

„Meine drei  
lebenslangen  
Rucksäcke  
sind meine  
Segnungen“

Nieke Horst

für Rolf



**Nieke Horst**

# **Böse Essays**



Herausgegeben von Rolf Horst

Über die Autorin: Nieke Horst ist hochfunktionale Autistin – leider erfolgte die Diagnose erst im Alter von 57 Jahren. Bis zu diesem Zeitpunkt fühlte sie immer als „Marsmännchen“, jetzt kann sie ihr So-Sein zulassen.

Über den Herausgeber: Rolf Horst ist Jahrgang 1960. Er lebt mit seiner Frau, einer Hündin und einer Katze in einer norddeutschen Kleinstadt. Als Autor hat er verschiedene Bücher über Autismus, Trauma + Sucht und Klimawandel geschrieben. Außerdem sind von ihm zwei Dystopien sowie mehrere Fantasy-Krimis über Rogolf den Barden erschienen,

© Nieke und Rolf Horst

ISBN Softcover: 978-3-384-10154-9

ISBN Hardcover: 978-3-384-10155-6

ISBN E-Book: 978-3-384-10156-3

Druck und Distribution im Auftrag des Autors:

tredition GmbH, Heinz-Beusen-Stieg 5, 22926 Ahrensburg,  
Germany.

Das Werk, einschließlich seiner Teile, ist urheberrechtlich geschützt.

Für die Inhalte ist der Autor verantwortlich. Jede Verwertung ist ohne seine Zustimmung unzulässig. Die Publikation und Verbreitung erfolgen im Auftrag des Autors, zu erreichen unter: tredition GmbH, Abteilung "Impressumservice", Heinz-Beusen-Stieg 5, 22926 Ahrensburg, Deutschland.

# Inhaltsverzeichnis

Vorwort	9
---------	---

## I Christenheit

- Zum Thema Christenheit	11
- Die Christomaten	15
- Zum Film „Die Blutspur der Kirche“	19
- Der lange Weg zur vermutlich richtigen Diagnose	21
- Jane	25
- Und sie quälten mich genüsslich	27

## II Zen

- Maulwurfstage	31
- Das Trudeln im Universum	35
- Der Hochmut der Meister	39
- Abrechnung mit einem Mönch	41

## III Psychotherapie

- Wie eine psychologische Aufar- beitung sein muss	43
- Hätt' ich auf Euch gewartet, dann wär ich schon tot	51
- Die unterlassene Hilfeleistung einer Psychiaterin	55
- Zusatz für die Allgemeinmedizinerin	57
- Meine missratene Suchttherapie	59

- Sucht	63
- Hoffnungslosigkeit oder das unerwünschte Wissen über das Leiden auf dem Weg	65
- Ein Schlag ins Gesicht der Missbrauchten	67
- Vermächtnis einer Überlebenden	69
IV Hochfunktionaler Autismus	
- Was eine Autismusspektrumsdiagnose ändern würde	73
- Hochfunktionaler Autismus	77
- Über die Wirksamkeit autistischer Hilfsmittel für mein System	81
- Analog	85
- Tiere und Pflanzen sind meine Freunde	89
- Der Misanthrop	91
- Über die Inkompetenz eines Psychiaters	93
- Weshalb bin ich hier	95
- Weshalb ich möchte, dass mein Mann mein Betreuer wird	99
- „I don't care“	101
- Ballouz	103
- Zu dumm für Neurodiversität	105
- Graphik 2023/24	107

V Corona, PWÖ und doch der Niedergang der Menschheit	
- Corona und die Lemminge	109
- Wer nichts dazulernen will	111
- Der Televisor	113
- Die Zwangsdigitalisierung	117
- Die letzte Generation	119
- September 2023 I, II und III	121
- Über die Dreistigkeit am Zebrastreifen	127
- Die dreiste Regellosigkeit	129
- Die letzten schönen Tage	131
- Zu dumm für die „Große Heilung“	133
- Und wo bleibt die Reduktion??	135
- Über die Verdummung und Verrohung der Menschheit	137
- Menschenrechtsverletzungen	139
- Portrait Rolf	143
- Portrait Nieke	145
VI Nachwort „Ich geb’ auf“	147
VII Medienhinweise und Quellen	149



## *Vorwort*

Kennen Sie das? Sie sind Fachmann oder Fachfrau für ein bestimmtes Thema, aber immer, wenn es genau darum geht, ignoriert man sie, zieht sie nicht zu Rate, fragt nicht nach ihrem Fachwissen. So ging es Nieke Horst ihr ganzes Leben lang, sogar wenn es um sie selbst gegangen ist. Niemand hat die Fachfrau für sich selbst nach ihrem Wissen befragt, nein, jeder – egal ob Nachbarn, Arzt oder Ärztin, Priester oder Friseur – wusste sofort, beim ersten Hinsehen, besser über Nieke Bescheid und hat, ohne weiteres Nachfragen, sofort eine Schublade geöffnet, sie hineingetan und, wider besseres Wissen, auch nicht mehr herausgeholt. Aber wer ist diese Frau wirklich? Ihre Art zu kommunizieren, ist das Schreiben. Und wenn sie wieder einmal eine Situation erlebt hat, in der sie sich völlig unverstanden oder nicht gesehen fühlte, dann hat sie ihre Gedanken und Emotionen dazu aufgeschrieben. Sie selbst nennt das ihre „Bösen Essays“.

