



Peter Lehmann

Rezension zu

Ruediger Dahlke: Seeleninfarkt. Zwischen Burn-out und Bore-out – Wie unserer Psyche wieder Flügel wachsen können

Ruediger Dahlke ist Arzt für Naturheilweisen und Psychotherapie und vielfacher Autor. Sein bekanntestes Buch ist „Krankheit als Symbol“. Im jetzt vorliegenden „Seeleninfarkt“ schreibt er über die Notwendigkeit, Burn-out (Ausgebrannt sein, Depression) und Bore-out (Unterforderung, Desinteresse und Langeweile) aus einer multidimensionalen Perspektive zu betrachten und zur Kurierung an die Wurzel des Problems (Zwang zum Perfektionismus, überhöhte Ideale, allseitige Beschleunigung des Lebens) vorzudringen. Im ersten Teil geht es um das Weltbild, das Krankheitsbild Burn-Out und letztlich den Seeleninfarkt, wie Dahlke die zugespitzte Symptomatik in Anlehnung an den Herzinfarkt nennt. Er stellt seine Bedingungsfaktoren dar (materialistische Werteorientierung, fehlender Lebensinhalt, über- oder unterfordernde Arbeitsplätze, Missachtung von Frühwarnsymptomen, Informationsüberflutung, Ernährungsdefizite, Umweltgifte u.v.m.) und beschreibt seine Verlaufsphasen. Anschließend demonstriert er Problemlösungsstrategien; hierunter fallen alle möglichen Herangehensweisen, sinnvollerweise keine Psychopharmaka. Zwecks Ausgleich von Mangel an Sinn und Augenblickserfahrungen

empfiehlt Dahlke spiritueller begründete und formulierte Maßnahmen zur Erhöhung der Toleranzschwelle und der Energiereserven sowie zur Verbesserung der Regenerationsfähigkeit, der Ernährung, von Atem, Schlaf und Körperenergie. Es geht – in den Worten des Buchautoren – um den Ausblick auf das letzte Ziel in einem Moment völliger Entspannung beim verbundenen Atem, die Erfahrung schwebender Leichtigkeit und die Entdeckung des eigenen Lebenssinns und -themas in welchem Moment auch immer. Seine Vorschläge unterfüttert Dahlke mit Werbung für diverse Meditations-CD, DVD, Video, Seminare, Bücher, Hörbücher, Seminare sowie sein Erholungszentrum. Leserinnen und Lesern, die Dahlkes esoterischen (und kommerziellen) Vorschlägen nicht folgen mögen, müssen damit rechnen, dass die Flügel ihrer Psyche lahm bleiben. Oder sie müssen sich nach einem Ratgeber umschauchen, der ihren Bedürfnissen eher angemessen ist. Gebunden mit Schutzzeinschlag,

288 Seiten, ISBN 978-3-942166-97-3. Berlin / München: Scorpio Verlag 2012. € 18.95 / sFr 23.70



Peter Lehmann

Rezension zu

Felix Hasler: Neuromythologie – Eine Streitschrift gegen die Deutungsmacht der Hirnforschung

2007 schrieb der Züricher Arzt und Psychotherapeut Marc Rufer in seinem Artikel „Psychiatrie – Ihre Diagnostik, ihre Therapien“ in „Statt Psychiatrie 2“ (Antipsychiatrieverlag): „In den Medien werden die Befunde der Hirnforschung zu Riesenerfolgen aufgebauscht. Die Hirnforschung, die ‚Jahrhundertwissenschaft‘, ist dabei, sich zur neuen Gesellschaftslehre aufzuschwingen. Eine neue Mythologie ist entstanden – die Neuromythologie.“ Jetzt erschien 2012 in erster Auflage ein ganzes Buch unter dem Titel „Neuromythologie“: ein brillantes, längst überfälliges und zudem leichtverständliches Buch über die Diskrepanz zwischen dem gegenwärtigen Welterklärungsanspruch der Neurowissenschaften und den real vorliegenden empirischen Daten, über die Arroganz von Neurowissenschaftlern und über aggressive Verkaufsstrategien von Psychopharmaka-Herstellerfirmen. Der Autor, Forschungsassistent an der Psychiatrischen Universitätsklinik Zürich, Gastwissenschaftler am Berliner Max-Planck-Institut für Wissenschaftsgeschichte und Wissenschaftsjournalist, wehrt sich gegen den Hype, die Hirnforschung wisse genau Bescheid über die biologischen

Vorgänge, die dem Erleben, Denken und Handeln des Menschen zugrunde liege und könne deshalb zielgenau und evidenzbasiert ins Gehirn eingreifen, wenn etwas „schief läuft“. Zentral im Buch ist das Kapitel „Neuro-Reduktionsmus, Neuro-Manipulation und das Verkaufen von Krankheit“, das die Entwicklung der biologischen psychiatrischen Methoden (Insulin- und Elektroschocks, Lobotomie und Psychopharmaka) nachvollzieht, unter Bezug auf vorwiegend angloamerikanische Psychiatriekritiker wie Breggin, Angell, Healy, Whitaker, Mosher etc. die skandalösen Verkaufspraktiken von Pharmafirmen anprangert und den Mythos dekonstruiert, die herrschende biologische Psychiatrie sei eine Erfolgsgeschichte wissenschaftlicher Vernunft und ein Segen für die Patienten.

Kartonierte, 250 Seiten, ISBN 978-3-8376-1580-7. Bielefeld: transcript Verlag, 3. Auflage 2013. € 22.80 / sFr 28.50