

Heilung

Die Selbstheilungskräfte von WEGE-LeserInnen sind offenbar enorm. Und einige haben sogar „echte Wunder“ erlebt...

Silvia Edinger (65), Horn/NÖ

Einbildung ausgeschlossen



Unsere frühere Perserkatze *Melody* war schon zehn Jahre alt, als sie im Garten plötzlich umfiel, wie vom Blitz getroffen. Nach einer unendlich lang scheinenden Minute rappelte sie sich wieder auf und lief ins Haus zu ihrem Futternapf. Diese Anfälle wurden immer häufiger, z.B. wenn sie einem Schmetterling nachjagte oder sich sonst

irgendwie anstrengte. Wir waren sehr besorgt und konsultierten zuerst den Tierarzt. Der befürchtete einen Gehirntumor oder Epilepsie. Wir versuchten es mit Naturheilkunde und fragten andere Katzenbesitzer nach ähnlichen Erfahrungen – aber Melody fiel weiter um.

Einmal, als es wieder passierte und sehr dramatisch aussah, schnappte sich mein Mann ein Foto von Melody und fuhr ins Mostviertel zu einer „Wenderin“ (Heilerin). Er ist ein sehr realistischer, bodenständiger Typ und glaubt normalerweise nicht an sowas, aber in dieser bedrohlichen Situation schien es ihm offensichtlich angebracht. In der „Ferndiagnose“ stellte die Wenderin bei Melody einen Phosphormangel fest, den wir mit regelmäßiger Gabe homöopathischer Globuli beheben sollten. Es wirkte. Die Katze fiel nicht mehr um. Auch unser Tierarzt war beeindruckt.

Eine weitere besondere Heilungs-Erfahrung machten wir einige Jahre später, als meine Mutter abgängig war. Laut Abschiedsbrief wollte sie sich von einer Brücke in die Donau stürzen. Dieselbe Heilerin konnte sie offenbar davon abhalten – denn als meine Mutter am Abend völlig verstört in der Wohnung auftauchte, stammelte sie nur „*Ich hab's nicht tun können*“. Für mich und meinen Mann war völlig klar, wer uns da (neben vielen Gebeten) noch geholfen hatte. Meine Mutter lebte danach noch siebzehn Jahre.

Verena Haselmayr (27), Wien

Mein Weg in die Freiheit



Vor gut zwei Jahren stellte ich mein abgesichertes Leben völlig auf den Kopf. Verletzt und voller Angst, nicht mehr geliebt zu werden, kündigte ich meinen gut bezahlten Job, beendete eine langjährige Partnerschaft und zog aus meinem Elternhaus aus. Damals dachte ich, es sei mein Weg in die Freiheit, der mich so grenzenlos antrieb – nicht

ahnend, welche Folgen dies auf mein Leben haben würde... **Ich begann, alles in meiner Außenwelt zu verändern**, um mich von vielen (scheinbaren) Fesseln zu lösen. Damit katalpultierte ich mich regelrecht aus meiner Komfortzone hinaus. Es folgte eine Zeit völliger Leere, voll Unfreiheit und Irrtümern. Ich lernte meine Schattenseiten kennen und fühlte schmerzhaft, was ich jahrelang unterdrückt hatte, um für mein Umfeld „gut genug“ zu sein. Ich wollte endlich mein eigenes Leben leben – gleichzeitig haderte ich mit meinen Entscheidungen und wollte am liebsten wieder in mein „altes“, bequemes Leben zurück. Ich war in einer Einbahnstraße gelandet – einsam und still.

