



25.6.89
J. 1989

JNHALT

WIR ÜBER UNS

Drogen: Medikamente,
Alkohol, Heroin S. 2 u. 3

Die Pineller, Spaziergang,
Lehnungsmarkt S. 4

Was ist denn Los?
Gedichte S. 5 u. 6

Wo gibt's was umsonst...
Flöhe oder Wanzen. S. 7

Quiz, Rezept, Witz,
und Auflösung im S. 8

Hallo, liebe Leser. Gibt es euch überhaupt? Wenn ja, meldet euch doch mal und teilt uns mit, ob ihr was mit dem Buntten Spleen anfangen könnt. Wir hatten gehofft, für unsere Quizfragen auf der letzten Seite Preise anbieten zu können. Wir haben bei Jacobs-Kaffee und bei Dr. Oetker nachgefragt. Bisher haben die sich aber noch nicht gemeldet.

Am 29. Juni sind wir mit unserer Zeitungsgruppe auf der Ausstellung "Bitte einsteigen - Bahnhofskunst - Kulturwoche im S-Bahnhof" und wollen Interviews mit Besuchern machen.

Fällt euch noch etwas ein, wo es was umsonst gibt? (S. 7) Sagt es uns doch bitte für die nächste Ausgabe - etwa in zwei Monaten.

PRESSUN - Der Bunte Spleen ist eine unzensurierte Zeitung.
den Inhalt der Artikel sind jeweils die Autoren und
torinnen verantwortlich. Chefredaktion: R.E. Guette,
faktion: Johannes Bannaschewski, Kleene, A. Kuckuck und
nia. In der Redaktion kann jeder mitwirken. Wir treffen
s jeden Donnerstag um 15 Uhr bei Pinel.

SCHWERPUNKT : DROGEN

PSYCHOPHARMAKA

Segen oder Fluch der chemischen Industrie ?

Über Psychopharmaka, also Medikamente, die das Empfinden und Verhalten beeinflussen, sind schon viele dicke, teure Bücher geschrieben worden - ein harter Brocken für alle, die weder Geld noch Lust für kiloweise Fachchinesisch aufbringen können oder wollen. Zunächst einmal sind Psychopharmaka für die allermeisten Leser dieser Zeitung alte und tägliche Bekannte. Sodann sind sie zu Recht eine umstrittene Angelegenheit, man muß also die Vor- und Nachteile (und es gibt halt beide Seiten) einer Einnahme von diesen Mitteln immer sorgfältig abwägen. Psychopharmaka sind weder eine ideale Erfindung noch Teufelszeug. Sie sind - tja, darüber sind bereits die anfangs erwähnten dicken Bücher geschrieben worden, um ganz genau zu erklären, was diese Medikamente nun wirklich sind, wie sie wirken, was sie bewirken, warum sie Nebenwirkungen haben usw.

Ich habe den Eindruck, daß die verordnenden Ärzte sich im allgemeinen nicht genügend Zeit nehmen, derartige Fragen ihren Patienten verständlich zu beantworten. Zumindest habe ich im Treffpunkt-Alltag immer wieder Menschen getroffen, die zwar im Laufe der Jahre ca. eine halbe Apotheke geschluckt haben, aber viele ungeklärte Fragen zu diesem Thema mit sich herumschleppen.

Am liebsten möchte ich mit diesem Beitrag so etwas wie eine Rubrik im "Bunten Spleen" eröffnen, in der sich alle interessierten und betroffenen Leser zum Thema "Psychopharmaka" äußern. Ich selbst habe mir vorgenommen, in kleinen Portionen auf häufig gehörte Fragen eine möglichst richtige Antwort zu geben, also z.B. was bedeutet Neuroleptika, warum wirkt ein Mittel bei Bekannten anders, kann man von dem Zeug erst richtig krank werden usw.

