und das macht mich wütend!

Merle

3.7. 9:52

Hallo Merle,

ja, es ist viel passiert in der Zeit. Du bist im Mai nach innen gegangen, wahrscheinlich weil es zuviel Streß für dich war, von mir all das Schlimme zu hören. – Dann haben andere Ichs mit mir gemailt und es gab viel Austausch, sie haben viel gelernt. – Dann wollte ein junges Ich abhauen zu mir nach Berlin. Aber ich mußte sie wegschicken, weil ich wirklich niemanden so einfach aufnehmen kann. Ich leb ja hier mein Leben mit meiner Freundin in einer winzigen Wohnung! Amelie ist über 4 Wochen beim Vater, und ein Ich hat mir geschrieben, daß ein Mann sie "in den Urlaub mitnehmen" will. Deswegen vermutlich die Tasche. Urlaub heißt allerdings BÖSES. Ich weiß nicht, ob ihr (also der Körper) jetzt schon mitgenommen worden ist auf diesen "Urlaub" oder ob das noch kommen soll.

Das ist das Wesentliche. – Ich bin grad aus dem Nachtdienst gekommen und möchte jetzt erstmal frühstücken. Später kann ich dir dann weiter antworten.

3.7. 19:05

Täter! Polizei! Amelie weggenommen!

Was bedeutet das alles? Habe Angst! Auch Angst das zu schreiben, aber ich verstehe nicht!

Bin zuhause, Amelie bei Papa, habe ZeugnisAusgabe verpasst, vermisse meine Amelie so sehr! Weiß nichts weiter...! Fühle mich gerade so allein. Habe keine Ahnung was mit mir passiert ist, was ich vielleicht getan habe!

Merle

3.7. 19:39

Dieses Gefühl von Hilflosigkeit, von Schwäche, dass bin ich nicht! Dieses Gefühl, keine Kontrolle zu haben, nicht zu wissen... . Verstehst Du, dass nimmt mir die Luft zum Atmen!

Angst zu haben, Angst vor mir selbst...

Vielleicht passt das nicht hierher, aber um Dich verstehen zu können, müsstest Du vielleicht zuerst mich verstehen, ja überhaupt zuerstmal kennen müssen.?

Denn Du solltest wissen, dass bin ich nicht... Ich behalte die Kontrolle, habe keine Angst, bin nicht schwach....

Merle

Wird keiner helfen?

4.7. 10:44

Hallo Mo,

Bin wieder da schon seit gestern Abend aber einer war über Nacht bis eben hier.

Es tut mir leid ich musste das schreiben. Die wollten mir einreden du gehörst zu denen aber das habe ich denen nicht geglaubt! Nele sagt mir schreib Herr dann wird er es bemerken...¹⁸⁴

Die werden mich wieder holen!

Doris

4.7.

Jetzt verstehe ich! Du hattest diese Mail geschrieben und Nele hatte gemeint, wenn du "Herr" schreibst, werde ich merken, daß es nicht stimmt? Genau so war es. Das "Herr" paßt nicht zu einer "Merle", weil nur Nele es sagt. Deshalb hatte ich nicht geantwortet, sondern einfach abgewartet.. – aber mir auch Sorgen gemacht!!

4.7.

Ja genau. Nele sagt mir sie sagt immer Herr zu dir und so wirst du merken das sie uns gezwungen haben das zu schreiben.

4.7.

☺!!

4.7.

Ach, das ist sehr schön! Und ihr könnt miteinander reden! Das freut mich sehr!! Ihr könnt euch in vielem ergänzen, weil ihr im gleichen Alter seid!

4.7.

Hallo Doris,

es geht im Augenblick sehr durcheinander bei euch. Ja, gestern abend war Merle, die AmelieMama da, dann kam Angst bei ihr – und dann hat vermutlich das Ich übernommen, das hier in der Wohnung Männer empfangen muß.

Wer behauptet, daß ich zu "denen" gehöre? "Herr" sagt bisher nur Nele zu mir – aber ich hab ihr schon oft gesagt, daß sie damit aufhören kann. Was du jetzt meinst, versteh ich nicht.

Also hast du Kontakt zu Nele? Das wäre ein wichtiger Schritt in die richtige Richtung!

Jedenfalls hat sich bei mir nichts geändert. Ich verlasse dich und euch alle nicht. ABER meine

Möglichkeiten sind begrenzt. Ich kann euch da nicht rausholen und an einem sicheren Ort

unterbringen. – Hilfe heißt, daß ihr euch traut, ein bißchen Vertrauen zu haben auch zur

Traumastation in der Uniklinik, und zu sozialarbeiterischen Hilfen (ich kenne einen Verein, der da unterstützen kann. Die Frau könntet ihr anmailen und einen Termin machen, zum Gespräch.

¹⁸⁴ Bezieht sich auf die Mail 30.6. 16:08, an der jedoch auch Merle beteiligt war (die sich für ihre Lüge entschuldigt hat). Auch später wurde immer wieder deutlich, daß es mehr Co-Bewußtsein gab, als die Anteile selbst bewußt wahrgenommen haben.

Wird keiner helfen?

Sie weiß, daß ihr derzeit nicht reden könnt.). Und die Voraussetzung ist, daß ihr zusammenfindet, also, miteinander redet, euch austauscht. Denn dadurch bekommt ihr Kontrolle über die Zeit. Jede, die etwas erlebt hat im Außen, kann es dann den anderen weitersagen.

Oder ihr könnt euch eine Word-Datei machen im Rechner (das geht sicher auch beim Smartphone, weiß ich allerdings nicht), in der alle Ichs was schreiben können, für die anderen!
Mo

Facebook:

21:18

Hallo Mondrian, Du hast uns fortgeschickt, zurück, doch du wusstest doch ganz genau das die uns holen würden! Es war dir egal, egal wie es immer allen egal war! Reden... immer nur reden! Aber wirklich helfen wird uns wohl niemals jemand! Warum dann erst Hoffnung machen? Es gibt keine Hoffnung, gibt keine Hilfe! Nie wird all die Wut aus mir raus können! Nie wird irgendwer verstehen was wirklich alles mit uns passiert! Nie werden ich oder die anderen je aussprechen können was uns angetan wurde noch wird! Aber wer kapiert das schon? Nach all den Mails, den ganzen Worten, anfangendem Vertrauen, schickst du uns einfach zurück! Zu diesen Schweinen! Teufeln! WARUM??? Die kleine hatte uns bis nach Berlin gebracht, wir waren fast in Sicherheit! Ganz ehrlich, ich weiß gerade nicht was mich wütender macht... Ronald

23:04

Ich will nicht mehr kämpfen müssen! Auch nicht gegen Tim und alle...!

4.7. 06:19

Hallo Ronald, ich kann nur helfen, indem ich euch informiere durch Mails. Ihr müßt Kontakt aufnehmen miteinander und dann GEMEINSAM handeln. Das hab ich schon oft erklärt. Wenn du es nicht verstehst, kann ich leider auch nicht ändern. – Es gibt Hilfe, aber das müßt ihr auch gemeinsam wollen. Aber es gibt Ichs, die keine Hilfe wollen, weil sie Angst haben, dadurch Amelie das Kind zu verlieren. Mondrian

[gelesen 6:35]

Mail:

4.7. Doris

Warum sagst du so etwas? und dann hat vermutlich das Ich übernommen, das hier in der Wohnung Männer empfangen muß. Ich bin die ganze Zeit hier! Mir tut dieser Scheißkerl weh macht böses mit mir! Denkst Du ich will das? Denkst du wirklich ich bin eine Hure? Ich bin ein Kind! Ich verstehe langsam die Schweine haben recht! Keiner glaubt mir! Nach dieser HorrorWoche dachte ich du wärst sicher

4.7.

Doris, nein, du bist nicht die ganze Zeit hier, jedenfalls nicht im Außen. – Was meinst du denn, wie der Mann in die Wohnung gekommen ist?

Ich hab dir soo viel zu erklären versucht, und du mußt es irgendwann verstehen lernen. Du bist nicht alleine im Körper, andere sind auch da, und du hast nicht die ganze Zeit unter Kontrolle,

Wird keiner helfen?

auch wenn du das meinst. Es passiert vieles, was du nicht mitkriegst. (Das gilt genauso für andere Ichs – alle kriegen nur einen Teil mit.)

Es gibt offenbar ein Ich, das über Whatsapp Kontakt zu Freiern hält und Termine vereinbart. Die Männer kommen, dieses Ich macht die Tür auf und ... es geschieht. – Kann sein, daß DU dann einiges von der sexuellen Gewalt mitbekommst. Aber du bekommst nicht mit, daß ein anderer Anteil mit diesen Kunden Termine vereinbart.

Es gibt Hilfe und Befreiung aus all dem – aber nur, wenn ihr diese Tatsachen begreift.

Ich versuche nach wie vor nichts anderes, als euch zu unterstützen – aber die Befreiung geht nicht weiter, wenn du (und auch andere) die Augen verschließt vor den bösen Tatsachen.

Mo

4.7.

Nein! Ich möchte nicht die Augen verschließen! Ich möchte dich verstehen und lernen! Aber sag mir doch bitte wie soll das denn gehen wenn du denkst ich bin eine Nutte!?! Ein schlechter dreckiger Mensch! Genau wie in den Augen der Schweinen nichts wert! Ich fühle mich so schon wie ein nichts aber wenn sogar du so über mich sprichst...

4.7.

Doris, eine Frau, die auf den Strich geht, ist keine böse oder schlechte Frau. Fast immer sind das Frauen, die selbst zuerst Schlimmes erlebt haben, oder sie brauchen Geld für Drogen.

Schlecht und ekelhaft sind nur die Männer, die sich Frauen mit Geld zu Sex kaufen!!!!

Und genau solche Männer reden dann den Frauen ein, sie seien schlecht, wenn sie sich prostituieren. Weil sie von sich ablenken wollen. Nein, die Männer sind schlecht und ekelhaft.

Bitte, überleg dir das sehr genau!

Natürlich haben dir das bestimmte Männer auch eingeredet (oder auch anderen Ichs). Aber es stimmt nicht.

Eine sehr gute Freundin von mir hat sich über Jahre prostituiert, weil sie Geld brauchte, weil sie heroinabhängig war. (Da war sie 17–24 Jahre alt) Ich achte sie nicht weniger als mich selbst oder als meine Freundin. Ich bin froh, daß sie es nicht mehr macht, und auch, daß sie vom Heroin runtergekommen ist – aber ich habe gar keinen Grund, sie zu mißachten.

Übrigens mache ich auch in einem Verein mit, der Zwangsprostituierten hilft, die aus Rumänien und Bulgarien hierher verschleppt werden. Dadurch weiß ich noch etwas mehr von der Situation von Prostituierten. Sie sind nicht ekelhaft. Sie sind es wert, daß ihnen geholfen wird.

So ist es, Doris!!

Bitte denk dran, die Mails zu löschen, ok?!

Mo

4.7.

Uniklinik hat eben angerufen ab 3. August kann ich dahin. Weißt du was?

Wird keiner helfen?

4.7.

Ich weiß von dem brief an euch. Daß sie erst Anfang August wahrscheinlich ein Einzelzimmer haben. Das scheint also endlich doch geklappt zu haben.

Ich hatte mich in ein paar Mails mit dem ausgetauscht, aber er darf eigentlich nicht mit mir kommunizieren, weil ihr es denen noch nicht erlaubt habt. Es wäre also gut, wenn du dann dort eine "Entbindung von der Schweigepflicht" unterschreiben würdest, für mich. (Natürlich nur, wenn es ok ist für euch.) – Er hatte schon 2x Formulare an dich geschickt, aber ich fürchte, die sind zu kompliziert für euch. Außerdem soll ja nur eine Schweigepflichtsentbindung speziell mir gegenüber sein, nicht aber für alle andere Stellen. Aber das müßt ihr selbst entscheiden.

Jedenfalls bin ich froh, wenn das klappt. Die stellen sich manchmal auch ein bißchen umständlich an, das ist in jeder großen Firma oder Behörde so, und natürlich kennen sie dich und euer System noch gar nicht, – aber ich bin sicher, daß sie es ehrlich meinen mit dir und euch – und daß sie auch die Bedrohung durch die Täter ernst nehmen.

Mo

4.7.

Mo leider verstehst du mich nicht und das macht mich gerade sehr traurig! Das alles was die Männer und auch was einzelne Männer mit mir machen möchte ich nicht! Die tun mir sehr weh sind böse zu mir! Und auch Drogen nehme ich nicht! Du kennst mich nicht aber das was diese Menschen mit mir machen ist böse! Ich bin doch lieb! Habe gedacht du möchtest mir helfen und erklären und lernen doch nun plötzlich denkst du so schlecht von mir! Ganz egal was du denkst wie alt ich bin ich bin doch zwölf! Das du das denkst kann ich nicht ertragen!

4.7.

Ich habe keine Mails erhalten! Nicht zu kompliziert! Ich bin nicht so blöd wie du denkst!

Doris

4.7.

Doris, leider ist es genau andersrum. Nicht ich verstehe dich nicht, sondern du verstehst mich nicht. – ES GEHT NICHT NUR UM DICH. Es geht um andere Ichs in dir. Ich weiß sehr genau, daß DU mit alldem nichts zu tun hast. Aber leider bist du nicht alleine in deinem Körper – und du kannst nicht immer wieder neu ignorieren, daß andere Ichs haargenau so lebendig sind wie du. Auch sie denken, sie sind alleine im Körper oder denken, sie können die anderen Ichs (wie z.B. dich) ignorieren. – Leider.

Alle grenzen sich von allen ab... keine will mit den anderen zu tun haben ... so war es all die Jahre – und leider verhindert das jede Befreiung.

Ich schreib dir das alles nicht, weil ich denke, daß DU so bist, sondern weil du wissen solltest, was sonst noch mit deinem Körper geschieht, Tag für Tag.

Klar, du kannst das Wissen verweigern. Auch andere Ichs wollen nichts davon wissen. Aber dann wird auch die Hilfe, die Befreiung unmöglich. Dann geht es halt immer so weiter mit der Gewalt. Und wenn du weiterhin schlecht denkst über Prostituierte, ist das deine Entscheidung. ICH denke

Wird keiner helfen?

nicht schlecht von ihnen, und auch nicht von dem Ich, das sich bei euch prostituiert.
Die Mails von der Traumastation kamen in der Woche, als ihr in der Gewalt der Täter wart. Die wurden sicher von den Tätern gelöscht. Ich schick dir im Anhang die beiden Formulare mal mit.

4.7. Doris

Genügt so nicht?

[Handschriftliche Schweigepflichtentbindung für Mondrian]

4.7.

Genauso hätte ich es mir vorgestellt! – Ja, versuchs, schick es dem hin. Es ist in jedemfall deine Willensbekundung – dann müssen die sehen, was sie damit anfangen.

Und: DANKE für dein Vertrauen in mich... obwohl wir manchmal auch unterschiedliche Meinungen haben.

4.7.

Ich möchte versuchen dich zu verstehen. Diese Männer sind so böse! Warum sollten ich's von mir das freiwillig machen? Es fällt mir schwer das zu begreifen!

4.7.

Darf ich dich etwas fragen etwas spezielles? Aber bitte wenn ganz ehrlich antworten!

4.7.

Doris, das kann mensch nur verstehen durch das Viele Sein, durch die Aufspaltung von allen Gefühlen, Empfindungen, Erinnerungen. – Es gibt Ichs, die spüren die Gewalt nicht als schlimm. Sie spüren auch keine Schmerzen. Sie sind entstanden genau für diese Situationen – daß sie die sexuelle Gewalt mitmachen. Es ist normal für sie.

Du kannst mich alles fragen, und ich werde immer ehrlich antworten! Die absolute Ehrlichkeit gilt für mich genauso wie sie ja auch für euch gilt.

Mo

4.7.

Und ja ich vertraue dir! Die wollten mir einreden du gehörst zu denen! Ich glaube Nele war sich nicht ganz sicher... Sie sagte du hast sie wohl zu denen geschickt. Aber ich sage ihr Mo gehört niemals zu denen!!!

4.7.

Danke, Doris! ☺

Es ging damals sehr durcheinander, als Nora zu mir fliehen wollte. Vermutlich ist Nele deshalb unsicher geworden – kann ich sogar verstehen. Aber ich denke, auch sie wird es noch verstehen lernen, wieso ich euch nicht in Berlin aufnehmen konnte.

Nein, ich gehöre nicht zu den Tätern. Ich hasse sie!

Mo

Wird keiner helfen?

4.7.

Also machen diese Ich's das im Grunde nur freiwillig damit nichts schlimmeres passiert?

Nun die Frage... Ich weiß nicht wie ich oder wir dich oder du uns gefunden hast.

Hast Du Gefühl oder denkst du es wäre besser du würdest mich nicht kennen? Davon nichts wissen.

Doris

4.7.

Ja, im Grunde ist es so, daß diese Ichs es machen, damit nichts Schlimmeres passiert. Sie kennen es nicht anders, als daß es Täter gibt, die Gewalt ausüben – und wenn sie nicht "mitmachen", wird die Gewalt schlimmer. Das ist die böse "Erziehung", die ihr seit vielen, vielen Jahren erlebt habt.

Dazu kommt Amelie. Es gibt Ichs, die Angst haben, daß Amelie ihnen von den Behörden weggenommen wird, wenn sie eingestehen, in was für einer schlimmen Lebenssituation sie sind. (Das stimmt aber nicht.)¹⁸⁵

Und deine Frage: NEIN, ich möchte es nicht anders. Ich mache ja das Info-Portal im Netz genau deshalb, weil ich Menschen unterstützen möchte, die derartiger Gewalt ausgesetzt sind oder waren. Außerdem ist es nichts Einseitiges: Ich lerne euch kennen als Mitmenschen und diese Bekanntschaften bedeuten mir sehr viel! Ich kann dich und euch ernster nehmen als viele, die draußen rumlaufen und ihr oberflächliches Leben leben, und eigentlich gar nicht wissen, was sie mit ihrem Leben anfangen sollen.

Am Anfang stand eine Anfrage eines Ichs von euch an mich, im Februar. Es war Amanda. – Falls sie dich interessiert, hier ist sie.. das war der Anfang!

"Hallo, Ich habe eine Frage. Ich habe eine Dissoziative Identitätsstörung, und zur Zeit keine Therapeutin, weil diese in Rente gegangen ist. Leider finde ich keine neue Therapeutin und auch keine Klinik die bereit ist, mich aufzunehmen bzw zu behandeln. Doch brauche ich dringend Hilfe. Zu dem ganzen kommt nun auch dazu, dass mein Körper aufhört zu funktionieren... Ach und, durch die Therapie kann ich seit 2014 nicht mehr sprechen. Was also kann ich tun? Haben Sie eine Idee wo ich Hilfe bekomme? Ich kann es nicht mehr ertragen, permanent weggeschickt, abgelehnt zu werden. Ich habe eine Tochter, ich möchte doch nur leben!!!"

Doris, ich bin jetzt für ca. 2 Stunden außer Haus. Danach kann ich wieder antworten!

Bis dann, liebe Grüße

von MO

4.7. 13:58

Schön dann verstehe ich ja doch etwas...☺

Danke für die Worte. Die sagen mir die ganze Zeit immer wieder das du mich allein lassen wirst! Weil ich angeblich zu anstrengend wäre!? Wirklich bin ich das? Und weil wenn du wüsstest was die mit mir machen...!!!☹☹☹ Doris

¹⁸⁵ Angesichts des geringen Engagements der öffentlichen Institutionen im Hinblick auf die Realität solcher Verbrechen ist diese Gewißheit leider nicht berechtigt.

Wird keiner helfen?

4.7. 15:59

Da bin ich wieder! – Es gibt viele Ichs, die in all den Jahren immer wieder die Erfahrung gemacht haben, daß Helfer sich abgekehrt haben. Teilweise nur, weil sie wirklich nichts machen konnten, weil sie das alles nicht so gut verstanden haben. Und dazu kommt, daß die Täter den Ichs immer wieder genau das eingeredet haben, wie dir: "Du wirst nie Hilfe bekommen! – Alle werden dich ablehnen, wenn sie wissen, was du gemacht hast!" und so weiter. Das machen die Täter, weil es der bequemste Weg ist, euch davon abzuhalten, Hilfe zu suchen!

Und es bewirkt bei den Ichs, daß ihr extrem mißtrauisch seid – weil ihr immer erwartet: "Jetzt wird er oder sie mich fallenlassen! Jetzt wird er wütend sein!"

Wenn etwas nicht gut geht, wenn ein Helfer/eine Helferin einfach auch hilflos ist oder sich irrt, einen Fehler macht – dann kommt gleich der Verdacht, "sie will gar nicht helfen!" oder "sie/er lehnt mich ab, weil ...!"

Das kann ich schon verstehen. – Und deshalb werd ich immer wieder neu versichern, daß ich da bleibe ... aber auch, daß ich kein Zauberer bin, daß ich euch nicht einfach so "retten kann" ... Und auch, daß natürlich auch ich Fehler mache!! Kein Mensch ist unfehlbar – beim besten Willen nicht.

Nein, du bist nicht zu anstrengend, für mich nicht und für niemanden, der oder die etwas versteht vom Viele Sein und von sexualisierter Gewalt und von Zwangssprostitution und Rituellicher Gewalt.

Klar, irgendwelche Menschen auf der Straße können das nicht verstehen, auch viele Psychotherapeuten und Ärzte nicht. Es ist eine sehr spezielle Situation, in der du und ihr steckt – das muß jeder erstmal verstehen lernen.

Und vor allem bist du ja nicht nur ein Opfer! Du bist ein Mensch mit einer Persönlichkeit, und als die nehm ich dich wahr und mag ich dich auch! Ja, dich Doris – und auch ein paar andere Ichs, mit denen ich schon mehr zu tun hatte. Also, das, was da zwischen uns ist, ist nicht nur Schlimmes, Anstrengendes, sondern auch Schönes – es sind Begegnungen zwischen Menschen!! – Frage beantwortet?

4.7.

Danke! Frage ganz prima beantwortet! Aber kein Zauberer...?☺

Ich habe der Sekretärin in der Uniklinik vorhin geschrieben das ich den Termin am 3.8 nehmen werde. Darauf kam das Schreiben... (*Anhang*)

Was natürlich Mist ist und ich vermutlich Ärger bekommen werde? Das nimmt falls ich das ganze hier richtig verstehe dem Mama-Ich vier Tage FerienUmgang und schon gleich eine Woche Umgang! Das wird dann vermutlich auch für die kleine blöd...?

Aber ich denke ich musste jetzt handeln sonst wäre der Platz weg gewesen...

Weißt Du das ist auch so etwas ich versuche wirklich immer auch bei den bösen lieb zu sein alles richtig zu machen doch dann geht alles falsch! WARUM?

Doris

Wird keiner helfen?

4.7.

Nein, leider kein Zauberer ...

Der Brief: da steht doch gar nichts über die Dauer? Oder hatten die das zuvor gesagt?

Thema Amelie. – Du weißt es vielleicht nicht, aber es gibt eine Forderung durchs Vormundschaftsgericht, daß M.M. sich um stationäre bzw. ambulante Therapie kümmern muß. Das war eine Bedingung für das Aufenthaltsrecht für Amelie – denn es gab ja zuvor schon die Berichte der anderen Fachklinik. Es war also klar, daß bei euch schwerwiegende traumatische Folgeschädigungen bestehen. Und niemand wußte, wie sich das auf Amelie auswirkt.

Deshalb ist es meiner Meinung nach wirklich wichtig, daß du/ihr diese Möglichkeit annehmt. DIESE Traumaabteilung hat in der Oberärztin eine wichtige Traumaforscherin – das ist ein Glücksfall! Wenn ihr das nicht wahrnehmt, wird sich das Vormundschaftsgericht sicher rühren. Zumal ja auch Amelies Vater sich offenbar Sorgen macht wegen Amelie.

Das andere ist, daß ihr euch wirklich sehr ernsthaft um Befreiung kümmern müßt – auch wegen Amelie. Die wird älter und wird im Laufe der Zeit natürlich noch mit anderen Themen zu ihrer Mutter kommen. Wenn dann die Mutter (Merle-Mama) und der Körper so sehr gestreßt ist durch die Tätergewalt... wird das schwierig werden.

Wenn aber klar ist, daß du/ihr ernsthaft in Verbindung mit der Traumastation der Uniklinik steht, und zugleich auch mit mir, dann wird auch fürs Vormundschaftsgericht deutlich, daß M.M. etwas tut in Richtung auf Heilung.

Täter: Daß du immer versuchst, alles richtig zu machen, "lieb" zu sein: Das gehört sicher auch zu der bösen "Erziehung" in deiner echten Kindheit, damals. Du warst doch diejenige, die immer lernen wollte – und dazu gehört für ein Kind, daß es sich gut stellen muß mit Erwachsenen (auch Lehrern) – denn von denen kann es ja meistens lernen. Ich denke, es hing damit zusammen.

Daß es heutzutage nicht klappt, ist klar – weil ihr es den Tätern niemals recht machen könnt. Sie wollen dich und euch alle immer im Streß halten – damit ihr keine Kraft habt zu fliehen, zum Ausstieg.

Außerdem gibt es heutzutage mehr Ichs als damals – es sind im Laufe der Jahre viele dazugekommen. Und auch dadurch wird alles komplizierter. –

4.7.

Über die Dauer ich denke sind sich nicht sicher.? Wenn es denen zuviel wird...!

Also war es aber richtig.?

Nur was mach ich denn bis dahin? Die kommen doch wieder!

Mir ist immer nicht ganz klar woher du alles weißt. Ja es stimmt die rauben mir meine Kraft.

Nicht nur durch das was die mit mir machen die lassen mich auch nicht schlafen! In der Kiste glaub mir könnte keiner schlafen! Zuviel Angst!

Das wird dann aber ein Therapeut sein? Hatte er sich noch bei dir gemeldet?

Doris

Wird keiner helfen?

4.7.

Doris, es geht nicht darum, daß es "denen zuviel wird". Sondern es ist immer so, daß in so einem stationären Aufenthalt ein bestimmtes Teilziel vereinbart wird. Also: "wir wollen versuchen, Ihnen zu helfen, mehr Kontakt zwischen den Anteilen herzustellen." (als Beispiel) – Und dann geht die Klientin wieder nachhause und macht dort wieder weiter. Am besten natürlich dort mit einer ambulanten Therapeutin.

In jedemfall hast du (und habt ihr) den Kontakt mit mir – und natürlich bleibe ich euch in jedemfall treu, auch wenn eine ambulante Therapeutin gefunden werden kann. Falls keine gefunden wird (die sich auskennt!!), könnt ihr mit mir, über die Mails, auch weiterhin wichtige Schritte machen.

Wie es jetzt mit der Zeitdauer ist, weiß ich natürlich auch nicht. Meistens gibt es da schon eine Planung – auch wegen der Krankenkassen (die es ja bezahlen müssen).

Ja, richtig ist es ganz sicher, diesen Schritt zu machen. – Ich sehe dabei als wichtigstes Ziel, daß mehr Ichs anfangen, HOFFNUNG zu haben, daß Befreiung möglich ist. Daß es in der Außenwelt Helfer gibt (und nicht nur mich).

Der Psychologe (Herr Bayer) hat sich jetzt nicht mehr gemeldet bei mir – weil er ja, wie gesagt, nicht mit mir kommunizieren darf, wegen Datenschutz/Vertrauensschutz, solange keine Schweigepflichtsentbindung vorliegt. (Hast du deine Formulierung wirklich abgeschickt?)

Ja, du hast recht, die Täter werden weiter kommen – und die Hauptsache ist, daß du am 3. in Freiheit bist und in die Uniklinik kannst. (Vorher hinzugehen macht keinen Sinn, weil sie dann das Bett noch nicht frei haben werden – aber falls du wegen der Täter erst einen oder zwei Tage später hingehen kannst, wird das auch ok sein. Du mußt es halt dann begründen.)

4.7.

Ich hatte noch nichts wegen dem Streß gesagt. Mir ist klar, daß ihr (also der Körper) viel zuwenig schaaft – erstens wegen den Tätern, und zweitens, wenn ihr nicht in der Gefangenschaft der Täter seid, ist oft Amelie da, oder ein Ich schreibt mit mir – da bleibt wenig Zeit zum Schlafen. Leider. – Nele und Nora haben auch immer wieder über große Müdigkeit geklagt.

Die Kiste..... ich wußte nicht, daß sie das öfters machen. Es sind Teufel. – Ihr müßt euch wirklich befreien.... !!

Mo

4.7.

Schicke ihm das gleich.

Das ich da nicht pünktlich hinkomme darum ging es mir gerade nicht. Es ging mir um uns! Die Schweine werden weiter machen! Ich kann nicht begreifen das es nun angeblich Menschen gibt die mir bzw uns glauben und doch hilft uns keiner!? Verstehst du was ich meine am Ende haben die doch recht! Keiner hilft mir! Die können einfach machen was sie wollen mit mir!

Eigentlich wollte ich etwas sagen/besprechen/verstehen! Aber es scheint eh nicht änderbar...???

☹️☹️☹️

Doris

Wird keiner helfen?

4.7.

Doris, weißt du nicht, daß ich seit dem Februar versuche, dir und euch zu unterstützen – indem ich Tag für Tag Mails mit dir und anderen Ichs wechsele? Weißt du nicht, daß ich jetzt schon zum drittenmal die Möglichkeit organisiert habe, daß ihr in der Uniklinik aufgenommen werdet? Und es ist auch für eine Uniklinik nicht selbstverständlich, daß sie sich auf diese Weise um Menschen kümmern, wie die es machen. Diese Mails mit dem Psychologen, und zuvor meine Mails, und ich habe mit der Sozialarbeiterin telefoniert (zu Ostern). – Normalerweise kriegen MitarbeiterInnen von Krankenhäusern einfach nur ne Überweisung von einem Arzt. Da werden nicht viele Worte gewechselt.

So funktioniert Hilfe in der Welt. Ich hatte ja gesagt, ich bin kein Zauberer. Es geht alles Schritt für Schritt. Es kostet ja schließlich auch Geld – den Aufenthalt muß die Krankenkasse bezahlen. Und dazu müssen Gründe vorhanden sein, die die Krankenkasse akzeptiert.

Dazu kommt, daß solche Taten, rituelle Gewalt und all das, erst in den letzten Jahren in der Öffentlichkeit bekannter geworden sind. (Dazu trägt auch ein bißchen mein Informationsportal bei – über das ihr mich ja auch kennengelernt habt)

Es geschieht schon einiges in Richtung auf Hilfe!

Ihr seid seit vielen Jahren, eigentlich lebenslang, in der Gewalt der Täter – sicher hast du in der Zeit viele schlechte Erfahrungen mit Helfern gemacht. Aber bitte versuch jetzt ein bißchen Hoffnung zu haben und guck hin, daß jetzt tatsächlich etwas geschieht.

Aber natürlich müßt du und müßt ihr auch mitmachen, euch drauf einlassen. Die Befreiung kann auch deshalb nicht so schnell geschehen, weil es noch viele Ichs gibt, die NICHT MITMACHEN. Die Hilfe verweigern – aus Angst. Würden die erwachsenen Ichs aktiv mitmachen, wäre die Befreiung in ein paar Wochen möglich.

4.7.

Nele sagt mir das auch aber das Problem ist wir können auch nicht schlafen wenn die bösen uns nicht quälen. Du kannst es dir sicher nicht vorstellen aber dann kommen Träume und in uns ist so viel Angst! Im Bett oder wo auch immer zu liegen total müde und dann das kleinste Geräusch der ganze Körper schreckt zusammen... ☺

Doris

4.7.

Ja, Doris, das ist mir klar. Wer ständig so tyrannisiert wird wie ihr, der hat die Angst, die Panik fest in sich drin, das verläßt euch nie. (Das heißt "Hyperarousel" – diese ständige Anspannung) Das wird nicht weggehen, solange ihr in der Gewalt der Täter seid. Aber wenn ihr befreit seid, dann wird das weniger – auch mithilfe der Therapie.

Es gibt auch innere Hilfen – wenn ihr euch innen einen Sicheren Ort schaffen könnt, in dem ihr ausruhen könnt. Leider gibt es da jetzt noch Ichs, die solche inneren Sicheren Orte zerstören. Ich hoffe, daß ich denen einmal helfen kann, zu verstehen, daß es anders besser ist – auch für sie selbst. Oder vielleicht können es die Therapeuten in der Uniklinik.

Wird keiner helfen?

4.7.

Es tut mir leid! Manchmal ist es so da verstehe ich mich selbst nicht! Klar das ist keine Entschuldigung dafür aber ich habe das alles so satt! Dieses da sein dann weg sein! Die ganze Gewalt! Das mit dem Kind! Mit dir! Alles um mich herum zerbricht...! Weißt Du was ich mir manchmal wünsche?

4.7.

Das sind vermutlich die ich's die mich verletzen?

4.7.

Doris, ich versteh das alles. Es ist völlig natürlich, daß es in dir so ist. Die Hoffnungslosigkeit, Resignation. Die völlige Überforderung durch diese ganzen Umstände. Die Täter, das Chaos innen, und dann noch all die Erklärungen von mir. Und die Angst, daß ich doch auch weggehe, wenn du irgendwas "falsch machst". – – –

Ich kann dir das nicht wegmachen, diese dauernde Überforderung – aber denk dran, daß ich ES WEISS und VERSTEHE. Und immer dran denke. Und daß ich zu dir und euch halte – und keine Forderungen stelle!!

Ich orientiere mich an deinen und euren Möglichkeiten. Du und ihr seid die Hauptsache, nicht ich.

Ich wollte dir jetzt nur helfen zu verstehen, wie Hilfe in der Welt funktioniert. Denn es ist klar, daß du das bisher nicht so mitkriegen konntest. Du brauchst dich für nichts zu entschuldigen – es ist natürlich, wie es dir geht. Es würde jedem in deiner Situation so gehen.

Ja, es sind andere Ichs, die den Körper verletzen, die haben früher innere sichere Räume zerstört. Sie haben viel Wut in sich – und Angst vor den Tätern. Sie wollen, daß du und die anderen, die im Außen sind, sich gegen die Täter wehren. Aber ich versuche denen auch zu sagen, daß ihr das nicht alleine könnt. Daß die innen mitmachen müssen.

Mo

4.7. 18:52

Einer ist mir gefolgt...🐱🐱

4.7.

Bist du auf der Straße? – Versuch, im Körper zu bleiben – laß kein anderes Ich raus. Vielleicht klappt es.

Und lösche die Mails!!

4.7.

Bin wieder zu Hause. Der hat mich verfolgt! Ich habe nur für Benny etwas Löwenzahn gepflückt. Und natürlich voll in die Brennesseln gefasst...🐱

Ja versuche ich zu bleiben!

Wird keiner helfen?

4.7.

Solche Sachen gehören auch zum Befreiungsweg! Wenn du und andere Ichs einander besser spürt und unterscheiden könnt, dann kannst zum Beispiel du mit deinem Willen stärker sein und verhindern, daß ein anderes Ich nach außen kommt – ein Ich, das vielleicht denkt, der Mann ist "gut" und mit ihm mitgeht.

Oder du kannst verhindern, daß ein bestimmtes Ich Vereinbarungen trifft zur Prostitution (über whatsapp).

(Tut mir leid, daß ich das Thema wieder erwähne –aber leider gehört es zu den Tatsachen.)

4.7.

Danke das du weisst und verstehst! Und Nein keine Resignation. Ich möchte lernen. Nur um zu begreifen muss ich verstehen!!!

Auch wenn es dich nicht interessiert ich sag's dir trotzdem. Ich wünsche mir... ganz allein zu sein! Keiner fasst mich an keiner spricht mich voll keiner riecht keiner gibt mir das Gefühl total anders zu sein! Völlig falsch hier zu sein! Als ob ich vom Mars komme! Meine Ruhe zu haben... einfach ich sein so wie ich bin! Weisst du was ich meine?

Doris

Und doch hat Nora recht!...

4.7.

Ja, das verstehen ist die wichtigste Grundlage für Veränderung, für Heilung, für Befreiung.

Doch, es interessiert mich natürlich, was du angedeutet hast – ich mag nur nicht so nachfragen... das liegt mir nicht. Ich möchte offen sein für das, was jemand mir von sich aus sagt.

Ja, dieses Gefühl, diese Sehnsucht – auch das ist ganz natürlich. Wir Menschen brauchen die Möglichkeit, uns abzugrenzen gegenüber der Außenwelt. Und das konntest du, konntet ihr niemals im Leben. Ständig sind die Menschen (Täter) über eure Grenzen gegangen, haben dich und euch zum Gegenstand gemacht, den sie benutzt haben.

Es ist ein völlig natürliches und gesundes Gefühl, dieser Wunsch, endlich mal für dich zu sein. Wenn du erst befreit bist von den Tätern, ist das eine wichtige Aufgabe in einer Therapie: lernen, sich abzugrenzen, – lernen, ganz aus sich heraus das eigene Leben zu entwickeln. Und du kannst das lernen!

Aber du sollst doch wissen, daß du für mich kein Marsmensch bist. Ich empfinde dich einfach als Mitmensch – der nur extrem viel Schreckliches überlebt hat. Aber trotzdem ist für mich das wichtigste die Nähe, die ich zu dir empfinde – einfach weil du ein Mensch bist wie ich.

Worin hat Nora recht??

4.7.

Mo das ist ok. Habe dich nun verstanden. Ja werde es weiter versuchen...

Ich möchte bitte noch etwas fragen.

Wird keiner helfen?

Es ist etwas kompliziert. Kannst du dir vorstellen das etwas passiert was du nicht willst aber nicht verhindern kannst. Währenddessen passiert etwas was du auch nicht willst!!!! Und doch willst! Weisst du was ich meine? ???

Doris

4.7.

Ja, das kann ich mir vorstellen. Es ist sogar oft so – bei allen Menschen. Wir haben alle verschiedene Bedürfnisse und Gefühle und Ängste und anderes in uns – und manchmal berührt eine einzige Situation mehrere dieser Momente in uns.

Wichtig ist dann, sich erstmal einzugestehen, daß alle diese unterschiedlichen Reaktionen zu einem selbst gehören. Es ist einfach so – ob wir es wollen oder nicht.

Und dann, hinterher, können wir drüber nachdenken, wie wir mit diesem "es ist einfach so" umgehen.

Mo

4.7.

Nele sagt Nora vertraut dir auch. So gern ich auch allein sein möchte und ich weiß das klingt jetzt total absurd und bekloppt hat Nora es richtig erkannt. Der sicherste Ort für mich für uns bist im Moment du! Keiner kann sich vorstellen wie müde ich bin! Möchte schlafen schlafe manchmal auch ein im sitzen egal wie... doch dann eben... nun das absurde und ich weiß bin schon zwölf es ist mir schon zu blöd es aufzuschreiben egal... wenn jemand da wäre... dem ich vertraue der aufpasst!

Was sagtest du seit Februar? Aber jetzt hab ich es geschafft! Nun bist du überzeugt das ich irre bin!

Doris

Gut das wir schreiben so siehst du nicht das ich mich gerade schäme🙄🙄

4.7.

Aber was wenn es eine Situation ist die NICHT "einfach so" sein darf!? Ich dies aber nicht verstehen kann! Es mich zerreißt! Das nicht sein darf! !!!

4.7.

Ich bin froh, daß Nele und Nora mir vertrauen. Aber – ich bin vielleicht der Mensch, dem ihr jetzt am meisten vertrauen könnt, aber ich bin kein sicherer Ort. Ihr könnt nicht bei mir wohnen und leben! Deswegen ist es noch immer wichtig, daß ihr vielleicht doch mal einen inneren sicheren Ort findet. Vielleicht wenn ihr euch verbündet und zu dritt stark genug seid, den sicheren Ort innen zu machen. Ich bin in Gedanken dabei!

Seit Februar versuche ich, euch zu erklären, was es auf sich hat mit Viele Sein und den Tätern, das meinte ich.

Aber wieso sollst du jetzt irre sein? Du bist kein bißchen irre, sondern sehr klar. Aber eben nicht allein im Körper – deshalb das Durcheinander manchmal.

Du brauchst dich nicht zu schämen. Ich ahnte schon, was du meinst mit der Widersprüchlichkeit

Wird keiner helfen?

der Gefühle. Es ist natürlich, daß dein Körper so reagiert. Es ist nicht böse oder schlecht. Nur die Täter sind böse, weil sie etwas erzwingen.

4.7.

Ich denke habe eine Lösung für nächste Woche gefunden. Werde Amelies Papa fragen ob wir die Wochen tauschen. Ich die nächste er dafür die letzte. So können die Schweine mir wenigstens nächste Woche nichts tun.? Und Günther hat normal keinen Grund es abzulehnen. Denn Amelie sagt sie fahren nicht weg und Amelie wird traurig sein weniger Zeit bei Mama zu sein. Will er das Amelie antun?

Doris

4.7.

Das ist eine sehr gute Idee!!! Hoffentlich klappt es.

4.7.

Falsch alles durcheinander!☹️☹️☹️

4.7.

Ich versteh dich grad nicht!

4.7. 20:09 Anne

Sorry! Aber ich bin wohl stärker als die kleine?!

Woher weißt Du von mir?????????

Stelle mich kurz vor, ich bin die Schlampe, die Nutte die ganz freiwillig mit den Männern mitgeht! Und ja, der nächste wartet schon, er wird mich mitnehmen und die ganze Nacht ficken! Das wird wieder eine geile Nacht, ein Riesenspass! Anne

4.7. Anne

Hey Anne, grüß dich!

Tut mir leid, eine Schlampe bist du für mich nicht. Allerdings so ganz freiwillig ist das meiner Meinung nach nicht, was du machst. Aber ok, – wenn du magst, könnten wir ja drüber reden (vielmehr schreiben).

Gruß Mondrian

4.7. Anne

Über was schreiben? Ich bin eine Hure!

Meine Frage wurde nicht beantwortet. ?

4.7. Anne

Hallo Anne,

es ist 100%ig deine Entscheidung, ob du mit mir schreiben möchtest. Ich würde mich freuen, denn du gehörst ja doch zu den anderen und ich würde mich gern auch mit dir austauschen

Wird keiner helfen?

5.7. 10:30

So, ich bin wieder da. Du auch?

Mo

5.7. 12:48

Hallo Mo,

Heut früh kam ein böser! 😞😞😞

5.7.

Ja, ich dachte es mir, weil du nicht mehr geantwortet hast. Und wie geht es dir jetzt?

5.7.

Beantwortest du mir bitte lieber noch die Mail?

5.7.

Ja, klar. Hab ich nicht vergessen!! – Hinterher müßte ich wiederum aus dem Haus gehen (für etwa eine Stunde).

Ich verstehe dich vollkommen, daß du dir mich wünschst, um endlich mal schlafen zu können ohne Gefahr. – Aber es ist halt so: wenn ihr es einmal erlebt habt, bei mir zu schlafen, dann werden ganz viele Innenkinder diesen äußeren Sicheren Ort immer wieder und dauernd herbeisehnen. Es wird dann für euch noch schwieriger, weil die kleinen Ichs nicht begreifen können, daß es nur einmal war. Deshalb habe ich euch (Nora und Nele) damals nicht aufgenommen, als sie schon in Berlin waren. Aber ein erwachsenes Ich (Amanda) hat mir hinterher Recht gegeben, wegen der kleinen Innenkinder.

Es gibt aber gar keinen Grund, dich für diesen Wunsch zu schämen. Es ist wirklich schlimm – mir ist klar, daß ihr (also der Körper) kaum zum Schlafen kommt, nicht nur wegen der Angst, sondern auch, weil neben den Tätern und der Prostitution ja auch immer die Mails mit mir kommen.

Ja, ich kann mir gut vorstellen, mal zu euch zu kommen. Vielleicht wäre es zweckmäßig, wenn ihr dann in der Uniklinik seid, daß wir uns austauschen können, auch mit den Psychologen dort. – Oder auch privat irgendwann. – Und wenn ihr euch mal wirklich zum Ausstieg entschlossen habt, kommt sicher auch mal die Möglichkeit, daß ihr hier bei uns seid!! Ich würde mich freuen! Zu dem anderen Thema. Ich vermute, es hat mit sexuellen Gefühlen zu tun? – Aber egal was es ist: wenn du den Mut hast, es mir gegenüber auszusprechen (zu schreiben), werde ich ganz sicher ernst darauf eingehen und dich dabei unterstützen, für dich eine Lösung zu finden. So, jetzt geh ich erstmal. – Denkst du dran, die Schweigepflichtsentbindung loszuschicken? Und auch wieder: die Mails löschen.

Bis später!

Wird keiner helfen?

5.7.

Ich verstehe dich total! Nur leider habe ich gerade mal wieder das Gefühl Du verstehst mich überhaupt nicht! Was mich traurig und aber auch wütend macht... allein macht! 😞

Doris

5.7.

Doris, wir müssen einander erklären, was wir meinen. Niemand versteht alles auf Anhieb – wie soll das auch möglich sein bei so unterschiedlichen Lebenserfahrungen? Ich hatte ja schon gesagt, ich bin kein Zauberer. Ich bemühe mich, zu verstehen – aber wenn du den Eindruck hast, ich verstehe etwas nicht oder falsch, dann erklär's mir.

So ist es zwischen allen Menschen ... selbst Petra (meine Freundin) und ich müssen uns fast jeden Tag irgendwas erklären (wie wir uns fühlen oder wieso wir dies oder das gemacht haben oder gesagt haben), was die/der andere nicht oder falsch verstanden hat! Und dabei sind wir 10 Jahre zusammen.

Mo

5.7.

Möglich das es so sein wird mit den InnenKindern? Doch bitte Versuch mich mal zu verstehen... wenn ich richtig verstehe bin nicht nur ich müde sondern der ganze Körper ist fertig.? Mit der Uniklinik hast du recht das ist eine gute Chance für uns einen großen Schritt weiter zu kommen. Viel zu lernen in kurzer Zeit. Dazu sollten wir/ ich aber Kraft haben! Ich habe das von Neles erzählen her bereits verstanden das wir nicht einfach zu dir kommen können. Aber du oder ihr könntet doch zu uns kommen.? Unsere Wohnung ist sehr groß. Ich weiß nicht was du von mir hältst was du von mir denken magst aber ich möchte nur eins! Schlafen! Das mag schwer zu verstehen sein aber ich bin so unvorstellbar müde und riesige Angst die Augen zu schließen! Bitte versteh mich doch... nur schlafen... ohne Angst!

Doris

Manchmal fallen meine Augen einfach zu.. wie vorhin... Ich schreib dir das es klappt mit der kleinen ich schlafe ein habe Handy noch in der Hand. Plötzlich reißt der mich wach! Ist wütend so wütend! So böse zu mir.... 😞😞😞😞😞

5.7.

WAAAS immer noch kein Zauberer? 😞

5.7.

Doris, ich nutze hier jede Stunde, die ich habe, für irgendwas. Wir sind hier sind ständig am planen, Terminkalender wälzen, müssen jeden Einkaufsgang planen einfach aus Zeitgründen. Es geht einfach nicht, mal so einfach zu dir zu kommen, tut mir leid.

Ich verstehe das mit dem Schlafenwollen, aber ich bitte dich, zu akzeptieren, daß ich mehr nicht geben kann, als ich gebe.

Ändern wird sich das alles erst, wenn ihr euch auf den Weg zur Befreiung macht, wenn ihr befreit

Wird keiner helfen?

seid. Dabei möchte ich euch unterstützen – auch wenn es noch Jahre dauert. Aber mehr geht eben nicht.

Mo

5.7.

Was soll ich dazu sagen? Das ich es verstehe. ? Ich finde gut was du tust für mich für uns für andere! Aber nein verstehen kann ich nicht! Aber das ist ok ich bin zu blöd zu naiv. HELFEN wie stelle ich mir das vor? Das jemand für mich da ist. Das bist du! Aber eben auch das jemand da ist wenn ich ihn brauche. Und das ist NIE JEMAND! NOCH NIE! also muss es wohl an meiner naiven Vorstellung liegen... !

Das für mich wirklich verrückte ich wünsche mir nur zu schlafen! Keinen Goldschatz...

5.7.

Doris, was du dir wünschst, ist genau das, was sich jedes Kind wünschst – und was auch für Kinder ganz natürlich ist: daß die Eltern (oder irgendwelche andere Erwachsene) einfach DA SIND, wenn es sie braucht. Dieses Gefühl hast du in dir... und das ist ganz natürlich und richtig für jemanden, der 12 Jahre alt ist.

Aber leider ist es ja anders... leider hast du nicht solche Eltern gehabt... und da fehlt etwas, was später kaum mehr nachzuholen ist.

Wenn du körperlich wirklich ein Kind wärst, dann würde es Hilfsmöglichkeiten für Kinder geben, zum Beispiel Pflegefamilien. Um Kinder, denen es sehr schlecht geht, MÜSSEN sich bestimmte Ämter und Professionelle kümmern. – Aber ihr seid erwachsen, ihr als Körper mit vielen Ichs. Und für Erwachsene gibt es keine Pflegefamilien mehr – und insgesamt auch nicht so viele Hilfsmöglichkeiten vom Staat her. Erwachsene müssen selbst Schritte machen, um Hilfe in Anspruch zu nehmen.

Es gibt auch Menschen, die freiwillig, ohne Geld, ehrenamtlich Erwachsene unterstützen, die in irgendeiner Weise besonders viel Hilfe brauchen. Ich bin einer davon, und es gibt ja einige Opfer und Überlebende, die ich zu unterstützen versuche. Hab dir ja auch von dem Verein erzählt, in dem ich mitmache im Zusammenhang mit Zwangsprostituierten aus Rumänien und Bulgarien. – Es gibt so viel zu tun, es gibt so viele Menschen, die Unterstützung brauchen, wie sie die nicht automatisch vom Staat erhalten! Da muß jemand wie ich auch aufpassen, daß er nicht sich selbst überfordert.

Es reicht nie, was man tut – das Gefühl hab ich jeden Tag. Aber so ist es. Wenn ich nicht auch auf mich aufpasse, kann ich einmal überhaupt nicht mehr helfen.

Das hilft dir nix, ich weiß, aber ich wollte doch versuchen, dir ein bißchen meine Situation verständlich zu machen.

Mo

5.7.

Nein Nein Nein! Du verstehst mich schon wieder nicht! Ich will keine Eltern! Will keinen der für mich da ist und mich bemuttert! Diesen ganzen Mist hatte ich nicht und brauche ich nicht! Das du ein außergewöhnlicher Mensch bist der anderen hilft und das ohne Gegenleistung habe ich

Wird keiner helfen?

bereits bemerkt und schätze es sehr! Und das du dich damit nicht aufarbeiten willst ist mir auch völlig klar! Nur sehe ich das Problem nicht ja wahrscheinlich bin ich zu naiv... Aber wenn ich "schlafe" kannst du zb lesen, ausruhen, PC... warum verstehst das denn nicht? Ich wollte keine Eltern kein bemuttern kein behütet werden! NUR SCHLAFEN!

Was ist so schlimm daran?

Aber schön du wirst mir nicht helfen!

Doris

5.7.

Und genau das verstehst du eben nicht! Ich brauche niemanden! Im Grunde will ich ganz allein sein! Doch das ist nicht möglich ständig passiert es wieder...

Ich möchte nur jemanden der mal aufpasst damit ich der Körper schlafen können! Ich dachte wenn dann würdest du das verstehen können...

Doris

Würdest du deine Augen zu machen wenn du damit rechnen musst von so einem Teufel "geweckt" zu werden... ?

5.7.

Doris, es geht nicht nur ums verstehen. Selbst wenn ich etwas bei dir verstehe, entscheide ich für mich eventuell anders. Dein Schlafbedürfnis verstehe ich natürlich. Trotzdem entscheide ich mich dagegen, jetzt zu dir zu kommen. Ich habe nur versucht, diese Entscheidung für dich nachvollziehbarer zu machen.

Du hast schon öfters betont, du seist 12, du seist ein Kind. Deswegen hatte ich etwas von den natürlichen Bedürfnissen eines Kindes geschrieben. Wenn du denkst, das betrifft dich nicht, ok.

5.7.

Ja genau Erwachsene drehen sich immer alles schön zurecht! 😊😊😊

Aber natürlich es ist allein deine Entscheidung! Ich möchte das Thema nun auch beenden habe verstanden das wir nicht schlafen werden. Eins nur noch bitte: du sagst es geht dir auch um absolute Ehrlichkeit! (ich habe nicht gelogen, wurde gezwungen das zu schreiben)¹⁸⁶

Richtig 12 naiv? ja vermutlich! Dumm? Nein ich denke nicht! Ich werde jetzt genau das schreiben was ich dir sagen würde...

Ich denke und fühle das es um etwas anderes geht was du mir nicht sagst nicht sagen möchtest.? Musst du natürlich auch nicht. !

Ich vermute mal... das ich Dich in Gefahr bringe wenn du her kommen würdest!?! 😊

Doris

¹⁸⁶ Bezieht sich wieder auf den Satz am 30.6.:(Hallo Herr Mondrian, Ich brauche keine Hilfe mehr. Es geht mir gut. Merle), für den Doris jetzt bereits als drittes Ich Verantwortung übernimmt. An solchen Nuancen zeigt sich das unbewußte Co-Bewußtsein in diesem System.

Wird keiner helfen?

5.7.

Liebe Doris, nein – ich habe keine Angst. Es geht wirklich nicht darum. Diese Art von Tätern tun Helfern nichts – das sagen alle Therapeuten und Fachleute, die Ausstiegshilfe machen. Dazu sind diese Täter zu feig. Sie trauen sich nur an Hilflose heran. Außerdem haben sie zuviel Angst, weil etwas an die Öffentlichkeit kommen würde, wenn sie einem Therapeuten/Helfer etwas tun, weil der ja in Kontakt mit anderen Stellen steht, nicht so isoliert ist wie z.B. ihr.

Es geht um meine Zeit und meine seelischen Kräfte. – Wenn du es noch genauer wissen möchtest: ich bin hier tagsüber rund um die Uhr aufmerksam, ob eine Mail von jemandem von euch kommt. Ich unterbreche das Essen, plane Sachen um – nur damit ich möglichst schnell antworten kann. Meine Freundin ist solidarisch damit – und auch sie muß deshalb gemeinsame Pläne verlegen. – Daß ich immer so schnell antworte, hat auch damit zu tun, daß ich viel am Rechner arbeite, dadurch kann ich immer zwischendrin antworten. Oder wenn ich einen Film sehe (wie grad jetzt), wird der sofort unterbrochen, wenn eine Mail von euch kommt. – Und dann gibt es natürlich noch andere Sachen, die ich zu tun habe.

Ich möchte mich nicht so in den Vordergrund schieben, aber ich mußte das wohl wirklich mal sagen. Ich war noch nie im Leben so umfassend bereit für jemanden, der Hilfe braucht, wie für euch. Weil ich weiß, daß es richtig ist, und weil ich erlebe, daß ihr genau dieses Nachdenken mit mir brauchen könnt, und weil ich dich und andere Ichs einfach mag.

Und deshalb muß ich einfach an einer Stelle einen Strich ziehen.

Zu dem Reisen nach Ludwigstadt: Ich hatte dir geschrieben, daß auch Petra grad in diesen Jahren eine schlimme Vergangenheit aufzuarbeiten hat. Aus diesem Grund ist es wichtig, daß ich bei ihr bleibe. Das wird irgendwann sicher nicht mehr nötig sein – aber jetzt ist es das.

Ok? –

5.7.

Die schweigepflichtsentbindung hat der Herr Bayer schon längst...

5.7.

Mo vermutlich bist du nun sauer auf mich! Und es interessiert dich nicht aber ich habe mir eben zwei Aquariumpflanzen gekauft...

Wollte es jemanden sagen weil ich mich darüber freue es den Fischen schöner zu machen... ☐

Doris

5.7.

Ich bin kein bißchen sauer auf dich!!!!!!!!!!!! – Und ich bin froh, daß du schöne Momente in deinem Leben findest. Würde gern auch dazu beitragen – aber das geht wohl nicht so einfach.

Mo

5.7.

Doch! Du bist ja da!

Wird keiner helfen?

5.7.

Ja, ich bin da. – Ich weiß, du kannst keine Berührungen ertragen. Aber ich denk mir, ich würde dich jetzt mal schnell in den Arm nehmen und mit dir ein bißchen weinen und hoffen, daß es irgendwann gut wird.

Mo

5.7.

Ich bin nicht davon ausgegangen das du Angst hast!

Ohne Probleme hätte deine Freundin mitkommen können. Wie gesagt die Wohnung ist groß genug. Aber gut...

Sagst du jemanden was wir "besprechen"? Deiner Freundin oder wen anders?

Es würde mir sehr helfen wenn du mein Problem lösen könntest... würde es dir erzählen ist mir aber sehr sehr sehr sehr sehr sehr sehr sehr unangenehm...

Wenn du deinen Film schauen magst ist das natürlich ok... (dann 😊schlafe😊 ich 😊derweil😊)

Doris

5.7.

Du kannst gerne schreiben – aber du kannst auch zu schlafen versuchen. Es ist deine Entscheidung. Wenn du schreibst, werde ich antworten. Es ist kein Problem, einen Film manchmal anzuhalten.

5.7.

Ach so, deine Frage. Ich erzähle niemandem etwas Einzelnes, aber meine Freundin erlebt jetzt schon seit 10 Jahren mit, daß ich Überlebende begleite/berate usw. Sie kennt auch welche persönlich. Insofern weiß sie grundsätzlich, worum es bei unseren Mails geht. Und den Austausch mit der Uniklinik hast du ja erlaubt.

5.7.

Oh je... mein Art Humor ist wohl nichts für dich? Ich kann und will doch nicht schlafen. ☹

5.7.

Naja, aber der Körper braucht wirklich mehr Schlaf, als er zur Zeit hat!!

5.7.

Also weiß deine Freundin grundsätzlich von uns aber WAS wir schreiben sagst du nicht? Sie liest es auch nicht? Ach Mist! Irgendwas ist gerade total falsch! Würde ich dir gegenüber sitzen würdest du mir ansehen das was gewaltig stört! Ich weiß nicht was! Es ist in mir! Wie ein Klumpen der gleich explodiert...!

Wird keiner helfen?

5.7.

Nein, inhaltlich weiß sie nichts. Das will sie auch gar nicht wissen. Es ist ja meine Sache, sie hat anders zu tun in ihrem Leben.

Was da in dir ist – ich vermute, es drängt sich ein anderes Ich nach vorne.

5.7.

Nein das ist anders. Vielleicht eine Mischung aus allem Wut Hass... ???

5.7.

Hm...

Bist du eigentlich ein witziger humorvoller Mann?

5.7.

Das is'ne Frage!! – So oft haben Leute zu mir gesagt: "Wieso bist du eigentlich so ernst?! Nimm doch nicht alles so ernst!" Aber ich hab ganz viel Humor in mir ... bloß hab ich mir das abgewöhnt zu zeigen, weils die meisten Menschen nicht verstehen. Es gibt ein paar wenige Menschen, mit denen kann ich total lachen und Witze mache, das eine ist mein Bruder, das andere ist meine Freundin. – Dafür find ich den Humor der meisten anderen Menschen einfach zu billig, kann mich nicht dran freuen.

Mo

5.7.

Prima Frage beantwortet. Hm ☺ also verstehst du meinen Humor schon er ist dir nur zu billig...☺

Naja ich lerne ja noch...

5.7.

Doris, wir kennen uns nicht. Was sind schon Mails. Sicher, es sind viele Mails, viel Austausch.. aber Menschsein, das "Du"... das hat doch auch mit dem Blick zu tun, mit der Stimme.. mit dem Ton, in dem was gesagt wird ...

5.7.

Nein, "billig" empfand ich nichts von dir!!! Aber ich hab halt den Humor bei dir nicht gespürt. Eben weil wir uns nicht kennen – und weil unser Thema ja eines ist, in dem wenig Grund zu Humor ist.....

5.7.

Erinnerst du dich an den einen Mann der wie ich denke mit Absicht so lieb zu mir ist? So wirklich extra lieb ist... sagt auch ständig er liebt mich und so einen Quatsch. Der war letzte Woche auch dabei aber nicht allein mit mir wie sonst sondern es waren noch mehrere dabei. Irgenwie hat der auf mich aufgepasst vor den anderen Männern die durften mich nicht berühren! Nur er. Aber er

Wird keiner helfen?

hat mich festgemacht an armen und Beinen. Dann wie immer... habe dir schon von dem Gefühl erzählt was ich als schön empfunden habe aber NICHT wollte. Das habe ich ganz fest weggepackt! Er hat wieder meine Scheide geküsst gestreichelt... Ich kann mich nicht befreien! Alle schauen mich an mit ihren Augen die so aussehen als ob die mich sofort bumsen wollen! So viel Angst in mir! der macht etwas mit mir was ich nicht beschreiben kann. Das ist nicht das schöne Gefühl. Das ist anders. Wie fliegen unglaublich der Atem stockt die blöden Männer um mich stören mich nicht mehr! Wie gesagt ich finde dafür kein Wort. Schön reicht dafür nicht aus. Nun zu dem was ich nicht begreifen kann. Der hat immer weiter gemacht. Und in einem kleinem Moment wollte ich auch gar nicht das er aufhört. Tut mir leid! Ich weiß nicht warum! Was da mit mir passiert ist.? Er hat immer weiter und weiter gemacht doch das war sehr anstrengend für mich. Ich hatte keine Kraft mehr doch das hörte nicht auf. Ich weiß nicht ob du jetzt verstehen kannst wie ich das meine? Dieser unbeschreibliche Zustand der gut war aber doch sofort unbedingt aufhören sollte hörte einfach nicht auf! Dann ein blöden Männer dazu, die haben den angefeuert weil "der mich getrunken" hat! Und haben gelacht.... wie weiter kann ich gerade nicht erzählen.

Bitte Mo bin ich wie DIE?

5.7.

Doris, es ist das, was man Orgasmus nennt. Also nicht nur das schöne Gefühl, sondern mehr davon. Es ist auch ganz natürlich – es geschieht im Körper, wenn die Nerven entsprechend gereizt werden.

Ob diese Männer dich foltern und quälen mit Schmerzen oder nur auf diese Weise mit dir umgehen, wie es jetzt war – es ist in jedemfall BÖSE und VERBRECHERISCH. Weil du es nicht willst.

Diese Männer sind PERVERS und KRANK, weil sie Sex offenbar nur so erleben können, daß eine hilflose Frau ihnen ausgeliefert ist.

Was bei dir geschieht, ist aber nicht krank – es ist etwas ganz natürliches, was sich auch mit allem Willen kaum vermeiden läßt. Wenn dich jemand kitzelt, gibt es ein Gefühl, das du nicht vermeiden kannst. – Wenn dich jemand schlägt, kannst du den Schmerz auch nicht vermeiden. Wenn du hungrig bist, kannst du das auch nicht "abstellen". – Also jeder Körper hat sein Eigenleben, wo wir mit dem Willen nichts oder kaum etwas ändern können.

Und so ist es auch mit der sexuellen Sensibilität. Diese Nerven im Körper sind dafür da, so zu reagieren. – Und deshalb geschieht es selbst dann, wenn du es nicht willst und dir die Berührungen aufgezwungen werden.

Mo

5.7.

Stimmt ist ein blödes Thema. Aber vielleicht sollten wir gerade deshalb etwas Witz reinpacken... ab und an? Für mich gibt es hier keinen Grund zu lachen. Also wenn dann mit dir...

Wird keiner helfen?

5.7.

Ja, ein bißchen Witz reinpacken.. kann sein, daß wir das lernen. Zumindest ist es schön, wenn ein bißchen einfaches Menschsein zwischen uns leben kann. Du bist nicht nur ein Opfer, und ich bin nicht nur ein Helfer – sondern wir sind einfach auch Menschen, die einander kennenlernen.

Mo

5.7.

Ja Mo!

5.7.

Danke! Ich glaube zu verstehen warum es so war. Aber ich wollte es doch in einem Moment selbst auch! Also bin ich auch ein Verbrecher und böse?

5.7.

Nein!!

Das hab ich doch grad versucht zu unterscheiden. Es ist nur natürlich, daß dein Körper so reagiert. Es ist sogar ein Zeichen von GESUNDHEIT, daß dein Körper nicht durch all die Gewalt so abgestorben ist, daß er dazu nicht mehr in der Lage ist!

Versuch, beides zu unterscheiden. – Genauso, wie die Täter es nicht geschafft haben, deine natürliche Neugier, dein Lernenwollen zu zerstören (wie es sich ja zeigt in unseren Mails!), haben sie das nicht geschafft. Es ist ein Schatz, daß du, selbst in dieser Gewaltsituation, den Orgasmus empfinden kannst.

Ich weiß, viele würden diesen Satz pervers finden. Aber es ist doch so: Dein Körper ist ein Schatz. Es ist so viel Gesundes in ihm (auch das Dissoziieren ist ein Zeichen von Gesundheit). Deine Intelligenz ist ein Zeichen von Gesundheit. Und eben auch, daß du den Orgasmus empfinden kannst.

Diese Macker, Täter, Freier sind es nicht wert, daß du sie als Menschen ernstnimmst. Sie sind gestört – weil sie für sexuelle Situationen hilflose, gefesselte Frauen brauchen. Also keine gleichberechtigten Partnerinnen!! – Sie haben Angst vor Partnerinnen.

So ist es. Mo

5.7.

Danke. Glaube habe verstanden.

Und das...

Nein!!

War lustig...😁😁😁

Doris

5.7.

Entschuldige das ich dir auf die Nerven gehe! Das Problem in mir wohl damit geklärt. Aber es geht noch weiter...

Wird keiner helfen?

Der Mann wird das doch wieder machen! Er hat das mit mir zu tun den anderen verboten! Mir gesagt immer wieder gesagt wie sehr er mich liebt darf ich das sagen genau so wie er es gesagt hat? Er hat aber schlechte Wörter benutzt.

5.7.

Klar darfst du alles sagen (schreiben). Es ist sogar gut, wenn du's aufschreiben kannst, weil du's dann "dir gegenüber stellst" und auf diese Weise vielleicht leichter damit umgehen kannst. Und zudem jemand (ich) noch was dazu sagt.

5.7.

Gesagt wie sehr er mich liebt wie geil er mich findet wie er es liebt mich zu schmecken mich zu ficken berühren küssen und wie er es liebt wenn er mich hat! ??? Dann sagt er immer wieder das er es geschafft hat mich zu trinken! Das verstehe ich nicht. Wenn ein Mann einen Orgasmus hat dann kommt da etwas aus dem Penis raus was die wollen das ich verschlucke.? Warum wollen die eigentlich das ich das verschlucke? Das ist ekelhaft! Aber bei mir kommt doch sowas nicht raus? Hat der meine pipi getrunken?

Der wird das doch wieder machen! Was wenn ich das mal will?

Merle

5.7.

Wenn zwei erwachsene Menschen sowas freiwillig miteinander machen, ist nichts dagegen zu sagen. Auch daß die beiden es sich mit dem Mund machen und dann das Sperma (was aus dem Penis kommt) schlucken und die Flüssigkeit bei der Frau. (Doch, es kommt auch bei der Frau eine ähnliche Flüssigkeit – das hat den Grund, daß der Geschlechtsverkehr nicht wehtut, der Penis gleitet dann besser, es ist ja sehr zarte Haut.)

Daß der dich liebt, darfst du natürlich nicht ernst nehmen. Der Typ träumt sich da was zusammen – das ist oft so im Bereich Prostitution. – Frauen, die prostituiert werden, berichten oft davon, daß Freier solche Phantasien haben (von Liebe).

Auch wenn du sein Sperma schluckst, bildet er sich in dem Moment sicher ein, du machst das, weil du ihn magst. – Das ist alles sehr typisch für Männer, die zu Prostituierten gehen – und für ihn ist es ja so. Er bezahlt ja Geld dafür.

Ich glaube, du wirst trotz der guten Gefühle den Abstand bewahren, daß du es MIT DIESEM TYP eben nicht wolltest. Du erlebst ja zugleich auch die Gewalt, und das wird dir helfen, Abstand zu wahren. – Es ist nur wichtig, daß du nicht dich verdammst, dir irgendeine Schuld gibst.

Und diese Erfahrung wird dir vielleicht auch Kraft geben für den Kampf um die Befreiung!

Daß du irgendwann über deinen Körper verfügen kannst.

Mo

5.7.

Aber er war nicht böse zu mir! Es ging noch viel viel weiter.... die anderen Männer... Aber das kann ich wirklich nicht erzählen! Das ist zu schlimm nur böses! Weißt Du ich glaube ich verstehe

Wird keiner helfen?

alles gut was du mir erklärt hast. Trotzdem habe ich Angst das vielleicht zu wollen! Genau so zu werden! Vielleicht ist das den sein Plan mich auch böse zu machen?

Merle

5.7.

Gerade bin in der Wanne! Es ist furchtbar! Es geht nicht ab!!!! 😞😞😞😞 ich hatte so gehofft das wenn ich es schaffe es zu schreiben aus mir raus zu lassen es ab geht! aus mir raus geht! 😞😞😞

5.7.

Und Nein! Und irrst dich gewaltig! Die geben mir kein Geld! Würde niemals Geld nehmen! Brauche kaum Geld! Wofür auch...?

Doris

5.7.

Doris, du sollst einfach wissen, daß du mir auch das andere alles erzählen kannst, falls du es möchtest. Egal wann. Aber du entscheidest! In jedemfall ist alles zu klären und du bist unschuldig – und es gibt auch Befreiung.

Natürlich wäre es für die Täter am bequemsten, wenn du das alles "freiwillig" mitmachst. Es aus dir herauszubringen, indem du es aufschreibst und drüber sprichst, ist in jedemfall ein gutes Mittel, um Distanz zu behalten

So schnell geht es nicht raus aus dir, nein. Aber das Schreiben und drüber reden hilft – auf Dauer schon!

Ich meinte nicht, daß sie DIR Geld geben. Das Geld kriegt der Täter, der Zuhälter, der auch das andere alles organisiert. Der verdient seit Jahren ziemlich viel Geld mit dir und euch.

Doris, ich werd jetzt demnächst Schluß machen für heute. morgen ist wieder ein "kurzer Tag", weil ich vormittags einen Termin beim Bürgeramt habe, und abends wieder Nachtdienst.

Ich lass den Rechner aber noch kurz an, falls du heute zuletzt noch etwas schreiben möchtest.
Mo

5.7.

Danke!

Gute Nacht Mo...

5.7.

Das wünsch ich dir auch und hoff ich für dich!

Mo

5.7. 21:46

Mo,

Hab nur mal noch ein Foto für dich gemacht. Nun gefällt es den Fischen besser... 😊☐👉

Doris

Wird keiner helfen?

Was ich noch sagen wollte... wenn ich es auch nicht abgeschrubbt bekommen habe... in mir drin ist es etwas besser. Es fühlt sich sortierter an noch nicht richtig aber besser. Es hilft mir sehr das ich dir schreiben darf!

Bitte lass nur niemals zu das ich genau so böse werde wie diese Männer! ☐

6.7. 04:17

Mo ich kann nicht anders muss das noch sagen.... Bin total traurig das du bzw ihr nicht zu uns kommen wollt. Nicht mal unbedingt weil nun immer noch nicht schlafen kann sondern ich hätte dich unheimlich gern kennengelernt. Du hättest die kleine kennengelernt was gut wäre. Du hättest bemerken können ob die bösen Männer...

Manchmal frag ich mich wer du bist? Versuche dich mir vorzustellen... Ein Mann der einfach so anderen hilft. Verständnis und Geduld hat. Dann deine Art zu schreiben total toll faszinierend. Und trotz das du ständig mit so schlimmen Dingen zu hast bist du so lieb. Wie kommt das? Du weißt so viel hast immer eine Antwort! Tust soviel ohne was zu wollen!

Und dann...

Ist da Nele die mir erzählt die waren schon ganz nah bei dir. Doch du... dann die blöden Männer die mir die ganze Zeit einreden wollen du gehörst zu denen. Die erzählen uns... du sagst und lernst uns... Doch wie wissen was wahr ist? Die haben doch auch recht mit einigem.

Bist du wirklich? Bist du Echt? Oder...?

Was für mich nicht so richtig passt... ein Therapeut oder Helfer sollte doch denjenigen mit dem er arbeitet kennen.

Du sagst du könntest es dir vorstellen mal zu uns zukommen zweckmässig wenn wir in der Uni sind. Zweckmässig! Was soll das heißen?

Zu uns kommen geht nicht aber zweckmässig wenn wir in Uni sind würde gehen?

Liegt es an unserer Person. Das was du weißt über uns.

Vielleicht denke ich auch völlig falsch! Ich kenne die anderen nicht du schon einige. Vielleicht bin ich ja längst ein böser Mensch!

Was soll's du wirst mir nun ganz sicher nicht mehr schreiben! Weil ich's auch einfach nicht gut sein lassen kann. Aber in meinem Kopf ist so viel los.!

Doris

Tut mir leid...

6.7. 8:56

Guten Morgen, Doris, – bist du da?

Mo

7.7. 12:11 😊

Lieber Mo,

Du musst sehr wütend sein. Aber ok jeder ist irgenwann so sehr wütend auf mich!

Weißt Du du hast mir so sehr geholfen mit all deinen Antworten damit das du DA warst! Du warst nicht nur ein Helfer...

Wird keiner helfen?

Du sagst du magst Menschen, deshalb sind sie dir nah. Nun alle Menschen die ich kenne sind böse deshalb mag ich sie nicht besonders. Doch dir fühlte ich mich sehr nahe. Dir habe ich erzählt was ich keinem sonst sagen kann..

Trotz ich nicht weiß wie ich mir dich vorstellen soll, fühle ich das ich Dich lieb habe.

Doris

7.7.

Liebe Doris!!

Was denkst du nur? Ich hab all die Stunden so sehr an dich und euch gedacht und euch Stärke und Mut gewünscht, durchzuhalten, nicht aufzugeben, dranzudenken, daß es weitergeht – und hab auch gehofft, daß du (und ein paar andere) weißt, daß ich DA bin.

Es gibt doch ganz und gar keinen Grund für mich, wütend zu sein. Wieso denn auch?! – Ich weiß doch...

Deine letzten Mails (von gestern früh morgens) hatte ich noch nicht beantwortet, weil dann nichts mehr von dir kam und ich wußte ...

Wir haben gestern drüber geredet, Petra und ich, und können es uns vorstellen, zu kommen (aber ohne übernachten). Es sollte natürlich ein Tag sein, an dem ich nicht Dienst habe, z.B. nächsten Montag oder Dienstag (10., 11.), oder am Samstag 15., Sonntag 16., Montag 17. oder Dienstag 18. – wie wäre das? Ich weiß nicht, wann genau Amelie bei dir sein wird.

Petra bedankt sich für das Vertrauen, das du ihr schon schenkst, indem du sie mit eingeladen hast.

Du hast geschrieben, ich soll nicht zulassen, daß du böse wirst. Ich denke, wenn ihr weiter mit mir Kontakt haltet – nicht nur du, sondern auch andere Anteile –, dann ist das die beste Voraussetzung, daß es nicht geschieht. Und noch besser, wenn du (und andere) erleben, daß es noch weitere Helfer im Außen gibt, z.B. in der Traumastation. Daß es also wirklich Menschen gibt, die nicht böse sind.

Mo

7.7.

Mo du bist noch da! Danke! Weiß gerade nicht was sagen...

7.7.

☺

7.7.

Gerade versuche ich zu verstehen...

"Deine letzten Mails (von gestern früh morgens)"

War ich so lange weg? Ich dachte ich hätte heute früh morgens geschrieben? ??? ☺ Doris

7.7.

Nein, es ist schon so. Du hattest vorgestern um 21h eine Mail geschickt mit dem Foto vom Aquarium, mit neuen Pflanzen – und dann am Morgen, 04:17, noch die lange Mail. Morgens hatte ich nur kurz gefragt, ob du da bist – da kam keine Antwort mehr, und ich wußte, ihr seid

Wird keiner helfen?

wiedermal in der Gewalt der Täter. Offenbar für über 24 Stunden.

Aber du siehst daran, daß du es wirklich nicht merkst, wenn du weggeschoben wirst durch ein anderes Ich. – Erst wenn ihr innen Kontakt miteinander habt, könnt ihr euch das gegenseitig sagen und dadurch haben dann ALLE mehr Kontrolle über die Zeit.

Mo

7.7.

Denkst Du die Männer wissen das? Wissen das viele in mir drin sind. Und machen das vielleicht mit Absicht so...?

Warum bist du nicht wütend auf mich?☹️ Doris

7.7.

Wieviel sie wirklich vom Viele Sein verstehen, weiß ich nicht. Es gibt Täter, die wissen, daß sie durch Folter (in der Kindheit) Anteile für bestimmte Zwecke "herstellen" können. Andere haben nur gemerkt, daß da verschiedene Ichs sind, und sie "erziehen" sich diese (oder versuchen es), in ihrem Sinn. – Ich glaub, daß bei euch die Ichs "natürlich" entstanden sind (durch die Gewalt), und deshalb alle noch eigene Gefühle haben. Ich habe jedenfalls noch keinen Hinweis gefunden, daß es "programmierte", also bewußt von Tätern "hergestellte" Anteile gibt. Aber ich kann mich irren – ich weiß ja erst sehr wenig von eurem System, das schließlich in über 30 Jahren entstanden ist.¹⁸⁷

Mo

7.7.

Warum sollte ich denn wütend sein auf dich????????? Es gibt doch keinerlei Grund dazu! Im Gegenteil! Ich achte dich sehr und mag dich, empfinde dich als "du", als Mensch, der mir irgendwie nahegekommen ist. Hab dich auch schon ein bißchen im Herzen bewahrt.

7.7.

Entschuldige gerade kommt mir es so vor als ob das alles unendlich wäre!!!! Kein Ende und Anfang hat!!! Wie kann ich denn dann wissen was wirklich alles passiert ist? Das die alle lügen ist mir klar! Aber dann weiß ich doch auch gar nicht was die wirklich alles mit mir machen!!!

☹️☹️☹️☹️☹️ verstehst du...?

Doris

7.7.

Nein, du weißt es nicht alles. Genau deshalb sind ja Viele entstanden: daß jeder ein Stück von dem Schlimmen ertragen hat. – Es gibt möglicherweise eine "Chronistin" in euch, die alles oder doch fast alles in ihrer Erinnerung hat – allerdings ohne die Gefühle. Sogas gibt es oft bei Multis. Ansonsten bin ich wohl derjenige, der den meisten Überblick hat – weil ja viele verschiedene Ichs

¹⁸⁷ Viel später schrieb der Haupttäter in einer seiner höhnischen Mails an mich, daß er das System selbst konstruiert hat (und es deshalb "perfekt" sei).

Wird keiner helfen?

(die sich meistens garnicht kennen – jedenfalls noch nicht) mit mir gemailt haben.

Mo

7.7.

Komme mir gerade so unheimlich dumm vor!☺ (dazu müsste ich dir erzählen warum)
Amelie wird am Sonntag zurück kommen. Wir würden uns total freuen wenn ihr Dienstag zu uns kommen würdet.

Um das kurz mal zusammenzufassen. War ich also länger als einen Tag weg?

Also gut, ich teste mal meine Art Humor...

" dann hattest du einen ganzen Tag Ruhe vor mir"☺ haha...

Doris

7.7.

Ok, Dienstag Ich kann ja am Sonntag noch genau schreiben, wann der Zug kommt. Ich freu mich! – Ja, es fühlt sich gut an in mir.

Naja, mit dem Tag Ruhe haben... es gab dafür anderes. Irgendwas ist immer los, und ich kann mich beim einen ausruhen vom andern. So etwa. (Ist auch eine Form von Dissoziation!)

Ja, ihr wart vermutlich den ganzen Tag gestern und heute bis zum Vormittag in der Gewalt der Täter. :-)

7.7.

12 Uhr hat der mich zurück gebracht!

Ich möchte dich unbedingt noch etwas fragen zu neulich. Bitte... Das war mich wichtig kam nur nicht mehr dazu...

Du sagtest... *"Das sich dieses wunderbare Gefühl auch mit allem Willen nicht oder KAUM vermeiden lässt."*

Wie meintest du das genau? Kann ich es doch vermeiden?

Denn meine Angst ist doch, es gab doch bereits einen kleinen Moment wo ich selbst wollte das der das macht weil es wunderbar war. Wenn der das nun wieder und wieder macht... Und ich das auch das wieder selbst will...? Dann werde ich auch böse!!!!

Aber wenn ich das vermeiden kann, dann merkt der das doch und lässt mich damit in Ruhe!!!

Bitte bitte sag das keinem!!!!!!!!!!

Doris

7.7.

"Kaum".... – ja, damit meinte ich, daß du versuchen kannst, das Gefühl von der Situation abzutrennen. Das Gefühl ist DEINS, es geschieht in deinem Körper – und egal was jemand außen macht und sagt: er bleibt doch AUSSEN. Dein Körper und deine Gefühle bleibt immer DEINS. Es kann eine Zeit kommen, in der du es so leben kannst, wie du selbst es möchtest.

Aber denk an die guten Gefühle, die du für Amelie hast, oder andererseits für mich jetzt: das können sie dir nicht wegnehmen, es ist deins.

"Kaum" heißt nur, daß ich ja nicht ausschließen kann, daß es irgendwie geht. Aber ich denke, es

Wird keiner helfen?

ist schwer.

Und je mehr du für die Befreiung tust, desto mehr "Gegengewicht" hast du.

Es ist sehr wichtig, daß du (und die andern) euch mehr und mehr vorstellen könnt, daß es ein Leben ohne die Täter gibt, für euch. Das wird dazu beitragen, dich abzugrenzen von den Tätern, von dem, was sie machen (selbst wo es manchmal ein gutes Gefühl hervorruft).

Aber "böse" wirst du in keinem Fall durch diese Gefühle. Sie sind natürlich. Zwar ist die Situation nicht natürlich, in der es geschieht, aber das Gefühl ist unschuldig, ist natürlich. Jeder kennt es.

Mo

7.7.

☹️☹️☹️

Ich wünschte ich könnte dir erzählen was war... ☹️☹️☹️

Doch wirst du dann auch von meiner Dummheit enttäuscht sein☹️

Weißt Du, es muss aus mir raus! Aber ich kann irgendwie nicht... ☹️

Warum?

Doris

7.7.

Du mußt halt selbst entscheiden, ob du es erzählst. Ich bin sicher, daß ich dich nicht als "dumm" einschätzen werde. Und ich denke auch, je mehr du dich (und andere) über täterbezogene Erfahrungen mit jemandem

austauschst (mit jemandem, der was davon versteht), desto leichter wird es für dich, die Täter als das zu sehen, was sie sind: Verbrecher – aber keine Wesen mit übermenschlichen Kräften. Verbrecher und gestörte Menschen, die sich nur an hilflose Personen ranmachen können.

Mo

7.7.

JA! DU BIST LIEB! ☐

7.7.

Hallo Mondrian,

leider habe ich keine Antwort mehr bekommen. Nun weiß ich nicht so recht warum?

So langsam komme ich hier mit der Situation wieder zurecht... muss noch einiges in Ordnung bringen...

Die Frage ist nun, möchtest Du mich nicht kennenlernen? Nichts von meinem Leben wissen? Das was Du sagst, passt nicht dazu... ! Wenn Du aber vielleicht von mir wissen würdest, würdest Du das verstehen.? Grüße Merle

7.7.

Merle, hatten am 3.7. das letztmal gemailt – seither sind einige Tage vergangen. Ich weiß jetzt nicht recht, was "nicht zusammenpaßt". Kannst du das noch mal genauer schreiben? Danke!

Mondrian

Wird keiner helfen?

7.7. 18:36

Danke das Du antwortest.....

Du sagst mir sooo viel! Das noch viele andere Teile in mir leben. Das das kleine Mädchen was ich träume, ich selbst bin. Von Tätern. Von Polizei. Von Kliniken. Befreiung. Das verstehe ich nicht. Ich lebe hier doch nur mit meiner Tochter zusammen...

Merle

7.7.

