

Impressum

Datenschutzerklärung

# Hartwig Kurt Distler

Literatur

... Literatur über meine wissenschaftliche Zeit

... meine Literatur in der Firma

... meine Literatur von und über Ezelheim / Ezla

... Literatur über mein Aneurysma und Schlaganfall

... mein Leben ...

Kindheit, Jugendzeit, Erwachsen werden die Lehr- und Wanderjahre ein Neues Leben

... der Neuanfang ...

der Neuanfang ich habe ein Leben geschenkt bekommen Dankeschön 2008-2009 2008-2009 / Englisch 12 ein halb sind seit  
meiner Krankheit vergangen das 13. Jahr 2018plus.php Jahreszeiten der Code

... das 13. Jahr ...

Wenn das Leben in 'grünen' Bahnen verläuft, also wenn es insgesamt immer wieder aufwärts geht, dann genießt man das. Aber was passiert, wenn man aus dieser Bahn geworfen wird. Wie kommt man dann wieder in die Bahn zurück. In meinem Leben sind zwei schwierige Situationen aufgetreten.

Das eine ist die Geschichte mit dem Konflikt zwischen Glauben, der Geborgenheit auf der einen Seite und auf der anderen Seite die Wissenschaft. Ich habe über 20 Jahre immer wieder mit mir gekämpft. Weil ich mit keiner der Philosophien zufrieden war. Die Folge war, dass ich mich nirgendwo zu Hause gefühlt habe. Es gab kein Heim. Auf der einen Seite die Wissenschaft mit guten Erklärungen wie Sachen funktionieren, auf der anderen Seite der Glaube, ein Heim wo man sich zu Hause fühlt. Die Folge davon war eine Reihe von Phobien und die Angst vor den Sterben. Mal ging alles ganz gut, aber wenn es mir schlecht ging, war ich fast wie gelähmt. Über Jahre habe ich versucht Glaube und Wissenschaft zu vereinen. Der Glaube, es ist eine schöne Gemeinschaft und auf der anderen Seite die großartigen Erkenntnisse der Wissenschaft. Immer wieder habe ich versucht die beiden miteinander zu vereinen. Das was mein Fehler. Als ich den gemerkt habe, dass beide Seiten ihre Existenzberechtigung für mich haben, dann wurde alles besser. Von beiden Seiten habe ich für mich das extrahiert was für mein Leben gut ist. Mit ca. 35 Jahren war die Lösung gefunden.

Der zweite Konflikt war das Aneurysma und der Schlaganfall im Alter von 37 Jahren. Früher war immer alles selbstverständlich. Eine kleine Verletzung im Gehirn,

hat mein Leben komplett umgekrempelt. Wieder Baby sein, Kindergarten, Schule und Studium. Auch beim zweiten Mal ging das bei mir nicht schneller oder besser. In diesem Prozess bin ich immer noch mittendrin. Momentan bin ich in der Endphase der Schulzeit (.>

### ... Schwerarbeit ...

Ich bin mit 37 Jahren an einem Aneurysma und einem Schlaganfall erkrankt. Bis 37. ging fast alles wie von allein. Alles was ich gemacht habe, das war immer selbstverständlich für mich. Lesen, schreiben, Mathe, Nachdenken, alles kein Problem. Ich habe gar nicht nachgedacht, dass ich, dass alles mal lernen musste. Es war immer selbstverständlich für mich da. Dann aber mit 37 kam die Kombination aus Aneurysma und Schlaganfall. Ein kleiner Teil meines Gehirns war defekt. Jetzt habe ich gemerkt, was ich früher alles konnte. Jetzt konnte ich nicht mehr. Alles ging wieder von vorne los. Buchstaben lernen, Wörter lernen usw. Jetzt nach 12-13 Jahren, bin ich ein ganzes Stück weitergekommen. Ich musste das volle Programm durchführen. Kindergarten, Schule und Studium das zweite Mal. Ich danke die beste Lösung wäre gewesen, wenn ich all diese Institutionen genutzt hätte. So wie ich es gemacht habe, das war sehr schwierig und anstrengend. Ich fühlte mich oft allein gelassen. Ganz zu Beginn habe ich gehofft, dass nach zwei Jahren alles wieder in Normale Bahnen kommen würde. Ein kleiner Fehlschluss. Sachen wieder lernen, die ich schon einmal konnte. Viele Sachen sind in meinem Gehirn noch da, aber ich habe keinen Zugriff darauf. Einige Sachen, waren komplett defekt, bei anderen Dingen habe ich es gesucht und dann auch teilweise gefunden. Das Lernen dauert lange. Wenn ich eins heute weiß, dass Lernen ist eine schöne Sache, es macht Spaß und bringt Freude, aber Lernen ist auch eine Schwerstarbeit. Ich habe keine Optimierung gefunden, dass ganz beim Zweiten mal etwas schneller zu machen. Ein wenig Jammern ist auch gut, denn danach geht es meiner Seele wieder ein wenig besser (-: . Aber ändern tut sich dann trotzdem nichts. Lernen ist Schwerarbeit! Macht aber auch ganz viel Spaß. Zu Anfangszeiten hatte ich überhaupt kein Gedächtnis. Stück für Stück lerne ich Dinge wieder. Ich musste wieder von vorne anfangen. Jetzt 13 Jahre später, habe ich immer noch mit vielen Sachen zu kämpfen. Wenn ich einen Satz sage, dann weiß ich am Ende nicht mehr, was ich am Anfang gesagt habe. Aber ich komme jeden Tag einen Schritt weiter. Kleine, aber feine Schritte. Aber alles dauert viel zu lange (-: .