Jene Freiheit, nach der ich mich so sehnte, fand ich erst in der Beschäftigung mit meiner Innenwelt. Durch achtsame, regelmäßige Yoga- und Meditationspraxis lernte ich anzunehmen was ist, mir selbst zu vergeben, Schuldgefühle loszulassen und Gefühle wie Anerkennung, Wertschätzung sowie inneren Frieden zu kultivieren. Auch die heilende Kraft der Musik war Balsam für meine Wunden und ließ meine Seele wieder tanzen. Mir ist jetzt klar, dass es in dieser Welt nicht um Perfektion geht, sondern viel mehr darum, das Unperfekte und die Schönheit dahinter zu erkennen. Derart „geheilt“ kann ich heute ja zu mir selbst sagen und mutige Gestalterin von Veränderungen sein.

Robert Wildmann (50), Höslwang/D

Ernährungs-Umstellung



Vor etwa vier Jahren wurde bei mir eine chronische Borreliose diagnostiziert. Sie äußerte sich darin, dass ich immer wieder, wie aus dem Nichts, für mehrere Wochen ein steifes und geschwollenes Knie bekam. Mein Arzt empfahl mir eine Antibiotika-Therapie – mit gleichzeitigem Hinweis, dass diese wahrscheinlich nichts nutzen wird.

Schlussendlich sagte er, ich sei „austherapiert“, er könne jetzt nichts mehr für mich tun, und ich solle mir doch einfach eine Gehhilfe besorgen.

Mit Mitte Vierzig konnte und wollte ich mich damit nicht abfinden und schloss ich mich einer Selbsthilfegruppe an. Dort wurde mir geraten, die Borreliose-Bakterien mit gesunder Ernährung in Schach zu halten:

Zuerst habe ich 3 ½ Wochen auf eigene Faust gefastet, davon 10 Tage reines Wasserfasten. Im Anschluss machte ich mit Unterstützung eines naturheilkundlich orientierten Arztes eine Entgiftungstherapie, bei der ich mich zeitweilig aufs Übelste übergeben musste. Danach begann ich, unter Begleitung dieses Arztes, mich ausschließlich mit veganer Rohkost zu ernähren, um die Borreliose-Bakterien durch den Entzug von Industriezucker, Mehlspeisen, Milchprodukten, Fleisch, Gebratenem und Gekochtem sozusagen „auszuhungern“. Die Ernährungsumstellung war anfangs wirklich krass. Von dem vielen Obst taten mir die Zähne weh, das ging aber zum Glück nach einigen Monaten weg. Nach und nach begann sich erstaunlicherweise nicht nur körperlich etwas zu verändern:

Eine Folge meiner neuen Lebensführung war, dass ich meinen Fernseher in den Keller verbannte. Stattdessen mache ich jetzt Yoga und Boxen und habe angefangen, ein neues Instrument zu lernen. Ich fühle mich äußerst vital, habe traumhafte Laborwerte, auch die Antikörper gegen Borreliose gingen laut Arzt auf ein „unglaublich niedriges Niveau“ zurück – und ich war in den letzten Jahren kein einziges Mal krank oder konnte nicht zur Arbeit gehen. Kurz:

Mir geht es heute richtig gut!

Teresa Lugstein (50), Salzburg

Steh auf – und riskiere das Leben!



Mein ganz persönliches Heilungs-Wunder umfasst noch viel mehr als das sichtbare Wunder, nach beinahe 10 Jahren im Rollstuhl wieder auf zwei Beinen durchs Leben gehen zu können.

Aber der Reihe nach:

Seit meiner Geburt engten eine genetisch bedingte, irreversible Muskelatrophie und damit verbundene Schmerzen

meinen Bewegungsradius zunehmend ein. In der Pubertät begann der Muskelschwund an Händen und Beinen so weit fortzuschreiten, dass ich letztendlich (ab 2006) auf den Rollstuhl angewiesen war. Dieser ermöglichte mir ein gewisses Maß an Mobilität – der pausenlose Schmerz blieb jedoch treu an meiner Seite. Es war sehr viel Energie nötig, um den Alltag zu bewältigen und meiner Arbeit nachzugehen, für die ich mich trotz allem begeistern konnte. Dennoch waren da auch Existenzängste, musste ich doch immer wieder neue Abstriche machen...

