

Wiedersehen mit meinem Neurologen

Januar 2017

Meine Gefühle und Gedanken überschlagen sich. In einem mir zugewiesenen Behandlungsraum warte ich geduldig, aber voller Neugierde, bis Dr. P. das Behandlungszimmer betritt. Der Neurologe, der 1989 bei mir Multiple Sklerose diagnostizierte, gibt mir die Hand. In diesem Augenblick bin ich unfähig, seine Begrüßung zu erwidern. Prüfend schaut er mich an. Ich frage mich, was in ihm wohl vorgeht. Noch immer herrscht Schweigen zwischen uns. Dann schaut sich Dr. P. meine Karteikarte an, die auf seinem Schreibtisch liegt. Erneut mustert er mich von oben bis unten. Ich merke, wie er um Worte ringt. Endlich sagt er: „Frau Steinhaus, sind Sie wirklich die Frau, zu der diese Karteikarte gehört?“ Er prüft erneut den Namen auf der Karte und fragt dann skeptisch: „Sind Sie wirklich die Frau Steinhaus?“

„Ja, die bin ich“, antworte ich und erhebe mich dabei. Nun stehe ich vor ihm. Der Arzt schaut mit einem ungläubigen Gesichtsausdruck erneut auf die Karte, auf der die schwerwiegende Diagnose MS eingetragen ist, prüft und überfliegt die vielen Unterlagen, die in meiner Akte aufbewahrt sind. Danach herrscht erneutes Schweigen zwischen uns. Wir verweilen einige Minuten in diesem Zustand und er stellt fest: „Nach der Prognose von damals müssten Sie heute im Rollstuhl sitzen oder bettlägerig sein.“ Immer noch erstaunt, spricht er weiter: „Ich tue mich schwer zu glauben, was ich sehe.“

Diese Aussage aus dem Munde eines erfahrenen Neurologen empfinde ich als etwas sehr Wertvolles. Ich freue mich über sein Verhalten. Er zeigt mir durch seine Worte und Gesten, dass ich etwas erreicht habe, was nur selten geschieht. Seine Anerkennung berührt mich tief.

Das Eis zwischen uns ist gebrochen. Dr. P. bittet mich um einen ausführlichen Bericht darüber, was ich getan habe, dass es mir so gut geht. Nach der MS-Diagnose 1989 ging ich jedes Vierteljahr zu Kontrollun-

tersuchungen zu ihm, um sicherzugehen, dass alles in Ordnung war. Ab 1996 suchte ich ihn allerdings nur noch für gelegentliche Routineuntersuchungen auf – und hauptsächlich, um Rezepte für Krankengymnastik abzuholen. Ich hatte ihm nie erzählt, welche Naturheilverfahren ich mir seit 1990 gönne, denn ich hatte Angst, dass er mich als Patientin ablehnen würde. Er hatte allerdings hin und wieder sein Erstaunen ausgedrückt und sich mit mir über die gleichbleibenden Untersuchungsergebnisse gefreut.

Jetzt, hier im Behandlungsraum, fahren meine Gedanken mit mir Achterbahn. Ich bin völlig durcheinander, denn endlich hört mir dieser Mann genau zu und will bis in die kleinsten Einzelheiten wissen, was ich in den vergangenen 30 Jahren als richtig für mich erkannt, angewandt habe und immer noch umsetze. Voller Begeisterung berichte ich: „Ich habe die Verantwortung für mich und meine Gesundheit übernommen und es geschafft, meine MS auf den Weg der Genesung zu bringen. Nach der Diagnose vertraute ich mich viele Monate voll und ganz dem Wissen der Schulmedizin an. Die neurologische Klinik hatte mir ein anderes Medikament als Sie, Herr Doktor, empfohlen. Anfangs habe ich dieses Medikament als Rettungsanker gesehen, nach etwa zwei Jahren aber abgelehnt und nicht mehr eingenommen, weil ich es als Gift empfand. Danach interessierte ich mich sehr für eine natürliche Ernährung, setzte sie konsequent um und erlangte relativ schnell eine sichtbare Vitalität. Durch diese ersten Erfolge wurde ich mutiger. Meine Begeisterung beflügelte mich, mein Vertrauen nahm zu, und so hatte ich genügend Rückenwind, um mich mit weiteren Naturheilverfahren auseinanderzusetzen. Dadurch wurde ich leistungsfähiger und konnte die notwendigen physikalischen Anwendungen zur Stabilisierung meiner Körperfunktionen leichter bewältigen. Es war mir wichtig, mit Ausdauer und ständigem Training meinem Körper die Zuwendung zu geben, die er brauchte, damit er bereit war, die Heilerin in mir zu unterstützen.“ Schweigend hört mir Dr. P. zu.

Als ich ihm die vielseitige Arbeit zu meiner Bewusstseinsweiterung erkläre, staunt er. Mit kurzen Worten schildere ich ihm meine prakti-

schen Erfahrungen auf dem Gebiet der Traumwelt, die ich mit der Intuitionslehre aufarbeiten konnte. Ich erzähle ihm von einigen nächtlichen Träumen und von den Botschaften meiner inneren Stimme. Meine dunkelsten Seiten sind im Prozess der Genesung sichtbar geworden. Verwundert über meine Ergebnisse, schenkt mir der Neurologe Lob und Anerkennung. Dies ist Balsam für meine Seele, denn die beschriebenen Schritte zu gehen, war für mich eine gewaltige Herausforderung.