### ... Glück ...

Wenn, wie gesagt alles gut geht, dann braucht man nicht drüber nachdenken. Bei mir ist aber etwas passiert, dass unser komplettes Familienleben verändert hat. Ich hatte eine kleine Familie, eine Firma mit viel Arbeit, alles war da im grünen Bereich. Dann kamen das Aneurysma und der Schlaganfall und wir mussten unser Aller Leben komplett umstellen. Ich war vom Büro mit dem Fahrrad unterwegs. Bin dann beim Fahrradfahren einfach umgefallen. Ich habe für fünf Wochen nichts mehr mitbekommen. Ein Problem meines Lebens war gelöst. Ich habe gelernt, wie schnell das mit dem Sterben gehen kann. Ich war einfach weg. Aber für mich war jetzt einfach klar, dass ich vor dem Sterben keine Angst haben muss. Für mich eine sehr wichtige Erkenntnis. Das hat es auch einfacher gemacht, mit den Folgeerscheinungen umzugehen. Für mich war klar, dass ich eine Menge Glück gehabt, habe. Mein Glück war, dass ich unterwegs war. Es wurde sofort erste Hilfe geleistet. Wäre das alles im Büro passiert - ich war allein an diesem Tag - dann wäre es das gewesen. Tausend Schutzengel haben mir dabeigestanden.

### ... Vom Macher in die Bedeutungslosigkeit ...

Aber es war auch schwierig mit den Folgeerscheinungen umzugehen. Für mich war es der Schritt vom Macher in die Bedeutungslosigkeit. Mein Gehirn war nicht mehr in Funktion. Aber ich denke auch, dass es ganz gut war, dass ich das überhaupt nicht verstanden habe. Denn hätte ich das von Anfang an alles gewusst, wie lange das dauert, dann wäre es wahrscheinlich schwieriger geworden.

### ... Hilfe Annehmen ...

Ich musste lernen, wie man Hilfe annehmen darf. Ich war auf anderer Leute Hilfe angewiesen. Schritt für Schritt musste ich wieder von vorne anfangen. Das ist schwierig, aber es hat sich auch gezeigt, dass es geht. Kleine Schritte nicht, nicht aufgeben.

### ... Änderungen ..

Schwierig war es auch für mein Umfeld. Besonders schwer war es für meine Frau. Unsere Tochter war damals 8 Monate alt. Annett musste nun die komplette Familie übernehmen. Auf der einen Seite das Kleinkind, auf der anderen Seite, ein Mann der sein Gedächtnis verloren hat. Ich war erst in der Klinik und dann fast ein halbes Jahr auf Reha. Sie musste alles übernehmen, zusätzlich hat sie mich jeden Tag besucht. Dieser Teil der Geschichte fand noch in Berlin statt. Wir waren in eine sportliche Wohnung für junge Leute gezogen (-: Im 5. Stock ohne Aufzug. Sie musste jeden Tag mit Maya mehrere Male da hoch- und runter. Maya war noch weit davon entfernt, an das Laufen zu Denken. Ich hatte kurz vorher ein neues Büro angemietet. Der Mietvertrag war für 3. Jahre abgeschlossen und es war ganz schön schwierig für die Annett da wieder heraus zu kommen. Annett ist alle paar Tage mit Maya zum Vermieter gegangen. Aber die waren anfangs sehr unerbittlich. Ich denke, es hat 4 oder 5 Monate gedauert, bis der Mietvertrag aufgelöst wurde.

### ... Wie geht es weiter ...

Jeden Tag die Frage, wie geht es weiter? Wird es schnell wieder gut oder wird es seine Zeit dauern, oder wird es mit dem Hartwig überhaupt nichts mehr! Kunden von mir kamen an und wollten Zwischenergebnis abholen. Der Hartwig hatte aber das komplette Rechnersystem durch einen Code laufen lassen - neu Deutsch encrypted, der es für die Allgemeinheit unbrauchbar machte. Es war also verschlüsselt. Man brauchte dafür ein Passwort, aber der Hartwig hat dieses Passwort nicht aufgehoben, sondern nur in seinem Gehirn gehabt, aber da war kein brauchbares Gehirn beim Hartwig. Das Passwort war verloren. Diese Sicherheitsmechanismen sollte man machen. Man will ja dem Kunden zeigen, dass seine Daten in guten Händen sind. Aber daran hatte ich nie gedacht, dass so etwas passieren könnte. Da ich immer auch viele Backups hatte auf CD, DVD und BD-R (50 GB), hat es dann irgendwann doch funktioniert.

### ... von Berlin nach Ezelheim ...

Wir sind dann nach eineinhalb Jahren von Berlin nach Ezelheim gezogen. Das war für Annett eine große Umstellung. Glücklicherweise hat sie ganz schnell eine Arbeit bekommen. Aber es ist einfach eine große Umstellung gewesen. Eine sehr große Umstellung war das auch für Bernd und Helga. Es sind ja doch 500 Km. Da kann man nicht einfach so mal rüberfahren. Danke, dass ihr, dass ermöglicht habt. Vielen Dank auch an meine Eltern, dass wir zu euch ziehen durften. Annett konnte Arbeiten, und konnte sicher sein, dass Maya und Hartwig gut aufgehoben waren.

### .. Dankeschön ...

Man sieht auch, welche Kreise so etwas hinter sich herzieht. Vielen Dank Euch Allen, dass ihr mir das ermöglicht habt, weiter ein Teil der Familie zu bleiben. Vielen Dank an die Annett, vielen Dank an die Maya, vielen Dank an Heinrich und Lina, vielen Dank Bernd und Helge, die Familie Hirth, die Familie Schor, dass ihr mir das ermöglicht habt. Eine große Familie zu sein. Danke sehr.

### ... Wie geht es weiter ...

Wie ging es wieder? Ich habe also wieder gelernt. Von der Bilderkennung - Bildern Wörter zuweisen, Abc, Mathe, die Sprache in Rede Form, die Sprache geschrieben und ganz viele andere Sachen. Ich bin immer noch erstaunt, wie viele Sachen man im Leben wieder lernen muss. Und wie gesagt, bei mir ging es auch beim zweiten Mal nicht schneller. Ich wusste ja eigentlich wohin ich wollte. Mein Kopf ist schon vollgestopft mit Wissen. Ich komme aber da nicht heran oder nur ganz schwer. Statt einmal etwas zu Sagen und dann geht es, das geht bei mir nicht. Ich muss erst 100-mal hinhören, es immer wieder in einem bestimmten Zeitraum wiederholen, um es im mein Gedächtnis zu bekommen.