Dann begann ich mit einer Schamanischen Ausbildung – und die veränderte mein ganzes Leben: Beim zweiten Seminar machte ich eine schamanische Reise (Trancezustand durch Trommelrhythmus) zu der Frage: „Wie kann ich ein stimmiges Leben führen?“. Die Reise war schön, aber eher unspektakulär. Umso mehr erschütterte mich, als ich wenige Stunden danach bemerkte, dass irgendwas anders ist... und kurz darauf: die Schmerzen sind weg!!... Das zentrale Gefühl, das sich damals in mir auftat, lässt sich etwa so beschreiben: es war wie Erdplatten, die sich kraftvoll verschieben, neu formieren. Eine Erschütterung, Auflösung und Neuorientierung – deren Auswirkungen bis heute noch gar nicht fassbar sind...

Um es kurz zu halten: Ich bin bis heute schmerzfrei! Und nicht nur das: Während des weiteren Heilungsprozesses kehrte die Muskelkraft zurück, sodass ich seit 2016 wieder auf meinen zwei Beinen und mit einer bisher ungekannten Leichtigkeit durchs Leben gehen kann. „Gehen ist Schmerz“ – das was seit Kindesbeinen in mein Körperzellgedächtnis eingeebrannt war, hat sich einfach aufgelöst. Heute weiß ich: Wir sind viel mehr, als wir zu sein glauben – und wir tragen unfassbare Selbstheilungskräfte in uns. Sich auf den Weg der Heilung zu machen, bedeutet aber auch, etwas zu tun: z.B. vertraute Wege zu verlassen, sich selbst zu verzeihen, mutig Neues auszuprobieren, Verantwortung fürs eigene Leben zu übernehmen... und, ja, das Leben zu riskieren!

Elke Weindl (42), Linz

Bewusstes Bewegen



Von meinem 20. bis zum 30. Lebensjahr litt ich an unerträglichen Schmerzen im Bereich der Schultergelenke. Dann lernte ich „Nia“ kennen, ein ganzheitliches Bewegungskonzept, das mit Elementen aus Tanz, Kampfsport und Entspannungstechniken arbeitet. Die Trainerin zeigte mir, wie ich mich selbst durch Bewegung heilen kann: „In

welcher Körperregion du auch immer Schmerzen spürst – verlagere deine Aufmerksamkeit zu jenem Gelenk, das ‚einen Stock tiefer‘ oder am ‚andere Ende‘ liegt.“

Im Falle meines Schultergelenks befinden sich einen Stock tiefer die Ellbogen und am anderen Ende die Hände... Durch diese Verlagerung meiner Aufmerksamkeit fiel mir immer öfter auf, dass ich in die alltäglichen Bewegungsabläufe meiner Arme nie meine Hände integrierte. Egal ob beim Zähneputzen, beim Drücken der Türschnalle, beim Schreiben oder Händeschütteln... sämtliche Armbewegungen begannen bei mir zuerst in den Schultern. Das hatte dazu geführt, dass sich mein oberer Rücken immer mehr verspannte. Ich suchte zwar Ausgleich durch Bewegung, verspannte mich jedoch durch die (in falscher Reihenfolge durchgeführten) Bewegungen noch mehr. Es begann für mich ein Teufelskreis in dem ich erfahren musste, dass niemand anderer mich heilen kann, sondern nur ich selbst – und zwar durch Bewusstmachung meiner alltäglichen Bewegungsabläufe.

Ich begann also mit meiner Selbstheilung, indem ich ganz bewusst meine Hände wieder mehr bewegte und auch für Armbewegungen einsetzte. Und siehe da: Mein Rücken entspannte sich immer mehr, das Kopfweh, die Schmerzen im Nackenbereich und in meinen Schultern verschwanden komplett! Heute praktiziere ich diese Art der Selbstheilung täglich. Ich beobachte meinen Körper, nehme Schmerzen bewusst wahr und beginne dann immer wieder mit dem Spiel, mich davon zu befreien, indem ich „einen Stock tiefer“ oder ans „andere Ende“ gehe.