Dr. P. nickt immer wieder zustimmend und gibt mir durch wissbegierige Gesten zu verstehen, dass ich weitererzählen soll. Überzeugt fahre ich fort. Die Integration meines Schattens, meines Stigmas, meiner Selbstbestrafung, wenn ich missachtet und verurteilt wurde, meiner gesamten Persönlichkeit sowie das Erkennen und Akzeptieren meiner Schuldgefühle: All dies war Teil meiner Aufarbeitung.

Als ich sage, dass alles im Leben bewusst oder unbewusst ablaufen kann, unterbricht er mich und fragt: „Haben Sie auch mit Homöopathie, Akupunktur, Lichttherapie, Kneippanwendungen, der Dorn-Methode, Phytotherapie und Energiearbeit Erfahrungen gesammelt? Und haben Sie eine Familienaufstellung nach Hellinger gemacht?“ Nun unterbreche ich den Arzt: „Ja, ja, all das war Teil meines Lebenskrimis. Die Schulmedizin hat mich anfangs gut begleitet. Danach hat die Natur eine größere Rolle gespielt, und sie ist für mich noch heute das große Ordnungs- und Schöpfungsgesetz und ein Geschenk der Liebe und des Lichts. Heute schaffe ich es, die Schulmedizin mit den Naturheilverfahren in Einklang zu bringen. Ich profitiere von beiden, wie Sie gerade sehen.“

Mit einem verschmitzten Lächeln entgegnet mir der Neurologe: „Nun dürfen Sie staunen, was ich Ihnen zu berichten habe. Das, was Sie mir gerade erzählt haben, vermittele ich heute meinen MS-Patienten.“

Ich stehe auf, reiche ihm meine Hand und sage: „Dazu kann ich Sie nur beglückwünschen.“ Schweigen. Ich bin sehr von Doktor P.s Aussage angetan, doch ich erwidere: „Mir haben Sie damals, 1989, von alledem nichts gesagt.“ Erneutes Schweigen. Er seufzt. „Das ist richtig, auch ein praktizierender Arzt darf dazulernen.“

Was nun geschieht, ist kaum zu glauben, aber doch wahr. Wir beide sind imstande, eine Umarmung zuzulassen, die uns guttut. Leise sage ich voller Begeisterung: „Wunderbar ist das, endlich so eine Aussage von einem Arzt zu hören. Das ist eine unglaubliche Bereicherung.“

Ich sitze wieder. Dr. P. setzt sich auf den Rand seiner Behandlungsliege, sodass wir Augenkontakt haben. „Glauben Sie mir bitte“, sagt er ernst, „Ihr breit gefächertes Wissen über die verschiedenen Naturheilverfahren ist die Grundlage Ihres Erfolgs. Sie sind heute und auch in Zukunft bereit, so vermute ich, Ihren Weg der Veränderung weiterzugehen.“ Schweigen. Dann ergreift er erneut das Wort: „Andere Menschen, ob gesund oder krank, sollten Ihnen nacheifern. Sie sind ein großartiges Vorbild.“ Er erhebt sich von der Behandlungsliege, setzt sich wieder an seinen Schreibtisch, schaut mir in die Augen und sagt: „Die hundertprozentige Umsetzung der Naturgesetze hält für Sie und andere Betroffene ungeahnte Schätze bereit.“

Er fragt mich: „Haben Sie Ihrer Krankenkasse erzählt, was Sie alles getan haben? Denn der haben Sie durch Ihre Eigeninitiative sehr viel Geld erspart.“

Ich antworte: „Ja, ich berichte meiner Krankenkasse immer wieder, wie gut mir natürliche Therapien tun, und dadurch wird mir auch die eine oder andere Therapie ermöglicht.“

Zum Schluss sagt der Neurologe: „Wenn Sie bei Ihrer Aufklärungsarbeit oder in Ihren Seminaren als ärztlich geprüfte Gesundheitsberaterin mit anderen Menschen arbeiten, vermitteln Sie ihnen bitte, dass sie in erster Linie die Liebe zur eigenen Person pflegen sollen.“

Ich schmunzle und erzähle ihm von dem sechsschaligen römischen Brunnen, der, wie die Sonne, ein Symbol der Liebe für mich ist.

„Ja“, sagt er, „der Brunnen ist ein starkes Bild. Achten Sie bitte auch stets darauf, dass alle Suchenden von Ihnen erfahren, dass das Leben eines jeden Menschen anders ist und ein jeder Körper seine eigene Sprache spricht. Deshalb gleicht kein Weg der Genesung einem anderen. Ihr Wissen und Ihre Motivation können den Menschen die Kraft und die

Möglichkeit geben, ihren eigenen Weg zu erkennen und ihn dann auch zu gehen. Das Wichtigste dabei ist, den Weg nicht nur selbst zu erleben, sondern auch zu fühlen.“