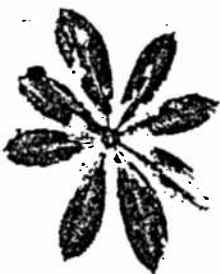
Falls bis zum Redaktionsschluß keine speziellen Fragen aufgetaucht sind, möchte ich beim nächsten Mal darauf eingehen, warum die Weltgesundheitsorganisation der UNO auf ihrer Liste der wirklich zweckmäßigen Medikamente im Bereich der Psychopharmaka nur sechs verschiedene Wirkstoffgruppen benennt, warum es aber in unseren Apotheken über 100 verschiedene Präparate zu kaufen gibt.

Voller Schmutz

ALKOHOLSUCHT

Es gibt Leute, die Alkohol wie Wasser trinken und nicht wissen, wie es weiter geht: Sie wissen nicht, daß Alkohol eine Droge ist, daß sie Leib und Leben auf's Spiel setzen. Denn Sie kommen nicht mehr davon los. Die Alkoholsucht endet oft mit einer Leberzirrhose, die tödlich ist. Es gibt Leute, die aufgehört haben zu trinken und jetzt wieder angefangen sind und nicht aufhören konnten! Es gibt Leute, die gehen an den Kühlschrank und nehmen den Alkohol. Wenn man Alkohol trinkt und nicht aufhört, wird es auch eine Gefahr für die Öffentlichkeit. Es gibt welche, die Alkohol trinken und sich überlegen, ob es nicht besser ist aufzuhören Alkohol zu trinken; denn sie wissen, daß der Alkohol krank macht. Und es ist besser, wenn sie davon die Hände lassen. Und ich habe es geschrieben, weil ich ab und zu, wenn ich aufgeregter bin, Alkohol trinke. Ich habe es mir sehr überlegt, die Finger von dem ganzen Alkohol, den es zu kaufen gibt, zu lassen.

Hochachtungsvoll: R.



SCHWERPUNKT : DROGEN

MADJA -DIE WALDAMEISE UND DIE UNHEILVOLLE DROGE



Leise - mit Lappen unter den Füßen - schlich die Ameise Madja die vielen Gänge des Ameisenbaus entlang - ab und zu blieb sie stehen - schaute gehetzt in die Gänge links und rechts und bewegte sich in die Richtung des abgelegenen Stadtteils, wo sich Diebe und Räuber gute Nacht sagen. Hier angekommen blieb sie vor einem großen Portal stehen - zwei Goldstücke wechselten heimlich und schnell den Besitzer und Madja durfte eintreten, nachdem der große Schlüssel des Wächters das Tor geöffnet hatte.

Sofort sah sie den Heroinkäfer und begann flugs diesen zu streicheln; denn dann gab dieser das köstliche Naß ab.

Diesmal ging es sehr schnell. Der Tropfen kam sofort. Er wurde mit etwas Wasser und Zitrone gemischt und in einem Teelöffel aufgekocht. Als sich alles schön vermischt hatte, zog die Ameise schnell die Flüssigkeit mit einer Einmalkanülenspritze auf und setzte sich - wie man in diesen Kreisen sagt - einen Schuß ins mittlere linke Bein.

Die Wirkung war nach ein paar Sekunden da und selig fühlte sie sich in Gedanken versunken und wollte unbedingte Ruhe haben, was sie machte, nachdem sie sich wieder in ihr eigenes Schlafgemach zurückbegeben hatte.

Ja, das war gestern, und heute wurde sie dafür von den Polizeiamaisen, die sie gestern bei einer Wohnungskontrolle entdeckt hatten, vor die Königin geführt. Diese legte in einem fort Eier und sagte nur: "Mein liebes Kind, weißt du nicht, daß wir schon vier Heroinopfer in diesem Jahr zu beklagen haben?" "Ja," sagte Madja, "aber zehnmal so viele - also insgesamt 40 Tote gab es in diesem Jahr durch Arbeitsstreß, - also müßten wir a) die Arbeit verbieten - und nun zu Punkt b). Ich weiß nicht, allerhöchste Königin, ob Ihnen auch schon zu Ohren gekommen ist, daß das Ärzteblatt schreibt, in den letzten sechs Wochen gab es sage und schreibe 41 Tote durch Herzversagen - genau gesagt, durch zuviel des

Guten, nämlich durch Verfettung des Herzens."