„Heilung ist ein Akt der Selbst-Wiederherstellung.

Ein Mensch kann einen anderen nicht heilen, er kann ihm nur dabei helfen oder ihn daran hindern.“

(Auszug aus dem Nia-Manuskript)

Rosemarie Schindecker (58), Ostermiething/Sbg

Heilsame Gedanken



Ja, es war die „Heilung“ meiner Gedanken, die mir ein leichteres Leben beschert hat. War es denn vorher so schwierig? Nein, nicht wirklich. Aber ich selbst hab mir das Leben schwer gemacht: Mit meinen negativen Denk- und Glaubensmustern legte ich mir ständig „Stolpersteine“ in den Weg, brachte mich in unangenehme Situa-

tionen, ließ mir die gute Laune vergällen und eckte immer und immer wieder an. Ich nahm alles persönlich, bezog alles auf mich. Ich war ja so wichtig, alles drehte sich um mich, und alles war nur darauf abgezielt, mich zu verletzen und damit meine Minderwertigkeit zu nähren. Sie konnte sich dadurch immer wieder in den Vordergrund drängen.

Das war mein Leben, vor langer, langer Zeit. Die Negativität war mein treuer Begleiter, aber ich merkte es nicht einmal. Was brachte die Wende? Es war ein Buch mit dem Titel „Kraftzentrale Unterbewusstsein“. Ich weiß gar nicht mehr, wo und warum ich es gekauft hatte. Es ging darin u.a. um positives Denken, und das scheint mich „aufgerüttelt“ zu haben. Denn genau dieses positive Denken begleitet mich nun seit 25 Jahren und ist ein Teil von mir geworden.

Erst dieses Buch hat mir „die Augen“ geöffnet: Es sind nicht die Anderen, nicht meine Mitmenschen, die mir das Leben schwer machen, sondern einzig ich selbst! Diese Erkenntnis war ziemlich aufregend – aber auch schmerzhaft, musste ich mich doch verabschieden von alten Sichtweisen, Glaubensmustern etc., die (obwohl hinderlich) bis dahin zu mir gehörten.

Ich fing klein an. Veränderte zuerst ganz alltägliche Dinge, die mich spürbar aus meiner Mitte brachten. Und siehe da, es veränderte sich tatsächlich etwas. Meine Mitmenschen schienen plötzlich anders zu reagieren – aber eigentlich war es meine neue Lebenseinstellung, die mich alles in einem anderen Licht sehen ließ.

So führte ich mich selber Schritt für Schritt in ein leichteres, angenehmeres Leben. Es war ein langer, langer Prozess, aber es hat sich ausgezahlt.

Meine neuen Gedanken haben mich „geheilt“.

Peter Seitz (51), Waltenhofen/D

Das Verso(e)hnungs-Ritual



Bei einem intensiven „Haka Ha“ Wochenende (das ist ein Kriegs- und Krafttanz der Maoris) tanzte ich mit 20 anderen Männern auch in der freien Natur. Jeder für sich und mit seinem eigenen Anliegen, begleitet von den dumpfen Schlägen einer Rahmentrommel. Nach etwa zwei Stunden kraftvollen Tanzes, in dem es viel um die männ-

liche Ahnenreihe ging, tauchte völlig unerwartet ein Bild in mir auf: Ich führte ein Ritual mit meinem Vater durch. Es war so eindrücklich, dass ich in einer anschließenden Runde mir selbst das Versprechen gab (mit den anderen Männern als Zeugen), dieses Ritual auch wirklich durchzuführen.

Drei Wochen danach feierte mein Vater seinen 70. Geburtstag. Mitzuerleben, wie er von so vielen Menschen geehrt und gefeiert wird, erfreute mein Herz. Ich kann mich nicht erinnern, eine so offenherzige Zuneigung für meinen „Alten Herrn“ empfunden zu haben. Auch er freute sich sichtlich, dass ich an seinem Fest teilnehme.

