

A photograph of a backyard. In the foreground, there is a lawn with scattered brown leaves. In the middle ground, a wooden table with four metal chairs is set up. To the right, there is a grill and some potted plants. The background is filled with tall trees and dense foliage. A semi-transparent grey box is overlaid on the upper part of the image, containing the name 'Ezri' in a large, black, serif font.

Ezri

Amélie Ezri Verantes

Ezri

Amélie Ezri Verantes

© belastigirl - Amélie Ezri Verantes

Ich komme auf dich, denn ich kämpfe gerade um mich.

Um die Geschichte des Belastigirl, einer schwerbehinderten und erwerbsunfähig frühverrenteten Transfrau. Einem Vergewaltigungsopfer, das nur mit einem Macbook, einer PTBS, einer dissoziativen Identitätsstörung und seinem Kopf bewaffnet, innerhalb von 3 Monaten versucht, das Haus ihrer Eltern, in dem diese gemeinschaftlichen Suizid begingen, ihren Namen und ihre Geschichte zu retten, sich als Schriftstellerin, Autorin, Künstlerin, aber auch als Kunstwerk zu etablieren. Liebes, hilfst du mir dabei?

Ich brauche nur hier und da mal einen kleinen Stups. Hier mal 5 Minuten. Hier mal ein halbes Ohr. Hier ein Like, da ein Gespräch. Ich mache nicht viel Mühe.

belastigirl.de

"Angst ist der einzige sichere Ratgeber, den das Leben überhaupt hat." - August Heinrich Julius Lafontaine

hallo freund

das war so nicht geplant...



doch schon bald wird mir mein bisheriges Leben, das ich kannte, mit aller Wucht um die Ohren fliegen, aber ich muss dem zuvor kommen... dem entfliehen... und irgendwie da raus.

Ich verlasse also den Übungsmodus und steige Stück für Stück weiter in den Hasenbau meines Selbst hinab.

Aber ich habe Angst alleine. Deswegen nehme ich dich mit.



Ganz ehrlich, ich weiß nicht, ob das was wird mit uns. Also ob das passt. Ob ich dir das Wasser reichen und du mir die Stange halten kannst. Wir bauen eine Stadt. Ich habe das so oft erlebt. Früher war das viel einfacher, aber heute...

Gibst du mir Wasser, kann ich den Kalk rühren. Gibst du mir jedoch Steine, kann ich dir nur Sand geben - und dieser rinnt dann durch unsere Hände und verschwindet. Vielleicht fehlt mir die Kraft. Vielleicht brauche ich jetzt dich. Und uns.

Denn heute überzeugst du niemanden mehr. Es gibt zu viele Informationen, die Übertragungswege sind zu mühsam. Wir haben schon viel zu viel gesehen.



Wir filtern also und picken uns die Rosinen raus. Manches nehmen wir wahr, anderes blenden wir aus und leben also mit unserer eigens selektierten, gefilterten Wahrnehmung, die nur das abbildet, was uns als aktuell wichtig gilt und unsere Erfahrung bestätigt. Was unsere Erwartungen erfüllt.

Die festen Meinungen, die wir haben, die Meinungen, die unserer Orientierung und Sicherheit dienen, sind leider sehr schwer aufzugeben. Denn wenn Sicherheit, Ordnung und Struktur wanken; sich wandeln, dann birgt das Ängste, die wir nur zu gerne vermeiden. Existenzielle Ängste.

Daher ist es so “schwer” jemanden zu überzeugen. Wie aber überzeuge ich? Mich, oder auch jemanden von mir, oder von sich selbst?

Dissoziation, Amnesie / Fugue

Aus dem Latein, von „trennen“ oder „schneiden“ bedeutet Dissoziation eine Trennung von Denken, Wahrnehmung, Handeln und Fühlen. In diesen Momenten gelingt es nicht mehr, uns als „Einheit“ zu verstehen.

