



Journal

Einheit für Körper, Seele und Geist

IMKE TURAU

Praxis für Sensitive

ALSO, GEBURT IST JA
MEIN THEMA!



WIE IST DER SOMMER
2024?



DER DOKTOR UND
DIE HEILERIN



DAS OHR



KUNST ALS VISIONÄRER
WEGBEGLEITER



TERMINE können
*für die Praxisräume
in Norderstedt und in
Hamburg Harvestehude*
vereinbart werden!



IMKE TURAU
Praxis für Sensitive
Rothenbaumchaussee 195
20149 Hamburg
Phone 0172 99 22 111
www.imketurau.de



ÜBER DIE AUTORIN

IMKE TURAU wirkt nicht nur in ihrer Praxis in der Rothenbaumchaussee. Sie berät, lässt ihren Tiefblick schweifen, liefert eine immense Ideenvielfalt und koordiniert Ihr Inneres mit dem äußeren System. Imke Turau bereitet nicht nur Geburten spirituell und hoch energetisch vor, sondern auch andere Prozesse Ihres Lebens. Sie ist der Anker an Ihrer Seite!

Imke Turau hält Vorträge über ihren reichen Erfahrungsschatz bezüglich des Zusammenwirkens von spirituellem Heilen und Schulmedizin, ist Gastdozentin in einer privaten Uni zum Thema „liebvoller Umgang mit Tod und Sterben“ und gibt Lesungen Ihrer Bücher SCHWARZ, WEISS und BLAU. Ihr Steckpferd ist die Homöopathie.

Imke Turau reinigt energetisch Plätze, Häuser, Wohnungen und Anwesen und sie optimiert Verbindungen zwischen Mensch und Tier.



Besuchen Sie auch Imke Turau's
feinsinnigen Blog.

Dort bringt sie Dinge, die ihr Leben
kreuzen auf den Punkt.

www.aurum111.de

LEITGEDANKE DIESER AUSGABE

Geburt ist nicht ein augenblickliches Ereignis, sondern ein dauernder Vorgang.

Das Ziel des Lebens ist es, ganz geboren zu werden.

Erich Fromm

LIEBE LESERIN, LIEBER LESER,

im Norden sagt man MOIN! Ich bin Imke Turau aus Norderstedt, wo ich mit Mann, Kind und Hund umringt von unserem magischen Kräutergarten am Rande der Stadt lebe. Zum Arbeiten komme ich in meine klassisch hanseatische Praxis in der Rothenbaumchaussee und gehe immer wieder gern auf den mir heiligen Isemarkt.

In meinem Journal bringe ich schonungslos offen auf den Punkt, was mich beschäftigt. Ich vermittele zwischen Himmel und Erde, innen und außen, Mensch und Tier und: ich beleuchte den Hintergrund.

Ich stelle Fragen, halte inne, habe Ideen für bewussteres Handeln, lege den Finger in die Wunde und mache mir Luft über Ungerechtigkeiten. Lassen Sie sich inspirieren!

Meine „Praxis für Sensitive“ heißt so, weil ein Schwerpunkt die Beratung von Familien mit hoch sensiblen, hoch begabten, oder besonderen Kindern ist. Ich widme mich allen sensiblen Themen von einer Geburt bis zum Tod. Es beginnt mit unerfülltem Kinderwunsch, spiritueller Begleitung durch die Schwangerschaft, Geburtsvorbereitung und einer postnatalen Behandlung. Ich kläre in Gesprächen Lebensthemen, lenke aus der Sackgasse, finde die Nadel im Heuhaufen.

Sehr sinnvoll ist es Operationen vor und nachzubereiten, die Lebensqualität bei chronischen Erkrankungen zu verbessern und sich durch eine Krise begleiten zu lassen.

Für das Lebensende stehe ich Ihnen als Hospizbegleiterin zur Verfügung, darüber hinaus gestalte ich Trauerfeiern. Und schon im 4. Jahr referiere ich das Thema „Umgang mit Sterben und Tod“ an der MSH Medical School Hamburg.

Mein Leistungsspektrum habe ich mir im Rahmen meiner langjährigen Zusammenarbeit mit einem gynäkologischen Chefarzt erarbeitet, da tiefergreifende Behandlungsmethoden in Arztpraxen und Krankenhäusern fehlen: Psychosomatik, Kinesiologie, Schmerztherapie, Homöopathie, Mentaltraining, Aufstellungsarbeit, Steinheilkunde, Feng Shui, die Kunst des Räucherns und Hospizbegleitung.