Einige Tage später traute ich mich und sprach aus, dass ich ihm gerne die Füße waschen möchte. Er stutzte kurz und antwortete dann in seinem tiefen Allgäuer Dialekt: „*Ja mei, wenn du moinsch, dann kenned mir des scho macha*“.

Ich holte also ein Handtuch und eine kleine Wanne, füllte sie mit warmem Wasser und richtete den Platz her. Die Wallungen in mir zeugten von etwas sehr Mächtigem, das da kommen wollte. Dann lud ich meinen Vater ein, auf einem Stuhl Platz zu nehmen und kniete mich vor ihn hin...

Die Worte und die Gefühle, die während dieses Rituals sowohl mir als auch meinem Vater die Tränen in die Augen trieben, waren so intim, dass sie bis heute tief in uns beiden verankert sind. Auf beiden Seiten sahen wir Achtung, Mitgefühl, Vergebung – und Erleichterung. Seither fließt eine Liebe zwischen uns, wie ich sie nie zuvor gespürt habe.

Zum Abschluss umarmten wir uns lange.

Nachdem ich die Utensilien wieder aufgeräumt hatte, fragte ich meinen Vater, ob bei ihm alles okay sei, und er antwortete: „*Weißt du, mir ist eben nicht nur ein Stein vom Rücken genommen worden, das war ein ganzer Rucksack voll Steine.*“ „*Mir auch*“, hörte ich mich sagen.

Was für eine Gnade, dass so etwas möglich ist.

Sonja Hofstätter (46), Langenlois/NÖ

Ich bin gesund!



2003 hatte ich Krebs. Ein Tumor auf der Gebärmutter wurde operativ entfernt, und da alle Befunde okay waren, durfte ich ohne weitere Behandlung das Krankenhaus verlassen. Noch im selben Jahr schlug jedoch das Schicksal erneut zu: Sepsis im Bauchraum, ein Monat künstlicher Tiefschlaf – und der Krebs war auch wieder da. Damit ließe

sich jetzt ein ganzes Buch füllen. Ich will aber nur von meiner Heilungserfahrung erzählen – auch um denjenigen Mut zu machen, die vielleicht gerade um ihr Leben kämpfen.

Im oben erwähnten Tiefschlaf hatte ich eine Todeserfahrung, die mir das Leben rettete: Mein Körper wurde schwach, ich wollte schon aufgeben – und plötzlich war ich an einem Ort, wo ich mich ganz leicht und frei fühlte. Dort gab es zwei Türen und eine Stimme, die sagte: „*So, Sonja, jetzt entscheide dich*“. (Es gab keine falsche Entscheidung, jede Tür wäre ganz richtig gewesen.) Da erfasste mich eine Welle der Liebe und brachte mich zurück ins Leben. Als ich (nach weiteren Kämpfen mit dem Tod) wieder aufwachte, konnte ich zwar weder selbstständig atmen, noch sprechen oder mich bewegen – aber ich war zutiefst davon überzeugt, dass ich wieder gesund werde. Ab diesem Moment gab es ein Mantra in mir: „*Ich bin gesund!*“

Ich stand also wieder auf und betrat meinen Weg der Heilung. Da sich der Krebs wieder zurückgemeldet hatte, suchte ich mir Hilfe bei einem Arzt, der mich vor jeder Chemotherapie alternativmedizinisch behandelte. Ich vertraute aber genauso dem Können und Wissen der Schulmediziner. Und jedesmal wenn die Bestrahlungsmaschine ihre Zischlaute von sich gab und ihre Strahlen schickte, war dieses Mantra in mir: „*Ich bin gesund.*“... Als ich körperlich wieder hergestellt war, begann ich mit dem Familienaufstellen, arbeitete mein Trauma auf, und lernte Qigong. Dadurch konnte ich nicht nur Frieden finden, sondern auch mich selbst.