### ... Arbeitsspeicher ...

Es sind seit dem Auftreten des Aneurysmas und des Schlaganfalls 12 ½ Jahre vergangen. Es sind ganz viele kleine Schritte passiert. Bestimmte Sachen kann ich jetzt reibungslos wieder machen. Eine großartige Sache! Es sind aber auch noch einige Sachen zu schaffen. Es geht halt alles immer noch mit angezogener Handbremse und einem kleinen Arbeitsspeicher. Ich bin immer noch ein, Ein-Prozessor System. Wichtig war, dass ich nie aufgegeben habe. Es gibt einfach Mut, da weiter zu machen. Wenn ich jetzt an einem Gedanken dran bin, dann geht es schön ganz gut. Aber wenn ich versuche den Gedanken zu erweitern und neue Aspekte rein zu bringen, dann habe ich immer noch große Schwierigkeiten. Ich spreche jetzt über Gedanken, die schon in meinen Kopf drin sind, aber ich habe keinen schnellen und einfachen Zugriff darauf. Wenn ich dann wieder auf ein neues Stichwort oder eine Gedankenwelt stoße, dann kann ich mich da aufhalten. Aber es fehlt die Verknüpfung zwischen den Gedanken. Es ist immer noch eine sehr eindimensionale Welt. Aber genau das macht große Teile unseres Gehirns aus, dass man Dinge schnell miteinander kombinieren kann. Man kann schnell hin und her zwischen Gedanken springen. Und ein Großteil bleibt für eine gewisse Zeit in unserem Gehirn enthalten. Das fehlt bei mir immer noch. Bei mir muss ich, wenn ich in einer Gedankenwelt war, erst mal einen Reset-Knopf drücken, einen Moment warten und dann geht es wieder. Ich denke, das hat viel damit zu tun, dass der Arbeitsspeicher in meinem Gehirn noch nicht ausreichend strukturiert ist, um ganze Netze füllen zu können.

### ... Alle in meinem Umfeld waren für mich da ...

Alle in meinem Umfeld waren für mich da. Das war ganz, ganz wichtig. Ganz klar, die Arbeiten, die zu machen waren, sei es auf den Hof, aber auch im Büro, da musste ich mich allein durchkämpfen. Das habe ich auch gut gemacht! Aber wichtig war, dass das Umfeld gestimmt hat. Einfach mal mit jemanden kurz reden zu können, das ist so finde ich ganz, ganz wichtig.

### ... Hilfe ...

Am Anfang der Krankheit war es wirklich so, dass ich zu nichts mehr zu gebrauchen war. Ich war da, aber das war es schon. Ansonsten war ich immer auf Hilfe aus meinem Umfeld angewiesen. In einer Sekunde vom viel Macher in die Nutzlosigkeit gefallen. Froh, dass ich immer noch leben durfte auf den einen Seite, aber auf der anderen Seite eine komplette Umstellung vom viel Können in die Bedeutungslosigkeit. Sich Schritt für Schritt alles wieder erarbeiten zu müssen.

### ... Fotografieren ...

Ich fotografiere seit ca. 20 Jahren. Bin ein Kind der Digitalfotografie. Ich mache ganz viele Fotos und sortiere dann aus, was brauchbar ist, und was nicht. Bei der analogen Fotografie wäre ich komplett aufgeworfen. Als Kamera habe ich jetzt eine Nikon D3200. In der Digitalfotografie hat sich in den letzten Jahren sehr viel

getan. Fast jeder hat entweder einen Fotoapparat oder verwendet das Handy. Ich verwende sehr oft den automatischen Modus, da erledigt die Kamera einen Großteil der Hauptarbeit. Kein Thema, was man fotografiert und wie, das ist ein immerwährender Lernprozess. Ganz klar, wenn ich z.B. Sonnen auf- und Untergänge fotografiere, dann arbeite ich viel mit anderen Modi der Kamera. Ich fotografiere sehr viel Pflanzen und Natur, mit dem bewegten Sachen habe ich immer noch so meine Schwierigkeiten. Das Schöne an der Fotografie ist, dass man sich die Zeit nimmt ein Objekt zu betrachten. Sonst gehe ich ganz unbewusst einfach an Objekten vorbei. Das großartige ist auch man lernt niemals aus. Da gibt es immer wieder neue Dinge, die man lernen kann. Ich habe zu Zeit beispielsweise Schwierigkeiten bestimmte Beleuchtungen zu fotografieren. Wenn man draußen fotografiert, da ist man von ganz vielen Faktoren abhängig. Was an einen Tag gut zu fotografieren ist, das geht am nächsten Tag gar nicht, Brrrrrr. Ein leichter Nebel, beispielsweise und schon geht es nicht mehr so gut, wie am Tag vorher. Immer spannend.

Während meiner Krankheit, da konnte ich die ersten zwei Jahre gar nicht mehr fotografieren. Das war einfach zu schwierig für mich. Allein das Einschalten der Kamera und dann den Betrieb aufnehmen war nicht möglich. Dann nach zwei Jahren, habe ich mich Stück für Stück wieder herangetastet an das Fotografieren. Am Anfang war es Schwerstarbeit, jetzt hat es sich vielfach automatisiert. Es macht einfach viel Spaß!

### ... Perfektionismus ...

Mein Hang zum Perfektionismus hat auch seine gute Seite. Ich gebe nur ganz schwer etwas auf. Ich versuche immer wieder neue Varianten bis ich dann das kann was ich erreichen wollte. Das war für mich währen meiner Krankheit sehr, sehr viel wert. Nie aufgeben, es gibt für Sachen immer eine Lösung. Wie bereits erwähnt, der Hang zu Perfektionismus ist auch schon besser geworden (-..