Eine dissoziative Fugue kann Stunden, manchmal Wochen, manchmal sogar Monate anhalten. Betroffene scheinen dann vorübergehend bei der Arbeit zu fehlen, oder sie kommen mal viel später als üblich nach Hause. Wenn die Fugue für längere Zeiträume andauert, ist es dabei möglich, dass die betroffene Person z.B. weite Reisen unternimmt, oder einen neuen Job mit einer neuen Identität beginnt, und sich jedoch der Änderung in seinem Leben nicht bewusst wird; sich ggf. nicht erinnert.



M O M E N T

Wo bin ich hier und was ist passiert?

Mein Kopf tut weh...

Was ist das für ein Ort?

Und wie bin ich hierher gekommen?

Das Telefon klingelt und ich merke, dass auf einmal alles anders ist in mir. Ich mache kurz die Augen zu. Es dreht sich. Ich mache die Augen wieder auf. Es dreht sich noch mehr. Ich bekomme eine heiße Stirn. Ich fühle mir mit der Hand die Stirn ab. Sie fühlt sich schwitzig an. Wieso passiert das jetzt schon wieder? Ich schaue mich um und bin in einer ganz anderen Stadt. Ich stehe mitten auf einem Feld. Ich bekomme Herzklopfen. Ich laufe ein paar Schritte und sehe mein Auto am Straßenrand stehen. Der Wagen läuft und die Tür ist offen. Ich steige ein und versuche, mich zu konzentrieren. Ich schließe noch einmal bewusst die Augen. In mir fühlt es sich an, als würde mich eine Art „Sog“ ergreifen. Es zittert in mir. Ich mache die Augen auf und sehe, dass ich zu Hause bin auf meiner Couch. Alles ist so, wie immer. Wo war ich gerade?

Ich schaue nach, ob ich Schuhe anhabe. Vielleicht war ich draußen? Habe ich es vergessen? War das überhaupt real?

Oder nur ein Traum?

DREI TAGE WACH

Sie und ich

Ein neuer Tag und täglich grüßt das Murmeltier. Sie wacht auf und erinnert sich an nichts. Nach ein paar Indizien wird deutlich, schon wieder ist sie dissoziiert und hat alles vom Vortag abgeworfen. Vergessen zu speichern, kein ctrl-S.

Nachts kann es schwer sein. Wenn die Intrusionen kommen und sich zu Alpträumen vermischen, bei denen sie nicht unterscheiden kann, was denn nun Realität oder Traum, Erinnerung oder Flashback ist, in diesen Momenten kommt sie Ihrer Unsicherheit nah. Tagsüber plagt sie etwas anderes. Erinnerungslücken.

Ungewissheit und das nagende, quälende Fehlen von Informationen, von Sicherheit gebenden Faktoren. Von

Gewissheit. Nicht zu wissen, ob die eigene Wahrnehmung, die eigenen Gefühle oder die ureigenste Intuition zutreffend ist, oder ob sie unverlässlich oder auch trügerisch ist; ja, ob sie vielleicht sogar gegen sie arbeitet und sie hinter Licht führt. Es verändert ihr Leben dramatisch. Sie kann sich nicht mehr aufs Bauchgefühl verlassen, wird ängstlich, zögerlich. Sie friert ein. Die Medikamente fordern ihren Preis.

Zum einen ist es sehr angenehm für sie, viele dieser Schrecken nicht mehr zu erinnern, zum anderen ist es beängstigend, nur auf einen Teil der Erinnerung zugreifen zu können. Nie wirklich zu wissen, was genau passiert ist und mit der Enttäuschung der Umwelt zurecht zu kommen, wenn sie sich nicht erinnert. Es verändert sie. Sie wird eine andere.

”

Marceline, is it just you and me in the wreckage of the world?
That must be so confusing for a little girl.
And I know you're going to need me here with you.
But I'm losing myself, and I'm afraid you're gonna lose me too.

This magic keeps me alive, but it's making me crazy.
And I need to save you, but who's going to save me?
Please forgive me for whatever I do
when I don't remember you.