Ich liebe die Punktlandung des gesprochenen Wortes, gucke backstage und finde Ihr Optimum.

Alle besonderen Fälle sind bei mir richtig, ich sprengte Grenzen und bin eine Wegbegleiterin!

Rufen Sie mich an!

ALSO, GEBURT IST JA MEIN THEMA!



Imke Turau in ihrer Praxis für Sensitive

Ich habe viele Schwangerschaften begleitet, Paare in ihrem Kinderwunsch gestärkt, Blockaden aus dem Weg geräumt, Geburten vor- und nachbereitet. EIN SCHÖNES GESCHEHEN.

Leider läuft es nicht immer glatt. Viele Frauen (Männer/Kinder) kamen in den letzten 20 Jahren mit umfangreichen Sorgen zu mir, die auf negative Geburtserlebnisse zurückzuführen sind: Schlafstörungen, Angstzustände, Heilungskrisen, Bindungsstörungen, unfassbarer Stress... das Spektrum ist gross.

Frage ich nach Geburten, kommen oftmals die wildesten Geschichten zum Vorschein – meistens verdrängt, unterdrückt und oft damit allein gelassen.

Dazu habe ich mal recherchiert. Laut Wikipedia gibt es das Geburtstrauma. Dazu wird zuerst das Baby bedacht mit abrechenbaren ICD-10 Codes. Sehr sachlich medizinisch. Dann gibt es einen kurzen Exkurs über "evolutionär bedingte Besonderheiten der Geburt beim Menschen". Über das "psychische Geburtstrauma" wird spekuliert. Der Begriff stammt von Otto Rank, der 1924 ein Buch (Das Trauma der Geburt und seine Bedeutung für die Psychoanalyse) veröffentlichte. Darin geht es um psychische Folgen der Geburt und der Vermutung, dass auch Föten überwältigende Ängste erleben, die zu späteren Störungen führen.

Von Frauen ist dort nicht die Rede!

Ein so grosses, omnipräsentes Thema stümperhaft und ohne roten Faden zusammengestellt – wie peinlich!

Weitaus effektiver verlief meine Recherche über Google unter "Geburtsverletzung". Da sehe ich, dass das Thema in den letzten 2 Jahren oft von Sendern, Zeitungen und YouTube aus der Tabuzone befreit wurde. Es wird gesprochen!

Die Firma WELEDA hat ein Buch herausgegeben: „Der Aufschrei hinter dem Schweigen. Warum Freundlichkeit, Mitgefühl und Respekt in der Geburtshilfe wichtig sind“. Das ist ein guter Anfang der Aufklärung.

Wenn ich dann das Netz frage, wer bei Geburtsverletzungen hilft, wird mir dann die Möglichkeit gegeben mich an die Hebamme oder den Gynäkologen zu wenden. Die Apotheke empfiehlt eine Salbe gegen Dammrissbeschwerden und – es gibt ein Sorgentelefon.

All das ist mir als pragmatisch denkende Frau mit Lösungsstrategien zu banal und zu wenig. Fehler im System, sage ich.

Hebammen stehen oft nicht zur Verfügung. Es gibt einen grossen Mangel, der nicht zuletzt dadurch entstanden ist, dass die Hebammen trotz sehr grosser Verantwortung viel zu schlecht bezahlt werden und noch mit hohen Versicherungssummen belegt werden.

Der Gynäkologe kümmert sich sachlich um medizinische Dinge.

Das Krankenhaus hat keine Zuständigkeit mehr, wenn Mutter und Kind allein essen und atmen können. Damit ist die Mission erfüllt!

Schwere Geburten gibt es also nicht...

Für mich gehören Beschwerden, die rund um die Geburt passieren (passiert sind) zum Daily Business. Analysieren, Licht ins Dunkel bringen, Werkzeuge anhand geben, trösten, einhüllen, verändern, Literatur empfehlen, gerade rücken bis der Prozess läuft.

Mehr zum Thema Geburt finden sie auf meiner neuen Website:

geburt.imketurau.de

WIE IST DER SOMMER 2024?

Wie haben Sie den Sommer 2024 erlebt? Haben Sie sich in die Kriegsangst treiben lassen? Oder gucken Sie kein TV mehr? Sind Sie mit abgestumpftem Gefühl und schwerem Herz im Sessel versunken?

Die emotionale Hilflosigkeit ist omnipräsent, ob man hinguckt, oder nicht...