Ich beende unser Gespräch mit den Worten: „Ärzte, Heilpraktiker, Therapeuten, Berater und zahlreiche andere Menschen begleiten mich seit 1989 mit ihren umfassenden Erfahrungen. Sie alle haben es mir ermöglicht, Schritt für Schritt meine Kränkungen, Schmerzen, Krankheiten und Blockaden zu fühlen. Durch Techniken der Psychopädie sowie der Mental- und Intuitionslehre wurden meine Blockaden lös- und verwandelbar, sodass die gestaute Energie wieder frei fließen konnte. Ich danke allen Menschen, die noch heute wohlwollend an meiner Seite stehen. Ich gehe den Weg der Veränderung und bleibe erst stehen, wenn sich meine letzten Stunden ankündigen.“

Der Tag der Diagnose

Es waren sechs Jahre vergangen seit dem ersten Auftreten meiner Behinderungen an den Augen und drei Jahre seit meiner Schilddrüsen-OP, die eigentlich vergebens war. Trotz meiner Bemühungen, meine Gesundheit zu stabilisieren, ging es mir zusehends schlechter. Unermüdlich suchte ich weiter nach einer Lösung, denn anscheinend konnte mir niemand sagen, was der Grund für meine Beschwerden war. Immer wieder fragte ich meinen Hausarzt, den Internisten und die Ärzte der Deutschen Klinik für Diagnostik in Wiesbaden, was mit mir los sei. Und jedes Mal aufs Neue fühlte ich mich unverstanden und schlecht informiert. Die Verkrampfungen in meinem Körper, die ich immer heftiger spürte, wurden durch die Apparatemedizin übersehen; anscheinend war kaum etwas messbar. Mein Lebensmut war auf einen absoluten Tiefpunkt gesunken. In großer Verzweiflung nahm ich meine ganze Kraft zusammen und suchte schließlich den Neurologen Dr. P. auf. Ich ging mit dem Gedanken dorthin, dass er mich wahrscheinlich in die Psychiatrie schicken würde. Das war nach meinem Wissen ein Ort, wo Menschen untergebracht werden, die Fehlfunktionen im Kopf haben. Wenn ich für verrückt erklärt worden wäre, wäre das aus meiner Sicht immer noch besser gewesen, als mich weiterhin als Simulantin abzustempeln. Mein innigster Wunsch war es, endlich gehört und verstanden zu werden. Ich wollte einfach wie ein normaler Mensch leben, Beachtung erfahren und hoffen dürfen, dass eine Heilungschance bestand.

Dr. P. führte viele diagnostische Untersuchungen durch wie EEG, VEP und AEP. Mithilfe eines EEG (Elektroenzephalogramm) können elektrische Hirnströme gemessen werden. VEP und AEP sind spezielle Formen der Messung von Hirnströmen. Beim VEP (visuell evozierte Potenziale) können elektrische Spannungsänderungen der Augen und beim AEP (akustisch evozierte Potenziale) elektrische Spannungsänderungen der Ohren festgestellt werden.

Bei der Besprechung machte der Arzt ein nachdenkliches Gesicht und sagte, dass eine Entzündung vorläge. Diese Äußerung ließ mich wieder hoffen, denn ich spürte, dass da endlich jemand war, der meine Beschwerden ernst nahm. Um Klarheit zu bekommen, schickte Dr. P. mich zum Radiologen. Eine Kernspintomografie sollte die Ursache sichtbar machen. Aber ein Termin sei frühestens in vier Wochen möglich, hieß es. Diese Auskunft war zu viel für meine angeschlagenen Nerven. Verzweifelt fragte ich mich wieder: „Wofür werde ich bestraft? Was habe ich in meinem Leben falsch gemacht?“ Am nächsten Tag setzte ich mich ohne Termin in die Praxis des Neurologen. Dabei stiegen Schuldgefühle in mir auf, als ob ich etwas Verbotenes täte. Nach zweistündiger Wartezeit bat ich den Arzt, mich in ein Krankenhaus zu überweisen. Er begriff, dass ich am Ende meiner Kräfte war und griff zum Hörer. Nun ging es doch schneller: Ich bekam innerhalb von vier Tagen einen Termin beim Radiologen – am Pfingstmontag. Nach der Untersuchung fragte ich, was auf den Bildern zu erkennen war, doch meine Frage wurde damit abgetan, dass man erst eine genaue Analyse der Bilder durchführen müsse. Es dauerte noch weitere zwei Tage, bis ich von meinem Neurologen die Diagnose erfuhr.

Es war der 17. Mai 1989, als Dr. P. mir das Ergebnis mitteilte: „Sie sind an Multipler Sklerose erkrankt.“

Ich zitterte am ganzen Leib, kam mir vor wie in einem bösen Traum. Die Untersuchungen, das ständige Warten und zuletzt die Feststellung einer schweren Erkrankung, all das zusammen wirkte auf mich wie ein Erdbeben. Eine medizinisch-technische Assistentin aus Dr. P.s Praxis war bei dem Gespräch anwesend. Im Flur der Praxis nahm sie mich in die Arme, hielt mich längere Zeit fest und entließ mich mit den Worten: „Sollten Sie Unterstützung benötigen, stehe ich Ihnen gerne zur Seite.“ Dieses Mitgefühl von einer fremden Person zu erfahren und solche Worte zu hören, waren Streicheleinheiten für meine Seele.