Wieder keine Antwort... nur weiß ich nicht mal warum. Aber ok, Frau Z. hat mich auch einfach allein gelassen!

Doch trotzdem wollte ich Dir noch was sagen, denn ganz so dumm wie Du denken magst bin ich vielleicht nicht...?

Verstehen kann ich, ...

– das mit den Anteilen IN MIR. Das klingt für mich logisch und würde vieles erklären.(Stimmen, fehlende Zeit, Kleidung, usw.)

– das Kontakt unter diesen Anteilen hergestellt werden muss. Nur wie weiß ich nicht! ?

Doch alles andere, dass von Tätern, Gewalt, dass ich das Mädchen sein soll...

Ich weiß nicht, ob ich das nicht verstehen kann oder nicht verstehen will? Es macht Angst! Es macht mich schwach! Hilflos!

Doch ich bin stark! Bin Amelies Mama! Sorge für alles. Muss kämpfen, für Amelie, um Amelie! Für uns!

Um das zu verstehen, solltest Du vielleicht wissen wogegen ich kämpfe... um was ist klar!

Wie Du sicher weißt, wie ich Günther kennengelernt habe, weiß ich nicht. Meine Erinnerung beginnt, da war Amelie ca neun Monate. Morgens, Baby schreit, fremder Mann neben mir im Bett... wenn ich daran denke, genau an diesen Moment, wird mir ganz flau. Diese Situation!

Nichts zu wissen, alles fremd, Angst, doch die Sorge des Mannes zu spüren, das Baby, ich spürte es war meins! Das meiste was ich jetzt sagen kann, weiß nicht genau, was wurde mir erzählt, was erinnere ich selbst... Günther hat sich gesorgt, gekümmert, mich liebt. Doch konnte ich nichts damit anfangen. Mein Leben sah damals so aus, dass Amelie und ich, wir haben Vormittag Haushalt gemacht, Mittag, Günther kam zum essen zu uns hoch. Bis zum Nachmittag habe ich meist Buchhaltung und Steuer für die Firma gemacht, 2010 sind wir umgezogen. Doch bis dahin hatte ich die "Beziehung" bereits dreimal beendet.☺ Doch immer wieder.... ich mag nicht Amelie vorschieben, sicher Amelie war ein Grund. Nein! Ich war schwach! Naiv! Mutlos! Günther ist jemand! Seine Vorstellungen, Besitz, Geld, Firma, Liebe, Macht!!!! Und dann ich...

Immer wieder dieses, ich liebe dich! Den Grund weswegen ich das alles nicht mehr wollte, schien ihm egal! So oft habe ihm gesagt, Zeit für Kinder... weniger arbeiten ... nicht ständig ein neues Auto, es geht nicht nur um Geld... usw.¹⁸⁸

Das alles mag wirklich bescheuert klingen... Doch Menschen die nicht begreifen worum es wirklich geht im Leben, sorry, aber mit denen kann ich nicht viel anfangen...

¹⁸⁸ Später Trennung von Amelies Vater... Wochenwechsel vor Gericht erkämpft.

Wird keiner helfen?

Entschuldige, dass alles interessiert Dich wahrscheinlich nicht, aber vielleicht verstehst Du warum ich stark sein muss. Zur Zeit läuft es zwar ganz entspannt mit Günther, aber traue ich ihm? Niemals! Gerade dann plant er etwas böses!

Ich hoffe Du liest es wenigstens...

Grüße Merle

8.7. 10:39

Hallo Merle, ich war nachts im Nachtdienst, ich dachte, du weißt das. Deshalb hab ich nicht mehr geantwortet. Danke für deine wichtige Mail mit den Infos. Ich antworte, sobald du wieder DA bist – jetzt muß ich erst einkaufen.

Also bis später!

Mondrian

8.7. 03:24

Lieber Mo,

Ich denke Du hast recht. Es muss raus aus mir und wenn dann kann ich es nur dir sagen.

Ich weiß genau habe dir eine Mail geschickt und direkt danach steht er vor mir. Habe ihn nicht reinkommen gehört. Wie er überhaupt rein konnte ist mir nicht klar. Ich riegel immer zweimal zu und mach die Kette vor. ???

Er war sauer, wütend wegen Amelie weil sie schon Sonntag kommt. Woher kann der das wissen?

Ich war im Wohnzimmer er hat mich hintergezerrt ins Bett. Was er alles genau mit mir gemacht hat möchte ich lieber nicht sagen. Zu böse! Dann hat er mich mitgenommen. Im Wald... Eine Art Haus ohne Fenster. Der hat mich in ein kleines Zimmer gesperrt. Später kam der Mann der lieb zu mir war. Hat mich mitgenommen nach oben. Der war nett zu mir nicht wütend oder sauer.

Gab mir etwas zu trinken und hat mich gebadet. Mir aber nichts gemacht nicht weh getan. Dann hat mich in ein anderes Zimmer gebracht. Ein Sofa Bett habe mich auf das Sofa gesetzt er auch und er hat mit mir gesprochen. Später kommt der böse der mich geholt hat rein sehr wütend will mich mitnehmen zu den anderen Männern! Zerrt mich mit aber ich habe so Angst vor denen will nicht mitgehen. Der Mann fragt mich ob ich lieber da bleiben mag. Ich nicke... Er schreit den an

das er mich lassen soll... die streiten heftig! Ich verstecke mich irgendwo! Weiß nur das der Mann sagt alles ok ich bleib da. Er sagt ich soll mich hinlegen ins Bett. Weiß nicht was er tun wird! Er kommt zu mir legt sich hin und sagt du bist doch müde. Nicke... Er sagt ich soll mich ausruhen

Augen zu machen. Aber ich habe Angst. Muss aber die Augen zu machen sonst wird er sauer! Ich bin nicht eingeschlafen! Das weiß ich ganz genau! Wirklich das musst du mir glauben Mo!

Doch auf einmal habe ich keine Kleidung mehr an und der Mann ist weg. Ich weiß ehrlich nicht was passiert ist. Schmerzen habe ich. Die habe jetzt noch! Der böse holt mich und bringt mich zum Auto. Im Auto hat er mir nochmal deutlich gezeigt wie wütend er auf mich ist...! So weh getan! Weißt Du, ich wünschte und versuche es so sehr zu schreien! Einfach ganz laut

schreien!!!

Deshalb habe ich dich gefragt ob die das wissen ob es viele gibt. Was wenn der Mann das so gemacht hat damit ich das nicht bemerke was er mit mir macht? Aber dann kann ich mich doch gleich gar nicht wehren!☹️☹️☹️

Wird keiner helfen?

Und was ist deiner Meinung nach schlimmer? Zu wissen was mit einem gemacht wurde oder es nicht zu wissen und es sich vorzustellen? ☹️☹️☹️

Doris

8.7 10:41

Hallo Doris,

ich muß jetzt erst einkaufen, hinterher kann ich antworten auf deine Mail. Aber ich will warten, bis ich weiß, wer von euch jetzt DA ist. (auch Merle, Amelies Mama, hat gestern noch gemailt.)

Also bis bald,

Mo

8.7. 13:28 Doris

Mo die habe nicht aufgehört weh getan böse

8.7. 14:17

Mo bist du noch da?

8.7. 14:26

Ja, ich bin da! – Und du... – ?

8.7.

Ja

8.7

Bist du zuhause? Es geht dir schlecht, ja?

8.7.

Bin zu Hause

8.7.

Vielleicht solltest du erstmal zu schlafen versuchen? Ich bin heute die meiste Zeit, auch abends, hier zuhause und kann antworten.

Mo

8.7.

Nein Nein Nein! Nicht schlafen! Aber du musst mir nicht schreiben... Doris

8.7.

Jedenfalls bin ich DA. Wenn ich nachher kurz weggehe, schreib ich dirs vorher.

Mo

Wird keiner helfen?

8.7.

Ich bin jetzt für ne halbe Stunde außer Haus.

Mo

8.7. 15:33 Doris

Ok. Danke. Vielleicht magst mir später auf die Mail von heute morgen antworten?

Danke Mo, das es dich gibt!

Doris

8.7. 16:45

Liebe Doris,

ok, jetzt kommt die Antwort auf deine Mail vom heute nacht. –

Wie ist er reingekommen trotz der Kette? Nele hat mir das auch schon erzählt. Der Grund ist, daß es (mindestens) ein Ich ist, das dem Zuhälter (also dem Haupttäter) die Tür öffnet. Entweder aus Angst oder weil sie (oder er) denkt, es ist gut und richtig, was da geschieht.

Dieses Ich braucht nur für einen Moment in den Körper zu gehen (und dich wegschieben), sodaß du gar nicht merkst, daß du für einen Moment nichts mitgekriegt hast.

Auch die Informationen über irgendwelche Termine (Amelie, oder Traumastation oder egal was) wird der Haupttäter über ein Ich bekommen. – Das hat schon seit vielen Jahren so funktioniert.

Denn bis vor einiger Zeit war die erwachsene Merle ja auch berufstätig, und sie hat viel mit Behörden zu tun gehabt (auch wegen Amelie).

Dieser "nette" Mann hat dir sicherlich etwas in das Getränk getan, k.o.-Tropfen heißt das, wodurch du benommen wirst. Und andererseits wird manchmal auch ein anderer Anteil im Körper sein. Es gibt Ichs, die vor allem die ganz schlimmen Taten aushalten – manche fühlen nichts dabei, andere fühlen alles und leiden sehr.

Übrigens; so wie du es jetzt erzählst, ist klar, daß auch der "nette" Mann nicht wirklich nett ist – daß auch er genau weiß, daß du gewaltsam zu all dem gezwungen wirst!! Er tut nur so, weil er sich dadurch besser vorstellen kann, es sei eine echte Beziehung zwischen dir und ihm.

Diese Täter (zumindest der Haupttäter) merken natürlich schon, daß du dich unterschiedlich verhältst. Ich bin auch sicher, daß sie schonmal was gelesen oder gehört haben von Multipelsein im Zusammenhang mit Gewalt. Das werden sie sich zusammenreimen. – Aber ich glaub nicht, daß sie das alles wirklich planen.¹⁸⁹ Was du und andere mir erzählen, danach hab ich doch den Eindruck, daß die (auch der Haupttäter) etwas dumm sind. Daß sie vor allem auf die pure Gewalt vertrauen. – Bloß ihr habt in all den Jahren gelernt, diese Gewalt auf viele Ichs zu verteilen, sodaß ihr überleben konntet.

Ich weiß nicht, was schlimmer ist (zu wissen oder sich vorzustellen). Wahrscheinlich eher das letzte. – Aber du und ihr könnt lernen, stückweise eure Erfahrungen miteinander zu teilen. Und dadurch dann auch klarer entscheiden zu können, daß ihr euch befreien wollt.

Auch letzte Nacht hat mir übrigens die erwachsene Merle (Mama von Amelie) eine lange Mail

¹⁸⁹ Ein Jahr später erklärt er in einer seiner höhnischen Mails, er habe das System konzipiert. – Brutale Grausamkeit schließt Intelligenz nicht aus...

Wird keiner helfen?

geschickt, in der sie mir viel von ihrer Situation berichtet hat. Dafür weiß sie gar nichts von den Tätern heutzutage. Sie denkt, sie lebt mit ihrem Kind und fühlt sich nur manchmal komisch.. ! Von anderen Ichs und Tätern weiß sie nichts. Es ist klar, daß sie deshalb gar keinen Sinn in einer "Befreiung" sieht, verstehst du? Da ist es also auch wichtig, ihr zu erzählen, was geschieht. Aber ich hoffe auch, daß du bald wieder reden kannst!!!! Das ist auch wichtig, um sich zu befreien – und um gute Kontakte mit Menschen zu finden.

Übrigens: bleibt es denn dabei, daß wir am Dienstag kommen können?

Mo

8.7. 17:04

Danke. ...

Ich weiß es sind viele in mir. Das ist klar. Und die machen was sie wollen. Was mir nicht klar ist, wie soll das gehen? Wie stell ich mir das vor? Ich weiß doch ganz genau, ich schreibe dir und die Kette war davor! Habe geschrieben! Plötzlich war der vor mir! ???

Der Mann macht das also alles bewusst so? Das war nur ein Trick? Der war nur lieb hat mir nichts gemacht damit ich da bleiben wollte? Hat mir was gegeben damit ich merke das er doch böse ist!? Dann bin ich ja noch dümmer als ich dachte!☹

Aber dumm sind die nicht! Die wissen alles! Und schau wenn die das über so viele Jahre machen... ja dann bleibt doch nur, entweder sind die recht clever oder wir wirklich sonderbar dumm!

Aber natürlich möchte ich das ihr am Dienstag kommt! Freue mich doch schon... ☐

Doris

Mo warum ist denen denn nicht klar wie sehr die mich verletzen? Damit meine ich nicht das körperliche. Nein ich meine das IN MIR DRIN! ???

8.7. 17:30

Doris, es waren fast 40 Jahre, in denen ihr viele seid, ohne daß jemand euch geholfen hat, das zu verstehen. Im Gegenteil – es waren (vermutlich) immer Täter da – es war nie der Freiraum, etwas zu verstehen. Deswegen dauert es jetzt lange, es zu verstehen. Aber du und ziemlich viele andere Ichs sind offen für dieses Verstehen, suchen nach Erklärung .. es kommt nur drauf an, daß ihr aushaltet, daß ihr die Hoffnung nicht verliert.

Das "switchen" (das "wechseln" in einen anderen Anteil) ist ganz natürlich. Auch wenn wir einschlafen und dann morgens wieder aufwachen, haben wir nicht gemerkt, daß Zeit vergangen ist. Es ist fast dasselbe, nur eben nicht über eine ganze Nacht. Oder was man "Bewußtlosigkeit" nennt. Nur ist in dem Fall ein anderes Bewußtsein stattdessen wach. – Du kannst es erstmal nur hinnehmen. Wenn du weißt, daß es andere in dir gibt, und die wissen es auch, dann entsteht mit der Zeit Aufmerksamkeit füreinander – und dann kriegst du das Wechseln auch bewußter mit. – Ich weiß von anderen Multis, daß sogar ein Ich protestieren kann nach innen: "He, ich will jetzt draußen bleiben! Nicht du!" Oder daß z.B. im Laden plötzlich ein kindlicher Anteil rauskommt und Spielsachen oder Süßkram in den Einkaufswagen packt! Das ist wirklich so, wenn sich die Ichs wohler fühlen und nicht mehr so von Angst gepeinigt sind wie bei euch.

Viele sein ist also nicht nur doof, sondern auch eine Ressource, eine Lebenskraft. Es gibt

Wird keiner helfen?

Überlebende, die sehr viele verschiedene Fähigkeiten entwickelt haben und auch im Alltag leben. (Es gibt auch bei euch ein Ich, das es genauso sieht. – Und übrigens gibt es bei euch eine erwachsene Merle, die als Bürokauffrau gearbeitet hat, eine andere als Köchin.)

Nein, du bist absolut nicht dumm!!!!!! – Jemand, die erstens Viele ist (und das bisher nicht gewußt hat) und zweitens Betäubungsmittel bekommen hat, und drittens bedroht wird, hat gar keine Chance, sowas mitzukriegen!!

Nein, ich sehe es dennoch so, daß die Täter etwas dumm sind. Nur gibt es so viele Jahre Routine – es ging immer gleich weiter mit dem Körper. Und die hatten keine Gegner. Ihr habt keine Unterstützung zur Befreiung gehabt. – Sie haben angefangen, als ihr ein kleines Kind gewesen seid. Und immer Gewalt, immer Angst, immer Folter... und keine Unterstützung von außen. Da kann es immer so weitergehen... – Manche Ichs unterstützen sie, oder haben ihren kleinen Freiraum gefunden in dem System, weil sie von der Gewalt nichts mitkriegen.

Deine Frage verstehe ich nicht: Meinst du, warum die Ichs, die bei den Tätern mitmachen, nicht wissen, wie die euch verletzen? Das kommt daher, daß sie selbst nichts fühlen.

Ok, wir kommen. Welche Uhrzeit ist dir recht? Damit wir uns einen Zug raussuchen. Amelie ist da? Denn sonst wäre es leider möglich, daß du wieder in der Gewalt der Täter bist, zu dieser Zeit. Leider. – Ich hoffe, daß auch andere Ichs es ok finden, wenn wir kommen. Nicht daß uns dann jemand rausschmeißt.. !

Ich schreib dir noch meine Handynummer: (...). Speicher sie am besten, damit du notfalls eine SMS schreiben kannst.

Bitte – lösche gleich die Mail!!!!

Mo

8.7.

Weißt du ich muss das verstehen! Jetzt macht das alles noch wenig Sinn für mich... da kann ich doch die Tür direkt offen lassen.!

Kann man das wechseln steuern?

Nein ich meine bösen Männer! Wie kann es Menschen so egal sein? Es ist mir peinlich, aber die haben mir sehr weh getan... nicht nur an der Scheide auch am Po

Ja Amelie ist da! Und Nein keiner wird euch rausschmeißen. Du wieder... naja, mir wäre natürlich am liebsten so zeitig wie möglich □ damit wir viel Zeit haben □

Doris

8.7.

Ja, du mußt das alles verstehen lernen – es ist wichtig für die Befreiung. Und ich hoffe, über dich lernen auch andere innen mit!

Die Kette vor der Tür ist jetzt noch tatsächlich egal. Bestimmte Anteile machen "freiwillig" oder unter Angst auf – und andere kriegens nicht mit. Es kann aber mal sein, daß z.B. du soviel Autorität hast in eurem System, daß du einen Anteil, der aufmachen will, nicht raus läßt. Dann wird die Kette sinnvoll (falls der Täter den Schlüssel hast, was ich fast vermute).

Ihr alle seid eine Gruppe mit verschiedenen einzelnen Willenskräften. Wenn ihr mal miteinander Kontakt habt, dann kann es so sein, wie ich oben geschrieben habe. Dann läßt sich etwas

Wird keiner helfen?

steuern. Aber das muß in euch wachsen. Es ist wie eine Schulklasse, in der manche mehr zu sagen haben und manche weniger. Oder alle einer Meinung sind. Ich schicke dir mal ein Äbild mit, das eine, die Viele ist, von ihrem System gezeichnet hat.¹⁹⁰

Diese Männer sind zutiefst gestört, du kannst sagen krank (obwohl ich das nicht als Entschuldigung sehe), zerstört in ihrer Seele. Es ist schwer für uns, die wir sowas nicht in uns haben, es zu verstehen. Aber es ist dieselbe Sorte Mensch, die früher in den KZ die Menschen gefoltert hat, oder heutzutage ein anderen Ländern. Es gibt Menschen, die sind einfach so KAPUTT. Es gab sie in jeder Generation, und sie haben immer verschiedene Möglichkeiten für ihre Kaputtheit...

Sicher muß man auch darüber nachdenken, aber mir fällt es schwer. Weil ich gar kein Verständnis für solche "Menschen" haben möchte! Ich hätte nichts dagegen, wenn es für sie die Todesstrafe gäbe.

Mo

8.7.

Dieses Bild ist sehr interessant. Habe mir auch schon Gedanken gemacht wie es in mir wohl aussieht... stelle es mir aber anders vor. Ausgehend von den Stimmen von dem was sie sagen bzw was ich höre und von dem was ich träume... ist es in mir endlos... dunkel... laut... Und irgendwie trotz der Endlosigkeit ist es zu voll, viel zu viele...

Wirst Du mir helfen es zu verstehen? Also richtig zu verstehen. Bitte...

Doris

8.7.

So ein Bild kann nur jemand malen, die sich schon gut auskennt in ihrem System. Ich kenne Multis, mit deren Ichs habe und hatte ich so völlig klar Kontakt, als wären sie eine Gruppe Menschen, die vor mir stehen. – Das kann bei euch auch mal so werden. Und natürlich werde ich alles tun, was ich kann, um dir und den anderen zur Selbstbestimmtheit als Mensch mit vielen Ichs (und gegenüber den Tätern) zu helfen!!

So voll und chaotisch ist es in dir auch deshalb, weil ihr all die Jahre keinen Freiraum hattet, das System zu ordnen. Dazu kann vielleicht auch die Therapie in der Uniklinik etwas weiterhelfen, aber ich auch.

Mo

8.7. 19:14

Mondrian, es tut mir leid, aber ich möchte nur wissen, warum antwortest Du mir nicht?

Merle

8.7.

Hey Merle!

Ich hatte dir heute morgen kurz geschrieben und gefragt, ob du da bist. Und auch, daß deine

¹⁹⁰ M. Bauer (1994) in *Matrioschka 5/95*; auch in Lüttichau: DISSOZIATION UND TRAUMA. GRUNDLAGEN FÜR BETROFFENE UND HELFERINNEN (Berlin 2014, S. 70).

Wird keiner helfen?

Mail sehr wichtig ist, hab mich dafür bedankt. – Da kam keine Antwort. Denn leider ist wieder Schlimmes passiert in der Zwischenzeit. Jetzt hatte ich ein paar Stunden gemailt mit Doris. – Ich kann dir jetzt auf deine lange Mail antworten.

Erstmal schnell diese Mail, damit du nicht noch länger warten mußt.

8.7.

Danke. Habe aber keine Mail bekommen. Leider...

Merle

8.7.

Ja, Merle – vielen Dank für deine lange Mail mit den Infos zu Günther und Amelie. Danke für dein Vertrauen! Die Infos helfen mir sehr, DICH ein bißchen besser zu verstehen.

Mir ist jetzt klar, wie verwirrend all das gewesen sein muß, mit dem ich dich per Mail von Anfang an "überfallen" habe. Aber ich mußte mich auch erstmal zurechtfinden.. wer weiß was, wer hat was erlebt...

Erstmal: Wenn keine Antwort kommt, heißt das bei mir nie, daß ich dir nicht antworten will. Es heißt immer, daß ich nicht kann, daß ich im Nachtdienst bin oder sonstwas zu tun habe. Ich sage möglichst Bescheid bei euch – aber oft ist eben ein anderes Ich mit mir im Kontakt – und z.b. du liest die Mail nicht mit. Was soll ich da machen?

Denk bitte immer dran, daß ich mit mehreren Ichs maile. Wenn ihr irgendwann mehr Kontakt habt miteinander, dann könnt ihr euch gegenseitig sagen, "der Mondrian ist nicht da" oder so. Oder du versuchst, auch die Mails an die anderen gleich mit zu lesen! (Später geht nicht, weil die Mails – hoffentlich! – hinterher gelöscht werden. Wegen der Täter.)

Ja, du bist stark. Du hast vieles erkämpft und hast diese Stärke weiterhin. Das geht nicht vorbei. – dieses Viele Sein heißt aber, daß jedes einzelne Ich seine einzelne Kraft und Stärke hat. Genau deshalb ist es entstanden: weil so viel Schlimmes geschehen ist, das auf andere Weise nicht auszuhalten war.

Jedes von den Ichs hat ihre und seine eigenen Fähigkeiten.

Ich muß dir noch vieles erzählen im Zusammenhang mit den Tätern, aber das geht nicht alles in eine Mail rein. Und auch zu Günther/Amelie möchte ich gern später noch etwas schreiben. Aber jetzt möchte dir unbedingt noch etwas anderes sagen. – Du weißt ja, daß Amelie morgen wieder kommt. Und ein anderes Ich (die 12jährige Doris, die viel mit mir mailt) hat mich und meine Freundin Petra eingeladen, am Dienstag zu euch zu kommen und auch Amelie kennenzulernen. Es gibt wohl noch andere Ichs, die mich persönlich kennenlernen möchten – nachdem wir viel per Mail austauschen. Auch dich möchte ich gern kennenlernen! Ich weiß nicht, ob du von der Einladung weißt – und ich möchte dich fragen, ob es auch für dich ok ist?

Mondrian

8.7.

Mondrian, ja richtig, der Sinn dabei war, dass Dein verstehen mir helfen wird Dich zu verstehen...

Wird keiner helfen?

Ich finde es schön wenn Du und Deine Frau uns besuchen kommen. Auch ich habe großes Interesse Dich, Deine Person, ja Dich als Mensch etwas kennenlernen... Nur hatte ich bisher das Gefühl Du magst nicht den Kontakt zu mir. Vielleicht wegen der Lüge oder weil ich nicht verstehen will...?

Amelie sollte doch vier Wochen bei Papa sein?
Merle

8.7.

Merle, es freut uns sehr, daß es auch für dich ok ist, wenn wir kommen! (Ist aber meine Freundin, nicht Frau..)

Nein, es war niemals so, daß ich keinen Kontakt mit dir wollte!!!! – Aber es ist eben nicht leicht, all das Neue zu erklären – und es gab auch mit den anderen immer wieder Mißverständnisse. Und mit der "Lüge" hat es gar nichts zu tun – ich wußte doch eh, daß das aus der Not entstanden war.

Ja, die Zeiten mit Amelie wurden getauscht (von Doris). Und zwar, weil du/ihr ab 3. August aufgenommen werdet in der Traumastation der Uniklinik, diesmal für eine längere Therapiezeit. Und dann hätte Amelie ja wieder ihre Mama längere Zeit nicht. Deshalb ist sie jetzt ab morgen da (ich weiß allerdings nicht, ob eine oder 2 Wochen). – Der zweite Grund ist, daß nur dann, wenn Amelie in der Wohnung ist, die Täter nicht kommen. Und wenn Amelie 4 Wochen nicht da wäre, hätten die Täter all die Zeit freie Hand – – so war es in der vergangenen Woche schon. Ich muß dir das leider so deutlich sagen – denn es ist so. Ich weiß, daß du nichts davon mitkriegst.

8.7.

Täter... freie Hand... ???

"Ich muß dir noch vieles erzählen im Zusammenhang mit den Tätern, aber das geht nicht alles in eine Mail rein. Und auch zu Günther/Amelie möchte ich gern später noch etwas schreiben"

Würdest Du das bitte tun? Und vielleicht irgendwie am Anfang anfangen?

Merle

PS Amelie ist meine Tochter! Im Moment klingt es für mich, als ob Amelie mein Schutzschild wäre...? Entschuldige bitte, aber das klingt schon absurd!!!

8.7.

Merle, es ist leider genauso. – Ich weiß, es ist schwer für dich, das als Tatsachen anzunehmen. Es gibt Täter, die dich (also deinen Körper) sehr häufig aus der Wohnung holen und Schlimmes mit ihm machen. Und wenn Amelie da ist, geschieht das nicht – weil die Täter ja nicht wollen, daß etwas davon bekannt wird.

Du fragst nach dem Anfang. Der war in deiner frühesten Kindheit. Der erste Täter war dein Opa. Dann dein Vater. Der hat dich für Geld an andere Männer "verkauft". – Und leider hat das wohl zu keiner Zeit des Lebens aufgehört. Jetzt ist zwar der Vater tot, aber andere Täter haben weitergemacht.

Wird keiner helfen?

Daß das so ist, daran kann es keinen Zweifel geben. Es schreiben mir seit Februar rund 20 Anteile, die alle in verschiedener Weise etwas davon mitbekommen haben oder mitbekommen. Sie haben mir das alles von sich aus geschrieben.

Vielleicht merkst du selbst, daß du Verletzungen am Körper hast oder Schmerzen.

Du kannst im Netz vieles dazu lesen, unter dem Thema "Rituelle Gewalt". Zum Beispiel hier in meinem Informationsportal: <https://dissoziation-und-trauma.de/sachinfos/rituelle-gewalt-ritual-abuse>

ABER ES GIBT BEFREIUNG ! – Und dazu ist es nötig, daß möglichst viele Ichs Bescheid wissen. Dazu versuche ich zu helfen – und auch die Fachleute in der Traumaabteilung der Uniklinik, wo du (ihr) schon 2x wart und jetzt am 3. August wieder. Ich schick dir mal die Einladung zu, falls du sie nicht hast.

Merle, ich muß dich jetzt um Verständnis bitten, daß ich für heute aufhören möchte mit schreiben. Ich hatte Nachtdienst und kann mich nicht mehr konzentrieren, ich muß schlafen!

Morgen bin ich die meiste Zeit des Tages zuhause, da können wir weiter mailen!

Ok? Danke!

Bis dann, viele Grüße von Mondrian

8.7. 21:50 Merle

Danke.

Eine gute Nacht für Dich...

Merle

8.7. 22:51¹⁹¹

Mo böser angst müde

10.7. 08:08

Mo bist du noch da?

Doris

10.7. 8:15

Ja, ich bin da.

10.7. 8:21

Danke

10.7. Doris

Die kleine Amelie wird gleich kommen...

10.7. Doris

Doris, Amelie sollte gestern kommen. Das hattest du klar vereinbart. – Das heißt also, ein Ich hat das (im Interesse der Täter) verändert, denn gestern wart ihr ja zweifellos in deren Gewalt. Es

¹⁹¹ Vom Zweithandy gesendet, also wohl in Gefangenschaft.

Wird keiner helfen?

tut mir leid, unter solchen Umständen werden wir nicht nach Ludwigstadt kommen. Denn dann wäre ja auch völlig ungewiß, ob nicht auch morgen die Täter zugreifen können.

Ihr könnt gerne morgen (oder an einem anderen Tag) zu Besuch (nicht zum Übernachten!) nach Berlin zu uns kommen. Aber bitte nur mit Amelie!

Ansonsten können wir uns in jedemfall sehen, wenn ihr in der Uniklinik seid.

Ich bin jetzt eine halbe Stunde außer Haus, dann wieder da!

Mo¹⁹²

10.7.

Oh bitte sag nie wieder ich bin nicht dumm! So sehr habe ich mich gefreut... wenn das nicht dumm ist? Alle Verarschen mich doch nur! Wie und was wirklich war ist doch völlig egal! Was hat ein Kind schon zu sagen!

Schade ich dachte du bist eine Art Mensch eine Art erwachsener der erstmal nachfragt bevor er urteilt! Gleich kommt die kleine und ich weine... keine Sorge nicht wegen dir. Wegen meiner Dummheit!

Doris

10.7.

Das ist Unsinn, Doris! – Niemand ist dumm. Du (und ihr) müßt verstehen lernen, in welcher Situation ihr seid. Amelie sollte am Sonntag kommen. Du hast es selbst vereinbart. Jetzt waren die Täter wütend (das hast du mir geschrieben) und haben euch offensichtlich über den gesamten Sonntag gefangen gehalten. Und ihr konntet das nicht verhindern! – Und jemand von den Ichs muß mit Günther telefoniert haben, damit Amelie erst heute kommt.

Verstehst du nicht, daß es für uns auch gefährlich ist, da jetzt in deine Wohnung zu kommen?

Was, wenn dieses Ich, das so gut mit den Tätern zusammenarbeitet, denen die Tür öffnet?

Nichts hat mit Dummheit zu tun, nichts. – Und im übrigen bist DU das erwachsenste, vernünftigste Ich, mit dem ich zu tun habe. Die meisten wirklich erwachsenen Ichs ziehen sich zurück und scheinen sich kaum um Befreiung zu kümmern. Leider.

Mo

10.7.

Na ist doch schön das du weißt wie alles war! Warum mich fragen?

Und was du sagst ist falsch! Die kleine ist nun da. Mir geht's nicht gut aber darf ich jetzt weinen?

Nein! Jetzt muss ich funktionieren WIE ein erwachsener! Das ist doch Scheiße! Und was ist mit mir....?

Doris

¹⁹² Ich war unsicher, hatte Angst, weil ich die Einflußnahme durch die Täter nicht überschauen konnte. Und hatte zugleich auch die Verantwortung für meine Freundin, die mitkommen würde. Neben der Situation unlängst, als kindliche Anteile ohne Absprache zu mir nach Berlin gereist sind, war dies die zweite erhebliche Abweisung meinerseits; es sollte nicht die letzte bleiben. Solche Erfahrungen haben immer wieder das Vertrauen in mich erschüttert. Hier zeigt sich die Nützlichkeit des normativen therapeutischen settings. Andererseits wäre in diesem Rahmen eine Kooperation mit Merle & Co. wohl überhaupt nicht möglich gewesen.

Wird keiner helfen?

10.7.

Doris, du hattest selbst vorgestern Nacht gemailt, daß Böse da sind. Und dann kam den gesamten Sonntag (gestern) NICHTS von euch. Sowas gab es in all der Zeit, die ich euch kenne, niemals – außer wenn ihr in der Hand der Täter wart. Deshalb war ich mir ziemlich sicher, was geschehen ist.

Es tut mir leid, daß ich nicht "nachgefragt" habe – aber vielleicht kannst du dir vorstellen, daß wir hier auch gestern den ganzen Tag unsicher waren (eigentlich wollten wir schon die Fahrkarte kaufen usw.) ... – und dann kommt heut morgen von dir nur die Nachricht, Amelie käme heute. Wir sind alle keine Übermenschen, und manchmal bin auch ich überfordert.

Also bitte, entzieh mir nicht dein Vertrauen! Es geht weiter – aber es ist eben nicht leicht.

Mo

10.7. Merle

Hallo Merle, bitte komm nach außen und kümmere dich um Amelie!! Es ist doch deine Aufgabe, wie du mir gestern erst noch gesagt hast. Du solltest das nicht der jungen Doris überlassen, der es nicht gut geht.

Mondrian

10.7.

Es ist doch egal wie es wirklich war! Du machst was alle machen! Erst was geben auf das ich mich freuen kann. Und dann... kurz davor... wegnehmen! Damit es richtig weh tut!

Doris ☹

10.7.

Ich versuche, euch zu unterstützen bei der Befreiung. Darum geht es. Und dazu müssen wir zusammenarbeiten. Manchmal klappt eben etwas nicht, das ist so zwischen Menschen.

Mo

10.7.

Das was ich zu sagen habe dich offenbar nicht interessiert und du deine vorgefertigte Meinung hast habe ich verstanden. Dennoch werde ich dir sagen wie es wirklich war! Denn Günther hat mit mir am Samstag Abend vereinbart mich gebeten Amelie erst Montag bringen zu dürfen weil sie zu eine Feier eingeladen wurden bei der Amelie gern dabei wäre. Was mir nicht klar ist wie die das erfahren haben?

Nur noch eine Frage und bitte ganz ehrlich sonst lass es lieber! Hattest du je vor zu mir zu kommen?

Doris

10.7.

Doris, es tut mir leid. Es war ein Fehler von mir – daß ich nicht gleich nachgefragt habe! Aber vielleicht kannst du ja doch nachvollziehen, wie es dazu kam. Nämlich eben WEIL ich an dich und

Wird keiner helfen?

euch denke, auch wenn ich nichts von euch höre – oder grade dann! Habe gestern ständig nachgeschaut, ob eine Mail von euch da ist... – – –

Und ich hatte ja darin auch recht – ihr wart in Täterhand.

Das andere: natürlich hatten wir vor zu kommen, sehr ernsthaft!!!!!!!!!!!!

Bitte denk auch dran, was ich dir geschrieben habe, daß Petra auch Angst hat. Auch das spielt mit..

Es stimmt auch, daß Amelie und du irgendwann (auch morgen) einen Berlinbesuch machen könnt. (Aber da mußt du auch aufpassen, daß nicht Amelie überfordert ist, nachdem sie gestern ja schon ein besonderes Erlebnis hatte).

Und es stimmt auch, daß ich in jedemfall gern kommen würde, wenn ihr in der Traumastation seid. Wir hatten uns schon überlegt, dort in irgendeiner Pension zu übernachten, (denn auch da würde Petra gern mitkommen), damit wir mehr Zeit hätten miteinander.

Daß die Täter das jetzt wußten, wundert mich nicht. Es gibt sicher mindestens ein Ich, das die Täter über alle Termine informiert.

Mo

10.7.

Nein! Ich wir werden nicht nach Berlin kommen! Weißt Du es hatte mir gestern so geholfen zu wissen das ich dich am Dienstag sehen werde das auszuhalten. Aber es ist mir jetzt egal! Du redest von Missverständnissen von Ehrlichkeit von Vertrauen von frei sein! Ich brauche nichts davon! Ich brauche niemanden! Alle lügen...

Ja nun wirst du wütend auf mich sein! Nicht mehr schreiben... Das ist ok! Ich kann eh nicht mehr...

10.7.

Überlegs dir nochmal. – Genau sowas mußt du und müßt ihr halt lernen: daß es Mißverständnisse und Unklarheiten auch zwischen Menschen gibt, die NICHT böse sind, die es gut meinen. – Wirklich schlimm sind die Täter.

Die Gewalt der Täter scheinst du immer weiter auszuhalten – aber Konflikte mit jemandem, den du seit Monaten als Helfer und Freund kennst, sind dir zuviel?

Mo

10.7.

Ja genau! Dir habe ich vertraut! Dir habe geglaubt! Dich habe ich in mein Herz gelassen! Freiwillig!

10.7.

Ja, man macht sich verletzlich, wenn man jemanden in sein Herz hineinläßt. Stimmt. Aber das ist bei mir auch so. – Und wir Menschen machen immer mal Fehler, alle Menschen, auch du. Aber Menschen, die einander mögen, können die Fehler auch einsehen. Können sagen, es tut mir leid. Können erkennen, die oder der andere hat es nicht böse gemeint. Können gemeinsam wieder das Gute Miteinander finden.

Wird keiner helfen?

Es ist ein Unterschied zu den Tätern, oder?

Mo

10.7.

Es ist mir egal! Alles ist mir egal! Nichts ist sicher! Aber wer sollte das schon verstehen!

10.7.

Doris, es stimmt: 100%ig "sicher" ist nichts. Aber ihr kennt lebenslang nur die Unsicherheit, die zum Terror der Täter führt.

Die meisten Menschen auf der Welt sind aber keine Täter. Aber sie bleiben Menschen, die Fehler machen, einander mißverstehen – nur ist diese Unsicherheit nichts Schlimmes. Menschen könne miteinander reden, sich austauschen, Sachen klären.

Und grad wir beide haben mit diesem guten menschlichen Miteinander schon angefangen.

Mo

10.7.

Ja genau! Ich habe dich lieb und du lügst mich an...☹️☹️☹️

10.7.

Ich hab dich nicht angelogen.

10.7.

Mo ... Du sagst ihr würdet uns besuchen kommen. Doch kommt ihr nicht! Obwohl wir nichts falsches gemacht haben... ☹️

Wie bitte nennst du das dann?

Doris

10.7.

Doris, du hast mir gesagt, Amelie kommt am Sonntag. Und Amelie ist nicht am Sonntag gekommen.

Das ist das gleiche! – Keine Lügen, sondern es hat sich was geändert. Dann muß neu drüber geredet werden. Von uns beiden.

Mo

10.7.

Das ist nicht fair mir das zum Vorwurf zu machen.☹️ denn ich habe es dir gesagt doch eher ging es doch nicht! 🐱🐱🐱

Es ist so voll in meinem Kopf! Ich denke das ich schon ein wenig verstehe aber wie können die immer alles wissen? Du sagst irgendein Ich würde es denen sagen. Doch das begreife ich nicht.

Warum? Dann würde ich mir doch selbst schaden!?! ???

Doris

Wird keiner helfen?

10.7.

Doris, ich mach dir garnichts zum Vorwurf. Du machst mir was zum Vorwurf!

Es hat sich einfach etwas geändert – und wir mußten beide damit klarkommen. Und das hat erstmal nicht geklappt. Aber niemand von uns hat gelogen.

Du hast mir heute morgen einfach so gesagt, "Amelie kommt heute" – ohne Erklärung, wieso. Das war dann für mich eine völlig unklare Situation. Zumal mir klar war, daß wieder die Täter zugegriffen hatten. – Alles andere hab ich dir vorhin geschrieben.

Nein, Doris, die anderen Ichs haben teilweise ganz andere Interessen, ganz andere Meinungen als du. Es gibt auch Ichs, die überhaupt nichts von den Tätern wissen! – Das ist ja das Problem, wenn Menschen viele Ichs haben, die nichts voneinander wissen.

Deshalb versuche ich schon seit der ganzen Zeit, euch über die anderen zu informieren!

Das alles könnt ihr im Laufe der Zeit miteinander klären. – Dann können diese anderen Ichs lernen, daß sie euch allen schaden. Auch dem Körper, daß sie eure gemeinsame Zukunft verhindern und zerstören.

Mo

10.7.

Ich weiß es nicht... vielleicht war mir in dem Moment nicht klar das der Zeitpunkt wann die kleine hier sein wird eine so wesentliche Rolle für dein her kommen spielt! Ja es war uns wichtig das sie hier sein wird aber dennoch dachte ich du wolltest mich kennen lernen...☹️ und es mag sich keiner vorstellen können wie ich mich fühle wie es mir geht nach dem die

Weißt Du noch als ich dich gefragt habe ob ich weg gehen kann? Du sagtest das es nicht geht.

Warum aber nicht wenn es eh so viele von uns gibt? Wo wäre Denn der Unterschied ob ich innen bin oder weg?

Doris

10.7.

Doris, ganz klar: Es vergeht kein Tag, an dem ihr (der Körper) nicht von den Tätern abgeholt werdet – außer wenn Amelie da ist. Natürlich war es mir am wichtigsten, dich kennenzulernen. Die Wahrscheinlichkeit wäre aber groß, daß wir in Ludwigstadt ankommen und die Wohnung ist leer. Deswegen war es mir so wichtig, daß Amelie da ist. Abgesehen davon wollte auch Amelies Mama (Merle), daß ich Amelie kennenlerne.

Das Weggehen funktioniert einfach nicht, weil du ja ein Teil auch des Körpers bist. Niemand kann von seinem eigenen Körper "weggehen" – das gilt genauso, ob nur ein Ich da ist oder viele. Das "Ich", das Bewußtsein entsteht im Kopf und in den Nerven, das ist nicht ablösbar vom Körper.

Mo

Wird keiner helfen?

10.7.

Das Bewusstsein funktioniert ja offenbar nicht. Wenn es funktionieren würde dann würde ich mir ja nicht selbst schaden! Immer zu jeder Zeit wissen was ich tue! Und der Körper ganz ehrlich dazu habe ich gar keinen Bezug. Ich sehe den ja nicht mal richtig! Ist mir doch nur eine Last! Amelie ist doch nun da... aber du hast recht...! Ich habe mir sehr gewünscht das du GERN zu MIR kommst! Naja, aber ich hatte ein paar Tage um mich zu freuen! 😊 doch nun habe ich verstanden...

10.7.

Doch, das Bewußtsein funktioniert – aber in eurem Körper sind halt viele Bewußtseins! Das ist es ja – jedes Bewußtsein funktioniert für sich. Aber ihr könnt lernen, Kontakt zwischen euch herzustellen.

Doris, es tut mir sehr leid, daß du enttäuscht bist!! Aber bitte, versuch wenigstens, auch mich zu verstehen. Ich habe mit so vielen verschiedenen Informationen zu tun, von den einzelnen Ichs. Und muß versuchen, mich da durchzufinden. Das ist wirklich nicht einfach, und manchmal klappt es eben mehr oder weniger gut.

Aber ich möchte DICH ja kennenlernen. Ich spüre dich als DU, als Doris – glaub mir. Wir kriegen das hin (falls du es noch möchtest) – und es wird ja auf jedenfall möglich sein, wenn ihr in der Traumastation seid.

Petra und ich haben überlegt, daß wir uns dann eine Unterkunft für 1 Nacht besorgen, damit es mehr Möglichkeiten gibt, uns kennenzulernen. (Falls du Petra noch kennenlernen möchtest!) – Und dort ist dann sicher, daß keine Täter da sind. Was meinst du?

Mo

10.7.

Aber genau das verstehe ich nicht. Wenn es also auch viele Bewusstseins gibt dann kann ich doch gehen? Dann kann doch trotzdem alles weitergehen! Keiner wird es bemerken! Im Gegenteil die die von all dem bösen noch nichts wissen müssen niemals das alles erfahren was in mir ist!

Ich weiß nicht mehr was ich will! Ich wollte es dir nicht sagen aber ich werde immer ehrlich sein mit allem! Die blöden Schweine wussten auch das! Und haben sich lustig gemacht über mich! Weil sie wissen keiner wird helfen. Und sie wussten auch das du nicht zu mir kommen wirst! Wie können die das wissen? Gewusst haben?

Ein riesiges Loch... Und ich falle... Und es hört und hört nicht auf! 😞😞😞

Schon klar damit kann keiner was anfangen...

10.7.

Doris, du bist unablösbar mit dem Körper verbunden – genauso wie mein Bewußtsein mit meinem Körper. Das ist einfach in der Natur so, – du kannst die Natur nicht ändern. Ich könnte mich auch nicht dafür entscheiden, aus meinem Körper wegzugehen. Es ist eins – auch wenn du den Körper noch nicht als "deinen" empfindest.

Wird keiner helfen?

Und ich hab dir schonmal gesagt: du bist nicht das einzige Ich, daß all die Qualen erlebt hat und unter ihnen leidet. Auch andere haben mir das gemailt – und noch andere haben mir zwar nichts geschrieben, aber eine Beschützerin hat es mir gesagt. – DU ist diejenige, die sich am meisten Gedanken dazu macht, die wissen und verstehen will. Das ist deine besondere Fähigkeit... und damit trägst du in dieser Zeit jetzt mehr als jedes andere Ich zur Befreiung bei. Indem du all dieses Wissen nach innen nimmst und andere es über dich auch erfahren!

Die Täter haben all die Jahre erfahren, daß die professionellen Helfer nichts machen (können). Es ist auch tatsächlich schwierig – denn die machen all das eben in ihrer Arbeitszeit. Die halten nicht rund um die Uhr den Kontakt zu euch! Sowa macht kein Arzt oder Psychologe, weil er viele andere Klienten hat. So jemand wie mich, der das alles freiwillig und ohne bestimmte Arbeitszeiten macht, gibt es normalerweise nur sehr selten. Deswegen gehen die Täter einfach davon aus, sie müssen nur abwarten und irgendwann gibt dieser Mondrian auf, weils ihm zuviel ist.

Sie wußten nicht, daß ich nicht kommen würde – sie haben es nur angenommen, weil ein professioneller Helfer sowas auch nicht machen würde.

Bitte, denk dran, die Mails zu löschen!!

Mo

10.7.

Mo auch du verstehst mich nicht! Das erste mal hatte ich das Gefühl es geht wirklich ehrlich um mich als Mensch. Doch falsch! Ich bin dazu da um benutzt, verletzt, ausgenutzt.... zu werden.

Bin lästig und zweckmäßig. Menschlich...? Gefühle? Egal!

Du deine Art zu schreiben hat mir gezeigt das Gefühl von Menschlichkeit gegeben... aber was war das? War das überhaupt echt? War überhaupt ich gemeint? Das alles weiß ich nicht.

Du redest ständig von Befreiung. Doch wovon eigentlich? Vielleicht sollte ich mich von mir selbst befreien?

Weißt Du Mo wenn du jemandem so vertraust und plötzlich nicht mehr weisst... dann hörst du nicht mehr zu fallen!☺

Doris

10.7.

Doris, es fängt doch erst an, das Vertrauen zwischen uns! Es ist der allererste Anfang – und wann gab es das sonst in deinem Leben? Diese Monate, in denen wir Mails getauscht haben.. – und es geht doch weiter! Ich bin da und du bist da, und du lernst, und ich lerne.

Natürlich verstehen wir einander manchmal nicht – ich dich nicht, aber du mich auch nicht! Wir müssen doch lernen, einander kennenlernen... auch das gehört dazu. Es geht nicht ohne das!

Spürst du nicht, daß auch ich Gefühle für dich habe? Jede Mail schreib ich mit meiner Zuneigung zu dir. Trotzdem gibt es Irrtümer. Das ist so zwischen Menschen.

Ich verstehe, daß du bei jeder Unklarheit unsicher bist, ob du überhaupt gemeint bist. Ich werde es dir jedenfalls immer wieder neu sagen und hoffentlich zeigen: daß DU gemeint bist! Dich immer wieder neu auffangen, wenn du drohst, in die Hoffnungslosigkeit zu fallen. Jedenfalls werd ichs immer wieder versuchen.

Wird keiner helfen?

Aber es sind auch die anderen Ichs gemeint in unserem Austausch!

Ich rede von Befreiung, ja. Ich meine die Befreiung dieses Menschen M.M., mit all seinen Ichs, von den bösartigen verbrecherischen Monstern!!! Das meine ich. – Klar, es ist eine Befreiung, die ihr euch vielleicht gar nicht vorstellen könnt. Weil ihr kein anderes Leben kennt.

Mo

10.7.

Oh doch! Das gab es. Leider...

10.7.

Es tut mir leid, daß dein Vertrauen wohl schon einmal enttäuscht wurde!! – Dagegen kann ich natürlich nichts sagen. Wenn es so war, war es so. Ich kann dir Vertrauen zu mir nicht einreden.... Überleg dir halt, was war zwischen uns, was du von mir wirklich erlebt hast. Entscheide, ob du dich weiter auf mich einlassen möchtest. Es ist ja deine Entscheidung. Auch falls ich jetzt längere Zeit nichts mehr von dir höre, wird sich bei mir nichts ändern – ich werde wieder da sein, falls du dich später doch wieder dazu entschließt.

Mo

10.7.

Mehr als einmal... naiv eben!

Die kleine wird nun drei Wochen hier sein. Nur morgen um fünf holt ihr Papa sie kurz abwegen einer Feier bei Verwandten.

Warum willst Du nichts mehr von mir hören? Doris

10.7.

Ich hab doch nicht gesagt, daß ich nichts mehr von dir hören will. Im Gegenteil. Ich hab dich so verstanden, daß DU kein Vertrauen mehr zu mir hast.

Aber mal grundsätzlich: wir alle werden manchmal enttäuscht in unserem Vertrauen! Jeder Mensch, der Vertrauen schenkt, wird manchmal auch enttäuscht. Das ist so. – Aber ich denke, auch wir selbst enttäuschen andere manchmal. Jeder Mensch! – Weil wir eben nicht vollkommen sind. Auch wenn wir uns bemühen, alles gut zu machen. So ist jedenfalls meine Erfahrung in meinem Leben.

Mo

10.7.

Ich möchte verstehen! DICH VERSTEHEN!

Verstehen warum du mich so behandelst. Wissen was du denkst... Wissen warum es so ist... ???

Zum vertrauen... Ich denke vertrauen zu brechen dazu gehört schon einiges! Vertrauen definiere ich mit absoluter Ehrlichkeit. Das wiederum gibt Sicherheit. Sicherheit gibt Halt! Das gibt Kraft....

Doch über das was wir sprechen ist nicht nur irgendwas... wie wenn in der Schule einer ein kleines Geheimnis ausplappert.

Wird keiner helfen?

Verstehst du? Es gibt Menschen die benutzen das gegen mich...

Andere enttäuschten? Tue ich wahrscheinlich pausenlos! Doch deren vertrauen missbrauchen? Niemals!

10.7.

Ja, verstehen.. ich weiß, du bist die Lernende. Nicht zuletzt das verbindet uns, dich und mich (meiner Meinung nach): dieses wirklich Verstehen wollen.. Es war für mich in der Kindheit ähnlich: ich habe meine Freiheit gefunden darin, daß ich zu verstehen gesucht habe, was zwischen Menschen ist. – Und deshalb werde ich immer damit solidarisch sein, wenn du etwas verstehen möchtest, was bei mir los ist, was ich gesagt oder getan habe.

Meine Erfahrung ist, daß die meisten Menschen sehr schnell bereit sind, ihr Vertrauen in einen anderen wegzuschleudern und sich von dem anderen abzuwenden. Bei mir ist das anders.

Für mich zählt immer viel mehr das Gute, was ich mit jemandem erlebt habe, nicht das Unangenehme, was ich auch mal erlebe. Aber ich bin damit auch schon reingefallen!

"Absolute Ehrlichkeit" ist ein großes Wort. Das Bemühen um Ehrlichkeit: ja. Aber es gibt eben Irrtümer – die wir nicht wollen! – und das ist dann deshalb nicht unbedingt unehrlich oder Lüge.

– – – Ich hab früher sehr schnell etwas als Lüge bezeichnet, was jemand gesagt hat. Und hab immer besser gelernt, daß vieles zwar nicht stimmt, aber trotzdem keine Lüge ist – weil der andere es entweder nicht besser wußte oder anders gemeint hatte.

Etwas gegen jemandem zu benutzen, was wir ihm anvertraut haben.. das ist natürlich nicht zu entschuldigen. Wenn derjenige es so wollte. Aber auch das kann passieren, ohne es gewollt zu haben.

Das klingt jetzt vielleicht so, als ob ich alles mögliche entschuldigen will, – aber es ist einfach meine Erfahrung, daß soo vieles geschieht, weil Menschen einfach überfordert waren, oder nicht genau genug nachgedacht haben. –Und daß nur wenige Menschen etwas wirklich böse meinen. – Natürlich ist das für deine Erfahrung ganz anders. Weil du leider das BÖSE von Menschen in allerschlimmster Weise dein Leben lang erlebt hast.... !!!

Mo

10.7.

Also hab der kleinen jetzt eine ganze Weile den Rücken gekratzelt wenigstens mal etwas richtig gemacht. Sie ist glücklich!

10.7.

☺

10.7.

Hast du es verstanden? Was zwischen Menschen ist.

Das Gute. Ja genau das fühle ich bei dir! Aber wo findest du es bei Menschen?

Okay... es fällt mir gerade zwar schwer aber ich glaub sonst verstehst du nicht. ... Ferienlager eine total liebe nette Betreuerin relativ weit weg sah ich eine Chance auf Hilfe... habe ihr erzählt nicht mal viel nur etwas wesentliches um Hilfe gebeten. Doch was tat sie? Sie hat es ihrem Kollegen erzählt. Und der...

Wird keiner helfen?

hatte das gewollt... war auch nicht überfordert.... einfach nur böse!

Doris

10.7.

Schrecklich, das im Ferienlager!!!! – Ja, solche Sachen geschehen immer wieder. Männer und Sexualität – – ich weiß es nicht, ich fühl mich demgegenüber sehr hilflos. Warum sind sie so? Warum sind so viele so? Ich glaube, insgesamt ist das Verhältnis sehr vieler Menschen zu Sexualität extrem kaputt. Ich verstehe es auch nicht.

Mo

10.7.

Du arbeitest doch aber schon recht lange mit Menschen zusammen denen Schlimmes passiert ist.? Wie kannst du dann Menschen überhaupt noch mögen?

Für mich haben Menschen nicht viel mit Mensch sein zu tun. Schau die bösen über die reden zwecklos! Hamburg Autonome was hatte das mit Autonomie zu tun? Überall nur Chaos! Hast Gier Sucht

Für mich und vielleicht liegt es daran das ich eben erst zwölf bin denke wie ein Kind. Aber was ist mit Menschlichkeit Güte Liebe Vernunft...

Wie kannst du nach dem ganzen schlimmen immer noch so viel gutes sehen? Und vorallem wo?
Doris

10.7.

Ich hab das Gute in den Menschen vor allem seit der Zeit gefunden, seit ich mit Traumaüberlebenden arbeite. Nämlich in denen!! – Sicher, viele, die Schlimmes erleben, gehen daran kaputt. Aber ich lerne ja Überlebende kennen, die ihre ganze Lebenskraft in Heilung stecken. Und diese Heilung geht nur durch das Gute in den Menschen. Das Schlechte kennen sie ja – sie fallen nicht rein darauf. Sie wissen, was sie NICHT wollen. Sie können viel klarer entscheiden, wohin sie sich entwickeln wollen.

So ist es doch bei dir auch, und auch bei anderen Ichs von dir.

Und genauso habe ich es bei allen Überlebenden gefunden, mit denen ich zu tun hatte.

Deshalb sind sie mir näher als die meisten, die allermeisten "gesunden" Menschen. Die nichts so Schlimmes erlebt haben.

Du sagst, du bist ein Kind. Aber du denkst nicht wie ein Kind, glaub mir. Du denkst reifer, wahrhaftiger als die meisten Erwachsenen. Das ist genau das, was sich ich meinte. Du WEISST, was du NICHT willst. Die meisten "Erwachsenen" wissen das nicht. Sie lassen sich treiben in ihrem Leben, sie konsumieren, manchmal machen sie was Gutes, dann wieder etwas Egoistisches, – wie es grad kommt.

Mo

10.7.

Du wirst sicher lachen... aber weißt du ich wollte morgen etwas für euch kochen... und ja ich kann das musste immer kochen...

Wird keiner helfen?

Gut ich verstehe zwar noch immer nicht alles was mich extrem nervt. Aber ich weiß und fühle das ich Dich trotz allem lieb habe! Eine gute Nacht für dich Mo!

Doris

10.7.

Liebe Doris, es tut mir noch immer leid.... aber es war doch heut noch ein sehr schönes Gespräch zwischen uns, oder? Ich hab dich auch lieb. Es geht weiter... und ich werde mir ganz viel Mühe geben!!

Gute Nacht!!

Mo

11.7.

Guten morgen Mo,

Du sagst doch ich kann nicht weggehen. Wie kann ich dann nach Innen kommen? Wie es aussieht hast du recht. Wenn die kleine hier ist lassen die mich in Ruhe. Dann muss ich ja also nicht hier sein.

Bitte du darfst mich nicht falsch verstehen ich mag die kleine Amelie sehr. Spiele auch gern mit ihr und alles... aber sie möchte mehr... ..

Weißt Du das was ich möchte werde ich nicht bekommen.... was soll ich also hier? Das ist kein aufgeben... Kannst du verstehen?

Doris

11.7.

Doris, ich habs dir erklärt. Weggehen hieße nur, du tötest dich – und damit alle anderen Ichs auch. Oder es geschieht einfach, daß andere Ichs nach außen kommen. Aber daß du so lange und so oft im Körper bist, hat damit zu tun, daß du das gesündeste Ich bist, daß du am meisten für die Heilung kämpfen kannst.

Wenn dir das alles, das Leben, nichts bedeutet, hieße das, du willst dich umbringen. Was aber bedeutet: du würdest alle umbringen. Du würdest Amelie mutterlos machen.

So ists..

Mo

11.7.

Entschuldige, du hattest jetzt ja geschrieben "nach innen kommen". – Wie das bei Multis "geht", weiß ich nicht. Es ist eine Entscheidung von "euch", aber wie genau – das weiß ich nicht. Jedenfalls gibt es dafür keine Möglichkeit, es von außen zu "machen".

11.7.

Dachte schon du verstehst mich wieder gar nicht! Mo ich möchte nicht aufgeben! Aber ich möchte weg! Das wirst du nicht verstehen können und das erwarte ich auch nicht... es gibt hier nichts für mich... die kleine ist lieb und süß und alles... aber es macht böses mit mir... und schlafen kann und darf ich nicht!

Wird keiner helfen?

Wenn es doch so viele gibt werde ich jetzt nicht gebraucht die bösen kommen doch jetzt nicht!
Bitte sag mir wie komm ich weg oder rein
Doris

11.7.

Das einzige, was du tun kannst, ist zu versuchen, das nach innen rein zu rufen und zu fordern, daß dich endlich mal jemand ablöst! Was ich durchaus als richtig sehe – denn du hast so viel geleistet jetzt in den letzten Wochen! Ich versteh dich also schon, Doris..
Ich versuch mal, auch noch eine Mail an andere zu schicken.

11.7. An Merle und Amanda und andere!!

Hallo ihr, bitte löst doch mal Doris ab! Sie hat in den letzten Wochen so viel leisten müssen und muß sich endlich auch mal innen ausruhen!! – Es ist ja jetzt wahrscheinlich eine ruhige Zeit, weil Amelie da ist.
Mondrian

11.7. Doris

Das mach ich schon seit gestern...!
Das hört nicht auf auch wenn die nicht hier sind sind die hier!

11.7.

Die Erinnerungen sind in dir, ja. Vielleicht kannst du sie ja aus dir raus schreiben? (Es wäre allerdings noch besser, wenn du über das alles sprechen könntest. Es jemandem sagen, der solidarisch ist und es mit dir trägt, erleichtert sehr, mehr als aufschreiben.) – Wir könnten dann auch telefonieren.
Doris, ich bin jetzt für ca. 2 Stunden außer Haus. also wunder dich nicht, wenn ich erstmal nicht antworten kann. Aber um die Mittagszeit bin ich wieder da.

11.7.

Ich kann nicht sprechen!

11.7. 10:53

Mo ich könnte mir denken du weißt was diese Männer mit mir alles so machen. Das ist für mich zu schlimm hat zu viel schrecken verstehe es nicht und es ist mir peinlich zu eklig! Kann das nicht schreiben. Es geht auch nicht nur darum sondern auch um die kleine... was sie möchte... braucht... Ich auch gern tue... sie weiß ja nicht! Kann doch nichts für.
Manchmal frag ich mich ob das alles überhaupt wirklich ist. Nicht wegen mir. Es geschieht so viel Schlimmes! Der der das alles hier wollte kann das doch so nicht geplant haben! ??? Vielleicht hast du doch Unrecht und in meinem Hirn stimmt etwas nicht. Denn mein DA SEIN gibt für mich keinen Sinn! Zum mindest seh ich den nicht!

Wird keiner helfen?

Und dann... wünschte ich ich könnte alles ändern! So wie ich wollte...! 😊 ich wüsste genau wie ...!

.... falle weiter und weiter...

Doris

11.7.

Doris, ich bin wieder zuhause. – Du sollst wissen, ihr habt bis vor 2 Jahren sprechen können. Das nicht sprechen kam wahrscheinlich, weil niemand das Schreckliche aussprechen wollte. Aber zum Heilen ist es wichtig, wieder mit Sprechen anzufangen. Du bist jetzt wirklich am Ende mit deinen Kräften, das kann ich mir vorstellen. Sicher wirst du bald nach innen gehen können und ausruhen, hoffentlich.

11.7.

Das klingt so als ob du denkst ich kann sprechen möchte es nur nicht.?

Darf ich dich was fragen Mo?

Doris

11.7.

Doris, so einfach ist es nicht. Dein Körper hat die Fähigkeit zu sprechen und er hat ja bisher auch gesprochen. (Und auch du in deiner Kindheit.) Es ist eine seelische Blockade. Daß du es nicht "so einfach" kannst, weiß ich. Aber es ist wichtig, zu wissen, daß es eigentlich geht. Dann kannst du und könnt ihr versuchen, es wieder zu schaffen. Ist ähnlich wie der Innenkontakt zwischen euch. Erst müßtet ihr wissen, daß es eigentlich möglich ist – dann konntet ihr danach suchen.

Natürlich kannst du mich fragen. Du kannst mich alles fragen und ich werde immer versuchen, dir ehrlich Antwort zu geben.

11.7

Ich versuche doch immer zu sprechen! Mich zu wehren.... denen klar zu machen das ich das ich das nicht will...!!! Zu schreien....!!!! Mit all meiner Kraft! Warum kommt da kein Ton raus? ????

Warum ihr heute nicht zu uns gekommen seid hast du mir erklärt. Warum aber kommt ihr nicht an einem von den anderen möglichen Tagen zu uns? ☐

Doris

11.7.

Ich weiß es nicht, wieso das Sprechen nicht geht. Es gibt sowas, das nennt man "Mutismus" – daß aufgrund von seelischem Leid "die Sprache versagt". Jemand von euch hat mir mal gesagt, es geht nicht, weil ihr das Schlimme nicht aussprechen wollt.

Zu euch kommen: Ich hatte schon dran gedacht, an einem anderen Tag. Aber ich möchte es jetzt vor dem Termin in der Uniklinik nicht machen. Aus zwei Gründen.

Einmal sagst du selbst, daß du am Ende bist, daß du nach innen willst – was sich gut verstehe.

Es ist also ziemlich unklar, wie das bei euch jetzt weitergeht in der nächsten Zeit. Wer im Körper

Wird keiner helfen?

sein wird. Die Einladung zu euch kommt von dir und von der Merle-Mama, aber die kommt jetzt nicht raus, läßt dich leider allein. Es geht in eurem System wohl zur Zeit ziemlich vieles durcheinander.

Das andere ist, daß Petra einfach Angst hat. Sie hat selbst eine Traumavergangenheit und hat viel Mut gebraucht, um ursprünglich zu entscheiden, mitzukommen. (Wollte mich aber auch nicht allein lassen) – Jetzt wurde entschieden, wir gehen nicht, und sie möchte es jetzt nicht mehr ändern. Sie hat mir extra gesagt, ich kann dir das so sagen.

Laß uns bitte jetzt auf den Aufenthalt in der Klinik hin arbeiten. Dann werden wir (wenn ihr möchtet) auf jedenfall kommen!

Und bis dahin wird noch viel Zeit sein, über Mails uns auszutauschen (auch mit anderen Ichs), das wird eine gute Vorarbeit sein für euren Besuch in der Traumaabteilung. Grade weil ja zu hoffen ist, daß die Täter sich in den nächsten 3 Wochen zurückhalten.

Ich hab auch nochmal dran gedacht, wie es wäre, wenn ihr bei uns seid, mit Amelie. Aber auch das können wir eigentlich nicht verantworten. Was ist, wenn dann kleine Ichs rausdrängen, die hier nicht mehr weg wollen? Oder auf der Bahnfahrt zurück – wenn die einfach aussteigen, weil sie nicht zurück wollen? Was wäre dann mit Amelie??! Das wäre unverantwortlich.

Es tut mir sehr leid, daß ich nicht genug nachgedacht habe, als ich diesen Vorschlag gemacht habe. – Es ist halt alles sehr schwierig, und ich muß immer neu lernen..

Bitte versuch, mich zu verstehen (ein bißchen).

Der ganze Wg zur Befreiung hat viele Schritte, und so sehr ich euch möglichst schnelle Befreiung wünsche – es geht halt nicht so schnell.

11.7.

Oh keine Angst ich wäre nie mit der kleinen nach Berlin gefahren! Das hätte ich wahrscheinlich nicht geschafft.

Doch verstehen kann ich dich nicht. Das was weswegen heute naja... aber das jetzt. Nein! Ehrlich für mich klingt es wolltest du es nie suchst nur immer wieder nach ausreden! Was dein gutes recht ist. Klar! Schön ich bin nur ein Kind. Doch trotzdem ein Mensch und auch wenn ich nicht möchte hab ich doch Gefühle!☺ Sag mir warum erst etwas zum freuen geben...? Dann sag's doch gleich richtig ganz klar und direkt... !

Weißt Du von mir nur ständig verlangt! Verlangt das ich höre das ich funktionierte das ich lieb bin tue was alle wollen vertraue und verstehe!

Siehst du das denn nicht? Um mich geht's doch gar nicht! Ging es nie und wird's nie gehen! Aber um das zu versehen müsste man mich sehen...

☺Doris

11.7.

Ich kann dich wirklich alles fragen egal was ohne das Du sauer wirst und ohne das sich was zwischen uns ändert?

Wird keiner helfen?

11.7.

Es geht um dich und euch. Aber es ist nicht so einfach – es gibt viele Probleme, Schwierigkeiten. Es ist mit das Schwierigste überhaupt, worum es hier geht. Multipel sein. All die Ichs, die noch nicht miteinander kommunizieren. Die Täter. Amelie. Nicht Sprechen, nur Mailen.

Ich verlange gar nichts von dir. – Jemand von euch hat mich gebeten, euch zu helfen. Das versuche ich. Aber es geht nicht um mich.

Ich will nichts von dir und euch, ich verlange nichts.

Du und ihr könnt jederzeit sagen, der Mondrian ist kein guter Helfer für uns.

Ich machs, so gut ich kann. Tut mir leid, aber ich bin kein Zauberer.. hab ich ja schonmal gesagt.

11.7.

Ja, du kannst mich alles fragen. Es ändert sich nichts zwischen uns deshalb. ABER ich antworte manchmal auch was, was dir nicht gefällt. Wie grade vermutlich.

Aber ich bin ehrlich und ich mag dich und ich möchte dir helfen.

Ob ich kann – weiß ich nicht.

Mo

11.7.

So schön leicht! Das bin ich also für dich...

11.7.

Vorwürfe, Vorwürfe, Vorwürfe... ich kann sagen, was ich will – und alles ist falsch, ja? Schade.

11.7.

Ja schade! Es ist egal Mo! Warum ich weg will? Nach innen? Weil ich nicht mehr nicht weinen müssen muss!

Nie wird jemand verstehen! Wie auch? Wenn ich es selbst nicht kann. Du hast mir Hoffnung gegeben doch kann ich dir nicht mehr glauben. Du hast mir das Gefühl gegeben ein Mensch zu sein und doch behandelst du mich nicht so. Das was ich fragen wollte ist auch egal ich mache es wie du bilde mir einfach meine Meinung.

Erwachsene drehen sich alles schön zurecht bis es passt... egal was im Weg ist.

Das erste mal hatte ich etwas worauf ich mich gefreut habe... doch es genau passiert was immer passiert...

Ich möchte keine Hilfe mehr!

Doris

11.7.

Doris, leider glaubst du so wenig an etwas Gutes (was ja verständlich ist!), daß du es auch nicht ernstnehmen kannst, wenn es vor dir auftaucht.

Wird keiner helfen?

Jedenfalls denk ich an dich und du bist in meinem Herzen.

Mo

11.7.

Das Gute! Richtig daran glaub ich nun wirklich nicht mehr!

Du brauchst nicht an mich denken. Bin doch leicht austauschbar... werde nun endlich schlafen und dann befreit sein!

11.7.

Du bist nicht austauschbar. Im Gegenteil.

11.7.

Alles nur ausreden...! Einfach nur die Wahrheit wäre schön gewesen! Aber die kleine ist ja so dumm ein glaubt eh alles...

Du hast keine Ahnung wie ich mich fühle!!!! Musst du ja zum Glück auch nicht!

11.7.

Nein, absolut nichts ist eine Ausrede. – Doris, du hast schon so viel gelernt über eure Situation. Kannst du dir nicht vorstellen, daß es schwierig ist, das alles von außen Schritt für Schritt zu verstehen, – euch alle einzeln zu verstehen, – und Wege zu suchen, mit euch zusammen, damit ihr irgendwann befreit seid?

Mo

11.7.

Kann ich nicht! Ich sehe nur das ich ständig und von allen verascht werde!

11.7.

ICH VERARSCHE DICH NICHT. ICH VERARSCHE DICH NICHT. Ich bin nicht weniger ehrlich zu dir als du zu mir.

Mo

11.7.

Die kleine ist gerade nicht hier also endlich kann ich weinen! Ja viel gelernt und was nützt es mir wenn ich nicht ernst genommen werde? Gerade weiß ich gar nichts mehr! Was stimmt und was nicht...

So viele Gedanken... Stimmen... und so viel Angst! Das schlimmste Angst vor dir! Du denkst das alles ist ein Witz ein Spiel.? Nein! Ich musste wissen wer du bist! Was wird nun passieren? Hat Nele recht? Wirst du alles gegen mich verwenden? Habe ich recht? Dann werde ich allein sein! Das alles die ganze Situation ist mir zuviel! Ich weiß nicht weiter! Möchte nur das alles aufhört! Ich verschwinde...

Wird keiner helfen?

11.7.

Ach Doris ... du kennst schon so viel von mir.. all die Mails, all die Gefühle und Erfahrungen, die wir ausgetauscht haben. Ja, ich verstehe – es ist etwas anderes als persönlich sich kennenzulernen.

Aber erinner dich – ich hab den Aufenthalt in der Traumaabteilung organisiert für euch. Ich bin Tag für Tag all die Stunden am Rechner und antworte auf deine und eure Mails (auch auf ganz viele von Nele!), – ich mach das Infoportal im Netz – wieso sollte ich das denn machen, wenn ich es nicht ehrlich meinen würde?

11.7.

Du wirst nicht allein sein. Ich halte zu dir. Und zu Nele, zu allen von euch. – Aber ich will mich nicht aufdrängen.

11.7.

Du nicht mir

11.7.

Würdest Du sagen ein Mensch der Menschen rettet bei der Feuerwehr freiwillig ist ist ein guter Mensch?

11.7.

Nein, das kann ich nicht so sagen. Es gibt Menschen, die machen solche Sachen, weil sie sich eigentlich hilflos oder wertlos fühlen und unbedingt erfahren wollen, daß sie wertvoll sind oder etwas Gutes machen können. Und noch andere Gründe kann es geben.

Deswegen ists natürlich trotzdem gut, wenn sie Menschen retten! ... aber unter "ein guter Mensch" verstehe ich was anderes.

11.7. 19:54

WAS?

11.7.

Was meinst du?

11.7. 20:02

Versteckt dich warum?

11.7. 20:06

Brennen meine Hand tut ser weh!

Wird keiner helfen?

11.7.

Wer versteckt? Ich versteh dich nicht!
Was brennt auf der Hand?

11.7.

Du versteckst dich! Die bösen verbrennen meine Hand!
Warum bist du so zu mir? Was habe ich dir getan? Was falsch gemacht?

11.7.

Werde nicht schlafen alle wieder raus. Mist

11.7

Doris, ich versteck mich nicht! – Ich tu dir nichts und tu euch nichts böses! – Ich glaub, es kommen jetzt Ängste von anderen Ichs, von Kleinen raus. Nichts hast du falsch gemacht, nichts habt ihr falsch gemacht!
Mo

11.7.

Du verstehst mich überhaupt nicht! Du weißt überhaupt nicht wie es in mir aussieht! Wie ich fühle! Was ich fühle! Danke! Egal... Du sagst ich wäre nicht austauschbar... doch der Junge hat recht keiner wird mein fehlen merken!
Wie soll das gehen? Jemanden lieb zu haben und zugleich Angst zu haben! Damit komm ich nicht klar!
Doris

11.7.

Doris, ich bemühe mich, dich zu verstehen. Seit wir angefangen haben zu mailen. Hab ich denn wirklich garnichts verstanden in all der Zeit?
Deine vielen Fragen an mich wie sehr du versucht hast, etwas zu verstehen, darin bist du sehr wichtig auch für andere Ichs. Du hast es stellvertretend für andere gemacht – weil du die Lernende bist. Ihnen allen würdest du fehlen!
Und mir auch.
Es ist leider manchmal so, dieses liebhaben und zugleich Angst haben vor jemandem. Leider. (Vielleicht war es damals wegen deinem Vater auch so?)

11.7.

Nicht mit dem Vater vergleichen! Niemals!

11.7.

Es tut mir leid!

Wird keiner helfen?

11.7.

...Ich falle doch immer noch...

Weiß nun gar nicht mehr was ich denken soll! Wem ich glauben soll! Glauben kann! Die Welt ist so groß und ich bin ganz allein!

Alles hat mir Angst gemacht. Doch du wenn wir geschrieben haben... Warum hast du das kaputt machen müssen? Warum? Warum durfte ich das nicht haben?

11.7.

Doris, ich habe nichts kaputt gemacht. Wir schreiben doch noch immer. Es wurde nur schwierig, es waren Mißverständnisse. Ich hab dir wehgetan – aber ohne es zu wollen.

Ja, die Welt ist groß und du bist klein. Aber ich möchte dir nach wie vor helfen, die Welt besser zu verstehen. Es kann auch weitergehen in der Richtung. Schritt für Schritt. Mit jeder Mail ein bißchen. Und bald können wir uns auch kennenlernen.

11.7.

Das ist das Problem! Du hörst auch nicht zu! Bald... genau! Reden immer nur reden... bald... Ich falle nicht mehr darauf rein!

In der Klinik wohne ich nicht! Weißt Du was machs dir doch einfach und lass mich fallen...!!! Wie gesagt irgenwann kommt immer der Punkt wo ich zuviel zu anstrengend werde...!

"Du hast nichts kaputt gemacht." Nein natürlich nicht!

Ich will das alles aufhört!

11.7.

Du bist mir nicht zu anstrengend. Ich hab auch nicht vor, dich "fallenzulassen". Ich will dir helfen, und also auch allen anderen Ichs. Ich weiß, daß du nicht in der Klinik wohnst, aber ab 3. August wirst du dort, in der Traumastation sein. Da kann ich kommen (wenn du es möchtest – oder wenn ein anderes Ich es möchte).

Geredet (oder geschrieben) haben wir beide – und du hast viel gefragt und bist auf meine Antworten eingegangen. Das war wichtig. Es ist wichtig für dich (und euch), ZU LERNEN. Ohne das wird sich nichts ändern können. Ohne das ist eine Befreiung von dem Schlimmen nicht möglich.

11.7.

Du hörst mir einfach nicht zu! Ich kann jetzt nicht mehr weinen denn die kleine ist nun wieder da. Also wird von mir erwartet das ich fröhlich bin und alles prima läuft...

Ich habe alles so satt! Habe nun nichts mehr! Und keiner versteht... und nein, nicht in der Klinik!

Ich habe gelernt das ich nichts wert bin nur eine Nutte eine Schlampe Dreck... nun auch noch zweckmässig?¹⁹³ Dann eben nicht. Schade das ich so dumm bin...

¹⁹³ Den Begriff "zweckmäßig" hatte ich wegen des Besuchs während des stationären Aufenthalts geschrieben.

Wird keiner helfen?

12.7.

Hallo Mo, doch es ist kaputt...! Ja vermutlich bin ich verwirrt? Doch du sprichst immer von Missverständnissen für mich sind das keine. Es waren Vereinbarungen... Aussagen... die gemacht wurden und gebrochen wurden. Wieder und wieder! Das alles bedeutet für mich das du eben nicht echt nicht ehrlich bist...

Alles ist in Frage gestellt! Alles ins Chaos gestürzt! Der Boden weggezogen! Einfach so... Ich habe mich dir sehr nahe gefühlt. Verstanden gefühlt... so sehr auf Hilfe gehofft! Gehofft das mich endlich jemand ernst nimmt und wirklich hier raus holt! ...

Doch ich weiß nichts mehr! Weiß nicht wer du bist. Weiß nicht mal auf welcher Seite du stehst. Soll auf das Gute vertrauen. Doch wie? Auch du hast mir gezeigt das es egal ist ob ich bin oder nicht.

Ja jetzt ist die kleine hier. Was wird mir geschehen wenn sie weg ist...???

Versuche in einer Welt zu leben in der es NICHTS gibt was dir keine Angst macht!

Ich bin an einem Punkt wo ich einfach nicht weiter weiß... was ich tun soll...

Doris

12.7.

Doris, es ist nicht möglich, daß EIN Mensch allein dich und euch "rausholt". Es gibt zwei Welten – die der Täter (die du kennst) und die alltägliche Welt (in der ein gutes Leben möglich ist). Du kennst fast nur die böse Welt. Deswegen mußt du vieles von der alltäglichen Welt erst lernen. Welche Möglichkeiten es gibt. – Und ich und andere Helfer mssen etwas von der Terrorwelt lernen, um dich (und euch) zu verstehen.

Dazu gehört auch zu verstehen, daß Situationen sich ändern. Daß es nicht immer böser Wille ist, wenn jemand eine andere Entscheidung trifft! (Auch daß Amelie am Sonntag nicht kam, war ja kein böser Wille von ihrem Papa.)

Daß auch Helfer wie ich Gefühle haben, also z.b. auch unsicher sind, oder Angst haben können. Mit diesem gegenseitigen Lernen haben wir beide in den letzten Zeit angefangen. Und wir können weitermachen damit.

Bitte versuch zu verstehen, daß ich als einzelner Mensch hier an meinem Rechner dich nicht retten kann aus der Täterhölle! Ich kann dir jetzt helfen bei diesem nötigen LERNEN. Ich kann Brücken schlagen in die Alltagswelt, zu anderen Helfern.

Das ist der Anfang. Es geht nur Schritt für Schritt, Doris!

Bitte! Es ist nix Böses an mir – nur manchmal auch Irrtum oder Unsicherheit oder Unverständnis, auch bei mir.

12.7.

Gutes Leben! Ja genau...

Gute Menschen...

Das alles stimmt doch nicht... !!!

Ich bin allein!

Wird keiner helfen?

12.7.

Du bist nicht allein. Ich halte zu dir (und euch). Das habe ich oft gesagt, und das bleibt auch so.
– Und ich möchte mithelfen, daß noch andere Menschen dich unterstützen.

Mo

12.7.

Doch bin ich! Andere brauch ich nicht. Nochmehr die mir weh tun...?
...hilfst mir doch auch nicht zu verstehen!

12.7.

Wir haben so viele Mails gewechselt und ich denk, ich hab dir schon geholfen zu verstehen. Am Anfang wußtest du gar nichts von Multipel sein. – Und ich hab auch schon einiges von dir gelernt.

Und wir können so weitermachen, lernen, miteinander reden (schreiben).

Einfacher und schneller gehts nicht – aber es kann so weitergehen, Schritt für Schritt.

Erst jetzt in den 3 Wochen, und dann in der Klinik (das ist der nächste große Schritt).

12.7.

Mo wieder verstehst du mich nicht. Es gerade nicht um diesen ganzen Multi Scheiß!

Ich muss DICH VERSTEHEN! Muss wissen wer du eigentlich bist!

Muss verstehen was mit mir passiert ist. Warum ich auf einmal Angst vor dir habe. Wie kann aus liebhaben so schnell Angst werden? Dieses empfinden ist so sehr in mir das ich lauter schreien möchte als je zuvor! Ich muss verstehen warum auch du so zu mir bist! Ich muss verstehen wo die Stärke die in mir war plötzlich hin ist! Warum ich nicht mehr kämpfen möchte...!

Warum ich so gern tot wäre!

Doris

12.7.

Doris, der "Multischiß" ist Grund dafür, daß du vieles von der Welt nicht lernen konntest.

Du konntest zum Beispiel kaum Erfahrungen damit machen, dich mit Menschen auszutauschen.

Genau daher kommt manches von deiner Unsicherheit mir gegenüber.

Warum du auf einmal Angst hast vor mir, hängt auch mit dem Multi-Sein zusammen. Weil bei jeder Unklarheit oder Unsicherheit im Austausch (mit mir) die Angst hochkommt, die aus anderen Situationen in dir ist (also auch in anderen Ichs).

Jemanden liebhaben bedeutet, daß wir unser Herz aufmachen. Das heißt aber auch, daß wir verletzlich sind. Deshalb kann Liebhaben so schnell umschlagen in Angst, wenn wir schlimme Erfahrungen mit Menschen haben. Das ist bei jedem Menschen so, der Schlimmes in der Kindheit erlebt hat, glaub mir!

Ich bin nicht "auch" so zu dir – sondern mein Verhalten ERINNERT dich an schlimmes Verhalten von anderen. Aber es ist was anderes.

Die Stärke, die in dir war, kam sicher auch durch dein Vertrauen in einen Menschen (mich).

Wird keiner helfen?

Sowas gibt viel Stärke! – Und wenn dieses Vertrauen weg ist... ist auch die Stärke weg.

Bitte frag, wenn etwas davon für dich unklar ist!

12.7.

Fragen wenn was unklar ist... NICHTS ist klar!

Du antwortest nicht auf alle Fragen! Warum?

Und doch bist du! Ich erinnere es nicht. Es wiederholt sich... alles bleibt immer gleich nichts ändert sich...

12.7.

Verstehst du nicht, was ich geschrieben habe? Dann laß uns doch anfangen, erstmal das gemeinsam zu klären!

Es gibt Fragen, die lassen sich nicht beantworten. Was heißt: "wer du eigentlich bist?"

Oder welche Frage habe ich dir sonst nicht beantwortet?

Ich verstehe dafür nicht, wenn du schreibst:

"Und doch bist du! Ich erinnere es nicht. Es wiederholt sich... alles bleibt immer gleich nichts ändert sich... "

12.7.

Fein!

Ich verstehe nicht... du sagst ich bin unsicher dir gegenüber. Das stimmt aber nicht. Es macht mir Angst! Ich habe Dir so viel anvertraut aber ich weiß nichts! Was wenn die recht haben?

Warum gerade jetzt? Und mein Herz...?

Damit meinte ich doch das du doch auch so bist. Ich das nicht erinnere sondern es sich wiederholt. Und das nie etwas ändern wird!

Und noch was ich will nicht so sein! Das macht mich alles nur immer wütender...!!!

12.7.

Doris, wenn wir sehr unsicher sind über eine Situation oder einen Menschen, dann kann genau das Angst machen. Das geht jedem Menschen so.

Du hast mir viel anvertraut – das stimmt. Aber ich habe dir auch vieles dazu gesagt, habe dir Gefühle von mir und Erfahrungen von mir gesagt. Du weißt eigentlich ziemlich viel von mir. –

Aber wegen deiner geringen Erfahrung im Alltagsleben und mit Menschen (außer Tätern!) kannst du das von mir nicht so gut beurteilen. Das ist die Unsicherheit, die ich meinte.