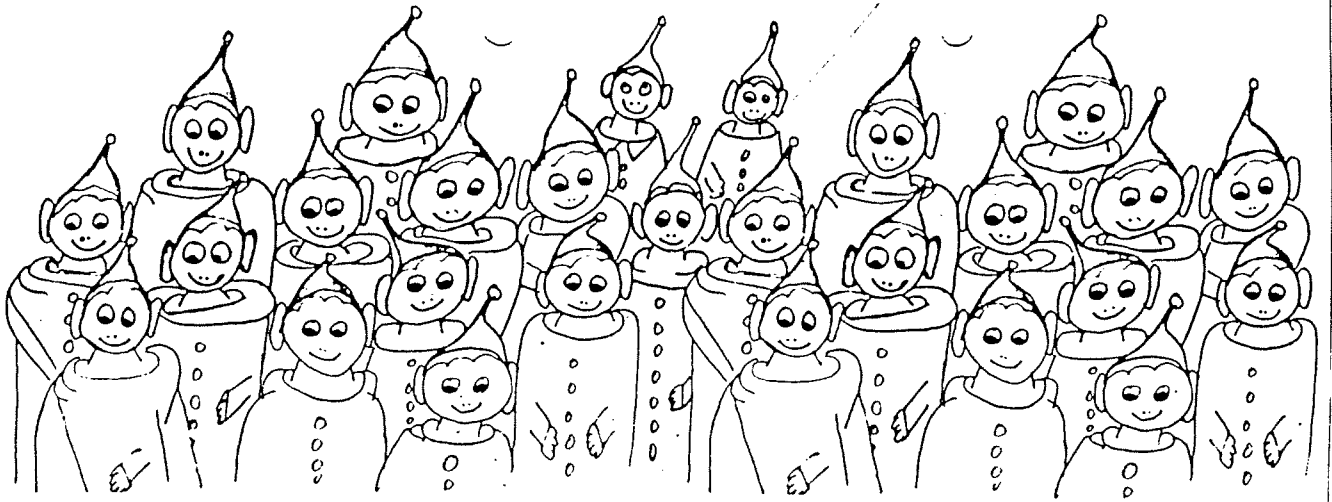
"Was soll ich nur machen," fragte die Königin Madja. Madja flüsterte: "Nur die Ersatzdroge!" "Das wird der einzige Weg sein," meinte die Ameisenkönigin; "denn so gibt es nur Verbrechen, weil die Leute Geld brauchen für das Heroin. Und die jungen Mädchen werden Prostituierte."

Und so wurde es auch gemacht. Seit der Zeit atmeten die Süchtigen auf und befolgten die Gesetze und arbeiteten halbtags; denn das konnten sie noch schaffen, und die meisten waren nicht mehr kriminell.

Und so wurde (in diesem Punkt wenigstens) Linder-

Die Pineller

u./z. Guette



Die Pineller sind ein tolles Volk.

Es ist manchmal so laut, da kann man nicht das eigene Wort verstehen.

Und darum ist es mir auch oft zu viel.

Dann geht mir alles auf den Geist !

R.E. Guette

ES WAR IN SCHÖNEBERG IM MONAT MAI!

Am Sonntag, 7. Mai, haben folgende Leute am Spaziergang teilgenommen: Kleene, Raimer, Gitta, Gisela, Tanja, Wolfgang, Max, Sigg, Susanne und Mileva. Alle sind zur S-Bahn gelaufen und nach Wannsee gefahren und umgestiegen nach Kohlhasenbruch, und von da aus sind wir alle die Königstraße und dann weiter nach Steinstücken gegangen und haben uns die Enklave angeguckt. Ich und Wolf hatten ein Restaurant gesucht, und wir haben es gefunden. Gisela hat ein Spezi und die anderen haben ein Kännchen Kaffee getrunken. Die Getränke wurden von Pinel spendiert. Teilweise wurde ein Stückchen Kuchen gegessen. Es war sehr schön. Und der Ausflug war eine wunderschöne Sache.