Der Weg zur Heilung ist ein ganz individueller Weg, dem man sich ganz hingeben sollte in Vertrauen, Zuversicht und Liebe. Und möge er auch mit dem Tod enden – der Weg ist damit nicht vorbei. Am Weg zur Heilung möchte immer Neues entstehen – bei mir waren es ganz neue Aufgaben: Ich bin heute Qigong-Lehrerin, Familienaufstellerin und leite gemeinsam mit meiner Tochter ein Seminarhaus.

Melanie Lanner (34), Graz

Mein Inneres Kind



Ich habe gerade das Gefühl, ich sollte darüber schreiben, wie ich von einer eigentlich unheilbaren Krankheit genesen bin, eine aufregende Heilerfahrung mit viel Brimborium erlebt habe oder dem Tod schon auf der Türschwelle wartend entronnen bin. Aber obwohl ich dem Tod schon einmal ins Gesicht geblickt

habe – was für mich übrigens weniger erschreckend war, als die Tatsache, in dieser Begegnung ganz alleine zu sein – ist mein größtes Heilerlebnis ganz anderer Natur:

Meine intensivste, stärkste Heil-Erfahrung ist ein sanfter, langsamer, unaufgeregter und manchmal kaum wahrnehmbarer Prozess. Und der wiederum hat mit dem Alleinsein zu tun, mit der schmerzhaften Erfahrung, verlassen worden zu sein. Ich habe diese Erfahrung in meiner frühen Kindheit gemacht – und sie war so tiefgreifend, so essenziell, dass sich die Angst vor dem Alleinsein bis heute wie ein roter Faden durch mein ganzes Leben zieht. Immer wieder bin ich diesem Thema in verschiedensten Situationen und Facetten begegnet. Auch jetzt, wo ich bereits selbst Mama einer wunderbaren Tochter bin, holt es mich manchmal noch ein.

Durch viel Bewusstheitsarbeit – ja, es war wirklich die meiste Zeit harte Arbeit! – ist der Schmerz jedoch leiser geworden. Manche Verletzungen konnten bereits vernarben und haben ihren beißenden Stachel verloren. So bin ich heute in der Lage, mein inneres Kind, die kleine Melanie, an der Hand zu nehmen, ihr selber eine liebevolle Mama zu sein und so gut auf sie zu schauen, wie auf meine eigene kleine Tochter.

Auf meinem Heilungsweg habe ich ganz tief in mir die Gewissheit erlangt, dass in Verletzungen auch immer Schätze verborgen liegen – oder anders ausgedrückt, „*dass Lebensprobleme zu Lebensthemen werden können*“, wie es die Psychotherapeutin und Buchautorin Verena Kast so passend ausdrückt. Vielleicht ist diese Erkenntnis das größte Geschenk für mich, da sie Heilung und Verwandlung möglich macht. Manchmal auch ganz unspektakulär.

Brigitta Rockenbauer (65), Wien

Ameloblastom



Nach einem wundervollen Ägyptenurlaub landete ich vor Weihnachten 2010 wieder glücklich zu Hause – nicht ahnend, welche Katastrophe mir knapp bevorstand:

Bei einer ganz normalen Zahnkontrolle im Februar 2011 stellte mein Arzt fest, dass ein Hühneri-großer Tumor mein rechtes Unterkiefer regelrecht „aufgefressen“ hatte! Das

Heimtückische an diesem sogenannten „Ameloblastom“ ist, dass man es vorerst gar nicht bemerkt. Es hatte sich als Weichteil meiner Wange angepasst, war deshalb weder zu sehen noch zu spüren und verursachte auch keinerlei Schmerzen. Dennoch, meinte der Arzt, müsse sofort etwas geschehen, denn sonst drohe mir ein Kieferbruch... oder das Ding werde mein ganzes Kiefer und die Gesichtsknochen auflösen... Ich verbat mir weiterführende Fantasien und übergab mich den Händen der Mediziner.