Rolf Horst – Herausgeber

Das Lesen soll schön fließen können.

Das kann es aber nicht, wenn ich gendere.

Also habe ich schweren Herzens meistens darauf verzichtet.

die Autorin

## *Zum Thema Christenheit 08.08.2021*

Man kann und darf sich nicht darüber beruhigen, dass sich die Christenheit seit 2021 Jahren weigert weiterzuwachsen und dazuzulernen.

Und so negiert sie der Einfachheit halber den gesamten Bereich Psychologie und meint, andere, die sich einer Arbeit an sich selbst aussetzen, zudem noch abwerten zu dürfen.

Nun ist allerdings das Verdrängen nie eine Lösung.

Wenn er oder sie die Kraft dazu hat, dann macht jeder Missbrauchte (ob sexuell, durch Macht – meist – und oder - Vertrauensmissbrauch) eine Psychotherapie bei einem darauf spezialisierten Psychiater/Psychologen. Dieser darf natürlich nicht aus dem eigenen Umfeld oder System kommen, sonst geht der Selbstbetrug weiter.

Dies ist gleich die erste Lektion, die ein Klient zu lernen hat.

Man muss viele Täler durchwandern und durch Schmerzen gehen, um zum Überleben-

den zu werden, das weiß ich aus über acht Jahren eigener Erfahrung.

Und man braucht ganz notwendig, was kein christlicher Mensch vorzuweisen hat, denn auch dies negiert die Christenheit: unbedingte Ehrlichkeit sich selbst und anderen gegenüber.

Aber das kann man lernen. Natürlich nur in Überantwortung an ein Fachleut. Erst später kann und sollte man dies selbstständig leisten können.

Ich persönlich hole mir heute noch den Rat einer anderen Person ein, nach dreißig Jahren der psychologischen Erfahrung mit mir selbst, sicherheitshalber.

Mir halfen – neben vier wundervollen Psychotherapeutinnen in drei verschiedenen Therapien zu unterschiedlichen Zeiten in meinem Erwachsenenleben bis jetzt – auch die Zen-Meditation unter Aussparung des Aspektes der Verdrängung. Da griff dann meine „Psycho-Werkzeugkiste“.

Aber Zen hat noch sehr viel mehr zu bieten als das: Die gelebte Schlichtheit, die Stille (die übrigens überall zu finden ist, nicht nur im Za-

zen), eine feste (und bestenfalls gleichzeitig an Alltagsnotwendigkeiten anpassbare) Struktur, der jeweiligen Situation angemessenes Verhalten, Disziplin und Durchhaltevermögen und last but not least: diesen einzigartigen Augenblick.

Ich sehe heute – als aufgearbeitete Überlebende von Gewalterfahrungen von vier bis einundzwanzig Jahren und einer des sexuellen Missbrauchs, als siebzehn Jahre trockene Alkoholikerin und als wahrscheinlich Asperger-Autistin – die vom Dharma gewollte und etablierte Notwendigkeit der Verschiedenheit und des gerade durch sie entstehenden Reichtums. Eines Reichtums, den Menschen bislang für ihre Gier, Uninformiertheit und Verantwortungslosigkeit demontieren.

Wir dürfen nicht mehr warten, dies zu ändern.

In Richtung Einheit gehen sie, die Weisen der Zeiten. Die Jungen – wie Greta Thunberg und viele andere - und die Alten wie Thich Nath Hanh, ebenso wie die schon Gegangenen wie Buddha, Jesus, Bodhidharma, Gandhi, Meister Eckhard, John Lennon, Ayya Khema, Eknath Easwaran, der wunderbare Hugo Lasalle, Uta Ranke-Heinemann, all die völlig im derzeiti-

gen Moment lebenden Tiere und auch da die schon Gegangenen.

„Energie geht im Universum nicht verloren“, sagte mein Chemie(!)lehrer am Abendgymnasium.

Sie sind also nach wie vor da, die schon Gegangenen, nur in einem anderen „Aggregatzustand“.

Lasst uns endlich ernst machen mit dem Aufbruch in Richtung Toleranz (Diversität) und Weisheit.

**Es ist bereits 5 nach 12!**

2021 – Seit Jahren steigen die Zahlen der Kircheng Austritte aus evangelischer und katholischer Kirche. GOTTLOB!

Die Menschheit scheint langsam zu begreifen, was jede(r) aufgearbeitete(r) Traumatisierte längst gelernt hat: dass das Verdrängen keine Lösung ist.

Weil der mühsam gedeckelte und hinter rosa Vorhängen versteckte (unaufgearbeitete) Dreck wieder zu Tage treten wird. Aus meiner Sicht einer Überlebenden von Gewalt und Vertrauensmissbrauch im Alter von vier bis einundzwanzig (später dann sexueller Missbrauch durch den 1. Ehemann inklusive) bräuchte jede Christin / jeder Christ eine(n) nicht-christliche(n) Psychologen/Psychologin zur Aufarbeitung des lebenslang verdrängten Schmutzes.