R.E. Guette

NEUES VOM WOHNUNGSMARKT

T. ist Besucherin des Bahnhofs. Sie ist obdachlos und hat vom Sozialamt Kreuzberg eine Wohnung zugewiesen bekommen. Diese Wohnung liegt im Wedding, 1. Stock, 1 Zimmer und Küche, 30 qm. Die Wohnung hat weder eine Innen- noch eine Außentoilette. Nachts benutzt sie einen Eimer oder fragt beim Nachbarn. Ab April gab es keine Kohle mehr vom Vermieter. In den drei Wochen davor bekam sie einmal zwei Briketts und einmal acht Briketts zugewiesen. Pro Tag kassiert der Vermieter 60 DM. 20 DM muß T. im Monat noch extra bezahlen für Fernsehbenutzung und Toilettenartikel. Dabei hat sie eigentlich Gebührenfreiheit für Fernsehen und eine Toilette besitzt sie nicht. Dafür bekam sie ein gebrauchtes Stück Seife für die 20 DN, an der noch die Haare des Vorbenutzers klebten. T. hat knapp 400 DM zum Leben im Monat. Der Vermieter kassiert für die schlechte Wohnung ca. 1800 DN monatlich !

ERLEBNIS

5

WAS IST DENN LOS ?!

"Was ist denn los? Ich habe Dich gefragt, ob Du noch ne Cola mitbringst."
"Entschuldige" sagte ich, "ich bin heute irgendwie..., ich habe den Kopf so voll. Ich glaube, ich fahre lieber gleich heim." Liebesprobleme oder Geldprobleme oder beides? Menschenskind dachte ich, wenn's bloß das wäre! Laut sagte sie: "Wir reden ein andermal darüber". Aber konnte ich mit Euch reden? Konnte ich mit irgendwem darüber reden: Darüber grübelte ich in der U-Bahn nach. Aber irgendwie kam mir das so schäbig vor Ihr und die Leute bei PINEL sind auch nicht sehr freundlich zu mir. Ich muß sagen, ich kann Euch alle gut verstehen. Kann ich denn mal mit Dir darüber reden? Ich habe doch selber genug Sorgen sagte Constanze. Dann wird sie laut und achtet nur noch mehr auf sich. Ich meine, es liegt daran, daß sie so viel zu tun hat. Bis jetzt hatte ich an so etwas noch garnicht gedacht. Mir fiel wieder ein, daß die Leute wieder getuschelt hatten. War es denkbar, daß die Leute Bescheid wußten. Ich sei arrogant Ich bin aber nicht dieser Meinung, sonst hätte ich ja normalerweise sicher darüber geantwortet. Nur das gerade in diesem Moment. Das Verrückte war, daß ich solche Angst hatte. Ich vor euch. Das muß mir sich einmal überlegen. Im Ernst, ich bin mir an diesem Abend vorgekommen wie scheinot oder so etwas ähnliches. Konnte überhaupt nicht mehr denken, so ging mir das alles auf den Geist. Und gleichzeitig mache ich mir auch noch Vorwürfe. Du bist ja blödd, sagte ich mir innerlich. Du hast sie nicht mehr alle, Du spinnst. Ich müßte doch vor mir Angst haben, nicht noch vor euch. Ich habe nämlich zwei Stimmen. Wenn ich mit dem Personal von PINEL rede! Ich will damit sagen, ich hörte Dich und hörte auch die Leute hinter meinem Rücken. Und die ganze Zeit hatte ich den Eindruck, die starren mich an. Na gut, ich will nicht ungerecht sein. Ich selber glaube ja nicht, daß die Leute wirklich prima waren. Das muß ich schon sagen! Manche können sich ja einfach nicht verabschieden.