### ... Faktor Zeit ...

Zeit ist ein Faktor. Ich hätte nicht geglaubt, wie lange es dauert wieder in die Normalität zu kommen. Zu der Zeit als ich krank geworden bin, hat man an vielen Stellen noch oft gesagt, wenn zwei Jahre vergangen sind, dann gibt es keine Weiterentwicklung mehr. Aber das ist sicherlich falsch. Ich bin im Stadium 12 Jahre und Stück für Stück lerne ich wieder Grundlagen, die ich vor meiner Krankheit sehr gut konnte.

### ... Was ist kaputt gegangen? ...

Ich habe große Gesichtsfeldausfälle, das Sprachzentrum war zu Unordnung gekommen, das Gedächtnis war schwer in Mitleidenschaft gezogen (das betrifft Kurz-, Arbeitszeit- und auch Langzeit-Gedächtnis), das Schmerzempfinden und die Träume.

Die Gesichtsfeldausfälle merke ich überhaupt nicht, aber Untersuchungen haben gezeigt, dass einige Bereiche nicht mehr funktionieren. Ich merke das nur, wenn ich etwas z.B. auf den Frühstückstisch nicht finden kann. Erst wenn ich dann die Augen an die Stelle bewege, wo das schärfste Sehen ist, dann taucht es plötzlich wieder auf.

Die Gesichtsfeldausfälle merke ich überhaupt nicht, aber Untersuchungen haben gezeigt, dass einige Bereiche nicht mehr funktionieren. Ich merke das nur, wenn ich etwas z.B. auf den Frühstückstisch nicht finden kann. Erst wenn ich dann die Augen an die Stelle bewege, wo das schärfste sehen ist, dann taucht es plötzlich wieder auf.

Gedächtnis: am Anfang waren Kurzzeit, Mittelfristiges und Langzeitgedächtnis sehr betroffen. Erstaunlicherweise nahm das Langzeitgedächtnis als erstes wieder Funktionen an. Dann kam das kurzfristige Gedächtnis. Nur wenn ich etwas merken muss, was vor mehr als 20 Sekunden passiert ist, da habe ich noch große Probleme.

Schmerzempfinden: Ich habe kaum mehr Schmerzempfinden. Manchmal ist das gar nicht so schlecht (-:, aber manchmal ist das auch ganz gefährlich. Das Ganze hat sich über die 12 Jahre gebessert, ist aber noch nicht normal.

Anfangs hatte ich keine Träume mehr. Das geht inzwischen wieder.

Wäre z.B. der Mandel-Kern betroffen gewesen, hätte ich keine Motivation mehr und das ganze wäre vielleicht unlösbar gewesen. Oder wären im Hirnstamm Ausfälle aufgetreten, ich hätte wahrscheinlich keine Chance mehr gehabt. So wie jetzt habe ich immer noch die Chance mich weiterentwickeln zu können.

### ... Operation ...

Während ich auf der Intensive-Station war, also im August 2005, da von weiß ich überhaupt nichts mehr. Mein Kopf wurde an zwei Stellen geöffnet. Das Schwierig war, dass der Wasserablauf in meinem Körper nicht mehr funktioniert hat. Der Körper musste Not entwässert werden. Die Notentwässerung ging dann vom Vorderen Kopf nach unten in Richtung des Nabels. Die Kanäle, die verlegt worden sind, sind noch da. Sie sind auch spürbar. Auf der Intensiv-Phase war ich über fünf Wochen. Dann würde ich zur Reha zu Reha gebracht. Das Ganze ging über vier bis fünf Monate. Nach der Operation war meine Leistungsfähigkeit auf 10% beschränkt.

Die Behebung des Aneurysmas und des Schlaganfalls war schwierig, die Ärzte haben sich erst ein Jahr später entschieden mich nochmal zu operieren. Anfangs haben die Ärzte gesagt, dass es zu schwierig wäre an diese Stelle zu kommen. Aber nach einiger Zeit haben sie es doch gewagt. Jetzt bin ich wieder voll leistungsfähig. Vielen Dank an die Ärzte und auch das Personal der Klinik! Die Operation wurde unten an der Leiste begonnen, dann wurden Mini-Geräte eingesetzt, um an meinem Kopf zu kommen. Einfach fantastisch! Die Operation war zwar mit einem gewissen Risiko behaftet, aber wir wollten das unbedingt wagen. Zu dieser Zeit war diese Operation kaum gemacht worden.

### ... Kontinuität und Motivation ...

Ich habe für mich die Erfahrung gemacht, dass wenn ich mich anstrenge, wenn ich eine gewisse Kontinuität an den Tag lege, wenn ich motiviert, wenn ich positiv eingestellt bin, dann kann ich vieles erreichen. Wenn diese Sachen stimmen, dann kann ich Fortschritte machen. Wie groß diese sind, ist für mich immer schwer einzuschätzen. Aber es sind Fortschritte zu sehen, vielleicht nicht das, was ich erreichen wollte, aber doch Fortschritte.



### ... Speicher und Motivation ...

Ich finde es immer wieder fantastisch, was alles in unser Gehirn reingeht. Was wir alles an Erlebnissen haben und viele Sachen bleiben da im Kopf ,hängen'. Ganz klar, je älter ich werde, desto schwieriger ist das. Ich habe mir als Jugendlicher eine Sache fast sofort merken können. Je älter ich geworden bin, desto länger hat es gedauert. Ich musste das Ganze oft wiederholen. Ich denke, dass dies einfach eine Speicherbegrenzungsfrage ist. Je mehr wir wissen, desto länger dauert es einen neuen Gedächtnisinhalte abzuspeichern zu können.