Bücher und Filme, Selbsterfahrungsberichte gibt es zu Hauf zu finden. Man hält es kaum aus, auch nur eine Seite über die Grausamkeiten dieser perfiden Gemeinschaft zu lesen. Doch gleichzeitig ist dies eine Notwendigkeit, ein den Überlebenden Gehör und Empathie

schenken.

Ich möchte einige Medien erwähnen, die ich unter Retraumatisierungsschmerzen und in Erinnerung an die fürchterlichen Bestätigungserfahrungen, die ich 2019 und 2020 machen musste, entdeckt habe:

- **„Angeklagt - der Papst“** vom für Amnesty international arbeitenden Menschenrechtsanwalt Geoffrey Robertson
- **„Nein und Amen“** von Uta Ranke-Heinemann
- Der Film **„Die Blutspur der Kirche, Teil 11“** reißerischer Titel, aber leider sehr wahrscheinlich wahrer Inhalt
- **„Seelenmord“** Ursula Wirtz
- **„Trotz allem“** Bass/Davis
- **„Buddha und Christus heute“** vom wunderbaren Thich Nath Hanh
- **„Kraft aus dem Schweigen“** von Hugo Lasse, einem ehemaligen Jesuitenpater, der

seinen Orden verließ, nachdem er zum Zen gefunden hatte

- Der Film „**Das Schweigen der Hirten**“  
spricht für sich  
u.v.m.

Wacht endlich auf, Ihr hochmütige Christenheit! Ihr habt so viel zu lernen verpasst und zu wachsen versäumt, besonders in psychologischer Hinsicht. Es ist Zeit für Bescheidenheit eurerseits. Oder schlaft noch Kalpas weiter. Wer nicht wachsen will, der/die wird nicht wachsen.

Dies aber ganz sicher ohne uns!

Noch ein P. S.: Schafft dieses peinliche sogenannte Kirchenrecht ab!

Jesus ist längst – längst! - den Sand aus seinen Sandalen schüttelnd - weggegangen von Euch, in Richtung Einheit (mit den Weisen, Frauen, Männern, Kindern und anderen Wesen, den immer präsenten Tieren, den feinfühligsten Pflanzen und allen anderen...)

Ihr seid die Zurückgebliebenen, Verräter wie ganz zu Anfang.

Jesus war gütig, zutiefst bescheiden, eher androgyn und eben weise.

Und da Energie im Universum nicht verloren geht, ist er es immer noch.

Das gilt allerdings für alle anderen auch.

Sonderoffenbarung? Fehlanzeige oder Irrtum.

*Zum Film „Die Blutspur der Kirche“ 17.08.2021 (erst einmal die Teile 5 (1 und 2) und 11)*

Es ist doch immer wieder ungemein schön und erleichternd, den „Marsmännchen-Status“ zu verlassen und statt in „Verwirrtheits- oder gar Krankheits-Schubladen“ gesteckt, verstanden zu werden und Bestätigung der eigenen – auf Erfahrungen beruhenden – Vermutungen zu erhalten.

Ein immens großes DANKE dafür!

Teil 11 hab‘ ich schon sehr oft angeschaut, weil ich selbst Überlebende von Gewalt und Missbrauchstraumata bin und weil ich als Zen-Schülerin, die einfach weitergegangen war und ihren eigenen Zugang zum Dharma gefunden hatte, jeden Kontakt zur christlichen Kirche – egal welcher Couleur – als retraumatisierend erlebt habe. Und ich war immer mittendrin und bin psychologisch, geistig und intellektuell gut aufgestellt.

Es fiel mir leicht, sowohl die Übereinstimmungen der Lehre Jesu mit den Unterweisungen des Zen zu sehen als auch den Machtmiss-

brauch und die Verdrehungen der Kirche.

Durch Ihren Film fand ich die Zen- und Jesus-Übereinstimmungen bei den urchristlichen Gemeinden wieder.

Noch etwas Aufmunterndes zum Schluss:  
Vielleicht müssen wir unseren Zeitbegriff um ein Vielfaches erweitern, wenn wir auf ein Aufwachen der „Christenheit“ hoffen.

Laotse sagte in einem imaginären Gespräch mit Konfuzius zu jenem: „Die Menschen hören nicht auf das, was du zu sagen hast? - und mit einem strahlenden (wissenden?) Lächeln: Lass sie doch.“

Im Dharma oder bei Gott oder im Universum ist alles gespeichert. Sie haben Recht: Die Kirche kann Menschen morden, aber nicht die Ideen, nicht den Geist des Guten und der Liebe. Der Toleranz, der Diversität, des Lernen- und Geistig-wachsen-Wollens! Vielleicht finden wir uns erst im nächsten oder übernächsten oder einem noch späteren Menschenzeitalter wieder und können unsere Spiritualität mit vielen teilen und leben. Zur christlichen Kirche sage ich NEIN und Amen.