In diesem Zustand stolperte ich aus der Praxis. Mein Körper erschien wie ein Klumpen erstarrten Eises. Er funktionierte nur noch rein automatisch ohne Gefühle. Es war Mittwochnachmittag, ich hatte vom

Arzt die Anweisung bekommen, noch am selben Tag das Rezept einzulösen, damit ich sofort mit der hochdosierten Cortisontherapie beginnen könne. Da ich mich in jener Gegend kaum auskannte, überkam mich große Hilflosigkeit. Ohne Orientierung und wie in Trance schlich ich zum Auto. „Nur nicht auffallen!“, dachte ich mir. Durch meine anscheinend sichtbaren Behinderungen kam ich mir wie ein Krüppel vor, der ausgemustert werden sollte. Es tauchten Schreckensbilder auf: Ich – für immer geh- und sprachbehindert, ständig in einem Rollstuhl, Windeln tragend; bei jeder Nahrungsaufnahme gefüttert werden zu müssen; den Rest meines Lebens an ein Bett gefesselt zu sein, weil fast alle Körperaktivitäten langsam, aber sicher versagen; keine Bewegung mehr aus eigener Kraft ausführen zu können.

Ich musste an die Kriegsheimkehrer denken, von denen viele behindert waren. Das tat so weh. Diese Eindrücke werde ich wohl bis an mein Lebensende in mir tragen.

Wie sollte ich die Notdienst-Apotheke finden? Ich war unfähig zu denken. Mein Schutzengel muss das Steuer übernommen haben, denn ich war irgendwann am Ziel. Weil die Apotheke mir das verordnete Cortison in der verschriebenen Menge erst zusammenstellen musste, ging ich nach draußen und setzte mich auf die Treppenstufen. Dort lachte mich die Sonne an und erfüllte mich mit Wärme. Wie unendlich gut mir das tat. Die Starrheit des Körpers löste sich ein wenig, sodass mir das Atmen wieder leichter fiel. Es waren nur einige Minuten, doch es kam mir wie Stunden vor. Dann nahm ich das Medikament entgegen, setzte mich völlig erschöpft ins Auto und fuhr, immer noch ohne zu begreifen, was geschehen war, nach Hause. Dort weinte ich sehr lange und ausgiebig und da keiner da war, konnte ich wirklich loslassen.

Ich ließ mir Zeit, um zur Besinnung zu kommen, und rief schließlich meinen Mann im Büro an. Am Telefon umschrieb ich ihm, was mir der Neurologe erklärt hatte. Er sagte besorgt: „Liebling, das, was du da schilderst, hat doch einen Namen ...“ Als er das Wort MS hörte, war es für einen Moment sehr still. Das Schweigen schien eine Ewigkeit zu dauern. Ich weinte und ahnte, wie er seine Tränen unterdrückte.

Mein Mann kam sofort nach Hause. Er nahm mich in die Arme, wir weinten gemeinsam. Dieser Moment war ein wertvolles Geschenk, das uns half, wieder Zuversicht zu fassen. Als unsere Kinder aus der Schule nach Hause kamen, fragten sie nach dem Ergebnis der Untersuchung und warum Papi schon so früh zu Hause war. Wir versuchten, es in Worten zu erklären, die sie verstehen würden. Danach redete ich mit den Kindern viel über die MS, um ihnen die Angst vor der Zukunft zu nehmen. Ich bat inständig darum, dass keiner aus der Familie mit anderen Menschen über meine Krankheit sprach, denn ich schämte mich sehr. Ich erlebte einen Verlust meiner Persönlichkeit. „Werde ich je wieder dazugehören und ein normales Leben führen können?“, fragte ich mich immer wieder.

Bereits direkt nach der Diagnose war mir schlagartig klar geworden, dass ich meine äußere Schönheit und meine Lebendigkeit wahrscheinlich für immer verloren hatte. Meine Not und Verzweiflung konnte keiner nachfühlen. Als es einmal sehr schlimm wurde und ich mich dem Tod ganz nah fühlte, rief ich meine Familie zusammen: „Wenn ich eines Tages unter der Erde bin“, sagte ich, „dann holt unsere unverheiratete Freundin aus England. Sie wird euch gut versorgen und liebevoll mit euch umgehen. Das fühle ich tief in meinem Inneren.“

Die Kinder schauten mich sprachlos an, Frank reagierte zutiefst erschrocken. Bis zu diesem Augenblick wusste er nicht, wie schlimm es um mich stand, dass ich über den Tod nachdachte und beschlossen hatte, aufzugeben. Bestimmt könne er sich gegebenenfalls um einen Ersatz für mich kümmern, meinte er scherzhaft. Dann fügte er aber ernst hinzu, dass er das jedoch für überflüssig halte, weil er fest daran glaube, dass ich noch lange leben würde. Damit das auch passiere, müsse ich aufhören, immer alle anderen in den Mittelpunkt meines Lebens zu stellen und stattdessen anfangen, mehr an mich zu denken. Er würde mir den Rücken freihalten, damit ich alles tun könne, was nötig sei, um den bestmöglichen Gesundheitszustand zu erreichen bzw. zu erhalten.