Da gibt es sicherlich gute Gründe dafür, warum das bei mir so schlecht geht. Warum weiß ich aber nicht! Das dauerhafte Abspeichern neuer Gedächtnisinhalte ist immer noch schwierig. Aber es sind gute Fortschritte zu merken. Zuerst gar kein Gedächtnis, dann Buchstaben, dann Silben, dann Wörter und nun habe ich ca. 20 Sekunden Gedächtnis.

### .. was mir immer noch auffällt: Rechtschreibung ...

Wenn ich etwas aufschreibe und dann nachher in Word in 'Rechtschreibung und Grammatik' gehe, dann werde ich immer noch erschlagen über die Vielzahl von Fehlern, die ich mache. Fast jedes dritte Wort ist dann mit rot oder blau markiert (Fehler oder Anregungen). Gut, dass es Word gibt! Aber es zeigt auch, dass da noch viel Übungsbedarf ist. Wenn ich nur Sprechen muss, dann sind es die bekannten Schwierigkeiten, die ich habe - ich habe den Satz gesprochen und weiß am Ende nicht mehr was ich am Anfang gesagt habe wörtlich gesagt habe. Da fehlt in meinem Kopf immer noch die wirkliche Kontrollinstanz.

Für mich ist folgende Übung auch gut. Ich schreibe etwas nieder, aber ohne die Prüfung 'Rechtschreibung und Grammatik' anzuschalten. Ich schreibe das in Word auf, und führe dann noch einmal eine eigene Prüfung durch, ob alles richtig ist. Wenn ich es dann so mache, zeigt sich, dass, da noch viele im Argen ist. Wenn ich dann 'Rechtschreibung und Grammatik' prüfe, dann lerne ich dazu.

### ... Abwechslung ...

Es hat sich für mich bewährt zwischen Handarbeit und Arbeit am PC abwechseln zu dürfen. Ganz am Anfang war ich ja schon nach ein paar Minuten völlig erschöpft. Jetzt gehen die Sachen gut von der Hand. Wir haben einen Bauernhof zu Hause, oder besser gesagt einen Hof der still gelegt wurde. Es geht jetzt darum, dass ganz schön zu machen (-: Für mich passt das wie die Faust aufs Auge. Es gibt eine Vielzahl von Beschäftigungen, die ich machen kann. Viele Arbeiten habe ich auch früher auf dem Hof erledigen dürfen, ich meine jetzt in jungen Jahren (bis 20). Durch die Gehirnblutung musste ich aber vieles wieder Lernen. Und da hat sich gezeigt, dass es großartig funktioniert. Vor allem ist es gut, wenn ich Arbeiten machen darf, die einen Automatismus erfordern. Das ist z.B. beim Streichen von

Wänden der Fall. Da ist eine gute Regelmäßigkeit dahinter und irgendwann wird es dann wahrscheinlich auch zum Automatismus. Ich kann da ja auch immer ein wenig Abwechslung reinbringen. Auf der einen Seite großflächig Streichen und dann an den Rändern die Details.

Also auf den einen Seite die handwerklichen Arbeiten, auf der anderen Seite, die Arbeit am PC. Bei der Arbeit am PC gilt das Gleiche: Sachen, die ich immer wieder machen darf, die werden irgendwann automatisch gemacht werden. Heute sich einige Sachen wieder automatisiert, früher war schon das Wechseln eins Verzeichnisses schwere Arbeit. Heute mache ich die Webseite von [www.hartwig-distler.de](http://www.hartwig-distler.de). Da habe ich zum einem wieder das Photographien gelernt und zum anderem die Web-Seite erstellt. Kein Thema, die Web-Profis können das sicher um Klassen besser, aber diese Schritte sind für mich sehr viel Wert. Ich schaffe es Stück für Stück wieder mich an solche Sachen zu gewöhnen. Es ist immer noch so, dass ich für solche Arbeiten Alleinsein sollte, sobald jemand etwas sagt, dann bin ich aus dem Konzept gebracht. Die Vorgänge sind immer noch sehr langsam, aber Stück für Stück wird das ein wenig besser.

### ... Wie ich schon gesagt habe ...

Hätte ich einen Wunsch frei, dann würde ich gerne das Leben vor dem 11.08.2005 wählen. Ein paar kleine Änderungen, aber sonst hätte ich keine Änderungswünsche (-: Das war genau das Richtige! Das Aneurysma / Schlaganfall hat sehr viel in Unordnung gebracht. Ich habe viel gelernt in dieser Zeit. Es war aber auch in den 12 Jahren eine anstrengende Zeit für die Familie. Es ist für mich immer noch unklar, ob ich es schaffe, wieder zurück zu kommen in die Normalität. Aber ich habe ja auch gesagt, hätte ich einen Wunsch frei ....

### ... Was war das Schwierig an dieser Zeit?

Schwierig war, mein Leben so einzurichten, dass ich Ziele hatte. Das Leben so zu strukturieren, dass die Anforderungen, die an mich gestellt werden an mich angepasst sind / waren. Angefangen hat das ganz mit den Memory-Karten, erste Sprachübungen und dann ging es Schritt für Schritt so weiter. Erste Erfahrungen am PC, dann der Umzug von Berlin nach Ezelheim, immer wieder Lernen, aber auch versuchen sich dafür zu belohnen. Viele der Sachen, die ich gemacht habe, würde ich im normalen Leben nicht oder nur ungern machen wollen. Das Lernen am PC, Stück für Stück das wieder Erlernen, was ich schön einmal konnte. Manchmal denke ich, irgendwann muss es doch einen Bub machen und das Ganze ist in meinem Gehirn wieder verfügbar. Ich habe immer noch sehr viel Wissen, aber ich komme da nicht ran, oder es dauert ganz, ganz lange.

