

„Glücklich sein mit dem, was ist“

Die erste Krebs-Diagnose traf mich mit 38 Jahren. Zwei Jahre später erkrankte ich erneut. Operationen, Chemotherapien und Bestrahlungen raubten mir so viel Kraft, dass mein Leben nur noch im Schneckentempo verlief. Ich hatte viel Zeit, um meine Situation zu überdenken: Wo stehe ich? In welchen Beziehungen bewege ich mich? Wie erfüllend empfinde ich meinen Beruf? Diese Fragen begleiteten mich auf der Suche nach Möglichkeiten ganzheitlicher Heilung. Ich lernte zahlreiche interessante Denkweisen und Therapieformen kennen, die mir ganz neue Perspektiven eröffneten. Meditieren, Trommeln, Schreiben, die heilsame Wirkung von Berührungen und die Erkenntnis, dass „Gesundheit die Fähigkeit ist, mit Defekten zu leben“. Mich selbst so intensiv zu spüren, war eine sehr tiefgreifende Erfahrung, die mich schließlich veranlasste, mein Leben gründlich zu renovieren.

Vom Problem „Krebs“ zum Projekt

Der Abschluss verschiedener Ausbildungen bildete die Grundlage für eine berufliche Veränderung. Ich gründete eine eigene Praxis, in der ich bis heute u.a. mit der japanischen Heilkunst Jin Shin Jyutsu auch Krebspatienten begleite. So wurde aus dem „Problem“ Krebs mit der Zeit ein „Projekt“, das sich entwickelte und mich auf immer neue Wege führte. Zehn Jahre nach der letzten Diagnose spürte ich wieder einen Knoten in der Brust. Eine radikale Brustamputation folgte. Meine Überlebenserfahrungen begannen sich zu bewähren. Ich nutzte die Naturheilkunde begleitend zur Schulmedizin. Und ich begann mich mitzuteilen: In E-Mails an meine Familie und Freunde wurden meine Bewältigungsstrategien ganz authentisch nachvollziehbar – mal Trauer und Verzweiflung, mal Leichtfüßigkeit und Optimismus, ganz oft Humor. Meine Schreibpartner erwiderten ebenso authentisch. Diese absolute Offenheit intensivierte unsere Beziehungen auf wunderbare Weise. Ich lernte anzunehmen und die Qualitäten anderer Menschen in mein Leben zu lassen. Aus der Krankheit Krebs wurde allmählich eine ganz alltägliche Sache, zu der wir uns alle sehr alltäglich austauschten.

Erfahrungen weiter geben

Auch dieses Mal erwuchs aus der Situation ein Projekt. Den intensiven Gedankenaustausch fasste ich in einem Buch mit dem Titel „Heilsame Dialoge“ zusammen. Ein Buch, in das ich auch einen Praxisteil aus der Heilkunst Jin Shin Jyutsu mit vielen Tipps für die tägliche Selbsthilfe einbrachte. Das half nicht nur mir selbst, sondern bot die Möglichkeit, meine Erfahrungen anderen Betroffenen zur Verfügung zu stellen und zu ermutigen, sich neuen Perspektiven zu öffnen. Ich gründete einen Verlag, veranstalte Lesungen und veröffentlichte weitere Bücher. Dennoch, wir haben es nicht in der Hand – im Dezember 2011 bekam ich die vierte Diagnose. Ich stand total unter Schock und suchte dieses Mal die psychologische Unterstützung bei den Fachtherapeuten in Haus LebensWert.

Operation und Chemotherapie liegen jetzt hinter mir, die Haare wachsen wieder und eine weitere existentielle Erfahrung pflastert meinen Weg. Aber ich bin da! Und so fatalistisch es klingt: Mittlerweile betrachte ich diesen Brustkrebs als meinen Untermieter, mal laut und aufmüpfig, mal ganz still und unauffällig. Die vertragliche Gestaltung unseres Miteinanders muss flexibel angepasst werden.

Neben der hingebungsvollen Betreuung meiner Familie und Freunde belebte mich auch jetzt wieder ein Projekt – ein Fotoshooting für Krebspatientinnen mit dem Kölner Fotografen Gerhard Zerbes. In sehr sensiblen Aktfotos wurde hier die einzigartige, veränderte Schönheit von körper- und seelenverletzten Frauen ins Bild gesetzt. Als ich mich auf den Fotos sah, war ich tief berührt und spürte zugleich eine unbändige Lebenslust.

Jetzt bin ich 52 und mein Motto ist und bleibt: Glücklich sein mit dem, was ist.