Meine Familie respektierte meinen Wunsch, über die Krankheit zu schweigen, was ich im Nachhinein wirklich bewundere. Nur bei Ver-

wandten und den engsten Freunden konnte ich ertragen, dass sie die Wahrheit erfuhren. Erst zwei Jahre später war ich bereit, über die Diagnose zu reden. Durch diese Geheimhaltung fühlte ich mich geschützt und hatte Zeit, mich auf meine neue Situation einzulassen.

Dr. P. bestätigte mir, dass die Behinderungen, die seit 1983 bestanden, mit den ersten Schüben der Multiplen Sklerose zusammenhingen. Tatsache war, dass ich jetzt, 1989, einen weiteren schweren Schub erfuhr. Bei diesem stellten sich weitere sichtbare Behinderungen ein, wie zum Beispiel massive Gleichgewichtsstörungen, die verhinderten, dass ich durch die Tür kam, ohne mit dem Kopf anzustoßen. Bei einer weiteren Kernspintomografie wurden Entzündungsherde im Bereich des Gehirns an verschiedenen Stellen nachgewiesen, die auf die Nervenbahnen drückten. Hatte ich als junge Frau gerne im Chor gesungen, bekam ich jetzt nur noch wenige Töne heraus. Das Sprechen war mit Stottern, Lallen und Verzögerungen verbunden. Die linke Gesichtshälfte verkrampfte sich zusehends, was mich entstellte. Dazu kamen Lähmungen an der linken Körperseite. Der Kopf, der Hals, der gesamte linke Arm, Hand und Finger waren verkrampft. Als ich beim Anziehen einen Knopf durch das Knopfloch meiner Bluse schieben wollte, waren meine Finger so unbeweglich, dass ich mindestens zehn Versuche brauchte, bis es gelang. Oft war ich auf fremde Hilfe angewiesen. Das linke Bein zog ich mühselig nach, und wollte ich den linken Fuß aufsetzen, dann knickte ich ein. Auch das Wasserlassen wurde immer schwieriger. Manchmal verhielt sich die Blase töricht und wollte den Urin behalten, was ihr in Wirklichkeit schadete. An anderen Tagen lief der Urin so schnell aus dem Harnleiter, dass ich mir nur mit Vorlagen helfen konnte.

Die Krankheit war wie ein schmerzendes Brandmal, durch das ich mich als Außenseiterin fühlte, und all die massiven Körperveränderungen und Schmerzen waren für mich eine Folter. Ich fühlte mich gefangen und hilflos und wollte aufgeben. Der Tod schien mir wie eine Erlösung. Das alles machte ich mit mir allein aus, weil ich meine Familie schonen wollte.

Begegnung mit den Delfinen

Der Traum

„Doris, in Ihnen ist immer noch ein tief sitzender Schmerz, der erkannt werden will.“, sagte meine Energiepädagogin eines Tages zu mir und fügte hinzu: „Befragen Sie Ihr Unterbewusstsein. Es führt Sie zum Ziel.“ Beim Einschlafen sagte ich zu mir: Bitte, du tiefsitzender Schmerz, zeige dich.

Ich träumte, dass ich am Strand war. Im Osten war der Himmel grau bis schwarz. Die Dunkelheit kam schnell näher. Jemand rief: „Ein Tsunami!“

Ich blieb stehen. Andere Menschen schrien und liefen weg. Die große Wasserwelle begrüßte ich mit ausgestreckten Armen, als wenn ich sie umarmen wollte. Ich ging zu meinem Boot, das am Ufer lag, und setzte mich hinein. Da tauchte an meiner linken Seite die dunkle Wasserwand auf. Ich erschrak zutiefst und zitterte. Ich sah, dass sich oben auf dem Wellenkamm eine schäumende Gischt entwickelte. Die Sonne war fast verschwunden. Alles um mich herum verdunkelte sich.

Ich setzte mein Boot in Bewegung. Schnell entwickelte es eine sehr hohe Geschwindigkeit. Ich fuhr seitlich aus der Welle heraus und brachte mich in Sicherheit. Geschafft! Alles geschah mit geringem Aufwand. Ich zuckte zusammen. Kurz vor meinem Boot tauchte langsam ein graues Dreieck auf. Ich erkannte folgende Worte in weißer Schrift: Gott – ich – du. Dann eine Schnauze. Ein großer Delfin schoß zielstrebig in die Luft. Mein Boot blieb ruhig. Der Delfin schaute mich an. In seinen Augen spiegelten sich sehr viele unterschiedliche Bilder wider, in denen ich verschiedene Situationen aus meinem Leben erkannte. Der Delfin hob mich behutsam aus meinem Boot. Wir beide umarmten uns und genossen das einmalige Gefühl der Verbindung zwischen Mensch und Tier.

Im Halbschlaf machte sich meine innere Stimme bemerkbar, und ich unterhielt mich mit ihr. „Wie hast du die Begegnung zwischen dir und deinem Delfin wahrgenommen?“, fragte sie.

„Es war hell und eine besondere Schönheit hat mich umgeben“, antwortete ich.