“

„Remember You“ von Rebecca Rea Sugar



Körper und ich

Wir beiden haben gestern starke Ängste durchlebt, aber wir leben zumindest noch, was? Ich dachte gestern wirklich wir sterben, aber wir leben noch. Puh, jedes Mal wieder dieser Ritt. Du machst mich fertig! Dieses Pokerspiel. Unser Spiel.

Ich weiß noch, wie unverständlich es mir war, dass du mich mit der Zeit so sehr abgelehnt hast, und ich dich, und wie lange es gedauert hat dem auf den Grund zu gehen, sprich, dass die Ursache dafür darin lag, dass du dich zu wenig gewertschätzt gefühlt hast, und ich mich; und Sorge vor der Auswirkung hattest, die diese Beziehung auf dich haben könnte. Die hatte ich auch. Ich habe gestern ernsthaft gedacht, wir überleben die Nacht nicht, aber wir leben noch.

Lass uns das beste daraus machen, was meinst du?

Selbstverletzendes Verhalten

Handlungen bewusster Schädigung des eigenen Körpers. Betroffene fügen sich Verletzungen zu, wenn sie sich verbrennen, sich piksen, kratzen, beißen oder schlagen.

”

Ich lebe noch.

Ich lebe noch

Ich lebe

Ich

—

“

„Ich lebe noch“ - Ezri 05/22



Anteile und ich

Ich verstehe mich selbst nicht wirklich. Mit der Zeit hab ich mich wohl verlaufen und bin mir so fremd geworden, dass ich dich, etwa in der Liebe, mit dem Wunsch nach Befreiung, völlig überfordere. Ich bedaure das. Und es tut mir leid. Ich muss meinen Glauben wiederfinden. Und mein Ich. Und dich.

Eine Art jüngere Version meiner selbst? Die Begegnung entstand und sie erschien im Schlafzimmer. Sie summt Kinderlieder. Sie erzählte Reime und schaukelte auf dem Bett herum. Ich war ein kleines Kind. Ich spielte mir an den Haaren. Bist du meine Freundin?

Intrusion / Flashback Depersonalisation / Derealisation

Unkontrollierbares und wiederkehrendes Erinnern und Wiedererleben traumatischer Ereignisse.

Symptome sind oft episodisch und schwinden meist in der Intensität. Episoden können nur wenige Stunden oder Tage andauern oder für Wochen, Monate oder manchmal Jahre. Für manche Menschen bleiben sie für Jahre oder Jahrzehnte ständig präsent.

”

Bist du meine Freundin?
Ich hab Angst, es ist so dunkel.
Wir sind auf dem Spielplatz.
Guck mal, wie lang meine Haare sind.
Ich hab Angst alleine.
Bist du da?
Passt du auf mich auf?

“

„Bist du meine Freundin?“ - Amélie 02/21



Kind und ich

Huhu! Ich find dich unglaublich toll. Du bist einfach Klasse. Ich mag dich. Wollen wir Freunde sein?

Ich würde so gern noch viel mehr von dir erfahren. Wer du bist und dich kennen lernen. Es ist so schön, dich zu sehen, wie du spielst, was du machst, wie du deine Welt erlebst. Ich freu mich immer, wenn ich dich sehe.

Wir teilen uns diesen Körper. Manchmal möchtest du durch meine Augen weinen. Manchmal durch meine Wangen lachen. Manchmal durch meinen Mund Süßigkeiten essen.

Das merke ich. Dann macht es mich im Kopf ganz schwindelig. Aber das darfst du! Immer! Denn es ist immer schön, wenn du da bist!

Multiple Persönlichkeitsstörung

Betroffene haben mehrere Identitäten. In ihrer Erinnerung alltäglicher oder persönlicher Ereignisse treten Lücken auf, das Verhalten kann sich schlagartig verändern. Meist weisen die dissoziativen Anteile völlig eigenständige und unterschiedliche charakterliche Eigenschaften auf.