Können wir überhaupt hinter die Kulissen gucken? Weiss noch jemand wie es in einem Putin aussieht? Oder welchen Vergeltungsschlag wer gegen wen plant?

Wer rettet die schwer traumatisierten Berichterstatter?

Wo ist der Sinn in diesem Gemetzel?

Ich frage mich natürlich, wie viele andere auch, inwieweit die Präsidentschaftswahl in den USA Einfluss auf das Weltgeschehen hat.

Kamala Harris ist für mich DIE „Wonder Woman“! Sie startet aus dem Off wie Phönix aus der Asche. Großartig, mutig, ausdrucksstark. Ihre Biografie ist beeindruckend.

Ich habe sie gefeiert, als sie Donald Trump als verurteilten Sexualstraftäter und Wirtschaftskriminellen titulierte, vor dem sie weder als Frau noch als Staatsanwältin Angst hat! Diese Frau wendet das Blatt in Amerika.

Auf dem letzten Meter übernimmt sie das Ruder eines sinkenden Schiffes und verwandelt es in eine charismatische, hoch energetische Segelyacht! Volle Kraft voraus, eine große Reise beginnt...

Der Deutsche Bürger verbringt nach wie vor den Sommer auf Malle, als ob es kein anderes Reiseziel gibt. Malle ist hipp. Schön heiß, nicht so weit, teuer und übersichtlich. Für einen kleinen Liegeplatz im Hafen könnten Sie glatt eine Luxuswohnung in Eppendorf mieten...

Vielleicht ist es doch das Feeling am Pool, was uns Deutsche lockt. Poolparty ist der Inbegriff von Holiday, dabei können Sie auch in Deutschland jetzt bei herrlichen Temperaturen nach dem ein- oder anderen Starkregen mit der Luftmatratze und dem Schlauchboot los. Schön die Straßen runter, den schwimmenden Autos ausweichen, bis die Feuerwehr kommt und einen rettet!

Ich habe nichts gegen ordentliche Regengüsse. Der Gatte lief schon ganz krumm von der vielen Gießerei mit der Kanne...

Wir haben den Sommer schon im Juni eingeläutet, in Italien zur Hochzeit. Eigentlich hätte die Eheschließung auch im Landhaus in Quickborn-Heide stattfinden können, aber Nein, da gibt es ja keinen Pool! Da schliesst sich ein Kreis. Das Sommerfeeling ist durch bestimmte Dinge steigerbar und manche muss ich dafür ausgrenzen.



Ich wünsche Kamala Harris dass 2024 der „Summer of her Life“ wird mit reicher Ernte im Herbst. Sie ist jetzt schon revolutionär – nochmal ganz anders als Angie...



SEGNUNG HELLER FREUDE . Auftragswerk . Jason Engelbart . 2024

KUNST ALS VISIONÄRER WEGBEGLEITER

Der international bekannte und von mir hoch geschätzte Hamburger Künstler JASON ENGELBART kann etwas, was Sie sich kaum vorstellen können.

Er bringt Ihre Emotion, Ihre Vision, Ihr Credo in farblich abstrakten Ausdruck. Dabei trifft er punktgenau den Nerv seiner Auftraggeber.

Als Grundstein für seine Arbeit dient Engelbart lediglich ein intensives Gespräch mit Ihnen und seine anschließende einfühlsam Reflexion über die Kernaspekte der Unterhaltung. Im anschließenden Malprozess spürt er den aufgenommenen Emotionen nach und verwandelt sie in positiv berührende Farbkompositionen.

Solch ein persönliche Kunstwerk, welches Sie sich zu Ihrer eigenen Motivation und Freude gönnen, bereichert Ihren Tag auf unterschiedlichste Art und Weise – Zum einen strahlt es sicherlich am schönsten Platz in Ihrem Zuhause. Entweder als erster Blick zum morgendlichen Erwachen – Augen auf und BÄMMM. Somit beginnt der Tag voller farbenfroher Energie, die Ihr Innerstes berührt. Oder aber an zentraler Stelle im Wohnbereich, an dem Sie mit einer feinen Tasse Tee dem Alltag eine heitere Note verleihen.

Des Weiteren können Sie mit einer hochwertigen Kopie Ihr Büro erhellen und auch ein Postkartenformat als Wegbegleiter auf Ihrer Reise bei sich tragen.

Natürlich eignet sich das Werk ebenfalls als Hintergrundbild auf Ihrem Mobiltelefon und als absolutes Topping ... als Ziffernblatt Ihrer Uhr!