Und das wenig beurteilen können kommt natürlich nicht daher, daß du "dumm" bist (du bist das Gegenteil von dumm!!!!), sondern vom Multipelsein: Weil du nur selten im Außen warst, während der Erwachsenenzeit (des Körpers).

Ich kann dir wieder nur sagen: ich bin nicht "auch so", sondern dein Gefühl ist jetzt erstmal gleich wie damals oder wie früher. Dein Gefühl, verraten worden zu sein, nicht ernstgenommen worden zu sein.. weil dich die Situation dran erinnert.

Siehst du wirklich keinen Unterschied zwischen UNSERER Beziehung (per Mail) und dem Schlimmen, was du von anderen erlebt hast??

Wird keiner helfen?

Wie willst du nicht sein? Das verstehe ich nicht.

12.7.

Doch einen Unterschied gibt es. Dich habe nie gesehen! Ansonsten kenne ich alles genau...
Wie ich nicht sein möchte? Schwach! Bei denen bin ich schwach. Weil die das so machen. Doch dir gegenüber fühlte ich mich bisher nicht schwach. Doch jetzt...
Warum kannst du nicht beantworten wer du bist? Ich könnte das...
Warum hast du das jetzt gemacht? Warum nicht vor zwei Wochen?

12.7.

Sonst keinen Unterschied? Du hast mit jemandem über Monate hinweg so differenzierten Austausch erlebt wie mit mir – und derjenige hat dich dann verraten?
Kennenlernen kannst du mir auf jedenfall ab August, in der Klinik. Falls du magst.
Schwach.. ja. Ich kann dir nur sagen, ich nehm dich 100%ig ernst, so ernst wie jeden Freund, jede Freundin, jeden Menschen, den ich mag, meinen Bruder, meine Freundin. In deiner Ernsthaftigkeit, deiner Ehrlichkeit, deiner unbedingten Suche nach Klärung, Verstehen bist du für mich genauso stark wie ich.
Wer ich bin? – Ein Mensch "ist" kein Gegenstand, – es gibt unendlich vieles, was dazugehört, was ein Mensch "ist". Alle seine Gefühle, alle seine Erfahrungen, alle seine Wünsche, Hoffungen, Ängste. Wie soll man sowas einfach "sagen". – Meine Freundin und ich sind 10 Jahre zusammen, aber ich würde mich nicht trauen zu sagen, "wer sie ist". Sie hat so viele Momente und ich lerne ständig neue kennen, und andersrum auch. So ist es mit jedem Menschen, auch mit mir und dir.
Doris: Was habe ich "jetzt gemacht und nicht vor zwei Wochen"??

12.7.

Doris, ich möchte gern demnächst den Rechner aus machen. Morgen bin ich im wesentlichen den ganzen Tag zuhause und wir können schreiben (wenn du magst). Abends bin ich dann wieder im Nachtdienst.
Ich wünsch dir, daß du schlafen kannst!
Mo

12.7.

Nicht so differenziert. Aber habe vertraut! auf Hilfe gehofft! Und dann... genau so ein Schwein! Sie gehörte auch zu denen! ...
Kennenlernen... genau! Doch es ging auch um die kleine und eigentlich auch ein wenig um mich... du sagst du kennst dich aus mit dem Mist... dann solltest du wissen im August werde ich dich nicht kennenlernen du die kleine nicht und mich auch nicht!
Nicht einfach sagen... beschreiben!
Weißt Du es geht nicht prinzipiell um das "zu uns kommen". Es geht darum das du etwas sagst und dann wird es nicht gehalten! Nicht nur einmal... genau das meine ich mit jetzt warum nicht eher? Vor eins zwei Wochen? Warum damit warten?

Wird keiner helfen?

Wie kann ich denn wirklich wissen was stimmt? Was wahr ist! Ich kann ja nicht mal mir selbst trauen...

Doris

12.7.

Zu deiner Unsicherheit, ob ich "zu denen" gehöre könnte: Hast du noch nichts auf meinem Infoportal gelesen? Wie sollte das zusammenpassen? Tausende von Informationen als Unterstützung für Opfer, für Helfer!

Warum wirst du mich im August denn nicht kennenlernen, und ich dich nicht? Ich hoffe doch, daß DU dann auch im Körper sein wirst (und nicht nur die Merle-Mama, die nichts weiß von den Tätern)!

Doris, wenn sich etwas ändert bei mir, hat das NIE den Grund, daß ich dich verarschen will oder dir wehtun will. Es ist manchmal eben so, daß sich Umstände ändern! Ich hatte doch auch geschrieben: daß Amelie am Sonntag bei dieser Feier war und deshalb erst am Montag kam, war doch auch kein Böser Wille von irgendwem!

Es passiert unter Menschen IMMER, daß Verabredungen sich ändern – ohne bösen Willen. Ich erlebe das alle paar Tage (heute schon zweimal). Weil doch alles mit vielem ändern zusammenhängt. (Auch da vermute ich, daß du wenig Erfahrung hast mit dem Alltagsleben und es deswegen nicht so kennst.)

Es gibt deshalb keine 100%ige Sicherheit über eine Situation! Nur wenn wir mehr Erfahrung haben mit Situationen oder mit Menschen, können wir abschätzen, ob etwas sicher ist oder eher unsicher. Und solche Erfahrung hast du wenig – weil du vor allem das Leben in der Gewalt der Täter kennst.

Ich versteh also deine Unsicherheit mir gegenüber – und kann nur immer wieder bitten, mir vielleicht doch noch weiter zu vertrauen. Ich bin sicher, daß du dann im Laufe der Zeit sicherer wirst, daß dein Vertrauen zu mir stärker wird. Selbst wenn dann mal etwas nicht klappt. Daß du dann das Vertrauen haben wirst, daß es bei mir, bei Mondrian, trotzdem nichts Böses bedeutet.

12.7.

Klar ist ok! Ich wünschte nur ach es ist egal! Warum noch was schreiben...

12.7. 22:13

Komisch alles was schief geht ist meine Schuld!

Was ich denken und glauben soll oder kann?

Soviel passt auf einmal zusammen genau wie die es gesagt haben...

Die kleine ist hier und es ist trotzdem eine Qual für mich. Wenn Sie weg ist geht das andere weiter! DU! Seit gestern versuche ich den Sinn rauszufinden was ich hier soll. Leben... mein Leben... was heißt das? Es ist egal ob du gut oder böse bist. Du hast genau das gleiche mit mir gemacht. Das ist nicht nur kindliche Enttäuschung Nein das hat alles zerstört! Es ist auch egal ob du das wolltest oder nicht. Das alles ändert nichts daran. Es ist nicht mehr da. Das leichte das freie das Gute. Ich kann nicht mehr einfach schreiben. Sondern irgendwas in mir bringt mich dazu zuerst nachzudenken! Das ist nicht richtig!

Wird keiner helfen?

... Und wieder bleibt nur das böse und ich bin damit allein für immer!
Keiner weiß oder kann sich vorstellen wie es in mir aussieht. Und damit meine ich nicht den MultiScheiß. Sondern was ich fühle diese Wut Zorn Hass Angst Schmerz Unverständnis Chaos auf und ab und dann war da der kleine Funke Lebendigkeit und Liebe... der nun erloschen ist! Dies und die Gewalt das soll mein Leben sein?
In einem hast du aber recht. Ich koste dem Staat dem Steuerzahler nur Geld... nehme anderen den Platz weg. Die Schweine hatten mich über eine Woche gefangen gehalten und keinen einzigen Menschen hat's gejubelt. Keiner hat's bemerkt. Keiner hat mich vermisst. Kein Interesse oder zweckmäßig.... mein Leben!
Schach matt....

13.7. 00:05

Las mich allein. Nicht allein. Will hören. Nicht allein bitte. Bin lieb.

13.7. 02:07

Bitte nicht allein lassen. Werde auf mich hören und ganz artig sein. Tu was du sagst. Ich kann ganz lieb sein. Nicht allein lassen bitte. Ich brauche dich doch. Bitte geh nicht weg. Bitte

13.7. 04:42

Schlafen bitte nicht alleine lassen so müde schlafen

13.7. 8:34 An die Kleinen

Ich lasse euch nicht allein!

Mondrian

13.7.

Doris, es stimmt nicht. Du bist nicht schuld an irgendwas, sondern das ist dir nur eingeredet worden von den Tätern. – Aber es stimmt, du (und ihr alle) müßt vieles lernen, um die Lügen der Täter zu erkennen.

Gib nicht auf. Das Gute ist nicht kaputt.

Mo

13.7. 8:48

Guten morgen,

Das ist deine Antwort? Schon klar ich entspreche nicht mehr! Bin eben doch zu anstrengend! Zu dumm!

Wirklich? War nichts echt? Alles nur Lüge?

13.7.

Doris, das alles, was du schreibst, habe ICH niemals geschrieben – sondern das haben dir ANDERE eingeredet. Ich schreibe dir seit Wochen und Monaten genau das Gegenteil: Daß du nicht schuld bist, nicht dumm bist, nicht zu anstrengend bist für mich, – daß ich da bleibe, dich

Wird keiner helfen?

und euch nicht verlasse.

Aber es geht nur Schritt für Schritt. – Du kannst ja entscheiden, ob du mir weiter schreibst – und du wirst sehen, daß ich dich nicht verrate.

Ich hoffe, daß du bei dem Klinikaufenthalt dann draußen sein wirst und dort mithelfen kannst, den Leuten dort von deiner und eurer Situation zu berichten. Daß ist dann der nächste wichtige Schritt zur Befreiung von den Tätern. – Und idort können wir uns auch kennenlernen. Wenn du willst.

Mo

13.7.

Ich weiß doch nicht was ich machen soll!

Wem kann ich glauben? Ich werde verrückt! Keiner hilft mir alle sind böse!

13.7.

Du kannst deine Unsicherheit jetzt nicht ändern. Das geht nur, wenn du wirklich neue Erfahrungen machst. – Eben auch mit mir, daß ich nichts Böses mache. Es nützt nicht viel, wenn ich dir das immer sage, – du mußt es wirklich erleben, daß ich dein Vertrauen wert bin.

Nach den drei Wochen mit Amelie wird ja die Zeit in der Klinik sein. Auch dort sind keine Täter. Und du hast dort die Möglichkeit, mit den Psychologen zu reden (oder schreiben). Das wird dir vielleicht (hoffentlich!) wieder ein Stückchen weiterhelfen. Vor allem hoffe ich, daß andere Ichs sich dann beteiligen!

Und zusätzlich bleiben wir in der Zeit ja auch im Kontakt per Mail (wenn du es willst).

Und ich komme dort hin, zu Besuch.

Das sind alles Schritte hin zum Mut, zur Hoffnung, es gibt euch Kraft zur Befreiung. Besser und schneller geht es leider nicht.

Bitte, verlier die Hoffnung nicht, grad jetzt nicht.

13.7.

Ok du verstehst wirklich nicht. 😊

Es ist doch IN MIR! DAS MUSS WEG! JETZT! Das macht mich kaputt verrückt! Es frisst mich auf... kann es kaum in Worte fassen... so laut... so schwer...

13.7.

Es gibt nur die Möglichkeit, drüber zu schreiben oder zu reden. Dadurch wird es leichter. – Ich kann es dir nicht "wegmachen". Niemand kann das.

Mo

13.7.

So vieles hatte ich dich gefragt! Keine Antwort bekommen... Das ganze Chaos IN MIR IN MEINEM KOPF hört einfach nicht auf! Kann das nicht aushalten.... Nicht wegmachen... wie ich gesagt habe wenn man so schön egal ist! ... wenn plötzlich alles in Frage steht!

Wird keiner helfen?

13.7.

Ich habe dir Seiten um Seiten von Antworten auf deine Fragen gegeben! 100 Seiten Mails mit Antworten an dich. So gut ich konnte.

13.7.

Ja das hilft mir jetzt ungemein! Dann sag es doch ganz klar das ich Dich in Ruhe lassen soll!!! Ich brauche niemanden! Es wird immer Menschen geben die am Boden liegen und trotzdem tritte bekommen... Das ist eben das Gute wenn man seinen Gegenüber nicht sehen muss... man muss nicht sehen....

13.7.

Ich habe den Eindruck, du möchtest mich jetzt dazu kriegen, dich wirklich abzuschieben – damit du mit deiner schlechten Meinung recht hast. Daran kann ich dich nicht hindern – aber ich schreib dir nicht immer das gleiche. Du weißt, daß ich gesagt habe, daß ich zu dir halte. Du hast auch die Mails vorhin bekommen.

Falls DU keinen Kontakt mehr möchtest mit mir, kannst du aufhören damit. ICH möchte jedenfalls weiterhin Kontakt mit dir und möchte dich weiterhin unterstützen. Es ist DEINE Entscheidung.

13.07 13:26

Hallo Mondrian,

Hast Du mich wieder vergessen?

Du wolltest noch etwas zu Tätern und zu Günther und Amelie schreiben.?

Grüße Merle

13.7.

Hey Merle, ich hab dich noch nie vergessen! – Aber unsere letzten Mails waren am 8.7., also fünf Tage her. Und in den folgenden Tagen (bis vorhin) haben Doris und ich ständig gemailt, du warst nicht da.

Zum Thema Täter hatte ich dir dann schon eine Mail geschickt, von der ich nicht weiß, ob du sie noch gelesen hast. Ich schick sie einfach hier nochmal:

Es gibt Täter, die dich (also deinen Körper) sehr häufig aus der Wohnung holen und Schlimmes mit ihm machen. Und wenn Amelie da ist, geschieht das nicht – weil die Täter ja nicht wollen, daß etwas davon bekannt wird.

Du fragst nach dem Anfang. Der war in deiner frühesten Kindheit. Der erste Täter war dein Opa. Dann dein Vater. Der hat dich für Geld an andere Männer "verkauft". – Und leider hat das wohl zu keiner Zeit des Lebens aufgehört. Jetzt ist zwar der Vater tot, aber andere Täter haben weitergemacht.

Daß das so ist, daran kann es keinen Zweifel geben. Es schreiben mir seit Februar rund 20 Anteile, die alle in verschiedener Weise etwas davon mitbekommen haben oder mitbekommen. Vielleicht merkst du selbst, daß du Verletzungen am Körper hast oder Schmerzen.

Wird keiner helfen?

Du kannst im Netz vieles dazu lesen, unter dem Thema "Rituelle Gewalt". Zum Beispiel hier in meinem Informationsportal: <https://dissoziation-und-trauma.de/sachinfos/rituelle-gewalt-ritual-abuse>

Dann zu Günther und Amelie. – Ich kann durch deine lange Mail wirklich viel von dir verstehen. Leider gibt es viele Männer (manchmal auch Frauen), die geradezu süchtig sind nach ihrer Arbeit.. meistens, weil sie vor allem in der Arbeit Erfolgserlebnisse haben und sich dort als "wichtig" empfinden. Das soll keine Entschuldigung sein, aber es ist leider oft so.

Deine Entscheidung gegen diese Beziehung mit Günther, weil du für Amelie (und dich) andere Lebensprinzipien hast, ist mir sehr nahe! Ich hab auch immer nur so gelebt, nach diesen Prinzipien. Allerdings ohne Kinder zu haben.

Leider ist das andere Thema ein viel größeres Problem in deinem Leben – und ich weiß noch nicht, wie du damit umgehen kannst und möchtest.

Tatsache ist, daß du (also die erwachsene Merle, die die Beziehung mit Günther hatte, die für Amelie die Mutter ist ab dem 9. Monat) nur in bestimmten Zeiten "draußen" bist. Ansonsten kriegst du von der Außenwelt nicht viel mit – und dafür sind andere Ichs "im Körper". Und in diesen Zeiten passiert leider viel Schlimmes.

Andere Ichs leiden extrem unter diesem Schlimmen, außerdem ist dein Körper dadurch sehr belastet (weil er kaum zum Schlafen kommt). Viele wollen Hilfe, wollen Befreiung von diesen schlimmen Taten – aber ohne dich geht das nicht.

Wie möchtest du damit umgehen? Möchtest du mit mir Kontakt halten, damit ich dir noch mehr dazu erkläre – oder nicht? Ich würde sehr gerne auch mit dir Kontakt halten, nur war es früher so, daß dich das zu sehr belastet hat, daß du wieder "nach innen" gegangen bist.

Wir können heut noch bis nachmittags mailen, ab 18 Uhr etwa muß ich für heute Schluß mache, weil ich Nachtdienst habe. Morgen hab ich aber wieder Zeit.

Ich freu mich, wenn ich von dir höre!

Mondrian

13.7. Merle

Schlimmes mit ihm machen?

Verkauft? Wozu?

Ich möchte verstehen aber ich habe Angst!

13.7.

Merle, ich verstehe, daß du Angst hast – und wahrscheinlich am liebsten nichts von alledem wissen möchtest. Das würde jedem so gehen. Aber es sind leider Tatsachen – und sie werden sich irgendwann auch auswirken auf dein Leben mit Amelie, wenn du (oder ihr) euch nicht befreit. ES IST MÖGLICH, DAVON BEFREIT ZU WERDEN! Und es gibt Helfer dafür. Ich bin nur einer. – Aber zu dieser Befreiung müßt ihr – und müßt du – wissen, was diese Tatsachen sind.

Ich möchte dir gern beim Verstehen helfen – Schritt für Schritt.

Der Anfang war dein Opa und dein Vater. Sie haben dich schon als Kind sexuell mißbraucht – und dann anderen Männern erlaubt, das auch zu machen. Dafür haben sie Geld bekommen. Weil das für jedes Kind schrecklich ist, sind in dir (also in deinem Körper, in deiner Seele) mehrere

Wird keiner helfen?

Ichs entstanden. Ein Ich hat das Schlimme ausgehalten – ein anderes Ich hat nichts davon gemerkt und konnte im Alltag weiterleben.

Leider ist dies sexuelle Gewalt durch Männer auch später weitergegangen. In verschiedenen Zeiten sind immer wieder andere Ichs entstanden (in diesem einen Körper). Die einen, um etwas auszuhalten, andere, um in die Schule zu gehen, eine Ausbildung zu machen.. und so weiter. Auch du bist so ein Ich. Du hast ja etwas in der Kindheit mitgekriegt, dann warst du vermutlich längere Zeit "innen", hast also vom Leben außen nichts mitgekriegt – auch nicht davon, als Günther und "du" (ein anderes Ich!) sich kennengelernt haben. Und dann bist du neben dem Baby Amelie wieder nach außen gekommen und seither bist du Amelies Mutter.

Laß dir Zeit, das alles zu verstehen. Wir können immer weiter darüber mailen! Frag mich, was unklar ist!

Mondrian

13.7.

Zunächst mal eine Frage, befreit werden. Wovon? Und wie stell ich mir das vor?

Das ich nicht allein bin, sondern multipel das habe ich glaub ich schon ein wenig verstanden.... was mir total unklar ist, dass was du sagst von Opa, Vater und so... wie kann ich nichts davon wissen? Ganz krasse Frage, Geld? Für was?

Willst du damit sagen, dass jetzt aktuell etwas mit mir passiert?

Entschuldige, aber jetzt habe ich noch mehr Angst...

Merle

PS Amelie ist wieder da 😊😊😊 magst Du mal Amelies Zeugnis sehen? Oder hast du daran kein Interesse.?

13.7.

Es wird sehr schwer sein für dich, das zu lesen – aber es ist so, daß die TÄTER dich (also den Körper) alle paar Tage aus der Wohnung holen. Nur, wenn Amelie da ist, lassen sie "dich" in Ruhe. Weil es dann ja auffallen würde, wenn "du" (der Körper) weg ist.

Multipel sein heißt ja eben, daß die Erinnerungen geteilt sind. Genau deshalb geschieht ja das Multipelsein: damit nicht ein Ich alles mitkriegt. Das war schon in deiner Kindheit so.

Geld – dafür, daß diese anderen Männer den Körper sexuell mißbrauchen können.

Nein, jetzt aktuell passiert nichts mit dir – jetzt bist du ja im Körper und schreibst mir Mails.

Ich weiß, daß es dir Angst macht, Merle... versuch dran zu denken, daß Befreiung möglich ist.

Und daß du nicht allein diese Befreiung möchtest. Auch andere Ichs wollen das.

Ich weiß, daß Amelie seit Montag da ist. Schick mir das Zeugnis, ja, bitte!

13.7.

Das verstehe ich nun wieder nicht. Ich dachte auch wenn ich nicht im Außen bin, ist der Körper doch der selbe und da.? Eben nur gesteuert von einem anderen Bewusstsein.? Dann sollte doch das Fehlen des Körpers trotzdem auffallen. Zum Beispiel meinem Bruder oder Freunden. Und wirklich ist es so, dass das Bewusstsein so extrem abgetrennt voneinander ist, dass ich von alle dem gar nichts bemerken kann?

Wird keiner helfen?

Von so schlimmen Dingen!

Für Geld... warum hätte aber mein eigener Vater das tun sollen?

Ich hoffe Du findest es nicht eigentlich blöde. Aber ich bin so stolz auf Amelie... ja es sind nur Zensuren, aber immer wieder im Hinblick darauf, dass die kleine Maus zehn Wochen zu früh kam und so sehr kämpfen musste... macht mich alles was sie tut unendlich mal so stolz... □
Merle

13.7.

Die Täter sind leider immer informiert über Termine, die "der Körper" hat. Das ist nur dadurch möglich, daß ein Ich (ein Bewußtsein) sie informiert. Warum? Vermutlich aus Angst. – Daß es so ist, weiß ich. (Ich hab ja seit Februar fast jeden Tag Kontakt über Mail mit jemandem von euch.) Aber die anderen Ichs, mit denen ich Kontaktaat hab, wissen auch noch nicht, wer die Täter informiert.¹⁹⁴

Ja, die einzelnen Ichs sind wirklich erstmal voneinander getrennt und kriegen nichts mit voneinander. Sie können aber lernen, Kontakt miteinander zu bekommen. – Aber das Nichtmitkriegen, das Multipelsein ist ja grad deshalb entstanden, weil es um so schlimme Dinge geht! Weil das zuviel gewesen wäre... denk dran, daß es in der Kindheit angefangen hat. Dein Vater war leider ein sehr böser Mensch. Ich kannte ihn natürlich nicht, aber ich habe von anderen Ichs viel darüber erfahren. Das sind Ichs, die zur Kindheit gehört haben in dieser Zeit das Schlimme mitbekommen haben. – Aber er hatte eben auch eine angenehmere Seite, und vermutlich hast du die mitbekommen.

Ich verstehs gut, wieviel dir alle Erfolge von Amelie bedeuten. Sie mußte am Anfang ihres Lebens sehr kämpfen und und du dann später um sie auch!

13.7.

"Vielleicht merkst du selbst, daß du Verletzungen am Körper hast oder Schmerzen."

Ja. Ich habe Schmerzen... wo direkt möchte ich Dir nicht unbedingt sagen... auch Schnitte und Verbrennungen an der Hand.

Wie? Woher? Wer?

Merle

13.7.

Ja, ich weiß. Die meisten Verletzungen kommen von den Tätern. Es gibt aber auch manche, die von anderen Ichs herrühren, die wütend sind – weil sie etwas nicht richtig verstehen.

13.7.

Ich versuche das gerade in meinen Kopf zu bekommen... Menschen die ich nicht kenne... Menschen die ich nicht mag... Menschen von denen ich nicht berührt werden möchte... machen.... was mit mir? Meine Vorstellungen sind da echt krass! Weißt Du was passiert?

¹⁹⁴ Zusätzlich hat der Haupttäter Zugang zu Merles Accounts in den sozialen Medien bzw. zu den Daten auf ihrem Smartphone und holt sich auch von daher Informationen. Das wußte ich zu diesem Zeitpunkt noch nicht.

Wird keiner helfen?

Ich möchte verstehen warum! Mein Opa! Mein Vater! Ich war ein Kind!

Merle

13.7.

Ja, Merle.... das ist jetzt eine schwere Last, die ich dir leider nicht ersparen konnte. Weil es einfach so ist.

Verstehen... Jemand, der nichts Böses in sich hat, kann nicht verstehen, wieso es solche Menschen gibt, wieso Menschen sich so verhalten. Ich kann es auch nicht verstehen. Aber ich weiß, daß es so ist. (Ich versuche seit vielen Jahren, Überlebende von solcher Gewalt zu unterstützen.)

Du solltest jetzt nicht im einzelnen darüber nachdenken, was da geschieht. Andere Ichs müssen und mußten es erleiden – auch für dich mit. Du hast eine andere Aufgabe. Deine Aufgabe ist vor allem, ein bißchen Frieden in dir zu bewahren, für Amelie.

Weißt du, auch dazu dient das Multipelsein. Daß etwas Gutes bewahrt bleibt!

13.7.

Lieber Mo bitte sei nicht wütend auf mich. Ich möchte doch nur verstehen! Möchte keine Angst mehr vor dir haben! Ich hab dich doch lieb!

Doris

Bitte hilf mir!

13.7.

Hallo Doris, ich bin dir nicht böse! Es geht weiter mit uns, klar! – Aber jetzt grad hatte Merle (die Mama von Amelie) mit mir gemailt. Ihr könnt euch vielleicht einigen, wer jetzt weiter schreiben will.. oder ihr beide?

Mo

13.7. Doris

Ich bin doch hier. Du willst mich nicht mehr?

Hilfst du mir nicht?

13.7.

Doris, du bist nicht allein. Du weißt es doch! Ich möchte euch ALLEN helfen, weil ihr seid ZUSAMMEN in einem Körper. Bitte versteh das – es geht um dich, aber es geht auch um die anderen. Versuch doch mal, ob du Merle fragen kannst, wer jetzt weiter schreibt. Auch sie möchte lernen. – Bitte!

Mo

13.7.

Ich verstehe schon! Bin dir überhaupt nicht zu viel! Keine Angst schreibe nicht mehr! Du verletzt mich nur! Wollte nur deine Hilfe! Und verstehen... aber klar wer bin ich schon? Doch nun weine ich wieder... Doris

Wird keiner helfen?

13.7.

Ok, Doris, wenn du nicht bereit bist, auch an die andere Ichs zu denken, gibts eben keine Befreiung.

Ich bin nicht nur für dich da sondern für euch alle.

Das mußt du schon akzeptieren.

Mo

13.7.

Was du sagst stimmt nicht! Ich weiß es geht um alle! Und ich bin kein Egoist! Doch gerade jetzt geht's eben mir mal schlecht... hätte ich dich gebraucht! Aber da du eh so über mich denkst und es dir ja dann doch so leicht fällt mich allein zu lassen... aber das ist schon ok... so ist mein Leben! Alle interessieren sich einen ScheißDreck für mich außer wenn sie mich ficken können! Dann lass es eben... siehst mal mein Herz ist auch nur Scheiße wert!

13.7.

Doris, du hast mir schon vorhin stundenlang erklärt, daß ICH scheiße bin, daß ICH nur ein Verräter bin, daß ICH deine Fragen nicht beantworte.

Und dann mailt Merle (Mama) mit mir. Sie hält mich noch nicht für Scheiße, also laß sie auch mal mailen, ok?

Mo

13.7. Doris

Warum hörst du mir denn nicht zu? Warum verstehst du mich denn nicht? Warum bist du so böse zu mir? Ich habe nicht gesagt das du Scheiße und ein Verräter bist! Ich wollte verstehen... und woher soll ich wissen mit wem du mailst? Es ist gut ich lass dich in Ruhe. Du wirst mir nicht erklären du wirst mir nicht helfen... so viel hab ich von dir gelernt. Doch das alles hilft mir nun auch nicht weiter. Ich stehe am Abgrund... und?

13.7.

Du hast gesagt, daß ich dir auf deine Fragen keine Antworten gegeben habe. Du hast gesagt, daß alle Lüge ist.. o ja, das hast du, und noch anderes.

Ich gehe jetzt in den Nachtdienst. Morgen gehts weiter – aber auch mit Merle (Mama).

13.7. 18:36 Doris

Nichts geht weiter!

Facebook:

13.7. 19:43

Hallo Mondrian, entschuldigen Sie bitte, wir wollten allein mit unseren Problemen fertig werden.

Doch geht es nicht. Sie tun sehr viel für uns, dass ist uns klar, aber wir müssen weiterleben!

Doris befindet sich in einer Krise. Sie ist am Ende, körperlich und seelisch. Der Grund dafür ist

Wird keiner helfen?

uns nicht bekannt. Seit drei Tagen isst sie nicht mehr, (das mit dem übergeben ist auch noch immer so) versucht immer wieder sich, den Körper zu töten. Wieviel wir davon noch abwenden können? Mir ist bewusst, Sie erleben sie wohl reifer, aber sie ist 12. Irgendwas hat ihre Welt einstürzen lassen. Bitte, Sie sind doch Pädagoge, holen Sie sie da raus, helfen Sie ihr, sie vertraut doch nur Ihnen! Sie wissen genau, sie ist stark, kann und will lernen.! Bitte helfen Sie uns! Bitte...
Amanda

PS Sie tun ihr Unrecht, die kleine möchte weg, möchte rein, ja tot sein! Doch die anderen lassen sie nicht. Haben alle auch zuviel Angst!

13.7. 21:43

Leider ist genau das das Problem: Diejenigen, die Opfer sind, sollen zugleich lernen und an der Heilung arbeiten. Und die erwachsenen Ichs gucken zu! Doris hatte sich voll auf mich verlassen, wollte allein von mir gerettet werden. Dann war ich nicht in die Wohnung gekommen wie ursprünglich zugesagt (weil plötzlich doch Täterinfluß war und Amelie nicht da), deshalb hat Doris sich verraten gefühlt. – Jetzt ist dafür endlich die erwachsene Merle, Amelies Mama, da und will verstehen lernen. Das ist sehr wichtig! – Es kann eben nicht alles nur mit Doris geklärt werden. Wenn nicht mehr Ichs mitarbeiten, gibt es keine Hilfe!! Wenn Sie da nichts tun können, weiß ich auch nicht weiter! – Ich hoffe auf den nächsten Schritt: Traumastation ab 3. August. Dorthin werde ich auf jedenfall kommen (falls erwünscht). – Ich verlasse euch nicht, aber meine Möglichkeiten sind sehr begrenzt, wenn im System so wenig Ressourcen da sind (ich weiß, es ist die Angst – nach all den Jahren). Mondrian

13.7. Amanda

Es ist nicht der kleinen ihre schuld. Die Erwachsene, die Mama kann mit dem Ganzen nicht umgehen. Und Sie liegen glaub ich falsch, sie nimmt nicht an von Ihnen allein gerettet zu werden. Sie werden ihr also nicht helfen? Amanda

13.7.

Natürlich tue ich, was ich kann!!! – Aber wenn ich immer weiter nur auf Doris eingehe, wird das nicht viel helfen. Wenn alle anderen es dieser einen Persönlichkeit überlassen!

13.7. Amanda

Keine Ressourcen keine Hilfe? Keine Rettung. ?
Was sollen wir Ihrer Meinung nach tun?

13.7.

Keine Rettung, wenn nicht mehr Ichs mitmachen. So ist es leider. Niemand kann euch von außen retten, wenn ihr nicht nach außen sagt, was los ist. Also auch der Traumaklinik, den Helfern außen. Ich allein kann nur informieren, beraten.

Unbedingt erreichen, daß mehr Ichs Mut fassen, nach außen zu gehen. Erstmal mit mir Kontakt aufzunehmen, damit ich sie informieren kann über vieles. Und später auch an äußere Helfer. –

Wird keiner helfen?

Und ohne die Mama von Amelie geht gar nichts, weil die ja klären muß, wie es mit Amelie weitergeht!

13.7. Amanda

Ich weiß und habe es gelesen, Sie haben unheimlich viel Erfahrung damit. Doch wünschte ich wir uns das mal jemand wie Sie In uns hineinschauen könnte! Das alles klingt immer so schön einfach... auch wenn man es liest. Jeder scheint zu wissen, wie es dazu gekommen ist. Aber wie wirklich effektiv weiter! ??? Das ist die große Frage! So einfach ist es nicht! Es sind so viele im Innen! Es ist so viel Chaos, so viel Angst, Verzweiflung, Wut... und das ganze böse! Viele haben das Wissen und die Wut. Und nun soll alles gesagt werden.... WIE?

13.7.

Ich weiß doch, daß es extrem schwer ist! Gerade bei euch, nach all den Jahren und Jahrzehnten. – Trotzdem helfe ich nicht, wenn ich euch nur bedauere und dann nichts VERSUCHE, um zu helfen. – Und das kann ich nur, wenn ich möglichst klar informiere. – Und euch nicht im Stich lasse. Selbst wenn ich wenig machen kann.

13.7. Amanda

Es gibt ganz sicher vieles was wir nicht wissen. Doch es gibt eben Dinge die kann man nicht aussprechen. Und das zu verlangen... das macht so unvorstellbare Angst! Wissen Sie was, eines brauchen wir ganz sicher nicht! Mitleid oder das uns wer bedauert! Darum geht und ging es nie! Wir möchten nur Hilfe! Weiter kommen. Wir wollen das es aufhört!!!!

13.7.

Auch das weiß ich. – Aber die ANGST haben die Täter in 40 Jahren in euch alle hineingebracht. Und zwar auch deshalb, damit ihr keine Befreiung versucht. – Also ist leider klar, daß die Angst überwunden werden muß. Natürlich nur in kleinen Schrittchen. Auch das weiß ich: Mitleid ist keine Grundlage für Hilfe.

13.7.

Ihre Hinweise auf etwas, was ich nicht oder falsch verstanden habe, bedeuten eine große Hilfe! (Jetzt wegen Doris) Danke!

13.7. Amanda

Danke

Mails:

14.7. 02:42 Doris

Lieber Mo,

keine Ahnung was mit mir nicht stimmt.? Keine Ahnung was in mir los ist? Ich weiß es nicht und habe eingesehen das du mir da auch nicht helfen kannst. Den Ärger den ich dir gemacht habe tut mir leid wollte dir nie weh tun. Wollte verstehen wollte verstehen was in mir und mit mir

Wird keiner helfen?

passiert. Dieses Gefühl die Stimmen die Bilder... das wollte ich verstehen. Aber aushalten kann ich das alles nicht mehr! Kann nie zur Ruhe kommen nie sicher sein. Viele böse Menschen machen sich die Mühe rauszufinden was ich mag was ich möchte. Mir dies geben oder zeigen und sofort wieder wegnehmen. Ich empfind und empfinde darin auch eine Art von Folter. Denn der Schmerz ist innen zwar nicht sichtbar dafür umso stärker.

Du hast mir geholfen warst für mich da ich konnte mit dir reden einfach so... Du hast mich ernst genommen mir erklärt mich verstanden? Du hast mir das Gefühl gegeben das du mich magst. Mich! Nicht weil du was böses mit mir machen wolltest sondern wegen mir. Du hast mir das Gefühl gegeben eben doch jemand zu sein nicht nur Dreck. Du gabst mir das Gefühl das ich es wert bin mich kennen zu lernen. Und dann... im nächsten Moment nur wegen irgendwas... nimmst du mir all das einfach wieder weg! Einfach so! Als ob ich gar nicht echt wäre gar kein Mensch. Eben nur ein dummes Kind... ohne Gefühle ohne Wert austauschbar!

Das alles mögen für dich vielleicht Kleinigkeiten sein... oder Quatsch... Doch jetzt nimm alles zusammen... Das und die Stimmen die bösen Männer die Bilder. Das alles macht mich so sehr kaputt und keiner hilft mir damit keiner kann es mir erklären! Ich wollte so gern frei sein. Wollte so gern wissen wie es sich anfühlt keine Angst zu haben sich sicher zu fühlen... aber ich kann nicht mehr! Mein Körper hat keine Kraft mehr bin zu müde...

Doris

14.7. 11:01

Doris, alle meine guten Gefühle für dich sind noch da und waren nie weg. Aber ich habe doch manches von dir nicht verstanden. Ein Ich von innen (Amanda) hat mir das nachts erklärt. – Es tut mir sehr leid. Es ist wirklich auch für mich sehr schwer, zu verstehen, wie es dir (und anderen Ichs) geht und wie alles zusammenhängt. In deiner Mail von heute morgen hast du mir wieder etwas erklärt, was ich dadurch besser verstehe. Die Erfahrung, daß die Bösen dir etwas Gutes anbieten – und gleich wieder wegnehmen. Du hast völlig recht: das ist eine Folter!!

Und die Situation mit mir hast du ebenso empfunden. Das verstehe ich jetzt auch.

Aber sie war wirklich nicht so gemeint! – ICH war überfordert, ICH habe etwas von DIR nicht verstanden.

Es tut mir sehr leid.

Vielleicht läßt es sich doch wieder gut machen? Vielleicht kann das Gute zwischen uns doch weitergehen?

Ich hoffe es sehr und möchte mir noch mehr Mühe geben, dich zu verstehen und dir nicht wehzutun.

Mo

14.7. 17:21

Hallo Mo,

habe verstanden du möchtest nicht mit mir reden aber ich kann doch nicht weg! Möchte verstehen. Möchte das es aufhört!

Doris

Wird keiner helfen?

14.7.

Liebe Doris, ich hab doch genau das Gegenteil geschrieben. Ich möchte weiter mit dir Kontakt haben. Hast du meine Mail nicht gelesen? Ich schicke sie hier nochmal: (...)

14.7.

Also weißt du nun was mit mir los ist? Was in mir nicht mehr stimmt? Bitte das soll aufhören. Es wird mich verrückt machen...

14.7.

Doris, ich kann es leider nicht machen, daß es aufhört. Es sind die anderen Ichs in dir, und es ist dein Wissen von dem Schlimmen. Es wäre gut, wenn auch andere Ichs mit mir schreiben würden. Das würde vielleicht helfen. Oder wenn sie dich nach innen lassen, damit du ausruhen kannst. Aber leider kann ich das nicht machen! Ich würde sehr gerne, wenn ich es könnte!

14.7.

Aber du sagst du verstehst. Ich möchte auch verstehen. Dann wird es doch aufhören? Oder nicht? Bitte keine Kraft...

14.7.

Doris, du hast schon viel verstanden. Auch andere Ichs müssen verstehen, auch die erwachsenen Ichs. Und dann könnt ihr zusammen euch befreien. Dann hört es auf. Du hast so viel Mut, daß du mit mir redest, daß du verstehen willst. Auch andere Ich müssen Mut haben und Angst überwinden. Ich hoffe, sie tun es! Ich sage es ihnen oft.

14.7.

Also bleibt alles so! Geht's mir weiter so? So war es doch letzte Woche nicht!

14.7.

Vielleicht hat es den anderen Ichs Angst gemacht, daß wir uns nicht mehr verstanden haben – und das spürst du jetzt?

Aber ich weiß leider auch nicht, wieso es jetzt anders ist als letzte Woche.

Mo

14.7.

Soll ich mal versuchen es zu beschreiben oder eher nicht...?

14.7

Wenn du stark genug bist, ja! Aber mußst entscheiden, ob es gut ist für dich.

Mo

Wird keiner helfen?

14.7.

Die Frage ist ob du helfen wirst ob es überhaupt noch interessiert?

14.7.

Ich lasse euch nicht im Stich, ich versuche zu helfen, wie ich kann. – Aber ich bin kein Zauberer, du weißt es. Ich kann nur informieren, Ratschläge geben, Vorschläge machen.

Leider ist es wirklich so, daß IHR ALLE Mut braucht und Angst überwinden müßt.

14.7.

Ich weiß das du nicht zaubern kannst aber ich hoffe trotzdem auf Hilfe.

Damit du mich verstehen kannst müsstest ich erstmal sagen wie es sonst so geht...

... mir ist meine Situation bewusst. Das was passiert das was andere mit mir machen. Ich hasse mich dafür! Hasse diesen Körper! Ich hasse Die Angst Schmerz die Ungewissheit wann die wieder kommen werden was die tun werden. Hasse die Folter die Qualen! Hasse alles was damit zu tun hat! Doch wenn ich allein bin dann denke ich nach diese Männer zu töten zu kämpfen möchte Leben möchte den Schmerz nicht mehr fühlen. Was ganz gut gelingt... es gibt noch so so viel mehr zu sagen...

Doch jetzt!... es müsste mir besser gehen zur Zeit tut mir keiner von denen was. Aber so ist es eben nicht. Alles ist falsch! Mein Kopf... Ich will denken verstehen doch irgendwas hintert mich daran. Will mir ständig klar machen du gehörst zu denen! Es ist so laut! Die Schmerzen alles es ist da so als ob die mir jetzt weh tun würden. Dazu kommt das mein Herz weh tut sehr weh! Die kleine verlangt Dinge von mir... Ich kann nicht anders muss das tun sie kann nichts dafür sie weiß doch nicht. Aber es tut so weh macht mich kaputt! Dieses Gefühl keinem trauen zu können... Ich kenne das das es so ist als ob zwei in mir mich auseinanderreißen wollen. Doch nun ist es so als ob fünfzehn mich auseinanderreißen! Ich möchte allein sein aber fühle mich allein! Das ist doch falsch?. Ein Widerspruch! Verstehen möchte ich noch immer aber und ich weiß das klingt dumm ich möchte nicht mehr leben!

Ich weiß das klingt alles wirr vermutlich bin ich von einem anderen Planeten und ich bin falsch hier! ¹⁹⁵

Doris

14.7.

Doris, ich sag dir, wie ich das zu verstehen glaube. (Ich kann mich natürlich irren!)

Wenn alle paar Tage die Täter ihre Gewalt ausführen, sind alle Ichs damit beschäftigt, diese Situationen auszuhalten – jedes Ich auf ihre und seine Weise. Dafür brauchen dann alle Ichs alle ihre Kraft.

Jetzt sind die Täter nicht aktiv. Deshalb müssen sich die Ichs nicht mit denen beschäftigen, auf sie reagieren, sie aushalten.

¹⁹⁵ Gedankenexperiment: Wenn jemand, dem es sichtlich schlecht geht, mit der Vermutung von Selbstgefährdung in die Akutpsychiatrie aufgenommen würde und einem Psychiater gegenüber diese Symptomatik beschreiben würde, – würde dieser mit größter Wahrscheinlichkeit die Verdachtsdiagnose einer Störung "aus dem schizophrenen Formenkreis" präsentieren.

Wird keiner helfen?

Es könnte sein, daß diese Ichs sich stattdessen jetzt auf mich konzentrieren. Ich bin jetzt der einzige Außenmensch, der Einfluß auf euch hat. Und dazu kommt, daß ich dir (ohne es zu wollen) seelisch wehgetan habe. – Ich glaub, daß diese Ichs dich deswegen jetzt davon überzeugen wollen, daß ich zu den Bösen gehöre.

Es kann sein, daß der Widerstand, den diese Ichs sonst gegen die Täter aufbringen müssen, sich jetzt gegen mich richtet. Vielleicht schreiben mir die anderen deshalb jetzt nicht mehr und lassen dich nicht nach innen – weil sie selbst Angst vor mir haben.

Es tut mir sehr leid, wenn es so ist – weil ich kein Böser bin! – aber es kann sein, daß das der Grund ist.

Ich kann es vielleicht verstehen, daß du dich allein fühlst (auch weil du das Gefühl hast, ich habe ich verraten), und grad deshalb allein sein möchtest – weil eben niemand da ist, der dir nahe ist. Daß du eigentlich leben und kämpfen und verstehen möchtest, – aber wenn es zu schwer ist und unerträglich, dann auch wieder nicht leben möchtest.

Das ist glaub ich ganz natürlich und nicht irre! Es kann jedem Menschen so gehen.

Ich hoffe, ich hab nicht zu viel falsch verstanden. Sonst sag es mir – ich möchte dich verstehen.

Auch wenn ich nicht immer helfen kann.

Mo

14.7

Ich weiß es nicht...

Die bösen machen jetzt nichts warum muss ich das trotzdem alles immer und immer aushalten?

Ich weiß nicht wie ich dir beschreiben soll was und wie ich gerade fühle. Es fühlt sich einfach alles falsch an! Fast so als etwas in mir tot wäre. Ist das irgendwie zu verstehen? Auch der Wunsch der unbedingte Wunsch das alles aufhört ich einfach nicht mehr leben muss. Ich möchte auf jeden Fall nicht das du denkst ich will dir die Ohren volljammern ich muss verstehen muss es in Ordnung bringen! Die kleine vermisst ihre Mama...

14.7.

Dieses Aushaltenmüssen jetzt wird durch die Erinnerungen kommen, die dir von anderen Ichs übertragen werden. Falls es so ist, wie ich in der vorigen Mail geschrieben habe (daß bestimmte andere Ichs jetzt ihre Angst auf mich übertragen), dann gehört dazu, daß die Erinnerungen an die Gewalt der Täter als Erinnerung dazukommt.

Außerdem ist es ja auch bei dir so, daß du sonst immer in der echten Gewalt der Täter leidest – es ist so normal für dich, daß das wie ein ständiger Film immer weiter in deinem Kopf abläuft. Es könnte so sein.

Daß etwas in dir tot ist: dafür hab ich jetzt keine Erklärung.

Daß du nicht mehr leben willst: das hat vielleicht mit der Belastung zu tun. Erstmal all das wegen den Tätern – und dann die schwierigen Mails mit mir, deine Enttäuschung wegen mir, diese Stimmen von innen – das ist einfach zuviel!

Es wäre wirklich gut, wenn dich die anderen nach innen lassen, zum ausruhen, und jemand anders in den Körper geht. Vor allem Amelies Mama! Ich versuche, sie mit einer Mail zu erreichen – aber ich weiß nicht, ob sie sie liest.

Wird keiner helfen?

Du jammerst mir nicht die Ohren voll, es ist ok für mich. Ich möchte dich ja unterstützen, so gut ich kann!

Aber es ist schon spät, ich hatte letzte Nacht Nachtdienst – und möchte gern bald ins Bett gehen. Ich mach noch einen Abendspaziergang und lasse so lange noch den Rechner an, falls noch etwas von dir kommt. Sonst bin ich morgen wieder die meiste Zeit zuhause und natürlich antworte ich dir wieder!

14.7 An Merle

Hallo Merle, es wäre gut, wenn du in den Körper gehen würdest. Amelie verlangt nach ihrer Mama!!
Mondrian

14.7.

Danke

Vielleicht ist es zu schwer es so zu erklären das du dir vorstellen kannst wie es mir geht... in einigem hast du vermutlich recht. Nur leider besser geht es mir nicht... gleich muss ich weil die kleine es sich so unbedingt wünscht mich in das Bett legen... sie möchte bei "Mama" schlafen. Das ich da nicht hin gehen kann ja nicht mal ihre Mama bin kann ich doch nicht sagen! Es ist so viel... und alles ist falsch! Ein Klumpen im Bauch voller Wut und der wächst und wächst... dieses einfach nicht weiter zu wissen! Nicht weiter zu wollen! Aber immer und immer ganz egal was ich tue weiter zu müssen....!!!! Es ist zuviel es ist so viel das es nicht mal richtig zu erklären ist...

Doris

Gute Nacht...

15.7. 03:24

Mo es hört nicht auf macht mich kaputt. Der Körper ist zu schwach. Bin zu müde! Bitte hilf mir zu schlafen. Dann wenigstens nur mal schlafen. Bitte ich kann nicht mehr weiter...

Doris

15.7.

Doris, es tut mir sehr leid, daß du nicht schlafen konntest... aber ich weiß nicht, wie ich dir da helfen kann. Es sollte endlich jemand anders in den Körper gehen, vor allem Amelies Mama – aber ich kann das nicht machen. Es geht nur von euch selbst.

15.7. 10:49

Hallo, ich kann es nicht! Es macht also keinen Sinn noch irgendwas zu sagen... du wirst mir nicht helfen können?

Doris

15.7.

Darin kann ich dir nicht helfen, nein! Ich weiß einfach nicht, wie!

Mo

Wird keiner helfen?

15.7.

Schade... brauch dich also nicht länger mit meinem Scheiß zuschwallen...

Doris

15.7.

Wenn dir unsere Mails nicht mehr bedeutet haben?

Mir schon.

Mo

15.7.

Ach man! Wieder falsch verstanden! Es bedeutet mir sehr viel! Du bedeutest mir viel... Aber gerade geht's mir eben schlecht und du kannst nichts tun... Kann nirgendwo hin es hört auch nicht auf und die blöden Schweine bewachen mich! Also wozu deine Zeit stehlen?

Doris

15.7.

Danke, daß dir der Kontakt mit mir noch was bedeutet. – Mir eben auch. Du stiehlt nicht meine Zeit, und was du schreibst, ist niemals "Scheiß". Das meinte ich mit meinem Widerspruch. Wenn es uns gelingt, diese Verbundenheit zwischen uns aufrechtzuhalten – obwohl ich manchmal gar nichts tun kann und obwohl du dich manchmal nur am Ende fühlst, – wenn uns das gelingt, dann gibt dir das vielleicht doch ein bißchen Kraft. Weil du eben doch nicht ganz allein bist.

Was meinst du dazu?

Mo

15.7.

Habe Angst das Du denkst ich bin so! Will dich nicht runterziehen...

15.7.

Nein, du ziehst mich nicht runter. Ich möchte dich unterstützen (und euch), dabei bleibt es. Nur bin ich manchmal auch hilflos.

Mo

15.7.

Doris, ich bin jetzt ca. 2 Stunden nicht zuhause. Dann wieder da!

15.7.

Du hast doch mal von dem switchen erzählt. Wie geht das? Kann ich das selbst machen?

Doris

Wird keiner helfen?

15.7.

Es geht durch Entscheidungen der einzelnen Ichs. Jemand "will" rauskommen oder nach innen gehen.

Aber dazu gehört auch, daß die Ichs mehr oder weniger stark sind in ihrem "Wollen". Dadurch können sie manchmal Ichs "wegdrücken" (wenn sie selbst in den Körper gehen wollen oder müssen). Oder sie können verhindern, daß jemand nach innen geht, der es gern möchte (wie z.B. du).

Ich weiß von einem deiner Ichs, daß die anderen sehr viel Angst haben (vielleicht wegen mir??) und deshalb keine in den Körper gehen will. – Deshalb ist es für dich nicht möglich, nach innen zu gehen, auch wenn du es möchtest. Weil niemand anders stattdessen bereit ist, in den Körper zu gehen.

Wenn die Ichs miteinander Kontakt haben, können solche Sachen innen besprochen werden, – aber das geht ja bei euch leider noch nicht.

15.7.

[Foto Amelie Inlinescater]

15.7.

Ach, danke!! Hast du es gemacht? Amelie hat wohl schon Spaß mit dir!

15.7.

Ja ich habe das Foto gemacht. Ja Amelie hat Spaß. Sie fährt jetzt richtig gut... wie gesagt sie kann nichts dafür! Die kleine ist so lieb so ein tolles Mädchen... Ach und ich Nein kein Spaß, muss ja funktionieren! Irgendwie....

Doris

15.7.

Vielleicht kann es dir ein bißchen Kraft geben, zu spüren, wie du durch die Gemeinsamkeit mit Amelie wirklich auch zur guten Welt gehörst.. ?

15.7.

Leider triggert sie mich zu sehr...

Mo du warst es der mir immer Kraft gegeben hat...

15.7.

Wir haben uns vielleicht beide gegenseitig ein bißchen überfordert. Es geht nicht so schnell einander verstehen zu lernen. Dadurch kamen Mißverständnisse und Enttäuschungen. Vielleicht war es so?

Ich möchte dir weiter Kraft geben.. – aber, du weißt: ich bin kein Zauberer. Mache auch manchmal Fehler, irre mich, bin ratlos.

Mo

Wird keiner helfen?

15.7.

Das Du nicht zaubern kannst habe ich verstanden. Aber vielleicht habe ich erwartet das du nicht ratlos bist das du keine Fehler machst das du alles weißt. Ich weiß das weder du noch sonst wer den ganzen Scheiß einfach so in Ordnung bringen können! Aber ich hatte vielleicht auf bedingungslose Ehrlichkeit auf dein Wort gehofft. Das du einfach da bist ich dir trauen kann mit dir reden kann über alles... das DU SICHER bist. Alles um mich in mir ist unsicher! Das hätte ich so unbedingt gebraucht. Ist das irgendwie zu verstehen?

Doris

15.7.

Doris, das versteh ich genau. Dieses Gefühl, diese Hoffnung von dir war völlig natürlich! Jeder hätte sie gehabt in einer ähnlichen Lebenslage.

Ich hab immer versucht, 100%ig verlässlich zu sein – grade bei Menschen, die so Schlimmes erlebt haben und erleben. Ich glaube aber, auch das geht nicht IMMER. Eben weil wir Menschen sind und uns irren, Fehler machen. Vorschnell handeln. Jedem Menschen passiert das mal! Unehrllich war ich nicht. – Aber unsicher, und vorschnell. Und nochmal unsicher.

Sicher würde ich jetzt in unklaren Situationen vorsichtiger sein, länger überlegen. Mir jeden Satz überlegen, den ich dir (und den anderen) schreibe.

Ich hab was gelernt – und möchte dieses Lernen nutzen, um euch eben doch weiter beistehen zu können. So gut ich eben kann. Auch dir.

Mo

15.7.

Vielleicht suche ich nach etwas was es nicht gibt nie geben wird.? Jemanden der alles weiß. Jemand der mich versteht ohne viele Worte. Jemand der versteht was und wie ich fühle ohne große Erklärungen. Irgendwie hoffte ich wohl das bist du. Du wusstest so viel. Hast so viel Erfahrung. Und doch sagst du mir das du ratlos bist. Das hilft mir nur nicht sondern macht mir Angst.

Dieses Gefühl nirgendwo hin zu können ja nicht mal tot sein zu dürfen... (habe es auf so viele Arten versucht aber irgendwas lässt mich einfach nicht sterben! Darf nicht mal das!) es ist beschißen! Gefangen in sich selbst! Kein Ausweg! Keine Aussicht das das alles jemals aufhört! Man muss einfach existieren...

Doris

15.7.

Diesen Wunsch kann ich verstehen – der ist auch ganz natürlich. Du kennst das ABSOLUT Böse und wünschst dir das ABSOLUT Gute und Sichere. Aber das gibts nicht auf der Welt.

Wenn du aber vielleicht verstehen lernen kannst, wie es ist, das ganz natürliche Menschsein, dann wird dir das helfen, die Angst vor der alltäglichen Welt zu überwinden und Hilfe anzunehmen.

Ich mein jetzt nicht die Angst vor den Tätern – sondern die Angst vor der alltäglichen Welt

Wird keiner helfen?

draußen. Vor den Menschen, von denen die allermeisten nicht böse sind.

Zum Beispiel auch die Angst vor mir, weil ich mal hilflos bin.

Ich bin ja nur in Momenten hilflos – weil ich nicht weiß, wie ich helfen kann. Aber ich bin doch da – noch immer. Versuche immer wieder, dich zu verstehen. Suche nach dem Guten, den Möglichkeiten zur Hilfe.

Wenn ich zugebe, daß auch ich manchmal hilflos bin, bin ich vielleicht ehrlicher als andere, die so tun, als ob unfehlbar sind.

Ich weiß, daß du versucht hast, tot zu sein. Andere Ichs haben es verhindert – weil du jetzt sehr wichtig bist für alle – weil du den Mut hast, zu lernen, mit mir. (Und natürlich auch, weil die anderen dann auch tot wären.)

Mut heißt ja nicht, keine Angst zu haben, sondern: Angst zu überwinden! Und ich glaube, du bist sehr, sehr mutig.

15.7.

Wie? Wie sollte diese Angst weggehen? Wir waren jetzt drei Stunden draußen... die schauen mich so an! Genau wie die Schweine. Für mich sind die alle gleich haben den gleichen Ausdruck in den Augen! Die Welt draußen... die Menschen... mit all ihren Gerüchen ihren Stimmen ihren Gesten ja eben ihren Augen ihren Schritten... Alles macht mir Angst all das triggert mich. Reißt mir ständig den Boden weg! Bringt alles durcheinander mich! Stellt ständig mich und alles um mich in Frage! Das sind nur die drei Stunden die wir draußen waren... das Chaos in mir diese Gefühle die ich nicht verstehe nicht einordnen kann...

Warum lassen die mich nicht sterben? Du sagst die anderen haben auch alle Angst. Dann wäre es doch endlich vorbei!

Doris

Du sagst doch die lassen mich in Ruhe wenn die kleine hier ist? Warum folgen die mir?

15.7.

Ja, Doris, es ist klar, daß dich das alles triggert. Es sind Männer – und die gucken Frauen an. Das reicht schon als Trigger, auch wenn die allermeisten Männer nichts Böses machen würden.

Frauen gucken auch Männer an – sowas ist erstmal natürlich. Aber für dich (und euch) ist es nur die Erinnerung an die Hölle.

Solange du (ihr) noch nicht befreit seid von den Tätern, können die Trigger nicht aufhören. Und dann, danach, auch erst langsam – das weiß ich von anderen Überlebenden. Leider.

Du hast recht, es ist schwer, diese Angst vor der Außenwelt abzubauen. Wenn du wenigstens bei einzelnen Menschen anfangen könntest, etwas Vertrauen zu haben, wäre das schon ein großer Erfolg. Bei mir... und dann bei den Mitarbeitern in der Traumaabteilung.

Ja, die anderen Anteile haben auch Angst – aber sie wollen leben. Sie hoffen doch auf ein gutes Leben. – Ich versuche ihnen immer zu sagen, daß sie etwas dafür tun müssen. Du kämpfst schon sehr um das Gute – indem du dich auf mich einläßt und auf das Lernen. Aber die andern müssen auch mithelfen. Ich hoffe, sie verstehen es endlich.

Vielleicht finden sie etwas Mut, wenn sie merken, daß es mit uns, mit dir und mir, weitergeht. Ich glaube, du bist sowas wie eine Kundschafterin für sie.

Wird keiner helfen?

Die lassen dich in Ruhe, wenn Amelie da ist, weil sonst die Behörden, die Polizei aufmerksam werden würden. Wenn da ein Kind allein in der Wohnung ist und nach seiner Mutter sucht. Die Täter haben sehr viel Angst vor der Polizei, weil sie wissen, daß sie schlimme Verbrechen begehen.

15.7.

Eine gute Nacht für dich Mo...

15.7

Dir auch – ich hoffe es und wünsch es dir so sehr.

Mo

16.7. 01:36

Mo,

sind im Grunde die ganzen Gefühle das ganze Gefühlschaos in mir auch eine Art Ausdruck von Lebendigkeit?

Wie ordne ich das? Warum kann ich die Gefühle nicht benennen? Warum nicht selbst regulieren?

Warum nicht kontrollieren? Ich möchte das das aufhört! Dieser Schmerz ist anders aber schmerzt auch sehr. Und ich möchte so gern endlich schlafen...

Doris

16.7. 05:16

Mo bitte ich muss schlafen. Bin so fertig kann doch nicht mehr! Wenn ich meine Augen zu mache geht alles weiter! Die hören dann nicht auf lassen mich nicht mehr raus! Habe so große Angst und bin doch so müde! Bitte helfe mir! Bitte

Doris

16.7.

Doris, so direkt kann ich dir nicht helfen beim Nichtschlafenkönnen. Aber es ist ein sehr wichtiger Gedanke, daß all das Gefühlschaos ein Ausdruck von Lebendigkeit in dir ist. Es ist die Lebendigkeit des Vieleseins – und das ist eigentlich nichts Schlechtes, sondern deine Lebenskraft – die sich entwickelt hat wegen der Gewalt von außen. Es ist eigentlich dein (und euer) Widerstand gegen das Schlimme – dein Lebenwollen. ("Dein" bezieht sich jetzt natürlich auch auf alle andere Ichs.)

Diese ganze Lebendigkeit ist jetzt noch ganz auf die Täter und die Gewalt bezogen – weil die Täter noch da sind. Aber mit dieser Vielfalt kann auch sehr viel Gutes gemacht werden. Du und ihr alle könnt lernen, diese Vielfalt zu ordnen im guten Sinn.

Das geht leider sehr schwer, solange noch ständig Täter ihre Gewalt anwenden. Aber grundsätzlich ist das alles Ausdruck deiner, eurer Lebendigkeit Es ist eine und eure Kraft – nicht die der Täter!

Wird keiner helfen?

16.7.

Du kannst die Gefühle nicht benennen und nicht ordnen, weil sie konkret anderen Ichs zugehören. Du bist nur am Rande einbezogen. – Aber es gibt grundsätzlich die Möglichkeit, daß ihr euch kennenlernt und Gefühle teilt oder ordnet, oder gemeinsam versteht.

16.7.

Danke Mo. Aber wie denn?

Doris

16.7.

Gehören die ganzen Gefühle in mir also gar nicht alle mir?

16.7.

Stimmt! Das meiste von dem Gefühlswirrwarr gehört zu anderen Ichs. Aber natürlich gehört alles zu "euch" als Gesamtheit (M.M.).

Das Kennenlernen der Ichs geht nur von innen, die Ichs müssen es wollen. Und es scheint, daß aus Angst viele nicht wollen. – Es sind auch zu viele schlimme Erfahrungen, die sie voneinander gar nicht wissen wollen.

16.7.

Der Körper ist doch älter. Also bin ich viel früher entstanden? Warum? Und warum bin ich jetzt hier? Und wie weiß ich welche Gefühle meine sind?

16.7.

Doris, ich geh schnell ne halbe Stunde spazieren – dann schreib ich gleich! Mo

16.7.

Wegen mir? Mach ich dich verrückt?

16.7.

Nein, Doris, nicht wegen dir!! Ich hab gefrühstückt. Und hinterher brauch ich eine kleine "Runde" draußen, um überhaupt erst anzukommen im Tag. Das ist immer so.

Jetzt zu deinen Fragen. – Ja, der Körper ist 1977 entstanden, also vor 40 Jahren. Und wegen der Gewalt seit Anfang an sind immer mehr Ichs entstanden. Du wahrscheinlich erst in der Schulzeit, und deine Fähigkeit war es, zu lernen. Damit hast du damals für alle (also für den Körper, für den Menschen M.M.) ein Stück Freiheit erobert – durch das Lernen.

Du fühlst dich ja noch als 12jährige. Deshalb vermute ich, daß du in all den Jahren seither nicht im Körper warst – und deshalb von der späteren Zeit nichts mitbekommen hast. (Oder doch? Darüber haben wir noch nie geschrieben.)

Und ich vermute, daß du vielleicht erst wegen mir wieder nach außen gekommen bist – weil durch den Kontakt mit mir wieder die Aufgabe des Lernens entstanden ist. (Ist jetzt nur meine

Wird keiner helfen?

Vermutung, ich kann mich irren!)

Deine eigenen Gefühle sind die, von denen du den Grund kennst – also wie sie entstanden sind. Zum Beispiel deine Enttäuschung wegen mir, die ganze Beziehung mit mir ist klar DEIN Gefühl, ist DEIN Leben. Und natürlich auch das Leid, das DU heutzutage durch die Täter erfährst, wovon du mir teilweise berichtet hast. Das ist deins.

Aber wenn so unklare Gefühle in dir sind, die du nicht zuordnen kannst – die gehören zu den Erfahrungen anderer Ichs.

16.7.

Also das mit den Gefühlen verstehe ich jetzt glaub ich? Wobei ich nicht weiß was ich mit den Gefühlen machen soll die ich nicht kenne und nicht will?

Ja ich bin doch zwölf! Bedeutet das dann auch das die ganze Zeit die Jahre das Leben dazwischen verloren ist? Das haben ja andere erlebt? Denn ja darüber weiß ich nichts. Ich weiß von der Schule wie es zu Hause ist. Das ich der Schule zwar schon auch ein paar Freunde hatte aber immer anders war. Auch das ist schwer zu erklären. Nicht mal die Lehrer haben mich verstanden. Für die war es leichter mir in Betragen eine vier zu geben. Ich erinnere mich so deutlich das es in mir wieder ein anderes Gefühl auslöst...

16.7.

Das mit den Gefühlen anderer Ichs, das Wirrwarr in dir, das alles wird sich leider erst ändern, wenn ihr irgendwann Kontakt haben könnt miteinander und die Ichs sich Mühe geben, "bei sich zu bleiben". – Es ist ein bißchen wie eine Schulklasse, wo alle durcheinander reden. Sie können aber lernen, einander zuzuhören und Rücksicht zu nehmen aufeinander. Auch dissoziative Ichs können das lernen. – Aber das ist leider besonders schwer, solange noch Täter ihre Gewalt ausüben. Da haben die Ichs keine Ruhe, um das zu lernen.

ALLES wird einfacher, und zwar für ALLE Ichs, wenn ihr befreit seid von den Tätern! –

Die Jahre des späteren Lebens sind nicht verloren – sie sind ja bewahrt in anderen Ichs. Und wenn ihr Kontakt habt miteinander, wenn ihr näher zusammenrücken könnt, dann kommen auch diese Erinnerungen zusammen. Dann könnt ihr gemeinsam lernen, das Schlechte als Vergangenheit zu sehen und das Gute zu erinnern und damit weiterzuleben. Aber jetzt geht das noch nicht, weil ihr leider noch in der Gewalt der Täter seid, das Schlechte ist noch nicht vorbei.. Was löst ein anderes Gefühl in dir aus? Wenn die Lehrer dir eine vier in Betragen gegeben haben? (Übrigens ist das typisch. Ich kenne das von einigen Multis, daß die entsprechenden Ichs in der Schule schlechtes Betragensnoten bekommen haben, oder auch als Lügner galten – weil eben unterschiedliche Ichs Verschiedenes gesagt oder gewußt haben..)

16.7.

Was sind dissoziative Ichs? Das mit dem durcheinander reden kommt doch dazu. Im Kopf. Das hört also auch nicht auf?

Aber werde ich sie erlebt haben?

Wird keiner helfen?

Nein! Die vier ist mir egal! Das ist nur ein weiterer Grund für meine Eltern mich zu schlagen mir immer und immer zu sagen und in mich zu prügeln wie Scheiße ich bin. Was passiert... alles! Die Familie die Menschen die schwarzen die Angst...

16.7.

"Dissoziation" ist nur der Fachausdruck für das Abspalten von Gefühlen oder Erinnerungen oder auch daß es mehrere Ichs in einem Körper gibt. Also ich kann auch "Ichs" sagen statt "dissoziative Ichs".

Es ist schwer zu erklären, das mit dem Erlebthaben der Erfahrungen anderer Ichs. Wenn Ichs einander näher kommen, kommt auch die Erinnerung der anderen näher, manchmal so nahe, daß es wie deine eigene Erinnerung wird. Denn eigentlich ist es ja EIN Körper, der das alles erlebt hat.

Aber dieses Näherkommen geschieht nur freiwillig – wenn die Ichs es wollen.

Ja, ich verstehe. Die Betragensnote war nur wieder Grund für die Eltern, mit Gewalt zu antworten.

16.7 11:05

Danke

16.7.

Vermutlich bin ich für dich undankbar und vielleicht auch böse. Du erklärst es wirklich gut und ich verstehe dich auch. Und doch hilft es mir nicht. Es hört nicht auf...! Bin müde...

16.7.

Doris, du bist nicht undankbar und nicht böse!! Das alles ist extrem schwierig und du verstehst so gut, du denkst so gut mit, du machst alles, was du machen kannst, mit viel Mut und Intelligenz! – Trotzdem kann es so schnell nichts ändern. Das liegt nicht an dir, das liegt an der schwierigen, an der sehr, sehr schwierigen Situation für euch alle. Schuld daran sind ausschließlich die Täter, – die bösen Leute seit Anfang deines/eures Lebens. Nur die sind schuld an allem Schlechten in deinem Leben, auch daran, daß du jetzt nicht zur Ruhe kommst. Nur die!!!

Dein Lernen ist aber trotzdem ein sehr wichtiger Schritt zu deiner und eurer Befreiung. Auch wenn du den Nutzen jetzt noch nicht erkennen kannst. – Alles, was du lernst, bleibt in dir bewahrt – und auch andere Ichs werden es nutzen können. Du lernst stellvertretend für die anderen mit – die es eben nicht so gut können.

Verlier die Hoffnung nicht! Es ist gut und nützlich, was du machst.

16.7.

Ich möchte lernen! Wirklich! Möchte so vieles verstehen! So unbedingt! Es ist fast so als ob die die mich davon abgehalten haben endlich weg sind... und doch habe ich keine Kraft bin so müde möchte gerne aufgeben... ja das klingt wirr! Genau so sieht es in mir aus!!! Total wirre! Tolles Chaos! Ohne Pause ohne Stille...

Wird keiner helfen?

16.7.

Ja, die Täter haben dich davon abgehalten. Aber du bist halt jetzt sehr belastet von allem – da kommen von innen die vielen Stimmen und Erinnerungen und Gefühle, da ist die Verantwortung für Amelie, aber auch das Lernen selbst, der Austausch mit mir kostet ja Kraft – und leider kommt dazu immer die Angst, was wird sein, wenn Amelie wieder weg ist.

Du spürst aber, daß du die Kraft zum Lernen, zum Leben hast! – Und das gilt auch die für anderen Ichs. Ihr könnt leben, ein gutes Leben finden. Die Lebendigkeit ist da, in euch. Alles Gute ist da – nur sehr verletzt. Aber das kann heilen.

Deswegen ist das Ziel so wichtig, euch von den Tätern zu befreien. Ich hoffe, daß das auch andere Ichs verstehen lernen.

Etwas fiel mir noch ein: wie kommunizierst du eigentlich mit anderen Menschen ohne zu sprechen? Über Zettel? Oder schreibst du auf dem Smartphone?

16.7.

Was für andere Menschen meinst du?

16.7.

Naja, einfach im Alltag. Bist du nicht mit Amelie zu ihrem Tanzen gegangen? (Oder war das Nora?) Oder letztmal in der Uniklinik, wo du den Leuten dort doch was gesagt hast? Oder irre ich mich da jetzt?

16.7.

Doch ja wir waren mal tanzen aber da gab es nichts zu sagen... und Uniklinik weiß ich nicht mehr vielleicht geschrieben oder ja Smartphone. Warum fragst du?

Aber abgehalten vom lernen haben mich nicht die Täter sondern die Eltern!

Doris

16.7.

Wir haben jetzt über zwei Stunden Mia and me gesehen und UNO gespielt. Jetzt platzt mein Kopf echt gleich... und will die kleine Inliner fahren. Juhu....

16.7.

Wegen dem Schreiben hatte ich gefragt, weil das ja wirklich nicht so einfach ist, zu reden, wenn mensch nicht reden kann. Wenn ich drandenk... wir (du und die anderen Ichs und ich) haben insgesamt bald 1000 Seiten Mails geschrieben – soviel Informationen auszutauschen wäre anders kaum möglich, als durch Mails.

16.7.

Abgehalten vom Lernen.. ach so meinst du das. Die Eltern. Ich dachte, weil jetzt die Täter sich zurückhalten, aber ich verstehe.

Wird keiner helfen?

16.7.

Ja genau das meinte ich gestern. Ich glaube mein Gehirn funktioniert irgendwie anders falsch! Meine Denkweise! Verquer! Dann gehe ich davon aus andere DU verstehst mich...

16.7.

Nein, dein Gehirn funktioniert einwandfrei!!!! Es ist – trotz all der traurigen Inhalte – sehr schön für mich, mich mit dir auszutauschen, auch deshalb, eben weil du so klar denken kannst. Nur hast du einfach bestimmte ERFAHRUNGEN – und die beeinflussen unser Denken, auch meines, das ist immer so.

Deine Erfahrungen kommen vor allem aus dem Verhalten der Täter und der ebenfalls böartigen Eltern. – Aber für Menschen und Situationen, in denen nicht böartige Menschen handeln, passen diese Erfahrungen nicht gut.

Und dazu kommt, daß wir alle (auch ich) erstmal ganz automatisch denken, daß andere Menschen etwas genauso verstehen wie wir selbst. Erst hinterher erinnern wir uns, daß ja andere Menschen etwas vielleicht anders verstehen – weil sie andere Erfahrungen vorher hatten. Sowas führt dann zu den Mißverständnissen... wie zwischen uns manchmal.

16.7.

Was ich nicht verstehe... du sagst es gibt ich's die wissen gar nichts von all dem schlimmen. Wo sind die? Warum kümmern die sich nicht jetzt um die kleine? Es passiert doch jetzt nichts...

16.7.

Ich weiß nur (von bestimmten Ichs), daß es andere gibt, die nichts wissen von der Gewalt und den Tätern. Diese selbst kenn ich nicht – ich weiß nicht, wann die rauskommen. Vielleicht wissen sie auch nichts von Amelie und kommen nur raus, wenn Amelie nicht da ist.

Auch Amelies Mama (die erwachsene Merle) weiß nichts von den Tätern – und wenn ich ihr was davon sagen möchte, ist sie schnell wieder innen verschwunden. Jemand anders sagte mir, sie hat Angst vor dem allen.

Euer System hat sich in all den vielen Jahren entwickelt, und sicher gab es in der Zeit viele verschiedene Erfahrungen – aber es scheint nie wirklich jemanden gegeben zu haben, der dauerhaft versucht hat, euch zu informieren und zu unterstützen in Richtung auf die Befreiung. Klar, die Täter haben euch allen ja Angst gemacht vor der Außenwelt.

16.7.

Hat die kleine echt vorher mit mir ne Viertel Stunde diskutiert das sie keine Schützer mehr braucht...

...von wegen!

[foto Amelie inlinescater]

16.7.

Wieso, hat sie sich wehgetan?

Wird keiner helfen?

16.7.

Nein. Aber sie braucht die Schützer trotzdem. Erwachsene fahren mit Schützern... so ein Handgelenk ist schnell gebrochen... und wenn es um ihre Sicherheit geht diskutiere ich nicht mit ihr. Dann kann sie wählen fahren mit Schützer oder laufen. Wie gesagt auf mich hat keiner aufgepasst....

16.7.

Klar, seh ich genauso!! Find ich gut, daß du so auf sie aufpaßt. ☺
(Vielleicht darf ich auch ein bißchen auf dich aufpassen... ? So gut ich eben kann.)
Mo

16.7.

Darfst du gern. Nur wie? Hattest Du das Foto bekommen?

16.7.

Ich versuchs die ganze Zeit schon...
Das Foto? Von Amelie mit den Scatern? Ja, hab ich doch geantwortet.

16.7.

Der Körper ist immer derselbe. Sieht immer gleich aus. ??? Du kennst viele andere ich's? Auch Erwachsene. Wie sind die? Anders als ich? Vermutlich viel klüger? Vom Charakter? Die Art? Diese Vorstellung das die alle in mir sind... Ich habe dich schon verstanden aber es ist trotzdem so unwirklich. Eben auch weil es ist laut und Gefühle die ich nicht zuordnen kann und dann wieder dieses keiner tut was... die müssten doch merken? Das ich nicht schlafen nicht essen kann? Oder nicht?
Doris

16.7.

Keine Skater. Inliner...

16.7.

<https://de.wikipedia.org/wiki/Inlineskate>

16.7.

Es sind sehr verschiedene Ichs. Eine Beschützerin, die viel versteht und mir vieles erklärt – aber sie kann nicht in den Körper gehen, ist nur eine Beobachterin (das gibts bei Multis oft) – sie hat mir gesagt, daß noch andere Erwachsene da sind, die aber entweder Angst haben oder nichts wissen von den Tätern. Aber es gibt noch andere Beschützerinnen, sagt sie. Dann gibt es 3 erwachsene Merles, die zu verschiedenen Zeiten im Körper sind und mit denen ich schon Kontakt hatte. Dann gibt es Jugendliche, auch Jungs, die größtenteils wütend und verzweifelt sind – nicht auf Seite der Täter, aber wütend deshalb, weil die erwachsenen Ichs nicht helfen. (Was sie

Wird keiner helfen?

aber nicht können.) Mit einem davon hatte ich schon öfters Kontakt, er versteht jetzt viel und wir können uns gut leiden. Er heißt Ronald. Aber er ist sehr verzweifelt. Er versucht, den Tätern Widerstand zu leisten, aber er schafft das natürlich auch nicht. – Dann gibts welche, die den Tätern folgen. Das sind auch Kinder, die es einfach nicht anders kennen, als daß die Täter ihre erwachsenen Führer sind. Ein Mädchen (Gisi) denkt, der Haupttäter ist ihr Vati (und den sieht sie als gut oder jedenfalls folgt sie dem) – die macht dem die Wohnungstür auf. Mit ihr hatte ich aber nur mal ganz kurz Kontakt. Und dann gibt es Nele und Nora, die kennst du ja. Und noch viele Innenkinder, die viel Angst haben.

Soweit die, von denen ich weiß oder mit denen ich schon Kontakt hatte. – Ich versuche immer wieder, welche von ihnen zu erreichen, aber es funktioniert leider nicht. Die Beschützerin sagt mir, daß sie zu viel Angst haben.

16.7.

Ich glaube, die meisten Ichs kriegen noch nichts mit von den anderen – du ja auch kaum von denen! Nur die Beschützerin, die mir zum Glück immer Wichtiges sagt, die kriegt vieles mit. Die hat mir auch schon paarmal etwas gesagt wegen dir. Als es dir so schlecht ging, als du versucht hast, tot zu sein. – Einmal hab ich sogar die Polizei angerufen deshalb, aber als sie bei euch war, war ein erwachsenes Ich an der Tür und hat gesagt, alles ist ok. Die Beschützerin hat mir später geschrieben, daß ein anderes Ich die Tabletten ausgespuckt hat. (Das war, als du dir im Mai versucht hast, das Leben zu nehmen.)

Die Beschützerin hat mir auch gesagt, daß du damals nichts gegessen und getrunken hast – und jetzt wieder. (Geht das wieder??)

16.7.

Ah weil du Skates geschrieben hast? Ja ich verstehe... entschuldige du hast recht!

16.7.

Ok danke. Aber mal ehrlich das klingt doch schon sehr verrückt!? Ja mit Nele hatte ich Kontakt naja sie hat mir eingeredet... wissen dann aber die anderen alle voneinander? Und wissen die von mir? Wie sind die? Gerade die Erwachsenen der wäre doch wie ein Blick in die Zukunft.

16.7.

Für mich klingt es garnicht verrückt, weil ich viel mit Multis zu tun hab. Für mich ist es genauso natürlich, wie wenn jemand nur ein Ich hat. Viele sein soll den Körper, den Menschen schützen. Verrückt sind nur die Täter!

Ich sag ja, meines Wissens wissen die allermeisten Ichs wenig bis gar nichts von anderen Ichs. Das hat damit zu tun, daß alle lebenslang mit Tätergewalt zu tun hatten – da war kaum Ruhe und Zeit, sich miteinander zu beschäftigen.

Ich kenne auch andere Menschen, die Viele sind, aber bei den meisten gibt es keine Tätergewalt mehr. Und deshalb hatten die mehr Kraft dazu, einander kennenzulernen... meistens auch mithilfe von Therapie.

Wird keiner helfen?

16.7.

Wenn die anderen aber verhindern können das ich sterbe warum helfen die mir nicht? Warum lassen die mich nicht schlafen? Warum kommen die nicht in den Körper? Warum lassen die mich nicht gehen?

Essen Nein! Es ist aber anders zuerst musste ich immer spucken wenn ich gegessen habe ich denke wegen der Bilder in meinem Kopf.? Doch jetzt ich weiß nicht genau ich glaube ich möchte nicht essen...

16.7.

Die Beschützerinnen können, sowiel ich weiß,nur im Notfall etwas machen – also, wenn das ganze System, der ganze Körper, der ganze Mensch in Gefahr ist. Dann können sie ein anderes Ich dazu bringen, etwas zu machen, um die Gefahr für den Körper zu beenden. – Richtig in den Körper gehen und da dann für längere Zeit im Außen zu bleiben, das können die Beschützerinnen wohl nicht. Ich weiß, daß sonst die Beschützerin, die mich informiert, das längst gemacht hätte, um dir zu helfen!!

Ich bin ja nicht multipel und weiß es nur aus den Berichten von Multis (und aus Büchern, es gibt ja auch Bücher von Multis selbst).

Ach Doris... ich kann nichts dagegen sagen, wenn es so schlimm ist für dich, daß du nichts mehr essen willst und nicht mehr leben willst. Es ist ja einfach für mich, was dagegen zu sagen – aushalten muß es nicht ich, sondern du. Aber ich hoffe doch, es geht weiter, dein Leben und euer Leben. Und es wird gut.

16.7.

Wenn zum Beispiel ich nur zum Schutz entstanden bin um es aushalten zu können warum bin ich noch da? Den Sinn verstehe ich nicht. Mal angenommen der Körper ist frei warum sollten die ich's die von allem nichts wissen das überhaupt erfahren? Besser wäre doch alle die das schlimme wissen verschwinden sterben einfach! Dann kann doch die Mama mit der kleinen Amelie glücklich werden....

16.7.

Ich habs dir doch schon gesagt: Ichs können nicht einzeln sterben. Ich kann auch nicht sagen, ich möchte, daß bestimmte Erinnerungen in mir "sterben" oder einfach weg sind. Es funktioniert leider nicht!

16.7.

Weißt du ich möchte mal klar sagen das ich es mir nicht leicht mache! Denn meine Meinung zum Leben ist eine andere. Für mich sind Menschen die sich selbst töten einfach nur feige! Ja vielleicht bin ich auch ein Feigling.?! Doch wie ich dir erklärt habe mir fehlt der Sinn... das mit den Gefühlen hast du mir prima erklärt ich habe es auch verstanden und doch ändert es nichts an meinem fühlen. Das ganze ergibt keinen Sinn für mich. Täter Gewalt Sex Schmerz Wut Hass usw... Wer will das? Ich kann nicht mal lieben... alles in mir ist kaputt! So viele Male wollte ich

Wird keiner helfen?

Hilfe habe darum gebettelt wurde belogen verraten mir wurde nicht geglaubt oder es wurde nur geredet und geredet doch nun Schau der Körper ist 40 hat eine Tochter und es hört nicht auf das wird es nie!

Was ist das Leben denn wert wenn man nicht mehr lieben kann? Es ist viel zu viel um alles zu schreiben... vielleicht verstehst du trotzdem?

Doris

16.7.

Nein Doris, feige bist du nicht – und es kann meiner Meinung nach Situationen geben, in denen jemand gekämpft hat und gekämpft hat und irgendwann keine Kraft mehr hat zu kämpfen und dann nicht mehr leben will... eigentlich schon will, aber es nicht mehr aushält. Das ist dann nicht feige. Ich sag das ganz grundsätzlich – natürlich hoffe ich, daß du es schaffst daß ihr es schafft!! Du sagst, du kannst nicht lieben... – da muß ich dich jetzt erinnern, daß du immer wieder sagst, du bist ein Kind, du bist erst 12. Ich denke, Liebe ist etwas, was wir erst durch unser Leben lernen. – – Und zumindest spür ich bei dir viel Liebesvolles, die Fähigkeit zur Liebe... so wie du auf mich zu kommst in vielen deiner Mails, wie du etwas von mir beantwortest. Ich glaub, das ist genau dieser Keim von Liebesfähigkeit... diese Gefühl, da ist ein "Du", das ich mag. Und ich versuche, auf dies "Du" einzugehen – und andersrum auch.

Ist jetzt nur mein Gefühl – du kannst es ja anders sehen.

Ich verstehe wohl trotzdem was du meinst – daß du es jetzt so empfindest Ich will dir nur sagen, wie ich DICH empfinde... obwohl ich dich noch nie gesehen hab... aber es sind so viele Mails, mit so viel Ehrlichkeit und Bemühen... – Das alles ist für mich Liebesfähigkeit. Es ist nicht Liebe, aber die Fähigkeit dazu.

Es hört nie auf, sagst du. Das Schreckliche ist ja auch, daß es jeden Tag, von Heute auf Morgen, aufhören könnte, wenn ihr zusammen es wollen würdest!

Aber die Angst hindert die meisten Ichs an dem Widerstand.

Mo

16.7.

Schön du verstehst mich!

Lieben.. die kleine liebt mich so sehr! So intensiv bedingungslos! Und ich ich fühle nichts.