Wenn ich an Arbeiten auf den Hof denke, dann kommen mir folgende Sachen in den Sinn: Hofkehren, im Winter Schnee schippen, im Haus staubsauge ich, bin mit dem Fahrrad und einem Anhänger in einem Nachbarort gefahren, um Sachen einzukaufen, habe mir sehr viele handwerkliche Sachen wieder angeeignet. Früher hätte ich zu diesen Arbeiten gesagt: wenn es denn sein muss! Jetzt sage ich Danke, dass ich diese Arbeiten machen darf. Meine Familie hat mir die Kontrolle über diese Arbeiten übergeben. Und Schritt für Schritt komme ich einen Schritt weiter. Ich muss jede Sache immer unendlich oft wiederholen, bis dann die neue Sache Einlass in mein Gehirn bekommen.

### ... Kurzes Gedächtnis ...

Folgendes Spiel, dass ich inzwischen lieb gewonnen habe. Ich denke an was bestimmtes. Präge mir das ein. Dann mach ich etwas anderes, bewegen mich oder gehe woanders hin. Dann versuche ich mich an das vorherige zu erinnern. Kein Thema, bei diesem Spiel ist dann öfters auch ein wenig Schummel im Spiel. Die ersten paar Jahre habe ich bei diesem Spiel immer verloren. Nach einer oder ein paar Minuten war alles weg. Ich habe aber nie aufgegeben. Und irgendwann hat es dann doch funktioniert. Ich wusste, was ich vorher mir ausgedacht hatte. Das Spiel kann man natürlich in verschiedenen Stufen variieren. Man kann dann auch an mehrere Sachen gleichzeitig denken. Da gibt es eine Vielzahl von Variationen. Das schöne ist dann, wenn man endlich was weiß, ein lautes Hurra zu rufen. Das tut gut.

### ... Stichwortgedächtnis ...

Wenn ich jetzt was höre oder mache, dann habe ich zumindest ein paar Stichwörter, die ich damit verbinde. Das war ein großer Schritt. Aber ich kann immer noch keine wirkliche Geschichte aus den Sachen machen. Vor meiner Krankheit sind mir dann ganz viele Sachen zu diesem Stichwort eingefallen. Jetzt habe ich das Stichwort, aber bleibe dann da hängen.

### ... Flobig ...

Wenn ich über meine Krankheit spreche, dann versuche ich es locker wirken zu lassen. Aber das ist es nicht wirklich. Meine ganze Familie ist von meiner Krankheit betroffen. Alle mussten ihr Leben ändern.

### ... Aktiv und Passiv ...

Wenn ich etwas selbst unter Kontrolle habe, dann ist es viel einfacher, damit hantieren zu können. Dagegen ist es für mich sehr schwierig, wenn jemand etwas sagt, was ich nicht wirklich verstehe. Ich rede hier nicht über schwierige Wörter oder Fremdwörter, sondern über ganz einfache Sachen. Sachen, die zum normalen Menschen gehören, aber die Anordnung von Dingen oder Sachen ist in meinem Gehirn verloren, oder vielleicht auch nur verschüttet worden. Wenn ich dagegen der aktive Teil bin, also der Macher, dann geht das viel besser. Dagegen ist der Passive Teil immer noch schwierig. Wenn also jemand anderes was sagt, was ich z.B. tun soll.

### ... HTML, etc. ...

Die Seiten sind in HTML, JavaScript, Css, bootstrap und ein wenig php geschrieben. Ich fange die Geschichte mit Word an. Und dann Versuche ich das Ganze in HTML, etc. zu konvertieren. Es ist eine gute Übung für mich. Ich brauche das oft und immer wieder und das ist gut so. Das Prozedere habe ich sehr oft gemacht.

### ... Publikum ...

Es ist eine gute Übung für mich, anderen Menschen zu hören zu müssen, das erweitert den Wortschatz und bringt andere Satzkonstruktionen mit sich. Mein aktiver Wortschatz ist immer noch sehr gering. Wenn ich an die Zeit vor meiner Krankheit denke, da hatte ich eine Reihe von Synonymen und Alternativen verwendet.

Wenn ich in meinem Umfeld viele Leute habe, die etwas Sprechen, dann bin ich immer noch überfordert. Ich kann mich dann nicht wirklich auf eine Person konzentrieren, sondern am Ende ist nur noch ein Stimmengewirr in meinem Gehirn. Ich möchte dann am Liebsten davonlaufen.

Ich musste vor ein paar Monaten etwas Vortragen bei einer Versammlung. Es waren ca. 30 Personen Anwesenden. Ich habe über Tage vorher, die Sachen immer wieder geübt und geübt. Als dann der Vortrag kam, da war wieder alles weg. Kein Thema, ich war nervös, aber auch durch die beschränkten Mittel, die mir zur Verfügung stehen. Wie gesagt, es ist immer noch so, dass ich am Ende eines Satzes, dass was ich vorher gesagt habe zumindest teilweise vergessen habe. Ich habe dann auch keine Alternativen mehr um das einfach weiter Stricken zu können. Ich muss dann einfach hoffen, dass kein solcher Fall auftritt und versuchen, das was ich sagen will rüber zu bringen. An dieser Stelle habe ich keine Alternativen, nach anderen Lösungen zu suchen.

### ... Arbeit am Gedächtnis ...

Als ich krank wurde, und mein Gedächtnis verloren habe, war trotzdem in meinem Gehirn etwas, was meine Grundeinstellung zum Leben definiert. Auch meine Ausbildung in den Naturwissenschaften und der Psychologie war zumindest von Gefühl her noch da. Ich tue mich schwer, das Ganze auszudrücken.

Gerade am Anfang war mein Gehirn so langsam und träge, dass ich kaum was gefunden habe. Aber zumindest was die Grundeinstellung anging, die war immer noch da. Jetzt über die Jahre wird das Wissen wiederaufgebaut. Mein Wissen ist zu großen Teilen immer noch da, aber ich komme nicht heran oder nur sehr schwer und sehr langsam. Das hängt oft auch von kleinen Sachen ab, aber bin ich erst mal auf eine Sache gestoßen, dann kann ich die Sache rekonstruieren. Ich muss oft auf den Zufall warten. Wenn ich aber etwas beendet habe, dann kann ich inzwischen ganz gut damit Arbeiten. Mein Gehirn ist momentan eine Ansammlung dieser Sachen. Was mir oft noch fehlt, sich die Geschichten, die daraus entstehen. Das heißt die Verknüpfungen die da entstehen. Momentan ist das immer noch eine Ansammlung Zufällen. Und kein wirkliches Denken.