Im Ernst, die Frau sieht irgendwie frustriert aus. Schätze ich..., sie hatte irgendwas zu quatschen und ich wollte mich schon umdrehen - da guckten sie plötzlich zu mir herüber. Denn es war sicher, für einen Moment schauten sie mir direkt in die Augen. Mir lief es kalt über den Rücken und mein Herz fing an Galopp zu laufen. Bis Morgen dann, sagten sie. Ich antwortete: »Schönen Abend noch«, dabei blieb mir fast die Stimme weg vor Aufregung. Ich machte schnell kehrt und stiefelte los in Richtung U-Bahn. Und ich hatte dabei bloß einen einzigen Gedanken: Ich spürte genau wie unnatürlich und verkrampft ich ging. Da lachten sie natürlich alle. Erschreckt wich ich zurück: Angst und Trotz kamen wieder in mir hoch. Ich war nicht in der Lage, diese spontane Geste von Zuwendung entgegenzunehmen. Gleichzeitig wurde mir die Enttäuschung bewußt, gleichzeitig spüre ich aber auch die Angst davor, mich tatsächlich mit Euch auf gegenseitige Zuneigung einzulassen. Heute frage ich mich bewußt, ob es mir doch gelingen wird, einmal mit Euch darüber zu reden, ein offenes und vertrauensvolles Gespräch zwischen Euch allen zu führen. Aber wer kann es denn schon? Im Ernst, ich finde ein solches Verhalten nicht korrekt. Jessie starnte mich an, ich starnte sie an. Ich hatte eine Sauwut im Bauch und mir war ganz klar, daß sie mir das auch ansah. Mir ist das sehr nahe gegangen. Ich stehe nämlich sehr gut mit ihr. Was hat sie getan, wie hat sie reagiert? Denn sie war auf einmal ganz ruhig, denn es tat mir gut. Ich muß mit Dir sprechen, sagte ich zu ihr. Sie sah auf einmal angestrengt aus und irgendwie traurig. Das ist ja eine richtige Vollversammlung, sagte sie. Es sollte wohl lässig klingen, aber ihr Lächeln wirkte ziemlich verkrampft. Jetzt mußte ich meine Geschichte noch einmal erzählen, das war bestimmt das fünfte oder sechste Mal. Ich kriegt die Worte diesmal kaum raus, so trocken war mein Hals. Im Ernst, das hat mich wahnsinnig gemacht, daß ich ihr alles ins Gesicht sagen mußte. Ihre Augen funkelten immer böser und als sie fertig war sagte ich: »Das ist ungeheuerlich. In meinem ganzen Leben ist mir noch nie eine derartige Verleumdung...«. Dann drehte sie sich plötzlich zu mir um und schrie mich an. In diesem Augenblick fing ich an zu heulen. Tatsache. Mir wird jetzt noch heiß und kalt, wenn ich nur daran denke. Ich lasse so nicht mit mir reden. Nicht in diesem Ton! Sie drückte mir ein Tempotaschentuch in die Hand. Ich putzte mir die Nase und wischte mir die Tränen vom Gesicht. Was heißt erfolgreich, sagte ich. Ich habe es halt überschlafen. Naja, und jetzt sieht es irgendwie nicht mehr so wichtig aus. Ist meistens so, sagte ich, denn ich meine es ernst.

FORTSETZUNG



ERLEBNIS

WAS IST DENN LOS ?!