Der Fantasie sind wirklich keine Grenzen gesetzt!

JASON ENGELBART freut sich jederzeit über Ihre Anfrage unter: art@jasonengelbart.de



DER DOKTOR UND DIE HEILERIN

Unser Artikel „Der Doktor und die Heilerin“ hat Geburtstag: 20 Jahre! Wow, was da alles draus entstanden ist! Ich würde sagen es ist GROSS... und wie mutig wir waren.

Dr. Reinhart Müller, damaliger Chefgynäkologe einer Paracelsusklinik und ich haben uns am Schweizer Vorbild orientiert. „Spirituelles Heilen und Schulmedizin“ wurde damals gerade von Dr. Jakob Bösch als Buch herausgebracht, er hat uns damit den Weg gewiesen. Ja, die Schweizer sind uns immer etwas voraus. Dort gab es schon vor 20 Jahren eine Studie zum Thema Sterilität bei Frauen (unerfüllter Kinderwunsch) mit einem Gynäkologen, Dr Bösch als Psychiater und einer Heilerin. Bei uns bis heute undenkbar.

Wir haben dann erstmal für uns erforscht zu was wir gemeinsam in der Lage sind und in welchen Bereichen es Sinn macht zusammenzuwirken. Es hat uns selbst erstaunt wie viele gute Ergebnisse wir erzielt haben und sogar ein paar Wunder!

Nach diesem o.a. sehr fein geschriebenen Artikel haben sich dann viele viele Patienten gemeldet, die genau diese Kooperation haben wollten. Der Bericht hat sogar einen Medienpreis von der Ärztekammer erhalten. Dadurch haben wir auch andere Ärzte und Therapeuten kennen gelernt, die einen besonderen Blick für Patienten haben, anders als das System es hergibt.

Wir haben auf der Bühne über unsere Erfahrungen gesprochen, ein Netzwerk für sensitive Patienten geschaffen und unsere Gedanken in zwei Büchern verankert.

"Schwarz" handelt vom liebevollen Umgang mit Sterben und Tod und ist ganz bunt.

"Weiss" handelt von Geburten, auch innerhalb des Lebens.

Wir haben selbst profitiert, Grenzen gesprengt, Angst genommen und aufgeräumt – immer im Sinne des Patienten.

„Liebevoll und sanft“ war unser Kredo. So habe ich Patienten bei Op's vor- und nachbereitet, Chemotherapien begleitet, Schwangerschaften spirituell betreut und Geburtsverletzungen erlöst. Außerdem haben wir nach dem Schweizer Vorbild das Thema Kinderwunsch beleuchtet.

Wir sind den menschlich achtsamen Weg gegangen, manchmal auch bis ins Hospiz und darüber hinaus. Es ist und war heilsam für alle Beteiligten, und: es ist gegen das System!

Wen interessieren denn Blessuren, die in einem Krankenhaus entstanden sind? Sie stehen in der Skala der Tabuthemen ganz weit oben! Auch die Sensibilität des feinen Patienten ist nicht gern gesehen. Es sprengt den ach so klein gesteckten Rahmen und wird auch im Studium nicht gelehrt. Die Medikation richtet sich nach Körpergröße und Gewicht. Basta.

Dr. Müller ist schon seit einiger Zeit in Rente. Wirklich schade, ich vermisse ihn sehr. Aber, das Weiterdenken hat nicht aufgehört. Mit Zahnärzten, Gynäkologen, Tierärzten, Osteopathen, Physiotherapeuten, Psychologen, Psychiatern und anderen Therapeuten geht die Reise weiter.

Die Themen, die in meiner Praxis landen sind vielfältig: OP-Begleitung, Kinderwunsch, Schwangerschaft, Geburt, besondere Kinder.Chronische Erkrankungen. Beschwerden ohne Befund. Ich mache Ursachenforschung, Sinnfindung, suche die Nadel im Heuhaufen und begleite durch alle Lebenslagen mit Empathie, allumfassend!

Ein Thema beschäftigt mich zunehmend: Geburtsverletzungen. Es ist erst eine junge Entwicklung zuzugeben, dass es sie gibt. Leider wurde viel geleugnet und noch mehr weggedrückt. Trauer über schwere Geburtsprozesse wurde nicht bearbeitet, keine physischen und psychischen Narben adäquat gesalbt. Das geht übrigens in jedem Alter für Mutter, Vater und das Kind.

