



## 7. Tröstungsversuch: Die philosophische Anästhetisierung

Franz Sedlak

Hypnotherapeuten sprechen von Dissoziation: das Ausklammern, Wegschalten bestimmter Körperzonen z.B. zur Schmerzbekämpfung.

Was aber hier gemeint ist, ist eine ganzheitliche Umschaltung: Man soll versuchen, sich permanent selbst zu beobachten, sich quasi aufzuspalten in einen Akteur und einen Beobachter! Das empfehlen manche spirituelle Schriften. Man ist dauernd „außer sich“ und wirkt daher seltsam sediert, nichts drängt ja unmittelbar heran, sondern alles wird gedämpft durch die psychische Schutzkleidung, die man sich überzieht. Wenn man hier übertreibt, kann sich in kurzer Zeit ein Gefühl einstellen, wie wenn alle Poren verklebt wären und das Atmen immer schwerer fällt.

Freilich, manchmal ist das Abschalten, Abisolieren, Reduzieren von Wahrnehmungen oder totales Abschotten dagegen ein „Segen“, z.B. weil Schmerzen „wegbeamt“ werden können.

Aber als generelle Lebenseinstellung ist das Konzept „Beobachterstatus“ mehr Gift als Medikament.