”

Schnitzeljagd
Auf den großen Spielplatz
Durch den Wald gehen
Eis essen
Kanu fahren

“

„Kind“ - Amélie 07/20



Handwerk und ich

Ich wurde 1982 als Frühchen und zweites Kind meiner Eltern geboren. Die Schwangerschaft meiner Mutter war völlig anders verlaufen als die, welche 2 Jahre zuvor meinen Bruder hervorgebracht hatte. Meine Eltern dachten ich würde ein Mädchen, denn bei mir war alles anders. Während meine Mutter mit ihm aussah wie das blühende Leben, jedoch ständig mit Übelkeit zu kämpfen hatte, so war es bei mir exakt anders herum.

Mit leicht unterentwickelter Lunge und verschlossenen Gehörgängen zur Welt zu kommen, hatte zur Folge, dass ich die erste Zeit meines Lebens im Brutkasten verbrachte und das erste halbe Jahr meines Lebens nicht hören konnte. Für meine Eltern, die beide Musiker waren (sie Geigenlehrerin, er Solocellist), war das eine absolute Katastrophe. Ich erlangte irgendwann gewisse Hörfähigkeit, sollte mich jedoch den Großteil meiner Kindheit viel mehr mit Bronchialasthma von Anfall zu Anfall plagen.

Zu atmen, jedoch aufgrund der Verkrampfung der Lungenbläschen keine Luft zu haben, das ist mir noch immer unvergesslich. Die Beklemmung und Enge, und die irgendwann damit einhergehende Panik sollten meine

ständigen Begleiter werden. Auch wenn ich schon lange keinen Anfall mehr hatte, so erlebe ich dieses Gefühl noch immer, jedoch in einem anderen Kontext. Es sind insbesondere die sozialen Situationen, in denen es mir immer und immer wieder die Brust zuschnürt; in denen ich buchstäblich um Luft ringen muss. In denen es mich zittert.



Ich leb' daher die meiste Zeit in meinem Kopf. Meine Ideen brachte ich in sehr jungen Jahren in Form von kurzen und kleinen Gedankenfetzen zu Papier, und wenn ich hier und da mal durch eBay stöbere, fällt mir immer wieder die wunderschöne Olivetti Lettera auf, bei der ich mich sehr stark kontrollieren muss, sie nicht zu kaufen.

Denn da bin ich sprunghaft und kaufe Dinge, die ich nicht brauche. Dinge, an die ich mich nicht erinnere. Denn:

”

Dinge interessant, Dinge lame
Dinge bringen Fokus in das Game

“

„Dinge“ - *Deichkind*

Und den verliert man so leicht. Aber...

HEY FOKUS BITTE

Danke

Fokus und Aufmerksamkeit aufrecht zu erhalten, ist so unglaublich schwer geworden, das merke ich jetzt, da ich versuche, meine multiplen Anteile in mir zu harmonisieren. Oder wie es meine ältesten Freunde sagen würden: „ein Superheld zu werden“ oder „Geschichte zu schreiben“.

Die Aufmerksamkeit entscheidet letztendlich, ob das Ding Swing hat und somit darüber, ob es sich verkauft. Als jemand, der mit der Violine die erste Geige im Orchester gespielt, mit dem Bass in einer Jazz-Core Math-Metal-Band oder mit einer Deutschrap-Combo von den Docks in Hamburg bis nach Frankreich vor über 4000 Menschen auf der Bühne gestanden und seine eigens produzierte und

gepresste CD beworben hat, kann ich durchaus sagen, i hab' viel Schmääh g'fiat und sicherlich auch mal ein paar blutige Nasen bekommen. Ich bau' einfach gern Dinge auf. Und daddle.



Unterm Weihnachtsbaum ein Commodore C128, oder zu meinem Geburtstag ein Amiga 500. In der Computerfirma meines Dads baute ich mir einen PC aus Schrottteilen. 286er SX 25 MHz. Ich hatte meine eigene Mailbox und war der King mit dem 9600 Baud-Modem. Später, als einer der ersten Internetnutzer, faszinierte mich diese Welt durchaus.

Ich habe viel mit Webseiten herumgespielt, mit Text und Typografie, mit Bildern und Musik, manchmal aber auch mit zellenbasierter Gauß-Krüger-Ortung, und das bevor GPS cool wurde! Smart home und 3d-Drucker wurden im Eigenbau realisiert und selbst wenn ich mir die Platinen für meinen kleinen Hausroboter mit Toner und Bügeleisen im Keller selbst ätzte, ich tat vieles davon immer nur, um es zu tun; es zu verstehen.