Ab diesem Moment setzte ich alle meine mentalen und geistigen „Werkzeuge“ ein, um die beste Unterstützung für mich und meine behandelnden Ärzte zu manifestieren! Zwei Monate später wurde in einer 11-stündigen OP der Großteil meines rechten Unterkiefers entfernt und durch einen Knochenteil aus meinem Hüftkamm ersetzt, gesichert mit einer ca. 15 cm langen Metallspange und 18 Schrauben. Nachdem auch alle Nerven und Gefäße wieder verknüpft und vernäht waren, wachte ich auf der Intensivstation voll verkabelt und verschläuchelt auf – mit einem Schnitt vom hinteren Ohr bis zum Kinn und einem weiteren von der Beuge bis hinauf zur Hüfte.

Der Heilungsprozess glich einem Wunder! Alle „Helferchen“ waren offenbar im Großeinsatz, denn ich konnte bereits zwei Wochen später wieder nach Hause gehen. Meine Ärztin meinte, das sei nach so einer Operation schier unmöglich und sagte: „*Wahrscheinlich ist es Ihre mentale Stärke. Und Sie haben viele Schutzengel*“... Es folgten noch zwei Jahre mit unzähligen weiteren, korrigierenden Operationen. Und immer konnte ich dankend die geistige Organisation erkennen, denn ich befand mich in besten Händen, und – so unangenehm es auch war – ich hatte keine Schmerzen!

Im Mai 2016 bestätigte der letzte Befund: Ich bin vollständig geheilt! Auch mein Gesicht ist wieder „ansehnlich“ – und die kleinen Spuren dürfen sein...

Ein inniges Danke an alle meine „Helferlein“!

Manuela Mordhorst (46), Handeloh/D

Das Wunder Heilung



Um meinen 30. Geburtstag herum erkrankte ich an CML, also an „Chronischer myeloischer Leukämie“ (vereinfacht „Blutkrebs“ genannt). Im Gegensatz zur akuten Leukämieform verläuft diese langsam und schleichend, kann über Jahre hinweg im Hintergrund schwelen bis die ersten Symptome wirksam und sichtbar werden. Bei mir

war es dann 2001 so weit: Ich fühlte eine zunehmende Schwäche, extreme Müdigkeit, Übelkeiten bis hin zu Haarausfall, hatte Lähmungserscheinungen in den Extremitäten, vermehrtes Nasenbluten und bekam bei geringstem Anstoßen immer gleich blaue Flecken.

Zum Zeitpunkt der klaren CML-Diagnose hatte ich bereits eine wahre Odyssee an Arztbesuchen und Untersuchungen hinter mir und war schon sehr geschwächt. Ich konnte keine Taschen mehr tragen, das Gehen wurde immer beschwerlicher, es kam zu Muskelabbau und Lähmungserscheinungen. Man klärte mich über die Behandlungsmöglichkeiten auf – aber letztendlich lehnte ich all diese schulmedizinischen Maßnahmen ab. Gar nicht so sehr aus Sorge um Chemo, Bestrahlung und dergleichen, sondern weil ich es für unnötig hielt. Es war bloß ein Bauchgefühl.

Dennoch sagte ich dem Krebs den Kampf an. Ich hatte gute und weniger gute Tage – aber ich begann, mein Leben zu überdenken und umzustellen: Ich hörte mit dem Rauchen auf, wechselte von meinem Nachtjob in einen Tages-Beruf mit Kindern, bekam einen Hund und feierte auf andere Weisen das Leben. Auch wenn ich oft depressive Verstimmungen hatte, mut- und hoffnungslos war, so wusste ich dennoch tief in mir drin: Meine Zeit ist noch nicht gekommen – und ich werde auch nicht krank weiterleben müssen!

