



ERHARD F. FREITAG: Das Unterbewußtsein ist wie ein Tonbandgerät. Dem ist es völlig egal, ob das, was es aufnimmt, von guter oder schlechter Qualität ist. In einem positiven Gespräch, wie könnte es auch anders sein, nach dem Vortrag im Singener Gefängnis: Erhard F. Freitag (links), Julika Fischer-Hollweg und Gefängnisdirektor Ulrich Schlicher. Fotos: Hollweg

## Positives Denken: Der Weg aus der Krise

Das Unterbewußtsein ist Katalysator für Glück oder Unglück im Leben

holl. Singen. Es nicht allzu lange her, da hielt er in Singen einen Vortrag über die geheimnisvolle Kraft des Unterbewußtseins, über die Möglichkeiten, mit Hilfe des Unterbewußtseins und positiver Lebensanschauung den sicheren Weg aus den Problemen unseres Alltagslebens zu finden. Erhard F. Freitag heißt der Mann, der Wege aus dem Dilemma der menschlichen Psyche aufzuzeigen versucht.

Dank der Vermittlung von Julika Fischer-Hollweg, die schon seit Jahren einen Arbeitskreis im Singener sogenannten Senioren-Knast leitet zum selben Thema, kam Erhard F. Freitag am Donnerstag nach Konstanz und nach Singen, um seine Erkenntnisse über die Kraft des Unterbewußtseins weiterzuvermitteln. Er kam ohne Publicity und ohne eine müde Mark dafür zu kassieren.

Seine Zuhörerschaft war auch eine andere, als die gewohnte bei seinen Vorträgen. Es waren die Insassen des Gefängnisses Konstanz und die des Gefängnisses in Singen. Die Insider der Veranstaltung und wohl auch Freitag selbst waren mehr als gespannt, wie gerade dieses potentielle »Problem-Publikum« auf Freitags Wege

aus der inneren Krise reagieren würde. Eine Antwort auf diese Frage kann wohl erst die Zukunft geben, aber eins ist jetzt schon sicher: der Psychologe Erhard F. Freitag war nach eigenen Worten »sehr überrascht über die Offenheit und Bereitschaft« seiner inhaftierten Zuhörer in den Gefängnissen Konstanz (rund 50 Zuhörer) und Singen (etwa 30 Zuhörer).

Das lag mit Sicherheit zum einen am »Vereinsamungs-Syndrom« seiner Zuhörerschaft, die bis zu einem gewissen Grad alles zu konsumieren bereit ist, was sie die physischen Fesseln vergessen lassen kann. Zum anderen jedoch zeigte Freitag gerade für diese Personengruppe den Weg in ein besseres Leben, der nichts weiter verlangt als eine innere Wandlung.

So einfach ist das? So einfach ist das eben nicht. Das weiß gerade Freitag besser als jeder andere: »Ich war lange Jahre unfähig, etwas Positives zu leisten, ich war überall und in allen Bereichen in den roten Zahlen!« Bis es bei ihm gedämmert hat, bis er zur Erkenntnis kam, daß er nichts aber auch gar nichts ändern kann – außer sich selbst!

Positiv zu denken ist gerade in unserer

Zeit alles andere als einfach, viel zu viele Dinge geschehen, die uns mit Angst und Schrecken erfüllen, die uns buchstäblich lähmen, wenn wir sehen, wie diese Dinge von den Verantwortlichen einerseits verniedlicht, andererseits zur Panikmache hochgespielt und letztendlich tatenlos beiseite geschoben werden.

Leider konnte Erhard F. Freitag auf die Wirkungsfähigkeit der Kraft des positiven Denkens in globalen Bereichen aus Zeitgründen nicht eingehen, auch war im Rahmen der kurz bemessenen Zeit, die Freitag zur Verfügung stand, keine Gelegenheit zur Diskussion, die vielleicht so manchen fest verschlossenen Safe, sprich Unterbewußtsein, hätte leichter öffnen können.

Aber immerhin kann man Freitags Bücher lesen, und außerdem war es sicherlich nicht zum letzten Mal in Singen.

Wer jetzt noch den alles öffnenden Schlüssel zur Bewältigung unseres Lebens erfahren will: es ist einfacher als man denkt! Vorausgesetzt man weiß um die Funktionen des menschlichen Ego und beeinflußt sie positiv. Das Unterbewußtsein als »Modulationsträger« führt keine »Bewertung« der eingehenden Informationen durch, es registriert sie nur und versucht sie umzusetzen! Geben wir also negative Gedanken an die »Registratur« Unterbewußtsein, kann das Ergebnis nur negativ sein. Relativ frei nach Holmar von Dittfurth: Nicht die Form bestimmt den Inhalt, sondern der Inhalt bestimmt die Form!

Geben wir also fortan nur positive Gedanken an die »Registratur« und ernten wir dadurch positive Ergebnisse. Allerdings funktioniert das nicht mit dem kleinen aber zweifelnden Hintergedanken im Kopf: »Das klappt ja doch nicht.« Es ist im Grunde genommen alles ganz leicht, verspricht Erhard F. Freitag. Er verspricht allerdings nicht, und das sagt er auch in aller Deutlichkeit, daß es leicht sei, eine absolut negative Lebenseinstellung in eine absolut positive zu verwandeln. Das erfordert nämlich sehr viel Arbeit an sich selbst. Eine Arbeit aber, die jeder ohne Abhängigkeit von anderen selbst vollbringen kann und die unser Leben und das der uns Nahestehenden nachhaltig positiv verändern kann.