Als ich krank wurde, haben wir auch professionelle Unterstützung bekommen. Einmal pro Woche Sprachtherapie, Ergologische Therapie und ein psychologisches Betreuen. Nach eineinhalb Jahren hat dann die Sprachtherapeuten zu mir gesagt, so das reicht jetzt, jetzt heißt es einfach Üben, Üben und nochmal Üben. Die Grundkenntnisse sind da, jetzt müssen sie einfach Üben. In diesem Zeitraum sind wir von Berlin nach Ezelheim gezogen. Ein neuer Abschnitt unseres Lebens hat begonnen.

Es war dann und ist immer noch Üben, Üben, Üben angesagt. Die Therapien waren wirklich Gold wert. Weil es in dieser Zeit für mich schwierig war, eigene Sachen zu machen. Aber dann ist Schritt für Schritt der Forschergeist in mir wiederbelebt worden. Ich denke mir jede Woche viele Sachen aus, die man dann als Übung machen könnte. Wie das so ist im Leben, die meisten Ideen zerschlagen sich dann wieder, aber bei ein paar Ideen bleibt dann doch was hängen. Der Forschergeist in mir ist ständig am Werkeln. Was schwierig ist, ist die Tatsache, dass es immer eine gewisse Zeit dauert, bis man entscheiden kann, ob etwas wirklich hilft oder ob es vielleicht sogar kontraproduktiv ist. Aber die Initiative ist für mich sehr wichtig. Ich kann dazu beitragen, wieder Schritt für Schritt vorwärts zu kommen. Viele Sachen gehen dann auch erst zu einem bestimmten Zeitpunkt. Was habe ich mich mit dem Zählen geplagt. Sobald eine Zahl größer als 10 war, da war ich überlastet. Habe eine Vielzahl von Sachen probiert / getestet. Erst als mein Gehirn in der Lage war zweistellige Zahlen am Stück machen zu können, dann ging es bergauf. Aber es war trotz allem gut, weil ich mich sehr viel damit beschäftigt habe. Und wo ein Problem ist, da gibt es dann auch irgendwann Lösungsmöglichkeiten.

Dass mein Gehirn nicht genug Arbeitsspeicher zur Verfügung hat, war und ist eine meiner Schwierigkeiten. Aber wenn man eine Sache immer wieder macht, dann bleibt es irgendwann mal im Gehirn hängen. Es erfordert eine ganze Menge Geduld und viel Spucke.

### ... das Glas ...

Meine Device lautet: das Glas ist halb-voll und nicht halt leer. Mengenmäßig ist ja das Gleiche. Aber ich versuche eben dann das Glas noch ein klein wenig voller zu machen. Eben das Gute an den Sachen zu Sehen.

### ... Bücher ...

Ich habe in meinem Studium - also weit vor Aneurysma / Schlaganfall - auch ganz viele Belletristik gelesen. Heute scheitert es immer noch daran, dass mir das Lesen noch immer sehr schwerfällt. Nach einer viertel-stunde muss ich eine kleine Pause machen, um dann weiter machen zu können. Das Lesen, natürlich auch das Schreiben ist immer noch sehr anstrengend für mich. Es ist eben immer noch schwere Arbeit und noch nicht automatisiert. Da wünsche ich mir sehr, dass es wieder ein Automatismus wird, dass es halt von allein geht und ich an einem Stück viel lesen kann. Denn Lesen macht schon Spaß. Wissenschaftliche Artikel zu lesen, das kann ich noch nicht wirklich. Da scheitert es dann am Wortschatz und an meinem Gedächtnis. Man muss bei wissenschaftlichen Artigen mit und nachdenken.

### ... Verknüpfung ...

Ich kann heute einen Gedanken zu Ende machen, aber dann fehlt es mir an der Fähigkeit die Gedanken mit miteinander zu verknüpfen. Ich muss dann ein wenig auf den Zufall hoffen, dass wieder etwas eintritt, und dann kann ich diesen Gedanken neu erstellen. Was fehlt, ist einfach eine große Geschichte machen zu können. Ohne dabei wirklich viel nachdenken zu müssen. Es fehlen dann die Verknüpfung. Aber ich freue mich sehr daran, was ich jetzt geschafft habe, einen Gedanken abzuschließen. Vorher habe ich erst Buchstaben, dann Silben, dann Wörter und jetzt schön kleine Gedankenwelten. Jetzt fehlt die große Geschichte. Aber heute freue ich mich schon wie ein Kuller-Keks, wenn ich durch Zufall auf eine neue Gedankenwelt stoße und kann dann daran arbeiten.

### ... das Aufschreiben ...

Das Aufschreiben meines bisherigen Lebens, das ist auch eine gute Übung für mich. Ich muss lesen, ich muss schreiben und werde irgendwann versuchen müssen Struktur rein zu bringen. Da bin ich schon sehr gespannt darauf. Jetzt sind es viele kleine Geschichten, aber es ist noch keine große Geschichte. Wie gesagt, da bin ich schon sehr gespannt darauf wie ich das machen werde (-:.

### ... körperliche Leistungsfähigkeit ...

Die körperliche Leistungsfähigkeit war in den ersten Monaten sehr eingeschränkt. Die Ärzte haben gesagt, nur bis 10% Leistungsfähigkeit ist möglich. Das ist schon ganz schwer, alles nicht machen zu können. Das fand ich jedenfalls für mich sehr schwer. Aber ich war eben auch froh, überhaupt noch da sein zu dürfen. Das ist eben Pro und Contra. Dann bin ich nochmal operiert worden. Seitdem habe ich meine Leistungsfähigkeit Schritt für Schritt ganz sachte und langsam wieder auf ganz normal zurückgeführt. Sachen, die ich in meinem frühen Leben gemacht habe, wo ich mich sehr anstrengen muss, versuche ich noch immer auf einem Minium zu halten. Mache sie, aber versuche Vorsicht walten zu lassen.