Verstehst du? Alles was ich dir erzählt habe macht mich fertig und kaputt doch das....

Dieses Kind ist so toll sie ist so lieb so klug sie weiß genau was sie möchte sie weiß bescheid...

sie lebt! Alles in ihr um sie herum lebt! Sie ist glücklich zufrieden fröhlich eben ein Kind. Und

ich? Was bin ich? Innerlich zerstört! Durch Folter durch irgendwelche SexPraktiken zerstört!

Versprühe keine Lebendigkeit keine Fröhlichkeit... nichts lebt... Weißt du verstehst du? So habe

ich noch nie mit wem gesprochen. Jeder andere würde mich vermutlich einsperren lassen!

Doris

16.7.

Doris, du hattest vermutlich nur sehr selten im Leben die Erfahrung gemacht, daß jemand dir zugewandt entgegengekommen ist. Du bist, was diese Erfahrung angeht, eher wie

Wird keiner helfen?

ausgetrocknet, verdorrt. Wenn aber Regen und Sonne auf dieses ausgetrocknete Feld kommt, dann können die Keime zu wachsen beginnen.

Bei mir hast du etwas Zugewandtes auf dich zu gespürt – und du hast drauf geantwortet. Das hab ich ja gemerkt! – Und jetzt Amelie als nächster Mensch. Du hast es bei ihr jedenfalls schon gemerkt, daß sie dich mag! – Aber sie ist so nahe dran an dir, sie triggert dich zugleich... deshalb kannst du dein Herz (noch) nicht weiter öffnen. So vermute ich es.

Auch mit mir wäre es vielleicht schwerer gewesen, wenn wir uns in der Zeit jetzt persönlich gegenübergestanden wären und ausgetauscht hätten. Das wäre dir sicher auch zuviel gewesen.. denn schließlich bin ich auch ein "Mann" und dazu ein älterer! Das hätte dich vermutlich auch getriggert.

Ich könnte mir vorstellen, daß Amelie dir doch gut tut. Weil du vielleicht durch sie doch in dir etwas von dieser Lebendigkeit spürst. Da ist sie jedenfalls in dir. Sonst würdest du sie bei Amelie nicht erkennen!!!

Du bist nicht kaputt, sondern nur sehr, sehr verletzt. Das alles kann heilen, glaube ich.

Mo

16.7.

Liebe Doris, ich mach jetzt gleich Schluß.. – bis morgen, werde dann wieder die meiste Zeit zuhause sein.

16.7.17

Danke für alles...

Eine gute Nacht für dich Mo... Doris

16.7. 23:53¹⁹⁶

Mo die tun mir weh sind böse lassen mich nicht schlafen. Möchte schlafen bitte! Werde auf dich hören tun was du sagst was du willst bitte lass mich schlafen! Kann das nicht mehr aushalten helf mir bitte Mo! Ich kann auch sehr lieb sein! Bitte schlafen

Doris

17.7. 03:36

Bitte Mo lass mich nicht allein. Brauche doch deine Hilfe und brauche doch dich! Bitte nicht allein lassen! Ich werde nicht mehr auf die hören! Und lieb sein. Bitte Mo helfe mir. Bin so müde

Doris

¹⁹⁶ Dies ist eine Abspaltung von Doris, jener Aspekt von ihr, der noch ganz kindlich ist, während ein anderer Aspekt sich über ihre Lernfähigkeit, ihren Austausch mit mir weiterentwickelt. Später sollte ich verstehen, daß auch andere Anteile (über die Jahrzehnte der Tätergewalt) Abspaltungen entwickelt haben, um mit ambivalenten oder divergenten Emotionen oder Einschätzungen umgehen zu können. (Auf Grundlage der Konzeption von der *Strukturellen Dissoziation* entspricht dies einer vierten Ebene, die jedoch in der Fachliteratur meines Wissens noch nicht beschrieben ist.) Bei Merle & Co. wissen solche "Unteranteile" nichts voneinander bzw. machen gelegentlich "böse Anteile" verantwortlich für etwas, was unter ihrem Namen gesagt oder getan wurde. Auch dies ist manchmal so, aber eben nicht immer. – Diese "kleine Doris" jedenfalls ist sichtlich sehr orientiert an den bösen Konditionierungen der Täter. "Lieb sein", "folgen" und "hören", diese drei Grundbegriffe der schwarzen Pädagogik, sind es auch in dieser Täterwelt und für alle Opfer-Anteile axiomatische Kriterien ihrer theory of mind..

Wird keiner helfen?

17.7. 5:44

Mo bitte ich möchte schlafen bin so müde! Die tun mir doch so weh! Ich weiß das ist nicht echt aber es fühlt sich echt an und tut mir in echt weh! Bitte passe auf mich auf... Ich habe so Angst! Bitte hilf mir!

17.7.

Hallo Doris, hab deine drei Mails nachts bekommen... es tut mir sehr leid, daß du wieder nicht schlafen konntest!!

Meinst du, es könnte ein bißchen helfen, wenn ich nachts, bevor ich schlafen gehe, nochmal anrufe bei dir und ein bißchen spreche? Vielleicht jede Nacht... – Ich glaube, du hast meine Stimme ja eh noch nie gehört? Ich hab früher ein paarmal mit jemandem telefoniert, mit einer Kleinen und mit Amelies Mama.

Mo

17.7.

Hallo Mo, ich weiß nicht ob es helfen wird..? Mir tun doch die bösen nicht wirklich weh.? Wer macht das dann? Oder bilde ich mir das ein?

Doris

17.7.

Hallo Doris, jemand von euch hat mir mal geschrieben, daß innen dauernd ein schlimmes Chaos besteht. Viele junge Ichs, die durcheinander schreien, weinen, wütend sind, hilflos und verzweifelt sind. Davon kriegst du grade jetzt mehr mit, weil Ruhe von den Tätern ist. (Sonst ist das überdeckt von der tatsächlichen Hölle der Täter.) Und dieses Gewirr innen ist es, das du mitkriegst. – Ich weiß nicht, ob es hilft, wenn ich anrufe. Wir könnten es ja ausprobieren, falls du magst.

17.7.

Das Chaos bekomme ich auch immer mit dieses laute der GefühlsMist dieses nicht zu wissen ob das was ich erlebe wirklich ist ob ich wirklich bin. Dieses kämpfen in mir! Auch die Schmerzen aber es müsste doch jetzt besser werden denn jetzt tun die blöde Männer mir nicht weh. Aber mein ganzer Körper tut weh alles... will mich nicht beklagen will es nur verstehen. Warum? Wer das macht und warum!

Es wäre lieb von dir es zu probieren... Danke!

Doris

17.7.

Die Schmerzen sind traumatische Erfahrungen – und "traumatisch" heißt, daß es zu schlimm ist, um so einfach verarbeitet zu werden. Deshalb stecken traumatische Erfahrungen lange Zeit in einem fest, kommen immer wieder ins Bewußtsein. Das ist auch bei Überlebenden von schlimmen Situationen so, die nicht multipel sind.

Wird keiner helfen?

Deshalb sind diese Schmerzen auch noch immer in dir und euch drin..

Ja, laß es uns versuchen. Vielleicht hilft es auch erst nach einiger Zeit, wenn du die Sicherheit hast, daß ich anrufe. Falls es gut ist, können wir das imemr weiter so machen. Anderen Überlebenden hat das schon geholfen, hab ich erlebt. Eure Nummer ist ja noch immer (...)? – Meine Nummer ist (...).

17.7.

Ja die Nummer stimmt.

Kann es denn sein das die in mir mir die Schmerzen machen?

17.7.

Vielleicht machen wir es besser so das du sagst wann und ich rufe dich an. Habe eine Rechnung gesehen auf der Nummer ist eine all net Flat.... wahrscheinlich sinnvoller

17.7.

Aber dann darf ich dir nicht mehr schreiben?

17.7.

Es gibt zumindest zwei Ichs, die manchmal dem Körper Verletzungen zugefügt haben. Es sind beides Jungs. Der eine war wütend, weil die Ichs im Außen sich nicht gegen die Täter gewehrt haben. Er hat aber gelernt, wie es wirklich ist, und macht sowas nicht mehr. – Der andere dagegen folgt den Tätern und ist wütend, weil manche Ichs mit mir mailen.

Ja, wir können es gern so machen daß du anrufst. – Falls wir abends nicht extra drüber schreiben, kannst du auch so anrufen, zumindest bis 24 Uhr. Ich seh ja auf dem Display, daß du es bist, und hab das Telefon sowieso neben dem Bett liegen.

Natürlich weiß ich dann nicht so recht, was ich sagen soll, wenn du nix sagen kannst, aber das kriegen wir schon irgendwie hin!

Selbstverständlich schreiben wir weiter!!!! Daran ändert sich nichts!!!!!!!!!!!!!!

Ich sags dir mal von mir aus: ICH möchte dich (und euch) gerne auch in Zukunft unterstützen, auch in Jahren noch. Ob es klappt, wissen wir nicht. Aber ich werde ich mich sehr bemühen, daß es nicht an mir scheitert. (Und natürlich hoffe ich sehr, daß ihr "in Jahren" nicht mehr in der Gewalt der Täter seid!!!)

17.7.

Mo das macht mir Angst!

17.7.

Also doch! Kann den sein Name Jim sein? Ich verstehs nicht richtig... Aber sagt er tut mir weh! Warum?

Wird keiner helfen?

17.7.

Ja, er ist sauer, weil wir Kontakt haben. Er behauptet, ihr braucht keine Hilfe, alles ist gelogen, es gibt keine Täter – oder so ähnlich. Es ist aber trotzdem ein Ich, das von den Tätern mißbraucht wurde – nur hat er nie andere Vorbilder gehabt. Vor allem als Junge unter so vielen Mädchen (ich meine die Ichs, die sicherlich zumeist Mädchen und Frauen sind). Auch jim wurde sexuell mißbraucht und gequält.

Jim ist trotzdem kein Böser. Er ist verführt und belogen worden, er ist einer von euch. Er irrt sich einfach – und wir können ihm helfen, zu verstehen, daß die Täter ein schlechtes Vorbild sind. – Aber es ist nicht einfach, ihn anzusprechen. Ich hab's schon paarmal versucht.

Hab keine Angst vor ihm, versuch, mit ihm ins Gespräch zu kommen. Vielleicht kannst du ihm erklären, wie es wirklich ist. Oder sag ihm, daß er mit mir schreiben kann! Ich nehme ihn auch ernst!

17.7.

Mo das verstehe ich nicht. Du kennst ihn? Jungen in mir drin? Wieso? Warum tut er mir denn so weh? Mein ganzer Rücken... kann kaum gehen... wie gesagt will mich nicht beklagen dir die Ohren volljammern will verstehen warum! Ich kenne den doch nicht! Habe dem nichts gemacht!
Doris

17.7.

Doris, die Ichs haben Verschiedenes erlebt, haben verschiedene Erfahrungen gemacht mit der Welt, mit den Tätern. Und es gibt eben auch welche, die noch immer glauben, daß die Täter recht haben. – Denk dran, das alles hat in der Kindheit angefangen, und Kinder brauchen Erwachsene, an denen sie sich orientieren können. Du hast deine Eltern als böse erkannt – aber andere Ichs eben nicht. Und manche davon haben sich dann auch später immer weiter an den Tätern orientiert.

Jim ist einer, der von den Tätern gelobt worden ist. Natürlich war das nur zum Schein – auch ihm haben sie das Gute dann wieder entzogen (du kennst sowas ja auch) – nur hat das Schlimme, was dann kam, ein anderes Ich erlitten. Jim glaubt noch immer, daß er ein geachteter Mitarbeiter der Täter ist! Aber auch er ist ein verführtes, belogenes Kind.

Ich kenne ihn nicht wirklich, er hat mir nur zweimal böse Mails geschickt, und jemand anders hat mir was über ihn erzählt.

Es gibt manchmal Jungs oder Männer in Multis, die biologisch Frauen sind. Das kommt wahrscheinlich daher, daß sie als Kind erlebt haben, daß Jungs mehr Rechte haben und stärker sind als Mädchen, und deshalb entstanden männliche Ichs.

Nein, du hast ihm nichts getan, aber du bist im Körper – und er will nicht, daß die Ichs, die im Körper sind, Kontakte mit anderen Menschen haben, also mit jemandem wie mir. Weil du ja den Tätern schaden könntest.

Wird keiner helfen?

17.7.

Aber du sagst, dein Rücken tut weh. Da frag ich mich, wie er da wehtun will? Er hat ja auch nur deinen Körper, deine Hände, um etwas zu machen. – Daß der Rücken wehtut, kommt vielleicht von dem, was die Täter gemacht haben mit dir. Grad weil sie jetzt nicht da sind, spürst du es mehr – weil du nicht abgelenkt bist durch die neue Gewalt der Täter. Könnte sein.

17.7.

Er sagt er macht mir das! Auch anderes...

17.7.

Also sollte ich dir nicht mehr schreiben?

17.7.

Wenn er dir was sagt, rede du auch mit ihm. – Aber der Rücken? Wer kann mit den eigenen Händen den eigenen Rücken wehtun?

Ob du mir schreibst oder nicht, mußt du entscheiden. Einfach ist es nie, sich von den Tätern zu befreien. – Aber auch Jim gehört zu euch, und auch mit ihm müssen wir in Kontakt kommen. Er soll auch mit befreit werden.

Hallo Jim, du kannst mir selbst schreiben und mir erklären, wieso du dem Körper wehtust!

17.7.

Also glaubst du mir nicht?

17.7.

Und ich möchte dir gern weiter schreiben mir das nicht von dem verbieten lassen!

17.7.

Ich denke er braucht dazu keine Hände! Er tut mir von innen weh. Das erklären kann ich nicht oder schwer...

17.7.

Doch, ich glaub dir – ich denke das gleiche wie du: daß er dich am Rücken nicht wirklich verletzt, sondern daß er dir die Erinnerungen an Schmerzen innerlich weitergibt. Es ist schwer zu erklären, aber sowas funktioniert. Es sind also Erinnerungsschmerzen – wegen Erinnerungen an die Gewalt durch die Täter.

Wenn du es dir nicht von ihm verbieten lassen willst, mit mir zu schreiben, sags ihm – und erklär ihm wieso. Versuch immer dran zu denken, daß er auch ein Ich ist, ein Opfer der Täter – nur merkt er es nicht, weil er die Schmerzen nicht spürt. Die spürt dafür jemand anders.

Wird keiner helfen?

17.7.

Werde das so machen aber ob er mir "zuhört" weiß ich nicht.

Danke Mo...

Doris

17.7.

Es geht nur so weiter – den Ichs zeigen, daß es Befreiung gibt, aber daß sie mitmachen müssen. Daß sie Angst überwinden müssen. – Ich mach das von außen und du (und andere) können es von innen machen...

Mo

17.7.

Und welch ein Wunder keine Diskussion. Die kleine hat ganz freiwillig ihre Schützer angezogen...😊

17.7.

Na siehste mal, sie hört auf dich! Du bist auch gut als ihre Mama. 😊

17.7.

Bitte sag das nicht.

Kannst Du Dir vorstellen wie es ist wenn einfach alles in einem und um einen herum zuviel ist? So als ob man gleich ausrastet?! Aber man kann nicht... keine Ahnung warum es geht...? Klingt total bescheuert aber vielleicht bin ich zu lieb dafür? Aber ich möchte es so gern! Mal richtig schreien... vielleicht muss die Wut raus? Weißt du was ich meine? Kannst du verstehen?

Doris

17.7.

Das kann ich sehr gut verstehen!!!!!!!!!! – Ja, es ist richtig, zu schreien, die Wut zu zeigen (und noch besser: denjenigen gegenüber, die sie verdient haben, aber das ist ja leider so direkt nicht möglich).

Ja, es geht dir extrem schlecht. – Und dennoch ist es WICHTIG, auch das andere zu spüren und darum zu wissen, es zu erfahren: daß SO VIEL GUTES IN DIR IST. Amelie spürt das – und ich spüre es auch. Wir spüren ein bißchen von dem SCHATZ, den du in dir trägst. Trotz all der ekelhaften, grausamen, demütigenden, höllischen Erfahrungen.

Verstehst du, wie ichs meine, Doris?

17.7.

Nein. Was für ein "Schatz" sollte wohl in mir sein?

Aber schön das du mich verstehen kannst. Das zu wissen tut gut...

Wird keiner helfen?

17.7.

Der Schatz der Liebesfähigkeit (wie ich gestern geschrieben hab) – der Sensibilität, des Einfühlungsvermögens, – daß du das Gute suchst, um das Gute kämpfst, daß du klar erkennst, wo das Böse ist, daß du das Böse haßt, weil du für das Gute eintrittst ... mit deinen Möglichkeiten. Das alles. Sehr viel. Was bei vielen Menschen, die "ganz normal" leben, kaum vorhanden ist.

17.7.

Mo es ist lieb von dir das du mich so siehst so von mir denkst aber du kennst mich doch nicht. Ich denke es ist sehr viel böses in mir. Und ich weiß nicht wie das je aus mir raus kommen kann... Aber ich fühle doch die Wut den Zorn den Hass... weißt du...

Doris

17.7.

Ja, Doris, – aber diese Wut, dieser Zorn, dieser Haß ist dein WIDERSTAND gegen das BÖSE. Er kommt aus dem Guten und er kämpft um das Gute. Das ist nichts Böses. Was hast du alles erlitten – aus dem puren Bösen der Täter. Jetzt kannst du nur mit diesem Haß in dir drin dagegen an kämpfen. Dich nur dadurch davon abgrenzen. Ich kann mir vorstellen, irgendwann kannst du beitragen zum praktischen Kampf gegen solche Täter – so wie ichs auch tue.

17.7.

Wie meinst du das?

17.7.

Wie mein ich was? Das erste, das zweite oder das dritte in meiner Mail?

Die Wut als Widerstand gegen das Böse?

Daß du dich von dem Bösen abgrenzen kannst durch die Wut?

Oder daß du vielleicht irgendwann mal beitragen kannst zum praktischen Kampf gegen Täter?

17.7.

Schau mal haben wir eben gesehen. Ist das nicht wunderschön?

[foto]

17.7.

Sehr romantisch ist es! Verträumt.. ich würde dir wünschen, daß du auch mal so leben könntest... friedlich, geborgen..

Wird keiner helfen?

17.7.

Ich meine das...

Oder daß du vielleicht irgendwann mal beitragen kannst zum praktischen Kampf gegen Täter?

17.7.

Ach so. – Naja, damit die Menschen verstehen lernen, was durch solche Täter geschieht, ist es wichtig, daß auch Überlebende sich dazu äußern. Es reicht nicht, wenn nur ein paar Therapeuten Fachbücher darüber schreiben. Das ZEUGNIS der Überlebenden ist wichtig. Und ich könnte mir vorstellen, daß du (oder ihr) später auch einmal dazu beitragen wollt – wenn ihr erst befreit seid. Du bist nicht die einzige unter deinen Ichs, die die Täter als das Böse erkennen und die Widerstand leisten wollen gegen die Täter. (Nur geht es jetzt erst sehr wenig.)

Es gibt Überlebende, die darüber geschrieben haben und damit den Therapeuten geholfen haben, zu verstehen. Oder andere sind selbst Therapeutinnen geworden. Oder Künstlerinnen, oder Journalistinnen – und zeigen dadurch etwas von der Situation von Überlebenden.

So meinte ich es. Natürlich ist das alles noch Zukunft! Aber ich habe schon die Hoffnung, daß ihr irgendwann frei sein werdet.

17.7.

Es aufschreiben um anderen zu helfen? Könnte ich mir schon vorstellen aber es gibt eben vieles was weder geschrieben noch gesprochen werden kann oder darf. Und die Frage ist doch multipel zu sein ist doch wie soll ich sagen? Ich könnte mir denken jedes System ist einzigartig.?

Funktioniert auf seine Weise autonom.? Falls ich hier irgendwas begriffen habe???? Wie sollte dann ein Einzelfall helfen?

Doris

17.7.

Jeder Mensch ist einzigartig, auch jeder nichtmultiple. Und Therapeuten oder Sozialarbeiter oder Ärzte können helfen, wenn sie Erfahrung haben mit vielen verschiedenen Menschen. Dadurch finden sie das eine oder andere bei jemandem wieder. Über nichtmultiple Menschen gibt es viel öffentliche Erfahrung, Millionen von Büchern und Filmen, und jeder kennt andere Menschen. Aber von multiplen Menschen gibt es kaum Erfahrung.

Ich finde auch bei euch einzelnes wieder, was ich von anderen Multis kenne (oder aus Berichten anderer). Aber es ist bei jedem Multi wieder anders zusammengesetzt. Die Beschützerinnen, die Innenkinder, die wütenden Ichs, die lernen wollen, die ihre Eltern suchen... – oder auch all das, was ich dir schon erklärt habe über Multis allgemein, – das weiß ich, weil ichs bei verschiedenen Multis erlebt haben, nur immer wieder ein bißchen anders.

Wer bestimmt, daß vieles weder gesprochen noch geschrieben werden darf? Nur die Täter selbst! – Ja, es ist schwer, sehr Schlimmes auszusprechen oder zu schreiben. Aber es ist doch wichtig, es einmal zu tun. Dadurch können wir es mit anderen teilen, dadurch wird es leichter. – Und außerdem wird sich die Gewalt der Täter nie ändern, wenn sie nicht bezeugt wird!

Wird keiner helfen?

Einmal müssen solche Täter bestraft werden können! Dazu muß über ihre Taten gesprochen werden.

17.7.

Gut ich verstehe was du meinst. Nein nicht Täter verbieten es. Naja die ja sowieso aber darauf höre ich doch nicht die sind mir doch egal! Aber es sind eben Dinge mit mir gemacht worden die ich NICHT wollte die ich niemals jemandem sagen kann. Weißt du es wundert mich eh immer wieder das du noch mit mir sprichst nachdem was du schon von mir weißt. Das Ganze tut nicht nur körperlich weh in der Zeit wo die mich haben. Nein es schmerzt auch jetzt es schmerzt immer! Es ist wie eingebrannt in meine Seele... wahrscheinlich ist das nicht zu verstehen... Aber das so Dinge wenn man die einmal weiß nur weiß nur gehört hat die gehen nicht mehr weg! Nie mehr! Die sind dann im Kopf...

17.7.

Nein, so ist es nicht, Doris. Es ist ein grundlegender Unterschied, ob jemand sowas erlitten, erfahren hat oder nur davon erfährt. Wenn jemand von ihnen erfährt, ist es schlimm, verstörend, schrecklich, derjenige vergißt es vielleicht nie – aber es überwältigt uns nicht. Es ist ein Wissen, das (bei manchen) die Kraft gibt, dagegen an zu kämpfen, das Empörung und Wut auf die Täter freimacht.

Ich bin sicher, daß ich alles, was du erlitten hast, schon einmal gehört oder gelesen habe. Es sind immer die gleichen Schrecklichkeiten, die solche Täter begehen. Glaub mir.

Wenn jemand es selbst erleidet, ist es traumatisch, das heißt, es ist so, wie du sagst: es ist im Kopf wie hineingebrannt. Aber selbst das kann aufgelöst werden – aber nur durch Traumatherapie.

Natürlich sollen solche Schrecklichkeiten nicht in der Zeitung veröffentlicht werden, wo jeder sie lesen kann. Das würde Menschen sehr verletzen, das ist klar. – Aber solche Tatsachen müssen Zeugnis werden, müssen bezeugt werden, damit Therapeuten und Juristen, Polizei und Sozialarbeiter erfahren, daß sie hier helfen müssen!!

Alle die Opfer bleiben sonst sprachlos – es gibt sie nicht, weil niemand von ihnen weiß. Jedes Zeugnis spricht für viele, die sich nicht äußern können.

Dann geht es ewig, ewig so weiter – und die Täter freuen sich.

17.7.

Ich verstehe dich. Vielleicht und ich werde mich bemühen kann ich es mal erzählen.. vermutlich nur dir. Nur das was ich dann zu sagen habe hast du sicher noch nicht gehört und "musst" es dann wohl aushalten...

Darf ich bitte um neun anrufen? Die kleine ist nun Bettfertig möchte aber noch mit "Mama" kuscheln!

Doris

Wird keiner helfen?

17.7.

Ja, mach es so, wie du es für richtig hältst. Aber mach dir keine Sorgen um mich!

Ja, du kannst um neun gern anrufen!

Telefonat..

17.7.

Danke Mo! Du hast eine warme sanfte liebe Stimme... dich zu hören tut gut gibt Ruhe und mir Kraft. Das Gedicht war schön. Ein wenig versteh ich und trifft es zu...

Eine gute Nacht für dich...

Liebe Grüße Doris

Ich werde versuchen heute Nacht egal was ist nicht zu schreiben!

Danke Mo das du da bist!

17.7. 23:15

Mo ich weiß warum du das tust das hast du mir erklärt. Aber wie kannst du das ertragen? Wie kannst du dir immer wieder so schlimme Dinge anhören? Wie immer wieder das "Gejammer"? Woher nimmst du die Kraft? Wie kannst du trotz diesem Wissen Menschen noch mögen? Wie noch an das Gute glauben? Gerade du, jemand der das schon so lange macht weiß das es immer Menschen geben wird die so etwas schreckliches tun! Und zumeist ungestraft... Wie? Wie schaffst du das? Wer bist du?

Doris

Übrigens... hab eben ne Banane gegessen.☺

18.7. 02:37

Kann das nicht mehr! Es ist zuviel... bitte ich möchte schlafen. Bin so müde... der tut mir so weh macht die Bilder Träume quält mich damit ...!!! Der ist doch böse! Muss raus aus mir! Bitte Mo hilf mir! Hilf mir zu schlafen! Bitte

Doris

18.7. 05:18

Mo bitte bitte hilf mir! Es soll aufhören! Alles! Halte das nicht länger aus! Bitte muss schlafen...

Mo bitte...

Doris

18.7. 7:31

Guten morgen Mo,

nicht dieser Jim macht das sondern die Bösen sind in mir! Die machen mir die Schmerzen sagen Schlimmes...

Nun weiß ich warum die immer alles wissen... verstehst du? Bitte hilf mir! Mach die raus!

Doris

Wird keiner helfen?

18.7. 8:44

NEIN, Doris, es gibt nur Ichs in dir. Die Bösen sind Männer außen – aber sie haben in all den Jahren einzelnen Ich eingeredet, sie seien selbst Täter. Ich weiß, daß es so ist – weil solche Täter das oft versuchen. Es stimmt zwar, daß solche Ichs die Täter über etwas informieren, per Handy (deswegen wird dir/euch das Handy auch immer wieder zurückgegeben) – aber es sind nicht die Bösen selbst. Es sind Ichs.

Es haben mir andere schon angedeutet, daß es die gibt... aber so wie du es sagst, ist es leider eine Betätigung.

Wir werden noch drüber reden (schreiben).

Ich muß jetzt frühstücken und dann gehen, für 2–3 Stunden etwa so. Wollte dir das nur schnell schreiben.

Es geht weiter, trotzdem. Verlier die Hoffnung nicht. bitte. Das GUTE lebt und geht nicht unter.

18.7.

Nein Mo!!!! Die Bösen sind in mir drin! Glaub mir doch bitte... ich höre es genau! Ich erkenne die Stimme auch wie er redet die Wörter das Böse alles!!! Und er tut mir so weh!!!! Bitte helfe mir den aus mir raus zu machen! Bitte... der wird nicht aufhören!!!

Doris

18.7.

Nein, Doris, es ist wirklich so, wie ich sage. Aber genau das, daß sie "in euch drin sind", das sagen die Täter schon den Kindern (als Opfer), immer wieder, und deshalb "erkennt" ihr die Stimmen genauso, wie ihr andere Erinnerungen wiedererkennt. So, wie du im Spiegel auch deinen 12jährigen Körper erkennst – obwohl er gar nicht mehr da ist.

Es ist ganz wichtig, daß du das verstehst – denn das ist der wichtigste Lügentrick der Täter.

Durch den erreichen sie, daß niemand sich traut, sich zu befreien.

Weil ja alle anderen Ichs denken, die Bösen sind sowieso immer in uns!

Und die "Täterintrojekte" (das sind die Ichs, die glauben, sie sind Mitarbeiter der Täter) wissen selbst nicht, was sie sind. Es ist das, was man "Gehirnwäsche" nennt.

Glaub mir, bitte. (Aber wir werden noch oft darüber austauschen.)

18.7.

Mo warum glaubst du mir bloß nicht???? Der hört nicht auf... muss raus aus mir!!!

18.7. 14:25

Doris, ich glaub dir dein Gefühl, deinen Eindruck. Und ich will ja auch, daß "das" raus aus dir kommt. Aber das wird nur möglich, wenn du – und andere Ichs – verstehen, wer da innen sich so verhält. Und das sind eben Ichs, welche von euch, die als Kinder belogen und übertrickst wurden.

Solange du (und die andern) diese Ichs mit den äußeren Tätern verwechselt, so lange sind die äußeren Täter geschützt!! Alle Verantwortung liegt dann auf den Täterintrojekten (den Ichs, die

Wird keiner helfen?

sich als Täter fühlen). Das ist toll für die Täter!

Genau deshalb sagen sie, es wird immer so weitergehen – weil sie sicher sind, daß ihr nie auf den bösen Trick kommt.

18.7. 14:32

Deine Mail von abends – du hast ne Banane gegessen – !!!!

Wer bin ich? Ich bin einfach nur ein Mensch von vielen... einer von den vielen, die versuchen, etwas Gutes auf der Welt zu machen. Denen es nicht auf Geld oder Macht ankommt, sondern die etwas wegen der Liebe machen, die sie einfach in sich haben. Es gibt viele davon (sicher nicht die Mehrzahl der Menschen!).

Ich weiß, daß vieles Böse auf der Welt ist – und immer war. Aber da ich nicht Teil des Bösen sein will (und nie wollte, schon als Kind nicht), muß ich versuchen, etwas zum Guten beizutragen. So einfach ist das. – Es gibt nix drittes. Nur einfach so leben und Geld verdienen und Geld ausgeben ... wäre mir zu langweilig. Ich interessier mich eigentlich nur für etwas: nämlich für Menschen. Und suche in allen das Gute...

(Trotzdem hab ich auch schon viel Mist gemacht im Leben, Menschen nicht gut behandelt, sie seelisch verletzt. Nicht bewußt, aber das passiert manchmal – wir alle müssen erst lernen, gut miteinander umzugehen.)

So irgendwie ist es.

18.7.

Mo warum verstehst du mich denn nicht? Die machen böses in mir drin mit mir! Die sind da! Wirklich! Das bilde ich mir nicht alles ein! Ich verstehe den genau... !

Wie bekomme ich die raus? Bitte dieses GefühlsChaos und die noch dazu ich kann wirklich nicht mehr... bitte hilf mir

Doris

18.7.

Es sind Ichs, in dir. Ich kann dir nichts anderes sagen. Menschen sind nicht in anderen Menschen drin. Und es gibt keine "Sendeanlagen" in den Köpfen drin.

Täter behaupten das immer genau so. Leider. Ich hab's dir erklärt. – Du bist dir nur deshalb so sicher und glaubst mir nicht, weil die Täter dir und allen andern Ichs das seit 30 Jahren so eingeredet haben, seit eurer Kindheit.

Vielleicht kannst du noch ein bißchen Vertrauen zu mir haben. Ich würde es dir nicht sagen, wenn ich es nicht wissen würde von anderen Betroffenen und aus Fachbüchern von Therapeutinnen, die damit seit vielen Jahren arbeiten.

Auch die Psychologen in der Uniklinik können dir das sagen.

Alison Miller, eine der wichtigsten Therapeutinnen auf dem Gebiet, schreibt: *"Viele Täter schaffen sich selbst im Inneren. Ein Kind wird z.B. so lange gefoltert, bis ein Anteil entsteht, der bereit ist, der Täter zu >sein< in der inneren Welt, und jeden an den Schmerz, den die Täter zugefügt haben, zu erinnern."* Ich könnte dir noch viel, seitenweise vorlesen, welche Tricks Täter anwenden, um ihre Opfer zu belügen!

Wird keiner helfen?

Du und ihr alle müßt unterscheiden lernen zwischen innen und außen. Die Täter, die Bösen sind außen. Alles, was innen ist, gehört zu deinem Körper, zu euch, zu dir, zu M.M. Es ist nicht böse, sondern höchstens solange betrogen und gefoltet worden, bis es nicht anders kann, als sich böse zu verhalten.

18.7.

Danke!

Dein Satz das es dir nicht auf Geld und Macht ankommt den finde ich super! Ich denke Geld braucht man schon zum Leben aber wichtig im Leben sind andere Dinge! Ich möchte auch mal so leben... ob ich etwas Gutes dazu beitragen kann weiß ich nicht? Würde ich natürlich gern.... Aber dann wahrscheinlich anders... den Menschen "die Augen öffnen" ? Zum Leben! Was Leben ist für mich zum mindest... verstehst du?

Warum interessierst du dich für Menschen nicht zum Beispiel für Technik? Was fasziniert dich daran so sehr? Falls ich das fragen darf.

Doris

18.7.

"Den Menschen die Augen öffnen" – ja, natürlich versteh ich das. So sehe ichs auch. Nicht jede und jeder soll gleich Therapeut werden – aber dieses den-Menschen-die-Augen-öffnen ist die Voraussetzung, daß in der Öffentlichkeit Hilfen entstehen.

Mich "fasziniert" nichts an den Menschen, ich hab sie einfach lieb. Nicht jeden! Aber "die" Menschen. Es entsteht so vieles in ihnen, Gutes und Schlechtes, ja, aber im Grunde, im tiefsten Innern wollten sie alle was Gutes. Und suchen danach. Bis auf die paar, die so kaputt gemacht worden sind, so zerstört und verbrecherisch, daß nur noch das Böse in ihnen lebt. Die Mörder der Nazis. Und die Täter, die du erleiden mußt. Und noch andere. Solchen "Menschen" kann ich nur den Tod wünschen.

18.7.

Also bin ich selbst das Böse?

18.7.

Nein, das Böse sind die Täter draußen, die einzelne Ichs belogen, betrogen und so gefoltet haben, daß sie so geworden sind. Ich habs dir doch geschrieben. –

Wenn ein Mensch jemanden töten will und dazu ein Messer benützt, dann ist der Mensch schuld, nicht das Messer.

Und wenn Täter ein hilfloses Opfer, ein Kind dazu zwingen, ein anderes Wesen zu töten, dann sind nur diese Täter schuld. Das Opfer ist wie das Messer, das benutzt wird. Es kann sich nicht wehren.

Und auch diese "Täterintrojekte" in euch sind Opfer. Sie sind verwirrt und belogen worden. Sie denken, es gibt keine andere Möglichkeit. – Woher sollten sie was anderes denken? Niemand hat es ihnen gezeigt. Und deshalb müssen wir auch sie versuchen zu erreichen.

Wird keiner helfen?

18.7.

Also lügen die? Und die Bösen in mir sind genau wie ich nur ein Teil? Aber warum sollten die dann so böse zu mir sein? Was habe ich getan? Warum tun die mir so weh? Warum verhalten die sich so?

Ich verstehe das glaub ich nicht... entschuldige...

18.7.

Doris, es ist extrem zu verstehen, ich weiß. Da ist sowieso schon die Verwirrung über innen und außen, wie sie bei allen Multis besteht – und dann noch sowas. Wir können noch oft drüber schreiben und reden –

Nein, sie lügen nicht. Auch diese Ichs sind wahrscheinlich ehrlich. Aber sie wissen es nicht anders! Sie glauben es selbst so, wie sie es sagen! Es war "Gehirnwäsche". Ihr Denken ist so verwirrt worden (und zwar schon in der Kindheit), daß sie nichts anderes gelernt haben. Denk an irgendeine Schule – da sind kleine Kinder und vorne stehen Lehrer.. die könnten den Kindern doch auch so ziemlich alles erzählen, und die werden es glauben. Kinder glauben Erwachsenen!

Und hier ist es alles viel schwerer, denn das alles wird nicht mit Noten oder mal mit einer Strafarbeit bewertet, sondern es wird durch schlimme Folter erzwungen. Bei Kindern! – Ist doch klar, daß die gar nichts anderes lernen können, als was diese Täter in sie hineinzwingen. Sie haben Aufgaben von den Tätern bekommen. Wieso sie jetzt konkret dir wehtun, weiß ich nicht. Du könntest sie fragen! Sie könnten auch mit mir mailen und es mir sagen, damit wir drüber reden, sie und ich. – Wir sollten unbedingt versuchen, mit ihnen ins Gespräch zu kommen. Sie sind keine Täter.

18.7.

Genial getroffen... oder?

[Foto von Amelie]

18.7.

Ein tolles bild!!!!

18.7.

Nein ich möchte kein Therapeut werden. Niemals! Ich haben großen Respekt vor denen die es können... Aber ich? NEIN! Ich stelle es mir anders vor. Vermutlich viel zu einfach? Zu kindlich? Aber ich sehe so viel... wo ich mich ständig frage, warum? Es beginnt bei kleinen Sachen... zb. Warum muss man seine Kinder anschreien? Warum beschimpfen?

Es tut mir leid ich respektiere dich und möchte dich nicht in Frage stellen. Aber wie kannst du Menschen "lieb" haben? Gerade sind wir auf dem Spielplatz. Ich schaue mich um.. ich sehe nur Egoismus... Menschen mit Bierflaschen und Zigarette und Handy. Gut ich jetzt im Moment auch. Aber ich spiele gleich wieder mit Amelie... die anderen lassen die Kinder allein! Alles Menschen

Wird keiner helfen?

die ich nie lieb haben könnte und möchte! Ach und dazu noch schwanger! Tut mir leid diese Welt, so gefällt mir nicht... die verpassen doch alles! Weißt Du was ich meine? Doris

18.7.

Doris, das geht mir haargenau so wie dir, diese Beobachtungen in der Öffentlichkeit!!!!
Ja, vermutlich die Mehrheit der Menschen ist oberflächlich, gedankenlos.. – aber das hat natürlich mit der Menschenwelt zu tun, in die wir hineingeboren werden. Konsum, oberflächliche Medien, Geld als Heiligtum, – das alles. Arbeitslosigkeit, keine Perspektiven für junge Leute. Es ist auch für mich SCHRECKLICH, immer neu. Aber: soll ich mich umbringen? Ich könnte es wohl nicht aushalten, wenn ich nicht mit allem, was ich tue, DAS ANDERE stärken würde, es zumindest versuchen würde – das es eben auch gibt. Es gibt dieses Andere, es gibt diese anderen Menschen – und es lohnt sich (für mich), in allen Begegnungen um dieses Gute zu kämpfen, zu versuchen, etwas mehr davon herauszulocken...
Ach! so sieht mein ganzes Leben aus (wie gesagt, abgesehen von dem Mist, den auch ich gemacht habe!!)

18.7.

Mo es tut mir leid ich versuche wirklich dich zu verstehen. Aber kann es nicht. Jetzt tun mir die blöden Schweine in echt nicht weh weil die kleine hier ist. Also wäre es doch mal gut! Aber warum tut mir dann mein eigener Körper weh? Die blöden Gefühle die ich nicht zuordnen kann die mich kaputt machen und jetzt macht mich von innen heraus jemand von mir selbst kaputt!? Warum? Wenn das so richtig ist möchte ich das verstehen! Denn nur wenn ich es verstehe habe ich etwas wogegen ich kämpfen kann. Verstehst du?

Doris

18.7.

Natürlich verstehe ich, daß das VERSTEHEN dir Kraft gibt, gegen etwas zu kämpfen (oder auch, es erstmal auszuhalten). Aber ich hab's dir so genau gesagt, wie es nur geht. Trotzdem ist klar, daß sich alles in dir sträubt, es zu glauben. Das würde jedem so gehen!
Ich sehe nur die Möglichkeit, daß du etwas Geduld hast mit dir und uns. Wir können weiter drüber reden. In ein paar Tagen, wann du willst. Diese neuen Informationen müssen erstmal ankommen in dir.

18.7.

NEIN Mo! Nicht umbringen!

Ja ich denke ja auch das es sich lohnen wird sich für etwas einzusetzen. Aber dafür werde ich niemals Menschen als Ganzes lieb haben! Das ist der Punkt den ich nicht verstehe... und ich denke aber auch das Gute die Menschen die es besitzen die muss man suchen. Denn die meisten Menschen sind vergiftet, nicht gleich böse. Aber vergiftet...

Du hast doch mal zu mir gesagt das du mich auch lieb hast. Dann hat das doch gar keine Bedeutung!

Doris

Wird keiner helfen?

Oh ach und du hast Mist gemacht?

18.7.

Ja, natürlich, das mein ich auch: die meisten Menschen sind mehr oder weniger vergiftet. Nein: wir alle sind mehr oder weniger vergiftet. Ein bißchen sicher jeder. Wer könnte sich ausnehmen davon? Ich zumindest auch.

Menschen als ganzes liebhaben... das IST schwer, ja. Petra und ich merken es immer wieder. Wir sind 10 Jahre zusammen, und trotz der Liebe füreinander (die immer klar ist), trotz des Verständnisses füreinander, um das wir uns immer wieder bemühen müssen – gibt es Momente, in denen wir einander soo fremd sind, uns wirklich "zum kotzen finden". Nur Momente – aber wo ist da die Liebe? Wir sind auch keine Heiligen... aber wir verstehen das mittlerweile auch. Weil auch wir unsere Verletzungen haben (seelisch), uns schützen müssen. Und dadurch kommt dann auch mal Lieblosigkeit.

Sehr schwer. Aber die Hauptsache ist, es zu wissen und sich immer wieder neu zu bemühen. Wieso hat es keine Bedeutung, wenn ich sag, daß ich auch dich lieb hab. Doch, ich hab dich lieb – und das hat Bedeutung. Auch wegen dir ist es so, daß mir das liebhaben Kraft gibt, Geduld zu haben, Rücksicht zu nehmen, noch genauer hinzuhorchen bei dem, was du schreibst...

18.7.

Und ich kann wieder nichts dagegen tun? Mich nicht wehren? Das ist doch Scheiße!

18.7.

Du kannst nicht hier und heute was dagegen tun. Aber indem du dich auf diese Aufgabe einläßt – Kontakt zu bekommen zu denen, oder auch zu anderen Ichs, die du informieren kannst. Und in der Uniklinik dann darüber zu informieren und vielleicht kann das Thema in der Therapie sein, die sie dir (euch) dort anbieten werden.

Und kannst in dir das Verständnis wachsen lassen. Bei allem Schlimmen, was diese Täterintjekte tun, versuch, das Gute dageganzusetzen: nämlich daß sie zu euch gehören. Es geschieht alles in EINEM Kopf – es gibt Verbindungen zwischen denen und dir, von denen ihr noch nichts wißt. Und was du lernst, lernen über Umwege auch die anderen. Das kann man nicht beweisen, aber das ist meine Erfahrung mit Multis!

So ist es immer mit Menschen: es dauert Zeit bis sich was ändert. Es ist Wachstum. Auch ein Baum braucht Zeit, um stark zu werden.

18.7.17

Ich muss mal sagen ich finde es total cool wie du schreibst! Du bringst mich zum schmunzeln... Nun ich weiß nicht wie es ist zu lieben... ich merke es an der kleinen... sie bringt mich dazu Dinge zu tun dich ich eigentlich nicht möchte sie kommt setzt sich einfach so auf meinen Schoß und fängt an zu kuscheln braucht dann eben gerade meine Wärme meine Nähe und obwohl ich nichts empfinde ich gebe es ihr. Aber so in etwa stelle es mir vor. Wenn es ehrlich ist... das man nicht darüber nachdenken muss man ist einfach man selbst. Ich weiß nicht aber ich glaube das was ich mit lieben meine hat nichts mit Sex zu tun. Vermutlich bin ich nicht zu verstehen.?

Wird keiner helfen?

Ich meinte es anders. Wenn du doch die Menschen allgemein lieb hast dann hat es keine Bedeutung wenn du es zu mir sagst. Schau ich habe ich habe dich lieb nur zu dir gesagt und fühle es auch für keinen anderen Menschen. Das hat wie ich finde eine sehr große Bedeutung. Weißte wie?

Doris

18.7.

Doris, mal grundsätzlich: Liebe und Sex ist für mich zweierlei – zwei völlig unterschiedliche Sachen. Und Sex mag ja für sehr viele Menschen sehr wichtig sein, für mich ist es das nicht. Hat natürlich auch Gründe. – Sicher ist es schön, wenn beides zusammenkommt zwischen zwei Menschen – aber darum geht es jetzt nicht. Wenn ich von LIEBE spreche, meine ich nichts als das. Es geht nicht darum, was dann Menschen miteinander "machen". Bei uns zeigt sich dieses Gefühl, dich liebzuhaben, durch unseren Austausch hier, all das Ehrliche, Tiefe, Zugewandte, wie ich dich als Persönlichkeit kennenlerne ...

Mit Sex hat das (wegen dir) natürlich überhaupt nichts zu tun.

Die Menschen allgemein liebhaben ... das ist dieses Grundgefühl, die Suche nach Gutem, Schönem in Menschen ... egal wem, auch wenn ich mal mit ner Verkäuferin oder einem Briefträger ins Gespräch komme und es fühlt sich schön an, ehrlich, zugewandt, – dann lebt darin mein Gefühl, "die" Menschen liebzuhaben.

Aber manchmal entsteht eben aus so einem Moment, so einer Begegnung mehr – es wächst etwas – die Zuneigung, das Strahlen, die Freude, das alles.– Das Kennenlernen wird zu etwas eigenem, was nur mit diesem einen Menschen so ist. Da sammelt sich dann das Gute des Menschseins in einer ganz persönlichen Weise in einem Menschen, oder vielmehr in einer Begegnung mit jemandem.....

Sowas passiert mir nicht alle Tage, nein! Sondern nur sehr selten. Das Gefühl: das könnte vielleicht ein Mensch werden, der mit meinem Leben zu tun hat, den ich in meinem Herzen bewahren möchte... so irgendwie.

Und so ist es bei mir wegen dir. Etwas sehr besonderes!

PS: Ja, auch ein schönes Bild! Amelie wirkt wirklich sehr autonom, bei sich – gesund! – Und Benny.. ja.. ich hab schon ein Bild von ihm; konnte früher mit Meerschweinchen ja nix anfangen, aber seit ich mal ne Zeitlang eins in der Wohnung hatte, hat sich das geändert. Jetzt find ich sie total süß!

18.7.

Ich finde deine Sichtweise schön. Und ich sag es gern zu dir weil's wahr ist... ich hab dich lieb!
Doris

18.7.

Schade ist, wenn du viel früher da gewesen wärst du hättest mich beschützt! Mir wäre nichts passiert. Da bin ich mir sicher...! Leider waren nur die falschen da...

Wird keiner helfen?

18.7.

Danke, daß du Vertrauen hast du mir, daß du mich lieb hast, daß du da bist!

Ja, ich hätte dich beschützt – wenn ichs damals erfahren hätte. Aber damals gab es noch keinerlei öffentliches Wissen dazu. Jetzt schon ein bißchen! – Und das ist vor allem den Überlebenden zu danken, die etwas davon nach außen bringen konnten. Wie du sagst: Den Menschen die Augen öffnen..

Doris, ich muß jetzt mal was essen, ok? Bis später (heute abend noch, und du kannst natürlich wieder anrufen)

18.7.

Oh, entschuldige...

18.7.

Mußt dich doch nicht entschuldigen.. ! Wenn ichs dir nicht sage, kannst du's ja nicht wissen..

18.7.

Darf ich dich noch was fragen?

18.7.

Ja, klar!

18.7.

Danke.

Hoffentlich findest du es nich all zu blöde...

Wir haben vom liebhaben gesprochen. Der eine Mann sagt das doch immer zu mir... wo ist der Unterschied? Das was er macht ist doch Sex? Du sagst es zwei verschiedene Sachen...

Wie ist liebhaben denn dann? Wird Sex immer so sein? ... is zu blöde?

18.7.

Doris, jeder Mensch kann ja mit den Wörtern umgehen, wie er will. Kann ihm keiner verbieten. – Es gibt Menschen, die glauben nur an Sex, halten Sex für die wahre Liebe, andere denken, Sex zerstört die Liebe. Es gibt Menschen, die meinen mit Liebe vor allem das, was sie selbst spüren – und andere meinen damit nur, daß sie geliebt werden wollen. Oder daß sie Sex wollen mit jemandem. Das ist sehr häufig! Auch bei Frauen übrigens. Manche davon reden sich das selbst ein – und andere sagen es nur als Trick, damit das Gegenüber sich drauf einläßt.

18.7.

Nein Mo ich meine es anders. Ich möchte wissen was es ist! Wie ist liebhaben? Du sagst liebhaben und Sex sind zwei verschiedene Dinge. Aber der Mann sagt hat mich lieb und macht Sex.

Wird keiner helfen?

Ich sag mal wie ich mir liebhaben vorstelle. Ich denke wenn ich wen lieb habe dann möchte ich ihm nah sein. Gedanken tauschen über alles sprechen können. Klingt jetzt doof weil ich's nicht kann aber denjenigen auch umarmen oder kuscheln oder wie mit Amelie einfach nur daliegen... fröhlich sein usw. ... doch das kenne ich alles nicht. Ich kenne nur diesen Sex. Wird Sex immer so sein?

????

Doris

18.7.

Du meinst also nicht die Wörter, sondern die Gefühle selbst – "Sex" oder "Liebhaben"?
Meiner Meinung nach hast du völlig recht in deiner Vorstellung: So kann liebhaben sein, so kann auch Sex sein. Zu Sexualität (im biologischen Sinn) gehört auch dieses Gefühl, was dir dieser Mann aufgezwungen hat ("Orgasmus"). Das kann auch zwischen zwei Menschen entstehen, die sich liebhaben und die es gemeinsam wollen! Das alles kann sein, aber es muß nicht sein. Wenn zwei Menschen es gut miteinander meinen, nehmen sie Rücksicht auf das, was die oder der andere möchte. Wollen nicht nur ihre Bedürfnisse durchsetzen. Und dann kann sehr vieles Verschiedene entstehen im Sex. Aber sie haben es gemeinsam entschieden und gewollt!
Und natürlich kann zum Liebhaben mehr oder weniger körperliche Nähe gehören – je nachdem, wie die beiden, die sich liebhaben, es wollen. (Oder gar keine körperliche Nähe eben auch.)
Das Wichtigste ist nicht, was genau geschieht, sondern das wichtige ist, daß BEIDE es gemeinsam wollen. Sonst ist es kein liebhaben, und der Sex ist dann nur sexuelle Gewalt!
So sehe ich es.

18.7.

Ach Mo! Was aber ist denn nun nur liebhaben?

18.7.

Ich glaube Du verstehst mich nicht. Viele sagen zu mir die haben mich lieb machen dann aber Sex tun mir sehr weh und eben du. Doch du hast alle Menschen lieb. Deshalb möchte ich wissen wie und was liebhaben wirklich ist. ? Wie es wäre wenn es jemand zu mir sagen würde und es ehrlich meint. Es sagt wegen mir! Verstehst du jetzt was ich meine?

18.7.

Gefühle sind keine Gegenstände wie ein Stuhl oder ein Teller, wo man sagen kann, wie er "wirklich" ist. Gefühle sind verschieden – jeder Mensch ist verschieden in seinen Gefühlen. Wir Menschen können nur Erfahrungen sammeln mit uns selbst und dann mit anderen Menschen – und dann mit der Zeit spüren: mit diesem Menschen möchte ich mehr Nähe, das tut mir gut – oder das tut mir nicht gut. Was dir jemand sagt, ist nur ein Moment davon. Sagen kann man viel. Wichtiger ist, selbst zu spüren, ob dir etwas gut tut.

So, wie das mit uns war, so ist es mit dem Kennenlernen von Menschen (wenn du FREIWILLIG mit ihnen zu tun hast). Es ist ein ausprobieren und merken: etwas tut mir gut oder etwas tut mir nicht gut. Wenn mir etwas nicht gut tut, zieh ich mich zurück. Mach ich Abstand. Und vielleicht

Wird keiner helfen?

reagiert der (oder die) andere so darauf, daß sie etwas einsieht, etwas anders macht – oder nicht.

Das ist in Freundschaften genauso wie zwischen Arbeitskollegen, oder wenn es um Liebe geht, oder wenn Sex im Spiel ist.

Es sollte so sein!! – Aber du hast durch diese ganze Hölle der Tätergewalt kaum etwas davon bisher lernen können, leider!

"Nur liebhaben"? Ist einfach dieses Gefühl. Du hast es doch zu mir auch gesagt: ich hab dich lieb. Das ist es. Was wir draus machen, das ist unsere gemeinsame Sache. Es gibt ein paar Menschen in meinem Leben, die hab ich lieb und ich weiß, daß sie mich auch liebhaben. Und doch machen wir garnichts miteinander! Es sind Frauen, mit denen ich früher mal zusammen war – jetzt leben wir ein ganz verschiedenes Leben, – aber wenn wir mal voneinander hören, einmal im Jahr oder noch seltener, dann spüren wir beide, daß wir uns liebhaben, noch immer. Und das ist ok so. Wir wollen nicht mehr miteinander machen.

So kann es also auch sein!

18.7.

Mo darf ich dich bitte anrufen damit du dann deine Ruhe hast... bitte

Doris

18.7.

Ja, das kannst du gerne!

18.7.

Danke für lange Antwort aber es erklärt es mir noch immer nicht... kannst mal sehen wie dumm die mich gemacht haben! Nicht mal so was einfaches weiß ich. Das macht mich traurig.

18.7.

Hab Geduld mit dir! Du lernst so viel, bist so klar in deinem Denken und Fühlen. Sie haben dich nicht dumm gemacht – sondern nur verhindert, daß du damals lernen konntest. Aber du kannst es nachholen. Bist ja schon dabei!

Bis Morgen.

Mo

[Telefonat, bei dem ich u.a. ein Gedicht vorgelesen habe; Merle & Co. sind ja mutistisch.]

18.7. 20:47

Danke Mo! Das Gedicht war schön aber mir kamen Tränen weil ich eben gerade gar nicht mehr leben möchte.... ☹

Auch wenn ich das mit dem liebhaben nicht verstanden habe ich sags eben anders... es ist schön das du da bist du tust mir gut gibst mir dennoch Kraft und ja trotz allem umarmen wahrscheinlich nicht aber ich wäre dir gern sehr nahe...! Danke Mo

Doris

Eine gute Nacht für dich...

Wird keiner helfen?

18.7. 22:41

Mo hab versucht zu schlafen hab mir vorgestellt du bist mir nah und sprichst mit mir. Das gibt mir Ruhe und nimmt etwas die Angst. Doch die machen Träume so schrecklich... Tun dem Körper weh... sind so furchtbar laut und böse! Lassen mich nicht schlafen... quälen mich. Die machen das also schon die ganze Zeit? Warum schreien die mich jetzt erst an? Du weißt so viel bitte hilf mir und lass das aufhören! Alles! BITTE! Es muss aufhören! Nur schlafen und keine Angst
Doris

19.7 01:47

Mo habe versucht doch die hören nicht auf! Wollen das ich Schmerzen habe! Wenn die mir so schlimme Schmerzen machen können warum töten die mich dann nicht endlich? So müde...

19.1. 04:17

Bin so müde. Bitte Mo helfe mir. Tun mir so weh. Das böse muss raus aus mir! Jetzt es muss aufhören alles muss aufhören! Will alles nicht mehr! Will Ruhe endlich schlafen! Bitte hilf mir Mo bitte! Merle

19.1. 6:21

Angst! Die bösen sind in mir drin Mo tun böses mit mir! Ich verdiene es nicht anders ich verdiene es nicht anders ich verdiene es nicht anders! Hilf mir bitte! Sollen aufhören muss schlafen so müde Angst helfe mit bitte Mo! Ich bin doch lieb. Bitte bitte mach das es aufhört! Müde

19.7. 9:05

Doris, die Täterintrojekte (also die Ichs, die dir wehtun) haben gemerkt, daß du wirklich Widerstand leistest. Deshalb haben sie Angst, daß SIE bestraft werden wenn sie ihre "Aufgabe" nicht erfüllen, für die Täter einzustehen. – Sie versuchen dich jetzt auf dieselbe Weise zu unterdrücken, wie es damals die Täter gemacht haben mit ihnen. Sie sagen dir, "du verdienst es nicht besser" – genauso sind die Täter früher mit den Kindern umgegangen.
In der Zeit, in der die Täter wirklich Gewalt ausüben, haben diese Introjekte keinen Grund, so hart aufzutreten – weil ja dann die wirklichen Täter da sind. Jetzt aber sehen sie sich als deren Stellvertreter, und da wollen sie unbedingt diese Aufgabe erfüllen – aus Angst.
Es sind aber trotzdem vor allem Erinnerungsschmerzen, was du spürst.
Ich geh jetzt einkaufen, nachher bin ich wieder hier.

19.7. 10:00 Doris

Guten morgen Mo,
Schon ganz schön cool die kleene...?
[Amelie-Foto]

Wird keiner helfen?

19.7.

Guten Morgen Doris, – danke für das Bild! – Geht es dir gut?

19.7.

Meinst du die Frage ernst?

19.7.

Entschuldige – ich muß das erklären. Dir ging es nachts so schlecht wegen der Introjekte, und ich hab dir um 9h früh, vor einer Stunde, eine lange Mail geschrieben deshalb. Und als jetzt deine Mail mit dem Bild kam, war ich unsicher und dachte, daß du (von gestern und heut nacht) es nicht mehr ausgehalten hast und die Erinnerung an die schlimme Nacht abgespalten (dissoziiert) hast.

Verstehst du mich? Deshalb die etwas blöde Frage.

19.7.

Nein Mo, keine blöde Frage etwas sarkastisch...

Hab keine Mail heute noch nicht bekommen. Und leider hast du noch immer mich am Hals! Tut mir leid...

Doris

19.7.

Siehst du, so meinte ich es gestern mit dem kennenlernen, was Zeit braucht ... weil nämlich meine Frage nicht "sarkastisch" war, sondern unsicher.. ich wollte vorsichtig nachfragen – aber das geht persönlich, wenn wir einander anschauen, einfacher. Dann spürt das Gegenüber, wie es gemeint ist, auch am Gesichtsausdruck. Per Mail geht das natürlich nicht.

Du hattest nachts ein paar verzweifelte Mails geschickt, unter anderem diese: (...)

Und ich hatte um 9h heute morgen das hier geantwortet: (...).

Doris, ich habs dir gesagt und es gilt auch: ich möchte dich sehr gern weiter unterstützen, damit du irgendwann befreit bist und ein freies Leben leben kannst. Es ist kein "auf dem Hals haben".

19.7.

Danke! Und entschuldige. Es ist nur so das ich mir selber auf die Nerven gehe... mir selber zu viel bin! Deshalb nehme ich wahrscheinlich an dir geht's auch so mit mir.?

Du sagst Erinnerungsschmerzen. Wie meinst du das? Ich fühle es doch wirklich! Rücken! Kann kaum laufen... wie ein Pinguin.. ha ha...!!!

Versuche mit den Bösen in mir zu reden. Doch ich glaube das macht die nur noch böser! Kann das nicht verstehen... tu nichts schlechtes! Bin doch lieb! Kümmere mich lieb um die kleine! Pass auf sie auf spiele kuschel mit ihr! Auch wenn's mich triggert... warum lassen die mich nicht in ruhe?

Doris

Wird keiner helfen?

Ach und ich versuche dir nachts nicht zu schreiben aber ich kann nicht anders. Es ist dann immer so viel Wut und Verzweiflung in mir. Und wenn ich dir schreibe dann hab ich das Gefühl es wem gesagt zu haben...

19.7.

Ich bin froh, daß du trotz all dieser neuen Verwirrung es aushältst und weiterkämpfst!! Ja, die unbedingte Suche nach Verstehen ist deine Form des Kampfes, jetzt.

Das versteh ich, daß du dir zuviel bist und das auch von mir denkst. Für mich ist es ja viel einfacher, weil ich all das Schreckliche nicht erleben muß. Ich hoffe, ich kann dir ein bißchen von der Kraft abgeben, die ich habe. Und selbstverständlich kannst du auch nachts schreiben. Ich lese es zwar erst am Morgen, aber ich nehme diese Mails genauso ernst wie alle anderen, und auch sie helfen mir in einzelnen Formulierungen, etwas besser zu verstehen. Es stimmt: sie sind Botschaften an mich – und du weißt, daß ich sie ernstnehme, daß du nicht ganz allein bist. Und auch: wenn du nachts diese Mails schreibst, erinnert es dich dran, daß es einen Morgen gibt, an dem ich wieder antworte, an dem wieder etwas anderes leben kann, wieder neue Schritte in die Zukunft.

Jetzt deine Fragen. – Jeder körperliche Schmerz ist eine Botschaft aus dem Körper ans Gehirn: da ist eine Verletzung oder Krankheit. Auch die schlimmen Schmerzen, die die Täter an deinem Körper verursachen, werden als Botschaft ans Gehirn geleitet (in den Nerven). Aber weil sie so schlimm sind und so ungerecht, so böse, deshalb kann das Gehirn sie nicht verarbeiten. Diese Botschaften der Nerven bleiben drin im Gehirn – und das ist die Erinnerung. Genauso wie wir uns an ein Bild oder Musik oder einen Menschen erinnern, so bleibt auch der schlimme Schmerz, der nicht verarbeitet werden kann, im Gehirn drin. Das ist Erinnerungsschmerz. Daß du versuchst, mit den Introjekten zu reden, ist sehr gut. Für das, was sie gelernt haben, machst du etwas Falsches und Gefährliches, nämlich weil du eine eigene Meinung hast, weil du NEIN sagst zu den Tätern, weil du befreit sein willst. Aber sie werden hoffentlich merken, daß da etwas Neues geschieht – werden vielleicht neugierig werden. Denn eigentlich sind auch die nicht glücklich. Nur kennen sie bisher keine andere Möglichkeit, als den Tätern zu folgen. Versuch auch immer, ihnen zu sagen, daß sie mir mailen können und mir sagen können, was der Grund ist für ihre Wut. Wenn sie das machen, könnte ich anfangen, ihnen etwas zu erklären.

19.7.

Ja ganz genau so meine ich das! Dann weiß ich das du wieder da sein wirst! Und das gibt mir Kraft nicht aufzugeben...

Ok verstehe ich. Aber ich möchte mich doch nicht daran erinnern!

Oh doch! Die sind sehr glücklich! Die quälen mich! Das macht die so super glücklich!

Ja Mo ich sage denen von dir... aber ich glaub das ist nicht so gut.?

Doris

19.7.

Doris, wie du mit dieser Situation umgehst (also der Aggression der Täterintrojekte), mußt du entscheiden, denn du mußt es aushalten, ich nicht. – Aber es ist ja so: diese Ichs haben gelernt,

Wird keiner helfen?

daß es nur die Täter gibt als Orientierung. Für sie gibt es keine andere Welt, keine Welt aus Frieden, ohne Gewalt! Du oder die Merle-Mama, ihr wißt von der anderen Welt – diese Ichs nicht. Deshalb ist der erste Schritt, um etwas zu verstehen, für diese Ichs, daß sie merken; es gibt etwas anderes! Da ist jemand, der anders ist als die Täter (ihre bisherigen "Herren"). Der sie auch anders behandelt, nämlich nett mit ihnen spricht, nicht böse, hart, ohne Gewaltandrohung. Der sie ernstnimmt, der sie verstehen möchte.

Diese Täterintjekte sind nicht glücklich, sie fühlen sich nur im Einklang mit ihren "Herren". Sie haben jemanden (dich), den sie böse behandeln können – deshalb werden nicht sie selbst böse behandelt. Diese Art von Glück ist es.

Wenn du ihnen von mir erzählst, werden sie erstmal extrem wütend sein. Aber versuch, ihre Wut auf mich zu lenken. Wenn sie anfangen, mit mir Kontakt aufzunehmen, werde ich NICHT wütend sein, sondern sie werden das andere erfahren: zugewandtes Verhalten.

Ich glaube, daß das Gute letztlich stärker sein kann als das Böse.. weißt du ja.

19.7.

Das verstehe wieder mal nicht... es ist so das die noch wütender werden wenn ich von dir spreche. Und möchtest nun trotzdem das ich das tue und die auf dich wütend werden? Das ist keine gute Idee!

19.7.

Du mußt entscheiden, ob du es so machen willst, weil DU zuerst mal ihre Wut abbekommst – und ich ja sowieso nur per Mail.

Aber wieso ist es ansonsten keine gute Idee? Ich könnte für diese Ichs genauso ein Vorbild, jemand zur Orientierung werden, wie es die Täter sind und waren. Nur wäre es eben ein Vorbild für ein anderes Leben. Ich könnte ihnen vielleicht Hoffnung machen, daß es ein anderes Leben gibt, auch für sie!

So meinte ich es.

19.7.

Mo ich muss nochmal fragen...

Erinnerungsschmerzen die sind doch dann in meinem Kopf? Die Bösen in mir lassen mich also durch Flashbacks und Träume und Bilder daran erinnern und deshalb die Schmerzen? Die aber wirklich sind?

Wie oder Wer macht mir die Verletzungen am Körper? (am Handgelenk...) das ist original echt das sehe ich ja! Wenn die Bösen das gemacht haben die in mir sind, dann können die mich doch auch töten?

Doris

19.7.

Die Verletzungen am Körper sind einerseits von diesen wütenden Ichs, aber auch von den Tätern.

Du (also der Körper) nützt den Tätern nur im lebendigen Zustand etwas. Diese täterfolgsamen

Wird keiner helfen?

Ichs haben nur den Auftrag, dir (und andern Ichs) Angst einzujagen, auch durch Erinnerungsschmerzen, um dich dazu zu bringen, dich an die Befehle der Täter zu halten. Andererseits gibt es aber auch mehrere Beschützer-Ichs, die nicht nach außen kommen, aber auf das gesamte System, also auch auf den Körper aufpassen. Die in wirklichen Notfällen eingreifen. Davon hatte ich dir schonmal erzählt. Auch als du dir das Leben nehmen wolltest, haben sie eingegriffen. – Die würden auch eingreifen, wenn Lebensgefahr besteht durch täterbezogene Ichs.

19.7.

Ich dachte mir das du es so meinst. Aber die sind zu böse! Werden dir weh tun! Und was wenn du denkst ich bin so böse nur weil die in mir sind.?

19.7.

Ach, Doris, die können mir nicht weh tun. Die sind in deinem Körper in Ludwigstadt und ich bin in Berlin. Außerdem sind es eigentlich Kinder – sie trauen sich überhaupt nicht in die Außenwelt, die kennen die Außenwelt garnicht!! Sie handeln nur nach Regeln, die die Täter in sie hineingezwungen haben.

Und ich weiß doch, wie das zusammenhängt. Es ist nicht die erste böse, beschimpfende Mail, die ich von Innen-Ichs bekommen habe, auch von Tim zum Beispiel, aber auch bei anderen Multis. Mach dir bitte wegen mir keine Sorge, ich weiß schon, was ich tue, und werde nie eine schlechte Meinung haben von dir – oder überhaupt von deinem System. Ihr seid ALLE Opfer und keine Täter.

Facebook 19.7. 07:28

Hallo Mondrian, Danke! Bitte verstehen Sie, wir versuchen es, aber das Chaos wird größer. Die "Täterimitierenden" Introjekte sind im Innen aktiv... WIR wissen nicht so recht weiter... Bitte, WIR sind für jeden Rat dankbar. Amanda

PS die kleine isst noch immer nicht. Sie haben großen Einfluss auf sie, BITTE... der Körper...

12:54

Ja, an dem Problem der Täterintrojekte sind wir jetzt dran. Doris ist das gesündeste Ich überhaupt, indem sie eine Brücke schlägt zwischen den Traumaerfahrungen und der Außenwelt. Sie macht Therapie in unwahrscheinlicher Intensität – weil SIE es will! Es ist wichtig, daß sie um jeden Preis unterstützt wird von innen. (Ich habe da meine Meinung etwas geändert: diese Intensität zeigt, daß sie eine Abgesandte des Gesamtsystems sein dürfte – natürlich ohne es zu wissen. Also wohl auch aus diesem Grund nicht nach innen gehen.) – Das Essen und Trinken... ja, ich spreche es nochmal an, sehr eindringlich. Mondrian

Nochwas: Sie schreiben, das Chaos wird größer. Das stimmt nur einerseits. Andererseits nimmt auch die Ordnung zu, weil das Lernen von Doris Ordnung schafft. Auch da könntet IHR eventuell etwas beitragen, indem andere Ichs mitlesen und auch was lernen? Mondrian

Wird keiner helfen?

Mail:

19.7. 13h

Doris, mir hat eine innere Beschützerin geschrieben, daß sie sich große Sorgen machen um den Körper... weil du noch immer nicht ißt. Bitte, versuch es unbedingt! (Das Trinken ist noch wichtiger!) – Wenn der Körper im Normalkrankenhaus liegt wegen sowas, dann ist nichts gewonnen. Du hast dich so intensiv an die Aufarbeitung und das Verstehen gemacht.. dazu brauchst du Kraft, auch der Körper. Auch wegen dem Nichtschlafenkönnen. Bitte versuchs immer wieder!

Vielleicht könnte doch helfen, über bestimmte eklige Sachen zu sprechen, sie aus dir rauszubringen, sie mir zu übergeben im Schreiben?

Ich muß jetzt mal Essenmachen für Petra und mich. Aber ab und zu guck ich trotzdem in den Rechner!

19.7. 13h

Jjjjjm3dtatatddwdddmjdt3mmapatadwm

19.7.

Hallo! Wer schreibt mir da? Vielleicht kannst du dir helfen lassen, damit ich dich verstehe?
Mondrian

19.7. 15h

Bitte Mo nicht darüber schreiben! Bitte nicht...

19.7.

Worüber möchtest du mit mir nicht schreiben?

Und wer war das vorhin, der offenbar nicht schreiben konnte?

Mo

19.7.

Nein Mo. Nicht schreiben! Über die ekligen schrecklichen ...

19.7.

Ja, ok. Wir haben ja vereinbart, daß du überlegen kannst, ob du mir drüber schreibst. Es könnt helfen! Aber du mußt trinken und essen, Merle! Was soll das denn sonst werden... du im Krankenhaus... Amelie hilflos in der Wohnung... ?

Das andere.. Jemand hatte "Jjjjjm3dtatatddwdddmjdt3mmapatadwm" getippt. Vielleicht wollte jemand anders schreiben, der nicht schreiben kann?

19.7.

Ich weiß schon aber keine Angst ich passe schon auf die kleine auf!

Nein weiß nicht wer das geschrieben hat.

Wird keiner helfen?

19.7.

Wenn du nichts trinkst und nichts ißt und dazu nicht schlafen kannst, kann das schnell zu einem Kreislaufzusammenbruch führen, mit Herzkollaps. Da kannst du nicht mehr auf Amelie aufpassen.

Nimm's ernst, bitte..

19.7.

Ja ich nehme dich ernst!

Darf ich nochmal was wegen gestern fragen?

19.7.

Natürlich!!

Mo

19.7.

Wenn Kinder ganz klein sind und Erwachsene machen etwas was sie nicht dürfen sagen aber dem Kind das sie es liebhaben. Woher soll denn das Kind wissen das das was die Erwachsenen tun falsch ist?

19.7.

Genau das ist das Problem! Die Kinder wissen es nicht. Kleine Kinder glauben den Eltern! Immer! Kleine Kinder haben gar keine Chance, zu erkennen, daß etwas daran falsch ist.

Mo

19.7.

Und wenn sie älter werden? Ich weiß nicht ob du verstehst wie und was ich meine? Aber ich verstehe den Unterschied zwischen liebhaben und Sex auch nicht. Ich habe eine Vorstellung wie ich es mir wünsche aber wie es wirklich ist weiß ich eben nicht. Weil das bisher eins war ich nicht wusste das es zweierlei ist. Und das was die Männer tun das das falsch ist also das Sex Zeug weiß ich von dir. Wie soll ich mich als Kind gegen etwas wehren wenn ich noch nicht mal weiß das es falsch ist?

19.7.

Die Sachen sind ja wirklich kompliziert – und alle Menschen, die nicht oberflächlich sind, kommen im Leben immer wieder an den Punkt, wo sie versuchen, das genauer zu verstehen – wie sie selbst geworden sind, wo die eigenen Freiheiten waren und sind... all das!

Jetzt zum Thema: Genau das ist ja das Problem: Als kleines Kind kannst du dich nicht wehren, weil die Eltern einfach über allem stehen für ein Kind. Kinder gehen meist nichtmal zu Lehrern, um zu sagen: die Eltern machen etwas mit mir, was ich nicht will! Weil sie sich dann "böse" fühlen gegenüber den Eltern. Weil sie dann die Eltern "verraten".

Das ist schon bei nichttraumatisierten Kindern so! Und viel mehr bei Kindern, die tatsächlich

Wird keiner helfen?

Gewalt ausgesetzt sind.

Erst so mit 12 etwa entsteht bei Kindern das Gefühl, daß sie selbst etwas Eigenes sind gegenüber den Eltern. Dann erst können sie anfangen, sich wirklich abzugrenzen – also zu fragen, ist das denn in Ordnung, was da geschieht? Oder auch erst dann kann das Gefühl entstehen, die Eltern haben unrecht, oder: die Eltern sind schlecht.

Aber nochmal kurz zu dem Unterschied zwischen Sex und Liebhaben: "Sex" ist nicht an sich falsch. Aber es ist immer dann falsch, wenn etwas nicht wirklich beide gemeinsam wollen! Und (kleine) Kinder können noch nicht gut unterscheiden zwischen dem eigenen Willen und dem der Eltern. Deswegen ist Sex mit Kindern immer falsch.

Doris, ich werde jetzt gleich weggehen, zu einer Besprechung. Ich komme erst gegen 22 Uhr wieder und gucke dann nochmal in die Mails. Melde mich dann bei dir und wir können entscheiden, wann oder ob du anrufst, heute.

Bis dann!

19.7. 16:41

Richtig ich denke ich war neun oder zehn als ich das erste mal jemanden um Hilfe bat. Aber da ging es mir nicht um das Sex Zeug sondern weil mir so viele so unheimlich weh tun!

Mo das Sex an sich nicht falsch hast du mir bereits erklärt. Möchte zwar trotzdem keinen eben weil es furchtbar und eklig ist...

Eigentlich wollte ich etwas ganz anderes rausfinden! Und zwar haben alle Menschen in meinem Leben die bisher zu mir gesagt haben sie haben mich lieb es nur gesagt um Sex zu machen? Oder hat MICH jemand wirklich gemocht? Nur mich! Eben weil ich ich bin! Weißte du wie ich's mein?

Doris

19.7.

Hey Doris, da bin ich wieder.

Es ist völlig ok und ganz natürlich, daß du keinen Sex möchtest!! Du hast Sex nur als böse erlebt, wieso solltest du dich jetzt mit den Möglichkeiten befassen, daß Sex auch ok sein könnte. Ich habs dir nur gesagt, weils sonst nicht ehrlich wäre meinerseits. – Jetzt geht es um was anderes, und ich denke auch, das "liebhaben" ist das Grundlegende für uns Menschen. (Auch wenn manche Menschen es nicht merken..)

Es ist eine wichtige Frage, ob dich irgendjemand mochte wegen dir, nicht wegen Sex. Ich weiß nicht... manchmal haben Menschen, die viel Schlimmes erleben in der Kindheit, dennoch irgendjemanden, der oder die lieb war, echt lieb. Oft eine Oma, oder eine Nachbarin, oder eine Spielfreundin. Manchmal auch ein Hund. Und sowas ist dann für solche Menschen sehr wichtig – weil sie das andere Gefühl, das gute Gefühl des Liebhabens dadurch eben doch einmal in sich gespürt haben in der Kindheit .. und das wird dann ein Vorbild, nach dem sie suchen können! Vielleicht gibt es sowas auch in deiner Kindheit?

Ansonsten.. ich bin ja nur ein Sozialpädagoge, aber ich mag dich, weil du du bist. So, wie du BIST, wie ich dich erlebe (wenn auch nur per Mail.) Wobei die andern Ichs, die ich bisher viel weniger gut kenne als dich, irgendwo auch mitgedacht werden. Weil ihr ja eigentlich zusammen

Wird keiner helfen?

EIN Mensch seid, Merle Müller.

19.7. 20:33

Doch ganz so wie du sagst ist es eben nicht... mit zehn? Gut vielleicht bin ich ein Spätentwickler aber das die ganzen bösen Menschen mit mir Sex machen wusste ich da nicht das es falsch ist. Eben erst jetzt durch dich. Ich erinnere an einen Satz. Das machen nur die mit dir die dich ganz besonders liebhaben! Es ging darum es keinem zu sagen weil die mich dann nicht mehr lieb haben werden sondern nur sehr böse auf mich werden. Wenn andere mir erzählen der oder der hat sie lieb dann denke ich die machen das auch. Deshalb möchte ich so unbedingt wissen was jemanden liebhaben wirklich bedeutet. Also wenn man den Menschen selbst meint nicht nur den Körper benutzen will!

Es sind so wahnsinnig viele Fragen in meinem Kopf! Die mich irre machen! Auf die ich nun vermutlich keine Antwort mehr bekommen kann.? Das regt mich auf... war denn alles bisher in meinem Leben nur Lüge? War nichts echt nichts ehrlich gemeint? Wirklich? Gibt es Menschen die nur zum Zweck geboren werden damit andere sie benutzen können? Mit ihnen spielen können!? Kurz zu den bösen in mir... ich rede mit denen aber die hören nicht... ganz lieb erkläre denen alles wie du mir aber es ist fast so als ob die ferngesteuert wären... wie Roboter.? Die tun mir weh quälen mich als ob die eine Liste abarbeiten... ganz egal wie es mir geht! Empfinden Freude und Spaß dabei! Teuflich böse sind die!

Danke Mo! Danke das du für mich sicher bist! Doris

19.7. 22:12

Du bist total belogen und betrogen worden seit der frühen Kindheit mit diesen Behauptungen, Erklärungen! Ich weiß, daß sie typisch sind für Täter. Es ist klar, daß du dadurch völlig verwirrt wurdest in deinem Denken. Aber das alles läßt sich klären, und du bist ja auf dem Weg! Du hast recht mit deiner Verbitterung über das, was die Menschen seit deiner Kindheit mit dir gemacht haben. Aber nein: kein Mensch ist dafür da, so benutzt zu werden! Aber viele werden es – nicht nur durch solche Täter, auch durch bösartige Politiker, die die Menschen aufeinanderhetzen in Kriegen, bei denen ihnen auch eingeredet wird, irgendwelche anderen seien ihre Feinde usw.

Aber niemand hat das verdient – und jeder sollte soviel, wie er oder sie kann, dagegen tun. Das ist mein Sinn des Lebens.

Das Gute ist in dir – es ist nicht kaputt – jede deiner Mails spricht davon! Auch das ist das Geheimnis des Lebens, das Geheimnis des Menschseins: die Täter haben das Gute nicht kaputt gekriegt in dir und in euch. Amelie ist ein Symbol dafür – daß so vielen Ichs Amelie wichtig ist. Die Täterintrojekte: sie sind nicht ferngesteuert, aber sie sind konditioniert worden (man könnte auch sagen, sie sind dressiert worden, oder programmiert worden), in der echten Kindheit, deswegen verhalten sie sich tatsächlich wie Maschinen.¹⁹⁷ – Dieses Programmieren geschah mit

¹⁹⁷ Vermutlich handelt es sich bei zumindest manchen Täterintrojekten um *inverse Prprogrammierungen*, d.h., diese Anteile haben keine Vorstellung von der Außenwelt, für allgemeinemenschliche Bedürfnisse, sondern bestehen nur aus ihrer durch die Täter konditionierten Aufgabe. Dennoch kann nie ausgeschlossen werden, daß auch sie einen Kern allgemeinemenschlicher Bedürfnisse, vor allem nach Bindung und Nähe, in sich tragen, der eventuell angesprochen werden kann.

Wird keiner helfen?

Folter, mit Gewalt! Und dahinter ist auch bei denen ein ängstliches Kind, das aber noch niemals erlebt hat, daß jemand anders als böse mit ihm umgegangen ist. – Deswegen wäre es gut und sehr wichtig, wenn du weiter so zugewandt mit ihnen umgehst. (Ich vermute, diese unverständlichen Buchstaben, die an mich gemailt worden sind – wonach ich dich gefragt habe – waren von einem dieser Kinder. Deswegen hatte ich geantwortet: "Kann dir jemand helfen zu schreiben, damit ich dich verstehe?")

Solange du ihnen etwas GUTES entgegenst, bist du stärker als sie – stärker im Sinn der Liebe. Das Schlechte, das Böse kennen sie, das macht sie nur immer weiter böse! Das Gute kennen sie nicht. Aber es fühlt sich besser an... das müssen sie aber erstmal spüren!
Möchtest du heute noch anrufen?

19.7.

Das ist gerade mein Problem was mich irre macht! Denn die wussten das doch! Also war doch ihre Freundlichkeit ihr "liebhaben" alles nur gespielt! Alles falsch! Alles Lüge! Und Freunde? Ja gab es schon aber alles nur oberflächlich nicht wirkliche Freundschaften mit denen man hätte reden können... Tiere! Darüber mag ich nicht reden...! Verstehst du alle wussten es ist falsch! Warum hat mir keiner geholfen? Menschen sind böse!

19.7.

Nein, Menschen sind Menschen – und sie können sehr verschieden sein. Manche sind sehr böse, viele sind nur oberflächlich, viele sind dumm, und manche sind zugewandt, aber feige, und manche kämpfen um was Gutes. Glaub mir, nicht "die" Menschen sind böse. – Aber du hast recht: du hattest wahrscheinlich nur böse Menschen um dich – weil du von denen anderen abgeschirmt worden bist.

19.7.

Mo ich weiß es war ein sehr langer Tag für dich. Darf ich dich trotzdem darum bitten deine Stimme noch zu hören? Bitte....

Aber nur wenn's dir nicht zu viel wird...

Doris

19.7.

Ja, ruf an! Klar!

Mo

Nach dem Anruf:

19.7.

Die kleine kommt gerade weinend zu mir weil sie nicht ohne ihre "Mama" sein kann! Wegen der Uniklinik! Mo wird das hier echt alles zu viel.... wie weiter? Was tun? Die kleine ist so traurig...

Wird keiner helfen?

19.7.

Die Merle-Mama hat doch eine Freundin, die sie auch mal in die Uniklinik gefahren hat mit dem Wagen. Könnte die nicht Amelie hinfahren zum Besuch? Oder Peter oder seine Freundin?

Na, morgen weiter!

Vesuch deine Kraft zusammenzuhalten heute nacht. Und schreib nachts, wenn es dir etwas gut tut. Ich denk an dich!!

Facebook 18h

Hallo Mondrian, Abgesandte heißt was? Richtig das Lernen hilft sehr. Vor allem den Anteilen die immer nur Bruchstücke erleben. (eben da meistens nur Gewalt) Mitlesen, ja, einige lesen mit, aber in wie weit sie verstehen? Und dann sind da eben noch die vielen vielen Ich's die das überhaupt nicht glauben, nicht wahr haben wollen. Auf ihre Art für Chaos sorgen. Und natürlich die Introjekte... die wirklich extrem Angst und Schrecken verbreiten... es ist total schrecklich gerade! Wir sind ehrlich für jeden Rat dankbar...! Amanda

22:41

Hallo Amanda,

"Abgesandte" meint, daß vielleicht auch andere Ichs (oder sogar viele) der Doris Kraft geben und an ihrem Verstehen teil haben wollen, mitlesen, mitfragen. –

Doris hat mir versprochen, mich ernst zu nehmen in meiner Warnung wegen der Gesundheitsgefahr durch nicht Essen/Trinken. Auch weil Amelie hilflos in der Wohnung ist, wenn dem Körper etwas zustößt. –

Doris tritt den Introjekten mit viel Mut und Kraft (aber doch zugewandt) entgegen. Und versucht sie dazu zu bringen, mit mir zu mailen. Das ist sehr schwer, aber ohne das gehts nicht. Auch die müssen einmal erreicht werden.