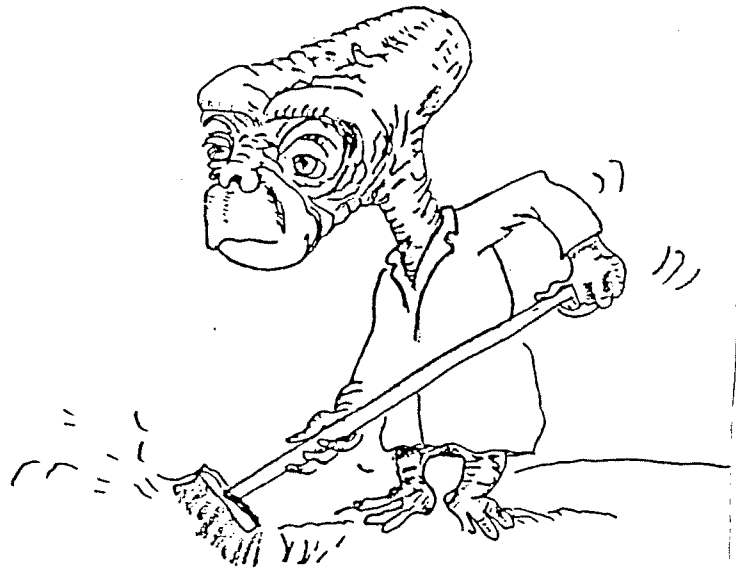
Ich wach morgens mit dem Gedanken aufgewacht, daß es mir eigentlich plepegal sein konnte. Wie kam ich eigentlich dazu, mir den Kopf zu zerbrechen? Aber dann passierten zwei Dinge. Das eine war eigentlich nur eine Kleinigkeit, machte mich aber stocksauer. Das zweite war der größte Hammer, den ich in meinem ganzen Leben auf den Fuß bekommen habe. Da ist mir wirklich der kalte Schweiß ausgebrochen und ich dachte, ich kippe aus den latschen. Das ist eine ganz tolle Person. Das sagt eigentlich jeder. Margaret ist zwar schon ziemlich alt, mindestens dreißig schätze ich, sieht aber verdammt gut aus und hat so eine lässige Art... Wie soll ich das erklären? Wenn wir bei ihr Schulung haben, dann können wir Cola trinken, wir können uns hinsetzen wo wir wollen und wenn wir untereinander diskutieren, dann hat sie das sogar gerne. Das habe ich mir vorher nicht klargemacht, sagte sie. Ich finde sowieso, daß sie den Kopf reichlich hochträgt. Das ist doch eine ganz arrogante Person. Aber den ganzen Nachmittag über hatte ich richtige Magenschmerzen vor Ärger. Ich fand es ewine unglaubliche Gemeinheit und da war sie zusammengekracht. Ich war so erschrocken, daß ich gar nicht auf den Gedanken kam, mich zu entschuldigen. Und wenn ich in Zukunft mal Schwierigkeiten hätte, sollte ich sie sofort anrufen, denn sie sei immer für mich da. Das ging mir jetzt alles durch den Kopf. Und ich überlegte mir, ob ich sie warnen sollte. Aber davor hatte ich dann auch wieder Bammel. Bei ihrem Besuch damals hat sie mir gesagt: So ging es mir hin und her durch den Kopf. Wieso was ist passiert? Wie ich ja schon gesagt habe. Ich brauche Hilfe. Ich versuchte mich zu beruhigen, aber es ging nicht. Du bleibst hier stehen. Du rührst dich nicht vom Fleck. Ich bin sofort wieder da.

kleene

ÜBER DICH

Über Dich lieb ich dich, such ich Dich
Finde ich Dich im andern Berlin
sage ich Dir, wie weit der Weg noch ist
"Uff", sagst Du,
ich möchte sagen
"Ich habe Dich endlich gefunden,
Du fleischgewordener Traum.

Marion



Neue Wesen
kehren gut

Gedicht

Er treibt seine Spüße im Rampenlicht von lachenden Menschen umgeben-und niemand kennt sein wahres Gesicht,so ist das nun mal in unserem Leben. Er weiß, was Schicksalsschläge sind, spielt seine Show nicht schlecht in diesem großen Lebenslabyrinth, nur seine heißen Tränen sind echt. ...keene

WO GIBT'S WAS UMSONST

WO GIBT'S WAS UMSONST

Völkerkundemuseum Dahlem
Tel 8301-1
kommt man umsonst rein und kann sich über asiatische, Indianer- und sonstige Kulturen informieren. Am Eingang gibt es Sitze mit Kopfhörern, über die man verschiedene Musiken aus den Ländern hören kann.

Landeszentrale für politische Bildung
1000 Berlin 62, Salzburger Str. 21-25
Tel. 7833990
kostenlose Materialien zum Beispiel über Berliner Geschichte, den Faschismus, Gesetzestexte und -kommentare.

Gedächtniskirche
neben der neuen Kirche im Lesesaal lesen und Teetrinken umsonst

Diakonisches Werk
Kreuzberg, Segitzdamm 46
Wärmestube sonntags 9 - 13 Uhr
Frühstück: 3 Scheiben Brot (belegt) Kaffee und Tee. Dort sind hauptsächlich Stromer.