Meine innere Stimme gab mir zu verstehen: „Der Traum spiegelt deinen Lebensweg aus der Dunkelheit ins Licht der Liebe wider. Nimm ohne Furcht und mit ruhiger Gelassenheit und Geduld die göttliche Liebe und das Jetzt an. Dein Ziel, deine ganz persönliche Genesung zu erreichen, ist mit Geben und Nehmen verbunden. Der Tsunami symbolisiert die Mächte der Zerstörung, die lange dein Leben bestimmten. Aber der Traum zeigt auch, wie du dich befreit hast. Diese Traumbilder sind perfekt für dich. Warte in Ruhe und mit Vertrauen ab, was dir die Zukunft zeigen will. Nimm alles an, ohne Wenn und Aber, auch wenn es schmerzt.“

Du hast in diesem Tsunamitraum deinen Delfin kennen und lieben gelernt. Er war und ist dein Engel. Seine Fähigkeiten sind einzigartig, denn er hat dich im Traum durch die große Wasserwelle und in deinem Leben durch alle Höhen und Tiefen begleitet. Auch zukünftig wird er dein Begleiter sein. Er kennt dich dank seiner Feinfühligkeit und weiß um deine Not. Das grenzenlose Vertrauen und die Liebe deines Delfins zu dir stärken deine Entscheidungen und bewirken eine unbeschreibliche Geborgenheit.“

Die Delfinmutter und ihr Junges

Seit meiner Jugend beschäftige ich mich mal mehr und mal weniger mit Delfinen. Ich liebe ihre Stärke, ihr feinfühliges Wesen und ihre bedingungslose Liebe zu erkrankten Menschen. Mich berühren diese Tiere mit ihrer warmherzigen Verspieltheit. Ihre Lebensfreude schenkt mir Leichtigkeit. Betrachte ich ihre Bewegungen im Wasser, dann laden sie

mich ein, mit ihnen zu schwimmen. Das spornt mich an, genauso beschwingt durch die Wellen meines Lebens zu gleiten.

Eines Tages bekam ich ein E-Mail-Rundschreiben von einer Deutschen, die Schwimmen mit Delfinen in Florida anbot. Mein Herz schlug schneller. Ein solches Seminar war schon lange mein tiefer Wunsch. Der Preis überstieg allerdings meine finanziellen Möglichkeiten. Ich war enttäuscht. Mein 70. Geburtstag war dann die Gelegenheit: Geldgeschenke von Freunden und meiner Familie ließen den Traum Wirklichkeit werden.

Endlich, im Sommer 2015, ging es los. Ich flog mit meinem Mann nach Miami zu unserer Tochter. Zehn Tage vor dem Ereignis mit den Delfinen übten wir das Schnorcheln am Strand von Miami im Atlantik. Täglich wuchs in mir die Freude auf das bevorstehende Ereignis.

Wir starteten mit dem Auto nach Key West, Florida. Meine Freude auf das Neue erreichte ihren Höhepunkt. Die Sonne lachte, es war warm. Mein Mann und meine Tochter begleiteten mich.

Alle Teilnehmer waren eingetroffen. Die Begrüßungsrunde begann. Wir erfuhren, dass es eine deutsch- und eine englischsprachige Gruppe geben würde und entschieden uns für die deutschsprachige Gruppe, da ich zwar Englisch spreche, mir jedoch viele Vokabeln fehlen, um alle Informationen mühelos zu verstehen.

Am nächsten Tag stiegen der Kapitän, die Seminarleiterin und unsere deutsche Gruppe in ein Boot. Wir warteten gespannt auf die erste Begegnung mit den Delfinen – weit draußen im Golf von Mexiko. Vor unseren Augen tummelten sich die Delfine im Wasser. Mein Herz ging auf und tief berührt ließ ich mich sofort von der Lebensfreude dieser sensiblen und intelligenten Geschöpfe anstecken. Freudentränen liefen über mein Gesicht.

In den folgenden Tagen verband ich mich während der täglichen Stunden auf offener See geistig mit den Delfinen und bat intensiv um ihre Unterstützung. Ich erlebte Momente der Achtsamkeit, Leichtigkeit und Freude mit ihnen. Alle meine Nöte und Ängste waren wie weggeblasen.

Aber trotz der sprachlichen Aufteilung fanden auch in unserer deutschen Gruppe fast alle Informationen und Gespräche auf Englisch statt, da die meisten Teilnehmer, außer mir, fließend Englisch sprachen. Ich trug meinen Wunsch nach einer Kommunikation auf Deutsch vor. Die ersten paar Minuten gelang es. Doch dann die Wende – alle sprachen wieder Englisch. In mir wuchsen Wut und Enttäuschung darüber, wieder einmal übersehen und ausgegrenzt zu werden. Jeden Tag geschah fast das Gleiche. Mein Körper reagierte. Von Stunde zu Stunde fiel es mir immer schwerer, die Worte zu übersetzen, bis ich es ganz aufgab. Meine Freude an der englischen Sprache und unserer Reise starb. Der Schmerz der Ausgrenzung überrollte mich. Ich zog mich zurück und missachtete meine Wünsche.

Alle anderen Teilnehmer freuten sich über das, was sie von den Delfinen sahen und erfuhren. Durch ihre bewundernden Worte gaben sie ihrer Freude Ausdruck. Ich hingegen setzte mich, durch Not und Trauer getrieben, an den Rand des Bootes, sodass ich dem Wasser und den Delfinen sehr nahe war. Meine Sonnenbrille verhinderte, dass die anderen Teilnehmer meine Tränen bemerkten. Ich verband mich gedanklich mit den Delfinen und bekam die besondere Fähigkeit, meine Wunde der Stigmatisierung zu öffnen, damit mein Herz endlich all den Schmerz durch Tränen loslassen konnte. Kaum einer der Anwesenden realisierte, was wirklich in mir geschah.

