

«Man kann selbst definieren, was gut oder schlecht ist»

Ein Unfall nimmt Steven Mack das Augenlicht. In Flurlingen berichtete der 24-Jährige von seinen Erfahrungen und seiner immensen Lebensfreude.

VON ANNA ROSENWASSER

FLURLINGEN Die häufigste Frage, die Steven Mack gestellt bekommt, lautet: «Siehst du wirklich gar nichts mehr?» Steven ist blind. Seit vier Jahren sieht der 24-Jährige wirklich gar nichts mehr. Von einer Walliser Brücke sprang er 150 Meter in die Tiefe – und das Seil, das ihn hätte halten sollen, riss. Am vergangenen Freitag besuchte Steven das «Freiraum Zentrum», um von der Zeit nach dem Unfall zu erzählen. Sein Besuch kam eher spontan; normalerweise finden freitags im Zentrum die «Abende des Heilens» statt. Steven erlitt 38 Brüche, durchlebte Dutzende von verschiedenen Therapien in rund 1100 Sitzungen – wer also sollte mehr Erfahrung mit dem Heilen haben?

Sogenannter Risikosport ist schon lange eine Leidenschaft von Steven. Mit zwölf begann er zu klettern; während seiner Lehre als Hochbauzeichner zog er nach Feierabend oft gleich in die Berge weiter. Bergsteigen, Eislochtuchen, Überlebenstraining: Erst die Todesangst gebe ihm das Gefühl, zu leben, sagt Mack. Ohne Negatives nichts Positives. Die Faszination des Überlebens lässt den jungen Mann auch nach seiner Erblindung nicht los. Er schildert dem Publikum eindrücklich, wie ein jeder eine Depression von ihm erwartete. Dabei brauchte er nach

dem zehntägigen Koma mehrere Monate, um seine Welt wieder ganz wahrzunehmen. Steven vergleicht diese Zeit mit der Sicht eines Kleinkindes. «Erst war das Gefühl da, dann die Gedanken – und das Gefühl war uhuere guet.»

Wie das Gefühl des Blindseins ist, konnten die Besucher und Besucherinnen des Vortrags nachempfinden: Sie erhielten eine Augenmaske, die sie vorübergehend schwarz sehen liess. So sollten sie Geräusche erraten und sich einmal um sich selbst drehen. Eine zaghafte Angelegenheit. Anschliessend tauschte man Erfahrungen und Gefühle aus. Dass auch positive Rückmeldungen kamen, ist laut Steven eine Ausnahme. «Dabei kann man doch

selber definieren, was gut und was schlecht ist.» Genau das tat Steven nach seiner Erblindung. «Easy, ich habe mich selbst kennengelernt! Meditieren, ha, ein Klacks für mich!» An Humor fehlt es an diesem Abend nicht. Lebendig und eindrücklich schildert der alleinlebende Zürcher dem Publikum seinen Alltag: wie er reist, einkauft, flirtet, kocht.

Einen grossen Teil seiner Erzählungen nehmen die Reaktionen von Aussenstehenden ein. «Ich will mich nicht mehr behindern lassen, als ich bin.» Nach seinem Unfall war Steven Gast in Talkshows und an Schulen. Die besten Fragen, findet er, kommen von den Kindergartenkindern.



Steven Mack im «Freiraum» in Flurlingen: Der Blinde will sich nicht mehr behindern lassen, als er tatsächlich ist.

Bild Anna Rosenwasser

Freiraum Zentrum Eine Praxis für verschiedenste alternative Heilmethoden in Flurlingen

FLURLINGEN Der «Freiraum» befasst sich mit verschiedensten alternativen Heilmethoden. Er ist eingeteilt in eine Praxis für Einzel- und ein Zentrum für Gruppensitzungen. Leiter und Gründer sind Renate Amstutz Weber und Wolfgang Weber. Vor der gemeinsamen Gründung des «Freiraumes» arbeitete Renate in einer Arztpraxis und Wolfgang als Lehrer; «als wir zusammenkamen, war klar, dass wir gemeinsam etwas machen wollen», erzählt Renate. Sie bestand auf einer Praxis, während er auch in Gruppen arbeiten wollte. So entstand 1990 der «Freiraum». Vorerst war dieser in Schaffhausen. Schon von Anfang an war aber klar, dass in ebendiesem Gebäude umgebaut werden würde – Renate und Wolfgang zogen weiter nach Feuerthalen. Dort verlangten Bau- und Strassenlärm wiederum einen Standortwechsel, der erst nach Neuhausen, dann nach Flurlingen führte. «Wir springen hin und her über den Rhein», schmunzelt Renate. In Flurlingen aber bauten sie ihr eigenes Haus, das über einen Seminar-, Kurs- und Therapieräume, einen kleinen Shop und einen eigenen Garten verfügt. Im selben Gebäude wohnen auch die beiden Leiter. Nun feiern Renate Amstutz Weber und Wolfgang Weber schon das 20. Jubiläum ihrer «Freiraum Praxis» und ihres «Freiraum Zentrums». Nach den vielen Umzügen wollen sie in Flurlingen bleiben.

Wolfgang und Renate verstehen sich als Lehrer und Begleiter von Menschen, die Unterstützung und Orientie-

rung auf ihrem Lebensweg suchen. Das «Freiraum Zentrum» ist konfessionell und politisch unabhängig. Es bietet Aus- und Weiterbildungen an, die sich mit der Erforschung des Bewusstseins, Kreativität und dem natürlichen Heilen beschäftigen. Die «Freiraum Praxis» umfasst Hilfe und Unterstützung in Krisensituationen, therapeutische Unterstützung und spezifische Trainingsprogramme. Das Selbstheilungssystem und die Abwehrkräfte sollen dabei gestärkt werden.

Renate Amstutz Weber und Wolfgang Weber arbeiten mit zahlreichen Methoden und Techniken, so etwa mit dem schamanischen Heilen, das zu den ältesten spirituellen Praktiken überhaupt gehört. Ein weiteres Therapieverfahren ist die Kinesiologie, die gesundheitliche Befunde im Zusammenhang mit mentalen Einflüssen betrachtet.

Der «Freiraum» bietet beispielsweise auch Begleitung an im Sterbeprozess und beim Abschiednehmen. Familien- und Paartherapie sind ebenfalls im Angebot, ebenso das Familienstellen. Bei Bedarf bieten das Zentrum und die Praxis viele weitere Methoden an. Jeden Freitag findet ein Abend des Heilens statt, der allen Interessierten frei zugänglich ist. In unregelmässigen Abständen bieten Gastreferenten Kurse oder Vorträge – Steven Macks «Mein Leben nach dem unFall» war einer davon. Gelegentlich veranstaltet das «Freiraum»-Team auch Veranstaltungen ausserhalb seines Zentrums. (aro)