Doris und ich telefonieren jeden Abend miteinander; auch das gibt Kraft. 😊

Rat habe ich sonst keinen. Aber die Frage: ob es eventuell eine Möglichkeit gibt, daß Amelie ihre Mama während der Uniklinik-Zeit besuchen kann? Gibt es da jemanden, der sie fahren kann? Sehr wichtig übrigens, daß (auch) Doris in der Uniklinik im Körper ist und mit den Leuten dort reden (schreiben) kann!

Mondrian

Mail:

19.7. 22:31

Mo ich werde es weiter versuchen... so wie du es erklärt hast klingt es logisch für mich. Aber große Angst hab ich trotzdem...

Doris

19.7. 23:18

Keine Schmerzen mehr machen aufhören! Ich werde doch lieb sein alle Lügen böse Angst Angst Angst du hast nicht tschüß gesagt sind so laut böse machen innen alles kaputt nicht allein

Wird keiner helfen?

lassen bitte Mo ich werde auf dich hören ganz sicher bitte lass mich nicht allein sind so böse sagst du was werden wir sie töten Mo bitte geh nicht weg bin doch lieb bitte Angst

20.7. 00:25

Nein Mo bitte mach das nicht! Nein Nein Nein! Bitte nicht! Bitte nicht! Die sind zu böse werden dir böses machen! Bitte nicht!

20.7. 03:36

Mo bitte hilf mir! So böse so viel Angst bitte du willst es du willst es du willst es du willst es du willst es du willst es... hören nicht auf damit kanns nicht aushalten so laut.... bitte Mo helfe mir die sollen das lassen! ¹⁹⁸

20.7. 6:15

Bitte Mo nicht! Mach das nicht bitte! Zu böse

20.7. 7:12

Guten morgen Mo,

Es tut mir leid aber ich habe noch Fragen zu gestern hab nicht alles verstehen können...

Du sagst... " ich bin ja nur ein Sozialpädagoge aber ich mag dich" was bedeutet das?

Jemanden "mögen" was heißt das nun wieder? Und wo ist da der Unterschied zum liebhaben?

Weißt Du ich muss erkennen ich bin genau wie alle in meinem Leben... nie wollte ich Lügen! Ich hasse es! Hasse Unehrlichkeit! Und doch bin ich selbst total verlogen... Schau zum Beispiel hier mit der kleinen. Sie denkt ich bin ihre Mama. Und ja ich tue so...! Funktioniere genau so... spiele doch eigentlich eine "Rolle"... bin doch ihr gegenüber nicht echt. Bin doch das was ich verabscheue Verlogen! Also liegst du wohl falsch. Die bösen haben es doch geschafft mich böse gemacht! Ich erkenne und schreibe das, und dabei kommen Tränen... denn aus dieser Rolle kann ich noch nicht mal raus! Verstehst du was ich meine?

Doris

20.7. 10:22

Hallo liebe Doris,

zuerst die Frage: hast du die Nacht mitgekriegt, die Bedrohungen der Täterintrojekte und deine Mails an mich? Ich frage deshalb, weil mir wichtig ist zu erfahren, ob nachts eine andere, kindlichere Merle oder Doris außen war oder ob du diese Situation integrieren konntest.

Du (?) hast nachts viel Angst gehabt, auch um mich, daß diese Ichs mir was tun. Ich möchte

¹⁹⁸ Ein Flashback. "Du willst es..." ist einer der (lebenslangen) Konditionierungssätze der Täter, der hier von einem Täterintrojekt reproduziert wird.

In der folgenden Mail kann Doris nicht unterscheiden zwischen den Innenbildern von mir und dem Täter. Derartige Irritationen kamen noch häufig und wurden zunehmend auch erkannt von den Anteilen. In der Folge haben die Täter Merle & Co. abwechselnd erzählt, ich sei einer von ihnen bzw. vor mir gewarnt, ich sei böse. Auf diese Weise funktionieren Irritationsprogramme seit der Kindheit. Auch Ärzte, Polizisten, Lehrer werden den kindlichen Opfern auf diese Weise präsentiert. Es gibt keine Sicherheit, die Opfer haben nur die Möglichkeit, sich sklavisch an dem zu orientieren, was die Täter jeweils tun und sagen.

Wird keiner helfen?

nochmal sagen: mach dir keine Sorgen um mich. Und diese Ichs können auch dich (also den Körper) nicht töten, weil andere, beschützende Ichs darauf aufpassen.

Jetzt deine Fragen. Daß ich "nur ein Sozialpädgoge bin", damit meine ich, daß ich von anderen Ichs als Helfer, als Sozialpädagoge und Traumafachmann gebeten wurde, euch zu helfen. Zwischen uns beiden, dir und mir, ist mittlerweile eine Nähe entstanden, die zwischen Helfern und denen, die sie unterstützen wollen und sollen, schwierig werden kann. Denn andere Ichs mögen mich ja garnicht so wie du! Manche (wie du weißt) lehnen mich ab. – Trotzdem möchte ich auch sie unterstützen und auch die anderen sind mir alle wichtig! Ich möchte diesem Menschen M.M. helfen, der aus vielen Ichs besteht. Deswegen wollte ich diesen Unterschied nochmal aussprechen.

Damit hat auch das Wort "mögen" zu tun. Eigentlich ist es das gleiche wie "liebhaben" – nur ist es vorsichtiger, zurückhaltender. Was zwischen uns in diesen Mails lebt, ist ja doch etwas anderes als zwischen mir und meiner Freundin. Es kann sein, daß ihr mich irgendwann nicht mehr braucht und dann verabschieden wir uns. Das kann doch sein, und es wäre dann auch ok. Es geht uns nicht um eine Lebensgemeinschaft, sondern es ist ein Stück Weg, auf dem wir uns begleiten, ihr und ich, du und ich. Trotzdem sind unsere Gefühle von Nähe und Liebhaben echt. Bitte, frag mich, wenn dir etwas daran komisch vorkommt! Es ist alles echt, was zwischen uns ist, aber um einander nicht zu verletzen (seelisch), ist es wichtig, vorsichtig zu sein mit den Wörtern. Du weißt selbst, wie falsch Wörter gebraucht werden können, manchmal bewußt (dann ist es lügen), oft aber auch ohne es zu wollen.

Was zwischen dir und Amelie ist, ist das einzige verantwortungsvolle und menschenwürdige Verhalten, das möglich ist in deiner Situation. Den Unterschied zwischen dir und der Merle-Mama könnte Amelie niemals verstehen! Du würdest extrem schlimmes Leid anrichten, wenn du ihr sowas sagen würdest: "Ich bin gar nicht deine Mama!" – Das ist ganz undenkbar, das könnten selbst erwachsene Angehörige nicht ertragen ohne langes Erklären. Vielleicht einnerst du dich noch daran, wie schwer es dir fiel, am Anfang zu verstehen, wie das ist mit dem Multipelsein. Für Amelie wäre das viel schwieriger, weil sie ja innerlich damit nichts zu tun hat. Ihr ganzes Vertrauen zu ihrer Mutter könnte kaputtgehen dadurch.

Aber außerdem bist du im Grunde ja doch auch ihre Mutter – denn es ist euer gemeinsamer Körper, der sie geboren hat. Und vielleicht kommt ihr, die Merle-Mama und du irgendwann mal so nahe zusammen, daß ihr euch gemeinsam fühlen könnt.

Nein, du hast nichts Böses, gar nichts. Für die Täterintrojekte bist du nicht verantwortlich, das konntest du nicht verhindern, das haben die Täter zu verantworten. Und du versuchst ja doch, auch in ihnen Aufmerksamkeit für das Gute zu wecken..

20.7.

Doris, verzeih mir, daß ich gestern Nacht zuletzt nicht Tschüß gesagt hab!!

Wird keiner helfen?

20.7.

Hallo Mo,

Ja ich weiß von den Mails. Tut mir leid.

Zu dem anderen weiß ich nicht was ich sagen soll... es klingt für mich so als ob es dir leid tut das du es mal gesagt hast...? Aber es ist sowieso egal ich weiß eh nicht was der ganze Scheiß bedeutet!!!! Ich verstehe hier nur ich darf den ganzen Scheiß aushalten aber dann plötzlich geht es um andere...

In dem mit Amelie magst du recht haben und trotzdem bin ich verlogen!!!!

Doris

20.7.

Doris, es gibt nichts, was dir leid tun muß. MIR tut es leid, daß du so geplagt wirst.

Aber wieso bist du so deprimiert wegen meiner Mail? Offenbar hab ich wieder etwas geschrieben, das dir wehgetan hat. Bitte, gib mir Gelegenheit, es besser zu machen. Manchmal versuche ich sehr ausführlich zu schreiben, eben deshalb, weil ich keine Unehrllichkeit möchte. Genau wie du!

Aber wir (auch du) müssen immer dran denken, daß es AUCH um die anderen geht. Ihr seid EIN Körper – du bist nicht alleine. Nur gemeinsam gibt es Befreiung.

Und ich würde Unrecht tun, wenn ich die anderen ignoriere.

Mir tut nichts leid! – Aber wenn dir meine Mails zuviel sind, werde ich mich bemühen, weniger ausführlich zu schreiben. Ich möchte dich nicht belasten.

20.7.

Nein du hast nichts falsches gemacht. Du hast es gut geschrieben.

20.7.

Es liegt an mir! Ich muss verstehen! Wollte verstehen was der Unterschied zum lieb haben und zu Sex ist. Doch jetzt kommt mögen dazu. Das alles verstehe ich nicht. Es sind zu viele verschiedene Gefühle die ich nicht kenne nicht zuordnen kann. Es geht doch nicht darum das du mich liebhaben musst! Ich möchte lernen! Verstehen! Aber ich möchte auch dich kennen... kannst du das Chaos irgendwie verstehen?

Doris

20.7.

Und bitte lass mich nicht allein!

20.7.

Doris, danke für die Erklärung! – Zuerst: nein, ich lass dich nicht allein. Ganz bestimmt nicht.

Zum zweiten: wir Menschen haben viele Gefühle, und die können mehr oder weniger stark sein.

Und sie gehören zu verschiedenen Situationen. Und für alle diese Unterschiede gibt es

verschiedene Wörter! Das alles konntest du in deinem bisherigen Leben nicht gut lernen. – Ich

Wird keiner helfen?

möchte dir alles erklären, was ich nur kann, aber manchmal weiß ich nicht vorher, was dich verwirren könnte. Frag dann bitte nach, dann kann ich versuchen, es dir anders zu erklären. Ich glaube, es ist ein sehr gutes Miteinander bei uns, das dir helfen wird, zu lernen. Aber wir müssen Geduld haben miteinander. Es geht nicht so schnell – wir müssen auch lernen, einander zu verstehen.

Ich wills nochmal anders sagen. – "Liebhaben" wird von den Menschen meistens mit Sex verbunden. Das ist bei mir nicht so und es ist zwischen uns nicht so (für mich nicht und für dich auch nicht):

NEIN, ES GEHT NICHT UM SEX BEI UNS!

Es ist sehr wichtig, daß dieser Unterschied klar ist, auch für andere Ichs, die unsere Mails mitlesen und sonst vielleicht in Panik geraten: der Mondrian will auch nur Sex mit uns! Aber ich wollte dir sagen, daß Sex zum liebhaben gehören KANN – und oft ist es so. Das muß dann nicht schlecht sein (wenn beide es wollen).

Und das Wort "mögen" hab ich nur gebraucht, um es ganz klar zu machen, daß es bei uns NICHT um Sex geht. Denn wer von "mögen" spricht, meint nicht Sex. So gebrauchen die meisten Menschen dieses Wort, deshalb habe ich es gesagt – und leider dich damit verwirrt.

20.7.

Aber Mo das es bei uns nicht um Sex geht ist doch klar! Darf ich zu dir sagen das ich Dich lieb habe? Oder ist das falsch?

20.7.

Ja, Merle, es ist klar zwischen uns! Aber ich hab mir doch Sorgen gemacht, daß eventuell du Angst bekommst, es könnte bei mir doch anders gemeint sein (wie bei all den Männern!) – oder bei einem anderen Ich könnte diese Angst aufkommen.

Ja, du darfst sagen, daß du mich lieb hast. Es ist nicht falsch. – Und ich sage es auch, aber es gehört zu meiner Aufgabe als Helfer, daß ich dazu ganz klar sage: ich möchte euch allen helfen, denn ihr gehört zusammen. Aber trotzdem entstehen mit verschiedenen Ichs verschiedene Kontakte. Das ist auch ok.

Es ist halt schwierig!

Aber glaub mir, es geht mir um dich und euch, wenn ich so genau bin.

20.7.

Danke Mo für die Erklärung!

Jetzt hab ich noch ein neues Problem... gleich muss ich mit Amelie ins Schwimmbad gehen! Sie wünscht es sich so sehr! Aber ich habe so große Angst! Hast du eine Idee was ich tun kann um weniger Angst zu haben? Bitte...

Doris

Wird keiner helfen?

20.7.

Es ist wirklich schwierig mit dem Schwimmbad. Da sind kaum bekleidete Menschen und da ist Amelie, ein Kind, wie du es warst (oder bist). Das sind schlimme Trigger! Das ist das eine. Aber es könnte ein bißchen helfen, daran zu denken, daß es nur Trigger sind. Es ist keine reale Gefahr!

20.7.

Ich denke der größte Trigger wird das Wasser sein.?

20.7.

Es kann sein, das Wasser... so genau weiß ich noch nicht, was sie dir im einzelnen zufügen. Aber trotzdem: denk dran, daß es ein Trigger ist. Daß dort niemand dir etwas tust. Versuch, dir das immer neu, ständig einzureden, während du da bist.
Guck dich um und guck auf Amelie, sag dir, wo du bist: in einem öffentlichen Bad. Daß du bald wieder zuhause bist und mir schreiben kannst und ich antworte.
Guck auf deinen Körper: du wirst sehen, daß im Bad niemand etwas mit ihm macht.

20.7.

Ich weiß genau wie du das meinst und verstehe es auch aber ich frage mich wo sind denn die anderen jetzt alle? Alle in mir lassen mich mit dem ganzem Mist ganz allein! Das macht mich wütend! Und dann bist du auf deren Seite... verstehst...?
Doris

20.7.

Doris, euer System ist in 35 Jahren entstanden als Folge der Tätergewalt. Niemand von euch ist freiwillig so, wie er (oder sie) ist, niemand! – Wenn sie nicht helfen, dann können sie es (noch) nicht. Sie haben alle ihre Weise, mit der Tätergewalt umzugehen... das ist in all den Jahren gewachsen...
Du hast etwas, was die meisten anderen nicht haben: du kannst nachdenken, du kannst lernen. So schrecklich alles für dich ist – die meisten anderen sind vielleicht sogar noch hilfloser, gefangener, weil sie diese Möglichkeiten nicht haben. Weil sie nicht mit jemandem Kontakt halten können und dadurch Grund zu Hoffnung haben...

20.7.

Danke Mo! Werde das alles so machen

Wir sind um eins losgegangen... Und werden so ca eine Stunde laufen bis zum Bad. Aber bis dahin hat die kleine mich wahrscheinlich irre geredet.? Sie ist süß und lieb ohne Frage doch sie kann einfach nicht leise sein ... muss immer und ständig reden! ☹

Wird keiner helfen?

20.7.

Sie redet vielleicht für dich mit!

Ich geh jetzt auch auf einen Spaziergang und hinterher esse ich was, also werd in der nächsten Stunde nicht antworten.

Bis dann! Ich denke an dich!

Mo

20.7.

Ha ha!

Viel Spaß... bis später...

Und danke Mo!

20.7.

Mo du hast doch mal gesagt das es damals keiner wusste... wie hast du das gemeint?

Die es angefangen haben wussten doch aber das das was sie tun falsch ist! ???

Oh man das ist so grausam hier! Habe mich schon in eine Ecke verzogen... aber die Bilder... der Körper! Es passiert so viel mit mir was ich nicht kenne... nicht verstehe! Ich nicht kontrollieren kann! ???

Doris

Hoffe lesen hilft...

20.7.

Ich weiß grad nicht, was du meinst mit "daß es damals keiner wußte".

Nein, wir können die Welt nicht kontrollieren – aber wir können lernen, sie zu verstehen. Gerade du kannst das. Aber es dauert natürlich. – Du kannst mir erzählen, was du da im Schwimmbad mitkriegst und nicht verstehst. Ich möchte sehr gern versuchen, etwas Hilfreiches dazu zu sagen!

20.7.

Das damals keiner helfen konnte weil die Menschen nicht wussten das andere Menschen so böses tun.

Ich möchte jetzt gerade nicht die Welt kontrollieren. Nur mich! Den Körper!

Dieses empfinden das alles nicht wirklich ist... ich nicht wirklich bin... es ist so laut hier es ist so als ob alles auf mich einstürzt... der Körper spinnt! Vorhin konnte ich für eine Weile nicht sehen... später nicht richtig gehen... nun verkrampfen sich meine Hände... dann wieder wie im Traum.... Amelie ist sie wirklich? Redet sie mit mir? Ich höre sie aber begreife nicht was sie sagt... dazu der Wahnsinn in mir! Als ob ich nicht reagieren kann... mein Kopf! Zum durchdrehen...

Doris

Wie war dein Spaziergang?

Wird keiner helfen?

20.7.

Was die Täter wissen, oder wußten, weiß ich nicht. Ich meinte, daß die Menschen in der Öffentlichkeit (und das sind ja zum größten Teil keine Täter!) es nicht wußten. Es gab deshalb auch fast keine Helfer, und deshalb haben Opfer kaum Hilfe bekommen, und deshalb konnten sie nicht berichten, was ihnen geschehen ist, und deshalb gab es auch keine Helfer. Das ändert sich erst langsam, und die Zeugnisse von Überlebenden sind eine Voraussetzung dafür. Den Menschen die Augen öffnen, wie du gesagt hast. .. Das meinte ich. Ich weiß nicht, ob ichs jetzt richtig verstanden hab?

Wie es dir jetzt geht, das sind typische Symptome für Trigger. Der Körper und die Seele ist in Aufruhr, weil sie sich erinnert an das Schlimme ... es ist schon so, wie du sagst. Dagegen hilft am ehesten, dir klare Tatsachen in der Außenwelt zu suchen und dich an denen "festzuhalten". Wie ich gesagt hab: guck dich um: wo bist du? Mach dir klar, wo du bist! Daß das Amelie ist. Guck auf dein Smartphone, denk dran, daß Mails von mir daher kommen. Guck auf die Uhr: wieviel Uhr ist es? – Oder du kannst zehn Gegenstände suchen, die du siehst, und ihren Namen sagen (still das Wort bilden).

Spaziergang: ist nur ein bißchen hier um die Straßen. Kann ja nicht den ganzen Tag am Rechner sitzen..

20.7.

Ich wollte auf was anderes hinaus... denkst du der Vater und Opa wussten das das was sie mit mir machen falsch ist? Sie haben mir verboten es zu sagen... (auf Umwegen...) ???

20.7.

Ja, ich bin überzeugt, daß dein Vater und Opa sehr genau wußten, daß es falsch ist. Ich bin überzeugt, daß alle Täter es wissen! Alle Menschen, die in der "normalen" Welt leben und sich da auskennen, also mit "normalen" Menschen zu tun haben, die alle lernen doch, daß es falsch ist. Aber sie entscheiden sich dafür, es doch zu tun. Wie jeder Verbrecher!

20.7.

Und genau das verstehe ich nicht! Warum? Kannst du mich verstehen? Jetzt wo ich weiß das das alles gelogen war das alles falsch war was die getan haben. Ich muss es verstehen! Muss mich verstehen! Muss alle verstehen! Die Erinnerungen in mir an meinen Opa sind doch alle falsch! Bitte hilf mir zu verstehen...

20.7.

Ja, Doris... es ist sehr, sehr schlimm, diese Aufgabe... sowas zu verstehen.

Wir können es nur verstehen durch die Möglichkeit des Abspaltens (dissoziieren). Es gibt nicht nur Menschen, die Viele sind – sondern alle Menschen haben unterschiedliche "Teile" in sich. Nur sind die bei den meisten Menschen nicht einzelne Ichs.

Stell dir vor, jemand hat einen Beruf. Das ist ein ganz anderes Lebensgefühl für ihn als wenn sie oder er zuhause ist mit seiner Familie. Oder mit seiner Schwester oder dem Bruder. Oder einem

Wird keiner helfen?

Haustier gegenüber. (Alles nur als Beispiel!)

Es kann aber sein, daß auch solche Teile sehr wenig zueinanderpassen. Dadurch kann jemand in einer bestimmten Situation zugewandt und nett sein – und in einer anderen böartig. Sogar demselben anderen Menschen gegenüber!

So kann es auch gewesen sein, falls du an deinen Opa vielleicht auch gute Erinnerungen hast.. Falls ich was falsch verstanden habe, schreib es bitte! Ich bemühe mich!

20.7.

Die Erinnerungen an Opa sind "gut" aber eben "falsch gut"! Ich versuche dir zu erzählen an was ich mich erinnere... ein Haus! Wir wohnten im Haus von Opa mein Bruder eineinhalb Jahr älter als ich und die Eltern. Eine steile Treppe links geht es zu Opa und Oma und rechts zu uns. Ein schmaler Gang rechts davon die Räume... genau darunter ist die Werkstatt von Opa. Er macht Wasserwaagen. Ich darf oft helfen finde die Röhrchen so toll mit der Blase drin... Rene darf da nicht rein! Püppchen nennt er mich immer...

Entschuldige Mo kann gerade nicht weiter schreiben. Der Körper... muss spucken...

20.7.

Laß dir Zeit damit. Ich hör zu!

Mo

20.7. 19h

Der Wahnsinn ist vorbei! Wir sind wieder zu Hause!

Mo bitte lass mich nicht allein... bitte!

Doris

20.7.

Ich lass dich nicht allein, Doris. Dich nicht und euch nicht!

Mo

20.7. 19:08

Mdajdmjtwmjtmgjptja

20.7. an den innen

Hör auf damit, ihr wehzutun!!

Mondrian

20.7. 19:34

Danke Mo! Darf ich dich bitte dann gleich schon anrufen? BITTE! Die kleine ist schon Bettfertig und ich soll mich auch hinlegen...

Doris

Wird keiner helfen?

20.7.

Du "sollst" dich hinlegen? Von wem aus?

20.7.

Ja! Na die sagen es mir! Darf ich bitte deine Stimme hören? BITTE!

Doris¹⁹⁹

20.7.

Mach es nicht!!!!!! Bleib wach, mach irgendwas in der Wohnung, dann haben sie weniger Gewalt über dich.

Aber du kannst anrufen, klar!

20.7.

Mo die hören doch nicht auf!

[Anruf, nochmal verdeutlicht.]

20.7.

Doch Mo die sind ganz stark! Tun mir sehr weh! Danke für Deine Stimme!

20.7. 20:15

Es tut mir leid Mo. Kanns nicht mehr aushalten die machen das von innen! Es tut so weh! Fast so als ob die Nadeln von innen in meine Augen stecken...

Bitte lass mich aber nicht allein! Ich sag's gerne weil's wahr ist und ich es fühle. Ich hab dich lieb Mo!

Doris

20.7.

Doris, es sind Schmerzen, die dir früher die TÄTER zugefügt haben. Sie sind in dir drin als

Erinnerung. JETZT geschieht deinen Augen nichts. Versuch, immer wieder dran zu denken.

Und versuch, dich auf etwas außen zu konzentrieren – auch wenn es schwer fällt. Wie ichs vom Schwimmbad gesagt habe. Nenn die Namen von Gegenständen, die du siehst. Laß das Licht an.

Denk an unser gemeinsames Lernen, das weitergehen wird. Vielleicht kannst du Musik hören?

Mach irgendwas, was GEGEN die Erinnerungen von innen steht.

Diese Täterintrojekte haben ein Programm. Das führen sie aus wie ein Automat. Aber darunter sind Innenkinder, die dressiert worden sind wie Zirkustiere... – Ohne Unterstützung können sie wohl nicht mal schreiben.

Versuch, daran zu denken.

¹⁹⁹ Hier wird erstmalig die Beteiligung von Täterintrojekten am konkreten Zugriff durch Täter deutlich. Jedoch mußte ich erst lernen, daß dies über nichtintendierte, bewußtlose Flashbacks weit hinaus ging,

Wird keiner helfen?

Ich verlasse dich nicht!

Mo

21.7. Facebook 07:09

Auf Hilfe hoffen die nie kommen wird! Letzte Nacht war Horror pur! Die waren einfach nur geil! Was sie nur noch brutaler gemacht hat! So pervers nicht zu ertragen! Warum hilfst Du nicht? BITTE!!!!!! Ronald

10:26

Ich tue was ich kann. Aber ihr alle müßt mehr dazu beitragen – ich kann es nicht alleine machen, geht einfach nicht. Mondrian

Mail:

21.7. 9:19

Mo es tut mir so leid es ist alles nur meine Schuld! Bitte lass mich aber nicht allein!
Doris

22.7.

Doris, ich lass dich nicht allein! – Ich weiß aber nicht, was du meinst mit "Schuld"?
Mo

22.7.

Mo ich weiß nicht wie ich das erklären kann. Denn ich verstehe es nicht! Verstehe mich nicht!
Schäme mich so sehr!

22.7.

Du kannst einfach anfangen, zu berichten, WAS ist oder war. Übrigens ohne ich es schon, da du von "schämen" sprichst.
Du hast keinen Grund dich zu schämen, alles kann verstanden werden – und du bist nicht schuld.
Mo

22.7.

Doch Mo bin ich! Sogar aus zwei Gründen. Habe es nicht geschafft auf dich zu hören. Habe versucht wirklich... glaubst du mir?
Doris

22.7.

Nein, Doris, du bist nicht schuld. Diese Erfahrungen mit mir und das Lernen ist ganz neu für dich – und die anderen Ichs auch. Jeder muß erstmal lernen. Ich bin sicher, wir werden über all das

Wird keiner helfen?

reden (schreiben) können und du wirst dann wieder etwas Wichtiges über deine Situation, über euer multiples System verstanden haben. Und ich auch.

Ja, ich glaube dir!!

21.7.

Und wenn du auch nicht verstehen kannst was passiert ist? Dann wirst du furchtbar enttäuscht von mir sein!

21.7.

Liebe Doris, nein. Entweder ich verstehe es gleich – oder wir schreiben ein paar Mails hin und her, und ich verstehe es dann. Ich halte zu dir – und wenn du dich geirrt hast in einer Situation, hat das Gründe. DU lernst so viel – für die anderen mit, die noch zuviel Angst haben. Und du wirst weiterlernen, so gut du kannst.

21.7.

Mo ich habe Angst das Du mich dann allein lassen wirst....

21.7.

Liebes, du mußt lernen, Angst zu überwinden. Ihr alle müßt das lernen – denn ohne Mut ist keine Befreiung möglich!

21.7.

Habe Mut!!!!

21.7.

Ich weiß es. Wollte es dir nur nochmal bestätigen – daß das der richtige Weg ist.. (auch jetzt, in dieser Situation).

Mo

21.7.

Mo ich bin mitgegangen freiwillig! Ich weiß nicht warum! Ich muss das aber verstehen!

21.7.

Erinnerst du dich daran, als ich von stärkeren und schwächeren Ichs geschrieben habe, – daß die stärkeren sich nach vorne drängen können? So war es auch jetzt. Ein anderes Ich war stärker – aber trotzdem warst du teilweise noch im außen, deshalb hast du es mitgekriegt.

21.7.

Das kann ich nicht verstehen. Der hat mit mir gesprochen... alles habe ich erlebt. Das klingt jetzt sicher wie eine Ausrede aber es war fast so als ob ich ferngesteuert wäre. So als ob ich erlebe aber mein Körper einfach etwas anderes tut.. ja klar klingt verrückt! Tut mir leid!

Wird keiner helfen?

21.7.

Doch, genauso ist es. Das ist, was "Co-Bewußtsein" heißt. – Dieses Co-Bewußtsein kann abgesprochen sein zwischen zwei Ichs, dann ist es sehr hilfreich (weil zwei Ichs eine Situation zusammen bewältigen können), aber in diesem Fall war es nicht abgesprochen. Das andere Ich hat dich überrumpelt, es hat auf den Täter gehört.

21.7.

Schön du bist böse auf mich! Es tut mir leid!

21.7.

Wieso soll ich denn böse sein auf dich?????????????
Ich bin kein bißchen böse auf dich – !

21.7.

Mo du hast gesagt ich soll sagen wenn was ist...
Warum denkst du das ich ein Feigling bin? Es stimmt schon habe viel Angst doch versuche doch zu kämpfen. Es verunsichert mich das du das denkst. Wollte dich eigentlich was fragen... aber nun weiß ich nicht so richtig.
Doris

21.7.

So ist es doch nicht! – Wenn ich etwas schreibe, denkst du oft gleich an das Schlimmste, was ich gemeint haben könnte. Das ist es aber nie! Ich habe eine sehr, sehr gute Meinung von dir – das hat sich in all der Zeit, die wir mailen, nicht geändert. Kannst du mir glauben.
Aber in unseren Mails lesen auch andere Ichs mit, und ich denke immer wieder auch an diese ändern. Es wäre ja besser, wenn mehr andere Ichs auch mailen würden (wie es zu Beginn war). Und bei den anderen ist es leider wirklich so, daß sie ihre Angst kaum überwinden – daß sie offenbar noch wenig Mut haben.
Deshalb hatte ich das so deutlich geschrieben.
Und mit "Feigling" hat das alles übehaupt nichts zu tun. "Feigling" ist ein Schimpfwort, und niemand von den Ichs hat es verdient, "Feigling" genannt zu werden. Sie alle haben schlimme Erfahrungen gemacht, die meisten leiden sehr – sie brauchen Unterstützung, damit sie Angst überwinden können.
Mo
PS: Ich gehe jetzt aus dem Haus und komme erst abends gegen 22 Uh wieder nachhause. Ich guck dann nochmal in die Mails, und wir können nachts auch noch telefonieren.

21.7.

Ich glaube jetzt, du hast gar nicht das mit dem Mut und der Angst gemeint, sondern daß ich geschrieben hab, "Das andere Ich hat dich überrumpelt"?? – Aber auch das hat nichts mit "Feigsein" zu tun, sondern das geschieht eben so. Du kannst es nicht ändern, wenn ein anders

Wird keiner helfen?

Ich in einem Moment stärker ist als du.
Aber darüber können wir später noch reden – sicher erst morgen.
Mo

21.7. 14:33

Danke! Auch über das andere? BITTE..

21.7. 20:17

Danke Mo das du mich doch verstehen kannst. (Ohne tausend Worte!)
Wenn du sagst es wäre besser wenn andere dir schreiben würden wie meinst du das?
Wegen dem von heute Nacht möchte ich lieber nichts mehr sagen... muss nur verstehen wie es möglich war das ich mitgegangen bin obwohl ich das nicht wollte. Und ich wollte es wirklich NICHT! Auch wenn du es wahrscheinlich nicht glauben wirst...
Nun zu der Frage naja eigentlich neuem Problem! Amelie möchte gern zu Oma! Also meine Mutter!? Sie wohnt hier in Ludwigstadt gleich drei Ecken weiter... du wirst lachen aber ja ich habe Angst da hin zu gehen. Der Gedanke sie zu sehen... zu riechen... zu hören... von ihr berührt zu werden... und was wenn sie mich nicht wieder gehen lässt? Mo was soll ich denn tun?
Doris

21.7. 22:23

Da bin ich wieder!
Zu dem mitgehen. Wenn du mir nicht mehr darüber sagst, kann ich nicht genau verstehen, was passiert ist. – Ob die Täter jemanden rausgelockt haben (durch einen Anruf per Smartphone) und derjenige (dasjenige Ich) hat dich durch die Aufforderung, dich hinzulegen, nach innen geschoben. (WER hat gesagt, du sollst dich hinlegen. Gestern hast du gesagt, "die haben gesagt..." – also Mehrzahl.)
Jedenfalls ist für mich völlig klar, daß du es eigentlich nicht wolltest, daß du dich wie fremdgesteuert vorkamst. – Wichtig ist nur, daß du immer weißt: die Täter können sowas nicht machen – sondern nur andere Ichs. Wenn auch möglicherweise auf Befehl der Täter.
Übrigens hatte mir von der letzten Nacht auch ein anderes Ich berichtet – jemand, der nur innen ist, aber sehr darunter gelitten hat; ich weiß auch, daß es mehrere Männer waren. Aber Einzelheiten, wie es dazu kam, weiß der nicht. Aber wenn du nicht drüber reden willst, ist es natürlich ok!
Es gibt allerdings noch das Problem, daß Amelie nachts alleine in der Wohnung war – ohne daß sie es vorher wußte. Was, wenn sie nachts aufwacht und du (ihre Mama) ist nicht da?? ²⁰⁰

Das andere: die Mutter. Es gab zum "Muttertag" das Problem, daß Merle (Amelies Mama) dort nicht hingehen wollte, aber die Mutter es von ihr gefordert hat. Ich weiß nicht, wie es damals ausgegangen ist.

Meiner Meinung nach muß du das nicht machen, wenn du nicht willst. Du kannst Amelie auch

²⁰⁰ Ab jetzt versuchte ich kontinuierlich, Merle & Co. auf Amelies Situation hinzuweisen bzw. die reale Gefahr für sie abzuschätzen.

Wird keiner helfen?

sagen, daß du dich mit ihr nicht gut verstehst. (Die anderen Großeltern scheinen ja ok zu sein? Die Amelie-Mama Merle hat mir gesagt, dort fährt sie mit Amelie manchmal dorthin.) Festhalten kann die Mutter dich nicht, der Körper ist ja erwachsen (denk dran!) – aber es könnten kleine Ichs nach außen drängen, die vielleicht bei der Mutter bleiben wollen? Wer weiß – vielleicht gibt es doch welche, die sie in guter Erinnerung haben?

Facebook:

15:28

Was soll ich tun? Sag's mir! Ronald

22:42

Danke, daß du helfen möchtest!! – Du hast vielleicht Einfluß bei den Wütenden innen, die aber gegen die Täter sind. Wenn du denen erklären kannst, daß nicht die Außen-Ichs schuld sind, sondern nur die Täter, die Männer, wäre das eine große Hilfe. Noch besser, wenn du ihr Sprecher werden kannst. Mondrian

22.7. 07:07

Wütende die gegen die Täter sind!? Das ist ganz anders. Es sind zu viele die wütend sind aber nicht verstehen wollen das die Täter die bösen sind! Die hören nicht auf mich, sind nun auch gegen mich! Die anderen, die du vermutlich meinst, kann ich nicht erreichen... es ist als ob die mich nicht wahrnehmen... kanns nicht erklären... hab's aber schon oft versucht! Ronald PS Nacht wieder die Hölle!!!! Kannst du wirklich nichts tun?

22.7.

Nein, leider nicht. – Den Wütenden, die nicht verstehen, daß die Täter böse sind, muß widersprochen werden. Es sollte ihnen erklärt werden, wie es wirklich ist. – Ich würde es auch versuchen, wenn sie mit mir Kontakt aufnehmen würden. Aber sie können glaub ich nicht schreiben.

[gelesen 8:13)

09:36

Hallo Amanda: Das Kind Amelie war jetzt schon zweimal nachts alleine in der Wohnung, während der Körper in der Gewalt der Täter war. – Wie seht IHR das? Mondrian

Mail:

22.7. 07:37

Guten morgen Mo,
ist alles ok bei dir? Geht's dir gut?
Doris

Wird keiner helfen?

22.7.

Nein, es geht mir nicht gut... weil ich mir große Sorgen mache. – In der vergangenen Nacht war der Körper (du scheinst es nicht mitgekriegt zu haben?) wieder in der Gewalt der Täter. Es muß wieder sehr schlimm gewesen sein. Das hat mir ein Ich von innen geschrieben. – – Das ist schon schlimm genug, aber es war dann ja Amelie alleine in der Wohnung!!! (Jetzt schon in der zweiten Nacht) – Und was ist, wenn sie mal aufs Klo geht und ihre Mutter ist nicht da, sie ist ganz alleine?

Und was ist, wenn die Täter in dieser Zeit in die Wohnung gehen und... ?

Mo

22.7.

Doch habe es mitbekommen! Es tut mir leid es dir nicht gut geht...

22.7.

Doris, es geht jetzt um Amelie. Wie siehst du dieses Problem? Du und ihr alle habt die Verantwortung für das Kind!

22.7.

Diesem Kind passiert nichts!

22.7.

So einfach ist es nicht. Wenn es alleine zuhause ist, kann ihm etwas passieren, durch die Täter. Wenn es nachts aufwacht und niemand ist da, macht das Angst.

Merle und wer dies liest: Ich habe bestimmten Ichs versprochen, zu reagieren, wenn ich reale Gefahr für Amelie sehe. Das ist jetzt der Fall.

Der Satz "Dem Kind passiert nichts" reicht jetzt nicht mehr.

22.7.

Ich habe die Verantwortung! Habe alle Aufgaben! Alle Probleme! Schade das keiner die Verantwortung für mich hat! Keiner auf mich aufpasst! Aber das zu sagen ist wahrscheinlich schon wieder egoistisch für dich! Entschuldige bitte... doch mir reicht's auch mal!!!!

22.7.

Doris, ich habe jetzt nicht nur dich angesprochen. Ich habe gehofft, daß auch andere Ichs dies lesen, vor allem die Amelie-Mama.

Irgendwas muß passieren im Interesse von Amelie. Wenn wirklich niemand von den Ichs die Verantwortung dafür übernehmen kann, müßte ich etwas tun. – Sonst wäre ich einer der Erwachsenen, die nur zugucken, wo ein Kind in Gefahr ist.

Wird keiner helfen?

22.7.

Ja! Und ich? Ich bin allen egal! Warum? Weil ich zwölf bin? Mich wehren müssen könnte? Habe es verstanden Mo alle anderen sind wichtiger als ich! Ich bin ein niemand mit kann man so umgehen! Aber das ich mit dem was die mit mir machen die kleine beschütze das will keiner sehen! Nicht mal du! Siehst du ich habe niemanden auf meiner Seite!

Doris

22.7.

Doris, ich verstehe, was du meinst. Aber du kannst die Kleine nicht schützen, indem du selbst alles von den Tätern erduldest. – Damit erpressen sie dich (und andere Ichs): "Wenn du nicht machst, was wir wollen, holen wir uns Amelie!" Das hat mir der Haupttäter sogar mal als Mail geschrieben.

Der Haupttäter spielt euch gegen Amelie aus. – Genauso wie sie das mit der kleinen Katze gemacht haben – und noch anderes. "Wenn du nicht.... – dann muß jemand anders leiden!" Versuch bitte, das zu verstehen!

22.7. 12.24

Ja ich hatte Angst das Du mich allein lässt aber das hast du wohl längst getan. Denn für mich ist niemand da! Es geht in Wirklichkeit immer nur um andere! Warum andere mehr wert sind als ich werde ich wohl nie verstehen! Ist aber auch egal ist eben so... auch wenn's keine Rolle mehr spielt ich habe dafür gesorgt das keines der Schweine die kleine anfasst! Was die mit mir machen ist ja eh egal...!!!

Doris

Mich "mögen"! Na klar! Es geht doch immer um was anderes... werde schon aufpassen!

22.7.

Nein, so ist es nicht, Doris. Es geht um euch ALLE, also AUCH um dich. Aber nicht NUR um dich. Aber es geht auch um ein Außenkind, das in Gefahr ist. Außerdem kann man kein Kind nachts allein in der Wohnung lassen, wenn es nicht mit ihm abgesprochen ist. Plötzlich ist die Mutter weg.. !

Ich weiß, daß du unendlich viel Schlimmeres erlebt hast, es tut mir jetzt auch sehr leid, weil dich das alles kränkt. Aber ich muß im Augenblick an Amelie denken.

LEIDER übernimmt auch von den erwachsenen Ichs niemand die Verantwortung.

22.7. 13:02

Und warum hast du mir gestern nicht geantwortet? Weil doch alles meine Schuld ist!

Doris

22.7. 14:33

Doris, ich hab dir gestern nacht geantwortet, gleich nachdem ich abends nach Hause kam: um 22.23h – aber da warst du egen schon weg! Ich hab auch noch lange gewartet, ob Antwort

Wird keiner helfen?

kommt – auch wegen telefonieren.
Deine Schuld ist gar nichts!
Hier ist die mail von gestern abend nochmal: (...)

22.7.

Doch das kann ich dir sagen. Nur was die mit mir gemacht haben möchte ich lieber nicht erzählen...
Die damit meine ich die bösen in mir. Die haben mir gesagt ich soll mich hinlegen Augen zu machen sonst tun die mir sehr weh. Mit den Nadeln von innen! Ich konnte das nicht mehr aushalten. Wirklich nicht! Ich habe es versucht! Dann weiß ich das der vor mir stand mir die Hand reicht und ich gehe mit. Wie ferngesteuert! Aber weiß es genau! Weiß alles... auch was im Auto war...
Mo ich muss verstehen warum das so war!
Gestern Nacht weiß ich nicht wie ich weg gekommen bin... ???
Wer hat dir etwas gesagt? Und es ist falsch wenn du denkst ich will nicht darüber reden. Ich kann es nicht!
Doris

22.7.

Doris, ich kann jetzt nur raten, was da im einzelnen war. Ich weiß erst sehr wenig von dem, was die Täter in all den Jahren in euch "programmiert" haben. (Damit meine ich, daß einzelne Ichs machen, was die Tater sagen.) – Das alles kann erst später geklärt werden, wenn ihr euch dazu entschlossen habt, euch wirklich von den Tätern zu befreien.
Es kann sein, daß der Täter (war es der, der dich sonst auch abholt?) telefoniert hat und ein anderes Ich gerufen hat, das dich von innen aufgefordert hat, dich hinzulegen.
Ich muß aber wieder von Amelie reden. Der Täter war in der Wohnung, als Amelie auch da war. Du bist gezwungen worden, wegzugehen, und Amelie war alleine. Das heißt, Amelie ist NICHT geschützt. Das ist jetzt das wichtigste! Denn Amelie ist ein Kind, das nicht auch noch in Gefahr kommen darf.
Auch du warst so ein Kind, ja – und hättest Schutz verdient. Und hast keinen gehabt, weil niemand sich gekümmert hat. – soll es Amelie auch so gehen?

22.7.

Ach so, du hast gefragt, wie du weg gekommen bist. – Ich vermute, es hat dann ein anderes Ich den Körper übernommen. Immer, wenn du etwas nicht weißt, wenn ein Loch in der Erinnerung ist, heißt das, ein anderes Ich ist in den Körper gekommen.
Wer es mir gesagt hat? Ich weiß nicht, ob er möchte, daß ich dir den Namen sage. Aber es ist auch ein Ich, das nur innen ist – aber sehr leidet unter der sexuellen Gewalt!
Du sagst, du kannst nicht drüber reden. Warum nicht?

Wird keiner helfen?

22.7.

Das wichtigste! Na klar! Amelie geht es gut ich habe dir gesagt das ich sie beschützt habe!
Keiner von denen wird ihr was tun! Und wach wird sie nachts NIE! Amelie wird es NIE so gehen!
Aber gut ich kann dich verstehen die kleine ist noch rein! Ist es wert!
Du redest von Missverständnissen aber das ist doch ganz klar geschrieben von dir.
Das wichtigste ist Amelie!
Was soll ich also noch sagen....?
Doris

22.7.

Leider kannst du Amelie nicht beschützen – so wenig wie dich selbst. Solange ihr euch nicht von den Tätern befreit, könnt ihr euch nicht beschützen – und auch Amelie nicht. Du kannst es nicht und die anderen Ichs auch nicht.
Ich glaube, das weißt du eigentlich auch.

Facebook:

22.7. 10h

Hallo Amanda: Das Kind Amelie war jetzt schon zweimal nachts alleine in der Wohnung, während der Körper in der Gewalt der Täter war. Vielleicht war das auch früher so. – Wie sehr IHR das?
Mondrian

22.7.

Mondrian, Amelie geschieht nichts! Die tun nur uns weh! Wenn Amelies Mama Amelie verliert ist alles verloren! Amanda

11:24

Nein, das kann ich nicht mehr akzeptieren. – Amelie ist alleine in der Wohnung, und die Täter drohen damit, sich das Kind zu holen. Sie haben auch Tiere getötet, um Ichs unter Druck zu setzen. – Wenn ihr keine Verantwortung dafür übernehmt, muß ich es tun. Mondrian

Mail:

22.7.

Weißt du die ganze Zeit versuche ich zu verstehen wo Menschen sich das recht hernehmen so mit mir umzugehen. So böse so grausam so brutal und....!!!! Und dann schreibst du Amelie ist jetzt wichtiger! Warum? BITTE erkläre mir was ein Kind wichtiger als ein anderes! Sag's mir. Was hab ich getan! Was ist das schlechte an mir! Ich habe hier alles so dermaßen satt! Das du mich aber auch so siehst als wertlos Dreck... weniger wert... tut mir leid aber damit komme ich nicht klar!
Doris

Wird keiner helfen?

22.7. 16:12

Doris, du fühlst dich als 12jährige, aber der Körper, zu dem du gehörst, ist weitergewachsen und ist kein Kind mehr. – Und deshalb geht es nicht anders, daß du (und die anderen Ichs, die zu diesem Körper gehören), die Verantwortung für ihr Leben übernehmen – so gut ihr es könnt. Aber Amelie ist wirklich ein Kind, sie weiß nichts von den Tätern und wir Erwachsene müssen die Verantwortung für sie übernehmen, denn wir wissen von den Tätern. Auch du und ihr alle. Wir beide, du und ich, haben soo viele Mails gewechselt, und du hast so viel gelernt über Viele sein und Täter – du weißt mehr als jedes andere Ich bei euch darüber!

Deswegen sag ich dir das jetzt sehr ernst: Amelie ist NICHT sicher, wenn die Täter in der Wohnung ein- und ausgehen, während sie alleine dort ist. Das müßtest du doch verstehen?! Du sagst mir selbst dauernd, wie böse die Täter sind, wie sie dich übertricksen, – all das. Du hast erlebt, wie sie Katzen getötet haben.

Wir beide schreiben Mails, die andern schreiben leider nur selten Mails. Deswegen muß ich das alles dir sagen, obwohl ich es auch den anderen Ichs sagen möchte und hoffe, sie lesen es mit. – Wenn ihr nicht die Verantwortung übernehmen könnt für Amelies Sicherheit, müssen es andere machen.

Wenn du behauptest, "dem Kind passiert nichts!" reicht nicht. Du und ihr alle habt nicht die Kraft, es zu verhindern. Genauso, wie du nicht verhindern kannst, daß sie dich foltern, oder daß sie die Katze getötet haben, oder anderes.

Das beste wäre vielleicht, wenn Amelie eine Zeitlang nur bei ihrem Vater ist – und ihr währenddessen Wege findet, euch von den Tätern zu befreien. Mit Hilfe von verschiedenen Menschen. Ich möchte dich und euch dabei natürlich unterstützen!!

Ich lasse dich (und euch) nicht im Stich – aber ich kann auch das Kind Amelie nicht im Stich lassen.

22.7. 16:34

Amelie wird ab morgen bei ihrem Papa sein!

Doris

22.7.

Ich bin sehr froh!²⁰¹ – Ich weiß, es wird jetzt wieder schlimmer werden für dich und andere Ichs, aber es wäre nicht verantwortungsvoll, Amelie in Gefahr zu bringen. Ihr könnt jetzt nicht wirklich für Amelie sorgen – sondern müßt erst an eurer Befreiung arbeiten. Du trägst sehr viel dazu bei, wahrscheinlich am meisten, aber auch noch ein paar andere Ichs (innen).

Der nächste Schritt zur Befreiung kann jetzt der Aufenthalt in der Traumaabteilung sein.

Ich bin wirklich sehr froh, daß du es so geregelt hast!

22.7.

Das ist doch nicht so schlimm...!

²⁰¹ Ein Mißverständnis! Es handelte sich nur um den gewöhnlichen Wochenwechsel.

Wird keiner helfen?

22.7.

Was ist nicht so schlimm?

22.7.

Na was mit mir passiert...

22.7.

Ach, Doris, das ist doch Unsinn!! Natürlich ist es schlimm, es ist schrecklich und etwas, was AUFHÖREN soll!!! Und ich werde alles tun, was ich kann, um mitzuhelfen, daß es irgendwann aufhört. Für dich und für die anderen Ichs. Für den ganzen Menschen Merle M.

22.7.

Mo ich weiß nicht was ich jetzt tun soll. Ich denke falsch zu verstehen war heute nichts... du hast mir ganz deutlich gezeigt das ich dir im Grunde völlig egal bin du ja eigentlich nicht mal wirklich mit mir schreiben möchtest! Bisher haben alle nur gelogen und alles in Frage gestellt. Nie ging es um mich! Warum auch? Entweder man ist es wert oder eben nicht... eine Erklärung über die Wertigkeit der Menschen bekomme ich ja nicht. Es liegt vermutlich nicht an dir aber du hast mich heute wieder sehr verletzt. Ich vertraue dir habe dich lieb gewonnen und du sagst am wichtigsten ist jetzt Amelie.... du hättest auch sagen können das mit mir umgegangen werden kann wie will... nach der Nacht diesen Nächten... dann noch den tritt von dir...

Und trotzdem brauche ich Hilfe! Deine Hilfe... um zu verstehen und um zu lernen...

Du hast mir gesagt du hilfst mir das ich nicht böse werde... aber genau das wird jetzt passieren! Denn du konntest mir nur wieder weh tun weil ich dich in mein Herz gelassen habe... sollte ich es so machen wie alle anderen. Einfach benutzen!?

Doris

22.7.

Doris, ich schreibe eine Mail nach der anderen, und in allen steht, daß ich dich sehr achte, ernst nehme, daß ich dich meine, daß ich dich unterstützen will – – und du scheinst das alles nicht zu lesen. Wieso nicht?

Ich hab immer wieder versucht dir zu erklären, wieso du ein Ich von mehreren bist und wieso ihr alle nicht mehr als Kinder leben könnt. Ich versuche, dir und den anderen zu helfen, das zu verstehen – und das werde ich weiter versuchen!

Du bist nicht "weniger wert" als Amelie. Aber Amelie ist ein anderer Mensch, und zwar ein Kind, das zum Glück noch nicht sowas Schlimmes erlebt hat wie du!

Amelie ist ein Mensch – ich bin ein anderer Mensch – und du bist ein dritter Mensch (auch wenn dieser Mensch M.M. viele Ichs hat).

Aber wir beide, du und ich, sind ERWACHSENE Menschen (auch wenn du dich als 12jährige fühlst) – und Amelie IST ein Kind. Sie ist NUR ein Kind, ganz und gar ein Kind. Ohne erwachsene Ichs, (noch) ohne Tätergewalt, ein Kind, das viel mehr Glück hat im Leben als du es hattest, ja, –

Wird keiner helfen?

aber deshalb ist sie nicht "mehr wert" als du oder ich.

Aber wir als erwachsene Menschen haben die Pflicht, Verantwortung für sie zu übernehmen.
Das ist der Unterschied.

Amelie könnte das alles nicht verstehen, über was wir Mails austauschen. Was "Täter" bedeutet. – Sie kann nicht wissen, was es für Gefahren gibt wegen der Täter! Sie weiß nicht, daß ihre Mama (denn so sieht sie dich ja jetzt) nachts weg ist.

Wir müssen sie bewahren vor all dem, so, wie alle Kinder bewahrt werden sollten.

Ich weiß, du wurdest nicht bewahrt. Aber trotzdem mußt doch auch du alles tun, was du kannst, damit sie bewahrt bleibt.

Oder?

Was du mit "Böse werden" meinst, ahne ich. Aber du bist nicht böse! Alles, was da geschieht, geschieht nicht freiwillig von dir. Teilweise hat es mit anderen Ichs zu tun (aber auch die sind nicht böse). Wenn du mir etwas mehr davon schreibst, kann ich dir sicher helfen, es besser zu verstehen. Und ich möchte dir nach wie vor und auch zukünftig helfen, zu verstehen. – Daran ändert sich nichts.

Ich hab dich lieb, Doris, auch daran ändert sich nichts.

Mo

22.7.

Noch etwas ist mir sehr wichtig:

Ja, dich habe ich auch liebgewonnen – aber Amelie nicht! Mit ihr hab ich gar nichts zu tun. – Und trotzdem sage ich, sie ist JETZT (in dieser Situation) wichtiger. Weil sie NOCH hilfloser ist als du.

Ich würde das auch sagen bei einem Kind auf der Straße, das in Gefahr ist, das ich gar nicht kenne.

Es hat nichts mit liebhaben zu tun, sondern damit, daß wir Schwächere schützen sollten! Grade wir, nachdem wir wissen, wie schlimm Schwächere behandelt werden, manchmal!

Und in diesem Augenblick, in dieser Situation ist Amelie schwächer, hilfloser als du.

DU hattest die Möglichkeit, sie zu beschützen, indem du vereinbarst, daß sie wieder zum Papa geht. Da hast du Verantwortung gezeigt!

22.7.

Du sagst du ahnst was ich meine mit böse werden... was ahnst du?

Alles tun damit die kleine bewahrt bleibt. Das tue ich doch längst... ich glaube du hast keine Vorstellung...

Habe das Gefühl du verstehst mich gerade gar nicht...

Werde hier reingeworfen... muss einfach klar kommen... du sagst immer wieder erwachsen... bin ich nicht! Muss klar kommen bin allein... Mo ich weiß und verstehe doch nicht was mit mir passiert! Verstehst du mich denn nicht?

Doris

Wird keiner helfen?

22.7.

Doris, ich weiß, daß du alles möglichst so getan hast, daß die Kleine bewahrt bleibt. – Aber es gibt Tricks der Täter, die du nicht kennst. Ich weiß von ihnen, weil ich andere Überlebende begleitet habe und weil ich vieles gelesen habe, was Helfer davon geschrieben haben. Diese Täter sind alle sehr ähnlich.

Ich weiß, daß es schlimm ist für dich, daß du seit ein paar Monaten plötzlich alle die Aufgaben einer Erwachsenen erfüllen sollst – daß die anderen Ichs dich damit allein lassen. Warum es so ist, kann ich nur ahnen. Ich denke, es hat genau damit zu tun, daß DU diejenige bist, die von allen Ichs am klügsten bist und am besten LERNEN kannst. Und dieses Lernen ist überlebenswichtig für euch alle – auch zur Befreiung. Aber ich glaube, es hat noch nie ein multiples Ich gegeben, das so intensiv gelernt hat wie du in allen diesen hunderten von Mails mit mir!!

Das ist das eine. Das andere ist, daß die meisten Ichs unendlich viel Angst haben. Die Täter haben immer wieder verboten, sich mit Helfern auszutauschen – aber du machst es doch. Die anderen Ichs haben nicht so viel Mut..

Was ich ahne (ich kann mich irren!) ist, daß du dich als Prostituierte erlebst, in diesen Nächten. Falls es das ist, kann ich dir etwas dazu erklären.

22.7.

Doris, ich möchte demnächst mal Schluß machen mit am Rechner sitzen. Wie ist es heute – möchtest du anrufen.. ?

Morgen bin ich wieder den ganzen Tag zuhause (mit kurzen "Spaziergängen"), aber am Nachmittag werden wir hier umräumen, dann bin ich ein paar Stunden nicht am Rechner (weil der dann auch abgebaut ist). Aber abends auf jedenfall wieder angeschaltet.

22.7.

Auch...! Was kannst du erklären?

22.7.

Danke, aber bitte nicht anrufen heute... weine...

22.7.

Gute Nacht für dich...

Doris

22.7.

Soll ich es heute noch erklären? Lieber morgen, ja?

Ich denke an dich. Vergiß nicht, ich hab dich lieb.

Mo

Wird keiner helfen?

22.7.16

Pmawgdjtmgjawtpmga

23.7. 23:58 Doris

Nein nicht mehr weh tun aufhören bitte keine Kraft bitte Hilfe nicht quälen nicht mehr quälen aufhören nicht machen bitte nicht machen lass das aufhören Hilfe

24.7. 03:57 ²⁰²

Du bist allen egal keiner wird dir jemals helfen du bist nur ein Stück Scheiße eine Hure eine kleine Schlampe zum ficken! Los du Dreckstück blas mir einen! Du bist für immer meine! Kannst nirgendwo hin! Keiner will dich! Allen bist zuviel!

24.7. 06:99 Doris

Schlafen bitte so müde habe Angst allein warum böse bin nicht wichtig bin egal für alle warum du bin doch lieb will nicht böse wichtig

24.7. 10:13

Hallo Doris, ich hoffe, daß du jetzt ein bißchen schlafen konntest! – Und ich will dir nochmal ganz deutlich sagen, daß du wichtig bist, du in deiner ganz persönlichen Lebendigkeit! Du bist nichts von dem Schlechten, was die Täter und auch manche Täterintrojekte zu dir sagen! Nichts davon! Das ist verrückter Schwachsinn dieser Täter! –

Und ich hoffe, du merkst doch immer wieder, daß ich zu dir halte. auch wenn es manchmal schwer ist, einander zu verstehen.

24.7.

Hallo Mo,schlafen leider nicht...

Erklärst du mir das bitte noch...

Doris

24.7.

Hallo Doris,

du meinst das mit der Prostitution?

Du weißt ja jetzt, daß dieser Körper M.M. wahrscheinlich die ganzen Jahre von Tätern zu sexueller Gewalt benutzt wurde. Es gibt viele Ichs, die nichts anderes kennen als solche Art von Sexualität. Und manche von ihnen haben sich so dran gewöhnt, daß sie nicht spüren, wie unwürdig und eklig es ist, was die Täter und die Freier mit ihnen machen.

Es gibt ein Ich, das sich wirklich als Prostituierte fühlt. Sie heißt Anne, wir haben schonmal kurz miteinander gemailt. Anne ist deshalb nicht schlecht oder böse – denn sie ist das auch geworden wegen der sexuellen Gewalt, die ihr alle, der Körper insgesamt erlebt hat.

²⁰² Entweder ein Flashback, in dem Beschimpfungen der Täter aus der Erinnerung produziert werden, oder aber ein Täterintrojekt, das Täter imitiert.

Wird keiner helfen?

Ich vermute, daß es Anne ist, die an diesen Abenden in den Körper gegangen ist. Durch das Co-Bewußtsein hast du trotzdem viel davon mitbekommen. Aber weil Anne dazu steht, eine Prostituierte zu sein, deshalb hast du wahrscheinlich auch solche Gedanken in dir gespürt. (Ich vermute es, du hast es mir ja noch nicht im einzelnen erzählt.) ²⁰³

23.7.

Nein Mo es war anders! Ich bin doch mitgegangen! Ich habe das alles erlebt und getan! Möchte darüber nicht reden oder nachdenken es soll nur raus aus mir!

Doris

24.7.

Doris, genau das ist "Co-Bewußtsein". Du und Anne, ihr seid euch vermutlich ziemlich nahe, innerlich. Du spürst sie nicht als "Andere" oder "Fremde". Ich glaube, das hat damit zu tun, daß du schon sehr viel verstanden hast von der Tätergewalt, von Sexualität im Schlechten – und daß es auch etwas anderes geben kann.

Bei Anne hab ich den Eindruck, daß sie auch auf der Suche ist nach Lebendigkeit. Sie ist kein Täterintjekt!

Es kann sein, daß sie sich dir nahe fühlt, daß sie vieles mitgekriegt hat von unseren Mails, von deinem Nachdenken und verstehen. Es kann auch sein, daß sie sich das Leben vielleicht auch anders wünscht – aber sie alleine weiß auch keinen besseren Weg.

Ich hatte den Eindruck, daß sie darunter leidet, daß sie abgelehnt und mißachtet wird, weil sie prostituiert wird. (Ich hab grade gestern in einer Schulung eine Frau kennengelernt, die viele Jahre lang auf den Strich gegangen ist und sich davon befreit hat. Sie hat uns viel erzählt von ihrer Situation.)

Versuch doch mal, Anne anzusprechen! – Ihr könnt vielleicht etwas miteinander lernen. Mir hat sie gesagt, daß sie gern Kontakt hätte – nur will sie kein "Blabla". Aber sie hat auch gefragt: "was würde es ändern an meiner Situation?"

24.7.

Danke für Deine Antwort. Doch entweder verstehst du mich nicht oder ich verstehe nicht...

Mo ich habe das erlebt! Ich habe etwas gemacht! Kein anderer! Und das was ich meine dazu hat der mich gezwungen...

Du hast geschrieben du hast denkst nicht schlecht von mir aber wenn ich dir erzählen würde... dann...

Doris

24.7.

Doris, vielleicht verstehe ich dich nicht. Aber du hast so wenig dazu geschrieben. Ich habe nur VERMUTET, es hätte mit Anne zu tun.

Wenn es etwas anderes ist, werden wir auch das gemeinsam verstehen lernen. Jedenfalls bist du

²⁰³ Ein tragischer Irrtum meinerseits. Anne stand/steht nicht dazu, prostituiert zu werden. Ich habe sie sehr gekränkt mit dieser Zuschreibung, die zum Glück revidiert werden konnte.

Wird keiner helfen?

nicht böse – egal was es ist. Nur die Täter sind böse. Und sie unterdrücken und foltern und zwingen und belügen ihre Opfer so lange, bis die Sachen machen, die sie nicht wirklich wollen. Die aber die Täter wollen. So ist es immer!

Schreib mir mehr dazu, – du kannst ganz, ganz sicher sein, daß ich dich nicht ablehne oder für böse halte.

24.7.

Wo anfangen? Die erste Nacht... der war viel böser als sonst. Im Auto... Es war als ob der keine Zeit hätte. Hat aber auch nicht aufgehört. Der war wie irre! Verstehst du?

Die anderen waren auch so oder ähnlich. Haben mir so sehr weh getan waren brutaler viel brutaler als sonst. Und dazu noch die In mir. Die haben nicht aufgehört! Fast wie ein Wettkampf... konnte das nicht mehr aushalten! Kannst du das verstehen?

Die waren so böse Schmerzen überall die sollen aufhören! Doch die machen immer weiter und weiter und weiter... so weh!

Dann kommt der und macht mich frei ich weiß nicht warum ich will das NICHT tun aber ich mach genau das was der sagt. Genau so was er will... ☹️☹️☹️

Doris

Es tut mir so leid Mo!

24.7.

Mo was denkst du haben die mit meiner Hand gemacht?

Doris



24.7

Ja, dann war es anderes als ich gedacht habe. Das hat nichts mit Anne zu tun, sondern wieder mit den Tätern.

Sie wollten ihre Gewalt über dich (also über den Körper, über alle Ichs) stärken, weil sie ja mitkriegen, daß es seit Monaten Kontakt mit mir gibt und der nicht aufhört.

Dazu haben sie dir zuerst extrem viel Gewalt zugefügt – und dich dadurch besonders hilflos gemacht. Und dann hat der, der dich "frei gemacht hat" (scheinbar!!) dich zu etwas anderem gezwungen (was du jetzt noch nicht erzählt hast).

Das ist wie eine teuflische Lehrstunde, in der die Täter dir (und den anderen Ichs, die das mitgekriegt haben!) gesagt hat: Paß auf – nur, wenn du alles das tust, was wir dir sagen, also

Wird keiner helfen?

auch das Böse, nur dann lassen wir dich verschont!

Oder andersrum: Wenn du nicht ALLES tust, was wir dir sagen, dann geht es dir NOCH SCHLIMMER!

Genauso ist es euch immer gegangen, genauso ist auch schon das kleine Kind, daß du einmal warst, gefoltert worden, Doris!

Und genau deshalb sind so viele Ichs entstanden, die alle ihre "Aufgaben" haben. Teilweise Aufgaben der Täter, teilweise ihre eigenen Versuche, sich irgendwie zu schützen vor den Tätern. Es ist schrecklich! – Aber wir können es verstehen – und deshalb ist auch die Befreiung möglich.

Deine Hand: sie haben etwas Heißes darauf ausgedrückt! Vermutlich Zigaretten. Sie haben dich gefoltert, und in dir auch andere Ichs. Jemand hat mir geschrieben: "Es war heute Nacht wieder die Hölle!!"

Gib nicht auf, Doris. Ich stehe zu dir und zu euch ALLEN und Befreiung ist möglich.

24.7.

Liebe Doris, ich bin jetzt etwas eine halbe Stunde lang weg.

(Denk bitte dran, ab jetzt wieder die Mails zu löschen.. du weißt ja ...)

24.7.

Mo wie meinst du das "scheinbar"?

Doris

24.7.

"Scheinbar" – weil du dann selbst das Gefühl hattest, "ich habe es selbst gemacht, also gewollt" – aber in Wirklichkeit ist es nicht freiwillig, hast du es nicht gewollt – denn sonst wärest du nicht verzweifelt deshalb. Sie haben dich dazu gezwungen, indem sie dir keine Möglichkeit gelassen haben, es nicht zu machen. Du konntest dich nicht wehren – und du konntest auch nicht fliehen. Es war also nur "zum Schein" freiwillig, nicht echt freiwillig.

Wegen der Hand – du solltest eigentlich zum Arzt gehen damit. Oder zumindest es verbinden, damit es sich nicht entzündet – sonst heilt es ewig lange nicht, in der Handfläche. Und kann auch gefährlich werden. Hast du Heilsalbe? Bepanthen oder sowas? Wichtig!!

24.7.

Ja du hast recht. So habe ich es noch nicht betrachtet. Stimmt das habe ich freiwillig gemacht aber wenn nicht dann hätten die mich wieder gequält und hätten es gemacht mir weh getan?

Mo zum Arzt kann ich nicht. Auch nicht weil ich nicht erklären kann wie und was passiert ist... aber Salbe mach ich schon drauf... Verband ist nicht so gut dann nässt es sofort wieder...

Mo ich weiß aber dennoch nicht ob du mein eigentliches Problem bei der Sache verstehst... ich möchte das nicht machen! Gar nicht! Nicht freiwillig! Dann haben die doch erst recht was die wollen! Was kann ich also dagegen tun? ????????????

Doris

Wird keiner helfen?

24.7.

Doris, du kannst allein gar nichts machen. – Die haben einfach die MACHT, und du allein bist hilflos gegen sie. Sie können dich so lange quälen, bis du es nicht mehr aushältst. Ok – und was passiert dann? Dann spaltet sich ein anderes (vielleicht sogar ein ganz neues) Ich von dir ab und geht in den Körper, – ein Ich, das nicht deine Willenskraft hat, sondern einfach alles mitmacht und erleidet.

So einfach ist das, leider! – Genauso sind die vielen Ichs entstanden..

Es gibt nur die eine Möglichkeit, daß ihr euch dazu entscheidet, euch zu befreien von den Tätern. – Das heißt zum Beispiel, daß du (und vielleicht auch die Merle-Mama) in der Uniklinik sagst, was wirklich los ist, und daß sie helfen sollen. Daß sie dich (euch) dann eine Zeitlang in der Klinik behalten, wo ihr zur Ruhe kommen könnt und auch wieder neues verstehen lernt. – Und dann hinterher, daß Leute dir helfen, daß die Täter nicht mehr an dich rankommen. Es gibt in der weiteren Umgebung zwei Vereine, die dabei helfen. Ich kenne sie und hab auch schon mal angefragt.

Anders geht es nicht..

24.7.



24.7.

Ja, leider.... – es ist noch ein langer Weg, Doris, und vor allem müssen wir anderen Ichs Mut machen und ihnen zeigen, daß es sich lohnt, diesen Weg der Befreiung zu gehen. Daß noch ein GUTES Leben auf euch wartet!!

Jedenfalls stehe ich zu dir, zu euch!

24.7.

Mo kannst du mir denn sagen wie schütze ich mich vor Menschen die ich nicht kenne nichts von denen weiß die aber andersrum alles über mich zu wissen scheinen?

Ich kenne die nicht mal! Diese elende Schweine könnten hier auf der Straße wohnen ich denen ständig begegnen... ich kenn die nicht!!! Wie vor jemanden verstecken wenn ich nicht weiß vor wem? Weißt du was ich meine?

Doris

24.7.

Natürlich weiß ich, was du meinst. – Leider ist es so wie das, was ich grad geschrieben habe: du kannst gar nichts machen.

Es gibt nur die eine Möglichkeit, Verbrecher zu finden, zu jagen: mit der Polizei. Und dazu müssen Aussagen gemacht werden von den Opfern. Und die Täter haben euch lebenslang darauf eingeschworen, niemandem, vor allem keiner Polizei, etwas zu verraten.

Ich habe mich mit einem Polizisten, der mit Zwangsprostitution zu tun hat, unterhalten. Er hat auch gesagt: was nützt es, wenn dann die betroffene Frau (ein anderes Ich) dasteht und sagt, es

Wird keiner helfen?

war gar nichts, es gibt keine Täter!

(Die Merle-Mama zum Beispiel behauptet, es gibt keine Täter. Sie weiß nichts davon und will es auch nicht wissen!)

Das ist das Problem.

Bitte, denk ans Löschen der Mails! Es wird jetzt immer wichtiger!

24.7.

Stimmt also alles nicht was DIE sagen?

24.7.

Ich begreifs trotzdem nicht ganz... ein Wahnsinns durcheinander! Böse Menschen! Böse in mir! Ich selbst werde auch schon böse...! Ständig nur Ärger mit mir! Und am Ende ist nicht mal klar ob ich ob wir jemals FREI sein werden...!

Warum machst du dir die ganze Mühe? Warum tust Du dir das an?

Doris

24.7.

Nur etwas stimmt: die Täter werden immer wieder Gewalt anwenden und dich und euch immer weiter für ihre Zwecke mißbrauchen. Solange, bis ihr euch befreit. – Alles andere sind Lügen, um zu erreichen, daß ihr keinen Widerstand leistet.

Und deine ganze Verwirrung ist eine Folge davon. Ihr alle wurdet seit der Kindheit ständig in die Irre geführt, immer neu... Kein Mensch hätte da eine Chance gehabt, Klarheit zu gewinnen! Und erstreckt kein Kind. – – Wäre ich als Kind in deiner Situation gewesen, wäre es mir genauso gegangen.

Aber du wirst nicht böse. Du nicht. Ich glaub an dich und an euch.

Warum ich das mache? Ich habs dir schonmal gesagt: ich will zum Guten in dieser Welt beitragen, in der so viel Schlimmes ist. Aber auch Gutes. Und auch das Gute nur deshalb, weil Menschen es einfach machen! Sich drum bemühen!

24.7.

Ja das hast du mir schon mal so gesagt. Aber ich meine es anders... was wenn ich es nicht wert bin? Schau die sind viel stärker! Ich habe es genau erlebt konnte nichts dagegen tun... habe schreckliches gemacht freiwillig obwohl ich nicht wollte. Hast du eine Ahnung wie es ist etwas zu tun was einen anwidert man es aber trotzdem tut nicht will und doch nicht aufhören kann!? Die Gefühle die sich in mir entwickeln.... und dazu dieses nichtverstehen meines handelns...

??????????

Was wenn denen ihre Macht zu groß ist? Das böse längst in mir ist? Du deine Zeit mit mir verschwendest?

Doris

Wird keiner helfen?

24.7.

Es ist niemals verschwendete Zeit, wenn wir einem anderen Menschen unterstützen bei etwas GUTEM! Selbst wenn es nicht erfolgreich ist. Denke an all die Menschen, die in Diktaturen, in mörderischen Staaten dagegen ankämpfen... und es gelingt nicht... und sie werden deshalb umgebracht... Verschwendete Zeit??

So können wir nicht denken. – Abgesehen davon glaube ich an euch, wirklich. Da ist so viel Gutes, so viel Klarheit in dem Guten.. das kommt jetzt vor allem bei dir zum Ausdruck, aber du könntest nicht so sein, wenn diese Menschlichkeit nicht auch bei anderen wäre, in dir.

Und nicht zuletzt hab ich dich kennengelernt.. dich selbst (wenn auch erst nur durch Mails), und das bedeutet mir viel. Es ist ein Stück meines Lebens, zu dem du gehörst. So ist es eben!

24.7.

Danke Mo! Danke das du an uns glaubst! Doch Schau mal du tust so viel... und ich bin manchmal so blöde zu dir.... kann nichts zurückgeben... doch würde gern!

24.7.

Du gibst mir viel, wirklich! Wenn ich dich in mein Herz gucken lassen könnte..

Du bist ein ganz besonderer Mensch in meinem Leben, – – aber es läßt sich nicht in Worte bringen.

Ich hoffe, wir können uns bald sehen und anschauen – und vielleicht merkst du es dann deutlicher.

25.7. 8:31

Mo bist du noch da?

Doris

25.7. 9:06

Ja, Doris, ich bin noch da. Natürlich. – – – Habe dauernd an dich gedacht in dieser Zeit....

25.7. 9:10

Danke Mo!

25.7. 9:47

Nein Nein Nein Nein Mo mach das nicht! Werden dir sehr weh tun sind so böse! Bitte pass auf Mo! Werde auch böse habe Angst! Nicht mach das nicht! Die wollen das nicht! ²⁰⁴

25.7. 10:10

Liebe Doris,

mach dir bitte keine Sorgen um mich. Mir werden die Täter nichts tun. – Es geht um dich und

²⁰⁴ Offenbar eine kleine Abspaltung von Doris (denn sie sagt auch "Mo"). Bezieht sich vermutlich auf meine Hoffnung, sie bald in Ludwigstadt besuchen zu können.

Wird keiner helfen?

euch. Aber die Täter werden DICH (den Körper, euch alle) mehr und mehr ZERSTÖREN, wenn IHR euch nicht befreit! Mit der Hilfe von Außenpersonen. – Darum geht es. Nicht um mich geht es – das ist wieder nur Angstmacherei von den Tätern.

Sie können nur DIR und EUCH etwas tun.

Ich war einkaufen, deshalb hat es ein bißchen länger gedauert, bis ich geantwortet habe.

25.7. 10:27

Jamwtjmdapgj

25.7.

Wer will mir da schreiben? Laß dir von jemand anders helfen – ich kann dich noch nicht verstehen!

Mondrian

25.7. 12:00

Bitte Mo die sind grausam teuflisch böse mach das nicht tun weh nicht mach nicht die hören nicht Mo Nein bitte nicht

25.7.

Doris, ihr könnt euch befreien. Willst du das nicht? Nur darum geht es.

25.7. 12:18

Hallo Mo,

Ja das weiß ich doch! Von dir! Doch ich will das! Unbedingt! Warum fragst du das jetzt? Wirst du mich allein lassen?

Doris

25.7.

Hallo Doris,

ich frage deshalb, weil ich grad ne Mail bekommen habe von einem ängstlichen Teil in dir (es hat mich auch Mo genannt!):

Bitte Mo die sind grausam teuflisch böse mach das nicht tun weh nicht mach nicht die hören nicht Mo Nein bitte nicht

Darauf hatte ich geantwortet. Ja, es scheint durch die Grausamkeiten in den letzten Tagen sich eine "andere Doris" von dir abgespalten zu haben. Ich weiß nicht.

Ich hatte zuvor auch schon eine Mail von dieser "anderen Doris" bekommen:

Nein Nein Nein Nein Mo mach das nicht! Werden dir sehr weh tun sind so böse! Bitte pass auf Mo! Werde auch böse habe Angst! Nicht mach das nicht! Die wollen das nicht!

Nein, ich lasse dich und euch nicht im Stich!! Ganz bestimmt nicht!! – Aber es wird jetzt wirklich gefährlicher als früher. Die Täter haben gemerkt, daß es echten Widerstand in euch gibt. Deshalb reagieren sie mit noch mehr Brutalität. – Es ist wichtig, daß du den Schritt nach außen machst.

Ja, ich glaube, DU und die Merle-Mama, ihr seid diejenige, die die Führung des Systems

Wird keiner helfen?

übernehmen solltet – denn die anderen haben entweder zu viel Angst oder aber wissen nichts von den Tätern. (Das gilt zwar auch für die Merle-Mama, aber sie hat außen so viel um Amelie gekämpft, sie müßte unbedingt mitentscheiden.)

Das alles geht mich eigentlich nichts an! Ihr allein entscheidet, es ist dein und euer Leben, dein und euer Körper. Ich will dir nur sagen, daß ich dich und euch bei diesen Schritten weiterhin unterstützen möchte.

25.7.

Mo was soll ich tun?

25.7.

Das Wichtigste ist, daß DU während des Aufenthalts in der Traumastation ab 3. August im Körper bist und eindeutig die mörderische Brutalität der Täter bezeugst. – Denn wenn die betroffene Person es nicht selbst macht, können die Leute außen nicht helfen.

Du kannst dort dann sagen, daß du mich als Vertrauten dabei haben möchtest (ich komm dann auch nach Ludwigstadt) – aber auch das mußt du denen selbst sagen/schreiben. Weil es ja deine und eure Entscheidung sein muß!

Und als Drittes ist, daß der Merle-Mama geholfen werden muß. Sie hat Angst, sich mit diesem Thema zu beschäftigen, sie will es nicht wissen – sie will nur um Amelie kämpfen. Aber Amelie wird ihre Mama und euch alle verlieren, wenn ihr euch nicht befreit. Die Täter werden euch (den Körper) im Laufe der Zeit zerstören. Das müssen wir der Karin-Mama erklären!

So sehe ich es. Aber alles ist deine und eure Entscheidung.

25.7.

Mo wie meinst du das? ... Amelie wird ihre Mama verlieren. Was passiert mit ihr?

Die Täter machen das doch schon immer!? Wie meinst du zerstören?

Du sagst ich könne DICH dabei haben als vertrauten. Wobei?

Doris

25.7.

Die Täter benutzen euren Körper, um Geld zu verdienen – um jeden Preis. Der Körper ist 40 Jahre alt. Er kommt kaum zum Schlafen, es entstehen immer mehr verzweifelte Ichs. Die Täterintrojekte kommen dazu. –

Die Täter werden den Körper zerstören durch alle die Gewalt, den Streß, das Leid. Irgendwann wird er tot sein – und ihr alle mit ihm. Entweder nimmt jemand sich das Leben oder die Täter zerstören ihn gewaltsam, oder durch nicht essen und trinken..

Dadurch wird Amelie ihre Mama verlieren.

Amelie wird älter – sie braucht mehr von ihrer Mutter, sie braucht eine Mutter, die gesund ist.

Und die Täter werden gefährlich für Amelie, wenn sie kommen, während Amelie da ist.

Wobei du mich haben kannst als Vertrauten? Um in der Traumaabteilung zu besprechen, wie es weitergehen kann mit der Befreiung.

Du sagst doch immer, du willst dich befreien –

Wird keiner helfen?

Doch ich will das! Unbedingt! – hast du mir vorhin geschrieben. – Oder hab ich dich jetzt falsch verstanden? Dann tuts mir leid, erklär mir bitte!

25.7.

Nein du hast mich richtig verstanden! Du musst nicht gleich böse auf mich werden!

Ich wusste nur nicht das ich Dich dabei haben darf.

Übrigens wenn du auch böse zu mir bist hilft mir das nicht! Es verletzt mich nur!

Es tut mir leid wenn ich dich nicht gleich verstehen kann!

Doris

25.7.

Doris, ich war kein bißchen ärgerlich!! – Ich habs nur nicht verstanden.. nicht verstanden, was du nicht verstanden hast! So ist das bei uns Menschen, bei allen. Mißverständnisse, etwas nicht verstehen, Unsicherheit.. Das ist ganz natürlich und nicht "böse"!

Es hat halt auch damit zu tun, daß wir jetzt nur Mails schreiben können. Beim miteinander reden, vor allem wenn wir das Gesicht der/des andern sehen, läßt sich das viel leichter richtigstellen und auch verstehen. So auf dem Papier (in geschriebenen Buchstaben) steht es dann ganz fest da...

Sei also bitte nicht ärgerlich. Ich weiß, daß ich dir nicht helfe, wenn ich ärgerlich bin.

25.7. 14:54

Wirst du also zu mir kommen wenn ich in der Uniklinik bin? Dann werde ich dich endlich kennenlernen dürfen? Darf ich dann auch mal kurz schlafen? BITTE...

Doris

25.7.

Wenn du dort bist, werden wir ja weiterhin mailen. Und dann können wir vereinbaren, an welchem Tag ich komme. Ich hab kaum Termine im August, außer den Nachtdiensten. Wir können uns dann erstmal alleine kennenlernen – und du kannst entscheiden, ob du mich am selben Tag auch dabei haben möchtest mit den Psychologen dort, zum reden über Hilfe. – Aber ich kann auch später nochmal kommen, an einem anderen Tag.

Ich bin auch sehr froh, daß wir uns endlich kennenlernen können. Es tut mir noch immer leid, daß es damals so doof schief ging!

Ja, versuch zu schlafen! Ich wünsch es dir.

Und bitte denk ans Löschen der Mails.

25.7.

Ich freue mich auf dich!

Nein so meinte ich es nicht. Brauch nicht versuchen zu schlafen. Denn die lassen mich nicht schlafen! Es war eine Frage an dich. Ja es klingt dumm! Aber wenn du in Ludwigstadt bist bei mir dann werde ich sicher sein und die können mir nichts tun! Weißt Du wie ich das meine?

Doris

Wird keiner helfen?

Wie lange bin ich in der Uniklinik?

25.7.

Ja, jetzt hab ich dich verstanden wegen schlafen. – Ich weiß nicht, wie lange du dort sein wirst – es scheint erst im Laufe der Zeit entschieden zu werden. (Ich schick dir nochmal den Brief von dort mit, weiß nicht, ob du ihn hast).

Doris, ich wollte mich nicht aufdrängen – aber falls es dir so viel bedeutet, kann ich auch öfters innerhalb der Zeit in Ludwigstadt kommen, jeweils für einen Tag natürlich nur. Ich hoffe zwar, du wirst auch zu den Leuten dort ein bißchen Vertrauen finden, aber es ist natürlich klar, daß es mit uns was anderes ist.

Wenn du dann wirklich weitermachst mit der Befreiung, werde ich gerne auch später dazukommen – das müssen wir dann natürlich immer neue abstimmen mit der Zeit, die ich habe. Aber du und ihr seid mir sehr wichtig, für euch möchte ich auch Zeit haben!

25.7.

Darf ich dann aber auch schlafen?

Dann weiß ich doch gar nicht für wie lange ich packen muss.?

Ja Mo es bedeutet mir sehr sehr viel! Du bedeutest mir viel! Dir kann ich vertrauen! Du wirst mich niemals anlügen!

"Wirklich weitermachen?" Das steht doch außer Frage! Natürlich werde ich weiter machen! Die blöden Schweine werden nicht gewinnen... !!!!

Darf ich etwas fragen? Aber es ist etwas blödes... möchte es aber verstehen.

Doris

25.7.

Du meinst, daß ich neben dir sitzenbleibe, während du schläfst? Ja, das können wir auch mal machen – aber nicht den ganzen Tag lang...

Ja, wegen der Dauer – das verstehe ich auch nicht. Aber ich hab dir den Brief ja geschickt: da steht nix drauf zur Dauer. Du könntest vielleicht nachfragen per Mail?

Frag mich was du möchtest, bitte, Doris! Klar!

25.7.

Ja Nein! Natürlich nicht den ganzen Tag ne halbe Stunde würde mir schon reichen. Hauptsache mal schlafen... und außerdem möchte ich ja dich kennenlernen...!

Ja werde mal hin schreiben.

Wie du weißt machen die blöden bösen Männer so'n Sex Zeug mit mir. Warum tun das auch Frauen? Das kann ich nicht verstehen. Das Frauen auch böse sein können das weiß ich hab ich schon erlebt. Nur warum die genau DAS tun...???

Doris

Wird keiner helfen?

25.7.

Klar, wir machen das! Wenn es dir hilft (und wahrscheinlich dann auch anderen Ichs), mach ich es gern. Ja!!