P.S.: Erst kürzlich traf eine Frau während einer Zugfahrt auf eine ehemalige Patientin von mir. Es kam zum Gespräch über spirituelles Heilen in Kombination mit Schulmedizin. Zuhause angelangt telefonierten die beiden, die Patientin hat der neugierig gewordenen Dame unseren 20 Jahre alten Artikel vorgelesen! Unglaublich...

NORDERSTEDTER ZEITUNG

Der Doktor und die Heilerin

KOOPERATION
Reinhart Müller und Imke Turau kommen aus unterschiedlichen medizinischen Welten – und arbeiten doch zusammen.

Jörg Malitzki
Henstedt-Ulzburg/Quickborn

Gegensätze ziehen sich an. Sie heißt Imke Turau, ist 36 Jahre alt, kommt aus Quickborn-Heide, antwortet auf die Frage nach ihrem Beruf mit „Heilerin“ und macht Dinge, die den allermeisten Menschen ziemlich suspekt erscheinen: Schmerzumwandlung, spirituelle Geburtsvorbereitung und energetische Heilbehandlungen. Er heißt Reinhart Müller, ist 60 Jahre alt, besitzt einen Dokortitel der Medizin, kam 1977 an die Henstedt-Ulburger Paracelus-Klinik, war bereits mit 34 Jahren einer der jüngsten Chefarzte Deutschlands und leitet noch heute die gynäkologische Abteilung des Krankenhauses.

Doch die beiden, die auf den ersten Blick so unvereinbar zu sein scheinen, bilden tatsächlich eine hervorragende Kombination. Denn obwohl es ihm sein Berufsrecht bislang verbietet, auf fachlichem Gebiet mit Nicht-Medizinern zusammenzuarbeiten, versucht der Doktor seit vier Jahren, gemeinsam mit der Heilerin zumindest die Grenzen bekannter Denkstrukturen zu sprengen. Ihr Fläddel: Um Patienten wirksam zu helfen, sollten Schulmedizin und Komplementärmedizin besser miteinander kooperieren! „Der Mensch ist doch viel zu komplex, als dass seine Krankheiten nur nach vorgefertigtem Schema behandelt werden sollten“, sagen Turau und Müller unisono.

Dabei musste vor allem Reinhart Müller lernen, dass die Kraft energetischen Heilens mehr bewirken kann als das, was seine eigene Zunft zu tun vermag. Als sein Bruder vor etlichen Jahren an einer schweren Form Multipler Sklerose erkrankte und dessen Leiden im Laufe der Jahre trotz Behandlungen diverser Spezialisten im-



Kooperation zum Wohle kranker Menschen: Gynäkologe Dr. Reinhart Müller (60) und Heilerin Imke Turau (36) setzen sich dafür ein, dass die Schulmedizin und die Komplementärmedizin künftig besser miteinander kommunizieren.

FOTO: MALITZKI

Menschen helfen Menschen

mer stärker wurde, entschloss er sich schweren Herzens, Imke Turaus Vorschlag aufzugreifen, die ihm gesagt hatte: „Ich kann ihm helfen. Aber er muss seine Schmerzmittel absetzen.“

„Das kann nicht gut gehen, habe ich damals gedacht“, erinnert sich Müller – und wurde eines Besseren belehrt. Mit Hilfe energetischer Fernbehandlung erreichte Heilerin Turau via Telefon, dass es dem kranken Bruder zusehens besser ging. „Vorher hat er nicht mal mehr geredet. Doch dann ist er endlich wieder

Mensch geworden“, freut sich Müller noch heute, „bei der Medizin hingegen ist er in einer Sackgasse gelandet.“ Imke Turau ist ebenfalls froh über den Erfolg und erklärt, wie sie das gemacht hat: „Das ist eine reine Weiterleitung von Energien.“

Sie ist überzeugt, dass jede Krankheit Ursachen hat, die im Verborgenen liegen. Müller hingegen warnt davor, Krankheiten ausschließlich auf die Psyche zurückzuführen. Dennoch respektieren sie ihre unterschiedlichen Methoden, Menschen zu helfen.

Und weil das so ist, profitieren Hilfesuchende von dem wechselseitigen Austausch zwischen Dr. Müller und Heilerin Imke Turau. Wenn etwa eine Patientin über permanente Bauchschmerzen oder Blasenprobleme klagt, der Gynäkologe aber trotz intensiver Untersuchungen keine organi-

schen Ursachen ausmachen kann, dann gibt er ihr den Tipp, es doch mal bei Imke Turau zu versuchen. Umgekehrt weiß Turau, wen sie um kompetenten ärztlichen Rat fragen kann, wenn jemand mit einem schwer wiegenden gesundheitlichen Problem zu ihr kommt.