### ... Vor und Nach ...

Wenn ich von den letzten Jahren meines früheren Lebens ausgehe, da war ich beruflich sehr erfolgreich. Aber es war auch ein 24 Stunden Job. Zwischen 12 bis 20 Stunden Arbeit, auch am Wochenende kaum freie Tage. Immer ein wenig angespannt. Als das Aneurysma und der Schlaganfall passierten, war Maya 8 Monate alt (unsere Tochter). Jetzt in meinem zweiten Leben, da bin ich immer noch sehr ehrgeizig, aber habe auch lernen müssen, dass es auch mit ein bisschen weniger gehen kann. Erst war ich mehr oder minder ein Pflegefall, dann ging es Schritt für Schritt wieder aufwärts. Aber eben kleine Schritte. Jetzt hatte ich auch Zeit für

meine Familie. Das hätte ich früher - vor dem Aneurysma / Schlaganfall - alles nicht gekonnt. Für uns als Familie war es gut. Aber mein Ego war schon etwas angeschlagen. Aber der Riesen Vorteil war, dass wir mehr Zeit miteinander verbringen.

Ich habe im Bereich Virtuelle Realität gearbeitet und ein Mini-Firma geleitet. Das ist ein Gebiet wo man von allem ein wenig können muss. Die Vielfältigkeit macht das Gebiet für mich so interessant. Viel Interesse an verschiedenen gebieten, das ist einfach ganz spannend. Man muss sich in vielen Gebieten auskennen, das geht von der Biologie, Psychophysik und die Psychologie, die Mensch-Maschine Schnittstelle, dann die Programmierung in C / C++. Das hat mir sehr viel Spaß gemacht. Natürlich, wenn man eine kleine Firma hat muss man auch Logistik machen. Da war ich dann jedes Mal wieder ganz froh, wenn ich das überstanden habe (-:, auch so Dinge wie Angebote zu schreiben, dass alles ist nicht so Wirkliche meine Lieblingsbeschäftigung. Aber es gehört eben dazu. Jetzt ist es umgekehrt, erst die Familie, und dann die Rückkehr in die Firma (Hoffentlich ...). Das ist immer noch eine Spannende Frage für mich. Die lange Zeit war für mich auch sehr lehrreiche Jahre. Allein wieder lesen und schreiben zu lernen. Ob ich das überhaupt schaffen kann, wieder in meinen Job zurückzukehren das steht noch in den Sternen, aber man hat je auch Träume. Mal sehen wo es hingeht (-:)

Die Motivation ist bei mir immer noch da, ich habe Spaß an vielen Sachen, die ich mache. Das finde ich sehr wichtig. Gelernt habe ich aber auch Geduld zu haben. Ja das hatte ich auch früher schon, aber durch das Aneurysma und den Schlaganfall ist das nochmal auf eine andere Stufe gestellt worden. Geduld!

### ... kleine Episoden ...

Spontanität und Kreativität haben sehr unter der Krankheit gelitten. Es ist bei mir oft noch so, dass ich z.B., wenn ich einen Witz erzählt bekomme, dann muss ich erstmal kurz darüber nachdenken, bevor ich auch lachen kann. Wenn keiner mehr lacht, dann bin ich es, weil ich dann erst alle Sagen soweit gesammelt habe, dass ich auch lachen kann. Das ist natürlich immer etwas schwierig, da die Gegenseite natürlich das Lachen sofort haben möchte. Aber es ist jetzt schon ganz viele Schritte besser (-:.

Meine Kreativität hat sich inzwischen auch verbessert. Ich kann jetzt eine ganze Reihe von Begriffen in meinem Gehirn behalten. Das ist jetzt um einiges besser geworden. Wenn man Sachen in seinem Kopf hat, dann finde ich es auch leichter wieder kreativ zu sein. Das ist jetzt sicherlich naiv gesagt, aber ich denke, um Ideen entwickeln zu können, da braucht man eine bestimmte Menge Kurzzeitgedächtnis.

### ... der Neuanfang ...

**der Neuanfang**   **ich habe ein Leben geschenkt bekommen**   **Dankeschön**   **2008-2009**   **2008-2009 / Englisch**   **12 ein halb sind seit**  
**meiner Krankheit vergangen**   **das 13. Jahr**   **2018plus.php**   **Jahreszeiten**   **der Code**

... mein Leben ...

**Kindheit, Jugendzeit, Erwachsen werden**   **die Lehr- und Wanderjahre**   **ein Neues Leben**

## Literatur

... Literatur über meine **wissenschaftliche Zeit**

... meine Literatur in der **Firma**

... meine Literatur von und über **Ezelheim / Ezla**

... Literatur über mein Aneurysma und Schlangenfall

Hartwig Kurt  
Distler



**Web-Seite Hartwig Distler: [www.hartwig-distler.de](http://www.hartwig-distler.de)**

**... klein, aber fein ... [Ezelheim / Ezla](#)**

**Mein Arbeitsplatz: [www.vrtainment.de](http://www.vrtainment.de)**

©2000 - 2019 , Hartwig Distler, Letzte Änderung: undefined, NaN. undefined NaN; Uhrzeit NaN:NaN:NaN

V.i.S.d.P. Dr. Hartwig Distler  
**Kontakt:** [mad@hartwig-distler.de](mailto:mad@hartwig-distler.de)

Recht herzlichen Dank an:

**[bootstrap.com](#) [Version 3.3](#) [HTML](#) [CSS](#) [JavaScript](#) [PHP](#)**



Recht herzlichen Dank an **den kostenlosen QR Code Generator**

Vielen Dank für Ihren / Euren Besuch auf meinen Web-Seiten

**Impressum**

**Datenschutzerklärung**