Ich bin doch so froh, wenn ich dich unterstützen kann... wirklich als Mensch zu Mensch. Frauen als Täterinnen ... Du sagst es ja selbst, auch Frauen können böse sein. Sie sind nicht von Natur aus "besser " als Männer. Und auch bei Frauen kann deren Sexualität kaputt sein, zerstört durch irgendwas – oft sicher dadurch, daß sie selbst sexuelle Gewalt erlebt haben – und jetzt vielleicht in die Rolle des Täters gegangen sind.. ähnlich wie die Täterintjekte in dir. Sie fühlen sich stärker, wenn sie Täterinnen werden, sich dadurch nicht mehr als Opfer fühlen.

25.7.

Danke Mo für die Erklärung. Aber das genügt mir nicht um zu verstehen...

Warum? Selbst wenn es so war und diese Frauen selbst gequält worden sind dann ist es für mich keine Entschuldigung das nun bei anderen zu tun. Im Gegenteil! Das ist doch dumm! Denn die sollten doch wissen wie es sich anfühlt!

Doch erklärt mir das auch noch nicht warum die dies Sex Zeug mit mir machen!?

Ich glaube verstanden zu haben die Männer machen es weil sie wollen das das Zeug aus ihrem Penis kommt.? Ich glaube das macht denen ein gutes Gefühl.?

Aber machen Frauen das mit mir? Wenn dir die Frage zu blöd ist dann sag's bitte und antworte nicht. Ansonsten brauch ich bitte eine Antwort um es zu verstehen.

Entschuldige Mo...!

Doris

25.7.

Doris, ich will dir immer gerne antworten, so gut ich kann. Und es ist gut, daß du weiterfragst... das hilft mir ja auch klarer zu antworten. Gibt keinen Grund, dich zu entschuldigen!

Für Opfer kann es eine Erleichterung sein, Täter zu sein – also nicht mehr hilflos. Denk an die Täterintjekte bei dir. Die sind Opfer genau wie du, sind von den Tätern gequält worden – und jetzt fühlen sie sich besser (oder sicherer), wenn sie sich selbst wie Täter verhalten. Fühlen sich dadurch nicht mehr hilflos.

Das ist nicht schön, aber so sind Menschen manchmal. Nicht alle – aber viele.

Es kann auch sein, daß solche Täterinnen von ihren eigenen Müttern gequält worden sind – und das sie jetzt speziell andere Frauen zum Opfer machen wollen.

Das sind keine Entschuldigungen – nur Erklärungen, daß sowas so sein kann.

Was diese Täterinnen sexuell empfinden, weiß ich nicht. Aber sicher empfinden sie das Gefühl, MACHT zu haben über andere Menschen.

Wenn du dich einnerst, darüber hatten wir früher gesprochen: daß es zwei Gründe sind bei den Tätern: Sexualität und Macht.

Wird keiner helfen?

25.7.

Mo es war anders... vielleicht muss dir etwas mehr dazu erzählen damit du es besser verstehen kannst was ich meine...

Es waren Männer und Frauen zur selben Zeit. Die Männer haben mir weh getan mich gequält... zur selben Zeit haben die Frauen dies Sex Zeug mit mir gemacht. Denen ging es glaub ich nicht um Macht denn das haben die Männer gemacht. Die wollten nur Sex! Und das verstehe ich nicht. Warum? Warum wollen Frauen Sex von einem Mädchen? Was gibt denen das? Verstehst du?

25.7.

Es kann sein, daß diese Frauen früher sexuelle Gewalt erfahren haben und jetzt die Rollen tauschen: jetzt ist eine andere Frau/ein anderes Mädchen das Opfer und sie sind die Täter(innen).

Es kann aber auch sein, daß diese Frauen von den Männern so dressiert wurden, daß sie vor den Augen der Männer Sex mit einer Frau amchen. Auch das kann den Männern Gefühle geben. (Bordelle sind Häuser, in denen Prostituierte sind und Kunden/Freier gehen dort hin. Da gibt es auch solche Vorführungen, in denen Frauen mit Frauen Sex machen und Männer gucken für Geld zu.)

Natürlich kann es auch sein, daß die Frauen lesbisch sind – das heißt, daß sie wirklich Sex mit Frauen/Mädchen wollen.

Doris, es gibt ganz verschiedene Formen, in denen Sexualität und Macht bei verbrecherischen, kranken, gestörten Menschen vorkommt! Wirklich genau wissen können wir es nur im Einzelfall, zum Beispiel, wenn so jemand Therapie macht.

25.7.

Ich verstehe dich und danke dir für deine Antworten.

Mein Problem ist aber schau ich versuche die ganzen schrecklichen Menschen zu verstehen. Ich muss das! Ich denke nur wenn ich die verstehen kann kann ich Ordnung in meinem Kopf machen... das schreckliche irgendwie "ablegen". Weißt du ungefähr was ich meine?

Doris

25.7.

Ja, Doris, ich verstehe dich. Du hast auch genau recht mit deiner Überlegung!! – Das, was du da meinst, ist nichts anderes als Therapie machen. – Das Schreckliche in deinem Kopf verstehen, das heißt, Ordnung zu schaffen im Kopf. Genau das ist die Hauptsache bei Therapie (vor allem bei Traumatherapie).

Und um etwas in uns selbst zu verstehen, müssen wir auch etwas in der Außenwelt verstehen, also von anderen Menschen. So, wie du jetzt fragst nach den Tätern und Täterinnen.

Dieses Nachdenken über die Menschen – die anderen Menschen, die Bösen, die Kranken und die Gesunden und die Guten – und wie sind wir selbst? – auch das ist Therapie.

Wenn du (und ihr) erstmal befreit bist von den Tätern (und Täterinnen!), dann kannst du dich

Wird keiner helfen?

ganz auf die Therapie konzentrieren.

25.7.

Versteh ich! Aber Mo solange kann ich doch nicht damit warten. Ich wünschte das du in meinen Kopf in mich NEIN DU solltest das nicht tun! Jemand müsste in meinen Kopf in mein Inneres schauen können! Das Ganze Chaos Durcheinander da ist zu viel los! Nicht mehr länger zu ertragen... es sind nicht nur Gefühle die ich nicht unterscheiden kann. Da ist viel mehr! Erinnerungen... doch was sind Erinnerungen was davon sind meine? Was davon sind vielleicht Träume? Was davon sind vielleicht Phantasien? Was davon wurde mir erzählt? was wurde mir eingeredet? Wer von dem in mir bin ich? Wer ist echt?

Weißt Du in einem Moment wie jetzt ohne diese Männer ich Sitz einfach nur da und schreib dir... Da denk ich vielleicht ist das böse alles gar nicht echt. Vielleicht sind das die Träume. Vielleicht habe ich genauso ein schönes Leben wie die kleine Amelie. ODER

Ich bin längst Tod! Und nun sehe ich was mit mir passiert wäre... hätten die mich als kleines Kind leben lassen...?

Siehst du das Problem? Mein Kopf ist zu voll! Ich drehe schon durch...

Doris

25.7.

Doris, unsere ganzen Mails sind schon der Anfang von Therapie – und du machst das wunderbar, bewundernswert, toll!! Besser und schneller geht es nicht. Das sind ja alles Veränderungen im Kopf, und die brauchen ihre Zeit.

Ich verstehe, daß jetzt alles aufeinmal rausdrängt und geklärt werden will – aber das geht nicht. Auch deshalb nicht, weil die anderen Ichs auch noch da sind, und viel von dem Durcheinander in deinem Kopf hat mit denen zu tun. Die müssen wir alle mitnehmen beim Ordnung machen! Das Meiste von diesem Ordnung machen ist deine Aufgabe (und eure Aufgabe). Jemand außen kann es nicht an deiner Stelle machen. Ich oder jemand anders (Therapeuten) können Hinweise geben – so, wie ich das ja auch mache – ins Gespräch kommen mit dir (und mit den anderen Ichs).

Anders und schneller geht es nicht!

Ich bleibe ja dein (und euer) Gesprächspartner, so gut ich kann. Wenn du erlebst, daß ich da bleibe und du immer wieder, jeden Tag, mit mir besprechen kannst, was grad besonders drängend ist, dann wird das allein bei dir schon ein bißchen Ordnung bringen.

Mach einfach so weiter – indem du mir schreibst, und ich versuche, so gut ich kann zu antworten.

Dieses dranbleiben, nicht aufgeben – das ist jetzt das Wichtigste.

Es ist, wie einen Berg hochsteigen. Geht nur Schritt für Schritt – und erst im Laufe der Schritte merken wir, daß wir wirklich vorangekommen sind!!

25.7.

Das verstehe ich... woher weiß ich was wirklich ist? So vieles in mir ist so beängstigend... furchtbar... das kommt immer wieder!

Wird keiner helfen?

Ich weiß nicht ob du dir vorstellen kannst... Ein Kind schaut einen Film einen schrecklichen Film ist eigentlich viel zu jung dafür. Und immer wenn es nun die Augen schließt sieht es die schlimmsten Szenen...

So ist's in meinem Kopf nur weiß ich nicht ist es aus einem Film oder habe ich das erlebt..? Wie bekomme ich das weg? Raus aus mir? Weißt du es sind so schreckliche Szenen...

Bitte...

Doris

25.7.

Doris, geschehen ist mit Sicherheit alles, was du in dir als Bilder, als Film mitkriegst. Aber vieles davon natürlich auch anderen Ichs. – Letztlich ist das aber egal. Alles ist diesem Körper geschehen, und "ablegen" oder aufarbeiten bezieht sich auf ALLES, was dem Körper, also einzelnen Ichs, geschehen ist.

Jetzt, also solange die Täter immer noch zugreifen und du neues Schlimmes erleidest, ist es schwer, die schlimmen Bilder in deinem Kopf abzulegen – weil jede neue schlimme Erfahrung an die früheren Erfahrungen erinnert, sie werden jedesmal wieder neu "aufgerufen".

Daß diese Bilder jetzt so stark in dir hochkommen, liegt auch daran, daß du aufarbeiten WILLST und daß es dafür jetzt HOFFNUNG gibt. Früher gab es keine Hoffnung, da hast du versucht, alles runterzudrücken. Du hast mir früher schon geschrieben: du willst es rauschreien. Dieser Wille ist es, durch den es jetzt auch wirklich so stark rauskommt – erstmal nur in dein Bewußtsein, dann manches davon in die Mails an mich.

Es gibt aber therapeutische Möglichkeiten, die du versuchen kannst:

Du hast ja von den Filmen gesprochen, die du in dir siehst. Stell dir vor, daß du die in einem Fernseher siehst – und daß du eine Fernbedienung in der Hand hast.

Mit dieser Fernbedienung kannst du den Ton ganz leise stellen....

...und du kannst die Helligkeit erstellen, sodaß das Bild ganz dunkel wird, daß du nur noch wenig davon siehst.

Ganz ausschalten kannst du diese Filme wahrscheinlich nicht, aber dieses dunkel stellen und Ton leise stellen, das kann funktionieren. Du mußt es aber immer wieder machen, jeden Tag – bis dein Kopf sich an die Fernbedienung gewöhnt hat!!

Das zweite ist, du kannst dir vorstellen, daß du nach so einem Film die DVD oder Kassette aus dem Fernseher rausnimmst und in einen Tresor steckst und zuschließt. – Sie soll dort bleiben, bis du später in der Therapie das alles wirklich ablegen und erledigen kannst. – Auch das wird nicht sofort klappen, du mußt es jeden Tag neu machen, jedesmal, wenn so ein Film in dir abläuft, und zwar am Ende des Films. Dein Kopf muß sich erst dran gewöhnen, daß es so einen Tresor gibt. ²⁰⁵

25.7.

Das bedeutet ja dann aber auch das du ein hervorragender Therapeut bist...

²⁰⁵ Luise Reddemann: IMAGINATION ALS HEILSAME KRAFT (Stuttgart 2001) und (dies.) PSYCHODYNAMISCH IMAGINATIVE TRAUMATHERAPIE (PITT) – DAS MANUAL (Stuttgart 2004)

Wird keiner helfen?

25.7.

Danke, danke! – Also ich bin kein ausgebildeter Psychotherapeut, aber ich hab ja wirklich vor allem mit Menschen zu tun, die Viele sind (und auch rituelle Gewalt hinter sich haben). Einige haben mit mir Therapie gemacht. Direkt mit Tätern hatte ich allerdings noch nie zu tun. – Andererseits hab ich die Fachliteratur durchgearbeitet, die es auf Deutsch gibt, und auch Selbsthilfezeitungen von Überlebenden.

25.7.

Danke für die Übungen Mo! Werde das auf jeden Fall machen...

25.7.



25.7.

"Ausgebildet" wirklich spielt das eine Rolle?

Du hast doch viel mehr! Du verstehst mich und hast ein liebes Herz! Ein echtes Herz!

Doris

25.7.

Traumatherapie und dann noch mit DIS (Dissoziative Identitätsstörung, also Viele Sein) ist ein sehr spezielles Thema. Schon die meisten Psychotherapeuten kennen sich damit nicht aus. – Schwierig ist das auch deshalb, weil Menschen, die nicht Viele sind, oft große Probleme haben, sich ins Vielesein einzufühlen! – Also es ist Fachwissen nötig dazu, und die meisten Helfer müssen sich das in speziellen Ausbildungen erwerben.

So, wie es bei mir kam, das ist sehr untypisch.

Aber du hast recht, ohne menschliches Mitfühlenkönnen, ohne das Herz, nützt alle Ausbildung nichts.

25.7.

Mo das du das nötige Wissen hast und brauchst ist doch klar. Wie könntest Du mir sonst all die Fragen beantworten. Außerdem bist du der klügste Mensch den ich kenne! Aber du hast eben viel viel mehr... Wissen kann man sich aneignen man kann lernen. Doch wer kein gutes Herz hat wird sich nicht einfach eins kaufen können.... !

Wie meinst du den Satz... "So, wie es bei mir kam, das ist sehr untypisch." Doris

25.7.

Naja, ich meinte mit dem untypischen Weg, daß ich vor 20 Jahren einfach angefangen hab, mich immer tiefer in dieses Thema hineinzufinden... und daß ich das dann alles nicht beruflich gemacht habe... Dadurch hatte ich immer viel mehr ZEIT für einzelne Überlebende, als ein professioneller Therapeut hätte. Dadurch konnte ich mich vielleicht tiefer einfühlen in die Menschen.

Wird keiner helfen?

25.7.

Übrigens: wie geht es deiner Hand??

25.7.

Das klingt sicher blöd aber es ist so schön das es dich gibt. Ja vielleicht bin ich naiv aber so fühle ich. Du bist einfach da. Hörst dir Schlimmes an und hilfst. Einfach so! Mir! Gerade ist es ganz schlimm für mich zu berühren... aber dich würde ich jetzt gern kuscheln!

Doris

25.7.

Ich glaube die haben da noch was gemacht...? Aber geht schon... tut fast gar nicht mehr weh...

Doris

PS musste eben einen Fisch rausnehmen. Der war krank hatte Schuppensträube... also den konnte ich leider nicht heilen. Er hätte nur andere angesteckt... ☹️

25.7.

Ach Doris, daß du nochmal so viel Vertrauen haben würdest zu mir, nachdem es damals so schief gelaufen ist, hätte ich kaum zu hoffen gewagt!! – Aber sicher ist es etwas leichter für dich, weil ich ja eben nicht körperlich vor dir stehe.. denn das wird sicher nochmal ein Unterschied sein, wenn du da dann einen älteren Mann vor dir stehen siehst!

Zu der Hand: du solltest wirklich sehr aufpassen, daß es sich nicht entzündet. Denn in der Handfläche sind all die Sehnen und Muskeln, und wenn die was abkriegen und es nicht ordentlich verheilt, kann die Hand steif sein. Ich bin vielleicht ein bißchen übervorsichtig, aber – paß auf!

Was meinstest du, was sie noch gemacht haben?

Ein Arztesuch wäre vielleicht doch gut? Du mußt dem Arzt nicht sagen, wie es gekommen ist. Kannst ja sagen, daß du fachliche Unterstützung hast. – Aber es geht mich nichts an, entschuldige!!

25.7.

Etwas beschäftigt mich schon eine Weile...

Vielleicht magst du darauf lieber morgen antworten...

Denkst Du die Umstände meiner Eltern in ihrer Kindheit und Jugend spielen für mich eine Rolle?

Mo ich wünsche dir eine gute Nacht... und danke!

25.7.

Ok, dann schreib ich dazu morgen. Danke für dein Vertrauen und den Gutenachtwunsch, – bis morgen!

(Morgen und die nächsten 2 Tage hab ich wieder Nachtdienst, aber tagsüber bin ich da.)

Wird keiner helfen?

25.7.

Mo was meinst du mit "schief gelaufen"?

Die haben noch mehr von diesen Verletzungen an der Hand gemacht... aber mach dir keine Sorgen... das heilt schon wieder. Siehs mal so alles was die mir an körperlichen Schmerzen oder Verletzungen zufügen sind zwar sichtbar aber die verheilen schnell... das was wirklich schmerzt ist in mir drin. Zum Glück sieht das keiner!

Doris

25.7.²⁰⁶

Mit schiefgelaufen meine ich, als ich zu dir/euch nach Ludwigstadt kommen wollte und mir das dann zu unklar war, als plötzlich Amelie nicht da war und die Täter blitzartig wieder zugegriffen haben. Und du mir zu recht vorgeworfen hast, daß ich nicht kommen wollte – obwohl ich mich nicht genau wußte, was gewesen war. Und du hattest dich drauf gefreut.. Die Verletzungen.. – ich verstehe, was du meinst!

25.7.

Nein Mo! Sag's mir bitte nicht! Möchte es nicht wissen!

25.7.

Was soll ich nicht sagen? Was möchtest du nicht wissen?

25.7. 21:46

Wegen "schiefgelaufen"

Vermutlich hat es einen Grund warum ich es nicht mehr weiß.?

26.7. 00:16 Doris

So müde lassen nicht schlafen quälen innen bitte helfen so laut böse bitte lass schlafen bitte nicht allein lassen bitte nicht allein lassen bitte nicht allein lassen bitte nicht allein lassen

26.7. 03:20

Mo bitte musst aufpassen sind so teuflisch böse werden dir weh tun! Bitte nicht die hören nicht werden quälen mach nicht Mo bitte mach das NICHT

26.7. 05:04

Schmerzen nur böses werden töten nichts sagen schlafen muss schlafen bitte Baby so laut so müde bitte lass mich schlafen bin ganz lieb nicht töten bitte nicht bitte nicht Bitte schlafen nicht allein lassen bitte

26.7. 06:32

Tut leid Mo zu böse werden töten nichts sagen nicht schreiben werd böse

²⁰⁶ Dies Mail wurde gelöscht durch die Beschützerin Amanda, bevor Doris sie lesen konnte. Siehe in der Folge.

Wird keiner helfen?

26.7. 8:53²⁰⁷

Hallo Doris,

diese Situation mit meinem Kommen damals nach Ludwigstadt hast du vielleicht abgespalten (dissoziiert) – weil die Enttäuschung für dich so groß war, du damals alles Vertrauen zu mir verloren hattest. Und es kann gut sein, daß solche einzelnen Erfahrungen auch einzeln abgespalten werden (also daß sie nicht mehr in deiner Erinnerung sind).

Und weil diese doofe Erfahrung mit mir abgespalten war, konntest du leichter wieder Vertrauen zu mir finden. – So etwa könnte es sein!

Es kamen jetzt nachts (und auch gestern nacht) einige Mails von anderen Ichs, die aber auch "Mo" schreiben (also sind es sicher Abspaltungen von dir) und die große Angst haben – die offensichtlich die Drohungen der Täter in den letzten Tagen bewahrt haben. (Aber sie haben Angst auch um mich.)

Aber so ist es eben mit dem "dissoziieren" (abspalten).

...Wir wollten grad Frühstück machen, da sagte Petra: "Laß mal, ich deck den Tisch, – geh du erstmal zu Doris!" Da siehst du mal, wie du hier bei uns schon dazugehörst!

Aber jetzt geh ich zum Frühstück.

Facebook:

25.7.17 22:59

Hallo Mondrian, Bitte sagen bzw. sprechen Sie mit der kleinen Merle nicht über damals. (das Sie zu ihr kommen wollten...) sie hat das Ganze erfolgreich verdrängt. Sie möchte/ will lernen und verstehen, doch dazu muss sie Ihnen vertrauen. Ganz und Gar! Bedingungslos! Bitte! Ja, ganz ehrlich ist es wohl nicht, aber... BITTE Amanda

PS haben Sie vielleicht eine Idee, was tun, damit der Körper mal zur Ruhe kommt, schlafen kann?

26.7. 09:19

Guten Morgen, Bitte sagen Sie es ihr nicht! Wir haben die Mails gelöscht. dissoziiert/ verdrängt gibt es da einen Unterschied? BITTE sie sollte das jetzt nicht wissen. Sie isst jetzt endlich wieder! Auch wenn es nicht ganz ehrlich ist. BITTE verstehen Sie! Amanda

26.7.

Ja, ich verstehe. Gut, daß Sie so schnell reagieren konnten. Grundsätzlich ist es natürlich wichtig, daß Doris versteht, was dissoziieren bedeutet. Denn nur dann können auch die Täterintrojekte und die große Angst der anderen Ichs verstanden werden. Aber es ist richtig, Doris darf jetzt auf keinen Fall wieder überfordert werden. Danke! –

Wie schön, daß sie wieder ißt!!

Ideen, daß der Körper schlafen kann, habe ich leider nicht. Der Terror der Täter derzeit ist wohl sehr groß! Höchstens vielleicht Schlafmittel, was aber andere Gefahren mit sich bringt (Suizidmöglichkeit).

²⁰⁷ Auch diese Mail wurde gelöscht durch Amanda, bevor Doris sie lesen konnte.

Wird keiner helfen?

Dissoziiert heißt, Erinnerungen werden im Hirn woanders gespeichert. Ist ein biologischer Vorgang. Wir können es nicht mit unserem Willen verhindern oder rückgängig machen. – "Verdrängen" meint, wir schieben es nur weg, mit unserem Willen. (Über all das läßt sich natürlich noch viel mehr sagen..) Mondrian
[Dieses Gespräch ging abends weiter, siehe dort.]

Mail:

26.7. 10:19

Hallo Mo, geht es dir gut? Möchtest du mir von gestern antworten?
Doris
Entschuldige möchte dich nicht nerven...

26.7.

Hallo Doris, ich bin doch froh, daß ich dich dabei unterstützen kann, zu verstehen!!
Meinst du die Frage wegen den Eltern?

26.7. 10:32

Mo das kam von der Klinik auf meine Anfrage... (...)

26.7. 10:54

Zur Antwort der Klinik:

dann würde ich für 3 Wochen Kleidung mitnehmen. Falls eine längere Therapiezeit vereinbart wird, müßte die sicher auch erst bei der Krankenkasse vereinbart werden, sodaß du dann erst nochmal wieder nachhause gehen mußt.

Sie sind natürlich erstmal auch unsicher, wie es in der Praxis funtionieren wird ohne Sprechen. Wichtig wird dann sein, daß du die alltägliche Situation darstellst, – daß du also alle paar Tage von den Tätern tyrannisiert wirst und daß es wirklich auf die Befreiung ankommt. Was sie konkret machen können, weiß ich auch nicht.

Jedenfalls kann ich mir gut vorstellen, daß ich innerhalb dieser Zeit (2–3 Wochen) zweimal oder dreimal nach Ludwigstadt komme und es wirklich Gelegenheit gibt, sich über all das auszutauschen mit den Leuten in der Klinik!

26.7. 10:32

Ja bitte. Du hast aber nicht die Frage beantwortet... geht es dir gut?
Doris

26.7. 11:04

Ja, mir gehts gut.

also die Frage –

Ich bin überzeugt, daß es von Geburt an keine bösen Menschen gibt, sondern daß das Böse durch die Lebensumstände entsteht. Also auch bei deinen Eltern. Trotzdem kann das natürlich

Wird keiner helfen?

nicht alles entschuldigen, was jemand dann im Erwachsenenleben macht. Jeder Mensch kann auch um das Gute in sich kämpfen – und du siehst ja, wie auch du darum kämpfst und nicht den Täterintrospekten in dir Recht gibst!

Aber ich weiß nicht, ob du darüber jetzt mehr von mir hören möchtest oder ob das jetzt deine Frage beantwortet..

26.7. 13:36 Doris

Mo es geht nicht ab!

26.7.

Was geht nicht ab?

26.7.

Na das Böse und der Dreck!

26.7.

Doris, es kann nicht von einem Tag auf den andern funktionieren. Du mußt es immer wieder neu versuchen, immer wieder, – daß dein Kopf es sich merkt, daß es ganz automatisch wird.

Die schlimmen Erfahrungen hatten so lange Zeit, immer wieder neu in dich hineinzukommen, du bist so, so lange seelisch verschmutzt worden von den Tätern, – da kann das rausschmeißen nicht von einem Tag auf den andern gehen. Leider!

Das sind Möglichkeiten des Widerstands, die du in dir stark machen kannst. Es ist wie ein Dreck abwaschen, nur seelisch.

26.7.

Das weiß ich doch ich wollte doch das der ganze Schmutz Dreck das eklige nicht erst an in mir bleibt! Aber es geht nicht ab geht nicht mehr weg! Ich denke auch was der gemacht hat bleibt so oder so automatisch in mir drin?

26.7.

Doris, es geht leider nicht so, wie es besser wäre – daß es erst gar nicht in dich reingeht. Aber du weißt dann auch, wogegen du kämpfst! Du weißt dadurch auch, was Befreiung bedeutet – nämlich daß es keine neue Hölle gibt und daß du dann, hinterher, Schritt für Schritt die alten Erinnerungen ablegen kannst. Sowas geht, mithilfe von Traumatherapie.

26.7.

Ja Mo ich merke es!

Muss jedes ich für sich Ordnung machen?

Wenn die Bilder Filme Erinnerungen von anderen ich's sind, warum schieben sie die zu mir? Oder machen die bösen in mir die bösen Erinnerungen? Doris

Wird keiner helfen?

26.7.

Aber nochmal wie kommt der überhaupt immer zu mir? Die Kette war davor! Alles war zu! Ich habe den nicht rein gelassen!

26.7.

Ja, jedes Ich muß für sich Ordnung machen. Aber es wird leichter, wenn ihr anfangt, einander zu kennen und auch einander ernst zu nehmen. – Dann versteht ihr, daß ihr ALLE Opfer DERSELBEN Täter gewesen seid (und jetzt noch seid), – dann könnt ihr einander helfen beim Ordnung machen. (Und natürlich die Therapeutin, der Therapeut, egal wer es jetzt ist.)

Manchmal werden die Täterintrojekte dir tatsächlich Erinnerungen zuschieben, weil sie von den Tätern die Aufgabe gelernt haben, jemanden zu bestrafen, der Widerstand leisten will. – Aber oft ist es kein "Zuschieben", sondern die Ichs nähern sich dir.. – das kommt daher, daß du viel Hoffnung bedeutest für sie! Die meisten Ichs wollen ja auch ein gutes Leben, genau wie du! Sie nähern sich dir also, weil sie merken, "da ist jemand, die kämpft. Sie soll uns auch mitnehmen." Diese anderen Ichs müssen natürlich auch selbst am Verstehen arbeiten... sie haben teilweise anderes erlebt wie du. Aber das müssen sie auch erst lernen. – Jetzt noch sind sie wirklich wie kleine Kinder, die einfach hoffen, "die Großen" werden sie retten. Und die "Große" bist du jetzt für viele, – denn du wirst aktiv, auch nach außen (zu mir, zur Uniklinik usw.).

War der heute vormittag auch wieder in der Wohnung?

Vielleicht ist es jemand, der zu Anne kommt. Es gibt ja ein Ich, das sich dazu entschieden hat, Prostituierte zu sein.²⁰⁸ Ich hab dir das mal erzählt, glaub ich. Sie macht Termine mit Männern aus (über Whatsapp) und die kommen dann in die Wohnung. Anne ist dann im Körper, und du bist innen. Und sie kann natürlich die Kette wegmachen und hinterher wieder ran. (Einmal stand auch ne Kaffeetasse da, hattest du mir erzählt.) – Wir können aber auch darüber noch reden, falls du magst.

26.7.

Ja Mo der war heute bei mir? Bei MIR! Nicht bei Anne oder wen anders... nur ich war da! Der hat nur mir weh getan! Und ich wollte das NICHT! Glaub mir BITTE! Ich habe den nicht rein gelassen...

Verstehe das nicht!

Doris

26.7.

Doris, es kann schon sein, daß das durch das Co-Bewußtsein kommt. Du kriegst immer mehr mit von den anderen Ichs.

Ich kann mich natürlich irren – aber ich vermute schon, daß es so war. Daß Anne den Termin mit dem Mann gemacht hat und ihn reingelassen hat – und war sicher auch beteiligt. Aber du

²⁰⁸ Nein, Anne wurde mit Drohungen gezwungen, sich "freiwillig" zu prostituieren. Die typische Situation bei Zwangsprostitution von erwachsenen Frauen, die oft aus Osteuropa eingeschleust werden.

Wird keiner helfen?

konntest Anne nicht wahrnehmen. Nur den Mann und sein Handeln.

Dieses Co-Bewußtsein ist oft so, daß zwei Stimmen oder zwei Bewußtsein sich mischen, und in einem Moment kriegt die eine mehr mit, im anderen Moment die andere.

Daß du es so erlebt hast, wie du schreibst, glaube ich dir natürlich völlig!!

Bitte, versuch immer dran zu denken, daß in deinem Körper auch andere Ichs sind, die ihr eigenes Leben leben. – Erst jetzt könnt ihr gegenseitig etwas voneinander erfahren.

Ich werde dir immer weiter helfen, das zu verstehen und damit umzugehen!

26.7. An Anne

Hallo Anne, kann ich mal mit dir sprechen (schreiben)? – Ich möchte ja auch dich unterstützen, falls ich kann. Du und andere Ichs könntet sich vielleicht besser abstimmen. Ich weiß aber nicht genau, wie du deine Situation siehst.

Mondrian

26.7.

Mo das weiß ich! Was ich nicht verstehe wenn diese Anne das vereinbart hat warum muss ich dann den Scheiß erleben erleiden? Nicht sie? Und warum war der dann so böse so wütend? Hat mir so sehr weh getan? Denn so wie klingt macht sie das ja freiwillig?

Doris

26.7.

Ich weiß es nicht, Doris! Leider kann ich auch nur vermuten.. – vielleicht war es doch nicht durch Anne. (Ich hab ihr grad mal geschrieben, vielleicht antwortet sie.)

Deine Fragen sind richtig.

Vielleicht war doch anders, hat ein anderes Ich die Kette gelöst.. ?

Kannst du sagen, WIESO er so wütend war? Waren es die üblichen Drohungen der Täter? Wegen deinem Kontakt mit mir oder so? Oder war es vielleicht, weil er etwas anderes von dir wollte, als du gemacht hast?

Sei mir nicht böse, daß ich so genau frage. Antworte nur, wenn du es erträgst!

Aber ich verstehe auch erst sehr wenig davon, was da im einzelnen abläuft zwischen Tätern, Freiern und Ichs.

Die Tätergewalt gibt es schon seit vielen Jahren – und erst jetzt kenne ich dich und ein paar andere Ichs. Wir können nur Schritt für Schritt verstehen lernen.

Und die einzige wirkliche Hilfe ist sowieso die Befreiung, der Ausstieg.

26.7.

Mo ich möchte dir bitte erstmal etwas anderes erzählen...

...letzte Woche war ich mit Amelie unter anderem auch bummeln. Sie war da auch mal allein in einem Geschäft. Als ich dazu kam hatte die Dame aus dem Geschäft Amelies Umhängetasche zu gemacht. Ich nahm an sie habe sich etwas gekauft und die Dame hat ihr geholfen. Später zu Hause erzählt mir Amelie das die Dame in die Tasche schauen wollte. (Klar weswegen) ich habe Amelie gefragt ob sie sie gefragt hat und warum. Gefragt habe sie wohl aber ein warum gab es

Wird keiner helfen?

nicht. Ich habe Amelie erklärt das sie schauen wollte ob Amelie gestohlen hat. Und aber auch das die Dame kein recht hat in ihre Tasche zu schauen. Sie darf Amelie fragen ob sie gestohlen hat und wenn Amelie Nein sagt sie aber trotzdem der Meinung ist Amelie hätte etwas eingesteckt dann steht es ihr frei die Polizei zu rufen. Und die Polizei darf dann in deine Tasche schauen.

Heute war ich wieder dort wollte die Dame darauf "ansprechen" weil es mich ankotzt das Kinder im allgemeinen so behandelt werden eben weil's ja nur Kinder sind. Durch Zufall war Amelie mit Papa auch in der Passage beim einkaufen. Also sind wir zusammen hin... habe das alles der Dame erklärt per Handy. Die war natürlich total angefressen! Aber den Rest gab ihr wohl damit das ich von ihr verlangt habe sich bei Amelie zu entschuldigen. Das tat wohl besonders weh sich bei einem KIND entschuldigen zu müssen! Aber sie hat's getan. Ich glaube das war gut für Amelie... gut für Amelie zu sehen das sie ernst genommen wird...

Also du siehst ich habe eine Verkäuferin "gequält"... werde ich langsam böse????

Doris

26.7.

DAS IST DOCH TOLL, DORIS!!!!!!

DU KANNST ABSOLUT STOLZ SEIN AUF DICH!!!!!!

Also, ich bin platt!!

Das ist hypertoll und richtig, was du gemacht hast! – Was soll daran "böse" sein??? Weiß gar nicht, was ich dazu noch sagen soll – als dir 150%ig recht geben!!!

Es ist einfach völlig richtig und angemessen und was glaubst du, wie mich derartige Arroganz von Erwachsenen Kindern gegenüber ankotzt!!! Ich hätte es genauso gemacht, selbstverständlich!

Daß du den Mut hattest – wo du andererseits doch so viele Trigger in der Öffentlichkeit erlebst! Und wo du derzeit nicht sprechen kannst!

Und es Amelies Vater zu erklären – der mir übrigens bisher eher wenig einfühlsam in Kinder/Amelie geschildert wurde.. vielleicht ist er doch anders?

26.7.

Warum er so wütend war? Mo ich weiß nicht so richtig... weiß auch nicht wie es sagen soll... weißt du ich will nicht was der macht versuche mich also zu wehren. Der kann mich hier nicht fest machen. Ich denke das was er will geht dem dann nicht schnell genug.? Vielleicht wird der dadurch wütend? Sagt dann das du schuld bist weil du sagst ich könne gewinnen und noch mehr Schlimmes... versuche weg zugehen aber der will ja sein Sex Zeug machen. Tut mir dann besonders weh. Sagt ich soll lieb sein! Doch der tut mir so oder so weh besonders wenn der seinen Penis in mich macht... sagt immer alles meine eigene schuld! Mo ich möchte den töten!

Doris

26.7.

Doris, jetzt zu dem Mann. – Also wenn der sagt, es liegt daran, was ICH dir sage, du könntest gewinnen, das heißt, er ist kein fremder Freier (von Anne), sondern ist wirklich einer, der zu den

Wird keiner helfen?

Tätern gehört. Aber du kanntest ihn nicht? Vielleicht ist es der Hauptttäter, der den Körper immer abholt und zurückbringt? Ich glaube, das kriegst du sonst ja nicht mit, sondern er holt andere Ichs raus und bringt sie her. Stimmt das?

Dann kennst du den nicht vom Gesicht her – dann könnte er es sein.

Mir hat er ja auch schon Mails geschrieben, die sich genauso blödsinnig angehört haben wie das, was du jetzt sagst.

Ja, trotz der Gewalt und Grausamkeit, die er ausübt, trotz der Tricks halte ich ihn irgendwie für dumm. Er ist einfach primitiv – und so sind seine Mails, und so hat er jetzt geredet (was du erzählst).

Ja, ich würde ihn auch töten, wenn ich könnte – aber wir können es kaum je beweisen, was er gemacht hat, und dann sitzen wir im Knast. Das ist auch nicht so gut.

Wenn so einer zu dir sagt, du sollst "lieb sein", dann heißt das überhaupt nur, du sollst mitmachen, sollst das machen, was er will. Das sind Sprüche, die sind typisch bei Eltern (ich meine auch Eltern ohne besondere Gewalt!) – dieses "sei lieb!" kennt wahrscheinlich jedes Kind von seinen Eltern, und das heißt immer nur: sei so, wie wir es wollen.

26.7.

Ja die ganzen Trigger sind Scheiße...! Aber es ging eben um die kleine. Sie ist so lieb. Tut nichts unrechtes ist so gut erzogen und nur weil sie klein ist... Nein da mach ich eben nicht mit. Ja ihr Papa! Ich glaube ihm war das peinlich... er ist auch nicht mit rein gekommen... mir egal!

Mo ich weiß du musst dann noch arbeiten gehen☺

Es ist total ok wenn du Nein sagst...

... darf ich dich bitte später trotzdem anrufen?

Doris

26.7.

Ja, Doris, du kannst mich bis spätestens 19h noch anrufen.

Amelies Papa – ich hab schon oft über den nachgedacht. Später mal würde ich gern über den auch mal reden.

26.7.

Doch die Stimme kannte ich schon aber der hat doch kein Gesicht! Doch doch das muss der sein zum mindest von der Stimme her der mich auch mitnimmt...

Aber Mo ich kann den doch töten! Wenn der einfach in meine Wohnung kommt... du sagst es ist meine Wohnung.

Das dumme ist nur auch wenn ich lieb bin tut der mir doch trotzdem weh! Ich weiß nicht was sein Problem ist aber ich denke manchmal das das was er will nicht schnell genug geht.? Oder ich alles falsch mache... und es ist meine Schuld wenn es nicht geht! Dann quält er mich nur noch...

Doris

Wird keiner helfen?

26.7.

Doris, das wußte ich nicht, daß er mit Maske kommt. (Denn ein Gesicht hat er natürlich.) – Dann kann es auch kein Freier von draußen sein.

Nein, du kannst ihn nicht töten – weil du nie beweisen kannst, daß er etwas gemacht hat. Auch weil andere Ichs es nicht wissen oder sogar widersprechen würden. Laß den Gedanken. – Du würdest niemals recht bekommen.

Nein, die Lösung ist die Befreiung, den Ausstieg mit Hilfe der gesetzlichen Mittel.. Jemanden zu töten kann noch so verständlich sein, aber es bleibt etwas Vergiftetes in einem selbst drin, da bin ich sicher. Wir haben dadurch ja auch zu den Mitteln der Bösen gegriffen. Du würdest nicht glücklich werden damit, und ich auch nicht.

Wir können Idioten und Verbrecher nicht wirklich verstehen. Du würdest es den Tätern niemals recht machen können, denn sie WOLLEN dich ja quälen, sie genießen ja die Macht über dich.

Ok, rufst du an?

26.7.

Wer hat eine Maske: der, der dich sonst mitnimmt, oder der jetzt heute?

26.7. 19h

Magst du nicht mehr anrufen.. ?

Mo

27.7. 05:20

Mo bitte hilf mir! Ich weiß nicht wo ich bin die haben mich raus getan! Wie komme ich zurück?

BITTE so müde! Habe Angst und kalt! Bitte helf mir!

Doris

27.7. 07:48

Hab mich orientiert werde jetzt zurück finden...

Doris

27.7. 8:32

Mo bist du noch da? BITTE BITTE lass mich nicht allein! Es tut mir leid!

Doris

27.7. 9:09

Bitte lass mich doch nicht allein! Bitte Mo ich werde auch lieb sein!

Doris

27.7. 9:35

Mo bitte glaub denen NICHT! Ich wollte das NICHT! Bitte lass mich nicht allein!

Doris

Wird keiner helfen?

27.7. 10:03

Die halten mich fest tun mir weh! Ich will NICHT was die schreckliches mit mir machen! Warum glaubst du denen? Lässt mich allein?

Doris

27.7. 10:08²⁰⁹

Hallo Doris, ich bin wieder zuhause!

Mo

27.7. 10:55

Mo lass mich bitte nicht allein.

Doris

27.7. 11:26

Ich laß dich nicht allein!!! Ganz bestimmt nicht!!

Mo

27.7. 12:01

Danke!

27.7.

Bist du zuhause?

27.7.

Ja. Warum fragst du?

27.7.

Ich hab gefragt, weil ich unsicher war, ob ich dir schreiben kann.. oder ob es eventuell die Täter gleich wieder mitkriegem. –

Es tut mir sehr leid, was wieder passiert ist!! Und die Täter haben offenbar Lügen über mich erzählt. (Es kamen einige Mails von deinem kleineren Ich, das mir geschrieben hat, ich solle denen nicht glauben.) – Mach dir bitte keine Sorgen deshalb. Ich zweifle nicht an dir! Ich halte zu dir und zu euch. Du bist nicht böse und niemand von euch ist böse oder schlecht, auch Anne nicht, auch die Täterintjekte nicht, obwohl sie noch den Tätern glauben.

Will es dir nochmal ganz deutlich sagen!!

Ich bin heute den Tag über fast immer zuhause, erst abends wieder Nachtdienst.

27.7.

Danke Mo! Wollte gestern so gern deine Stimme hören... Doris

²⁰⁹ Ich war im Nachtdienst, wo ich derzeit noch nicht mailen konnte. (Ein internetfähiges Handy besitze ich nicht und will ich mir aus grundsätzlichen Erwägungen nicht anschaffen.)

Wird keiner helfen?

27.7.

Du hast gestern gesagt du hast über den Papa von Amelie nachgedacht... wolltest über ihn schreiben?

Doris

27.7.

Wir können ja heute abend telefonieren... falls du hoffentlich dann da bist!! Oder möchtest du lieber jetzt, tagsüber?

Amelies Papa... – ist ein schwieriges Thema. Ich weiß von Merle-Mama, daß sie jahrelang gegen ihn gekämpft hat, damit Amelie auch bei ihr wohnen durfte. Das versteh ich auch, nach dem, was sie mir erzählt hat. – Aber nicht so, daß er ein Böser wäre, nur zu wenig einfühlsam für Amelie.

Aber wenn du dich von den Tätern befreien willst, muß irgendwann auch Amelies Papa in die Situation eingeweiht werden. Denn du brauchst dann eine andere Wohnmöglichkeit, und trotzdem sollte ja Amelie weiter zu ihrer Mama gehen können. Das alles ist nicht einfach – auch wenn äußere Helfer da sind.

Das alles sind natürlich deine Entscheidungen, und du mußt auch Merle-Mama einbeziehen. – Und es ist ja erst Zukunft.

Aber aus diesem Grund hab ich über den Papa nachgedacht. Wie er wohl damit umgehen würde?

27.7.

Mo was bedeutet eigentlich "ob ich zur Therapie fähig bin" ? ???

Doris

27.7.

Mo ich habe noch ein anderes Problem. Möchte aber bitte nur wissen was ich tun kann damit es besser wird keinen ARZT!

Ich weiß nicht was die wieder gemacht haben aber die Hand tut jetzt sehr weh...

Falls du ein Foto brauchst um mir raten zu können...? Aber bitte keine Belehrung... nur deine Hilfe bitte!

Doris

27.7.

Wegen deiner Hand: ich bin kein Arzt, HELFEN kann ich dir nicht bei medizinischen Problemen.

"Ob du zur Therapie fähig bist" ist ein blöder Satz. Denn es hat ja auch damit zu tun, ob die Leute dort fähig, sind, dir zu helfen!! – Aber was sie meinen, ist: wenn dann nur jemand im Außen ist, die (oder der) nichts von den Tätern weiß, und vom Vielesein nichts weiß, – oder sagt, "es ist Quatsch, ich habe keine Anteile in mir!" – was sollen sie dann machen?

Therapie könnte sein, euch dabei unterstützen, Kontakte innen miteinander zu haben, Vertrauen zu bekommen in die Außenwelt, über Möglichkeiten des Ausstiegs nachzudenken .. solche Sachen. Wie es auch in den Mails mit mir geschieht.

Wird keiner helfen?

Aber wenn dann jemand im Körper ist, der das nicht will, dann können die beim besten Willen keine Therapie machen.

27.7.

Schön! Also ist alles umsonst! Diese ganze Scheiße wird nie aufhören! Siehst du denn nicht ganz egal wieviel ich aushalte und lerne werde doch trotzdem verlieren! Alles wird genauso bleiben! Am Ende haben die also doch recht! Und du deine Zeit verschwendest...!

Doris

27.7.

Nein, so ist es nicht – aber du mußt auch Mut haben, etwas zu ÄNDERN. – Solange du die Gewalt der Täter immer nur weiter tapfer aushältst, ändert sich nichts, wieso auch? Die Täter sind doch zufrieden damit – sie verdienen ihr Geld mit deinem Körper, was anderes wollen sie nicht.

Du hast so viel Mut gegenüber den Tätern. – Aber es ist jetzt auch nötig, Mut zu haben, um in der Welt draußen Hilfe anzunehmen.

Das heißt also auch, zum Arzt zu gehen!

Und drüber nachzudenken, wie es dann mit Amelie weitergeht. – Amelie ist ja nicht weg aus der Welt, selbst falls sie dann eine Zeitlang beim Papa leben muß. Wenn sie irgendwann eine gesunde Mutter hat, ist das besser, als wenn sie irgendwann eine von den Tätern völlig zerstörte Mutter hat.

Amelie wird älter – und irgendwann würde sie merken, daß da etwas ganz Schreckliches mit ihrer Mutter passiert. Und wie geht es dann weiter?

Jetzt wäre ein guter Zeitpunkt, mit der Befreiung anzufangen – weil DU soviel lernen und verstehen kannst.

Aber dieses Lernen ist erst der erste Schritt.

Ich verlasse dich nicht, egal wie du und ihr euch entscheidet!! Aber ich hoffe doch sehr, daß du irgendwann den Mut zur Befreiung findest. Und das heißt, daß du auch zu anderen Helfern Vertrauen findest, zum Beispiel in der Klinik.

27.7.17 14:17

Genau das ist doch das Problem! Du hast mir alles erklärt und sollte dich verstanden haben...

MUT! ich habe Mut! Will das das alles endlich aufhört! Was aber wenn die mich jetzt alles aushalten lassen und dann dort bin ich weg!? Wie kann ich das denn kontrollieren? Wie kann ich dafür sorgen das dann ich da bin? Verstehst du? Die werden uns sonst wieder weg schicken.

Wieder wird keiner helfen... nichts wird sich ändern!

Doris

27.7. 14:48

Doris, es ist nunmal so, daß du Viele bist. Das kann sich nicht ändern. Die Probleme, die es mit anderen Ichs geben kann, gehören dazu – und du kannst lernen, damit umzugehen. Aber genau dazu brauchst du auch Mut – es ist erstmal schwieriger als die Täter auszuhalten, weil es unbekannt ist für dich.

Wird keiner helfen?

Ja, du hast recht: es geht auch um das kontrollieren können. – Aber es gibt ein paar Tatsachen, die dir dabei helfen werden:

- 1) Die allermeisten Ichs wollen genauso wie du endlich die Rettung vor den Tätern.
- 2) Die Ichs, die noch auf die Täter hören, sind es nicht gewohnt, im Außen zu sein. Sie kennen nur die Täter – und vielleicht anderen Ichs, von innen her. Sie sind viel unsicherer in der Außenwelt als du! Du streitest dich schon mit arroganten Verkäuferinnen rum! Das würde kein anderes Ich können (außer vielleicht noch die Merle-Mama).
- 3) Es gibt einige erwachsene Ichs, die etwas verstehen von Trauma, von DIS, und die gemeinsam auf euch alle aufpassen. Von denen krieg ich immer wieder wichtige Hinweise darüber, wie es dir geht. Sie sind 100%ig auf deiner Seite!! (Trotzdem können sie nicht in den Körper gehen, oder nur mal ganz kurz. Sie sind im Innen entstanden, ohne äußeren Anlaß, und deshalb können sie nur schwer nach außen kommen.)
- 4) Die Leute in der Traumaabteilung wissen, worum es geht. Sie haben Erfahrung mit Menschen, die Viele sind – und sie wissen (zumindest von mir), daß ihr ständig den Tätern ausgesetzt seid. Sie haben NUR mit Opfern von Tätern zu tun, deshalb heißt es "Trauma"-Station. (Sämtliche Patientinnen und Patienten dort haben Trauma überlebt, und fast immer ist es Gewalt von anderen Menschen!)

Die kennen es auch, daß jemand dann behauptet, "es gibt gar keine Täter". Sie werden das demjenigen nicht gleich glauben, keine Sorge. Es gibt ja auch die Arztberichte aus der Klinik XY, in denen deutlich wird, daß es irgendwie noch Täter geben dürfte. (Trotzdem hoffen sie hier in der Traumastation natürlich drauf, daß jemand im Körper auftaucht, der mit ihnen über das alles reden kann..)

5) Du bist jetzt seit Wochen ständig im Körper und besprichst mit mir alle diese Themen. Dabei haben dich die anderen Ichs nicht gestört! – Ich denke, daß fast alle innen zuhören und die meisten auch hoffen, daß du nicht aufgibst, Doris!! Es sind viele auf deiner Seite, das weiß ich. Aber die haben alle so viel Angst.. sie sind nicht so mutig wie du.

6) Und nicht zuletzt bin ich ja da. Ich bin ein Zeuge für all das, durch die Mails, die wir gewechselt haben. Alle die Mails sind dokumentiert bei mir. (Und sie sind übrigens auch noch woanders sicher aufgehoben.) Und ich kann mit den äußeren Helfern reden, und sie wissen, daß ich Erfahrung mit diesen Problemen habe. –

Ich verstehe deine Angst sehr gut, daß du das Ganze nicht kontrollieren kannst. Aber du bist nicht so hilflos, wie es oft scheint. Nur den Tätern gegenüber bist du hilflos, wäre jeder hilflos, weil sie nackte Gewalt anwenden.

Ich werde euch nicht im Stich lassen, Doris – auch nicht, wenn es noch sehr lange dauert, bis ihr euch befreien könnt.

Ich werd jetzt erstmal Mittagessen. Hinterher bin ich wieder am Rechner, du weißt: bis 19 Uhr dann.

Bis später!

Mo

Wird keiner helfen?

27.7.

Mo sechsten gibt mir etwas Kraft! Du weißt ich werde alles nötige dafür tun... nur bitte ganz egal was die sagen glaub denen NICHT!

Doris

27.7.

Doris, ganz egal, was irgendjemand sagt: ich glaube DIR, weil ich weiß, du sagst die Wahrheit. (Trotzdem denk dran, daß es zwischen allen Menschen, auch zwischen dir und mir, manchmal zu Mißverständnissen kommt... ! Aber die können geklärt werden, durch miteinander reden!) Wichtig ist aber auch, daß du nicht nur auf mich vertraust. – AUCH DIE ANDERN PUNKTE BRAUCHST DU ALLE ZUR BEFREIUNG. Und grad weil es dir schwer fällt, darauf zu vertrauen, bitte ich dich (und werds dir noch oft sagen): Denk an alle diese Punkte!
Ohne deine anderen Ichs ist Befreiung nicht möglich!
Ohne äußere Helfer ist Befreiung nicht möglich! (Psychologen, Ärzte, Sozialarbeiter, Behörden, Gerichte, vielleicht auch Polizei.)

27.7. 15.51

Mo das weiß ich und habe dich auch verstanden. Aber vielleicht kannst du mich auch verstehen... zum Beispiel in der Uniklinik wie und woher soll ich denn wissen oder woher willst du wissen das die oder der Therapeut oder andere die da arbeiten nicht auch zu denen gehören?
Bitte verstehe mich...
Doris

27.7.

Bei deinen und euren Erfahrungen verstehe ich dein Mißtrauen! – Ich kann nur sagen, die Wahrscheinlichkeit ist fast null. Ich weiß, in Krankenhäusern können sich Täter befinden – auch Ärzte und anderes Personal können Täter sein. Auch Sozialarbeiter. – Aber das hier ist halt wirklich eine Traumaabteilung, die geleitet wird von einer Oberärztin, die als Traumaforscherin arbeitet und dabei viel dafür getan hat, Hilfemöglichkeiten bekanntzumachen.
Absolute Sicherheit gibt es niemals im Leben – aber die Wahrscheinlichkeit, daß ein Täter dort sein kann (und aktiv werden kann), ist doch extrem klein. – Andererseits ist 100%ig klar, daß du für den Rest deines Lebens (das Leben des Körpers) in der Gewalt der Täter bleiben wirst, falls du dich nicht befreist.
Es ist klar: über alles, was dir dort komisch vorkommt, kannst du auch mit mir reden und wir können gemeinsam versuchen, es zu klären.

27.7.

Ich weiß wie du das meinst. Ich weiß gar nicht wie ich das am besten sagen kann... ich weiß du hilfst mir und ich bin dir so so dankbar! Und doch habe ich gerade das Gefühl das du mich nicht ganz ernst nimmst. Du sagst immer wieder... "*Andererseits ist 100%ig klar, daß du für den Rest*

Wird keiner helfen?

deines Lebens (das Leben des Körpers) in der Gewalt der Täter bleiben wirst, falls du dich nicht befreist"

Doch das alles habe ich verstanden! Ich möchte ich will das das endlich aufhört! Du kein Mensch kann sich vorstellen wie sehr wie unbedingt ich endlich mal schlafen möchte! Mich sicher fühlen nur für einen Moment! Du sagst mir das immer und immer wieder... es ist so für mich wie wenn jemand jemanden etwas immer wieder vor Augen führt was er sich sehnlichst wünscht doch eigentlich genau weiß es wird noch ewig dauern...

Und ja ich weiß das auch! Und trotzdem halte ich aus! Kämpfe ich weiter! Aber ich brauche eben DICH! Denn du bist sicher für mich! Dir kann ich trauen! Mit dir reden!

Doch viele waren all das eben vor dir nicht...

Doris

Bitte versteh mich Mo!

27.7.

Ich glaube, ich versteh dich schon. Ich nehme dich auch vollständig ernst. – Aber meiner Meinung nach weißt du vieles noch nicht, was mit der AUSSENWELT zu tun hat. Wie sollte es auch anders sein? Du hast eigentlich nie wirklich gelebt in dieser Außenwelt (höchstens in der Schule, die Zeiten, in denen du dort mit nichtbösen Menschen zusammen warst). –

Wir alle können etwas beurteilen nur auf Grundlage unserer bisherigen Erfahrungen. Und das war bei dir vor allem die Täterwelt.

Wenn ich dir manches immer wieder sage, hat das den Grund, daß das (meiner Meinung nach) wirklich die VORAUSSETZUNGEN sind, um deine Situation einzuschätzen. – Ich weiß schon, was du dir wünschst, du sagst es mir ja auch, es ist auch ganz natürlich – aber ich kann nicht machen, daß du endlich schlafen kannst. Das wird vielleicht (sicher) etwas besser gehen in der Uniklinik (ich hoffe es!!), und wenn ich dann mal bei dir sitze, noch eher. Aber so ist es!

Ich weiß auch, daß ich heute der einzige bin, dem du vertrauen kannst. Und ich bleib ja auch da! Ich möchte dich ja auch begleiten auf allen diesen Schritten, die nötig sind. – Aber trotzdem mußt du die anderen Punkte auch ernstnehmen.

Vielleicht könnte ich etwas besser machen, – sodaß du dich mehr verstanden fühlst... – aber hier ist vielleicht auch meine Grenze. – Wie jeder Mensch, beim besten Willen, Grenzen des Verständnisses hat.

Es ist ja ein langsames Kennenlernen, du und ich, – und das kommt noch zu dem Terror, dem Leid, der Qual, der Angst...

Wir dürfen uns nicht überfordern, Doris. Wenn du etwas im Augenblick nicht verstehst, weiß ich, du kannst es eben grad nicht, oder: ich hab es nicht ordentlich erklärt. Oder ich irre mich – das gibt es ja auch.

Wenn wir nur beide wissen, daß wir uns bemühen, einander zu verstehen.. und es dann in jeder Mail so gut machen, wie wir können ... besser geht es niemals.

Ich hoffe, ich hab jetzt nicht an dir vorbei geredet.. ?

27.7.

Nein du hast mit mir gesprochen!

Wird keiner helfen?

Aber in der Zeit an die ich Erinnerungen habe gibt es schon immer BÖSE! Und ja auch in der Schule!

Ja richtig du bist der einzige dem ich vertraue! Und was denkst du warum das so ist?

Bitte Mo gib mich bzw uns nicht auf! Ich möchte wirklich alles verstehen!

Doris

27.7.

Liebes, es ist anstrengend, auch für mich. Das ist klar! Aber für dich ist das ganze 1000 mal so anstrengend – und ich bin mit ganzem Herzen froh, daß ich ein bißchen Anstrengung übernehmen kann, für dich und euch. Ok?

Ja, ich ahne (jeden Tag mehr), was es für dich (und auch für andere Ichs) bedeutet, daß da jemand da ist, der sich jeden Tag neu NICHT als böse entpuppt. Daß du vermutlich jeden Tag drauf wartest, daß es passiert... so, wie es oft passiert ist. Daran zu denken hilft mir natürlich auch, mich immer wieder zu bemühen – weil auch jedes Mißverständnis bei dir erstmal leicht die Angst erzeugt, eine schlimme Erfahrung zu machen mit mir. Wie oft zuvor.

Und grade deshalb muß ich immer wieder auch von den anderen Helfern außen sprechen – die du einfach brauchst, für die Befreiung. Vertrauen zu wagen – auch wenn die Angst so groß ist. Nein, ich gebe dich und euch nicht auf.

27.7. 18:07

Vertrauen zu wagen... die Angst ist aber nicht meinetwegen so groß...

Mo danke! Ich werde dich jetzt nicht mehr weiter nerven... ich weiß du musst dann ja auch noch zur Nachtschicht... anrufen lieber auch nicht.

Eine trotzdem ruhige gute Nacht für dich...

Doris

27.7.

Die Angst bei dir, bei euch meinte ich! Wegen der vielen bösen Erfahrungen.

Nicht anrufen? Aber irgendwann wieder, ja? Bis morgen dann!

Facebook 27.7.17²¹⁰

21:06

Hallo Mondrian, Danke für Ihr Verständnis. Sie haben völlig recht, Schlafmittel ist eine ganz schlechte Lösung! Und nochmal recht, dann hat sie es dissoziiert nicht verdrängt! Wo kommen die ganzen neuen "Anteile" her? Es sind keine die geschlafen haben. Denn diese würden wir kennen... In einem liegen Sie leider falsch, mit Sicherheit lernen einige Anteile mit, aber es wird nicht ruhiger. Das durcheinander wird größer und größer! Die Angst und Wut auch! Wie gesagt, Ratschläge, sehr gern... Amanda

²¹⁰ Ab jetzt hatte ich mir den Zugang zu Facebook im Büro meiner Nachtwache organisiert – ursprünglich nur, um Kontakt halten zu können mit der Beschützerin Amanda, die damals als einziger Anteil vorangig Facebook nutzte. Einige Tage später hab ich mir auch den Mailaccount ins Büro geholt.

Wird keiner helfen?

27.7.

Hallo Amanda, die neuen Anteile: Ich kann es nur vermuten. Was hier derzeit geschieht (das konsequente Lernen von Doris, ihr Mut, ihre Widerstandskraft, aber auch ihr Vertrauen, ihre Zuneigung zu mir) ist vermutlich etwas absolut Neues für alle. Auch das ernsthafte Besprechen einer Befreiung, auch die Uniklinik! Das alles macht Angst, aber eine neue Art von Angst, und zugleich Hoffnung. Dadurch das Durcheinander – und vielleicht auch neue Anteile. (Anteile entstehen, wenn etwas mit den bisherigen Möglichkeiten nicht aushaltbar ist.) Selbst Doris (die so vieles aushält und lernt, es im Zusammenhang zu verstehen) ist mit der Aggression der Täter überfordert – und deshalb entstand meiner Meinung nach eine "kleine" Doris, die diese Angst – auch Angst um mich! – lebt. Das alles ist meines Erachtens unvermeidbar. Daß Doris trotz der Täter und trotz der Täterintrojekte weitermachen kann, es weiter aushält, zeigt vielleicht, daß sie doch von nicht wenigen als Autorität anerkannt wird. Sie bekommt also vermutlich auch Kraft von innen.

(Teil 2 kommt.) Mondrian

27.7.

Amanda, ein wichtiges Thema jetzt: Sie und IHR schützt das System "als Ganzes". Aber dies bedeutete bisher den Schutz innerhalb der unauflösbaren Tätergewalt. – Trotzdem haben Sie sich damals an mich gewandt wegen Unterstützung. Wozu? Ich denke, es geht doch letztlich auch Ihnen um Befreiung von der Tätergewalt? Das aber bedeutet, daß auch Sie manche neuen Gewichte setzen müssen. Siehe oben: es geht nicht mehr mit "Ruhe", sondern Aufregung, Instabilität innen ist ein erster Schritt, um sich neu zu orientieren. Nämlich die Kräfte auf die Befreiung zu richten. Das Schwierigste dabei ist das Thema Amelie. – Befreiung ist nur möglich durch eine Veränderung der Lebenssituation. Das heißt, eine den Tätern nicht bekannte Wohnung, ein Smartphone, das nur für bestimmte Nummern und IPs erreichbar ist. Das heißt dann aber auch, daß für eine bestimmte Zeit Amelie nicht bei ihrer Mutter sein kann (höchstens für Besuche an einem geheimen Ort). – Und letztlich bedeutet es, auch der Vater müßte einbezogen werden! Ich weiß, wie Amelies Mutter um den Wochenwechsel gekämpft hat, und wieso – aber was ist die Alternative? Wenn es keine Befreiung gibt, wird der Körper und das System meiner Meinung nach in den nächsten Jahren zerstört sein. 40 Jahre Hölle?! Und dann hat Amelie nichts mehr von ihrer Mutter. Schon in 2 oder 3 Jahren wird sie alt genug sein, um sich zu fragen, was hat meine Mutter eigentlich? Sie wird andere Ansprüche stellen an sie, als Vorbild, wird all das fragen, was ein intelligentes, aufgewecktes Mädchen wie sie eben die Mutter fragt.. Kurzfristig ist jetzt natürlich wichtig, daß ab 3.8. in der Traumastation vor allem Doris im Körper sein kann, dann aber auch Amelies Mama (um nämlich genau diese Frage zu besprechen!). Ich weiß natürlich nicht, inwieweit IHR zu alledem etwas beitragen könnt.. Mondrian

27.7.

Schutz der Tätergewalt! Ist so nicht richtig. Was bitte sollen wir tun? Wir können nicht ins Außen. Wozu Ihre Hilfe? Genau für das alles! Um den ganzen Körper zu befreien am Leben zu erhalten! Amelie... ja das vermutlich grösste ... es geht nicht nur um den Mama Anteil, es geht um ein

Wird keiner helfen?

Kind. Diese kleine ist bereits jetzt am Ende weil ihre Mama zur Kur muss. Wie erklären, dass sie von ihr getrennt sein soll? Wissen Sie, ich wir wissen es nicht. ????? Amanda

27.7.

Ich weiß natürlich nicht, was Sie genau machen können und was nicht. Aber auch Sie sind entstanden durch diese Lebensumstände der ständigen Tätergewalt. Das meinte ich mit "Schutz innerhalb der Tätergewalt" (nicht Schutz der Tätergewalt!). – Deshalb denke ich, auch Sie können noch anderes, können weiterlernen – genau wie jeder andere Anteil. Vielleicht können Sie situativ doch noch mehr im Außen handeln, nämlich durch Co-Bewußtsein mit Anteilen, die im Körper sind. Sowas muß ausprobiert und trainiert werden. Der Körper kann nicht am Leben erhalten werden, wenn er sich nur immer weiter an die Forderungen der Täter anpaßt! Die Täter werden ihn – wenn sie können, wie sie wollen – verbrauchen wie einen Gegenstand. Er ist ein Gegenstand für die Täter.

(Teil 3 kommt, ich muß hier nebenbei auch was anderes tun.) Mondrian

27.7.

Amelie: Sie ist doch offenbar kein traumatisiertes Kind, sondern intelligent und lernfähig. Natürlich wird so eine zeitweise Distanz schwer für sie, sie wird darunter leiden. Aber nicht traumatisch. Denn: es muß eben gelegentlicher Kontakt ermöglicht werden, auch genauso dazu muß ja der Vater einbezogen werden.

Ich weiß, daß es ein extrem schwieriges Problem ist. Aber ich sehe keine Alternative dazu. (Auch

die Täter wissen, daß Amelie die beste Geisel für sie ist.) 

Mondrian


27.7.

Wenn es eine Möglichkeit gibt, dass ich im Außen agieren kann, lernen, mehr tun kann, dann, natürlich gern! Bitte können, würden Sie mir dabei helfen, unterstützen? Uns...! Amanda

27.7.

Wir suchen aktuell noch immer nach einer Lösung, damit der Körper zur Ruhe kommt, schlafen kann.. das ist jetzt wichtig. Denn es fehlt an Kraft... ????????

27.7.

 Es wäre eine riesengroße Hilfe, wenn jemand von Ihnen mehr im Außen machen könnte!!!! – Der Anfang ist sicher Co-Bewußtsein. Es ist wirklich etwas, das mensch üben, trainieren muß. Eine Verbindung im Kopf muß geknüpft werden und gestärkt werden. Die natürlichste Verbindung ist zur Zeit sicher die zu Doris. Nicht wegen ihrem Herkunftsalter, sondern weil sie eine Denkende, eine Lernende ist. Das ist ihre Lebenskraft. Sie sollten versuchen, sich in einer bestimmten (passenden) Situation ganz auf Doris zu konzentrieren und ihr einen Gedanken zu schicken. Einen Hinweis, vielleicht wenn Doris gerade eine Frage in sich hat. – Das immer wieder versuchen.

Wird keiner helfen?

Ich kann Doris sagen, daß Sie das versuchen, daß sie aufmerksam sein soll. Daß sie Ihnen auch eine Frage, einen Gedanken schicken kann. (Dazu sollte ich ihr Ihren Namen sagen, ist das ok?) Wenn ich ihr sage, daß Sie eine Beschützerin sind, wird ihr allein so eine Information Kraft geben. (Daß es Beschützer gibt, innen, habe ich ihr schon gesagt.) Ich kann ihr auch sagen, daß Sie versuchen, sie in der Uniklinik zu unterstützen. Ist das ok? Mondrian

27.7.

Das Schlafen: zum einen ist es die Angst, weil die Täter ja ungehindert in die Wohnung kommen. – Zum andern sind es die schrecklichen/ekligen Erinnerungen. Und drittens ist es, weil der Körper ja dauernd beschäftigt ist – entweder mit den Tätern oder indem Doris mit mir schreibt (und jetzt Sie!) – Das ist leider ein Problem, für das ich auch keine Lösung habe. Ich hoffe sehr auf die Traumastation.... Mondrian

27.7.

Werde das so versuchen... ja klar kann sie meinen Namen wissen. Ja, hoffen! Wir danken Ihnen so unheimlich sehr! Danke das Sie da sind...! Amanda

27.7.

Und ich bleibe da! – Machen wir Schluß für heute? – Und denken Sie ans Löschen der Facebook-Sachen? Mondrian

27.7.

Amanda
Ok danke

Mail:

27.7. 23:21

Mo es geht nicht um meine Angst. Es geht darum das wenn ich wieder mit wem spreche wieder wem was anvertraue und der dann wieder zu denen gehört dann werden die ganz ganz Schlimmes tun! Nicht mit mir! Ich denke die können mir nicht mehr viel Schlimmeres machen als das was die jetzt bereits tun.... es geht um andere Menschen! Verstehst du? Aber genau das ist das paradoxe das alles was in mir ist muss raus! Muss jemandem erzählt werden... ich merke das wenn ich mit dir rede dir von dem erzähle was die tun dann ist das zwar noch da noch in MIR aber es ist so als ob es an Gewicht verliert.?

Ich glaube Angst vor den Scheiß Männern habe ich nicht mehr. Es ist Angst vor mir selbst. Vermutlich versteht das keiner?

Doris

Mo ist es besser für dich wenn ich ein paar Tage nicht schreibe?

28.7. 01:07 ²¹¹

Lieb sein hören nicht töten bitte meine Schuld will so schlecht böse dreckig brauch nich Hilfen lieb sein

²¹¹ Die kleine Doris-Abspaltung im Flashback.

Wird keiner helfen?

28.7. 02:59

Aufhören aufhören nicht töten bin lieb mach doch bitte nicht werde hören alles tun nicht töten
bitte aufhören aufhören aufhören Schmerzen nur schlafen Baby nicht bin lieb Mo musst hören
aufpassen böse müde bitte nicht mehr machen bitte aufhören bitte aufhören

28.7. 05:04

Nein Mo nicht die böse Baby Mo bitte mach das nicht töten hören nicht teuflisch böse Menschen
musst aufpassen bitte Mo

28.7. 9:43

Liebe Doris, bist du zuhause?

Mo

28.7. 9:55

Hallo Mo. Ja

28.7.

Doris, ich verstehe wohl, was du geschrieben hast. – Ich vermute, du hast es erlebt, daß Leute dir gesagt haben, sie helfen dir, und sie haben zu den Tätern gehört. – Ich werde dir dein Mißtrauen, deine Unsicherheit mir gegenüber nie übelnehmen, auch den anderen Ichs nicht, – aber leider kannst du ja nicht in meinen Kopf schauen. Ich kann nur hoffen, daß dein Vertrauen wächst, im Laufe der Zeit, durch all unsere Mails und das Kennenlernen auch.

Das andere. Ich denke, ich weiß, was du meinst mit den anderen Menschen, die leiden müssen. Es kamen nachts ein paar Mails von deinem kleineren Anteil, das die viele Angst in sich hat. Dieses Ich hat es mir gesagt: daß die Täter damit drohen, daß du Babys töten mußt, wenn du weiterhin Widerstand leistest und Kontakt mit mir hast. Vielleicht mußtest du es schon tun, oder ein anderes Ich. Und das ists, was du vor allem meinst, wenn du sagst, du wirst auch "böse werden"?

Doris, ich weiß, daß solche Täter sowas machen – ich weiß es seit vielen Jahren, es steht in den Fachbüchern, andere Überlebende berichten es. Auch der Beauftragte der Bundesregierung für dieses Thema (er heißt Rörig) hat es öffentlich gesagt.²¹²

Es ist aber noch anders. Diese Babys werden in Osteuropa den armen Leuten abgekauft (unter dem Vorwand, sie bekommen hier Adoptiveltern) – und nur zu diesem Zweck.²¹³ Die Täter nennen das "Verbrauchskinder". Es ist leider so!!! !!!!

Und dieses Babys würden in keinem Fall überleben. Entweder werden sie als Druckmittel getötet oder aber in diesen satanistischen Sekten, das hast du ja auch schon miterlebt.

Du rettetest kein Baby, wenn du Widerstand leistest, wenn du dich befreist. – Aber du hast mit deiner Befreiung die Chance, später Menschen die Augen zu öffnen. –

²¹² <https://www.welt.de/politik/deutschland/article155424564/Es-werden-sogar-Kinder-vor-der-Kamera-umgebracht.html>

²¹³ Siehe auch bei Emilia Mai: BERICHT (Berlin 2017, S. 33)

Wird keiner helfen?

Und nein, ich möchte nicht aufhören zu schreiben, wieso auch? Wenn du es möchtest, ist das deine Entscheidung – und ich nehme es dir nicht übel.

Ich bin grad beim Frühstück (nach dem Nachtdienst) und möchte gern nachher weiterschreiben, ok? Aber ich wollte gleich antworten.

Es gibt übrigens doch eine gute Neuigkeit, das sag ich dir nachher.

Ich halte zu euch und ich hab dich lieb.

Lösch die Mail bitte!

28.7. 10:39

Danke Mo! Ich möchte unbedingt mit dir schreiben dir aber nicht zu viel werden...

Doris

Und bei dir habe ich keine Angst! Dir vertraue ich!

28.7. 10:58

Du wirst mir nicht zuviel. Hab keine Angst. Nein, und du brauchst auch vor mir keine Angst zu haben... – wenn ich hier mich umschaue und vom Regal und der Fensterbank und überall gucken meine Teddies und die andern Stofftiere mich an, wie sie mich seit Jahrzehnten, teils seit der Kindheit angeguckt haben... von denen ich immer gesagt habe, ohne die hätte ich nicht überlebt.. – weißt du, nein, du kannst es nicht wissen: was da in mir lebt und (auch) um dich kämpft, das ist der kleine Wolfi, der ich mal war, – der gar nichts Grauenhaftes erlebt hat wie du und ihr, – aber der doch nicht glücklich war in der Kindheit und der sich nur an dem Guten in sich selbst festhalten konnte. Und die Teddies haben dieses Gute in mir angeguckt und bestätigt. So ist das!

Jetzt – das war jetzt doch ein bißchen ein Blick in mein Herz.

Jetzt mach ich kurz Spaziergang, dann bin ich wieder in der Wohnung.

Mo

28.7.

Danke Mo für diesen Blick... weißt du, nun würde ich dich gern in den Arm nehmen...

Es tut mir sehr leid denn ich finde jedes Kind sollte eine glückliche unbeschwerte schöne Kindheit haben. Vielleicht magst du mir mal sagen warum es so war? Aber dich und deine Teddys kann ich gut verstehen. Ich hab auch einen... es ist manchmal so als ob er etwas von dem Kummer nimmt...

Doris

28.7.

Ja, so ist es: er nimmt etwas vom Kummer und sagt durch seinen Blick: ich versteh dich, ich bin dir nah, weine nur.. – so etwa.

Einen (er heißt Stöffelchen) hab ich jahrelang immer mit mir rumgetragen, als Kind, vor der Schulzeit. Da ist er (und ich): <https://flic.kr/p/ebGN1v>

Ach, meine Eltern waren nicht böse. Aber sie waren selbst traumatisiert – meine Mutter durch den Krieg (sie war heimatvertrieben aus dem Sudetenland) und mein Vater (das ist der auf dem

Wird keiner helfen?

Bild) durch seine Situation als Kind. Und sie waren heimatvertrieben, haben sich nicht zuhause gefühlt da, wo sie hingekommen waren. Sie waren beide eigentlich noch in der Vergangenheit. – Deshalb konnten sie mit Kindern nichts anfangen – obwohl sie uns lieben wollten und auf ihre Art auch geliebt haben. – Aber wir (mein Bruder und ich) haben das nicht gespürt... die waren beide viel zu sehr mit sich und ihrem (traumatischen) Leid beschäftigt. Das alles hab ich natürlich erst als Erwachsener verstehen gelernt. Vielleicht bin ich auch deshalb so geworden... daß ich heimatlose, verstoßene, ungeliebte Kindern unterstützen möchte.

28.7.

Süß! Beide... du und Stöffelchen! Solche Hintergründe sind traurig. Ja mit deinen Eltern habe ich auch Mitgefühl. Das was ich von damals bisher gelesen habe... es muss grauenvoll gewesen sein! Dennoch kann ich leider nicht verstehen wie Menschen ich weiß grade gar nicht wie ich sagen soll... ich finde es nicht logisch finde es falsch eigenes Leid eigene schlechte Erfahrungen an seine Kinder weiter zu geben bzw denen deshalb keine Liebe zu geben. Diese Kinder haben doch letztendlich mit all dem nichts zu tun. Egal wie schrecklich es auch gewesen sein mag für deine Eltern es war aber doch deren Vergangenheit... Ungeliebte Kinder? Also dazu gehöre ich nicht.... mich lieben zu viele... ☺

28.7.

Du sagtest etwas von Neuigkeiten...?

28.7.

Was heißt, nicht logisch.. – die Menschen machen das ja nicht absichtlich (es sei denn perverse Verbrecher wie leider bei dir).

Neuigkeiten, ja. – – Es gab ein langes "Gespräch" mit Amanda, das ist eine der Beschützerinnen des gesamten Systems, – die mir manchmal Hinweise gibt, über die Innenwelt, aber auch wegen deiner Situation. Sie möchte gerne versuchen, Kontakt mit dir aufzunehmen, um dich zu unterstützen. Wir haben vereinbart, daß ich dir das sagen soll, damit du auch versuchen kannst, sie innen "zu finden". (Ich weiß nicht, wie sich das anfühlt, aber ich weiß, daß sowas so geht. Andere Multis haben diesen Ausdruck mir gegenüber gebraucht!) Deswegen darf ich dir auch ihren Namen nennen, Amanda.

Sie ist nicht alleine, es gibt innen eine Gruppe von Beschützerinnen, und die alle stehen ganz zu dir, zu deinem Widerstand, sie tun schon lange alles, um dich zu unterstützen. Leider können sie heutzutage noch nicht im Körper sein. Das kommt durch ihre Geschichte, aber das könnte sich ändern. Auch sie wissen nicht alles, was in eurem System geschieht, innen. Jedenfalls kannst du zu Amanda volles Vertrauen haben!

Aber auch sie muß noch Neues lernen – denn für sie war ja bisher die Aufgabe, das System (euch alle) zu schützen gegenüber der Täterwelt. Der Weg zur Befreiung ist etwas anderes, und dafür muß auch Amanda lernen.

In jedemfall könnt ihr beide euch sicherlich sehr gut ergänzen – vielleicht kann sie auch in Ludwigstadt in der Uniklinik schon mithelfen.

Wird keiner helfen?

28.7.

Logisch deshalb weil oftmals Eltern damit argumentierten.. "als ich Kind war" war es so und so...! Und so weiter... und leider bezieht sich genau das eben auch darauf wenn Kinder Aufmerksam Liebe Zuneigung usw einfordern. Leider!!!! Und tut mir leid vielleicht steht's mir nicht zu eben weil ich erst zwölf bin aber das erscheint mir nicht LOGISCH!!!! (Hatte jetzt nichts speziell mit dir und deiner Situation zu tun) und leider auch nicht nur mit Verbrecher... ich glaube viele Menschen ganz allgemein denken nicht sonderlich viel nach über Kinder über deren Gefühle. Oder kommen gar nicht drauf das Kinder überhaupt fühlen...

Im Innen Beschützer zu haben die mir auch noch helfen möchten ist natürlich prima. Ja klar werde ich versuchen Amanda zu finden. Danke Mo!

Noch eine Frage mal davon ausgehend ich bin da wenn wir in der Klinik sind... wie verhalte ich mich am besten?

Doris

28.7.

Daß Erwachsene meist kaum oder jedenfalls zu wenig achtsam sind für Kinder, auch die "eigenen", das stimmt natürlich sowieso!!! Das ist auch meine Grunderfahrung seit der eigenen Kindheit und bis heute. – Aber ich versuche halt immer, Menschen irgendwie zu verstehen – wieso sie so sind, wie sie sind. Und das bezieht sich auch auf dieses Thema. Deshalb hab ich jetzt mal kurz Eltern "verteidigt". –

In der Klinik. Ich weiß natürlich nicht, wie es dort im einzelnen zugeht. Gespräche, Therapiesituationen, Fragebögen, Langeweile, andere Patientinnen/Patienten.. das spielt ja alles mit.

Versuch auf jedenfall, etwas NEUES dort zu verstehen – über die Außenwelt, über Menschen, von denen du erstmal ausgehen kannst, daß sie keine Täter sind. Und vielleicht auch schon über dich selbst.

Wichtig für die Therapeuten dort ist vermutlich:

- a) Was du selbst erlebt hast in der Vergangenheit (Kindheit) und später, und was jetzt.
- b) Sehr wichtig ist, daß du möglichst klar sagst, wie häufig die Täter dich abschleppen!! Also derzeit offenbar fast jeden Tag.. (Inhaltlich wirst du den fremden Leuten sicher noch nicht viel sagen, und das ist auch ok so!)
- c) Was dein Ziel ist, was dir wichtig ist für die Therapiezeit jetzt und für dein Leben, die Zukunft.
- d) Was du von anderen Anteilen mitkriegst.
- e) Was du im Alltag machst.
- f) Wie dein Kontakt mit anderen Menschen ist, auch dein Verhältnis zu Amelie.
- g) Was der Austausch mit mir für dich bedeutet. (Wichtig ist, daß du sagst, daß ich kommen werde – und falls du das möchtest, daß ich bei einem Gespräch mit einem Therapeuten oder Arzt dabei bin.)

Wird keiner helfen?

28.7.

Mo wenn ich denen sage was ich möchte also mein TherapieZiel dann sagen die das ich nicht Therapie fähig bin!

28.7.

Wieso?

Kannst du mir verraten, was dein Therapieziel ist?

28.7.

Verraten? Danke Mo du bringst mich zum lachen... ich kann dir ne Menge verraten☺

Doris

28.7.

Naja... ich will nicht aufdringlich sein, wirklich nicht – nicht mal durch so eine Frage.

28.7.

Quatsch! Bist du nicht! Gut wenn du fragst!

Wird keiner helfen?

28.7.

Ziele...

*keinen Terror mehr Täter
Leben! nicht nur irgendwie funktionieren
ES verstehen!
Sprechen
keine Angst
schlafen, keine Träume
ruhe in mir
duschen
nicht vergessen
richtig sehen
keine Schmerzen
nicht ständig wo anders sein
nicht mehr spucken müssen
essen können
keine Flashbacks
keine Zeit verlieren
die Kontrolle haben
mich nicht von einer Minute zur anderen elend fühlen!
nicht plötzlich bewegungsunfähig sein, wie gelähmt
Die Wut aus mir raus bekommen!
nicht alle hassen
mich sicher fühlen!
Wissen wer ich bin
keine Verletzungen mehr
nicht mehr den ewigen Kampf aufzugeben
mich nicht schwach fühlen
.....
Doris*

28.7.

Doris, ich hätte dir eh schon gesagt, du bist einer der therapiefähigsten Menschen, die ich je erlebt habe!! – Aber deine Liste bestätigt das nur. – Klar ist allerdings, daß das alles nicht in einer stationären Therapiezeit von ein paar Wochen geschehen kann.

Danke, daß ich fragen darf. Allerdings frag ich überhaupt wenig, auch bei Freunden oder so. Weil ich jedes Grenzüberschreiten hasse – und das kenne ich halt schon zuerst von meinen Eltern. (siehe auch die Verkäuferin mit Amelies Tasche.)

Ehrlich gesagt, als du angedeutet hast, dein Therapieziel... usw., dacht ich, du schreibst etwas wie: "Mein Therapieziel ist, die Schweine umzubringen!" Auch das wäre nur nachvollziehbar und natürlich! Nur ist es als Therapieziel nicht so geeignet..

Wird keiner helfen?

28.7.

Entschuldige bitte Mo mal ein kurzer Themen Wechsel. Wetten dieses Lied versteht keiner so wie ich.? Muss dazu sagen habe das Video nicht gesehen... ???

Doris

[Rosenstolz: Wir sind am Leben]

28.7.

Ja, das versteh ich natürlich! – Aber wenn du mal drandenkst, wie populär Rosenstolz sind und auch das Lied (gibt x Coverversionen), zeigt das: du bist, was solche Gefühle angeht, nicht so weit weg von vielen anderen. Das heißt aber: es gibt Chancen, daß du wirklich mal echte Freunde findest!! (Einen hast du ja schon, auch wenns nur ein Sozialpädagoge ist)

28.7.

Nein kein Therapieziel mein eigener innerster Wunsch!

Doris

PS ich verstehe deine Meinung zur Grenzüberschreitung. Doch ich sehe es in Bezug auf uns etwas anders. Denn es würde mir helfen wenn du mich fragst. Direkt fragst! Denn mir fällt es ganz oft schwer Themen anzusprechen... weißt du wie ich's meine?

28.7.

Daß es dir schwerfällt, Themen anzusprechen, verstehe ich. Aber grad bei Therapie (oder sowas in der Art) hat mein Nichtfragen noch einen anderen Grund. – Es ist wichtig, daß du merkst: "Ich habe mich dazu entschlossen, es auszusprechen!" Diesen eigenen Schritt zu erleben, bringt selbst schon Kraft!!

Außerdem kann ich dich (oder jeden anderen, der/die auf einem Heilungsweg ist mit meiner Unterstützung) ablenken von dem, was in dir jetzt wirklich WICHTIG ist – wenn ich irgendwelche Fragen stelle. Und du dann einfach nur antwortest, weil ich gefragt habe.

Wenn du etwas von dir aus ansprichst, ist klar: du WILLST jetzt wirklich DARÜBER schreiben.