Garantien, entweder auf die eine oder auf die andere Weise gesund zu werden, kann weder Reinhart Müller noch Imke Turau abgeben. Die Fähigkeit aber, einen Sachverhalt auch mal von einer komplett anderen Seite zu betrachten, unterstützt sie dabei, Menschen in Not zu helfen.

■ INFO

Dr. Reinhart Müller ist unter der Rufnummer 04193/70 14 52, Imke Turau unter der Rufnummer 0172/992 21 11 zu erreichen.

DAS OHR

Haben Sie noch alle Sinne beisammen? Ich meine jetzt nicht, ob Sie noch alle Tassen im Schrank haben, sondern ob Sie sich noch auf Augen, Ohren, Nase, Geschmack und Gefühl verlassen können?

Für mich sind diese Dinge existenziell wichtig, da ich genau mit dieser feinen Sinneswahrnehmung meine Berufung ausübe.

Das Ohr hat mir kürzlich eine grosse Lektion erteilt! Es hat eine schreckliche Eigendynamik entwickelt, auf die ich 0,0 Einfluss hatte,...

Töne verschiedenster Art und Gattung vom „Testbild“ des alten Fernsehers bis zu Brummen, Quietschen, stechen, Missempfindungen und am allerschlimmsten: Wummern wie von einer Basstrommel, wenn mein Gegenüber spricht! UNANGENEHM sage ich Ihnen.

Zuerst dachte ich an einen Hörsturz, habe alle Mittel überprüft, die man dazu nimmt und brauchen würde, keine Reaktion. Dann erstmal zu meiner Lieblingszahnärztin, keine Reaktion. Osteopath - nix. Sollte es ein Handschaden sein? Oder doch ein Tumor?

Wo sollte ich mit meinem Leiden hin? Zum Kassenarzt und der dazugehörigen 5-Minuten-Medizin habe ich aus gutem Grund schon lange keine Erwartung mehr. Also entschied ich mich zu einem HNO zu gehen, der mit anthroposophischer Medizin aufwartet. Für eine ärztliche Leistung, die tief blickt und Ideen mit sich bringt, muss man zahlen, das ist für mich normal geworden.

Dr. Meister konnte mit meiner Verzweiflung etwas anfangen und fand durch einige Tests heraus wie viel sensibler mein Ohr auf Reize reagiert als die Norm. Er hat mir einen eindrucksvollen Vortrag gehalten WIE viel mehr Hirnleistung zur Sinnesverarbeitung ich dadurch brauche, was das mit dem Stoffwechsel und dem übergeordneten Hormonsystem anstellt... WOW, da hat doch mal ein Arzt verstanden, dass sein Fachgebiet nicht vom übrigen Körper abgetrennt ist! Ich bin tief beeindruckt von so einem Verständnis plus einer Vielfalt von Ideen für Lösungen.

Er hat mich gefragt, ob ich mit meinen Stressoren in Kontakt bin. WAS? Ich? Mein Stresspegel ist zu hoch? Mein Hirn im Stau? Kann nicht sein, 1000 Volt ist meine Betriebsspannung, sonst schaffe ich mein Pensum nicht...

Sollte das Alter so gnadenlos zugeschlagen haben und mein Körper ab jetzt ohne Vorwarnung rebellieren? Ich musste ernsthaft nachdenken, weil ich wirklich mit meinem Leben – so wie es ist – im Einklang bin. Immer etwas viel, aber gut.

Zugegeben stressen mich allerdings die Dinge, auf die ich keinen Einfluss habe, sie aber trotzdem meinen Alltag mitbestimmen. Wenn dadurch z.B. der Schlaf beeinträchtigt ist, oder die eigene Ordnung, der Frieden oder auch der Wunsch nach Ruhe und Ausgleich, dann geht das Konzept nicht auf.

So habe ich Dinge umorganisiert, die mich behindern, brav die Antistressmittel genommen und siehe da, es hat funktioniert! WAHNSINN!

Schocksituationen haben sich als Trigger erwiesen, darauf muss ich aufpassen. Das war mein blinder Fleck, ich hatte keinen ausreichenden Blick für den zu hohen Pegel an der Stelle.

Einen grossen Dank an einen tollen Arzt! Chapeau, manche machen es einfach besser als andere, trotz des Systems.