Dann, nach fast einem Jahr, geschah Kurioses: Meine Mutter erhielt einen Anruf von ihrer Tante aus Sardinien (nach 30 Jahren Funkstille!): Sie hätte im Traum ein „Paket“ aus Deutschland erhalten (das war offenbar ich). Sie fragte meine Mutter, ob sie eine kranke Tochter habe und bot an, mir Fernsitzungen in „Pranaheilung“ zu senden... Ich hatte damals mit Esoterik oder alternativen Heilweisen überhaupt nichts am Hut – dachte mir aber: *Wurscht, was man mit mir macht, einen Versuch ist es wert.* Ich ergriff also den Strohhalm und konzentrierte mich laut Anweisung jeden Abend auf meine Großtante in Italien. Nach einigen Wochen bes-

serten sich meine Werte. Meinen Eltern ging es aber nicht schnell genug, weshalb meine Mutter kurzerhand zwei Flugtickets kaufte und mit mir nach Sardinien flog. Eine Woche lang hat mich die Tante dann täglich morgens und abends energetisch behandelt, durch bloßes Auflegen ihrer Hände auf meinen Kopf. Am dritten Tag bereits spürte ich, nein ich wusste, dass ich geheilt war. Ich fühlte mich mental direkt besser, gestärkter, positiver...

Wieder zu Hause ließ ich sofort in der Klinik Bluttests erstellen. Da mein Oberarzt das ausgezeichnete Ergebnis nicht glauben konnte, folgten noch insgesamt 7 Kontrolltests an unterschiedlichen Tagen. Auf seine fassungslose Frage, wie sowas sein könne, denn es würde an ein Wunder grenzen, wich ich anfänglich aus. Wie erklärt man sowas einem Schulmediziner? Aber er bestand auf eine Antwort und sah mich danach nur ratlos an. „Prana?“ fragte er, „Ist das eine Ernährungsform?“ Nachdem ich ihn aufgeklärt hatte, wie Pranaheilung stattfindet, lächelte er nur und meinte: „Wer heilt, hat Recht. Das muss man wohl so akzeptieren!“. Mein Körper benötigte zwar nach der Heilung noch eine gewisse Zeit, um wieder an Kraft und Stabilität zu gewinnen, jedoch bin ich vollständig genesen und lebe bis heute in dem tiefen Glauben, dass mich keine Krebserkrankung mehr einholen wird. Rückblickend waren diese Erkrankung und ihre Heilung ein Meilenstein auf meinem Lebensweg. Sie schenken mir ein Verständnis der Einheit von Körper, Geist und Seele und führten mich im Jahr 2009 selbst in einen spirituellen Heilberuf. Ich bin heute noch dankbar, dass ich gesund werden durfte und gespannt, was mein Leben noch mit mir vorhat.

Geheim-Rezepte

Lasst uns den nächsten WEGE-Schwerpunkt „Ernährung“ doch dazu nutzen, um unser aller Speiseplan zu bereichern! Sicherlich hast auch DU eine absolute Lieblingsspeise, die du fast täglich essen könntest? Oder irgendein altes Koch-Rezept einer Urstrumpftante, das in deiner Familie Generationen überdauert, weil es so sensationell gut schmeckt? Kurz:

Verrate uns eins deiner „geheimen“ Lieblingsrezepte! Vielleicht gibt's sogar eine Geschichte dazu...? Ob Suppe, Salat, Gemüse, Nudeln, Fleisch, Kuchen oder Kekse – ob „vegan & vital“ oder der ultimative Schweinsbratentipp deiner Oma... **Hauptsache es schmeckt genial!**

• **Schicke deinen Text** (Textlänge max. 2000 Zeichen) bitte unter **Angabe von Name, Alter und Adresse** und **mit passendem Foto** bis **spätestens 5. Mai 2017** an redaktion@wege.at.

Falls dein Rezept in der **Sommer-WEGE** zum Thema „Nahrung“ veröffentlicht wird, erhältst du von uns als kleines Dankeschön ein **Überraschungs-Geschenk** (Buch, CD, Gutschein etc.)!