Es war mein Wunsch, mit dieser großen Not und Trauer, die einfach nur wehtat, allein sein zu dürfen. Im Laufe der Seminartage zog ich mich immer stärker zurück. Tatsächlich ließ ich alles zu, jeglicher Widerstand blieb aus. Eingebunden in eine fröhliche Gemeinschaft und doch allein sein zu dürfen, bescherte mir Erleichterung, die für mich wichtig war. Dieser Prozess ließ mich erkennen, dass die gefühlte Stigmatisierung, dieses Mal aufgrund der mangelhaften Fremdsprachenkenntnisse, Teil meines bunten Lebens war. Es gelang mir, mich an die tief sitzenden Gründe für meine MS heranzutasten. Durch ihre Feinfühligkeit und ihren Sinn für Kommunikation waren die Delfine für mich die Heiler meiner schmerzhaften Emotionen. Sie schafften es, mich an meine Liebe

zu erinnern. Dann wurde ich plötzlich aus meinen Gedanken herausgerissen, denn bei einer unserer Fahrten hieß es auf einmal: „Dort ist eine Delfingruppe, die spielt.“ Wir schauten in die Richtung und merkten, dass sie ihren Kurs auf uns lenkte.

Das war der optimale Zeitpunkt für uns: Aufgewühlt, fasziniert und begeistert zogen wir, so schnell wie möglich, unsere Schnorchel über und sprangen nacheinander in das türkisfarbene, warme Wasser. Ich war sogar die Erste. Doch merkte ich nach dem Auftauchen, dass es für mich unmöglich war, der Gruppe zu folgen, alle waren schneller und wendiger als ich. Instinktiv entschied ich mich für angemessene Ruhe, die ich seit Monaten zu schätzen gelernt hatte, denn ich wusste, dass in der Ruhe meine Kraft verborgen ist. In meiner Gelassenheit konzentrierte ich meine Gedanken beim Schnorcheln auf die Betrachtung der kleinen Fische in der Meerestiefe. Meine Gedanken waren weit weg. Alles in mir schien leer zu sein, eine wohlige Geborgenheit breitete sich in mir aus.

Dann geschah etwas, das so einmalig war, dass mir beim Schreiben erneut die Tränen kommen. Von rechts sah ich etwas wie aus dem Nichts erscheinen. Ein Delfin! Meine Augen wurden groß, mein Atem stockte. Er schwamm in meine Richtung. Alles um mich herum verschwand, es gab nur noch uns beide. Das Tier strahlte Gelassenheit aus, die mir guttat. Freude stieg in mir auf. Erst jetzt erkannte ich auf Höhe des Unterleibs ein Delfinjunge. Erneut stockte mein Atem, ich konnte es kaum fassen: eine Delfinmutter mit ihrem Nachwuchs. Beide strahlten eine fürsorgliche Achtsamkeit aus. Mein Herz schlug heftiger, ich fühlte, wie es sich öffnete, etwas aussandte und aufnahm. Um mich herum glitzerte das Wasser in allen Regenbogenfarben. Die bunten Lichtreflexe übertrugen sich auf alles, was im Wasser zu erkennen war. Ein Bild, das sich in jeder Sekunde veränderte. Einmalig! Im nächsten Moment stieß die Mutter einen langen Sonarlaut aus und das Junge bewegte seinen kleinen, zarten Körper in spielerischer Freude.

In diesem Augenblick zeigte sich vor meinem geistigen Auge mein inneres Kind, das sich ebenfalls an mich schmiegte. Ich fühlte bedingungslose Liebe! Lange hielten die Delfinmutter, ihr Kind und ich Au-

genkontakt, bis schließlich Mutter und Kind aus meinem Sichtkreis verschwanden. Dieser durchdringende Blickkontakt war so bewegend, dass er in mir noch immer gegenwärtig ist.

Meine Taucherbrille füllte sich mit Freudentränen. Instinktiv schloss ich die Augen und vergaß mein Umfeld. In mir entstand ein Vakuum, ein Nichts. Erst als ich meinen Namen hörte, kehrte ich in die Realität zurück und schwamm mit den anderen Teilnehmern zurück zum Boot.

Diese zutiefst berührende Begegnung mit den Delfinen erzählte ich nach meiner Rückkehr in Deutschland meiner Energiepädagogin.