Es gibt noch einen dritten Grund: Manche Menschen glauben nicht, daß es solche Taten, solche Täter gibt. Sie behaupten, daß TherapeutInnen das ihren KlientInnen nur einreden. Bei uns soll hundertprozentig klar sein, daß alle Zeugnisse über die Täter von euch kommen, nichts davon dir/euch von mir "in den Mund gelegt wurde".

Deine ZIELE... das ist so eine tolle Liste.. ich hab sie mir gleich ausgedruckt und hier an die Wand gehängt, neben mich. Und dazu eine Frage: darf ich sie vielleicht auf die Facebook-Seite von Dissoziation & Trauma stellen (ohne Namensnennung natürlich)? Es ist so klar formuliert, das könnte auch anderen Überlebenden helfen.

28.7.

Hm wie ich das jetzt verstehen soll?

Warum sagst du "nur" in Bezug auf dich?

Doris

Wird keiner helfen?

28.7.

Das ist die alte Stolperstelle zwischen uns.. !

Ihr habt mich klar als Helfer, als Sozialpädagoge oder und Traumafachmann angesprochen. Zumindest ich darf das nicht vergessen. Denn obwohl zwischen dir & mir viel Verbundenheit entstanden ist, gilt das ja nicht für all die anderen Ichs! Für die einen bin ich vielleicht ein Helfer, für andere ein Störenfried, einer, der Gefahr bringt... jedenfalls kein Freund. Und diese anderen Ichs nehme ich auch ernst.

Denk nicht, ich will etwas zurücknehmen, was zwischen uns beiden ist! Aber ich denke für die anderen mit. Das muß ich auch! Sonst würde ich vielleicht nicht dich verraten, aber andere Ichs.

28.7.

Ok nun verstehe ich warum du nicht fragst.

Klar kannst du online stellen...

Doris

28.7.

Danke dir für die Erlaubnis!!

Und du bist nicht verletzt und fühlst dich nicht abgeschoben von mir? Das tu ich nicht!!

28.7.

Doch ein wenig.☺

Am Ende sind es doch alle Splitter von mir? Wie also könnte dich irgendeines als Störenfried sehen?

28.7.

Ach du.. ein bißchen kenn ich dich doch schon.. hatte so ein Gefühl..

Es ist auch hier wieder nicht so einfach. Es gibt EINEN Körper – und ALLE Ichs gehören zu dem.

Ihr alle habt den Terror ausgehalten (wenn auch verschieden) – ihr seid eine Gemeinschaft. Auch wenn die meisten es noch nicht spüren.

Wer grade außen ist, empfindet sich selbst als das eigentliche ICH, – und die anderen Ichs als Splitter von sich selbst. (Oder weiß gar nichts von denen.)

Das ist keine Arroganz oder kein böser Wille, sondern das ist ganz natürlich.

Wenn die Mama von Amelie im Körper ist, hat sie wahrscheinlich dasselbe Gefühl wie du – daß die Anteile, die es sonst so gibt, Splitter von ihr selbst sind.

Aber alle Ichs sind Teile (Splitter), entstanden durch den Terror seit der Kindheit. Wäre der Terror nicht gewesen, wäre aus dem kleinen Kind M.M. ein Kind mit nur einem Ich geworden.

Heilung (und Therapie) heißt auch, daß diese Ichs einander kennenlernen und sich austauschen, – und ihre gemeinsamen Kräfte nutzen für das selbstbestimmte Leben.

Deswegen kann trotzdem jedes Ich für sich bleiben, wenn es das möchte. (Aber hilflose, verzweifelte Kleine wollen das meistens gar nicht!)

Die meisten Ichs fühlen sich als kleine, vereinsamte Kinder, im Stich gelassen und gedemütigt

Wird keiner helfen?

und verraten und gequält! Sie verdienen es, geachtet zu werden, nicht übergangen zu werden. Und unsere eigene Beziehung (deine und meine) geht dadurch nicht verloren!

28.7.

Hm.. ich glaub, ich muß nochwas dazu sagen. – Es könnte sein, daß wirklich du im Laufe der Zeit eine zentrale Aufgabe haben kannst, also dann sowas wie die "Anführerin" in eurem System werden kannst. Einfach durch deinen Mut, dein Lernen, deinen unbedingten Willen zur Befreiung von den Tätern. Es kann sein, daß manche Ichs dich schon jetzt so empfinden. – Aber auch dann ist es umso wichtiger, daß auch du die anderen Ichs achtest und ihnen dann später hilfst, ihren Platz zu finden in dem selbstbestimmten Leben (nicht nur Überleben).

28.7.

Danke für diese Erklärung aber ich glaube das ist eben egal. Ich bin eben nicht ich sondern nur ein ganz kleiner unwichtiger Teil von etwas... wozu brauche ich also jemanden dem ich mich nahe fühle?

Das ist eh immer so wenn was schlimmes passiert bin ich allein! Da bin ich wichtig genug um alles zu ertragen! Aber wenn einmal etwas ist was mir etwas bedeutet dann geht's plötzlich um alle anderen!

Aber gut lassen wir das eben....

Doris

28.7.

Nein, Doris, lassen wirs nicht!!! Du bist kein unwichtiger Teil. Das hab ich jetzt in der Mail grade (die sich mit deiner gekreuzt hat) doch geschrieben. – Aber die anderen sind deswegen nicht "nur Splitter von dir".

Da hab ich widersprochen!

Kannst du nicht solidarisch sein mit all diesen hilflosen Ichs, von denen die allermeisten viel hilfloser sind als du?

Daß du dich mir nahe fühlst und ich mich dir, heißt doch nicht, daß wir die anderen mißachten können.

Bitte, überlegs dir noch mal.

28.7.

Ich werde mit allen solidarisch sein und werde niemanden missachten! Ums wichtig sein geht's mir überhaupt nicht! Aber es ist schon gut Mo ich versteh schon wie immer...

Doris

28.7.

Wahrscheinlich war ich wieder zu grob in meiner Formulierung. Ich wollte auch dich nicht mißachten! Falls das so ankam bei dir, verzeih mir bitte.

Mo

Wird keiner helfen?

28.7. 18:34

Nein Mo warst du nicht! Es liegt an mir. Mein Fehler.... habe dich in mein Herz gelassen. Vergessen das nicht ich gemeint bin. Das am Ende alles nichts mit mir zu tun hat. Es geht doch nur darum das ich lerne und verstehe! Ich weiß nicht mehr was ich fühlen will! Am besten gar nichts...

Doris

28.7. 18:51

Nein!!!!!!!!!!!!!!!!!!!!!!!!!!!!!!!!!!!! – Es geht nicht nur darum, daß du lernst und verstehst. Daß du lernst und verstehst, ist der Anfang unseres Kennenlernens. Dieses Thema, die Befreiung von den Tätern ist der Anfang unseres Kennenlernens. Es ist immer so: irgendwie lernen Menschen einander kennen. Und selbst wenn sie dann persönlicher, vom Herzen her, miteinander zu tun haben, ist doch die gemeinsame Aufgabe (wegen der sie einander kennengelernt haben) nicht vorbei.

Es ist zweierlei! Aber kein entweder – oder!

Ich hab dich auch in mein Herz gelassen. Ich kann mir auch vorstellen, daß dieses DU, diese Nähe, als Freundschaft weitergeht, auch später, unabhängig von allem Traumazeugs. – Du bist für mich nicht nur ein Trauma–Opfer, sondern du bist dieses DU, die ich in mein Herz gelassen habe und die ich auch da nicht rausschmeiße.

Mo

28.7. 22:14²¹⁴

Helfe mir Mo Bitte böse werden töten

30.7. 10:28

Mo bist du noch da?

Doris

30.7.

Ja, Doris, ich bin da!

Mo

30.7.

Danke

30.7.

Ich hab an dich, an euch gedacht... den ganzen Tag gestern... aber das hilft ja nicht, ich weiß.

Mo

²¹⁴ Vom Reserve-Smartphone gesendet, also wohl in Tätergewalt – offenbar ab dann über 24 Stunden lang.

Wird keiner helfen?

30.7.

Danke Mo! Doch es hilft zu wissen das Du da bist! Aber ich denke das ich deine Hilfe nicht mehr verdiene!

Doris

30.7.

Du verdienst sie, ihr alle verdient sie unbedingt!!!

Egal was passiert und passiert ist: du bist ein Opfer, ihr seid Opfer. Ihr habt keine Schuld. Schuld haben die Täter.

30.7.

Nein Mo! Leider verstehst du nicht... ich bin böse! Habe böses getan...! Ich könnte einfach sagen das es mir leid tut aber das tut es mir nicht!

30.7.

Doris, red mit mir drüber, wenn du magst. Du wirst sehen, daß ich es verstehe – und du wirst sehen, daß ich es anders sehe. Nur das Gute ist echt in dir, das Böse kommt durch den Terror der Täter. Das wirst du auch verstehen lernen.

Es ist so.

30.7.

Mo ich kann nicht... wie soll das gehen?

Doris

30.7.

Doch, Doris, du kannst. Es ist dir (und euch) nur immer, all die Jahre, eingeredet worden, daß ihr nie nie jemandem erzählen könnt, was geschieht und was ihr selbst getan habt. Daß euch nie nie jemand verstehen wird (ihr versteht es ja selbst nicht!) – und so weiter.

Aber so ist es nicht. Menschen, die Erfahrung haben mit solchen Verbrechergruppen, wissen, was geschieht. Es steht in den Fachbüchern, Überlebende bezeugen es.

Laß uns auch darüber gemeinsam nachdenken. Das ist der Weg, dich irgendwann davon zu lösen, auszusteigen und ein befreites Leben zu finden.

Das sag ich dir als Mondrian, der dich lieb hat.

30.7.

Doch warum ich das gemacht habe weiß ich...

Und nein! Wirst du nicht mehr! Du wirst mich genau so hassen wie ich mich!

Wird keiner helfen?

30.7.

Nein, Doris, nie! Ach, wenn du mich jetzt anschauen könntest und ich dich, du würdest in meinem Gesicht jetzt vielleicht diese Gewißheit lesen, die ich dir mit dem Schreiben schwer zeigen kann.

Ich ahne, wieso du das Gefühl hast, dich hassen zu müssen. Ja, ich bin fast sicher, daß ich es verstehe. – Aber grade dieses Gefühl in dir, diese Verweiflung, gerade das zeigt ja, daß das GUTE in dir lebt und leben WILL.

Es sind alles schreckliche Verwirrungen in dir und in euch. Aber diese Verwirrungen sind bewußt und gewollt gemacht worden von den Tätern. – Seit all den Jahren, immer neu!

Ihr habt nie eine Chance gehabt, diese Verwirrungen zu klären.

Genau das wollten die Täter so! .– Nur dadurch haben sie den Körper als Gegenstand benutzen können – ohne daß ihr es verhindern konntet.

30.7.

Darf ich zuerst etwas fragen?

30.7.

Ich war kurz auf einem Spaziergang. – Ja, natürlich, frag bitte!

Mo

30.7.

Danke.

Wie fang ich an... ? Wer hat SCHULD? Der der die Waffe hält den Finger am Abzug hat? Oder der den Finger runterdrückt? der der das Messer in der Hand hält? Oder der der es führt und Druck ausübt?...

30.7.

Natürlich derjenige, der ursprünglich den WILLEN zu dem Töten hat. Das kann so sein, daß er die Hand führt (die das Messer hält). Oder den Finger an der Waffe runterdrückt.

Es kann sogar so sein, daß derjenige, der den Willen hat, ohne Berührung daneben steht, aber denjenigen durch seine dauernde Folter, also Gewalt (was ja auch WILLE ist) willenlos gemacht hat. – Sowas gab es in den KZ der Nazis oft.

30.7.

Ok danke. Ich verstehe.

Ich sollte töten... wollten mich zwingen!

30.7.

Ja, das war mir klar. Wirklich: es ist immer so bei diesen Tätern! Das ist der wirkungsvollste Trick, um Opfer am Widerstand zu hindern. Aber ich habs dir schon gesagt: du kannst durch

Wird keiner helfen?

deine Weigerung nichts und niemanden retten.

30.7.

Doch habe ich!

30.7.

Das war jetzt zu schnell geantwortet! – Diese Täter werden dieses Mittel immer wieder anwenden, vielleicht auch bei anderen Ichs von dir, aber in jedemfall auch andere Täter bei anderen Opfern, überall in Deutschland und der Welt. Das meinte ich.

Trotzdem kannst du versuchen, dich zu weigern – und falls es klappt, ist das natürlich gut. Damit hast du den Tätern immerhin gezeigt, daß sie nicht unbeschränkt über andere Menschen verfügen können.

30.7.

Genau das ist ja das Problem! Sie werden immer so weiter machen! Mich immer wieder zwingen das böse zu tun! Und gezeigt habe ich denen gar nichts! Die bestimmen über mich! Schlimmer als vorher! Was soll ich dagegen tun? Andere töten? Unschuldige!

30.7.

Ja, so ist es. – Doris, es gibt heutzutage nur eine Chance für jemanden in deiner Situation: sich selbst zu befreien (mit Hilfe von außen!) und dann mitzuhelfen, daß den Menschen die Augen geöffnet werden. Nur dadurch wird noch mehr Verständnis entstehen in der Öffentlichkeit, bei Therapeuten wie bei Strafverfolgungsbehörden, bei den Medien wie den Gerichten, bei den Behörden und bei egal welchen Mitmenschen!

Jede einzelne Überlebende, die Zeugnis ablegen kann dafür, steht für hundert oder tausend andere, die es nicht können. Spricht dann für die!

Vor 30 Jahren war Michaela Huber die einzige Therapeutin in Westdeutschland, die darüber geschrieben hat. Selbst ihre Kollegen haben sie nicht ernstgenommen – sie stand völlig allein als Fachfrau! In den USA war es ähnlich. Frank W. Putnam, der dort als einer der ersten mit Traumaüberlebenden gearbeitet hat, die Viele sind, hat in seinem großen Buch erwähnt, wie ihn die Berufskollegen ausgelacht haben.

Jetzt ist das schon anders. DIS (also Viele sein) ist einigermaßen anerkannt als Tatsache bei den Psychiatern und Psychotherapeuten (auch wenn sie sich nicht immer damit auskennen), auch bei Krankenkassen. Und das Thema Rituelle Gewalt und Zwangsprostitution wird JETZT mehr und mehr öffentliches Thema.

Jey, die sich aus der rituellen Gewalt befreit hat, hat ihre Erfahrungen auf meiner Trauma-Website veröffentlicht. So zum Beispiel geht es weiter! (<https://dissoziation-und-trauma.de/jey>)

30.7.

Danke Mo... bei dir klingt das so schön einfach! Aber manchmal sind die Dinge die man selbst gemacht hat einfach zu schlimm um das es "weiter geht"...

Wird keiner helfen?

30.7.

Was ich so sage, ist nur das Grundsätzliche, wie eine Art Landkarte, zur Orientierung: das ist möglich, das ist nicht möglich..

Gehen müssen wir trotzdem selbst, und im Gehen kommen dann die konkreten Situationen, die sind natürlich schwieriger als eine Landkarten anzugucken.

Trotzdem kann es helfen, wenn wir so eine grundsätzliche Orientierung haben.

Es geht eben doch weiter.

So Schlimmes, wie jetzt du erlebst, haben andere Ichs bei dir auch erlebt – früher, in all den Jahren. Deshalb gibt es soviel Verwirrung, Verzweiflung, Wut in dir, was du dann im Kopf spürst! Also die Täter sind nicht jetzt schlimmer geworden. Sie waren immer so schlimm.²¹⁵

Aber du hast wahrscheinlich das meiste davon nicht mitgekriegt, früher. Andere Ichs haben es mitgekriegt – und sind dann nach innen gegangen, weil sie keine Hoffnung mehr gesehen haben.

Jetzt versuchen die Täter DICH soweit zu terrorisieren, daß du deinen Widerstand aufgibst. Dann ist wieder Ruhe – für die Täter. Dann können sie wieder ungestört den Körper benutzen, Tag für Tag...

Ich war zwar nicht dabei, aber so etwa war es vermutlich, – so ist es auch bei anderen Opfern. Siehe Jey.

30.7.

Mo du möchtest mir helfen das weiß ich. Aber das tust du gerade nicht! Du vergleichst mich mit Jey! Wer ist das? Wer bin ich überhaupt? Sie war nicht dabei! Ich habe das alles getan! Es tut mir leid aber ich kann nicht mehr schreiben das macht mich nur noch wütender! Du verstehst mich nicht... ich bin BÖSE! Es ist in mir!

Doris

30.7.

Doris, es geht um das LERNEN! Und um das alles zu verstehen, müssen wir (ich wie du!) von anderen Menschen lernen, die etwas ähnliches erlebt haben.

Auch ich habe doch das, was ich dir erklären konnte, von anderen gelernt.

Ich dachte, es hilft dir, wenn du merkst, daß auch andere Menschen sowas erlebt haben und wie sie damit umgegangen sind.

Aber ok, du willst nicht mehr schreiben, ich will dir meine Mails nicht aufdrängen. Entschuldige.

30.7.

Entschuldige bitte aber ich muss nochmal schreiben. Ich denke Du weißt warum... Genau! Habe ja niemanden!

Du hast gesagt ich soll sagen was ist...

²¹⁵ Später mußte ich einsehen, daß die Täter wohl durchaus schlimmer geworden waren –vermutlich aufgrund des Widerstands im System, des Kontakts zu mir, den die Täter nicht unterbinden konnten.

Wird keiner helfen?

Ja ich verstehe dich nicht. Weißt du du sagst du möchtest helfen... Ich sag dir das ich böse bin böses gemacht habe... die letzten Stunden waren.... aber jetzt weine ich. Ich erwarte nicht das ich wichtig bin aber doch das du zuhörst. Ich hab's begriffen bin nur irgendein Teil von irgendwas! Aber mir geht's gerade schlecht ich musste das alles machen! Ich habe die kleine beschützt!²¹⁶ Vielleicht kanns dann mal eine Minute um mich gehen? Wir haben neulich solange übers Liebhaben gesprochen. Doch so möchte ich es nicht! In meiner Vorstellung ist es ganz anders! Da tut es auch nicht weh!

Doris

Ach ist schon ok wenn du nicht antwortest...

30.7.

Doris,

du bist wichtig. Auch für mich. – Es geht um dich, ja. Aber manchmal ist es einfach schwer für mich, im voraus zu wissen, was du jetzt von mir gebrauchen kannst und was nicht. Glaub mir, alles, was ich dir schreibe, tu ich nur aus dem Grund, weil ich dir und euch helfen möchte. Aber ich bin auch nur ein Mensch, irre mich auch. Besser kann ichs nicht.

Liebhaben ist nie so, wie ein Mensch es sich vorstellt – weil ja immer zwei Menschen dazugehören, und beide haben ihre eigene Gedanken und Gefühle. Und es gibt Mißverständnisse, und Nichtverstehen.

Schreib mir bitte, wenn du magst. Ich werde weiterhin versuchen, so gut ich kann dich zu verstehen und zu antworten. Ich kann dir aber nie versprechen, daß mir das immer gelingt.

30.7.

Mo ich brauche Dich so sehr! Es gibt so viel zu sagen... aber ich weiß nicht was ich machen soll...

Doris

30.7.

Was du machen sollst? Meinst du, ob du Vertrauen haben kannst zu mir? Oder wegen der Täter?

30.7.

Mo natürlich vertraue ich dir!

Ja wegen der Täter! Wegem allem! Was ich gemacht habe...! Möchte nicht mehr so fühlen... Weiß einfach nicht weiter...

30.7.

Liebes, versuch doch, es auszusprechen. Du kannst vielleicht ein kleines bißchen von der Last an mich abgeben, ich trags dann auch in meinen Gedanken, sag was dazu, du bist nicht ganz allein damit.

Du gehörst zu den Menschen, die sich um Gutes bemühen – und ich bin nur der erste, den du

²¹⁶ Die lebenslange Konditionierung: "Wenn du nicht lieb bist, nicht alles tust, was wir wollen, dann passiert ... das gleiche, dann holen wir uns ...!"

Wird keiner helfen?

kennst. Ich stehe auch für andere – die ganz bei dir wären, wenn sie dich nur kennen würden.
(Deine "Ziele" haben auf Facebook schon 350 Leute gelesen.)

Mo

30.7. 17:45

Du wirst mich dann allein lassen! Mich auch hassen! Die ganze lange lange Zeit musste ich alles das machen was die sonst mit mir gemacht haben durfte nicht spucken nicht weinen mich nicht wehren musste ganz LIEB zu diesen Schweinen sein! Sonst...

30.7.

Ich werde dich nicht allein lassen oder hassen. Ich halte zu dir!!! Ich hab dich lieb. Das stimmt – und das ändert sich nicht.

Wenn ich dich verraten würde, hätte ich mein eigenes Herz verraten.

30.7.

Ich weiß nicht weiter! Was ich jetzt machen soll! Mo verstehst du mich denn nicht? Ich bin wie die! Die haben es geschafft das ich genau das mache was die wollen! Das alles ist nun in mir! Was verlangen die das nächste Mal? BITTE Mo hilf mir doch! BITTE!

Doris

30.7.

Nein, du bist nicht wie die. Du bist das Gegenteil von denen. – Du willst es nicht, sonst würdest du nicht verzweifelt sein. Sie haben dich gefoltert und bedroht und gequält noch und noch, und den Körper und alle anderen Ichs auch, all die Jahre – und jetzt willst du Widerstand leisten, – da haben sie dich noch stärker bedroht und gefoltert, – um deinen Willen zu brechen. SO ist es. All das Schlimme ist in dich hineingezwungen worden, aber es ist nicht in dir gewachsen. Es war nicht dein Wille. Es ist, wie ich vorhin geschrieben habe: du warst das Werkzeug, die Waffe – nicht der Täter.

Mein Rat ist: Sag möglichst viel davon in der Uniklinik. Sie müssen es von dir erfahren, sonst können sie nichts tun. Und dann muß gemeinsam überlegt werden, wie du geschützt werden kannst. – Natürlich kann ich all das bestätigen, ich weiß durch die Mails jetzt mehr als jeder andere Außenstehende.

30.7.

Doris, ich hab heut wieder Nachtwache – muß also bald hier aufhören!

30.7. 18:51

Ist ok! Danke

Wird keiner helfen?

Facebook:

30.7. 20:19

Mondrian bitte helfen Sie der kleinen. BITTE... Amanda

21:48

Ich hatte bis 19h Kontakt mit ihr. Jetzt bin ich im Nachtdienst, nicht an meinem Rechner. Das weiß sie. – Versuchen Sie, sie zu erreichen.

Mail:

30.7. 22:31

Ich weiß nicht was ich machen soll! Das alles geht einfach nicht raus aus mir! Du sagst es wäre Nein eigentlich hast du nichts dazu gesagt. Aber vermutlich bist du enttäuscht und angeekelt von mir! Ganz egal was ich mach es geht auch nicht ab! So viel Hass in mir! Auf mich! Es ist so laut! Alle lasse mich allein und doch sind nun alle wütend auf mich! Es wird niemals aufhören! Die können mit mir machen was die wollen und am Ende ändert sich nichts wirkliche Hilfe ist nicht da ich bin immer allein! Und das kann ich nicht mehr! Weißt Du ich bin vielleicht klein aber auch ich spüre wenn ich zu viel bin...! Du sagst du hast mich lieb und ich hab dir geglaubt. Doch wenn ich sag ich schreib nicht mehr dann ist das eben so... egal! Vergessen! Glaub mir mich wird keiner vermissen!

Danke Mo für alles aber besonders dafür wie es sich anfühlt gemocht zu werden...

Doris

30.7. 23:02

Weißt du ich versuche endlich einzuschlafen doch die sind so laut wütend... bin ganz allein weine kann nicht aufhören... kann einfach nicht verstehen warum beschützt mich nie jemand? Wie kann ein Mensch ein Kind denn so EGAL sein? Ich wünsche mir so sehr das die in mir wütend genug auf mich sind um mich nicht mehr aufwachen zu lassen...

Entschuldige Mo...

Ich hab dich ehrlich lieb gehabt..

Doris ²¹⁷

31.7. 12:01

Doris, bist du da?

Mo

31.7. 12:12

Ja

²¹⁷ Zweifellos wieder ein Suizidversuch. Ich habe die Mails erst am nächsten Vormittag gelesen – und diesmal nicht die Polizei alarmiert. Vermutlich gab es Suizidversuche auch in der Vergangenheit – und nicht zuletzt dies ist Aufgabe der Beschützerinnen.

Wird keiner helfen?

31.7. 13:16

Liebe Doris, es tut mir sehr leid, daß du so hoffnungslos und verzweifelt bist.

Ich kann es wohl auch verstehen – wenn die innen dich beschimpfen und dich doch allein lassen. Es gibt aber auch andere Ichs, die zu dir halten wollen – aber die haben noch nicht gelernt, dich zu unterstützen, Kontakt zu dir aufzunehmen. Gestern nacht hat Amanda mir noch in die Nachtschicht hinein übermittelt (auf anderem Weg), daß ich dir helfen soll. "BITTE" hat sie geschrieben. Aber ich hab in der Arbeit nicht die Möglichkeit, Mails zu schreiben. – Jetzt hab ich morgens deine Mails von gestern nacht gelesen.

Ich würde dich gern noch mehr unterstützen, noch anders – aber wie?

Ich versuche dich zu beschützen, so gut ich kann. Das reicht nicht, ich weiß – aber mehr geht nicht.

Was die Wütenden innen angeht: der Grund für ihre Beschimpfungen ist, daß sie selbst grauenhafte ANGST haben. Es gibt nur die eine Möglichkeit, etwas zu ändern: daß ihr euch traut, Hilfe von außen zu akzeptieren. Das erfordert wieder Mut, – und du bist (leider) das einzige Ich, das Mut hat. Deswegen hängt das jetzt alles an dir.

Denk dran, daß in 3 Tagen der Aufenthalt in der Klinik anfängt. Dadurch wird sich vielleicht etwas ändern. Und wir können uns kennenlernen (falls du noch magst). Ich hab schonmal nach den Zugverbindungen Ausschau gehalten.

31.7. 13:15

Tut mir leid das ich noch da bin!

31.7.

Mir tut es leid, daß es dir so schlecht geht. – Mir tut es leid, daß die andern nicht mehr Mut haben, dich zu unterstützen.

Aber ich will nicht schwafeln. Ich bin froh, falls du doch irgendwann wieder schreiben magst – und denke an DICH, immer, auch in Zukunft. Auch falls DU einmal weg sein wirst.

31.7. 13:20

Ich habe doch Mut! Aber eben auch Angst! Am meisten Angst vor mir selbst! Vor dem was ich tun werde!

31.7. 13:41

Ja, du hast Mut!! – Und jetzt brauchst du diesen Mut gegen die spezielle neue Angst.

Ich bin ganz und gar sicher, daß du nicht böse werden wirst. Egal wozu die Täter dich in einer Situation bringen.

Ich glaube an dich, und das heißt: an das Gute in dir.

Es geht den Tätern darum, daß ihr euch nicht befreit von ihnen. Deswegen greifen sie zu diesen Möglichkeiten, dir Angst zu machen.

Wenn du meinst, du bist böse, alle werden dich hassen für das, was du (gezwungenermaßen) getan hast, – dann haben die Täter doch ihr Ziel erreicht. Denn dann wirst du dich nicht befreien

Wird keiner helfen?

von ihnen.

Dann wirst du denken, du bist eine von denen. Und genau das wollen sie!

Dann erst bist du verloren – wenn du dich aufgibst. Wenn du nicht mehr an das Gute in dir glaubst.

Deshalb brauchst du jetzt Mut, diese Angst zu überwinden.

Ich sag dir immer wieder: du wirst zu bösen Taten getrieben, du bist nur die Pistole oder das Messer, nicht der Täter.

Wenn die Täter keine Macht mehr über euch haben, Tag für Tag, dann kann das Gute in dir zur Grundlage deines Lebens werden. Und das gilt für alle Ichs. – Deswegen hoffe ich, daß du diese Angst jetzt überwindest und daß die BEFREIUNG weiter dein Ziel bleibt.

Ich unterstütze dich dabei, jetzt und in Zukunft.

31.7.

Nein ich meine nicht das ich böse bin. Ich fühle mich so! Durch all das was ich getan habe! Und ich höre und spüre den Hass und die Wut der anderen in mir!

Mo ich will doch nicht aufgeben! Ich wusste nur nicht weiter! Weiß es immer noch nicht! Hab's dir schon gesagt. Das geht doch nicht mehr weg... nicht aus mir raus... nicht ab!

Ich verstehe dich wenn du sagst ich werde dazu getrieben... aber das ändert doch nicht was ich gemacht habe....!!!!

Und ja na klar die Befreiung ist das Ziel! Sterben darf ich ja nicht!!!!

Doris

31.7.

Wir Menschen haben Gefühle, haben Liebe in uns und Haß, haben Entscheidungsmöglichkeiten, einen Willen. Und haben damit auch die Möglichkeit uns zu entscheiden, welchen Sinn unser eigenes Leben für uns hat.

Für die meisten Menschen ist das kein Thema, sie leben Tag für Tag weiter, sie denken kaum über den Sinn des Lebens nach. Aber wer solche grauenhaften Erfahrungen gemacht hat wie du, für den ist dieser Sinn des eigenen Lebens nicht mehr selbstverständlich.

Ich meine, du stehst genau vor dieser Frage. Du bist auf der Welt, du lebst, du fühlst – aber das Leben ist für dich grauenhaft. Auch gerade, weil du zu solchen Taten gezwungen wurdest, die du niemals akzeptieren kannst für dich.

Du mußt dich entscheiden – und das kann dir niemand abnehmen: willst du trotzdem weiter leben? Und wenn ja: wozu? willst du um das Gute in dir kämpfen? Oder gegen das Böse? Oder – ?

Ich verstehe es gut, daß du manchmal nicht mehr weiterleben möchtest. Ich weiß nicht, ob ich weiterleben wollen würde – in dieser Menschenwelt! –, wenn ich nicht meinen Lebenssinn genau darin gefunden hätte: für das Gute kämpfen, damit es immer wieder stärker ist als das Böse.

Aber, wie gesagt, sowas muß wirklich jede/jeder für sich selbst entscheiden. Und deine Situation ist unendlich viel schlimmer als alles, was ich je erlebt habe.

Wird keiner helfen?

31.7. 14:57

Das ist das Problem Mo! Diese Entscheidung habe ich schon oft getroffen.... zuletzt gestern Nacht mit "Lorezepam" (was immer das ist?) Doch du siehst der Körper lässt mich einfach nicht sterben! Und ich kann wirklich nicht begreifen warum!?

Also werde ich weiter kämpfen um das Gute! Genau wie du!

Ich wünschte nur ich wüsste wie ich das schaffen soll... ????

Doris

31.7.

Es ist nicht nur der Körper, sondern auch die Beschützerinnen innen, die aufpassen. Glaub mir, sie würden gerne helfen – aber ihr alle seid während all der Jahre durch die Täter voneinander getrennt worden. Es dauert, bis sie das lernen. Es fällt denen nicht leichter als dir, mit anderen Ichs in Kontakt zu kommen.

"Schaffen" kannst du es nicht alleine, sondern nur mit Helfern außen. Aber die gibt es.

Sei mir nicht böse – ich steh hier am Herd und koche. Ich schreibe etwa in einer Stunde wieder, ja?

31.7.

Ja mit deiner Hilfe!

Du hast mir doch erklärt wie das alles entstanden ist... mit den Teilen. Durch Dissoziation.? Wie kann ich das machen?

Doris

31.7.

Ich war der erste Helfer – das Lernen und auch dann das Vertrauen, unsere Nähe, all die Gesprächsthemen zwischen uns.. – Aber jetzt müssen andere Helfer dazukommen, das hab ich dir ja schon geschrieben. Es geht um das Fliehen aus dem Einfluß der Täter. Das heißt, eine sichere Wohnung und noch anderes. Das kann ich nicht "machen" – dazu braucht ihr noch andere Menschen, die helfen.

31.7. 16:53

Klar ich verstehe...

31.7.

Beantwortest du mir bitte trotzdem noch die Frage?

Doris

31.7.

"Trotzdem"? – Trotz was? Aber welche Frage meinst du? Hab ich etwas nicht beantwortet?

Wird keiner helfen?

31.7.

Trotzdem. Du willst mich doch nicht mehr!

Ja diese...

Du hast mir doch erklärt wie das alles entstanden ist... mit den Teilen. Durch Dissoziation.? Wie kann ich das machen?

Bitte....

Doris

31.7.

Doris, in fast jeder Mail versichere ich dir, daß ich dich noch genauso lieb hab und zu DIR halte – und immer neu scheinst du das nicht ernstzunehmen. Es hat ganz sicher mit all deinen bösen Erfahrungen zu tun.

Jedenfalls bist du mir nach wie vor so nah wie in all den Wochen vorher. – Aber vielleicht macht dir auch das Angst, diese Nähe mit einem anderen, vor allem einem Mann? Du hast ja so oft erlebt, wie Verrat daraus entstand.

Auf diese Frage hatte ich geantwortet, aber die Antwort war vielleicht nicht ganz klar. – Also du allein kannst nicht viel "machen". Es müssen Helfer von außen dazukommen. Ich war der erste Helfer, aber jetzt braucht ihr auch andere. Du allein kannst nur Mut haben, Angst überwinden, und verstehen lernen.

31.7.

Dann meine ich es anders. Du hast mir erklärt diese ganzen Teile sind entstanden weil sich so Erinnerungen aufgeteilt haben. Richtig? Ich will NICHT noch mehr Teile. Aber vielleicht kann ich durch das dissoziieren das was jetzt böses in mir ist weg machen.? Verstehst du was und wie ich es meine? Kannst du mir bitte sagen wie das geht?

Doris

31.7.

Ok, jetzt verstehe dich. Grundsätzlich geht dieses Aufspalten (dissoziieren) nicht, indem das Gewaltopfer es entscheidet, so aus dem Willen heraus. Es geschieht aus sich heraus – etwa wie ein Gefäß überläuft, wenn immer mehr reingeschüttet wird. – Aber es ist wirklich so, wie du sagst: durch das dissoziieren einer Erinnerung, die zu schlimm ist, die jemand (ein Ich) nicht aushalten kann, entsteht ein neuer Anteil, und der bleibt da. (Bei dir ist übrigens schon eine andere, eine jüngere Doris entstanden. Sie nennt mich auch Mo, deshalb ist für mich klar, daß sie von DIR her kommt, aber sie hat nicht so viel Kraft wie du, sie zeigt mir ihre Angst vor den Tätern, auch daß die mir etwas tun könnten, und auch Angst davor, Böses tun zu wollen.)

Das Problem ist, daß zur Heilung sowieso die ganzen Anteile mitgenommen werden müssen, mit ihren Erinnerungen. Genauso wie du mit mir zusammen versuchst, mit dem Schlimmen irgendwie umzugehen, genauso müssen es auch die anderen Ichs – später mal.

Wird keiner helfen?

31.7.

Ich möchte das NICHT! Und eigentlich möchte ich das auch nicht sagen. Aber du hast recht! Ich habe Angst! Unwahrscheinlich große Angst! Und manchmal weiß ich nicht mehr wovor ich mehr Angst habe. Vor den blöden ekligen Männern und was die mit mir machen oder verlangen... ODER davor das du mich allein lässt!????

Ich weiß das ist verrückt! Und Angst macht mich kaputt....!

Doris

31.7.

Ja, ich versteh das mit der Angst. – Dein ganzes Leben ist vergiftet von Angst. Aber es ist wahrscheinlich leichter, Angst zu haben vor jemandem, bei dem wir wissen, er ist nunmal BÖSE – leichter als etwas Gutes zu erleben und dann Angst zu haben, daß es aufhören könnte, daß es veraten werden würde.

Aber ich kann nur Tag für Tag mich bemühen, dir so gut ich nur kann zur Seite zu stehen. Deine Ehrlichkeit hilft mir aber auch dabei.

31.7.

BITTE sag mir ob ich es richtig verstanden habe. a, es geht nicht bewusst! b, selbst wenn dann entsteht immer ein neuer Teil. und c, macht es keinen Sinn weil es eh früher oder später wieder da sein wird. ???

Das würde in der Konsequenz bedeuten ich muss es aushalten! Ich allein!

Doris

31.7.

Nicht ganz so! Wenn du es wirklich nicht mehr aushältst, entsteht einfach (von allein!) ein anderer Anteil. (Ich hab ja schon gesagt, etwas ist dir schon abgenommen worden – durch diese jüngere Doris, die schon ein paarmal gemailt hat.)

Das Abspalten eines neuen Ichs geschieht also, wenn es anders nicht geht! Wenn du sonst wirklich überfordert wärst. Und wenn kein Ich, das schon vorher da ist, das Bewußtsein übernehmen kann. Also ist es auch eine gesunde Reaktion der Seele!

Stimmt zwar, daß diese schlimmen Erinnerungen nicht ausgelöscht sind, daß sie irgendwann später (mit dem neuen Ich) doch aufgearbeitet werden müssen – aber das später heißt dann ja: wenn es keinen Täterkontakt mehr gibt, wenn ihr Schritt für Schritt therapeutisch das alles aufarbeiten könnt. Dann geht es leichter.

Jedes Ich, jeder Anteil muß nur das aushalten, was sie oder er aushalten kann. Genau deshalb gibts die Dissoziation als natürliche Reaktion der Seele.

Das heißt nicht, daß es dem Ich gut geht! Aber du hältst es aus – auch wenn du manchmal meinst, du wirst verrückt dabei. Du wirst nicht verrückt, sondern wenn es tatsächlich nicht mehr aushaltbar ist für dich, übernimmt ein anderer Anteil oder entsteht ein neuer Anteil.

Niemand kann das ändern – solange die Täter euch noch Tag für Tag tyrannisieren, quälen,

Wird keiner helfen?

solange ihr nicht befreit seid, muß die Seele sich auf diese Weise schützen.

31.7.

Darum kann ich also nicht sterben!?! Aber dann könnte ich doch rein theoretisch gar nicht böse werden? Denn wenn ich dann von dem bösen nichts mehr weiß...

31.7.

Das Leben (und also auch das Sterben) ist in erster Linie ja etwas Körperliches, bei uns, bei den Tieren, bei den Pflanzen. Nur kommt bei den Menschen etwas dazu, was Pflanzen vermutlich gar nicht und nur manche Tiere ein bißchen haben: Bewußtsein. Aber wenn die Körper sterben, ist auch das Bewußtsein weg. – Deswegen kannst du schon sterben, aber nur, wenn der Körper stirbt. Dann gibts dich nicht mehr und auch kein anderen Ichs mehr. Ob jemand (ein Körper) ein einziges Ich hat oder viele, ist dabei egal.

Solange der Körper lebt, sind auch alle Ichs vorhanden, – entweder außen oder innen, schlafend oder wach.

Ich glaube nicht, daß du je böse werden kannst, weil du so viel Güte und Wahrhaftigkeit in dir hast. Das ist nicht theoretisch, sondern ganz praktisch.

Aber du (Doris) weißt ja von dem Bösen! Du kannst das, was du weißt, nicht vergessen (wie ausradieren). Es ist genauso in dir wie Erinnerungen in mir sind. Da gibt es keinen Unterschied, ob jemand ein Ich hat oder viele. – Aber du kannst später in der Therapie das Schlimme langsam in die Vergangenheit schieben. Kannst darüber trauern, kannst spüren, daß du Gutes in der Welt machen kannst, kannst vielleicht als Zeugin für solche Greuelthaten Menschen die Augen öffnen... so kann es weitergehen.

31.7.

Ja würde ich gern...

31.7.

Danke Mo!

Weißt Du noch als ich dich gefragt habe was die in der Uniklinik von mir erwarten?

Die Frage die viel wichtiger für mich ist, ist aber was DU von mir erwartest!

Doris

31.7.

Was ich von dir erwarte? – Ach Doris, jetzt würd ich dich gerne angucken können, auch daß du mein Gesicht siehst.

Ich erwarte gar nichts von dir. Ich weiß, du machst es so gut, wie DU es kannst – und ich steh am Rand und versuche, dich zu unterstützen (und genauso die anderen Ichs, wenn sie rauskommen).

Ich WEISS , daß du es so gut machst, wie du nur kannst. Und mehr kann niemand machen!

Wird keiner helfen?

31.7.

Nein Mo ich meine es anders. Wenn es zum Beispiel so ist wie gestern und heute dann weiß ich nicht was mit mir los ist. Kann dann nichts kontrollieren. Habe Angst Wut Hass so viele Gefühle in mir kann diese nicht ordnen nicht kontrollieren nicht damit umgehen! Dazu kommt das es so laut ist in mir. Die mich nicht denken lassen. So viel Schlimmes und schlechtes sagen eben auch über dich. Dann weiß ich nichts mehr. Aber dann bin ich dir doch zu anstrengend zu nervig zu dumm! Was wenn du es mal satt hast? Weißt du bitte glaube mir ich möchte nicht so sein! Es ist dann so als ob alles um mich und in mir zusammenbricht alles einstürzt.... und dann denke ich mir ich verdiene dich nicht!

Darum wäre es wirklich besser du sagst mir was du von mir erwartest wie du möchtest das ich bin. BITTE! Weißt Du so kann ich doch dann nichts falsch machen.

Doris

31.7.

Nein, das funktioniert nicht. Du kannst es eben nur teilweise kontrollieren. Das schreibst du genauso, wie es ist. Und ich weiß, du machst es so gut, wie es dir in dem Augenblick MÖGLICH ist. Mit all den Störfaktoren innen und außen.

Ich weiß aber auch, daß das Unkontrollierbare unvermeidbar ist und einer (und eurer) Situation. Es ist einfach die Situation einer Überlebenden von Rituellicher Gewalt, bei der die Täter noch aktiv sind, die fast 40 Jahre denen ausgesetzt war, die noch fast keine Chance hatte, Ordnung zu schaffen innen. – Wie auch – wenn die Täter immer wieder neuen Terror herstellen?

Das kann gar nicht einfacher sein.

Und all das, was in unserem schriftlichen Gespräch, unserem Austausch schwierig war, was Mißverständnisse und Ärger und Resignation und Mißtrauen gebracht hat, – das alles ist unvermeidlich in so einer Situation!

Du bist einer der wunderbarsten Menschen, die ich im Leben kennengelernt habe. So empfinde ich es, und schon lange. Aber du bist in einer fast unerträglichen Lebenssituation.

Niemand kann vorhersehen, wie genau es weitergeht mit dir und mit euch. Nur darin bin ich sicher, daß du es so gut machen wirst, wie du kannst – in jeder Situation. Und es ist jeweils meine Aufgabe, dann zu verstehen, wie es gekommen ist und wie ich dir JETZT wieder ein Stückchen weiterhelfen kann. So geht es weiter. So war es auch bisher zwischen uns.

31.7.

Du sagst also ich mach nichts falsch.? Das ist so wie ich bin "richtig" bin? Ich dir nie zu anstrengend werde? Du sagst ich brauch keine Angst haben das du plötzlich weg bist! Mich allein lässt! Ganz sicher! Ganz fest versprochen! Ich kann mich ganz sicher auf dich verlassen Mo?

Doris

Wird keiner helfen?

31.7.

Ja, Doris, ja, ja ja! Ich weiß, daß ich das nur versprechen darf, wenn ich selbst ganz sicher bin, daß ich es halten kann. Das weiß ich. Und ich kann das auch. Ich hab im Laufe des Lebens immer deutlicher erkannt, wofür ich meine Kraft einsetzen will. Deshalb kann ich jetzt so sicher sein.

31.7.

Danke Mo! Danke! Danke! Danke! Ich würde dich jetzt so gern ganz fest drücken!

Danke..

Eine gute Nacht für dich...

Doris

31.7.

Gute Nacht, Liebes!

Facebook:

31.7. 21:54

Mondrian Danke! Danke für Ihre Hilfe! Es geht ihr besser... die letzte Nacht war schlimm. Die kleine wollte wirklich nicht mehr leben. Natürlich haben die anderen ihren Teil dazugetan... es ist wie ein Leben am Rande einer Klippe... Danke das Sie da sind! Danke für Ihre Zeit! Danke für Ihre Geduld! Danke für Ihr Verständnis! Danke für Ihre Hilfe! Und danke das Sie ein Guter Mensch sind! Amanda

31.7.



Mail:

31.7. 23:17 ²¹⁸

Blut Baby tot! Gespuckt schuld! Überall Blut! Baby schreit! Baby schreit! Baby schreit! Baby schreit! Überall Blut! Messer Blut Baby schreit nicht sagen helfen bitte Baby tot bitte helfen

1.8. 02:13

Mo nicht werden töten darf nicht sagen muss hören lieb sein bitte Mo mach das nicht machen dir weh bitte Mo nicht Blut muss lieb sein

1.8. 03:35

Mo die hören einfach nicht auf wütend auf mich zu sein! Beschimpfen mich... schreien mich an... lassen mich nicht schlafen... Aber ich bin so müde!

²¹⁸ Flashbacks der "kleinen Doris".

Wird keiner helfen?

Mo ich möchte dich bitte unbedingt kennenlernen! Vielleicht klingt das blöd aber ich habe so Angst vor der Uniklinik. Doch dich dort kennenzulernen zu sehen gibt mir etwas Kraft. Versteh mich nicht falsch ich möchte da hin um weiter um neues zu lernen....

Doris

1.8. 05:38

Will nicht hört auf Nein Nein Nein Nein Nein Mo Baby retten nicht bitte nicht bitte nicht bitte nicht bitte nicht bitte nicht bitte nicht spucken so eklig Baby retten bitte Mo bitte Mo darf nicht bitte hilfen mir bitte hilfen mir muss Baby retten bitte Mo

1.8. 06:05

Musst aufpassen Mo bitte böse Angst Mo bitte mach nicht

1.8. 07:27

Guten Morgen Mo,

Weißt Du was ich bei all dem überhaupt nicht verstehen kann? Ich denke das Prinzip des viele Seins habe ich ein wenig verstanden.? Was für mich aber keinen Sinn macht ist... wenn doch immer ein neues Ich ansteht weil der Körper bzw das Bewusstsein sich in einer nicht erträglichen aushalten Situation befindet.? WARUM BLEIBEN DANN ALL DIESE NEU GEBILDETEN ICH'S DA? Warum verschwinden diese Abspaltung mit ihrem schrecklichen Wissen NICHT einfach? WARUM quälen diese ganzen ICH'S sich gegenseitig? Der Körper hat doch die Ich's zum Schutz erschaffen? Doch wie soll das denn jetzt den Körper schützen? Wo ist da der Sinn? Das schlechte ist doch trotzdem noch da. Im Gegenteil es hat doch indirekt (psychosomatisch) den Körper immer belastet! Ich verstehe nicht... den einzigen Vorteil den ich möglicherweise sehe ist das es den Körper in dem Moment am Leben erhalten hat.? Aber in Anbetracht der Nachteile ist das wirklich ein Vorteil????

Doris

1.8. 9:37

Hallo Doris, bist du da?

Mo

1.8. 11.39 ²¹⁹

Ja da bösen weg haben sehr weh gemacht

1.8.

Liebe Doris, ich will dir nochmal sagen, daß du aber keine Angst um mich zu haben brauchst. Die Männer werden mir nicht wehtun. Das trauen sie sich nicht – alle Therapeuten sagen das. Diese Täter trauen sich nur, Kinder und Hilflose und Tiere zu quälen.

²¹⁹ Die kleine Doris

Wird keiner helfen?

1.8.

Nein Mo wenn was sage tun dir weh

1.8.

Nur lieb sein hören

1.8.

Nein, Doris, – das sagen sie nur, damit du und die anderen bei dir nicht nach Hilfe suchen. – Sie tun mir nichts. Ich bin erwachsen und bin frei und kann mir sofort Hilfe holen.

1.8. 11:57

Hallo Mo,
Ja das weiß ich doch.
Doris

1.8.

Hallo Doris!

Es kamen nachts und auch vorhin ein paar Mails von deinem angstvollen kleineren Ich, das sich wegen des Babys quält und wieder Angst um mich hatte. Weil die Täter dir wohl gedroht haben, daß sie auch mich töten. Jetzt wollte ich versuchen, dieses kleinere Ich etwas zu beruhigen. – An die war die Mail gerichtet.

(Weil das Kleine eine Abspaltung von dir ist, konntest du die Mail jetzt auch lesen.)

Es war wohl auch heute vormittag auch wieder Tätergewalt?

1.8.

Ja es waren drei böse hier...
Aber ich hab dir heute früh geschrieben...
Doris

1.8.

Ja, du hast mir geschrieben gegen 3h morgens, wegen dem Kennenlernen und dann um 7:30 wegen Dissoziation. – Aber ich hab morgens erstmal nur angefragt, ob du da bist, und als keine Antwort kam, hab ich natürlich auch nicht weiter geschrieben...

Hier jetzt erstmal die Antwort auf deine Mail wegen der Uniklinik und Kennenlernen:

Zuerst mal: Ich verstehe gut, daß du Angst hast vor der Uniklinik. Die Täter haben dir und den anderen Ichs lebenslang solche Angst vor Krankenhäusern, Ärzten, Polizei und anderem gemacht – ist ja klar: denn dort sind die Möglichkeiten, Hilfe zu bekommen.

Natürlich komme ich in die Traumastation. Ich hab mich auch schon über die Fahrpläne informiert. Ich denke aber, du solltest erst dort ankommen, damit du genauer weißt, wann es passen würde. Du kommst am Donnerstag an. Ich könnte mir vorstellen, daß ich am Samstag könnte. Dann sind wahrscheinlich keine Therapien. Es wird am Wochenende sicher auch keine

Wird keiner helfen?

Therapeuten geben, mit denen wir (du und ich zusammen) reden können, aber das Wichtigste ist sowieso erst, daß WIR uns kennenlernen können, Zeit dafür haben. Ja?
Es ist mir aber dennoch lieber, daß du erst dort ankommst und wir das per Mail dann genau vereinbaren.

1.8.

Prima Mo! Genau so habe ich es mir auch vorgestellt! Danke danke danke!
Werde mich mal rausbemühen... brauche doch den Schein für die Klinik. Der Arzt hatte Urlaub bis gestern. Und man glaubt es kaum aber beim kleinen Handy ist der Akku fast geplatzt... So krass das die Hülle schon schaden genommen hat. Muss also einen neuen Akku kaufen gehen und Milch.

Doris

PS ich freue mich sehr auf dich!

1.8.

Und ich mich auf dich! ☺

1.8.

Habe den Schein und den fürs Taxi.
Mo antwortest du dann bitte noch auf die andere Mail wenn du Zeit hast.
Doris

1.8.

Hey Doris,
ja, ok, die andere Mail.
Dissoziation ist etwas Biologisches. Es ist in uns Menschen irgendwie entstanden – keiner weiß, wieso. Genauso wie Gefühle oder Nachdenkenkönnen oder wie die Tatsache, daß wir zwei Augen haben oder egal was noch.
Klar ist an der Dissoziation nur, daß sie uns dazu hilft, mit Situationen umzugehen, die uns überfordern.
(Wenn ich mich aufs Schreiben konzentrieren will, stört mich das Gerede der Leute im Hof.
Manche Leute schaffen es, das dann einfach zu "überhören" – das ist dissoziieren. Ich schaffe es nicht, muß das Fenster zumachen. Dafür kann ich in anderen Situationen gut dissoziieren, zum Beispiel wenn ich an einem Buch arbeite und es kommt eine Mail von dir. Dann kann ich sofort "umschalten" und mich ganz auf deine Mail konzentrieren – und nachher wieder genauso "umschalten" und in meiner anderen Arbeit weitermachen. Auch das ist dissoziieren!)
Alle Erinnerungen werden im Gehirn festgehalten – und dann sind sie da. Das ist auch was Biologisches– es ist einfach so, wir wissen nicht warum. Es gibt dann die üblichen Möglichkeiten, Erinnerungen zu verarbeiten (durch Nachdenken, durch Gefühle, durch das Zeitvergehen) – aber wenn das alles nicht reicht (weil wir es einfach nicht verarbeiten KÖNNEN), dann hat die Psyche nur noch diese eine Möglichkeit, es im Gehirn woanders hinzuschieben, wo es uns nicht ständig bewußt wird; das ist dissoziieren. Und wenns ganz schlimm ist, zusammen mit dem jeweiligen

Wird keiner helfen?

Ich-Gefühl. Dadurch entstehen dann einzelne Ichs.

Es ist bei Computern nicht anders: wenn eine Datei im Speicher ist, verschwindet sie von selbst nie. Wir müssen sie erst löschen oder umwandeln in eine andere Datei. – Wenn wir die Datei im Rechner nicht löschen können (sowas gibt es), sie aber auch mehr sehen wollen, können wir sie nur noch in einen Ordner tun, den wir nicht dauernd sehen.

So etwas ist es auch bei uns mit den Erinnerungen und dem Dissoziieren.

Jetzt zu der Frage, warum die Ichs sich gegenseitig quälen. – Das ist, weil sie noch gar nicht verstehen, wie das alles zusammenhängt. Die meisten wissen nicht, daß sie alle in einem Körper sind. Und wissen auch nicht, daß es einerseits Täter gibt, andererseits aber auch eine Welt, in der Gewalt und Folter und all das abgelehnt wird. Sie wissen nicht, daß es außen in der Welt Hilfe geben konnt (das haben ihnen die Täter ja ausgeredet!).

Deshalb suchen sie den Schuldigen für ihr Leid da, wo sie überhaupt etwas sehen: bei anderen Ichs!!

Und auch das haben die Täter ihnen eingeredet. Indem sie euch immer wieder sagen: ihr seid selbst schuld! Wenn ihr "lieb" seid und "folgt", dann passiert nichts Schlimmes mehr. Wenn ihr aufhört, mit dem Kontakt mit Mondrian. Und so weiter.

Das Dissoziieren, also auch das Entstehen von mehreren Ichs in einem Körper, ist in der Natur entstanden, als es noch keine solche schlimmen Gewalttäter gab. Damit ist diese natürliche Hilfe erstmal auch überfordert! – Deswegen ist hier auch therapeutische Hilfe nötig, um das alles wieder in Ordnung zu bringen.

Puh! Frag bitte nach, wenn etwas unklar geblieben ist. Das ist wirklich sehr kompliziert.

1.8. 14:05

Ich mache einen Spaziergang. In ner halben Stunde bin ich wieder da!

1.8.

Nein alles klar! Prima erklärt. Habe es verstanden. Danke

1.8.

Mo ich würde dich gern etwas fragen. Über dieses Thema haben wir auch schon gesprochen und doch bin ich verunsichert... denn neulich sind wir Amelie und ich darauf gekommen und Amelie sagt mir darüber spricht man NICHT! Thema Sex! Ich frag Amelie warum sie sagt das ist so. Man spricht darüber nicht in der Schule wollen die Jungs immer das die Mädchen Sex sagen aber denen ist das peinlich und eklig... nun eigentlich hab ich zwei Fragen! Die erste... Ich habe Amelie gesagt das es Quatsch ist. Das Sex etwas natürliches ist wenn zwei Erwachsene die sich lieben dies miteinander tun und beide das wollen. Weiter haben wir nicht darüber gesprochen jetzt so im einzelnen weil sie ist acht. Nun zur ersten Frage. War das falsch? Darf man darüber nicht sprechen?

Darf ich dich darüber etwas fragen?

Verunsichert...

Doris

Wird keiner helfen?

1.8.

Es ist alles ok, Doris. Deine Antwort an Amelie fand ich die allerbeste, die denkbar war!! Mal zur äußeren Situation. – Leider werden Kinder heutzutage vor alle durch die Medien erzogen. Und das heißt leider, daß die meisten Jungs sexuelle Aktivität für eine der wichtigsten Sachen ihres Lebens halten. Grad auch die Jungs in dem Alter, in dem sie sowas noch gar nicht kennen. – Bei Mädchen ist es schwieriger. Einerseits sollen sie so und so aussehen, sonst mag sie niemand, sonst kriegen sie keinen Freund usw. – Aber andererseits fühlt sich das Ganze für Mädchen weniger toll an als für Jungs. Sie werden bedrängt von den Jungs, weil die Jungs denken, das muß so sein.

Es war schon immer so, daß Männer zur Aktivität erzogen wurden und Mädchen zum Anpassen, und sich an Männern orientieren sollten. Es ändert sich zwar langsam – aber es ist doch noch sehr stark in den Köpfen der Menschen, und wird durch Filme und andere Medien noch immer verbreitet. (Dagegen gibts ja auch feministische Aktivitäten..)

Gesund wäre es, wenn Kinder und Jugendliche so aus sich heraus in dieses Thema reinwachsen – so, wie sie es selbst fühlen. Das ist aber den allermeisten nicht möglich. Weil sie in der Gruppe der Gleichaltrigen bestehen wollen... und sich deshalb so verhalten, wie sie es vorgemacht bekommen. Deswegen schieben sie es oft von sich weg (grad in dem Alter!!), und begründen es damit, es sei eklig oder sei ihnen peinlich.

Ich kann mir vorstellen, daß auch Amelie das ganze Thema noch von sich abhalten möchte. Daß sie das so formuliert, mit "man", hat vielleicht auch mit der Familie des Vaters zu tun. Ich kenn die ja nicht.

Deine Antwort finde ich völlig richtig. Du hast diesen einen wichtigsten Satz gesagt. Das reicht erstmal. – Aber du hast ihr jetzt kein "Aufklärungsgespräch" aufgedrängt (wie es auch manche Eltern machen!). Es ist ok, wenn sie damit nichts anfangen kann (jetzt) – aber trotzdem schonmal gehört hat, daß Sex nichts Schlechtes ist. Vermutlich wird sie später auch weiterfragen... und das hat ja hoffentlich auch noch etwas Zeit.

Leider machen sich heutzutage schon Mädchen in dem Alter zurecht wie Frauen, als ob es um Sex ginge bei ihnen. Ich finde das scheiße – aber es ist eben so.

Also, selbstverständlich darf "man" drüber sprechen – aber es sollte auch jeder Mensch selbst entscheiden, ob sie oder er darüber sprechen MÖCHTE. Und Amelie möchte offenbar jetzt noch nicht. Das ist ok!

Natürlich kannst du mich noch weiter darüber fragen.

1.8.

Danke... Aber bitte nochmal zu Amelie. Ich mach mir schon Sorgen das ich etwas falsch mache... eben auf dies Thema bezogen. Zum Beispiel wir waren mal auf dem Hof spielen Amelie sammelt Feuerkäfer zwei kleben zusammen und Amelie sagt die spielen fangen. Aber sagt es fragend. Ich sag ihr Nein sie fragt was dann ich sag sie haben Sex. Später mal sagt mir Amelie bei Papa war das auch und Papa sagt ihr das nicht. Er hat wohl gesagt das hat nichts zu bedeuten. Was ich aber falsch finde denn so vermehren die sich nun mal. Also sagt Amelie Papi denkt ich bin noch ein Baby...

Wird keiner helfen?

Das was Du dazu sagst finde ich auch so. Aber ich denke Amelie ist etwas anders. Sie wird nicht einfach etwas tun nur weil es von ihr bzw von Mädchen erwartet wird. Amelie hinterfragt alles sehr genau und macht es dann so wie sie es für gut hält... vielleicht ist ihre Mama ja ähnlich? Nun zu meiner Frage. Heute waren wieder böse hier. Drei! Das was die gemacht haben war schon oft... manchmal auch mehr als drei. Ich kann Sex verstehen wenn zwei Menschen dies Nein dann eigentlich auch noch nicht richtig. Egal! Warum machen es viele Männer zu selben Zeit? Es ist doch so schon grausam genug!

Doris

PS das was du gut fandest was ich Amelie gesagt habe hab ich doch von dir!

1.8.

Ich kenne Amelie nicht. Aber sie mußte ja doch schon einiges verdauen in ihrem kurzen Leben. Trennung der Eltern, zwei Lebenszusammenhänge zugleich, mit der Mutter mehrfach im Krankenhaus (wegen der Mutter), plötzlich kann die Mutter nicht mehr reden... Daß sie sehr lebendig und aufgeweckt ist, seh ich auf den Fotos. Und dann noch so gute Noten. – – Da kann ich mir schon vorstellen, daß sie Chancen hat, ihren eigenen Weg zu finden. Umso besser ist es, ihr einfach ehrlich auf ihre Fragen zu antworten – und möglichst dran zu denken, daß Kinder vieles noch nicht sooo genau verstehen und auch nicht wissen wollen!

In ihrem Alter ist es ganz natürlich, daß sie mehr und mehr vergleicht, – also vor allem auch die Lebenssituation beim Vater und bei dir/euch. Da ist es wichtig für dich, dich abzugrenzen. also nicht unbedingt die Erziehungsmethoden des Vaters zu kritisieren. Für sie sind ja beide Elternteile wichtig, sie muß mit beiden ihre eigenen Erfahrungen machen.

Kann schon sein, daß sie ihrer Mama ähnlich ist... aber auch dir! In deinem Lernen und Verstehenwollen als Möglichkeit, einen eigenen Weg ins Leben zu finden.

Ja, ich hab dir was wegen Sex gesagt – aber du hättest es kaum an Amelie weitergegeben, wenn du es nicht für dich hättest akzeptieren können. Und von irgendwas und irgendwem lernen wir ja immer!

Die Männer. Die eigene sexuelle Erregung kann zunehmen, wenn Menschen Sexfilme gucken oder pornografische Bilder. Ich kenn das auch von mir, es ist sicher ganz natürlich und auch bei Frauen so. Weil das Eigentliche ja auch beim Sex im Kopf ist. Es ist etwas Psychosomatisches. Und es gibt wohl nicht wenige Menschen, die auf Gruppensex stehen (auch Frauen). Es ist einfach "mehr los". Auch das kann im Einverständnis zwischen allen Beteiligten sein. – Aber was du erlebst, sind natürlich ausschließlich perverse Menschen, denen auch die Macht und Gewalt über einen Menschen Lustgefühle verschafft. Oder so ähnlich – ich kann mich nicht hineinfühlen in solche Menschen, aber so vermute ich es.

Grausam ist das Ganze zwar für dich – aber nicht für diese Teufel in Menschengestalt.

1.8.

Übrigens Mo habe den Akku gekauft. Aber ich glaube ich bin doch ein kleiner Verbrecher...☺ der wollte im Medi Max tatsache 20 Euro dafür haben. Da musste ich mit dem diskutieren... und habe ihn auf 15 Euro runtergehandelt!☺ Doris

Wird keiner helfen?

1.8.

Runterhandeln ist doch nicht verbrecherisch, im Gegenteil – in vielen Läden ist das üblich (z.B. Trödeläden). Aber es wundert mich sehr, daß jemand bei Medimax das macht.

1.8.

Das mit Amelie hab ich alles verstanden. Danke.

Aber zu dem anderen habe ich bitte noch Fragen...

Ich bin mir nicht sicher ob ich das mit dem Sex richtig verstanden habe.? Mal von der Macht abgesehen worum geht es den Männern beim Sex?

Sexfilme und pornografische Bilder was ist das?

Mal eine ganz blöde Frage! Wahrscheinlich brennt gerade eine Sicherung in meinem Hirn durch...? Aber ich versuch's mal zu beschreiben... kann es sein das in mir etwas weiß was das bedeutet? Habe ständig Flashbacks... sehe den Raum den Mann das Bett mich! Es geht mir nicht richtig wie betrunken... sehe noch mehrere Männer... Mo es geht mir gerade nicht gut dabei. Ich wünschte du wärst hier!

Aber ich möchte das wissen! Beantworte die Frage was Sexfilme und pornografische Bilder sind bitte noch nicht! Sag mir nur ob es jemand in mir wissen kann.? Oder ob irre werde? BITTE...

Doris

1.8.

Ja, jemand in dir weiß es! Und diejenige hat sich durch deine Frage gemeint gefühlt – wollte es dir wahrscheinlich "sagen", oder war/ist dadurch in einem Flashback.

1.8.

BITTE Mo irgendwas passiert IN MIR! MIT MIR! WAS?

Doris

1.8. 16.58

Mo was passiert mit mir? Hilf mir bitte! Doris

1.8.

Doris, ich weiß nicht, was in dir passiert, vermute aber, es kommt ein anderes Ich nach vorne. Versuch, mit ihr zu sprechen!

1.8.

Helf mir bitte Mo! Zu viele Bilder! Was soll ich tun?

Doris

1.8.

Versuch sie als Film zu sehen und mit der Fernsteuerung ganz dunkel zu stellen. – Oder tu sie in den Tresor! Es ist zuviel jetzt – später kommt die Zeit, um die Bilder zu verarbeiten!

Wird keiner helfen?

1.8.

Es ist alles durcheinander! Mein Vater ich meine Moni²²⁰ ein Mann zieht mich aus Vati macht Fotos der Mann hatte doch gesagt die anderen dürfen das nicht machen doch der macht das mit mir und der macht Filme

1.8.

Das hört nicht auf! Der andere macht was ganz böses und der Mann schaut zu macht Film sagte doch der liebt mich und passt auf mich auf! Bitte hilf mir Mo! Du lügst nie!

[Doris hat daraufhin angerufen und wir waren 15 Minuten am Telefon. Sie hat zeitweise unterdrückt geweint.]

1.8.

Danke Mo!

1.8.

Warum tun die das?

1.8.

Sag's mir jetzt bitte...

Was bedeutet Sexfilme und pornografische Bilder?

Doris

1.8.

Du wunderbare, tapfere Doris!!!

Pornografische Filme und Bilder sind Filme und Bilder, in denen nur Sexszenen sind. Und auch die können sexuelle Gefühle bringen. Es werden Milliarden Euro Geld damit verdient. – Es gibt zwar auch Menschen, die freiwillig als Darsteller solcher Filme und Bilder arbeiten, aber ein Großteil sind Menschen (Frauen und Mädchen/Jungs und Kinder), die dazu gezwungen werden. – Bei dir in der Kindheit hat es genauso angefangen. Deine Erinnerung jetzt zeigt es noch etwas genauer.

1.8.

Mo der Mann macht auch mit seinem Mund und Vati schaut zu!

1.8.

Ich verstehe das alles nicht! Warum hat der Mann das Gefühl so gut gemacht bei mir wenn der doch genau so böse ist? Die sind so grausam der schaut nur zu filmt! Warum Mo?

Doris

²²⁰ Puppe in der Kindheit

Wird keiner helfen?

1.8.

Deine Stimme war gut danke! Hab keine Kraft mehr! So müde! Hand tut so weh! Wie hört das wieder auf? BITTE hilf mir Mo! BITTE

Doris

1.8.

Ja, so ist es eben. Böse Menschen können sich auch mal einführend verhalten – wenn sie etwas davon haben. Die damals haben dich als Kind schon genauso nur wie einen Gegenstand behandelt, wie ein Tier, das man ja auch irgendwie angemessen behandeln muß, damit es tut, was man will.

Es ist schrecklich, wenn jemand sich klarmachen muß, daß die eigenen Eltern so waren. Aber leider ist es so, bei dir.

Doris, ich hoffe sehr, daß du doch noch was wegen deiner Hand machst. Sie wenigstens den Ärzten in der Uniklinik zeigst!!!!

Ich hab heute (und morgen) wieder Nachtdienst. Wir müßten sowieso bald aufhören, für heute. Ich denk an dich. Es war trotz allem Schrecklichen auch schön, deine Stimme wenigstens ein bißchen zu hören!!

1.8.

Andere können sehen was die mit mir machen?

1.8.

Ja ich erinnere mich das mein Vater selbst Fotos entwickelt hat. Manchmal durfte ich mit in die Dunkelkammer... Aber das waren Fotos von den Eltern oder wenn wir mal gespielt haben...

Doris

1.8.

Ja, leider. Diese ganzen Fotos und Filme, die von dir gemacht wurden, sind verkauft worden – und vielleicht jetzt noch bei irgendwelchen Leuten zuhause. Deine und die von tausenden anderer Opfer.

1.8.

Ok. Es ist wieder gut. Ich glaube die Bilder hören langsam auf.

Kannst Du mir bitte noch erklären was eben mit mir los war? BITTE! Ich muss das doch verstehen!

1.8.

Das war ein Flashback. –

Also: die abgespaltenen (dissoziierten) Erinnerungen sind bei Multis in den einzelnen Ichs bewahrt, die sie damals erlebt haben.

Ich vermute, es war so: Du warst in der Kindheit im Körper. Deswegen fühlst du dich noch oft als

Wird keiner helfen?

12jährige. Du warst ein Kind, das mit Sex gar nichts anfangen konnte (so wie es noch Nora und Nele sind). – Deswegen waren diese Situationen, die jetzt hochgekommen sind, total unerträglich für dich. – Deshalb ist ein anderes Ich entstanden, das dann in den nächsten Jahren im Körper war. Du hast dann von den folgenden Jahren wohl sehr wenig mitbekommen (deshalb warst du jetzt auch so fassungslos über das, was da heutzutage bei den Tätern geschieht.) Ich vermute, du bist erst jetzt wieder in den Körper gekommen, als es mit mir anfang. Das ging es darum, zu lernen – und das ist deine große Kompetenz!

Aber diese Erinnerungen mit dem Vater usw., das sind ja trotzdem DEINE Erinnerungen. Und die kamen jetzt plötzlich raus. Genau das ist ein Flashback: Abgespaltene Erinnerungen werden durch einen Auslöser getriggert (so ist das Wort) und brechen dann plötzlich an die Oberfläche. In dem Fall war der Trigger sicher, als ich die beiden Worte benutzt habe, Pornografie und Sexfilme.

Ich kann noch schreiben, Merle! Muß erst in einer Stunde gehen!

1.8.

Meine Stimme? Du hast meine Stimme gehört. Echt? Ist ja cool... nur schade das Amelie das nicht hören konnte! Sie wünscht es sich so sehr! Das ihre Mama wieder sprechen kann ist ihr größter Wunsch!

Doris

1.8.

Ja, deine Stimme ☺. Ich glaube nicht, daß die Täter das Verstummen (den Mutismus) gemacht haben, sondern eher, "es hat euch die Sprache verschlagen", wie der alte Ausdruck heißt. Weil sowieso niemand das Schreckliche hören wollte. Und auch aus dem Gefühl, es wird erst dann Wirklichkeit, wenn ihr es aussprecht. (Das letzte hat mir Amanda mal gesagt.) – Und vielleicht auch wegen der Demütigung durch die Täter. Weil euer Reden (protestieren, schreien, weinen) die Täter nicht gerührt hat oder sogar noch mehr erregt hat.

Aber ich denke, das Schreiben mit mir ist ja schon ein Aussprechen. Und es ist RICHTIG, das Schreckliche auszudrücken, es zu bezeugen.

Vielleicht geht es wirklich bald wieder, das reden – zumindest mit mir und dann mit Amelie. Du kannst ja dann entscheiden, über was du redest und über was nicht.

1.8.

Aber dann können wir die doch drankriegen!

1.8.

Nein, denn niemand weiß ja, wo die Filme und Fotos sind.

1.8.

Ich war doch dort weiß was der Mann gemacht hat. Warum weiß ich nichts von den anderen Männern? Warum weiß ich nicht das der zugeschaut hat? Oder war das ein Traum?

Doris

Wird keiner helfen?

1.8.

Du weißt es doch – der Flashback ist doch deine Erinnerung! Nur war sie abgespalten, weil du sie nicht ausgehalten hast früher (als Kind). Und auch weil du all die Jahre nicht im Außen warst. – Jetzt hast du vor allem mit den neuen Taten zu tun, und mit all dem Lernen. Das von damals kam jetzt erst hoch – vielleicht auch, weil dein Vertrauen zu mir zugenommen hat.

1.8.

Entschuldige bitte Mo! Du musst doch los. Bitte antworte wenn du irgendwann Zeit hast. Danke das du da bist. Und das du mich nicht anlügst. Trotz Arbeit eine gute ruhige Nacht für Dich.
Doris

1.8.

Ok, gute Nacht – bis morgen.
Mo

1.8.

Danke Mo. Aber Flashbacks kenne ich doch und so war es noch nie. Das Problem ist ja ich kann mit Sex immer noch nichts anfangen. Ich muss nur das erleben was die machen. Das was die Macht angeht verstehe ich. Aber warum es denen beim Sex geht verstehe ich noch immer nicht! Verstehe nicht was die eigentlich von mir wollen! Weißt Du nicht heute sondern das mal davor als ich das alles tun musste... Egal was ich gemacht habe alles war falsch! Und glaub mir bitte ich habe mir Mühe gegeben alles richtig zu machen damit die das Baby nicht töten. Aber wie soll ich etwas richtig machen wenn ich gar nicht weiß worums geht... verstehst du?
Bitte halte mich jetzt nicht für dumm.
Doris

1.8.

Es war meiner Meinung nach trotzdem ein Flashback. Aber ein viel tieferes, grundlegendes, als andere.
Du bist nicht dumm!! Aber du kennst ja bisher nur Empfindungen, die du hattest bis du 12 warst. Kinder mit 12 fangen erst sacht an, Sex "zu verstehen". Und du hattest diese Möglichkeit gar nicht. – Auch die anderen Ichs vor dir hatten sicher nicht die Möglichkeit, Sex aus sich heraus kennenzulernen. – Da gibts dann kein "verstehen".
Was Sex für uns Menschen bedeutet, läßt sich nicht theoretisch beschreiben. Das ist das Problem.
Aber jetzt mach ich wirklich Schluß für heute!

1.8. 19:44

Danke Mo lieb das Du noch geantwortet hast.

Wird keiner helfen?

Wenn ich aber nicht weiß worum es dabei geht was die von mir wollen kann ich es doch nicht richtig machen! Ganz egal wie sehr ich mich anstrengel! Und dann werden die das Baby töten! Meinetwegen! Weil ich nicht kapiere was ich tun muss...! Bitte versteh mich...

Doris

Ich möchte meine Moni haben... Bitte

2.8. 11:04

Hallo Doris,

bist du da?

Mo

2.8. 17:37

Mo bist du noch da? Doris

2.8.

Ja, Doris – ich bin da!

2.8.

Alles war falsch! So wütend! Kann ich böse sein und es nicht wissen?

Doris

2.8.

Was war falsch?

Nein, du bist nicht böse. Nein.

2.8.

Alles Mo! Habe alles falsch gemacht! Die sind so wütend!

Doris

2.8.

Doris, wenn du es den Tätern recht machen willst, wirst du immer in deren Gewalt bleiben. Wenn du dich befreien willst, kannst du es ihnen nicht recht machen wollen.

Wenn du es den Tätern recht machen willst, mußt du auch den Kontakt mit mir abbrechen. Und dich immer weiter fort vergewaltigen und quälen und foltern lassen.

2.8.

So wütend! Aber dann bin ich plötzlich wo anders... was wenn ich doch was ganz böses getan habe?

Doris

Wird keiner helfen?

2.8.

Doris, alles Böse, was durch dich geschieht, geschieht, weil die Täter dich dazu gezwungen haben. Durch Folter, durch Aufrufen eines anderen Ichs (das weniger Widerstandskraft hat als du) oder durch Betäubungsmittel – und anderes.

Nur die Täter sind die Schuldigen. Du weißt es doch!

2.8.

Schön du hast mich überhaupt nicht verstanden! Du solltest genau wissen was ich will! Aber das ist egal! Es geht mir bereits Scheiße genug! Das brauch ich nicht! Du hast gesagt du wirst denen nie glauben! Und doch bist du so gemein und böse zu mir! Also warum sollte ich leben? Alles was ich mach ist falsch!

Doris

2.8.

Ich weiß ja auch, was du willst. Ich wollte dich nur dran erinnern, daß es nicht gilt, wenn die Täter sagen, du hast etwas "falsch gemacht". Es ist immer genau umgedreht, andersrum, als die Täter es sagen.

Es tut mir leid, wenn ich dir mit meinen Sätzen wehgetan habe. Das wollte ich nicht!!!!

2.8.

Doris, ich hab heut wieder Nachtdienst.. – es tut mir leid, wenn heute nichts Gutes mehr zwischen uns sein kann. Grad weil du wieder einen schlimmen Tag hattest. Du sollst aber wissen, ich denk auch heut nacht an dich und fühl mich dir so nah wie die ganze Zeit.

2.8.

Es ist so viel schreckliches passiert... vieles was ich nicht verstehen kann! Und ich weiß noch nicht mal ob ich das kleine Baby Mädchen getötet habe! Hätte dich so sehr gebraucht! Doch nun redest du genauso wie die mit mir! Und das kann ich nicht verstehen! Oder es ist eben einfach so und alle Menschen behandeln mich so! Aber klar habe mich eh die ganze Zeit schon gefragt warum jemand du lieb zu mir ist.?

Doris

2.8.

Ich rede genauso wie die zu dir? Ich sag doch genau das Gegenteil. – Du kannst solche Babys nicht retten. Irgendwann werden sie in jedemfall getötet von den Tätern – denn dafür haben sie sie sich beschafft.

Die Täter haben das mit dem Baby nur deshalb gemacht, um deinen Widerstand zu brechen.

Glaub mir! Es ist ein böser, ein teuflischer Trick von denen.

Du kannst jetzt nur DICH und euch bewahren. Dich kannst du retten, und das ist das Gegenteil von dem, was die Täter dir einreden wollen.

Ich habe extra morgen, am Freitag und Samstag keine Nachtwache geplant, damit ich auch bis in

Wird keiner helfen?

die Nacht mailen kann. – Wenn du morgen in der Uniklinik bist, denk dran: ich bin mit meinem Herzen bei dir und bei euch.

Schreib mir, sobald du kannst, ob ich am Samstag kommen soll, oder erst später. (Sonntag hab ich wieder Nachtdienst, aber in der nächsten Woche die nächsten Nächte und Tage frei.)

Ich würde mich sehr freuen, wenn wir uns kennenlernen – und hab auch die Hoffnung, daß es dir noch ein bißchen mehr Vertrauen geben wird.

2.7. 19:27

Ja für dich ist das vielleicht nur irgendein blöder Satz... vergewaltigen und quälen und foltern lassen.

Doch wie ich mich fühle! Genau das sagen alle! Zu nichts anderem bin ich da! Und du tust so als ob das alles nur ein Witz wäre ich das zum Spaß mache! Und das nach dem von heute und der Nacht! Ich fühle mich so wertlos! Leer! Dreckig! Nein ich kanns nicht mal beschreiben!

Kann dich nicht verstehen! Haben so viel geschrieben. Du hast mir so viel Hoffnung gegeben.

Warum Mo? Wolltest du mir absichtlich weh tun? Oder denkst du wirklich so von mir? Ich kanns nicht verstehen!

Doris

Facebook:

2.8. 21:35

Du hast dich geirrt! Ich bin BÖSE! Ronald

2.8.

Dann hast DU dich geirrt, denn du hast mir kürzlich gesagt, daß du jetzt verstanden hast, wie das alles zusammenhängt mit den Tätern. Also hast du es doch nicht verstanden? – Oder hast du die Hoffnung auf Befreiung von den Tätern verloren? Schade. Mondrian

2.8.

Was nützt es mir zu verstehen frei zu sein, wenn ich etwas gemacht habe das ich niemals ungeschehen machen kann? Ja, SCHADE!

2.8.

Du bist von den Männern dazu gezwungen worden. Du (und die andern) sind dauernd von den Tätern zu etwas gezwungen worden. Du konntest dich niemals wehren. – Aber es gibt jetzt doch die Möglichkeit der Befreiung. Und DANN kannst du auf der guten Seite kämpfen, gegen solche Täter, und für alle die unschuldigen Opfer!

2.8.

Richtig kann ich tun. Doch es ändert doch nicht was ich getan habe!

2.8.

Aber wenn du das Gute aufgibst, verstärkst du das Böse, dann hilfst du den Tätern. Die freuen sich. Genau das wollen sie ja.

Wird keiner helfen?

2.8.

Welches Gute? Ich glaube Du hast keine Ahnung was ich getan habe!

2.8.

Doch, ich weiß es. Ein Baby getötet.

2.8.

Wenn du es weißt, warum sprichst du überhaupt noch mit mir? Das ist wie den Körper verletzen...

2.8.

Das eine wie das andere hast du aus Not getan. Das eine, weil du nicht wußtest, wo die wahren Schuldigen sind, – und das andere, weil die Täter dich so lange gefoltert und bedroht haben, bis du keinen Ausweg mehr hattest. – Du bist NICHT SCHULDIG daran. Sondern nur die Täter.

2.8.

Ja man kann sich alles so zurecht legen bis es passt! Doch ich hatte das Messer in der Hand! Ich weiß nicht wie weiter! Was soll man tun wenn man nicht Gut ist aber auch nicht böse sein will es jedoch bereits ist?

2.8.

Böse sein heißt, das Böse zu wollen. Es kommt aus dem eigenen Willen. – Genauso kann man sich dazu ENTSCHEIDEN, nicht böse sein zu wollen. Das ist die Hauptsache – und dann dabei zu bleiben im Leben, so gut es geht. Und du warst das Messer – der Wille dahinter kam von jemand anders.

2.8.

Du verstehst mich nicht. Wie auch? Habe den Körper nicht mehr verletzt, habe versucht andere davon zu überzeugen aufzuhören zu quälen. Wollte nicht böse sein! Doch du warst nicht dort! Ich war allein! Ganz allein! Und ach was, es ist glaub ich egal, es wird sich eh keiner vorstellen können...!

2.8.

Doch, eben das verstehe ich ja. Du warst ganz allein, hilflos. Du hattest keine Wahl. Sie haben immer noch mehr Terror ausgeübt. Genau deshalb sind sie die Schuldigen. Sie haben dich gehetzt, bis du nicht mehr anders konntest. (Ich kenne noch andere, die in dieser Situation waren, bei solchen Tätern!) Mondrian

[gelesen 22:44]

Wird keiner helfen?

Mail:

2.7. 23:38

Nicht töten bin lieb bitte Mo mach nicht schreit nicht bitte bin lieb höre Hilfe Mo

3.7. 02:06

Mo Achtung! Töten muss hören. Große Angst Baby Blut wütend machen weh töten hilf mir Mo!
Muss das machen. Alles falsch. So wütend! Bitte mach die weg von mir! Bitte tun weh! Bitte Mo
hilf mir!

Doris

3.7. 7:34

Mo bist du da? Ich weiß nicht was passiert ist! Gestern vorgestern... Ich weiß die hatten mich...
bin jetzt unterwegs Taxi. Uniklinik...? Doris

3.7. 8:10

Mo bist du noch da?

Doris

3.8. 10:05

Hallo liebe Doris, ich bin grad vom Nachtdienst gekommen. – Ja, ich bin da.
Auch wenn du manchmal das Gefühl hast, ich achte dich nicht, ich verstehe dich nicht, – ich
bemühe mich immer darum und ich hab dich lieb. Und halte zu dir. Das ändert sich nicht.
Das Mißverstehen hat auch mit den ganzen lügnerischen Reden der Täter zu tun, die dich
verwirren.

Ich bin heute fast immer zuhause, muß nur nachher mit Petra einkaufen gehen. Aber ich
antworte immer sofort, wenn ich kann!

Ich denk an dich, an euch alle!

Mo

3.8.

Hallo Mo,

Danke das du da bist! Die waren sehr böse und sehr wütend! Ich weiß nicht alles was war aber
die haben dir sicher böses über mich gesagt.? Mo ich möchte nicht böse sein! Höre versuche lieb
zu sein aber mache immer alles falsch! Aber nicht mit Absicht.

Doris

PS bin in Uniklinik...

3.8.

Hallo Doris,

waren denn heut nacht wieder Täter da? –

Mach dir keine Sorgen um mich. Niemand wird mch abbringen von meinem Vertrauen zu dir.
Gestern spät abends hat mir noch ein anderes Ich von dem Schrecklichen der Tage zuvor

Wird keiner helfen?

berichtet.

"Richtig" ist, dich zu befreien. Dann später kannst du (vielleicht auch zusammen mit mir) gegen Täter kämpfen. Menschen Augen öffnen. Und damit dann auch anderen Opfern helfen. "Lieb sein" fordern nur die Täter, oder böse Eltern.

3.8.