KENNEN SIE DEN UNTERSCHIED ZWISCHEN „GENERVT SEIN“, GESTRESST UND ÜBERFORDERT?

Also, mein Kind war gerade sehr genervt über ihre eigene Generation, die so fürchterlich **gender**t! Sie wollen alle respektiert werden in ihrem anders sein, benehmen sich aber wie kleine Kinder...

Den Begriff "LGBTQ" muss man erstmal aussprechen können. Dann gibt es offensichtlich auch noch diejenigen, die sowohl als auch sind und in einem Satz mit „er“ und „sie“ angesprochen werden wollen. Meine Tochter sagt, sie macht es nicht mehr mit. Sie sagt jetzt Krankenschwestern und Krankenbrüder ;-)

Wenn der Hund krank ist, geht deutlich der Stresspegel hoch. Das arme Tier kann ja nicht sprechen und hechelt so fürchterlich vor sich hin, weiß nicht wo sie sich verstecken soll, buddelt stattdessen den Garten um wie nie zuvor und leidet. Da muss ich schon sehr hellichtig sein, um das lesen zu können. Stress pur, unsere Lucy ist ja auch schon 11 Jahre, hoffentlich ist es nichts Ernstes.

Der Gatte war mit der Warteschleife der KV (kassenärztliche Vereinigung) überfordert. Er, der sonst immer so gechillt wirkt, hat für diese Dinge gar keine Geduld. Also bin ich mit der KV-Warteschleife durch Aldi, Budnikowsky und Rewe, bis sich endlich jemanden meldete. Allerdings gab es keine Hilfe, sondern eine Verbindung zur Patientenberatung und das Spiel begann von vorn. Ok, da war ich dann auch ziemlich genervt!

Auch genervt waren wir alle, als innerhalb von 4 Wochen dreimal die Autos geschrottet wurden. Erst ist ein Teenager mit seinem Rad in mein Auto gefahren und hat den Spiegel demoliert (sicherlich war er mit den Gedanken bei der Liebsten!), dann ist der Gatte beim rückwärts ausparken gegen das Auto der Nachbarin, diese dann etwas später gegen das Auto unserer Tochter. DAS NERVT!

Noch viel schlimmer sind die Nacktschnecken im Garten. Immer, wenn wir schon ins Bett gehen wollen, fallen sie über alles her, was mir lieb und teuer ist... eine Plage! Wir sammeln dann zähneknirschend noch einen großen Joghurtbecher voll ein und kippen sie in die Biotonne. Sollen sie doch die leerfressen! Damit bin ich sowohl überfordert als auch genervt UND gestresst. Blödes Gesindel, die gabs doch früher nicht...

Es nervt mich außerdem, dass manche Menschen im Haus die Deckel von den Flaschen abdrehen und überall liegen lassen. Dann werden noch die Metallstücke ab gefummelt und fallen auf den Boden. Das stresst mich dann, weil der Hund reintritt.

Sie sehen, es ist nicht immer ganz leicht das eine vom anderen zu unterscheiden. Alltag ist schwer. Wenn es einen dann so richtig erwischt hat, dass man aus der genervt-gestressten Überforderung nicht mehr rauskommt, dann gehe ich zu einer wie mir, lege mich dort auf die Liege und lasse meine Ordnung wiederherstellen.

Ganz einfach...

GUT UND BÖSE

Bei Kindern fängt die Auseinandersetzung mit Gut und Böse ja schon sehr früh an, mit Märchen. Was sind sie zum Teil gruselig...

Eins meiner Babysitter Kinder, Anne, musste 1000 x Rotkäppchen und der böse Wolf vorgelesen bekommen. Immer, wenn der Wolf dann um die Ecke kam, ist sie erstmal schreiend weggelaufen!!!

Ähnlich verhielt es sich mit meiner Tochter. Sie liebte das Gedicht von Klaus und Kläre von E. Kästner. Darin gehen die beiden in den Zoo. Klaus wirft spitze Steine an die langen Giraffenbeine, bis sie ihn an seinen Ohren empor ziehen, bis sie gross sind wie Elefantenohren...

Katha hat sich so sehr gegruselt, dass sie bei Hagenbecks das Giraffengehege im Kindereiltempo passierte, ohne die Giraffen auch nur eines Blickes zu würdigen!

MOMO gibt Aufschluss darüber, wie schlimm die Welt ist. Voller grauer Männer, die einem die Zeit stehlen. Keiner spielt mehr und hat Musse für irgendetwas. Michael Ende hat die Geschichte 1973 herausgegeben, er muss sehr helllichtig gewesen sein...