„Doris, während des Delfinseminars haben Sie sich unbewusst entschieden, Ihr Leben anders zu gestalten. Anfangs ist es Ihnen allerdings nicht gut gelungen, weil die alten Muster das Neue immer wieder verdrängten. Sie haben dabei Ihre gefühlte Ausgrenzung unbewusst noch einmal in ihrer vollen Tragweite erleben wollen. Haben Sie bemerkt, was Ihnen durch Ihr Verhalten verloren ging? Je mehr Sie sich selbst heruntergezogen haben, desto geringer war Ihre Freude am Beobachten und Schwimmen mit den Delfinen. Wer hat Ihre Verzweiflung gesehen?“

„Ich habe sie verborgen, denn ich wollte mit diesen Erfahrungen alleingelassen werden.“

„Das, was Sie erleben durften, haben Sie unbewusst gesteuert. Sie haben sich das Schwimmen mit freilebenden Delfinen gewünscht. Es ist in Erfüllung gegangen. Als dann Ihre Mitmenschen Ihre Bedürfnisse missachteten, zeigten sich wieder Trauer und Not, die Sie ungewöhnlich hart empfanden. Eventuell ist meine Aussage schmerzhaft für Sie, doch tatsächlich hat das Ereignis Sie beschenkt. Es gab eine Zeit, in der Sie unbewusst Ihre Talente begruben und Ihr persönliches „Ich bin“ übersehen haben. Erst die Suche nach der Ursache für die MS-Erkrankung hat die bedingungslose Liebe ans Tageslicht gebracht.

Am Anfang Ihrer Veränderung haben Sie mit einer natürlichen Ernährung den Grundstein für die Bewältigung Ihrer Herausforderungen gelegt. Sie waren zu jeder Zeit bereit, das zu tun, was Ihnen als wichtig

vermittelt wurde, damit Sie sich von den Fesseln der MS befreien konnten. Durch den Kontakt mit den Delfinen erlebten Sie schließlich die Zusammenschau Ihres Lebens.

Erneut sind Sie auf die bedingungslose Liebe, die in Ihnen wohnt, aufmerksam gemacht worden. Die Delfinmutter sind Sie. Das Junge ist Ihr inneres Kind. Verbinden Sie sich täglich mit diesem Bild.

Sie haben sich durch die Suche nach der MS-Ursache wirklich beschenkt. Jetzt lernen Sie, Ihr Geschenk anzunehmen. Wer das alles in Ihnen bewirkt hat? Es ist die Liebe. Sie hat Ihnen die zahlreichen Verletzungen Ihres inneren Kindes gezeigt und dafür gesorgt, dass Sie schließlich durch die Delfine Ihre lebenslange Not und Trauer erkennen und nun auflösen können.“

Von diesen Worten fühlte ich mich zutiefst angesprochen. Ich war so berührt, dass es mir unmöglich war, meine Tränen der Freude zu stoppen. Ja, die Delfinmutter hatte mein Herz geöffnet und mir gezeigt, wie ich meine Gefühle noch besser wahrnehmen kann. Das Delfin-Mutter-Kind-Bild beschenkt und stärkt mich in meinem Wesen, damit fühle ich mich sicher und geborgen.

Die Energiepädagogin erklärte weiter: „Durch die Delfine verwandelte sich Ihre Traumatisierung in Lebensfreude. Das, was Sie erlebt haben, war eine Reinszenierung seelischer Verletzungen. Beim Delfinseminar haben Sie nur zaghaft versucht, Ihre Not zu zeigen. Lediglich das Weinen erwähnen Sie. Sich zu verstecken, war Ihre Lösung. Die Seminarteilnehmer interessierte wenig, was in Ihnen vorging. Grundsätzlich ist ihr Verhalten nachvollziehbar, denn es war eine Reisegruppe, deren Hauptziel das Zusammensein mit den Delfinen war. Für Ihr seelisches Leid war daher in der Gruppe wenig Raum. Sie benötigten Unterstützung, doch die fehlte. Es ist Ihnen vollkommen gelungen, sich aller Gefühle bewusst zu werden.

Was empfinden Sie heute, wenn Sie an die Menschen denken, mit denen Sie arbeiten und die sich Ihnen anvertrauen?“

„Ich fühle mich mit ihnen verbunden. Ich weiß, das nicht nur ich, sondern auch viele andere Menschen Ähnliches erlebt haben wie ich und möchte ihnen auf ihrem Weg zur Seite stehen.“

„Nach den Kriegen rissen die Menschen zerstörte Mauern ab, um neue mit den alten Steinen wiederaufzubauen. Das war eine große Leistung. Was aber haben die Menschen mit ihren seelischen Trümmern gemacht? Wie erging es ihnen emotional? Waren sie alle völlig alleingelassen und auf sich gestellt? Wurden alle Gefühle unterdrückt? Die Menschen waren hilflos, denn das Wissen der Transformation fehlte, um mit den Verletzungen umzugehen. Damals gab es für sie kaum Geborgenheit; Zuwendung und Liebe fehlten. Seelisches Leid wurde damals nur selten aufgearbeitet. Ihre Generation und die, die nach Ihnen kommt, darf und muss die seelischen Trümmer bewältigen. Sie haben durch die Suche nach der Ursache Ihrer MS-Erkrankung Ihr seelisches Trümmerfeld und das Ihrer Herkunftsfamilie aufgearbeitet und damit sich und Ihre Nachfahren von vielen Blockaden befreit. Gratulation! Die MS-Diagnose war der einschneidende Wendepunkt in Ihrem Leben.“

„Ja, erst die Symptome meiner MS haben mich auf die Erkrankung meiner Seele aufmerksam gemacht. Mein Körper hat mir mit der MS den Streik erklärt und mich indirekt gezwungen, mein ganzes Leben neu zu betrachten. Ohne die Erkrankung hätte ich die Veränderung nicht geschafft. Jeder Tag, jeder Traum und jede Veränderung waren notwendig, damit ich dieses Ziel erreichen konnte.“