Vermutlich war auch die Übersprungshandlung, mir einen 1976er Star Trek Flipper bei dieser ominösen neuen Webseite namens eBay - die mich später als eBay compatible application developer zertifizieren sollte - ausgerechnet in Magdeburg zu kaufen, um ihn zu restaurieren. Manchmal braucht es eine weite Fahrt und viel Anstrengung.

Das „wie funktioniert das“ war für mich dabei immer viel viel interessanter, als die Frage „ob das funktioniert?“. Und das

Meiste funktioniert. Zudem sind Prototypen cool und seien wir ehrlich: aus der Retorte kriegst du keine Elmo-Gitarre für Guitar Hero. Die musst du dir selbst basteln. Das habe ich getan. Einen Prototyp.

Neben der Suche nach meinem gestern verlorenen Portemonnaie, und einem anderen Typ - meinem verhinderten Künstler, dem das Benzin ausgegangen ist, und der nun irgendwo in der Stadt an der Straßenseite steht und auf meine Hilfe hofft, meinem Alltag, der irrwitziger nicht sein könnte - ich bezeichne ihn immer wieder als Real-satire - und meiner psychischen Gesundheit, die doch hier irgendwo auf der Strecke geblieben sein muss, habe ich also in der letzten Woche diesen neuen Bums gebaut.

OKAY ERKLÄR

Was los mit dir?

Also warum jetzt noch mal das alles?

Eigentlich, um damit eine Message zu kicken. Bestenfalls eine, um damit zu scoren wie in den 70s Jupp Heynckes.

Dafür brauch' ich aber ein Portfolio, das zeigt, was ich kann und ein Spektrum abbildet, das durch Wandelbarkeit und Individualität besticht. Ich habe also hier verschiedene Aspekte eines Alltagsprojekts abgebildet.

Dazu zählten in diesem Fall:

- Erstellung von Texten, Bildern und NFTs fürs Netz
- die Website selbst und deren Einrichtung
- Entwurf und Druck dazugehöriger Printmedien
- Einrichtung/Management Social-Media-Kanäle
- Audio- und Videoproduktion

Aber vor allem:

Eine Idee, und dich zum Stirnrunzeln zu bringen. Ich hab' damit sogar ein Angebot für einen Radiobeitrag bekommen. Das immerhin konnte ich tun. Was tun wir ab hier? Denn...

Ab hier stoße ich oft an Grenzen, denn wenn mein stack zu voll wird, braucht es Sicherheit. Und auch wenn ich mit Sicherheit behaupten kann, dass ich mit den Jahren so viel Verschiedenes selbst gemacht habe, ob als Angestellte so viele Stationen abgeklappert, als Unternehmende, Gesellschafternde in verschiedensten Branchen und Firmen, als senior developer mit Konfiguratoren und User Experiences für Einrichtungshäuser oder mobile Applikationen für Emailanbieter, oder als Team lead einer Entwicklungsabteilung einer Agentur für Markenbildung...

Es fehlt mir halt an Sicherheit dauerhafte und tragfähige Beziehungen zu pflegen. Ich weiß nicht, warum das so ist. Und vielleicht ist das gut so. Denn es zieht mich dorthin, wo es etwas neues zu verstehen gilt. Jetzt ist das bei dir.



ALSO WAS JETZT

Bisse doof?

Ich wiederhole mich...

Ganz ehrlich, ich weiß nicht, ob das was wird mit uns. Also ob das passt. Ich kann dich nicht überzeugen. Ich kann es dir nicht sagen. Das musst du selbst. Wissen, was du willst.

Ich weiß, was ich will und ich biete dir an, was ich habe. Und das ist folgendes:

Wir staffeln unsere Art der Zusammenarbeit.
Ist das okay für dich?

Ezri



writer creative director coach visionary artist
gatekeeper and the glue