Ich bevorzuge das Buch: Wir 2 gehören zusammen von Michael Engler und Joelle Turlonias. Das Gefährlichste daran ist, dass der Igel über Winter weg ist und erst im Frühjahr wieder mit dem Hasen zusammenfindet!

Meine Freundin Eva hat sich gewünscht, dass ich ihren Kindern etwas auf die Toni Box spreche. Habe ich gemacht. Aber auch Pippi Langstrumpf ist ganz schön böse!! Witzigerweise ging die Toni Box dann mitten in der Nacht von allein los... naja, mit mir muss man halt immer rechnen!

Mein Patenkind, fast 13, wollte WEDNESDAY sehen, auf Netflix, weil es eben alle gucken. Ich habe mich dazu gesetzt, wir haben uns beide ziemlich gegruselt. Wednesday hat keine Mimik, sie ist für mich der Inbegriff des depressiven Kindes – ok, es ist eine Horrorkomödie, zurecht! Nix für mich und ich frage mich, WER davon profitiert. Zu konservative Gedanken, sagen Sie? Oder eher realistisch, für sensible Menschen wohl wirklich Horror...

Aber das ist alles noch nichts gegen den täglichen Wahnsinn von Kinder-WhatsApp-Gruppen. Mir wurde jetzt schon einige Male ins Haus getragen, was dort alles stattfindet - von Mobbing, über Stalking bis hin zu Pornos. WAS? In der Grundschule? OMG!

Gabor Maté, ein wirklich toller Arzt und Autor spricht von einer sexualisierten Jugendkultur. Er sagt daß Kinder übermäßig konformistisch sind, desensibilisiert und entfremdet. „Cool sein“ ist für sie wichtiger als alles andere. Sein Buch: **UNSERE KINDER BRAUCHEN UNS** ist für mich eine Bibel!

Was macht es mit unseren jungen Menschen, wenn sie schon sehr früh Zugang zu allem Übel der Welt haben?

Können Sie sich an damals erinnern? Wir haben mit 13 Jahren Tanzschule gemacht, waren jeden Tag beim Sport, haben gespielt und vorsichtig die erste Engtanzparty mit „Tat- oder Wahrheit“ geprobt...

Ich erinnere mich an meinen ersten Kinofilm „Die blaue Lagune“ mit Brooke Shields! ☐ Das war tatsächlich ein kindgerechter Softporno!!!

Wie soll man heute den Kindern das „Kind sein“ bewahren?

„Die dauerhafte Erregung mit Themen, die nicht altersgerecht sind, richten Schäden an, die wiederum eine Eigendynamik entwickeln“, sagt Gabor Maté.

Die Reißleine ziehen, Grenzen strecken und einhalten ist für sensible Menschen lebenswichtig. Eltern sind gefordert ihren Kindern und Jugendlichen Schutz zu gewähren.

Meine Gegenbewegung heisst: Zurück zu FLIPPER! Es ist ein guter Gegenpart zum zu viel, zu schnell, zu kriminell, zu düster und zu drüber!



BUNTE SOMMERGRÜSSE!

Sendet Ihnen Ihre Imke Turau



BUCHEMPFEHLUNGEN

BUCH "WEISS" – Imke Turau

WEISS erzählt spannende Geburts-
geschichten, manche auch innerhalb
des Lebens.

Gebundene Ausgabe 29,00 Euro

Erhältlich über Amazon oder den
Buchhandel.

ISBN: 3749447365

BUCH "SCHWARZ" – Imke Turau

SCHWARZ widmet sich dem liebevollen
Umgang mit dem Sterben und versteht
sich als Begleiter.

Gebundene Ausgabe 24,95 Euro

Erhältlich über Imke Turau:
imketurau@web.de

BUCH "BLAU" – Imke Turau

BLAU beleuchtet das Thema Alkohol-
konsum mit einem lachenden und
einem weinenden Auge.

Gebundene Ausgabe 19,95 Euro

Erhältlich über Imke Turau:
imketurau@web.de

Der Hamburger Künstler Jason Engelbart
ergänzt den feinen Anspruch jedes dieser
Bücher durch sensible, ausdrucksstarke
Werke, die auf rein emotionaler Ebene
berühren.

TEXTE DIESER AUSGABE / NR. 2 / 2024
Copyright Imke Turau 2024

DESIGN UND UMSETZUNG
Jason Engelbart Design

FOTOS Lizenfrei

unsplash.com

pixabay.com