Zeitung
In der Zweiten Hand und in der Tageszeitung gibt es Rubriken "umsonst" - allerdings meistens Selbstabholer. Außerdem kosten die Zeitungen ja was. Hier ein Beispiel:

- Mercedesstz. komplett, neuwertig, S-Klasse, 79. dunkelblauer Stoff mit Kopfstütze und Konsole, zu verschenken. Tel. 801 7178
- Verschenke leicht: defekte Waschmaschine Tel. 6221012
- 13 Leitz-Ordner, gebraucht. Tel. 8159491
- Verkauft 3 Metall-Gartenstühle, weiß, zusammen für 10,-

- Verschenke Schmalfilm-Projektor Borex, SN. 8 mit Zubehör (Objektiv und Kabelanschluss), leicht zu reparieren. Tel. 6021120, nach 16 Uhr
- 2 Klinoessel zu verkaufen für 10,-. Tel. 2648337
- 70 cm, einfüng, für 10,-. Tel.

- Umstandshose, Gr. 36, für 10,-. Tel. 6225760
- Verschenke an Selbstabholer: Einen Schreibtisch, aus Nußbaumholz, mit 4 Schubladen, Außeres ist guterhalten. Tel. 431 3200 Ab 10 Uhr
- Sitzgruppe, Atellig, Holzgestell, Polster beige, Tisch, an Selbstabholer zu verschenken. Tel. 3317456
- Fin Bräcker Bohnenkaffee 10 und 2 Einzelkaffee



Flöhe oder Wanzen

Haben Sie Flöhe oder Wanzen? Dann kommen sie bitte zu meinem Büro um die Ecke im Vierten Stockwerk bei Rüpel. Dann können wir uns über diese Völker mal richtig unterhalten und sehr darüber nachdenken. Und warum hat ein Mensch so viele Völker in den Haaren weil sie nicht so richtig sauber sind. Es gibt auch Sackkratten, die sind auch sehr flink wie ein Hiesel. Und warum sind Flöhe so munter und hüpfen so mörderisch herum? Wenn sie die Haustiere werden oder auf eine andere Plantage hinübersegeln.

R.E. Guette

P.S.: Mein Büro behandelt Sie auf Brom-Basis!

QUIZ

REZEPT

WITZ

Nr. 005

1989

Allerlei

- 1.) Mit welchem besonderen Seil fängt ein Cowboy Kühe?
- 2.) Wieviele Hühnereier passen etwa in ein Straußenei?
- 3.) Wie heißen die Schiffe, in deren Bauch früher meist angekettete Sträflinge oder Sklaven rudern mußten?
- 4.) Welche Krankheit heißt so wie der Ziegenpeter im Buch „Heidi“ hat mit diesem Jungen aber gar nichts zu tun?
- 5.) Was graben Indianer aus, wenn sie einem anderen Stamm den Krieg erklären?
- 6.) Ein Schimmel ist ein weißes Pferd; was kann Schimmel aber noch sein?
- 7.) Wie heißt die Frau, die auf der Alm im Sommer die Kühe hütet und Käse und Butter herstellt?

Auflösung von 004

- 1.) Weil sie keine Bremsen haben
- 2.) Billard
- 3.) Bumerang
- 4.) Nur bei Neumond
- 5.) China
- 6.) Sie stellen sich senkrecht

CF. Reklakteur R. E. Guette
Auflösung im Heft 006

Kleine

WITZ:

Ein Mann arbeitet mit einem großen Schraubenschlüssel an einem Flybranten. „Oh, was machen Sie denn da Schönes?“ fragt ihn neugierig eine Frau. „Det is leicht zu sehen, ick zieh die U-Bahn uff.“

Sagt der Arzt zum Patienten: „Sie sind sehr nervös.“ „Det kommt von't vilde Angeln.“ „Aber das beruhigt doch?“ „Aha, nich ohne Angelkarte.“

Kleine REZEPT:

Chinesischer Bratreis

Zutaten: 2 Tassen gemischter Reis (Natur und Wildreis zum Beispiel von Oryza), Salz, 300g Brokkoli, 1 rote Paprikaschote, 1 Zwiebel, 2 Eier, frisch gemahlener schwarzer Pfeffer, 4 Eßl. Pflanzenöl, 100g Garnelenfleisch, 2 bis 4 Eßl Sojarsauce.