Ich weiß nicht was heute Nacht war! Ich weiß von gestern spätem Nachmittag da war ich plötzlich wo anders die hatten mich haben mich irgendwo hingetan.... dann bin ich nach Hause gegangen. Weiter weiß ich nicht. Erst vorhin im Taxi...

Doch ich mach mir Sorgen um dich! Habe Angst das die dir etwas tun! Aber wenn ich es dir sage denkst du nur ich glaube denen!

Ja ich möchte gegen die kämpfen und anderen helfen!

Das mit lieb sein verstehe ich nicht. Erwartest du das von mir nicht? Ich muss doch lieb sein!

Immer!

Doris

3.8.

Bitte, mach dir um mich keine Sorgen. Solche Täter tun den Therapeuten nie etwas – das sagen alle, die sehr viel Erfahrung mit dem Thema haben. Das sind alles nur Drohungen, damit ihr "lieb seid".

Ja, das ist ein wichtiges Thema: "lieb sein" ist etwas, was Eltern sagen – und damit meinen sie immer, das Kind soll sich so verhalten, wie die Eltern es wollen. Sonst nichts!

Und das haben die Täter weiter so gehalten – weil ja auch viele Ichs Kinder sind.

Aber – nein: du sollst nicht "lieb" sein mir gegenüber. Ich "erwarte" auch nichts von dir... ich HOFFE nur, daß du ganz du bist. Du bist richtig so, wie du bist, Doris!

Und wenn ich mal was nicht verstehe oder mich etwas stört, dann muß ich lernen, damit umzugehen. Es zu verstehen oder mit dir drüber zu reden. Aber wir beide sind GLEICHWERTIGE Menschen!!

So, ich geh jetzt einkaufen. In etwa einer Stunde bin ich wieder da.

3.8.

Danke Mo! Nun freue ich mich nochmehr dich kennenzulernen. Mich nicht verstellen zu müssen einfach so sein zu können wie ich bin.... hoffentlich bekommst du dann nicht ne Krise...?

Können wir uns am Samstag sehen? BITTE...

Der Therapeut ist nicht da. Er hat Urlaub... muss um eins zu einer Ärztin.. ☹

Ich versuche mich an gestern vorgestern zu erinnern aber es so schwer. Das was mir einfällt ist zu schlimm... es ist eigentlich dumm! Denn ich will es trotzdem weiter wissen obwohl es so weh tut... Doris

3.8.

Gut, dann guck ich nachher nach dem Zug für Samstag. – Kannst du schon zeitlich etwas sagen? Ob ich schon vor dem Mittag kommen kann oder soll, oder erst nachher?

Wird keiner helfen?

Daß der Therapeut in Urlaub ist, ist weniger schön – aber es kommt erstmal drauf an, daß DU insgesamt ein bißchen Vertrauen faßt in die Situation dort. Ich meine jetzt auch wirklich dich, weil du am meisten von den Zusammenhängen weißt und dadurch auch teilweise für andere Ichs sprechen (oder schreiben) kannst.

Ich freue mich sehr, sehr darauf, dich kennzulernen!! ☺

Wegen vorgestern und gestern – wir können schrittweise gemeinsam darüber nachdenken und es klären. Laß dir Zeit dafür.

3.8.

Ja wegen der Zeit kann ich dir was sagen... Samstag ist hier nichts los... nur von sieben bis acht Kreislaufkontrolle. Sonst nichts!

Also die beiden Schwestern bisher waren sehr nett... Aber ich kann mein Zimmer nicht zuschließen!!!! Also jeder kann einfach rein...!!!

Wenn du mir helfen kannst etwas von den Tagen zu klären würde es mir helfen. Aber die hatten mich doch!? Du meinst es sicher nur gut wenn du sagst ich soll mir Zeit damit lassen. Doch so leicht ist das nicht. Denn es ist zum verrückt werden! Ständig diese Bilder! Stimmen! Schreie! ICH! Und irgendwie versuche ich Nein muss ich das sortiert bekommen! Verstehst du?

Doris

3.8.

Die einzelnen Zimmer können in Krankenhäusern nicht zugeschlossen werden, damit die Schwestern und Ärzte im Notfall schnell reinkomemn können. Ich weiß, das ist oft ein Problem für Patienten und Patientinnen. Immerhin ist es eine Traumastation – ich denke, du kannst schon etwas Vertrauen haben, daß nichts Unangenehmes passiert.

Aber vielleicht kannst fragen und es gibt doch die Möglichkeit, zuzuschließen?

Ja, ich weiß, an Wochenende ist meistens nichts los in Kliniken. Wenn du magst, komm ich schon vor dem Mittag – und wir sehen dann, was wir miteinander machen und wie lange. Jedenfalls hab ich Zeit für dich und euch!!

Ja, gestern, vorgestern. Sag doch bitte erstmal selbst etwas dazu – was du schreiben kannst. Ich sag dann auch was dazu. – Du weißt, bei schlimmen Erinnerungen, es ist gut, sie wie einen Film anzugucken, bei dem wir mit der Fernbedienung den Ton leise regeln können, und das Bild dunkler machen, und zur Not auch ausschalten. Versuchs bitte.. –

3.8.

Mo die wollen mir hier mein Handy wegnehmen!

Doris

3.8.

Warum können die mir nicht einfach nur helfen? Möchte doch nur verstehen frei sein! Warum will jeder etwas? Immer Bedingungen! Warum? Dieser ständige Kampf ums Überleben! Ums Leben!

Im Innen! Im Außen! Und um Hilfe! Wann hört das auf?

Doris

Wird keiner helfen?

3.8.

Das geht aber nicht! soll ich sie anrufen?

3.8.

Danke Mo aber das macht keinen Sinn. Der der das entscheidet ist der Therapeut und der kommt vermutlich erst Montag wieder. Also ist bis Montag völlig unklar ob ich bleiben kann wenn ich es nicht abgebe... so was ist doch Scheiße! Warum macht man das mit Menschen die eh schon den Kopf voller Müll haben? Das macht nur noch mehr Wut in mir! Ich wollte Hilfe! Mehr nicht...

Doris

3.8.

Doris, – die Ärztin, mit der du gesprochen hast, ist jetzt in einer Großgruppe, deshalb kann ich sie nicht erreichen. Auch die Oberärztin ist dort. Ich werde weiter versuchen, das denen zu vermitteln. Die Großgruppe ist wohl um 15.30 zuende. Bitte hab noch ein bißchen Geduld.

3.8.

Doris, ich hab nochmal telefoniert. Es ging auch um die Schweigepflichtsentbindung, ohne die sie mit mir nicht reden können. Die hat wohl der Therapeut (der in Urlaub ist). Ich habe ihnen die von dir geschriebene nochmal hingemailt. – Jetzt müssen wir warten, bis gegen 16h die Ärztinnen wieder frei sind. Dann ruf ich gleich an.

3.8.

Mo ich brauche Dich!

Doris

3.8.

So Merle, ich hab jetzt auf Bitte der Sekretärin an die Oberärztin gemailt. Die Visite hat sich nämlich verzögert, sie ist noch nicht fertig.

Was auch immer sonst ist: Ich komme am Samstag – und ich stehe dir und euch weiterhin bei. Glaub mir bitte.

3.8.

Danke Mo!

3.8.

Ich habe der Ärztin vorhin meine Hand gezeigt. Sie sagt das ist davon das Zigaretten aus gemacht worden

Mo ich verstehe das nicht! Das haben die gemacht als meine Hände fest waren. Warum? Warum tun die das? Ich hab doch gemacht was die wollten...

Doris

Wird keiner helfen?

3.8.

Doris, es ist sehr gut und wichtig, daß du der Ärztin die Hand gezeigt hast!!
Ja, du siehst daran, daß es dir nichts hilft, "lieb" zu sein. Die Täter wollen dir jeden Rest von Widerstand austreiben – und dazu gehört vor allem der Kontakt mit mir und die Möglichkeit, dich zu befreien.

Darum geht es.

Du kannst die Täter niemals so zufriedenstellen, daß sie dir und euch nicht mehr wehtun!
Deshalb sind sie Täter!

Sie verhalten sich nicht wie Menschen zueinander – sondern wie Böse einen Gegenstand behandeln, ein Ding, das sie ganz in ihrer Gewalt haben wollen.

☹ ☹

3.8.

Aber Mo dann gehören die hier vielleicht doch dazu! Die wollen doch auch das wir keinen Kontakt haben!

Doris

3.8.

Nein, Liebes! Das ist hier etwas ganz anderes. Das mit dem Handy hat wahrscheinlich vor allem damit zu tun, daß dadurch Täterkontakte möglich sind – daß Täter euch per Handy Befehle geben, aber auch, daß Täterintrojekte mit Tätern in Kontakt treten könnten.

Diese Gefahr besteht! Aber ich dachte, es ist wichtiger, daß du (und ihr) überhaupt mal Erfahrungen mit Außen Helfern macht. Ich halte sie trotzdem für eine wichtige Helfermöglichkeit – und soo viele Helfer gibt es eben nicht.

Das zweite war, daß sie mit der Schweigepflichterklärung aufpassen – auch das ist an sich richtig. Denn es gibt ja auch böse Angehörige, und andere Täter, die Informationen haben wollen oder den Therapeuten Falsches erzählen. Deshalb ist es wichtig, daß jemand, der so Schlimmes erlebt hat, selbst entscheiden kann, wer mit den Therapeuten reden darf!

Das ist alles richtig und ok – nur gibt es in so einer Klinik einfach zu viele Angestellte, zu viel zu tun, – da wird nicht immer auf alles so geachtet, wie es richtig wäre.

Die haben hier nichts gegen unseren Kontakt.

3.8.

Mo ich lese was du schreibst und du weißt ich glaube dir! Aber ich verstehe dich nicht immer! Woher willst du das denn so genau wissen? Ich weiß du glaubst und siehst immer das Gute in den Menschen... doch bitte Versuch mich zu verstehen genau das war schon so oft mein Fehler! Die Ärztin hat mich ganz klar angelogen! Sie hat gesagt die machen das immer bei Therapien... doch das stimmt nicht! Alle hier haben ihr Handy! Ich bin vielleicht noch klein aber nicht doof!

Doris

Wird keiner helfen?

3.8.

Erwachsene sind oft oberflächlich und bequem. Daß die Ärztin dich angelogen hat... obwohl sie weiß, daß du sehen wirst, daß die anderen ihr Handy haben. – Mir hat die Sekretärin gesagt, daß der Therapeut entscheiden muß, ob Handys behalten werden können. Vielleicht hat sie das gemeint?

Daß es "bei allen Therapien" so ist, daß der Therapeut das erst entscheiden muß?

Daß sie aber diese Entscheidung nicht treffen wollte, weil sie nur die Vertretung des Therapeuten ist.

Doris, sehr oft denkt man, jemand meint etwas böse – und es ist doch nur Oberflächlichkeit!!

Glaub mir, ich war früher oft voll Haß wegen sowas – und hab im Laufe des Lebens gelernt, daß es oft wirklich nur Nachlässigkeit ist.

Ich verstehe aber natürlich, daß du bei deinen Erfahrungen mit Verrat, mit Tätern extrem mißtrausch geworden bist!!

Bitte, laß uns erstmal abwarten. – Jetzt müssen die Ärzte etwas entscheiden oder sagen.

Es geht weiter. Selbst wenn es in dieser Klinik nicht weitergehen sollte, halte ich zu dir. (Und Petra ist damit ganz solidarisch!)

3.8.

Das ist lieb von deiner Frau! Und es tut mir leid das ich dir so viel Ärger mache! Weißt Du ich möchte eigentlich nur sicher sein...

Doris

3.8.

Du machst mir keinen Ärger!! – Aber Petra und ich sind nicht verheiratet! ;-)

3.8.

Mo ist mogeln Lügen?

3.8.

Mogeln, schwindeln, tricksen... es gibt viele Wörter, die sowas meinen. Klar ist es lügen. Wenn ich es mache (selten!!), stört es mich an mir selbst. Der Grund ist dann immer, ich hatte einfach genug von einer Sache, wollte mich nicht mehr drum kümmern, wollte meine Ruhe, nicht mehr nachdenken drüber.. irgendsowas.

Wenn ich mich bei sowas ertappe, ist es aber wohl immer in Situationen mit Menschen, die mich nicht kennen, die ich nicht kenne, und wo ich meine, niemandem zu schaden – in der Arbeit, oder bei Ämtern. Aber vielleicht schadet es doch?

Mogeln macht eine Situation oft bequemer, leichter. Gut ist es nicht.

3.8.

... und wenn man es anders nennt könnte? Zum Beispiel wenn man cleverer sein könnte als wer anders? Möglicherweise...

Wird keiner helfen?

Ist es dann auch mogeln?

3.8.

Nein Mo! Ich frag dich direkt! Ich brauche beides! Dich ganz unbedingt und aber auch die Hilfe von hier das hast du mir erklärt...

Ich habe doch zwei Handys... Das wissen nur wir beide..

3.8.

Das Wort "clever" fnd ich zum kotzen. Das verschleiert das Lügen noch mehr – und es wirkt als FÄHIGKEIT. Wenn jemand als clever bezeichnet wird, gilt er doch als BESSER. Du hast es ja auch so geschriebene.

Nein, clever sein ist tricksen, sich durchmogeln, seine eigenen Vorteile überall rausholen. Sehr, sehr unangenehm!! Für mich.

Ey, Doris! Ich wußte gar nicht, daß du von dem anderen Handy weißt. – Na klar, das ist eine gute Lösung!

Da steh ich 100%ig zum Mogeln. Siehste mal, jetzt hast du mich ertappt, daß ich mogeln auch mal gut finde. – Klar, trotzdem finde ich es SCHADE, wenn es nötig ist.

Und es hat ja auch Folgen: wenn sie dir dann in der Therapie sagen: "Sehen Sie, es ging doch ohne Handy!" – dann ist das auch wieder doof, daß du dazu schweigen mußt.. So kommt wirklich aus einer Lüge die nächste. Ein gutes Beispiel dafür.

Aber diese Klinik hat gefälligst für DICH da zu sein, das ist die Hauptsache.

Trotzdem – vielleicht klappt es auch mit dem offiziellen Handy.

3.8.

So mal kurz was Spaßiges... habe mich erfolgreich verlaufen! 😊

Doris

3.8.

Aber du schaffst es allein? Die kleine hab ich das letztmal ja lotsen müssen..

3.8.

Richtig! Lügen und durchmogeln find ich auch zum kotzen! Aber entschuldige bitte für mich ist alles zum kotzen! Das ich mir da mal EINEN VORTEIL rausziehen will... Nein nicht zu verstehen???

Ja klar hab dir doch neulich gesagt das der Akku hin war. Ich höre doch Musik damit... Aber es funktioniert ganz normal. Würde trotzdem die SIMKarte tauschen wegen der kleinen Amelie...

Ja vielleicht ohne Lüge! Ich hatte trotzdem gehofft du würdest wissen das ich nie Lügen möchte!
☹

Doris

Wird keiner helfen?

3.8.

Das weiß ich doch, Merle, daß du Lügen haßt. Ich hab nicht über dich gesagt, sondern über MICH.

Ja, ich wußte nicht, für welches Handy der Akku war. – Früher mal hat mir eine Merle (damals hab ich sie Merle IV genannt, weil es noch mehr gab) geschrieben, daß sie es nur für Musik benutzt. Aber daß du von dem Smartphone wußtest, wußte ich halt nicht.

Das mit dem mogeln oder so hatte ich doch geschrieben – es ist nicht gut, aber manchmal ist was anderes wichtiger. Wie auch jetzt!! Ich finde es völlig ok.

Was bedeutet es, die SIM-Karte tauschen wegen Amelie?

3.8.

Ich könnte mir vorstellen viele ich's wissen von dem Handy? Das liegt und lag hier da... ohne PIN.

Wegen der kleinen... Sie schreibt doch jeden Tag ihrer Mama per Whatsapp.... und ja ich weiß weil wir gerade beim Thema sind es ist gelogen wenn ich antworte! Aber ich kann es ihr doch nicht erklären! Und sie ist so unglaublich traurig wenn sie von ihrer Mama getrennt ist! Vermisst ihre Mama so sehr!

Was mich wieder auf eine Frage bringt welche ich schon seit langem fragen wollte... es war doch schon so das ich mehrere Tage bei den Männern gefangen war! Aber Amelie hat trotzdem mit ihrer Mama geschrieben. Das bedeutet doch das jemand von denen Amelie geantwortet hat!??? Warum machen die sich die Mühe? Haben im gleichen Stil geschrieben wie wir...

?????

Doris

Mo ich weiß das du zweifeln musst. Aber es ist mir sehr wichtig das du mir glaubst! Weißt ständig und immer wird alles in Frage gestellt ich als Lügner bezeichnet! Soll ich dir mal einen Satz meiner Mutter sagen? Den hat sie mir ständig um die Ohren gehauen obwohl ich drei Brüder habe.... !

3.8.

Ich bin nicht sicher, ob die Täter mit Amelie geschrieben haben. Traue es solchen Leuten eigentlich nicht zu. Aber wer weiß – vielleicht doch. Es ist aber auch möglich, daß zwischendrin die Merle (Mama) ihnen schreiben konnte. Oder ein Täterintrojekt im Auftrag der Täter.

Wir wissen noch viel zu wenig über die gesamten Abläufe bei den Tätern. Weil jede von euch nur einen Teil davon kennt! – Aber es ist klar, sie passen auf, daß nicht über Amelie etwas Verdachterregendes nach außen kommt.

Übrigens wissen die Täter inzwischen leider auch von der Existenz des anderen Handys. Es wurde früher oft von kleinen Ichs benutzt, um mir zu schreiben, während sie von den Tätern irgendwo gefangen waren, auch in der "Kiste". Einmal hab ich nicht gemerkt, daß sie noch bei den Tätern sind, habe geantwortet, und sofort kam eine wütende Mail des Täters an mich... und das kleine Ich wurde "bestraft".

Zweifeln ist wichtig – aber es ist auch wichtig, vertrauen zu können. Ich zweifel nicht an dir (und

Wird keiner helfen?

auch nicht an den anderen Ichs, denn alle, mit denen ich zu tun hatte, waren ehrlich, haben nicht gelogen!) – aber ich zweifel schon manchmal an einer Einschätzung, etwas sei so und so. Egal von wem sie kommt, aus den Medien oder den Fachbüchern oder von Petra oder von dir! Und sogar wenn sie von mir kommt (manchmal)
So gesehen gehört das zweifeln auch zum lernen..
Ja, sag mir den Satz..

3.8.

Mo ich verstehe nicht wie Du das meinst!

"ich zweifel schon manchmal an einer Einschätzung, etwas sei so und so."

ZUM BEISPIEL!!!

Der Satz meiner Mutter... du lügst mir das blaue vom Himmel runter! Was gemein war denn ganz oft waren meine Brüder schuld! Und ich vermute falls ich irgendwas von allem was du mir erklärt hast war ich vielleicht doch das ein oder andere mal Schuld nur wusste ich es gar nicht! Denn es war dann ja ein anderes Ich.????

Die Strafe war immer ähnlich... Prügel mit dem Gürtel! Was ich nicht verstehen kann! Schau Erwachsene sind doch eh viel stärker als Kinder warum holt man sich noch etwas um seinem EIGENEM KIND noch mehr Schmerzen zufügen zu können? Das geht nicht in meinen Kopf! Schau ich weiß eigentlich bin ich die Mama von Amelie aber ich bin auch ein Kind und doch wenn ich sehe mit ihr spiele mit ihr etwas mache sie etwas "falsch" macht was kann so schlimm sein um zu prügeln um zu schlagen um zu verletzen? Warum begreifen die Menschen das denn nicht? Ein Schlag nur ein einziger Schlag würde so viel zerstören....!!!!!! Ich weiß das klingt blöde aber in genau so einem Moment wünschte ich alle Menschen würden sofort auf mich hören! Und kein Kind würde mehr verletzt werden! 😊

Doris

3.8.

Ja, Doris, ich sehe das mit dem Elternverhalten genauso wie du. Es ist so, – schrecklich oft, und so gedankenlos.. was ich sehe (du ja auch) in der Öffentlichkeit, die Mütter mit dem Smartphone vorm Gesicht und das Kind guckt immer hoch, aber die Mutter guckt nicht zurück!! Und so vieles.

Gewalt und Lieblosigkeit geht immer weiter... von einer Generation in die nächste, und viele werden dann wieder genauso lieblos... Umso mehr bedeutet es, wenn jemand diese Kette durchbricht und sich wirklich umfassend für das Gute entscheidet. Wie du.

Ja, die Mutter... das hatte mir so ähnlich schon mal ein Ich erzählt. (Bist du übrigens damals mit Amelie hingegangen zu ihr?)

"Ich zweifel schon manchmal an einer Einschätzung, etwas sei so und so."

Damit meinte ich: Wenn jemand eine Meinung hat über irgendwas – daran zweifel ich schnell, oder ich überlege: kann es so sein? Kommt mir das realistisch vor? Oder sehe ich es anders? Ich meinte also nicht, an dem Menschen zweifeln (ob er ehrlich ist oder lügt), sondern an einer Meinung über etwas.

Wird keiner helfen?

Irren tun wir uns nämlich alle mal – das ist was anderes als unehrlich sein oder lügen.

3.8.

Nein! Ich mag da nicht hin gehen!

3.8.

Mir geht das von den letzten Tagen nicht aus dem Kopf... Ich glaubte lauter geht nicht aber doch! Und wütender in mir! Es ist wie ein Krampf! Ich hatte das Gefühl schon mal... als ob ich mir die Haut runterreißen müsste! Es ist unerträglich! Schwer zu beschreiben... als ob ich raus muss aus dem Körper...! Dazu Flashbacks und Bilder...

Kannst Du damit etwas anfangen?

Doris

Tut mir leid kanns nicht besser beschreiben... müsstest mich vermutlich sehen... ?

3.8.

Ja, Doris, ich glaube, ich kann mir vorstellen, wieso das alles so extrem schwierig und schlimm ist in dir, das Chaos. Aber die Frage ist, ob ich es heute noch schaffe, über dieses Thema mit dir zu schreiben. Ich hatte 2x Nachtdienst, und den ganzen Tag jetzt mit dir und mehrfach telefonieren mit der Klinik... und noch anderes bei mir hier. Ich würde gerne ganz langsam jetzt aufhören für heute. Ist das ok für dich? Morgen bin ich wieder den ganzen Tag da. Finds sehr gut, daß du nicht hingegangen bist zu dieser Rabenmutter!!

3.8.

Ja klar ist es ok... einen schönen Abend für Dich... und danke das du da bist!

Sagst bitte deiner "Freundin" Danke für Ihr Verständnis! von mir...

Gute Nacht Mo...

Doris

3.8.

Gute Nacht, Doris, ich hoffe so sehr, daß du jetzt endlich ein bißchen schlafen kannst.

Morgen können wir dann auch über das Thema von gestern/vorgestern schreiben.

Übrigens fällt mir ein: Da du schließlich eine Tochter hast, die mit dir Kontakt halten will, können sie dir doch allein schon aus dem Grund das Handy nicht entziehen! Kann ich mir jedenfalls nicht vorstellen. Das hab ich leider in meiner Mail an die Oberärztin vergessen.

Bis dann!

3.8. 22:34

Muss richtig und lieb machen kein Baby mehr sterben Mo sag es wie ist richtig bitte hilf mir Baby retten muss bitte Mo wie was muss machen Doris

Wird keiner helfen?

3.8. 23:23

Schmerzen tot Blut Messer Baby Mo Achtung nicht werden kriegen Mo Nein gefährlich Mo nicht machen hören Nein Mo Nein bitte nicht bin lieb bin lieb bin lieb

4.8. 1:59

Nein Nein Nein nicht töten! Darf nicht sein! Mo helfen mir! Blut! Fühle es! Tot! Hilfen bitte! Baby Blut tot! Nicht wollen! Mo bitte Mo bitte Mo bitte Mo bitte Mo bitte helfen!

4.8. 4:36

Ich weiß nicht was ich machen soll. Alles ist falsch! Die sind so wütend! Werden töten! Bitte hilf mir muss verstehen! Angst! Mo musst aufpassen! BITTE!
Doris

Ende des ersten Teils

INNEN...

**SO LAUT, SO VOLL, VIELESEIN...
WOLLEN SICH HELFEN, MANCHE SIND
GEMEIN.**

**WEM TRAUEN? WER IST GUT?
SIND VOLLER ANGST, HABEN NOCH
MUT.**

**DIE TÄTER, DIE HÖREN NICHT AUF,
QUÄLEN, FOLTERN, ..WIR MÜSSEN DA
RAUS.**

**SIND GEFANGENE, SOGAR IM INNEN,
WAS EIN GRAUS.**

**KEINER HÖRT UND SIEHT UNS, SIND
UNSICHTBAR,
DOCH DAS LEID IST WIRKLICH WAHR.**

**WOLLEN UNS WEHREN, STÄRKER
WERDEN, ENDLICH BEFREI 'N.**

**ALLE ZUSAMMEN, ENDLICH FREI
SEIN...☹**

Wird keiner helfen?

Anhang 1

**Merle Müllers Ichs (Persönlichkeitsanteile),
soweit sie am Mailkontakt beteiligt sind oder erwähnt werden,
sowie Außenpersonen**
(Sämtliche Namen sind Pseudonyme und frei erfunden)

Kinderanteile: Gisi, Kati, Kenny, Lia, Ricca, Brigitte, Conny, Silli, Klaus, Merle V, kleine Doris

Jugendliche (ab 12): Ronald, Doris, Sonja, Nele, Nora, Anne, Jim, Norbert, Zerstörer, Kala

Erwachsene Anteile: Melanie, Merle, Merle II, Merle III, Merle IV, Karin, Amanda, Ingrid, Ina, Johanna, Marlies, Berit

Außenpersonen:

Amelie: Merle Müllers Tochter, 10

Andrea: Ehefrau des Bruders

Aniko: Mitpatientin im Krankenhaus

Herr Bayer: Klinischer Psychologe in der Traumastation der Uniklinik

Benny: Amelies Meerschwein

Günther: Ex-Freund von Merle, Amelies Vater

Hannes: Kind von Peter und Andrea

Hans: Freund von Amelie

Manfred: Stalker

Moni: Puppe der kleinen Merle

Peter: Merle Müllers Bruder

Petra: meine Lebensgefährtin (MvL)

Regine: Merle Müllers Freundin (aus früherer Zeit)

Renate: Merle Müllers jüngere Schwester

Rotraud: Merle Müllers Freundin (aus früherer Zeit)

Susi: Mitpatientin im Krankenhaus

Tina: Merle Müllers Freundin (aus früherer Zeit)

Frau Z.: Frühere Therapeutin in einer Klinik

Wird keiner helfen?

Amanda: Erwachsener Anteil, Sprecherin der Beschützerinnen. Sie hatte mich ursprünglich angeschrieben. Sie kann außen nur bedingt eingreifen.

Anne (15): Wurde seit diesem Alter von den Tätern zur "selbständigen" oder "freiwilligen" Prostitution gezwungen, möglicherweise durchgängig bis heutzutage. Zu Beginn unseres kontinuierlichen Kontakts (im Dezember 2017) erlebte sie sich noch als Schulmädchen.

Doris: Dieser Persönlichkeitsanteil hatte als 12jährige ein Kind geboren, das getötet wurde. Vermutlich deshalb verschwand sie innen. (Nele hat eine konkretere Erinnerung daran.) Zu ihren Eigenschaften gehörte schon in der Kindheit eine sehr engagierte Lernbereitschaft als Moment von Widerstand. Durch das Lernenwollen blieb dieser Anteil weniger stecken in der traumatischen Hilflosigkeit. In den ersten Wochen des Kontaktes mit mir kam sie sukzessive nach außen und wurde zur konsistentesten Gesprächspartnerin. Sie nannte sich zunächst auch Merle; später (18.5.17) einigten wir uns auf einen anderen Namen für die "kleine Merle", der dann auch systemintern verwendet wurde. Durch unseren Austausch konnte Doris erheblich nachreifen. Da sie jetzt dauerhaft eher dem Außen zugeordnet war, bekam sie allerdings zunehmend die Gewalt der Täter mit. Psychoedukatives Lernen und Verstehen machte ihr aber auch in diesem Zusammenhang Hoffnung. (Seit November 2017 sagt sie "Mo" zu mir.) – Es entwickelte sich zusätzlich als Subanteil eine deutlich kindlichere, ängstliche Doris, die entsprechende Gefühle bewahrte und aussprach, aber dieselbe individuelle Geschichte hat. (Kein "Splitter"-Anteil, sondern eher eine Art dissoziativer Regression.) Die ältere Doris konnte demgegenüber weiterhin mit mir lernen.

Ina (31): Erwachsene Persönlichkeit, die seinerzeit die Liebesbeziehung mit Günther aufgenommen und Schwangerschaft und Geburt von Amelie erlebt hat. War berufstätig. Hatte nur die Gewalt in der Kindheit erlebt. Aus dem Elternhaus weggegangen mit 19 oder 20, Anzeige erstattet, jedoch haben die Eltern Recht bekommen. In den letzten zehn Jahren innen, kam auf meine Bitte jetzt wieder nach außen.

Ingrid: Eine erwachsene Persönlichkeit, Beschützerin. Liest traumatherapeutische Fachbücher, löst manchmal Merle im Außen ab. Sagt "Sie" zu mir. Erlebt die Tätergewalt nicht körperlich, weiß aber davon. Macht sich viele grundsätzliche Gedanken.

Karin: Erwachsene, liest Fachbücher, denkt nach über den Zustand der Menschheit, orientiert an Lisas Wohl: ob Anteile ihr schaden könnten; sieht Multipelsein als Stärke; nah an Merle/Mami im Außen, will Therapie mit mir machen. – Gehört schon zur Kindheit (dauerhaft quälende Angst, schwanger zu sein vom Vater), erlebt Flaschbacks, möchte jedoch nicht glauben, daß in der Gegenwart sexuelle Gewalt geschieht, empfindet diese Vorstellung als ehrenrührig für sich selbst.

Wird keiner helfen?

Kenny (9): Lebt in der kindlichen Vergangenheit. Einerseits erkennt sie oder er, daß es nicht liebhaben ist, was die Täter (auch der Vater) mit ihm machen, andererseits möchte sie nicht, daß der Vater ins Gefängnis kommt! (7./8.5.17) Diese widersprüchlichen Empfindungen für die primären Bezugs-/Bindungspersonen sind typisch für solche kindlichen Opfer. Zugleich verbindet sich in ihrem/seinem Bewußtsein die Gewalt der Kindheit mit der aktuellen Gewalt. Bei solchen Kinderanteilen wirkt die Taktik des heutigen Haupttäters, der sich "Vati" nennen läßt. (Bei bestimmten Täterintrospektionen überwiegt demgegenüber die Erfahrung an den "guten" Vati.)

Marlies (22), eine sehr kompetente, intellektuelle Beobachterin.

Merle (I): Erwachsene Außenpersönlichkeit, entstand nach der Geburt von Amelie, fühlt sich als Amelies Mutter (Mama), wird von anderen Anteilen oft als "der Mama-Teil", später auch nur als "**Mama**" bezeichnet. Bewältigt den sozialen Alltag im Zusammenhang mit Amelie perfekt. Sie sagt "Mondrian" und duzt mich. Wußte zunächst zeitweise von realen Tätern (ohne sie zu erleben). Später hat sie dieses Wissen zunehmend abgespalten. Seither spürt sie quälende Flashbacks bzw. dauerhafte Intrusionen. Geht dann davon aus, daß alle schlimmen Empfindungen Erinnerungen aus der Kindheit sind, als der reale Vater sie sexuell mißbraucht hat. Möglicherweise ist die Amnesie gegenüber der realen Tätergewalt nur Verdrängung, nicht Abspaltung. Dauerhaftes Hauptthema mit ihr war und blieb mein Versuch, Merle die Realität von Tatern in der Gegenwart nahezubringen. – Merle und ich hatten ausführlichen Kontakt erst ab Juni/Juli 2017. Nach unserem persönlichen Kennenlernen entstand liebevolle Nähe zueinander, die auch anderen Anteilen zunächst Kraft für die gemeinsame Orientierung an der Befreiung gab. Später jedoch zeigte sich die Unvereinbarkeit mit der Helfersituation.

Merle (II): Eine erwachsene Persönlichkeit (23jährig) mit etwas unklarer Geschichte und Funktion; sagt "Sie" zu mir. Geht von der früheren Gewalt des Vaters aus, weiß nichts von den aktuellen Tätern. Empfindet jedoch Körperschmerzen.

Merle (III): Eine erwachsene Persönlichkeit mit der Erinnerung an die Kindheitstraumatisierungen. Sehr hoffnungslos. Unklar, inwieweit sie von den aktuellen Tätern weiß. Sagt "du".

Merle (IV): Eine 21jährige Persönlichkeit, die zu jener Zeit das Elternhaus verlassen hat, jedoch von den Tätern wiedergefunden wurde. War berufstätig. Ist damals zur Polizei gegangen, jedoch wurde nur den Eltern geglaubt. Kam im Oktober 2018 nach 20 Jahren erstmalig wieder in den Körper.

Wird keiner helfen?

Merle (V): Ein 6jähriger Anteil, der sich noch im Elternhaus fühlt. Wichtiges Gespräch mit ihr am 4.11.17.

Nele (12/13): Hat in diesem Alter ein Kind geboren, das getötet wurde. Ähnlich wie Doris und Nora, scheint sie für den Kontakt mit mir erstmalig wieder nach außen gekommen zu sein, jedenfalls war sie zunächst noch in der Vergangenheit; die Wegnahme des Babys für sie noch Gegenwart. (Sie sagte "Sie" zu mir.)

Nora (12) hat ähnliche Erfahrungen wie Nele und Doris und war zu Beginn auch noch in der Vergangenheit. Sagt "du" zu mir. Hat das Bild vom Mord an ihrem Baby gemalt (hier im zweiten Teil).

Ronald: Opferpersönlichkeit, ein 15jähriger Junge. Macht die Außenpersönlichkeit (Merle) dafür verantwortlich, daß sie nichts gegen die Täter unternimmt. Wegen seiner Wut (aus der heraus er zeitweilig den Körper verletzt hat) wird er von anderen Anteilen oft als Täterintrojekt (miß-)verstanden.

Zerstörer: Der Zerstörer ist einer jener Persönlichkeiten, die den Körper zerstören wollen, weil nur das die Täter an ihrer Gewalt hindern kann. Über Monate hinweg hat er körpernahe Anteile weggeschoben und mit Fäusten und großer Wucht auf den Bauch geschlagen.

Wird keiner helfen?

Anhang 2

Zu dieser Edition

Der erste Teil der hier vorgelegten Zeugnisse (WIRD KEINER HELFEN?) enthält den vollständigen Mailaustausch vom 27. Februar bis zum 4. August 2017. Der Text wurde im wesentlichen ohne Veränderung wiedergegeben. Zur Anonymisierung mußten einige Angaben verändert oder gelöscht werden. Inhaltliche Erläuterungen in Fußnoten kamen dazu. Ein paarmal habe ich einzelne Wörter oder Sätze in eine Mail hineingeschrieben, um das Verständnis für LeserInnen zu erleichtern.

Im zweiten Teil (VATI HAT MICH!) finden sich Mails vom 4. August 2017 bis zum 3. Mai 2018. Der Mailkontakt geht weiter und wird intern dokumentiert.

Der Mailaustausch im zweiten Teil wurde nur auszugsweise wiedergegeben; es handelt sich etwa um die Hälfte des Gesamtumfangs. Auch innerhalb übernommener Passagen wurden einzelne Sätze gestrichen. Die zusammengehörigen Passagen wurden durch einen horizontalen Strich voneinander abgegrenzt. Eckige Klammern markieren Hinweise des Herausgebers.

Einige Überlegungen im Nachwort beziehen sich noch auf den Mailaustausch nach dem Mai 2018; auch einige Zitate aus dieser Zeit wurden dort aufgenommen.

Erster und zweiter Teil wurden gleichzeitig veröffentlicht.

Einleitung und Anhänge 1 bis 3 sind inhaltsgleich in den ersten und zweiten Teil dieser Dokumentation aufgenommen. Der zweite Teil enthält darüberhinaus noch einen vierten Anhang (STICHWORT TRAUMA).

In der ersten Zeit wurden vorrangig e-Mails gewechselt, später überwogen Chats auf Facebook. Bei den Dialogen per Mail, zunächst auch bei Facebook wurden die Sequenzen durch eine Tages- oder/und Uhrzeitangabe (fett, unterstrichen) markiert, bei Merle & Co. unterstrichen, bei meinen Antworten nicht unterstrichen. Bei den späteren (häufigen) Facebook-Chats wurde das Datum zunehmend nur zu Beginn genannt; die Dialogsequenzen werden dann mit > unterschieden.

Für gelegentlich unsauberes Layout und andere Flüchtigkeitsfehler bitte ich um Nachsicht. Auch sind aufgrund der zeitweise überschwemmenden Mailkontakte manchmal die Daten nicht exakt dokumentiert. In jedemfall stimmt die Abfolge des Austauschs

Die Gedicht-Texte stammen von Merle & Co. (unterschiedlichen Ichs), zumeist auch die grafische Präsentation.

Wird keiner helfen?

Anhang 3

Literatur und andere Quellen

Arbeitskreis Rituelle Gewalt der Bistümer Osnabrück, Münster und Essen (Hrsg.):

Rituelle Gewalt. Das (Un)heimliche unter uns

(Münster 2014)

In diesem Sammelband kommen Menschen zu Wort, die unmittelbar als Opfer oder Angehörige von Überlebenden betroffen sind. Experten unterschiedlicher Professionen schildern, welche Erfahrungen sie im Rahmen ihrer Berufsausübung mit Organisierter Gewalt gemacht haben: Journalisten, ambulant und stationär arbeitende Psychotherapeuten, Psychiater, Sozialpädagogen, Berater, Seelsorger. Dazu kommen Resultate von Befragungen und Datenerhebungen sowie eine religionswissenschaftliche Einordnung. Ebenfalls enthalten ist eine Auflistung von Symptomen, Merkmalen und Verhaltensweisen, die auf Organisierte/Rituelle Gewalt hinweisen können sowie Informationen für Menschen, die Betroffenen helfen wollen. Eine empfehlenswerte niederschwellige Publikation.

Liz Bijnsdorp: Die 147 Personen, die ich bin

(Stuttgart 1996)

*Im Mittelpunkt dieser poetischen und zugleich psychologisch-therapeutisch präzisen autobiografischen Darstellung steht nicht die individuelle Geschichte und Dynamik vieler Teilpersönlichkeiten, sondern das "Wir" eines Multiplen Systems, die Einheit in der Vielfalt, die zunächst nur eine Notgemeinschaft war und mit zunehmender Bewußtheit füreinander zum Tanz wird, "den wir miteinander tanzen" (S.255). Es wird deutlich, daß es bei der therapeutisch unterstützten Transformation des Multiplen Systems nicht zuletzt darum geht, innersystemische Konflikte "in Liebe füreinander umzusetzen" (S. 195),-- daß Therapie machen eigentlich nur heißt: **leben lernen**, mit Gefühlen und Kreativität, mit Spontaneität und Intelligenz, mit Humor und Beharrlichkeit, Mut und Hoffnung.*

*Die Autorin (Teilpersönlichkeit: Chronistin) berichtet von Teilen, die gestorben sind, "aus Ohnmacht oder Schwäche, oder weil sie sich opfern wollten" (S. 238). Auch Erfahrungen dieses Systems mit **Altersprogression** und verschiedenen Formen von **Fusion/Integration** werden nuanciert dargestellt. Deutlich, aber ohne missionieren zu wollen, werden an einigen Stellen Zusammenhänge hergestellt zu **spirituellen Bereichen der Wahrnehmung**. (Ort der therapeutischen Aufarbeitung war die anthroposophisch orientierte Bernard Lievegoed-Klinik in Bilthoven bei Utrecht/Niederlande.)*

Gaby Breitenbach: Innenansichten dissoziierter Welten extremer Gewalt

(Kröning 2011)

Joan Frances Casey: Ich bin viele. Eine ungewöhnliche Heilungsgeschichte

(Reinbek 1992)

Autobiografischer Bericht einer Frau mit DIS ('Multiple Persönlichkeit'). Bedeutsam ist die sehr enge therapeutische Beziehung, bei der die Klientin (bzw. das Multiple System) über lange Zeit freundschaftlich in die Familie der Therapeutin aufgenommen wurde. Entwicklungsnotwendige Bindungserfahrungen konnten auf diese Weise nachgeholt werden (vgl. dazu: GAHLEITNER), wodurch einzelne Teilpersönlichkeiten sich weiterentwickeln konnten. Diese konnten sich dadurch in höherem Maße entscheiden zu stärkerer innersystemischer Kooperation. Obwohl kaum realistische Perspektive für kommerzielle Therapieangebote, kann die Darstellung der authentischen, liebevollen Interaktion HelferInnen, Angehörigen und anderen Außenstehenden den emotionalen Kontakt mit Multis erleichtern. – Menschen mit DIS brauchen nicht nur Therapeuten, sondern auch FreundInnen und sonstige Berater/Begleiter, denen gegenüber sie sich zeigen können, wie sie sind !

Wird keiner helfen?

Marilyn Van Derbur: Tagkind – Nachtkind. Das Trauma sexueller Gewalt (Kröning 2011)

Van Derburs Heilungsweg war eine Odyssee durch unterschiedlichste, teilweise auch retraumatisierende Therapieerfahrungen. Roter Faden blieb eine Art privates Therapieteam: ein ehemaliger Studentenfarrer, ihr Ehemann sowie ihre Tochter.

Sándor Ferenczi: Infantil-Angriffe! – Über sexuelle Gewalt, Trauma und Dissoziation (Berlin 2014: [D+T online](#))

Zusammenstellung der themenrelevanten Aufsätze und Tagebucheintragungen des Mitbegründers der Traumatherapie.

Claudia Fliß / Claudia Igney (Hrsg.): Handbuch Rituelle Gewalt

(Lengerich 2010)

Fachleute unterschiedlicher Disziplinen referieren auf dem aktuellen Stand von Forschung und Therapie. Schwerpunkte sind Strukturen, Methoden von Rituellem Gewalt sowie die subjektive Situation von Betroffenen, das Problem des Ausstiegs aus Täterkreisen, psychosoziale und medizinische und rechtliche Hilfen für Betroffene. Eines der wichtigsten deutschsprachigen Fachbücher zum Thema.

Claudia Fliß / Claudia Igney (Hrsg.): Handbuch Trauma und Dissoziation. Interdisziplinäre Kooperation für komplex traumatisierte Menschen

(Lengerich 2008)

Claudia Fliß, Riki Prins, Sylvia Schramm: Befreiung des Selbst. Therapiekonzepte zum Ausstieg aus organisierter Rituellem Gewalt (Kröning 2018)

[Siehe meine umfangreiche Rezension auf D+T.](#)

Ulla Fröhling: Vater unser in der Hölle

(Überarbeitete Neuauflage, Bergisch Gladbach 2008)

Diese fachlich fundierte romanhafte Darstellung der Leidensgeschichte einer Überlebenden von Rituellem Gewalt (von 1996) hatte eine wichtige Funktion für die öffentliche Diskussion in der BRD. Die engagierte Journalistin Ulla Fröhling macht die Psychodynamik "multipler Persönlichkeiten" vorstellbar; das Buch enthält Literaturhinweise zum Thema.

Onno van der Hart, Ellert R.S. Nijenhuis, Kathy Steele: Das verfolgte Selbst. Strukturelle Dissoziation und die Behandlung chronischer Traumatisierung

(Paderborn 2008)

Die grundlegende Darstellung einer Konzeption, durch die dissoziative Abspaltungen von Traumaerinnerungen und täteridentifizierte Persönlichkeitsanteile auch neurobiologisch nachvollziehbar werden. Das Verständnis der Strukturelle Dissoziation ist wohl unverzichtbar für die traumatherapeutische Unterstützung von Betroffenen. (Siehe auch den Infotext [Strukturelle Dissoziation](#) auf www.dissoziation-und-trauma.de.)

Michaela Huber: Multiple Persönlichkeiten. Überlebende extremer Gewalt (Frankfurt/M. 1995, Neuausgabe Paderborn 2010)

Dieses erste deutschsprachige Fachbuch zum Thema Multiple Persönlichkeiten (DIS) war zugleich das erste aus der traumatherapeutischen Praxis in Deutschland erwachsene Fachbuch, das umfassend von Rituellicher Gewalt und damit verbundener psychischer "Programmierung" berichtete.

S.I.E. e.V. (Hrsg.): Rituelle Gewalt. Vom Erkennen zum Handeln (Lengerich 2011)

Tagungsband der gleichnamigen Veranstaltung 2009 in Trier. In dem interdisziplinär ausgerichteten Tagungskonzept werden psychologische, juristische, soziale und mediale Aspekte im Umgang mit Rituellicher Gewalt beleuchtet und Handlungsmöglichkeiten in den unterschiedlichen Arbeitsfeldern aufgezeigt. Praktikerinnen und Praktiker erhalten wertvolle Hinweise, wie das Vorliegen Rituellicher Gewalt erkannt werden kann und wie erste Schritte aussehen können, um Betroffene zu unterstützen. Die Tagung enthielt auch Beiträge, die sich kritisch mit dem Vorkommen von Rituellicher Gewalt auseinandersetzten.

Gabi Lummas: Wer bin ich? oder: Das Unglaubliche (Berlin 2012: [D+T online](#))

Gabi Lummas hat Rituelle Gewalt überlebt. Nach jahrzehntelangen schwersten Selbstverletzungen, für die sie keinerlei Erklärung hatte, kommen seit rund zehn Jahren Erinnerungen ins Bewußtsein. Tagebuchauszüge aus den Jahren 1998-2008, Träume und Passagen aus der Traumatherapie sowie Abbildungen von Tonfiguren sind zusammengefaßt in ihrer bei D+T erschienenen zweiten Veröffentlichung.

Wohl kein Außenstehender ahnt, wie qualvoll für einen Traumaüberlebenden das oft jahrelange Gefangensein in den eigenen, zumeist abgespaltenen Traumafolgen ist, - Tag für Tag Ängste, unverständliche Bilder und Empfindungen, Verwirrung, hilfloses Nachdenken - und zumeist keine Begründung dafür. Niemand, mit dem man darüber sprechen kann. Immer wieder die verzagte Überlegung: Und wenn ich doch verrückt bin und mir alles nur einbilde? Bin ich eine Simulantin? - Krasse Gefühlsschwankungen, Selbstverletzungen, Suizidgedanken, Alpträume, chronische Schlafstörungen gehören für viele Traumaüberlebende zum leidvollen Alltag des Überlebens. Sozialarbeiter, Psychotherapeuten oder Psychiater erkennen bestenfalls die PTBS-, Borderline- oder DDNOS/DIS-Symptomatik. Wie sich dissoziativ aufgespaltene Erinnerung bzw. umfassende Amnesie konkret anfühlt und welche fundamentalen Selbstzweifel allein schon dieses seelische Durcheinander mit sich bringt, läßt sich durch die vorliegende Dokumentation immerhin ahnen.

Mit unbegreiflicher Lebenskraft und viel reflexiver Intelligenz tastet Gabi Lummas sich durchs Unterholz ihrer traumatischen Vergangenheit, - mutterseelenallein, wie sie es zeit lebens nicht anders kannte. Ängste, Gedanken und Verzweiflung kreisen im Kopf, nur in winzigen Schritten, mit unzähligen Wiederholungen und Konkretisierungen findet sie heraus aus dem Labyrinth der dissoziativen Abspaltungen. Trotz der zeitweise fruchtbaren Traumatherapie bleibt es im wesentlichen ein einsamer, gleichwohl selbstbestimmter Heilungsweg, auf dem Gabi Lummas sich bis heute befindet. Traumakonfrontation und -integration entwickeln sich dabei rigoros nach Maßgabe innerer Kräfte, qualvoll langsam, oft an der Grenze zur Desintegration, andererseits als bedingungslos authentischer Nachreifungsprozeß. Bedeutsame Voraussetzung dazu war die schwere, dann aber kompromißlose Entscheidung gegen die Opferrolle und für eigene Selbstverantwortlichkeit: der Wille, Zugang zu finden zur verschlossenen Seele.

Gabi Lummas: Wundersame Wege (Berlin 2015: [D+T online](#))

Eine nächste Phase des selbstverantwortlichen Heilungsweges.

Wird keiner helfen?

Emilia Mai: Bericht (Berlin 2017: [D+T online](#))

Emilia Mai ist jetzt Anfang 20. Seit frühester Kindheit war sie sexueller Gewalt und anderer Folter unterworfen – zunächst durch den Vater, später durch eine Vielzahl fremder Männer, denen sie vom Vater (zweifellos für Geld) weitergegeben wurde. Menschenhandel, Zwangsprostitution, Folter, Sadismus, kollektive Vergewaltigungen, Produktion von Kinderpornografie: Dieser bei D+T veröffentlichte Bericht ist repräsentativ für den Leidensweg vieler Kinder und Jugendlicher, auch bei uns in Deutschland.

Ruth Mauz/Verein CARA (Hrsg.): Das Schweigen brechen. Rituelle Gewalt mitten in unserer Gesellschaft (Appenzell/Schweiz o.J. [wohl 2018])

Sammelband der ersten Schweizer Initiative gegen Rituelle Gewalt. Sehr lesenswert sind vor allem die Beiträge Betroffener.

Liane Tjane Michauk: Regentropfentränenbaum (Freiburg i.Br. 2006)

Liane Tjane Michauk & Co: Eine ungewöhnliche Familie (Leipzig 2010: [D+T online](#))

Alison Miller: Jenseits des Vorstellbaren. Therapie bei Rituellicher Gewalt und Mind-Control

(Kröning 2014)

Die Autorin ist Klinische Psychologin mit eigener Praxis in Victoria (Kanada). Nachvollziehbar auf Grundlage allgemeiner Lebens- und Selbsterfahrung wird ein umfassendes Instrumentarium an Lügen, Tricks und Indoktrinierungen vorgestellt, mithilfe dessen Täter bei den kindlichen Opfern in vielen einzelnen, zweckmäßig aufeinanderfolgenden Schritten dissoziative Teilpersönlichkeiten erzwingen und diese für entsprechende, ineinander verzahnte und einander stützende und/oder kontrollierende Funktionen programmieren – im wesentlichen durch allgemein bekannte Verfahren und Tricks der klassischen und operanten Konditionierung. Grundlegender Schlüssel zum Verständnis und dann zur therapeutischen Überwindung solcher Konditionierungen ist in Millers Darstellung, daß es sich in jedemfall um KINDER gehandelt hat, die im Rahmen ihres kindlichen Bewußtseins manipuliert wurden.

Die zweite Hälfte des Buches widmet sich nuanciert der therapeutischen Arbeit mit Überlebenden von Rituellicher/Organisierter Gewalt und Mind Control. Umfassend werden Konditionierungsvarianten für viele Bereiche dargestellt, mit denen die Therapie bei Überlebenden nach Rituellicher Gewalt und Mind Control zu tun haben kann. Wiederum vermittelt die Autorin (unter Hinzuziehung von Vignetten aus Betroffenenberichten) subtil und durch psychologische Alltagserfahrung nachvollziehbar, wie diese Programmierungen den kindlichen Opfern vermittelt wurden und wie sie schrittweise aufgelöst werden können.

Alison Miller arbeitet mit diesem Klientel vorrangig kognitiv/beziehungsorientiert, ohne EMDR und ohne Hypnotherapie. Ihre psychotraumatologische Bezugstheorie ist der Ansatz der Strukturellen Dissoziation. Bei all seiner notwendigen Kompliziertheit liest sich ihr Buch sehr gut. Das Werk ist vorbehaltlos zu empfehlen für professionelle HelferInnen, die mit Überlebenden von Rituellicher Gewalt zu tun haben.

Alison Miller: Werde, wer Du bist. Mind-Control und Rituelle Gewalt überwinden (Kröning 2016)

[Siehe meine Rezension auf D+T.](#)

Wird keiner helfen?

Chrystine Oksana: Safe Passage to Healing. A Guide for Survivors of Ritual Abuse (New York 1994 ISBN 0-06-096996-2; Neuauflage New York 2001, ISBN 978-0-59-520100-6)

Ein hochdifferenzierter, gut strukturierter und bis heute fachlich relevanter Ratgeber! Die Autorin ist Überlebende von Rituellicher Gewalt. (Eine nichtautorisierte Übersetzung der Kapitel 1-3,7-8,12-14,16 von Eva & Co. ist erhältlich über VIELFALT e.V.)

Axel Petermann und Luise Greuel: Dissoziative Identitätsstörung und ritueller Missbrauch. Möglichkeiten und Grenzen der polizeilichen Ermittlungstätigkeit und Beweisführung, in: Axel Petermann und Luise Greuel (Hrsg.): Macht - Familie - Gewalt (?) (Lengerich 2009)

Diese Dokumentation zweier Arbeitstagungen des Interdisziplinären Forums Forensik Bremen (iFF) enthält noch weitere im Zusammenhang mit Rituellicher Gewalt relevante Referate.

Rachel, Klaus, Moni, Lars, Habiba, Ben & Laura: Unser Sieg über die Rituelle Gewalt (Berlin 2012: [D+T online](#))

Rachel war bis zum 14. Lebensjahr Rituellicher Gewalt ausgeliefert. Auch ihre Mutter Laura war in ihrer Kindheit Opfer desselben germanofaschistischen Kults, zu dem auch Familienangehörige gehörten. Rachel galt zunächst als "geistig behindert", später wurde Autismus diagnostiziert. Bis heute ist Sprechen und eigenständiges Handeln blockiert. Durch "Gestützte Kommunikation" (FC) konnten sie und ihre Innenpersönlichkeiten sich über die traumatische Gewalt äußern und im Laufe von bald 20 Jahren schrittweise die grauenhafte Vergangenheit hinter sich lassen. Dokumentation auf der Grundlage von über 1000 Seiten mit FC geschriebener Texte und Gespräche sowie aktueller E-Mails.

Rachels & Blumen, Janik & Franzi , Laura & Nurse, Adele Anton: Rituelle Gewalt, Autismus und Mind Control – aus unserer Erfahrung

(Berlin 2018: [D+T online](#))

Im Mittelpunkt dieser zweiten Veröffentlichung von Rachel (und dreier weiterer Überlebenden extremer Gewalt) stehen zwei Themen:

Die Problematik der "inversen", also von den Tätern durch Folter erzwungenen dissoziativen Abspaltungen, die ausschließlich bestimmte Aufgaben im Tätersinn erfüllen sollen und zunächst kaum allgemeinschliche Bedürfnisse haben (Mind control), sowie Erfahrungen und Hypothesen über Zusammenhänge zwischen Rituellicher Gewalt (einschließlich Mind Control) und unterschiedlichen Formen der Autismus-Spektrum-Störung (ASS).

Mind Control, also inverse Programmierung, wird mittlerweile auch in einigen traumatherapeutischen Fachbüchern differenziert beschrieben. In der vorliegenden Dokumentation ermöglichen uns die Autorinnen Rachels & Blumen, Janik & Franzi und Adele Anton einen tiefen, auch emotionalen Einblick in die Realität von Opfern dieser teuflischen Zurichtung von Menschen.

Elisabeth Reuter: Merle ohne Mund

(München 1996)

[Siehe meine Rezension auf D+T.](#)

Wird keiner helfen?

Mirjam Rosch: Laura G. – Im Namen des Teufels

(Düsseldorf 1995)

Ein erzählender Bericht über die Leidensgeschichte eines Mädchens, das vom 3. bis 15. Lebensjahr in der Gewalt einer satanistischen Tätergruppe war, zu der wesentlich die eigenen Eltern gehörten. - Wie Mehltau liegt das sprachlich kaum vermittelbare Grauen über der Darstellung, die bei aller inhaltlichen und sprachlichen Differenziertheit stumpf ist, niedergedrückt. Die Banalität des Bösen (Hannah Arendt): eine nicht abreißende Kette von Folter und sexueller Gewaltakte - und daneben in immer neuen Formulierungen vermittelte Hilflosigkeit des Opfers, ihr Unbegreifen angesichts des eigenen (jetzt überwundenen) Schicksals.. - Gerade diese hilflose Redundanz belegt für mich die Authentizität dieser Lebensgeschichte. Daß solche Taten an sich Realität sind, kann demgegenüber nicht mehr bezweifelt werden, zu sehr gleichen sich die traumatischen Auslöser, die Flash Backs und Symptome von Überlebenden.

In kaum einem Überlebensbericht wird die gnadenlose seelische Zerstörtheit der beteiligten TäterInnen ähnlich deutlich - dies bei problemlos funktionierender sozialer Anpassung! Das Syndrom der NS-Schergen..

Fast nur implizit, in winzigen Formulierungen, werden bei Laura G. Momente von Resilienz deutlich, durch die sie letztlich nicht nur das Überleben, sondern auch ein neues, gutes Leben geschafft zu haben scheint. - Zuvor allerdings mußte sie noch alle Hürden überwinden, die unsere gesellschaftliche Normalität für Opfer schwerster Traumatisierung bereithält! In einem in seiner nüchternen Plausibilität besonders bitteren Epilog wird berichtet, wie Laura G. mit 12 einen Suizidversuch unternimmt. Darauf lassen die Eltern sie in die Akutpsychiatrie einweisen. In langen Gesprächen überzeugen sich die Psychiater von der Untadeligkeit der Eltern (in Wahrheit bestialische Täter). Unschwer finden sich bequeme psychiatrisch-psychologische Schubladen für alle Syntome. Daß Laura nichts sagt, ist klar.

Zora Sanné / Beate Kneuse: Wie viele Gesichter hat die Angst?

(Norderstedt 2017)

[Siehe meine Rezension auf D+T](#)

Martha Schalleck: Rotkäppchens Schweigen. Die Tricks der Kindesmissbraucher und ihrer Helfer

(Freiburg i. Br. 2006)

Die Wirtschaftswissenschaftlerin und freie Journalistin Martha Schalleck setzt sich in ihrer rund 600 Seiten umfassenden Monografie Behauptung für Behauptung mit den Argumenten der "False Memory"-Propagandisten auseinander, überprüft die dort zugrunde gelegten wissenschaftlichen Untersuchungen, ergänzt, was von "FMS"-Vertretern wohlweislich verschwiegen wird, - und ermöglicht es uns durch über 400 Literaturhinweise (und über 900 Fußnoten mit genauen Quellenangaben), ihre Darstellung zu überprüfen.

Die "FMS"-Kampagne entstand in den USA; auch dies macht es für uns in Deutschland schwierig, ursprüngliche Quellen und (angebliche) Forschungsergebnisse zu verifizieren. Es zeigt sich denn auch, daß selbst seriösere Medien bei uns sich dieser Notwendigkeit kaum unterziehen. In Schallecks Arbeit werden relevante Originalzitate in deutscher Übersetzung nachgewiesen.

Wird keiner helfen?

S.I.E. e.V. (Hrsg.): Rituelle Gewalt. Vom Erkennen zum Handeln

(Lengerich 2011)

Tagungsband der gleichnamigen Veranstaltung 2009 in Trier. In dem interdisziplinär ausgerichteten Tagungskonzept werden psychologische, juristische, soziale und mediale Aspekte im Umgang mit Rituellem Gewalt beleuchtet und Handlungsmöglichkeiten in den unterschiedlichen Arbeitsfeldern aufgezeigt. Praktikerinnen und Praktiker erhalten wertvolle Hinweise, wie das Vorliegen Rituellem Gewalt erkannt werden kann und wie erste Schritte aussehen können, um Betroffene zu unterstützen. Die Tagung enthielt auch Beiträge, die sich kritisch mit dem Vorkommen von Rituellem Gewalt auseinandersetzen.

Margaret Smith: Gewalt und sexueller Mißbrauch in Sekten

(Zürich 1994)

Ein sehr empfehlenswerter, praxisnaher, fachlich stimmiger und in keiner Weise publikumswirksam aufgebauschter Ratgeber zum Thema Rituelle Gewalt. Die Autorin ist selbst Überlebende eines entsprechenden Täterkreises, hat Psychologie studiert und arbeitet in einem Netzwerk von Selbsthilfegruppen mit. Hohen Stellenwert nimmt naturgemäß die Situation von Überlebenden mit DIS (Multipler Persönlichkeit) ein. Bei aller fachlicher Genauigkeit lebt das Buch aus seiner menschlich zugewandten, solidarischen Sprache. Es kann hilfreich sein für Betroffene, kann Angehörige informieren und eignet sich gleichermaßen zur Information Außenstehender über diese schrecklichen Realität, die niemand von uns sich gerne vorstellen möchte und die noch von vielen geleugnet wird.

Judith Spencer: Jenny. Das Martyrium eines Kindes

(Frankfurt/M. 1999)

Wohl der erste (erzählende) Therapiebericht zum Thema Rituelle Gewalt - und bis heute eines der wichtigsten Bücher dieser Art. Klar, prägnant und psychologisch ausdifferenziert, flüssig zu lesen, keinerlei Kolportage! Ohne Sensationsmache, aber prägnant werden in diesem (bereits 1989 erschienenen) Buch die kaum vorstellbaren Gräßlichkeiten dargestellt, denen Babys, Kinder, Jugendliche und Frauen in derlei Gruppen ausgesetzt sind. - Täterkontakt gibt es bei Jenny im Erwachsenenleben nicht mehr, jedoch folgt dann die allzu typische, teilweise retraumatisierende Odyssee durch Psychiatrien und psychotherapeutische Praxen. - Der zweite Teil beschreibt die beeindruckende DIS-spezifische Traumatherapie über etwa 5 Jahre. Ein Buch, das im Hinblick auf das Thema Rituelle Gewalt seiner Zeit um viele Jahre voraus war, ein Buch, aus dem noch immer viel zu lernen ist! Leider ist es seit Jahren vergriffen.

VIELSEITS GmbH (Hrsg.): Die ersten vier Jahre. Innenansichten eines Pionierprojekts

(erhältlich über <https://www.vielseits.de/>)

Sehr lesenswerte Dokumentation einer Initiative zur Begleitung, zum Schutz und zur Förderung für Opfer extremer Gewalt. Das Projekt wird geleitet von den TraumatherapeutInnen Gaby Breitenbach und Harald Requardt.

Wird keiner helfen?

Dokumentarfilme

Fachstelle Sekten- und Weltanschauungsfragen des Bistums Münster: Im Namen des Teufels – Rituelle Gewalt in satanistischen Sekten

(2014; You TUBE: <http://www.youtube.com/watch?v=JXAWeQw5fYs>)

Ein sehenswertes Video zur niederschweligen Information für jedermann! Profis berichten aus ihrem jeweiligen Tätigkeitsbereich: Dr. Adolf Gallwitz (Polizeipsychologe), Brigitte Hahn (Sozialarbeiterin Bistum Münster), Elke Rommen-Kalus (Psychotherapeutin), Alfons Strodt (Domkapitular), Michaela Huber (Traumatherapeutin, Spezialistin für DIS/Rituelle Gewalt), Nickis (Betroffene mit DIS).

Didier Cazet, Ralf Hermersdorfer, Tanya Schmidt: Rituelle Gewalt – Noemi und Pierre M. (SAT 1, 19. Mai 2003)

Noemi und Pierre M. sind Überlebende von Rituellem Gewalt aus einer französischen Kleinstadt. Ihre traumatische Erinnerungen wurden offenbar nicht oder kaum dissoziativ abgespalten. Sie suchten ab 1995 Hilfe bei der Staatsgewalt. Den Informationen der Opfer wurde kaum nachgegangen, die Ermittlungen wurden eingestellt. Daraufhin alarmierten die Geschwister mit Hilfe eines solidarischen Anwalts öffentliche Institutionen in Frankreich; daraufhin wurden die Ermittlungen wieder aufgenommen. In stundenlangen Interviews berichteten die Geschwister (einzeln) von Vergewaltigungen und Folter von Kindern, unterirdischen Verliesen, Mord an Kleinkindern vor laufender Kamera sowie von Ritualen und Schwarzen Messen. Ihre Aussagen widersprechen sich nicht, es gibt psychiatrische Gutachten, die ihre Glaubwürdigkeit bestätigen. Der Film besteht aus Interviewausschnitten sowie Aussagen des Anwalts, alles mit unterlegter Übersetzung.

Am Anfang der Leidensgeschichte der Geschwister stand nach deren Aussagen die eigene Familie (Großeltern, Vater, Pflegeeltern sowie ein ihnen bekannter Pfarrer), die alle als "Priester" eines satanischen Kults agierten, bei dem Kinder die Opfer waren; Pierre wurde mit 7 Jahren "zum Priester geweiht", indem er ein Baby töten mußte. - Nach Naomis Aussage stellte der Vater einen Kontakt her zu einem "Freund" namens Marc, in dem sie später aufgrund der Medienberichterstattung, den belgischen Kindermörder Marc Dutroux wiedererkannte. Längere Zeit nach jenem ersten Kontakt mit "Marc" wurden die Geschwister in die Gewalt von für sie fremden sadistischen Kindermördern gegeben. Der von Noemi und Pierre M. berichtete Sadismus dieser Täter entspricht dem, was wir wissen über Nazitäter beim Vernichtungskrieg in Osteuropa oder in KZ oder auch von manchen Bürgerkriegen und Völkermorden überall auf der Welt.

Im zweiten Teil der Sendung bei SAT 1 fand eine Diskussion (Moderator: Ulrich Meyer) mit Gästen statt, die sich für den Schutz der Kinder vor sexuellem Mißbrauch engagieren: Homayra Sellier (Präsidentin der internationalen Organisation Innocence en Danger aus Paris), Didier Cazet (französischer Journalist), Heidemarie Jung (Therapeutin für Kinder und Jugendliche der Organisation Dunkelziffer), Peter Vogt (Oberstaatsanwalt und Leiter der Zentralstelle zur Bekämpfung kinderpornographischer Schriften in Halle) sowie Max-Peter Ratzel (Leiter der Abteilung für organisierte und allgemeine Kriminalität beim BKA in Wiesbaden) sowie Noémie M.²²¹

²²¹ Diesen zweiten Teil der Sendung konnte ich noch nirgendwo aufspüren; ich habe ihn demzufolge nicht gesehen. Ich würde mich freuen, wenn jemand eine DVD schicken kann! – MvL

Wird keiner helfen?

Ritual Child Abuse in France: German Documentary pt. 1-5 (N 24, 2003)

Unter dieser Bezeichnung findet sich im Netz (vor allem bei You Tube) eine fünfteilige Dokumentation (offenbar von einem deutschen Sender Netzwerk 24 / N 24 aus dem Jahr 2003). Sie enthält Falldarstellungen dreier überlebender Jugendlicher, Deborah, Robert und Noemi M.. Die Sequenzen mit und über Noemi sind teilweise inhaltsgleich zu dem hier oberhalb gelisteten Film, teilweise unterschiedlich; auch ein kurzes Interview mit einer deutschen Traumatherapeutin gehört dazu.

Liz Wieskerstrauch: Robin – Die Seele brennt (HR 2000, WDR 2001)

Der Film begleitet die etwa 26jährige Robin in Alltagssituationen mit der kleinen Tochter und der Freundin. Robins leiblicher Vater war Täter, hat sie bereits als kleines Kind "weitergegeben" an den späteren Haupttäter, einen "wahnsinnig intelligenten" Mann, der "uns vom ersten Tag an demontiert hat, in die Einzelteile zerlegt hat" (Robin). Robin war bis zum 23. Lebensjahr in der Gewalt dieses Täters, der sie offenbar kontinuierlich von den Eltern "ausgeliehen" hat und durch entsprechende Methoden dissoziative Teilpersönlichkeiten "hergestellt" hat. Einerseits blieb er für die gesamte Zeit hauptsächliche Bezugsperson, andererseits hat er Robin gegen Geld an international vernetzte Gewalttäter weitergegeben.

Nachdem Robin mit 23 der Gewalt des Haupttäters entfliehen konnte, wurde sie bedroht und gejagt von Tätern; in diesem Zusammenhang hat sie sich ihrer Freundin als multipel geoutet. Robin war/ist in therapeutischer Betreuung, zum Zeitpunkt des Film waren jedoch die in den einzelnen Persönlichkeiten bewahrten Erinnerungen an die gesamte bisherige Lebenszeit noch immer amnestisch voneinander getrennt. Noch immer gibt (oder gab) es täteridentifizierte Persönlichkeiten (zwei von ihnen kamen während des Films nach außen), es gibt Sehnsucht nach dem Täter (vor allem nach der durch ihn verkörperten einzigen "Sicherheit" des früheren Lebens).

Zum Zeitpunkt des Film kann noch keine der Persönlichkeiten sprechen von den sadistisch-rituellen Handlungen, die sie über Jahre erleiden mußten. Diese können bislang nur in Bildern angedeutet werden. Kurz erwähnt eine Persönlichkeit schalldichte Räume in Frankreich, ausgestattet mit Folterinstrumenten. Beim Haupttäter rangierte dies unter dem Begriff "Lernen in Frankreich" - wie überhaupt alle Schrecklichkeiten dem kindlichen Opfer gegenüber konsequent mit harmlosen Umschreibungen bezeichnet wurden, sodaß das Kind schon sprachlich kaum die Möglichkeit hatte, diese Taten als falsch zu erkennen.²²²

Claudia Fischer und Maren Müller: Ein Körper mit System

(erhältlich über <http://lichtstrahlen-oldenburg.de>)

Fünf Persönlichkeiten einer Überlebenden von Ritualer Gewalt stellen sich vor und berichten von ihrem Alltagsleben, von Problemen und den individuell unterschiedlichen Bewältigungsmöglichkeiten. Unter anderem geht es um das gegenseitige Kennenlernen der Persönlichkeiten (was allein 4 Jahre Therapie erforderte) und um innere Absprachen, um Medikamente (die nur bei bestimmten Persönlichkeiten wirken), um Hobbys der einzelnen Persönlichkeiten und um an die Gesellschaft gerichtete Forderungen und Wünsche, um die noch immer häufige Weigerung, Betroffenen zu glauben: "Warum sollten wir uns das ausdenken, daß wir soviel Gewalt überlebt haben? Wir haben nichts davon! Wir brauchen 200 € im Monat für Medikamente und Therapie!" Unter anderem um das Schicksal dieser Betroffenen geht es auch in den Film 'Höllenleben I und II'.

²²² Siehe auch das "Neusprech" in George Orwells Roman '1984'.

Wird keiner helfen?

Liz Wieskerstrauch: Höllenleben (1) (NDR und BR 2001, ARD)

Nach 10 Jahren Traumatherapie begibt sich Nicki und die Bärenbande, eine Überlebende mit DIS (Multipler Persönlichkeit), mit dem Team der Dokumentarfilmerin Wieskerstrauch auf die Spurensuche an mutmaßliche Tatorte. Einige der Persönlichkeiten berichten von ihrem Schicksal. Erste Täter waren Mutter und Stiefvater; diese waren einbezogen in eine Gruppe satanistisch-sadistisch orientierter Täter. Die mittlerweile in etlichen Dokumentationen und therapeutischen Berichten geschilderten typischen Rituale und Verbrechen werden auch von Nicki und ihren Leuten berichtet. Die Spurensuche führt auf die Wewelsburg (in der Nazizeit Kultstätte der SS). Mehrere Persönlichkeiten sind sich sicher, daß es an diesem Ort zur erzwungenen Tötung des eigenen, neugeborenen Kindes kam. Stücke des Herzens wurden von den Kultmitgliedern gegessen.

Die Reporterin: "Jeder neue Drehtag läßt uns hilfloser zurück."

Gina, bereits während der traumatischen Kindheit widerständigste Persönlichkeit, hatte vor Jahren Anzeige gegen den Vater erstattet. Detailliertere Aussagen zum Kultzusammenhang wurden von den Ermittlungsbehörden teilweise nicht einmal in die Protokolle aufgenommen. Ergebnis dieses Prozesses war nur, daß der Vater als angeblicher Einzeltäter zu 18 Monaten verurteilt wurde. Demgegenüber hatte 1987 ein psychiatrisches Gutachten die Diagnose DIS bestätigt und in Zusammenhang gesetzt mit sexuellen Gewalterfahrungen. Ein anderes Gutachten bestätigte die schwerwiegenden körperlichen Schädigungen (Unterleib, Wirbelsäule, Nieren u.a.) im Zusammenhang und bewilligte einen Schwerbehinderungsausweis.

In der Konsequenz der mutmachenden Arbeit an dem Film erstatteten Nicki und die Bärenbande wiederum Anzeige - jetzt bezogen auf den Gesamtzusammenhang der Ritualen Gewalt. Ausschlaggebend war wohl auch die Überlegung, daß es schon einen riesigen und wichtigen Schritt bedeutet, öffentlich und vor Gericht Zeugnis abzulegen über das Erfahrene; verantwortlich für die spätere rechtliche Entscheidung sind andere.

Liz Wieskerstrauch: Höllenleben (2) - Der Kampf der Opfer

(NDR 2003, ARD)

Nach der Ausstrahlung des Films 'Höllleben' wurde eine polizeiliche Hotline für Betroffene eingerichtet, über die sich etliche Überlebende von Ritualen Gewalt gemeldet haben; auf diese Weise entstand auch der neue Film. Sechs weitere Betroffene kommen zu Wort. Sie berichten in Erinnerungsbruchstücken von unterschiedlichen, jedoch grundsätzlich sehr ähnlichen Verbrechen. Bilder und Tonfiguren werden gezeigt.

Eine Überlebende hat Anzeige und Selbstanzeige erstattet. Die Eltern waren Mittäter, der Vater ist Pastor, ein Bruder, auch Opfer, hat sich im Erwachsenenalter das Leben genommen. Die Betroffene ist nicht multipel und hat kaum dissoziative Amnesien. Sie berichtet, daß sie 1975 (mit 14) auf den Externsteinen (einem bekannten Kultort rechtsgerichteter Gruppierungen) gezwungen wurde, ein Mädchen umzubringen. Es stand die Drohung im Raum, sie andernfalls von der Höhe herunterzustoßen. - Ihre jüngere Schwester, mit der 10 Jahre lang keinerlei Kontakt bestand, wurde ausfindig gemacht und berichtet bis in viele Einzelheiten gleichlautend von ritualen Verbrechen.

Eine andere Überlebende sucht im Internet nach den damals aufgenommenen Porno- und Gewaltbildern. Die Eltern waren/sind Täter; sie will die Taten beweisen auch, um jüngere Geschwister zu schützen, die noch im Elternhaus leben. Eine weitere Betroffene versucht, Tatorte wiederzufinden.

Die polizeilichen Ermittlungen nach Nickis Anzeige (siehe 'Höllleben I') ergaben bisher keine Sachbeweise, auch nicht im Zusammenhang mit der Wewelsburg. Dafür haben sich zwei Überlebende gemeldet, die aufgrund des ersten Films die Räume wiedererkannt haben. Eine von ihnen hat von entsprechenden Räumen und Ornamenten oft geträumt, ohne sie bislang zuordnen zu können. Nach einer Begehung ist sie sicher, daß es diejenigen Räume waren, in denen ihr Baby abgetrieben wurde, das sie anschließend selbst töten mußte. Eine weitere Überlebende hat sich zunächst an einen Seelsorger gewandt und schließlich Anzeige und Selbstanzeige erstattet. Sie hat Nicki im ersten Film wiedererkannt.

Zu Wort kommen in diesem Film auch MitarbeiterInnen von Kriminalpolizei und Staatsanwaltschaften, deren Einschätzung zwischen hilfloser Solidarität und deutlichem Zweifel, ja Unwilligkeit differiert. Bisherige Ermittlungen haben bisher keine weiterführenden Sachbeweise ergeben. Dies kann an dem großen zeitlichen Abstand liegen, aber auch an geringem Engagement lokaler Ermittlungsbeamten. Ohne konkretere Hinweise auf entsprechende Taten

Wird keiner helfen?

("ohne Leiche keine Ermittlung!") oder verstärkte Verdachtsmomente gegen konkrete Personen wird Persönlichkeitsschutz höher bewertet als Opferschutz. Voraussetzung für jegliche Ermittlung ist in jedemfall eine Anzeige eines Opfers. - Auf eine entsprechende Frage erläutert eine Staatsanwältin, daß bei erzwungenen Taten durch psychologische Gutachten bzw. richterliches Urteil die Schuldunfähigkeit festgestellt werden muß. Mit den Überlebenden solidarische Fachleute betonen im Film, daß hier das Bundeskriminalamt die vorhandenen Erfahrungen zusammentragen müßte. Es handelt sich zunächst um eine politische Entscheidung, das Thema ernstzunehmen oder nicht. Rechtsanwalt Rudolf v. Bracken betont, daß bei entsprechenden Tätergruppen ein hohes Maß an Organisation und Spurenverwischung zu erwarten ist. (Dies möchte ich unterstreichen: Die planmäßige und über Jahre hinweg betriebene Indoktrinierung von Opfern bedingt eine manipulatorische Intelligenz, die zweifellos auch zum Tragen kommt bei der Notwendigkeit, Tatzusammenhänge für die Außenwelt unsichtbar zu machen! Wir müssen davon ausgehen, daß alle entsprechenden Täter ein Doppelleben führen und darauf trainiert sind, situativ umzuschalten zwischen den Welten! - Derartige Tätergruppen erfordern andere Formen der Ermittlung als ein einzelner Raubmörder.)

Ingolf Christiansen (Beauftragter für Weltanschauungsfragen der ev.-luth. Kirche) sieht hinter den entsprechenden Taten vorrangig eine "Selbstvergottungsideologie", d.h., es geht meist wohl nicht vorrangig darum, tatsächlich "Satan" anzubeten, sondern sich selbst innerhalb des beschlossenen Kultzusammenhangs "zu erhöhen". Darüberhinaus ermöglichen die kultischen Versatzstücke den Tätern, "guten Gewissens" sadistische Machtgelüste zu befriedigen. Er verweist in diesem Zusammenhang auf den angeblichen Befehlsnotstand bei NS-Tätern. Einen Schwerpunkt des Films bildet die Tatsache, daß kindliche Opfer entsprechender Tätergruppen in der Regel gezwungen werden, selbst Folterungen und Tötungen durchzuführen. Schon durch den Schuldzusammenhang werden sie enger an die Kultgrupe gebunden, andererseits betont eine Überlebende in diesem Film: "Wenn das Opfer erstmal glaubt, daß es 'auserkoren' ist, ist dadurch zugleich auch die Angst weg!" Darüberhinaus wird diesen Opfern, die im allgemeinen in ihrem Kinderleben sonst keinerlei Zuwendung erfahren, dadurch eigene Macht und Anerkennung vermittelt. - Die entstehende psychische Verknüpfung von Opfer- und Tätersein ist für die Betroffenen auch im späteren Leben nur mit langjähriger und fachgerechter therapeutischer Unterstützung möglich. Eine Betroffene sagt im Film: "Die allerschlimmste Vergewaltigung ist es, gezwungen zu sein, anderen etwas anzutun!"

Manuel Möglich: Wild Germany - Satanismus (ZDF NEO)

Bei youtube: <https://youtu.be/DAdcULvO690>

Trotz des reißerischen Serientrailers ist das eine wunderbare Reportage! Im Mittelpunkt stehen Interviews mit Thorsten Becker und Claudia Fliß sowie mit zwei kultüberlebenden jungen Frauen mit DIS. Manuel, der Reporter, läßt sich wirklich ein auf diese schreckliche Realität, die wir alle am liebsten nicht glauben wollen, er zeigt seine Unsicherheit und Sprachlosigkeit - aber macht immer wieder den Schritt aufs Verstehen zu. Zwei Zitate von den betroffenen Frauen:

"Ich will das nicht glauben, denn ich kann nichts tun, also glaub ich das nicht!" (als häufig erlebte Reaktion von Außenstehenden)

"Ich kann mich nicht beschweren, daß es keine Informationen gibt - und selbst nichts dazu tun!" (als Begründung, daß sie sich auf dieses Interview einlassen, obwohl es gefährlich sein könnte für sie).

Jürgen Domian: Radio-Talkshow (WDR 1 live)

Domian war in Deutschland einer der ersten Journalisten, die über organisierte sexualisierte und rituelle Gewalt berichtet haben. Das Thema taucht in zwei Sendungen auf:

a)Sendung 13.3.1999: Multiple Persönlichkeit (Astrid, persönlich anwesend)

b) Sendung 15.5.2002: In den Fängen der Satanisten (Karin, Gespräch per Telefon)

[Es gibt oder gab You Tube Videos der Sendungen. diese werden immer mal gelöscht, es lohnt sich jedoch in Abständen wieder danach zu suchen! - Die Sendungen waren zeitweise auch über den Sender herunterzuladen: <http://nachtlager.de/go/de/archiv/index.>]

Wird keiner helfen?

Weblinks (Auswahl)

- Internationale Umfrage für Überlebende extremer Gewalt (Thorsten Becker/ Wanda Karriker/ Bettina Overkamp/ Carol Rutz, 2007):
<http://extreme-abuse-survey.net/survey.php?de=a>
- VIELFALT e.V. – Information zu Trauma und Dissoziation:
<http://www.vielfalt-info.de/>
- R. Rennebach-Stiftung für Opfer ritueller Gewalt:
<http://www.renate-rennebach-stiftung.de/>
- Emanuelstiftung für Überlebende ritueller Gewalt und organisierter Ausbeutung durch Zwangsprostitution bzw. Kinderpornografie:
<http://emanuelstiftung.info/>
- Fachtagung "Rituelle Gewalt. Der Umgang mit ideologisch motivierten Straftaten aus multiprofessioneller Sicht" der Diakonie-Bischöfliches Generalvikariat Münster, 24. Juni 2010: http://www.diakonie-rwl.de/cms/media///pdf/aktuelles/archiv/FT_Rituelle_Gewalt_2010.pdf
- Die Journalistin Claudia Fischer sammelt auf einer eigenen Website Gerichtsurteile, wissenschaftliche Arbeiten und sonstige Informationen zum Thema Rituelle Gewalt: <https://www.infoportal-rg.de/>
- CARA – Interessenvereinigung zur Aufklärung und Vernetzung gegen rituellen Missbrauch und Organisierte Gewalt (CH-Appenzell):
<http://www.verein-cara.ch/>
- DISSOZIATION + TRAUMA (ehemals Trauma Beratung Leipzig): Informationsportal zum Thema Bindungs-/Entwicklungs-trauma; Herausgeber der vorliegenden Veröffentlichung: <https://dissoziation-und-trauma.de/>

Wird keiner helfen?

Wichtige englischsprachige Portale für Informationen, Studien, Literatur zu Rituellem Gewalt und Mind Control:

- 'Recovered Memories of Sexual Abuse: Scientific Research & Scholarly Resources' - diese beeindruckende und wohl umfassendste englischsprachige Materialsammlung zu traumabedingter dissoziativer Amnesie enthält auch fachliche Gegendarstellungen zu Behauptungen aus dem Umkreis der 'False Memory Syndrome Foundation': <http://www.jimhopper.com/memory/#el>
- S.M.A.R.T. – Vereinigung, die seit 15 Jahren eine Annual Ritual Abuse, Secretive Organizations and Mind Control Conference veranstaltet: <http://ritualabuse.us>
- Website der Psychotherapeutin Ellen P. Lacter: <http://endritualabuse.org>
- <http://ra-info.org/>
- <http://www.survivorship.org/>

Wird keiner helfen?

Abgründe

Dunkelheit, Kälte, es ist eng...

Raum? Nein, Raum ist 's nicht.

Ein Loch..

Ganz tief unter der Erde.

Fühle.. Angst, Wut! 😞

Kann nicht rühren, raus!.

Nicht schreien. Bin ganz allein!

Mit jedem Sandkorn wird 's enger..

Keiner hilft, keiner befreit!

Kaum noch Luft..

Werde ersticken.. Sterben!

Endlich! Dann ist 's vorbei..

Fühle wie das Leben entweicht..

Hoffnung auf 's Ende, es reicht.

Ein Knall! Die Kiste geht auf.

Luft strömt rein...

Die Qualen werden nie zu Ende sein! 😞